



حشیش

ماری جوانا مخلوط سبز، قهوه ای یا خاکستری رنگی از برگ ها، ساقه ها، تخم ها و گل های گیاه شاهدانه است که خشک و خرد شده اند. کاناбіس (حشیش) لغتی است که به ماری جوانا و سایر موادی ساخته شده از همان گیاه اطلاق می گردد.

اسامی رایج این ماده عبارتند از: گراس، بنگ، وید، سیگاری، علف، ماری جین، عمه مری، اسکانک، گانگستر، کیف (kif)، چای تگزاسی، ماووی ووی، کرونیک

همه انواع حشیش باعث هشیاری موقت ذهنی می شوند و به این جهت روان گردان نامیده می شوند. به عبارت دیگر آن ها عملکرد مغز را تغییر می دهند. حشیش شامل بیش از ۴۰۰ ماده شیمیایی است که مهمترین آن THC یا تتراهیدروکانابینول می باشد. و میزان این ماده در حشیش قدرت آن را مشخص می سازد. میزان تتراهیدروکانابینول موجود در حشیش از سال ۱۹۸۰ رو به افزایش است.

امروزه اشکال قوی تر ماری جوانا نسبت به دهه ۱۹۷۰ و ۱۹۸۰ در اختیار نوجوانان قرار دارد. ماری جوانای قوی تر یعنی اثرات و عوارض بیش تر.

حشیش عموماً از طریق روش های مختلفی دود می شود: پیپ ها، قلیان ها، سیگارت، یا در کاغذ سیگارهایی که خالی شده اند. حشیش گاهی بصورت خوراکی، معمولاً با مخلوط کردن در غذا نیز مصرف می شود. به تازگی دستگاههایی ساخته شده اند که حشیش در آن ها تبخیر می شود. تبخیر مستلزم حرارت دادن به مواد گیاهی برای آزاد کردن مواد شبه حشیش روان گردان جهت استنشاق است. مانند سایر مواد روان گردان، دود کردن و تبخیر، معمولاً موجب شروع سریع تر و تجربیات شدیدتر تأثیرات دلخواه می باشد.

علائم مصرف حاد و مزمن عبارتند از چشمان قرمز (پرخونی ملتحمه)، بوی حشیش روی لباس، زردی نوک انگشتان (در اثر دود کردن حشیش)، سرفه مزمن، سوزاندن عود (برای پنهان کردن بو)، اشتیاق و تکانه اغراق آمیز برای غذاهای خاص گاهی در مواقع غیر عادی روز یا شب

اثرات کوتاه مدت مصرف حشیش عبارتند از:

- احساس آرامش، آزادی و راحتی
- تجربه رنگ های شفافتر، صداها و بوهای مشخص تر و مجزا تر
- برخی مصرف کنندگان پرحرف تر و شاد تر می شوند و برخی ساکت تر و گوشه گیر تر
- آهسته شدن زمان واکنش، افزایش ناشیگری
- اشکال در یادگیری
- فراموشکاری
- اشکال در تمرکز

مسمومیت با حشیش

- مسمومیت با حشیش معمولاً با احساس نشئگی شروع می شود و پس از آن نشانه هایی روی می دهد که سرخوشی همراه با خنده نامناسب و خود بزرگ بینی، تسکین، بی حالی، اختلال در حافظه کوتاه مدت، مشکل در انجام دادن فرایندهای ذهنی پیچیده، قضاوت معیوب، ادراک های حسی تحریف شده، عملکرد حرکتی معیوب و احساس اینکه زمان به کندی می گذرد را شامل می شوند. گاهی اضطراب، ملالت یا کناره گیری اجتماعی نیز روی می دهند.

- اغلب مواد شبه حشیش قابل حل در چربی هستند، تأثیرات حشیش ممکن است گاهی ادامه یابند یا ۱۲ تا ۲۴ ساعت دوباره روی دهند که علت آن آزاد شدن آهسته مواد روانگردان از بافت چربی است.

اکثر افراد مصرف کننده حشیش، به آن اعتیاد پیدا می کنند. هنگامی که فرد مصرف کننده شروع به جستجوی ماده و تهیه آن بصورت فوری می کند، گفته می شود که نسبت به ماده وابسته یا معتاد شده است. برخی مصرف کنندگان افراطی حشیش در صورت عدم مصرف آن، دچار علائم محرومیت می شوند.

توقف ناگهانی مصرف روزانه یا تقریباً روزانه حشیش اغلب به شروع نشانگان ترک حشیش منجر می شود. معمولاً ۲۴ تا ۷۲ ساعت بعد از ترک علائمی مانند تحریک پذیری، خشم یا پرخاشگری، اضطراب، خلق افسرده، بیقراری، مشکل خواب، کاهش اشتها یا کاهش وزن بروز می کنند.

نشانگان ترک حشیش گرچه معمولاً به اندازه نشانه ترک الکل یا تریاک شدید نیست، ولی می تواند ناراحتی قابل ملاحظه ای ایجاد کند و به مشکل ترک کردن یا برگشت در کسانی که سعی می کنند از آن پرهیز کنند کمک کند.

اثرات طولانی مدت مصرف عبارتند از:

- سرفه مزمن
- عفونت های ریه و سرطان
- کاهش توانایی برای حافظه کوتاه مدت، تمرکز و افکار انتزاعی
- کاهش انگیزه
- مصرف مزمن حشیش می تواند بی انگیزشی ایجاد کند که به اختلال افسردگی مداوم (افسرده خوبی شباهت دارد) که خود را در عملکرد تحصیلی ضعیف و مشکلات شغلی آشکار می سازد.
- دود کردن حشیش حاوی سطوح بالای ترکیبات سرطان زاست که مصرف کنندگان مزمن را در معرض خطر بیماری تنفسی مشابه با آنچه توسط سیگاری ها تجربه می شود قرار می دهد.

عوامل خطر ساز مصرف:

- شروع مصرف حشیش (قبل از سن ۱۵ سالگی)، پیش بینی کننده قدرتمند شکل گیری اختلال مصرف حشیش و انواع دیگر اختلالات مصرف مواد و اختلالات روانی در طول جوانی است. این گونه شروع زود هنگام احتمالاً با نشانه های اختلال سلوک ارتباط دارد و احتمالاً عامل خطری برای شکل گیری اختلالات سلامت روان است.
- سابقه اختلال سلوک در کودکی یا نوجوانی و اختلال شخصیت ضد اجتماعی، عدم موفقیت تحصیلی، سیگار کشیدن، موقعیت خانوادگی بی ثبات یا بهره کش، سابقه خانوادگی اختلال مصرف مواد، مصرف حشیش در اعضای خانواده نزدیک، جایگاه اجتماعی - اقتصادی پایین، دسترسی راحت به مواد.

نتایج برخی از تحقیقات در زمینه عوارض مصرف ماری جوانا و حشیش عبارتند از:

تخریب ها در افرادی که قبل از ۱۶ سالگی شروع به مصرف کرده اند نسبت به افرادی که بعد از ۱۶ سالگی شروع مصرف کرده بسیار بیشتر است.

احتمال مردود شدن در مدرسه در افرادی که قبل از سن ۱۶ مصرف کرده اند بیشتر است.

تصاویر مغزی نشان داد بخش های از مغز توانایی خود را از دست می دهند.

کاهش بهره هوشی

افت تحصیلی

احتمال فارغ التحصیل شدن از دانشگاه نسبت به افراد غیر مصرف کننده کمتر

در افرادی که قبل از ۱۶ سالگی بعد از یکسال قطع مصرف عملکرد مغز بهبود پیدا نکرد.

ضعف در حافظه توجه توانایی برنامه ریزی حتی پس از قطع مصرف در افراد مصرف کننده سنگین

حشیش بر بسیاری از مهارت های لازم در رانندگی اثرات بدی دارد. رانندگی در حالت سرخوشی شدید، می تواند

منجر به تصادفات رانندگی شود.

مصرف کنندگان حشیش مانند افرادی که تنباکو مصرف می کنند در معرض مشکلات تنفسی مشابهی قرار می

گیرند مانند سرفه مزمن و سرما خوردگی های مزمن و عفونت های مکرر تنفسی

پیشگیری :

برای پیشگیری از مصرف مواد توسط نوجوانان هیچ سلاح جادویی وجود ندارد. اما والدین می توانند با صحبت کردن

درباره خطرات مصرف حشیش و سایر مواد مخدر، حضور فعال در زندگی وی (مشارکت در کارهای مدرسه،

تفریحات و فعالیت های اجتماعی) بسیار تاثیرگذار باشند.

درمان:

برنامه های درمانی بر مشاوره و سیستم های گروهی حمایتی تمرکز می کنند.

تهیه و تنظیم: محبوبه مظفری

کارشناس ارشد مشاوره

فهرست منابع:

- Gogek,e.(2015). Marijuana debunked,A handbook for parents,pundits and politicians who want to knw the case against legalization,north carolina:chiron
- انجمن روانپزشکی آمریکا (۱۳۹۳). راهنمای تشخیصی و اختلالات روانی ویراست پنجم، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر روان
- حشیش (ماری جوانا): حقایق برای والدین (۱۳۹۰). موسسه ملی سوء مصرف داروها، ترجمه سلطانی، ه، جعفری، ف، انتشارات، تهران:سپید برگ
- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد (۱۳۹۰) مشکلات مصرف مواد: کتاب تمرین. ترجمه هدیه سلطانی و ناصر خسروی