

# CANNABIS



LEAT GO DUS VÁTTISVUOĐAT  
MAT GUSKET GÁRRENMIKKUID  
GEAVAHEAPMÁI?



LOGA EANET  
LIIGEVÁIKKUHUSAI JA  
VÁRROGASVUOĐAID BIRRA.



## MII LEA CANNABIS?

Cannabis lea šaddu mii gullá hampjovkui. Cannabisšattu doaibmanávdnasiid namma lea cannabinoidat. Dat gávdnojit mánggalágan dakkára, muhto dat mii lea deháleamos gárihuvvamii lea THC.

### Cannabis boahhtá mángga hámis ja sáhtta geavahuvvot mánggaládjje

**Hášša** leat ruškes dahje čáhpes čolttut mat leat ráhkaduvvon cannabisšattus. Dat mollejuvvo ja borgguhuvvo dávjá duhpáhiin. Hášša lea šaddan garrasit dan maŋemus 10–15 jagi ja sáhtta rievddadit gaskkal 2 ja 49 % THC, ja gaskamearri lea sullii 27 %.

**Marihuana** lea cannabisšattu liedit mat millejuvvojit dahje mollejuvvojit ovdal geavaheami, ja dan borgguhit juogo nuvttá dahje duhpáhiin. Maiddái marihuana lea šaddan garrasit daid maŋemus jagiid, muhto dat man garas dat lea rievddada olu (gaskkal 1–28 %). Gaskamearri lea sullii 15 % THC.

**Cannabisolju** lea konsentrerejuvvon ja golgi cannabis mas lea olu THC. Olju ii leat nu dábálaš atnit, muhto dan sáhtta sihke borrat, borgguhit ja vapet. Dan dihte go cannabisolju lea nu garas, de dat sáhtta hui garrasit gárihuhttit, erenoamážit olbmuid geat eai leat hárijánan.

**Edibles** leat cannabisbuktagat maid sáhtta borrat. Dakkarat gávdnojit mángga hámis, nu go brownies, keavssat, njálgát ja juhkosat. Go cannabis njiellá, de ádjána guhkit gárihuvvat go dalle go dan borgguha. Dan dihte lea bahá borrat beare olu ovdal go das dovdá maidege. Go cannabis borra, de rievdá THC eará ávnnasin vuovasis (11-hydroxy-THC). Dat ávnnas gárihuhtta garraseappot ja bistá guhkit, ja oallugat dovdet dan dihte ahte «edibles» doibmet hirmáhuhtti garrasit.

**Vapet** leat elektrovnnalaš apparáhtat maiguin ligge cannabis nu ahte dan lievdi vuoiŋná. Gávdnojit vapet mat leat ráhkaduvvon sihke olju ja šaddoávdnasa väste. HHC ja delta-8-THC leat odđa cannabisávdnasat mat sulástahttet THC, muhto daid effeakta ii oro liikká garas, ii ge bistte liikká guhká. HHC lea šaddan lobiheapmen Norggs – várut fal, muhtun websiidut sáhttet vuovdit buktagiid maid dadjet lobálažžan vaikko ii leat duohta.

**Syntehtalaš cannabinoidat** leat «kemalaš cannabis». Dat leat eará ávdnasat mat doibmet seamma sajiin vuoiŋnamaččain, muhto sáhttet leat olu garraseappot go THC. Daid lea dan dihte

váttis doseret, ja oallugat dovdet unohis reakšuvnnaid. Dan dihte go dát ávdnasat leat garraseappot, de leat dat maid olu várálaččabut dearvvašvuhtii go cannabisšattu ávdnasat.

### Doseren

Dábálaš hášša- dahje marihuana dosat go borgguha lea 0,2–0,3 gramma, muhto dat vuolgá das man garas dat cannabis lea. Dat lea maid dehálaš man olu cannabis leat ovdal geavahan. Jus it leat hárijánan cannabisai, de gánnáha álgit unna dosažiin. Jus áigu borrat dahje juhkat cannabis, de gánnáha váldit unnit, dan dihte go sáhtta šaddat garraset effeakta mii bistá guhkit.



## GUHKESÁIGGI- GEAVAHEAPMI, RISKA JA DARVÁNEAPMI

Sii geat geavahit cannabis jamma sáhttet dovdat iežaset váibaseabbon, ahte lea unnit motivašuvdna, ja dovdat váttisvuodaid oadđimiin, muihtuin ja konsentrašuvnnain. Dat láve dábálaččat buorránit jođánit maŋnel go heaitá.

Jus seaguha cannabis duhpáhiin de dat čuočká eambo geahppáide ja stuorida riskka oazžut dávddaid nu go KOLS ja borasdávdda. Gávdnojit dutkammat mat čájehit ahte sii geat geavahit olu cannabis nuorran, ožžot dávjjibut váttisvuodaid maŋnelaš eallimis.

Olu cannabisgeavaheapmi nuorran stuorida riskka oazžut psyhkalaš váttisvuodaid nu go balu, paranoia ja psykosa. Sáhtta maid darvánit dasa ja dovdat stađuhisvuoda, oadđinváttisvuodaid ja suhtu. Dat sáhtta leat vearrát nuoraide dan dihte go vuoiŋnamaččat leat hearkkibut go olmmoš lea nuorra.

### Movt sáhtta dovdat ahte lea darvánan?

- Dovddat ahte «fertet» geavahit, vaikko dagaha ge váttisvuodaid.
- Geahččalat váldit bottuid das, muhto it nagot.
- Jurddašat olu cannabis birra ja plánet beaivvi dan mielde.
- Beroštat unnit áššiin maidda ovdal lávejit liikot.

Dasa gávdno veahkki. Sáhtat váldit oktavuoda nuoraid dearvvašvuodastašuvnnain, suohkana gárrendillebálvalusain dahje oktavuodaolbmui - dahje oazžut veahki anonyma [www.rusinfo.no](http://www.rusinfo.no) bokte.

Sáhtat maid atnit **HAP-áppa** (HáššaHeaitinProgámma), mii fállá nevvuma, hárjehusaid ja doarjaga dutnje gii háliidat unnidit dahje heaitit geavaheames cannabis.



## MOVT DOAIBMÁ CANNABIS?

**THC** ( $\Delta$ -9-tetrahydrocannabinol) lea dat ávnnas cannabis mii gárihuhtta. THC čatnása reseptoriidda vuoiŋnamaččain ja rupmašis dan bokte mii gohčoduvo «endocannabinoida vuogáđahkan». Dat lea vuogádat rupmašis mii lea mielde váikkuheame moktii, muitui, borramillii, bákčasiidda ja lihkaeapmái.

**CBD** (cannabidiol) ii gárihuhte seammaládjje, muhto sáhtta váidudit unohas váikkuhusaid mat bohtet THC:s nu go balu ja stađuhisvuoda. Dálá cannabis lea eambo THC go mii ovdal lávii, ja cannabis mas lea (olu) eambo THC go CBD stuorida dan vára vásihit liigeváikkuhusaid ja unohis vásáhusaid.

### Go álgá gárihuvvat

Jus borgguha dahje vape cannabis, de dovdogoahhtá dábálaččat moadde minuhta maŋnel ja sáhtta bistit 3–4 diimmu. Dávjá dovdo eanemusat 20–30 minuhta maŋnel. Muhtunlágan vapet sáhttet gárihuhttit eambo go dábálaš borgguheapmi, nu ahte gánnáha álgit várrogasat.

Jus borat dahje jugat cannabis de ádjána guhkit ovdal go dovdogoahhtá mihkkege. Muhtomin sáhtta ádjánit 1 dahje 2 diimmu ovdal go dovddat maidege. Jus olmmoš šaddá stađuheapmin de sáhtta leat álkít váldit eambo, muhto de sáhtta ges váldit beare olu.

Oallugat čilgejit dan gárihuvvandovdu oadjudeaddjin ja vuogasin. Dovdagat nu go čuoŋga, jienat ja ivnnit sáhttet dovdot garraseabbon, ja áigi sáhtta dovdot earálaganin. Muhtumat álget boagustit, jurddašit čieŋgalis jurdagiid ja dovdet iežaset eambo kreatiivan. Lea maid dábálaš ahte šaddá biebm- dahje njálggatmiella.

### Unohisvuoha ja váikkuhusat geavaheamis

Cannabis liigeváikkuhusat (unohas váikkuhusat) sáhttet rievddadit olu olbmossat. Muhtumat eai dovda nu olu, ja earát ges sáhttet dovdat balu, panihka, paranoia dahje jorbodeami. Lea maid dábálaš ahte váibmu coahkká jođáneappot, njálbmi goiká, čalmmit ruvsodit, váibmu moiddodišgoahhtá dahje oaivi jorrangoahhtá.

Cannabis sáhtta muhtomin dagahit psykosadovdomearkkaid, nu go hallusinašuvnnaid ja/dahje botnjá olbmo jurdagiid. Olmmoš sáhtta jurddašit ovdamearkka dihte ahte earát gielistit dahje oaguhit du. Dakkar dáhpáhusat sáhttet leat dakkarat mat bistet dušše moadde minuhta, muhto muhtomin sáhttet leat hui inteanssat mat bistet diibmoviissaid dahje mánga beaivvi.

Eanas dát váikkuhusat jávket go olmmoš čielgá, muhto jus bistet vel guhkit, de berre hupmat muhtumiin dan birra. Sáhtat ovdamearkka dihte váldit oktavuoda nuoraaid dearvvašvuodastašuvnnain dahje iežat doaktáriin.



## RÁVVAGAT SIHKKARET GEAVAHEAPMÁI

- Álge unnanaččain ja vuordde. Erenoamážit jus it leat hárrjánan. Borgal okte dahje guktii ja vuordde unnimusat 10 minuhta ovdal go árvvoštalat eambbo váldit. Jus borat dahje jugat cannabis, de sáhtta ádjánit gitta guokte diimmu ovdal go dovddat maidege – leage gierdevaš. Effeakta stuorru dadimielde.
- Ale seagut cannabis alkoholain, dálkasiiguin ja eará gárrenmirkkuiguin. Dat sáhtta dahkat ahte gárihuvat eambbo ja lea váttis einnostit movt šaddá.
- Ale fuola cannabis olbmui geaid it dovdda dahje geaidda it luohte.
- Jus dovddat huša, váivvi dahje ahte leat illáveaje, de sáhtta cannabis dovdot garraseabbon dahje unohasabun. De sáhtta gánáhit vuordit dassá go dovddát iežat buorebut.
- Borgguheapmi sáhtta unohastit geahppáid ja dagahit gosahaga dahje vuoignanválttisvuodaid. Ii gánáat vuoignádit nu olu dahje doallat vuoignahaga. Vapemiin bohtet unnit buollinávndasat geahppáide, muhto dainna maid gárihuvvá dávjjit garraseappot – geavat unnit dosa.
- Geavat cannabis sihkkaris báikkis, áinnas olbmui geaid dovddat. Jus ballagoađat dahje suorganat, mana eret, vuoigná jaskadit ja jeara veahki muhtumis geasa luohát.
- Jus dus lea leamašan psykosa dahje psykalaš váttut (omd. ballu dahje deprešuvdna), de ávžžuhuvvo ahte ii geavat cannabis dan dihte go dat sáhtta vearáskahttit dan dili.



## KOMBINAŠUVDNA EARÁ GÁRREN-MIRK KUIGUIN

Jus seaguhat cannabis eará gárrenmirkkuiguin de sáhtta leat váttis einnostit movt dat manná. Seaguhuvvon gárrenmirkkut sáhttet dahket ahte gárihuvvá vel eambbo dahje ahte unnit, ja go daid geavaha oktanis de lea maid eambbo riska ahte sáhtta šaddat unohassan. Jus cannabis geavaha eará ávdnasiiguin oktanis, de berre leat hui várrogas dainna man olu váldá.

Cannabis sáhtta ovtta **alkoholain dahje váidudeaddji ávdnasiiguin** dahkat olbmo váibbasin, ahte šaddá oaivejorgasii dahje ahte váibmu moiddodišgoahtá. Ávdnasiiguin nu go **amfetamiinnain dahje kokaiinnain (guovddášváikkueaddji)** sáhtta šaddat eambbo staduheapmin ja balusin. Dat rievddada olu olbmos olbmui.

**Psykedelalaš ávdnasiiguin nu go guobbarriiguin ja LSD:in** sáhtta cannabis dahkat vásáhusa garraseabbon ja mihá eambbo inteansan.



## MEDISIINNALAŠ CANNABIS

Gávdnojit muhtun norgalaččat geat ožžot cannabis reseapttas dálkkasin. Daid pasieanttaid lea doavttir árvvoštallan ahte sii dárbašit dan dálkkasin, ja dávjá geahččaluvvojit olu eará dálkasat ovdal go iská lea go cannabis ávki. Muhtumat dain pasieanttain vižžet sin dálkasiid olgoriikkas ja earát ges apotehkas Norggas.

Doaktárat sáhttet čállit reseapta muhtun dálkasiidda main lea cannabis mii lea dohkkehuvvon Norggas. Jus lea sáhka dálkasis mas lea olu THC, de ferte spesialista čállit dan reseapta.



## VARRA-, ČOLGA- JA GOŽŽAISKOSAT

Go varas ja čolggas iská cannabisgeavaheami, de lea THC maid isket, ja goččas lea THC-sivri (bázahus THC:s). Man guhká dan ávdnasa sáhtta gávdnat rievddada olbmos olbmui. Dat boahat das movt rumaš dan boaldá ja man olu ja dávjá dan geavaha.

Jus geavaha cannabis dušše okte, de dan sáhtta oaidnit čolgaiskosis dahje varraiskosis mánga diimmu maŋŋel, ja mánga beaivvi (gitta vahkku) maŋŋel gožžaiskosiin.

Jus geavaha cannabis jeavddalaččat, de dan sáhtta oaidnit mihá guhkit. De sáhtta čolgaiskosis dahje varraiskosis oaidnit mánga beaivvi maŋŋel, ja mánga vahkku dahje mánga mánu maŋŋel gožžaiskosis.



## ÁHPEHISVUOHTA JA NJAMAHEAPMI

Gávdno dutkamuš mii čájeha ahte áhpeheami eai berre geavahit cannabis, dan dihte go dat sáhtta čuohtat mánnái negatiivvalaččat.

THC manná čizžemiellkái ja sáhtta čuohtat mánnái. Dan dihte eai berre njamaheaddjit geavahit cannabis. Mađi eambbo ja dávjjit dan geavaha, dađi stuorát riska.

Cannabis sáhtta maid čuohtat dievdoolbmuid siepmankvalitehtii, muhto dat rievddada olu olbmos olbmui.



## LÁGAT CANNABISA BIRRA

Norggas lea lobiheapme geavahit dahje vurrkodit cannabis reseptta haga. Lea dálkkasláhka mii dan mudde, ja geavaheapmi dahje vurrkodeapmi ránggáštuvvo dábálaččat sáhkuin – dalle maid go lea unnanaččas sáhka. Muhtun dilálašvuodain sáhtta geavvat čohkkat, dat vuolgá das man olus lea sáhka ja dilálašvuodas.

Go lea sáhka stuorát hivvodagain, dahje jus lea suollemasfierrredeamis, buvttadeamis dahje vuovdimis sáhka, de geavahuvo ránggáštusláhka. De sáhtta ránggáštus šaddat sakka garrasit, ja duodalaš áššiin sáhtta šaddat mánga jagi čohkkat giddagasas.

Vaikko dál digáštallet ge politihkalaččat rievdadit njuolggadusaid, de lea dálá láhka čielggas: Maiddái unna hivvodagažat leat lobiheamet. Seammás dettuhuvvo eanet ahte eanet dat ahte dustet olbmuid geat duodas rahčēt gárrenmirkkuiguin dearvvašvuodavehkiin ovdalii go ránggáštusain.

### Cannabis ja biilavuodjin

Biillain vuodjit go lea cannabis geavahan lohkkokuvo promillavuodjim. Norggas leat mis garra lágat dasa, nu ahte jus geavahat cannabis dávjá de sáhtat dubmehallat vuodjimis gárrenoavvis vaikko lea ge mánga diimmu áigi go geavahit cannabis ovdal go válddahallet. Sáhtta gánáhit vuordit vaikko mánga jándora dan rájes go maŋemus atnet cannabis ovdal go vuoját jus leat atnán olu ja dávjá. Jus válddahalat vuodjimis gárrenoavvis, de sáhtat sáhkkoallat, massit vuodjinkoartta – ja muhtin dilálašvuodain geavvat giddagasii.

Cannabisgeavaheapmi sáhtta dahkat ahte it deavdde dearvvašvuodagáibádusaid vuodjinkortii – vaikko it goassege vuoje go leat gárreimiin. Doaktáriin, psykologain ja optihkáriin lea geatnegasvuohta dieđihit jus oaivvildit du gárrenmirkogeavaheapmi čuohtá du dearvvašvuhtii nu ahte lea várálaš johtolahkii. Dat mearkkaša ahte geavaheapmi čuohtá nu olu dearvvašvuhtii ahte čuohtá návcaide vuodjit sihkkarit, sihke dalle go leat geavahan dan ja dalle go it leat. Ii gávdno makkárge dihto ráđji, muhto práksis árvvoštallet olu doaktárat ahte go geavaha cannabis muhtomin, de ii deavdde vuodjinkoartta dearvvašvuodagáibádusaid.

## Maid dagat jus muhtin buohccá go lea geavahan cannabis?

- Ringe 113:i dakkavide – Oaččo profješunella veahki jođánit.
- Iskka vuoignama ja váibmoravkima
  - Vuoigná go? Bija su stabiillat gilgga nala.
  - Ii vuoigná? Bivdigoade heakka ja sida bagadallama 113:s.
- Ale atte juhkosa olbmui gii ii leat gozuid nalde – son sáhtta buvvot dainna.
- Muital dearvvašvuodabargiide: Muital maid lea váldán, ja jus it dieđe, de bagadala symptomaid.
- Ale guode olbmo: Vaikko dilálašvuohta sáhtta leat ilgat, de lea deháleamos gávdnat veahki. Dearvvašvuodabargiin lea jávohisvuodageatnegasvuohta. Lea álo buoret ringet 113:i oktii beare olu go oktii beare unnán!

Dárbašat go veahki cannabisain dahje eará gárrenmirkkuiguin?

## Dárbašat go veahki gárrenmirkkuiguin dahje eará narkotihkaiguin?

Jus háliidat heaitit dahje unnidit geavaheami, de gávdno veahkki. Áppa HAP (HáššaHeaitinProgámma), maid Uteseksjonen i Oslo ja RUSinfo leat ráhkadan addá dieđuid, cavgilemiid ja doarjaga dadimielde.

Uteseksjonen fállá maid ságastallamiid. Dasa lassin sáhtat hupmat fástadoaktáriin, nuoraid dearvvašvuodastašuvnnain dahje sáhtat váldit oktavuoda gárrendillebálvalusain doppe gos orut. Olu suohkaniin lea maid fállaldat háššaheaitima birra.

Leat go dus jearaldagat dahje dárbašat go soapmása geainna humat?

Jus dárbašat veahki, muhto háliidat leat anonyma, de sáhtat váldit oktavuoda RUSinfoin telefovnna bokte: 915 08588 dahje chat bokte: [www.rusinfo.no](http://www.rusinfo.no).