



## Cannabis – Wirkung, Nebenwirkungen und Risiken

Tel: 0049 (030) 447 166 53

Fax: 0049 (030) 447 166 54

Mail: [info@hanfverband.de](mailto:info@hanfverband.de)<http://hanfverband.de>

## Cannabis - Wirkung, Nebenwirkungen und Risiken

Dieser Text informiert sie über die Wirkung von Cannabis auf den menschlichen Körper, mögliche Nebenwirkungen und allgemeine Risiken des Konsums von Cannabis.

Er besteht aus Auszügen der Broschüre "[Cannabis Basisinformationen](#)" die bei der [Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen](#) erschienen ist.

---

### Positiv erlebte Wirkungen

Charakteristisch ist ein breites Wirkungsspektrum. Die Wirkung von Cannabis ist abhängig von:

- der Konsumform (rauchen, essen)
- dem Konsumerät (Joint, Pfeife)
- der aufgenommenen Dosis bzw. dem THC-Gehalt
- der Umgebung (Setting)
- der Person und ihren Erwartungen (Set)

Charakteristisch für die Wirkung von Cannabis ist das breite Spektrum psychischer Effekte. Die Wirkung hängt jeweils von einer Reihe Faktoren ab. Sowohl die Dosis und die Konsumform (rauchen, essen) als auch der Kontext des Konsums sowie die Persönlichkeit des Konsumenten und seine Erwartungen können die Wirkung beeinflussen.

Die subjektiv als positiv erlebten Wirkungen lassen sich folgendermaßen beschreiben:

- **Fühlen** - Häufig ist der Rausch von euphorischen Gefühlen gekennzeichnet ("high") bei gleichzeitiger emotionaler Gelassenheit.
- **Denken** - Übliche Denkmuster treten in den Hintergrund. Neuartige Ideen und Einsichten, verbunden mit starken Gedankensprüngen, prägen das Denken unter Cannabiseinfluss.
- **Gedächtnis** - Das Kurzzeitgedächtnis wird gestört. Was vor 5 Minuten geschehen ist, gerät bereits in Vergessenheit. In Gemeinschaft Gleichgesinnter wird dies oft als amüsanter erlebt.
- **Wahrnehmung** - Subjektiv wird die Wahrnehmung intensiviert, sonst Nebensächliches wird deutlicher wahrgenommen. Wegen der Störung des Kurzzeitgedächtnisses scheint die Zeit langsamer zu verstreichen.



- **Kommunikation** - Das Gemeinschaftserleben unter Freunden wird intensiviert, oft verbunden mit Albernheit. Konsumenten haben das Gefühl, sich besser in den anderen versetzen zu können.
- **Körpererleben** - Einerseits schlägt das Herz schneller, andererseits erleben Konsumenten eine wohlige Entspannung. Ein Gefühl der Leichtigkeit bei gleichzeitig verlangsamten Bewegungen macht sich breit.

---

## Akute Risiken

Die unmittelbaren Risiken des Konsums von Cannabis sind in erster Linie psychischer Natur. Problematisch ist die partielle Unvorhersehbarkeit der Wirkung. Besonders Konsumenten, die mit der Wirkung von Cannabis noch nicht vertraut sind, sind davon betroffen.

Die unmittelbaren Risiken des Konsums sind in erster Linie psychischer Natur. Sie bilden gewissermaßen das Spiegelbild der als angenehm erlebten Effekte. Davon betroffen sind vor allem Konsumenten, die mit der Wirkung von Cannabis noch nicht vertraut sind. Aber auch bei erfahrenen Konsumenten und hoher Dosierung können sich unangenehme Wirkungen einstellen.

Das Problem ist die partielle Unvorhersehbarkeit:

- **Fühlen** - Statt Euphorie entstehen Angst und Panikgefühle. Psychotische Symptome wie Verwirrtheit und Verfolgungsideen ("Paranoia") sind möglich ("Horrortrip").
- **Denken** - Aus Gedankensprüngen wird ein uferloses Durcheinander im Kopf. Konsumenten können keinen klaren Gedanken fassen ("Peilung verlieren") oder steigern sich in fixe Ideen.
- **Gedächtnis** - Durch das gestörte Kurzzeitgedächtnis kommt es zu Erinnerungslücken und "Filmrissen".
- **Wahrnehmung** - Konsumenten neigen zu Überempfindlichkeit bis hin zu Halluzinationen.
- **Kommunikation** - Statt gemeinsamen Erlebens fühlen sich Konsumenten in "ihrem eigenen Film gefangen", nehmen ihre Umwelt nur eingeschränkt wahr. Sie erleben sich als ausgegrenzt, können sich nicht mehr mitteilen.
- **Körpererleben** - Herzrasen, Übelkeit und Schwindel können sich einstellen. Ein Kreislaufkollaps ist möglich.

---

## Langfristige Folgen

Langfristiger Cannabiskonsum ist mit psychischen, sozialen und körperlichen Risiken verbunden. Die Forschung hat jedoch häufig sich widersprechende Befunde hervorgebracht. Nach heutigem Kenntnisstand geht man davon aus, dass gravierende Hirnschäden wie sie von Alkohol bekannt sind, nicht verursacht werden. Als gesichert gelten die schädlichen Auswirkungen des Cannabisrauchs auf die Atemwege, wobei die schädlichen Auswirkungen des



mit gerauchten Tabaks ebenfalls berücksichtigt werden müssen.

Vermutet wird, dass sich Cannabiskonsum in der Pubertät ungünstig auf die Entwicklung auswirkt.

Dauerhafter Cannabiskonsum kann zudem eine spezifische Abhängigkeit nach sich ziehen. Oft wird sie begleitet durch allgemeine Rückzugstendenzen bis hin zur sozialen Isolation.

In der Forschung wurden und werden eine Vielzahl möglicher langfristiger Folgen des Cannabiskonsums untersucht.

Folgendes ist bislang bekannt:

### **Körperliche Folgen**

- Dauerhafter Cannabiskonsum hat eine Beeinträchtigung der kognitiven Leistungsfähigkeit zur Folge (Aufmerksamkeit, Konzentration, Lernfähigkeit). Nach heutigem Kenntnisstand werden jedoch keine bleibenden Hirnschäden verursacht.
- Starker Cannabiskonsum beeinträchtigt die Lungenfunktion. Zudem ist die Gefahr von Lungenkrebs erhöht, da der Cannabisrauch mehr Teer bzw. krebserregende Stoffe enthält als eine vergleichbare Menge Tabakrauch. Werden so genannte Joints geraucht, so enthalten diese in der Regel auch Tabak, der ebenfalls krebserregende Stoffe enthält.
- Auswirkungen des Cannabiskonsums in der Schwangerschaft und auf das Neugeborene sind umstritten.
- Die Forschung hat ebenfalls keine eindeutigen Belege für den Einfluss von Cannabis auf das Hormon- und Immunsystem erbracht. Allerdings ist nicht auszuschließen, dass es bei Cannabiskonsum in der Pubertät zu einer verzögerten Entwicklung kommen kann.

### **Psychische und soziale Folgen**

- Bei dauerhaftem Konsum kann sich eine psychische und eine milde körperliche Abhängigkeit entwickeln.
- Verbreitet ist die Annahme, dass Cannabis Psychosen auslösen kann. Die Forschung ist hierzu allerdings nicht eindeutig.
- Dauerhafter und intensiver Cannabiskonsum kann mit allgemeinen Rückzugstendenzen einhergehen. Dabei stehen Betroffene den Aufgaben des Alltags (Schule, Beruf etc.) häufig gleichgültig gegenüber. Lange Zeit sprach man in diesem Zusammenhang von einem so genannten "Amotivationalen Syndrom", das durch den Cannabiskonsum ausgelöst werde. Heute gilt die Annahme einer eindimensionalen Ursache- Wirkung- Beziehung als nicht mehr haltbar. Vielmehr müssen Eigenschaften der Person, die unabhängig vom Cannabiskonsum vorhanden sind, zur Erklärung eines demotivierten Gemütszustands herangezogen werden.



## **Cannabis und Psychose**

Durch die Einnahme von Cannabis - besonders von hohen Dosen THC - können akute psychotische Symptome ausgelöst werden. Diese verschwinden in der Regel wieder nach einigen Tagen.

Eine eigenständige "Cannabispsychose" ist nicht belegt. Man geht hingegen davon aus, dass bei vulnerablen (anfälligen) Personen, die Cannabis konsumieren, eine bislang verborgene psychotische Erkrankung eher zum Ausbruch kommt als bei abstinenten.

Relativ unstrittig ist, dass nach der Einnahme von Cannabis psychotische Symptome möglich sind. Besonders nach hohen Dosen von THC kann eine toxische Psychose ausgelöst werden, die gekennzeichnet ist durch Desorientiertheit, Halluzinationen, Depersonalisierung (gestörtes Ich-Gefühl) und paranoide Symptome. Diese Symptome verschwinden jedoch wieder nach einigen Tagen Abstinenz und hinterlassen in der Regel keine Folgeschäden.

In diesem Zusammenhang wurde in der Forschung lange Zeit auch über die Eigenständigkeit einer "Cannabispsychose" diskutiert, das heißt einer dauerhaften Psychose, die ausschließlich durch den Konsum von Cannabis ausgelöst wird. Heute geht man davon aus, dass es eine "Cannabispsychose" nicht gibt, sondern in diesen Fällen das Krankheitsbild der Schizophrenie vorliegt. Unklar ist allerdings, ob die an Schizophrenie Erkrankten auch ohne den Konsum von Cannabis an dieser einschneidenden Krankheit leiden würden. Man geht davon aus, dass es Personen gibt, die vulnerabel (anfällig) sind für die Erkrankung an Schizophrenie, und dass Cannabis die latente (verborgene) Psychose zum Vorschein bringen kann. Wissenschaftlich ließ sich die "Trigger-Hypothese" bislang zwar nicht eindeutig belegen, allerdings spricht einiges dafür, dass Cannabiskonsum den Ausbruch einer Schizophrenie beschleunigen kann, das heißt dass die Personen früher psychotische Symptome entwickeln als solche, die kein Cannabis konsumieren.

Etwa ein Prozent der Bevölkerung ist grundsätzlich von Schizophrenie gefährdet. Meist tritt die Krankheit zwischen der Pubertät und dem Alter von 30 Jahren auf. Dabei scheinen genetische Faktoren eine bedeutende Rolle zu spielen. Auffällig ist, dass unter den an Schizophrenie erkrankten Patienten ein höherer Anteil an Cannabiskonsumenten ist, als in der übrigen Bevölkerung. Diese Patienten nutzen vermutlich - genauso wie andere Konsumenten - die entspannende Wirkung von Cannabis.

Jedoch haben Studien ergeben, dass der Krankheitsverlauf dadurch eher ungünstig beeinflusst wird und mehr Rückfälle (erneute psychotische Schübe) zu verzeichnen sind, als bei Abstinentern.

---

## **Cannabisabhängigkeit**

Regelmäßiger Cannabiskonsum kann zu einer psychischen und einer milden körperlichen Abhängigkeit führen.

Kennzeichnend für eine Abhängigkeit sind erfolglose Versuche, den Konsum zu reduzieren oder einzustellen.

Solche Versuche sind meist gekennzeichnet mit typischen Symptomen wie innere Unruhe, Nervosität, Ängstlichkeit oder Depressionen.



Sichere äußere Anzeichen für eine Abhängigkeit gibt es nicht. Psychosoziale Risikofaktoren für eine Abhängigkeitsentwicklung sind in erster Linie:

- eine labile psychische Gesundheit
- ausschließlich Drogen konsumierende Freunde
- frühzeitiger Beginn des Cannabiskonsums (unter 16 Jahren)
- mangelnde soziale Unterstützung (in der Familie, von Freunden)
- allgemeine soziale Perspektivlosigkeit (z. B. Arbeitslosigkeit)
- kritische Lebensereignisse (z. B. Trennungserlebnisse)

Erst in der jüngsten Vergangenheit wurden in der Forschung Belege dafür erbracht, dass der dauerhafte Konsum von Cannabis mit Toleranzentwicklung und Entzugserscheinungen einhergehen kann. Beides sind wesentliche Kriterien für das Vorliegen einer körperlichen Abhängigkeit. Allerdings ist die körperliche Abhängigkeit bei weitem nicht so stark ausgeprägt wie beispielsweise bei Alkohol- oder Opiatabhängigen. Die psychische Abhängigkeit, die mit dem starken Wunsch verbunden ist, zu konsumieren, kann jedoch intensiv ausgeprägt sein. Betroffene Cannabiskonsumanten können den Konsum nicht mehr reduzieren oder haben bereits einige erfolglose Versuche hinter sich, den Konsum zu beenden.

Man geht davon aus, dass etwa 4 - 7 Prozent aller Cannabiskonsumanten eine Abhängigkeit entwickeln.

Die Gefahr, abhängig zu werden, ist nicht für jede/n Konsumierende/n gleich. Je nachdem, in welchem Maße so genannte psycho-soziale Risikofaktoren vorliegen, kann eine Person mehr oder weniger gefährdet sein, eine Abhängigkeit zu entwickeln. So geht man davon aus, dass psychische Probleme wie beispielsweise Depressionen das Risiko erhöhen, Cannabis im Sinne einer "Selbstmedikation" zu missbrauchen. Somit liegt das "wahre" Problem in vielen Fällen nicht primär in der Substanzwirkung, sondern in der psychischen Grundproblematik begründet.

Als ein wichtiger Risikofaktor gilt vor allem der frühe Einstieg in den regelmäßigen Cannabiskonsum: Je früher bereits regelmäßig Cannabis geraucht wird, desto wahrscheinlicher entwickeln sich später z. B. Abhängigkeitsprobleme. Als weitere Risikofaktoren sind auch der frühe Einstieg in den Zigaretten- und Alkoholkonsum zu nennen.

Das Risiko des Umstiegs auf andere "härtere" Drogen wurde lange Zeit unter dem Stichwort "Einstiegsdroge" kontrovers diskutiert. Dabei wurde die Beobachtung, dass fast alle Heroinabhängigen früher Cannabis geraucht hatten, zum Anlass genommen, Cannabis für den Umstieg auf Heroin verantwortlich zu machen. Was für Heroinabhängige rückblickend stimmt, trifft jedoch nicht auf Cannabiskonsumanten zu. Tatsächlich steigt nur ein sehr kleiner Teil der Cannabiskonsumanten auf andere Drogen um.