Μαριχουάνα (κάνναβη): Μια καταστροφική «Ψυχαγωγική Επιλογή»

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 30 Μαρτίου, 2020

Γνωρίστε ποια είναι στην πραγματικότητα και προστατευτείτε από την χρήση της.

Η **μαριχουάνα** είναι η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη παράνομη ουσία όμως η αντίληψη για το πόσο επιβλαβής είναι, συνεχώς μειώνεται.

Όλο και περισσότερο, οι νέοι σήμερα δεν θεωρούν ότι η χρήση μαριχουάνας αποτελεί επικίνδυνη ή βλαπτική συμπεριφορά. Οι σύγχρονες πολιτικές πρακτικές την προωθούν ως ψυχαγωγική επιλογή ανάμεσα στη νεολαία μας και όχι μόνο. Όμως η οποιαδήποτε χρήση της **είναι επικίνδυνη και υποβιβάζει σημαντικά την προσωπικότητα και την υγεία του χρήστη**.

Η μαριχουάνα είναι τα αποξηραμένα φύλλα, λουλούδια, μίσχοι και σπόροι από το φυτό Cannabis sativa ή Cannabis indica. Είναι ψυχοδραστικό φάρμακο, και περιέχει περίπου 500 χημικές ουσίες, συμπεριλαμβανομένης της **THC**, (**τετραυδροκανναβινόλης**), μιας ουσίας που **μεταβάλλει τη λειτουργία του ανθρωπίνου εγκεφάλου και προκαλεί βλάβες στην υγεία**. Οι άνθρωποι καπνίζουν τη μαριχουάνα, την αναμιγνύουν σε τρόφιμα, συνήθως γλυκά, ενώ μπορεί να παρασκευαστεί και ως τσάι.

Τις τελευταίες δεκαετίες, η ποσότητα της THC στη μαριχουάνα έχει αυξηθεί λόγω αλλαγών στο φυτό. Η σημερινή μαριχουάνα έχει τριπλάσια συγκέντρωση THC σε σύγκριση με την προ 25 ετίας. Όσο υψηλότερη είναι η ποσότητα THC, τόσο ισχυρότερη είναι η επίδρασή της στον εγκέφαλο.

Υφίστανται πραγματικοί κίνδυνοι για τους χρήστες της ειδικά για τους νέους και για τις γυναίκες που είναι έγκυες ή θηλάζουν.

Είναι γνωστά τα παρακάτω:

Οι άνθρωποι παρά την δημοφιλή αντίθετη πεποίθηση, εθίζονται στη χρήση της. "Περίπου 1 στους 10 χρήστες θα εθιστούν. Όταν μάλιστα η χρήση ξεκινά πριν από την ηλικία των 18 ετών, ο ρυθμός εξάρτησης αυξάνεται σε 1 στους 6."

Η χρήση της μαριχουάνας μπορεί να έχει αρνητικές άμεσες και μακροπρόθεσμες συνέπειες, ως εξής:

Διανοητική κατάσταση: Η μαριχουάνα μπορεί να προκαλέσει μόνιμη απώλεια IQ έως και 8 μονάδων όταν η χρήση της αρχίζει σε νεαρή ηλικία. Αυτοί οι βαθμοί IQ δεν επιστρέφουν, ακόμα και μετά τη διακοπή της .

Ψυχική υγεία: Οι μελέτες συνδέουν τη χρήση της μαριχουάνας με δυσάρεστα συναισθήματα όπως κατάθλιψη, άγχος, αυτοκτονία και ψυχωτικά επεισόδια.

Αθλητική απόδοση: Η έρευνα δείχνει ότι η μαριχουάνα επηρεάζει στον αθλητή ως προς τις χρονικές επιδόσεις, την κίνηση και τον συντονισμό του, γεγονός που μπορεί να βλάψει την αθλητική του απόδοση γενικότερα.

Οδήγηση: Οι άνθρωποι που οδηγούν υπό την επήρεια μαριχουάνας βρίσκονται σε κίνδυνο: παρουσιάζουν βραδύτερα αντανακλαστικά οδήγησης, μπερδεύουν τις λωρίδες, έχουν μειωμένο συντονισμό κινήσεων, δυσκολία αντίδρασης στα σήματα και τους ήχους που προέρχονται από τη κυκλοφορία.

Η υγεία και ανάπτυξη του μωρού: Η χρήση της μαριχουάνας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μπορεί να προκαλέσει περιορισμό της ανάπτυξης του εμβρύου, πρόωρη γέννηση, γέννηση νεκρού παιδιού, και προβλήματα στην ανάπτυξη του εμβρυικού εγκεφάλου, με αποτέλεσμα την υπερκινητικότητα και την κακή γνωστική λειτουργία του παιδιού μετά τη γέννηση.

Η τετραϋδροκανναβινόλη (THC) και άλλα χημικά από τη μαριχουάνα μπορούν επίσης να περάσουν από τη μητέρα στο μωρό της μέσω του μητρικού γάλακτος, επηρεάζοντας περαιτέρω την σωστή ανάπτυξη του παιδιού.

Ποιότητα ζωής: Η έρευνα δείχνει ότι τα άτομα που χρησιμοποιούν μαριχουάνα είναι πιο πιθανό να έχουν προβλήματα σχέσεων, χειρότερα αποτελέσματα στο σχολείο, λαμβάνουν χειρότερες θέσεις εργασίας και έχουν μειωμένη ικανοποίηση από τη ζωή.

(Πηγή: https://www.samhsa.gov/marijuana, mumdadandkids.gr*)*