
Merkblatt

Cannabis

Cannabiskonsum bei Jugendlichen in der Schweiz

In der Schweiz ist Cannabis die am häufigsten konsumierte illegale Droge. Gemäss einer Studie von Suchtmonitoring Schweiz haben 41 Prozent der 13- bis 29-Jährigen schon einmal Cannabis ausprobiert. Die Suchtprävention des Kantons Zürich hat sogar gefunden, dass 68 Prozent aller unter 20-Jährigen angeben, bereits einmal berauschendes Cannabis konsumiert zu haben. Der Erstkonsum findet dabei gemäss ihnen meist im Alter zwischen 15 und 17 statt und nimmt ab 25 kontinuierlich ab. Die Mehrheit nimmt Cannabis dabei maximal ein- oder zweimal pro Woche zu sich. Ein Viertel aber öfters oder sogar täglich. Laut Schätzungen entwickeln zehn Prozent der Konsumierenden eine Abhängigkeit.

Cannabis wird meistens zusammen mit Tabak geraucht, wird jedoch auch häufig über das Essen zu sich genommen. Manchmal wird es auch beim sogenannten «Vaping» inhaliert oder in Getränken wie Milch oder Tee getrunken.

Eintritt und Dauer der Wirkung

Wird Cannabis in einem Joint konsumiert, stellt sich die Wirkung innerhalb kurzer Zeit ein. Nach etwa 15 bis 30 Minuten ist der Rausch am grössten und klingt nach zwei bis drei Stunden wieder ab. Mit Essen und Trinken vermischt (z.B. Kekse oder Tee) dauert es hingegen etwas länger bis

zum Wirkungseintritt. Die stärkste Wirkung entfaltet sich erst nach ein bis zwei Stunden und hält bis zu sechs Stunden oder länger an.

Jede Person reagiert anders auf das Rauschmittel: Die Wirkung hängt von der Menge und der Qualität des Cannabis sowie von der individuellen körperlichen und psychischen Verfassung der Konsumierenden ab.

Cannabis

Cannabis ist die botanische Bezeichnung der Hanfpflanze, welche die Substanz Tetrahydrocannabinol (THC) enthält. Diese psychoaktive Substanz ist jedoch nur in der weiblichen Hanfpflanze vorhanden. Am häufigsten wird Cannabis mit Tabak vermischt und als Joint geraucht, was umgangssprachlich als «Kiffen» bezeichnet wird. Cannabisprodukte weisen einen süsslichen Geruch auf.

Unter Haschisch versteht man das Harz aus den Blüten des Hanfs, welches umgangssprachlich auch als «Dope» oder «Shit» bezeichnet wird. Als Marihuana bezeichnet man die Blütenspitzen und Blätter der Hanfpflanze, welche umgangssprachlich auch «Gras» oder «Ganja» genannt werden.

Psychische und körperliche Wirkung von Cannabis

Aufgrund des Wirkstoffs Tetrahydrocannabinol (THC) wird beim Cannabiskonsum vor allem die Psyche aktiviert, da der Wirkstoff körperliche Neurotransmitter wie Dopamin oder Serotonin beeinflusst. Gefühle, Sinneswahrnehmungen und Gedächtnisleistungen werden beeinflusst. Nach dem Konsum von Cannabis erleben Konsumenten meist euphorische Gefühle, agieren emotional jedoch eher gelassen. Das Zeitempfinden kann sich ebenfalls verändern und einige haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren.

Der Cannabiskonsum hat aber auch starke körperliche Auswirkungen wie Mundtrockenheit, gerötete Augen, erweiterte Pupillen, erhöhte Herzfrequenz sowie ein gesteigerter Appetit. Diese Wirkungen setzen unmittelbar nach dem Konsum ein.

Gefahren des Cannabiskonsums

- Cannabiskonsum ist bei Jugendlichen unter 15 Jahren generell problematisch. Diese haben ein grösseres Risiko für längerfristige negative Folgen als Erwachsene. Sie befinden sich mitten in der körperlichen und psychischen Entwicklung und sind dadurch anfälliger für die Auswirkungen von Cannabis.
- Durch regelmässiges Kiffen werden die Gedächtnisleistung, die Merkfähigkeit und die Reaktionszeit beeinträchtigt.
- Vorhandene Depressionen und Ängste werden durch den Cannabiskonsum oft verstärkt. Deshalb kann der Konsum bei Menschen mit psychischen oder neurologischen Problemen Depressionen oder andere schwere psychische Krankheiten (wie Schizophrenie) auslösen oder diese verstärken.
- Cannabis steigert die Herzfrequenz, weshalb Personen mit Herzproblemen beim Cannabiskonsum besonders vorsichtig sein müssen.
- Hohe Dosierungen oder ein Erstkonsum können Panikattacken, Verfolgungsangst, Verwirrung sowie Halluzinationen auslösen. Es kann zu Schwindel, Übelkeit oder sogar zum Kreislaufkollaps kommen.
- Cannabiskonsum kann die Spermabildung und den Menstruationszyklus stören.

Schädlich für die Atemorgane

Für die Atemorgane ist der Cannabiskonsum schädlicher als der Tabakkonsum, weil der Rauch beim Kiffen fast ungefiltert inhaliert wird. Regelmässiges Kiffen kann deshalb eine beeinträchtigte Lungenfunktion zur Folge haben und das Risiko für Atemwegserkrankungen wie chronischen Husten, Entzündungen oder Krebs erhöhen.

Abhängigkeit

Regelmässiger Cannabiskonsum kann zu einer psychischen wie auch körperlichen Abhängigkeit führen. Anzeichen für einen problematischen Konsum sind:

- plötzlicher starker Leistungsabfall
- häufige Absenzen in der Schule oder am Arbeitsplatz
- Rückzug und Verschlossenheit, plötzlicher Freundeswechsel
- Unlust und Apathie:
Gleichgültigkeit gegenüber wichtigen Themen und alltäglichen Anforderungen
- Das Kiffen nimmt im Leben eine zentrale Rolle ein:
ohne Cannabis ist Entspannen, Einschlafen oder Arbeiten nicht mehr möglich

Anstieg THC-Gehalt

Internationale Studien haben den Eindruck bestätigt, dass der THC-Gehalt in den letzten Jahren gestiegen ist. So hat er sich in den USA von vier Prozent 1995 auf zwölf Prozent 2014 erhöht. In der Schweiz wurde 2020 eine grosse Schwankung des THC-Gehalts festgestellt. Bei Marihuana zwischen 4.8 und 21.2 Prozent und bei Haschich sogar zwischen 0.07 und 84 Prozent. Fachleute gehen dabei davon aus, dass vor allem problematisch konsumierende Leute zu den hochkonzentrierten Produkten greifen und sich somit einer hohen Gefahr für die Nebenwirkungen aussetzen.

Synthetische Cannabinoide

Synthetische Cannabinoide, auch als «Spice» bezeichnet, sind künstlich hergestellte Wirkstoffe, die in ihrer Wirkung dem THC ähneln. Laut der Suchtprävention des Kantons Zürich sind sie seit 2020 vermehrt im Umlauf und werden immer häufiger zum Problem.

Im Gegensatz zu gewöhnlichen Hanfprodukten haben synthetische Cannabinoide ein deutlich höheres gesundheitliches Risiko. Darunter Bewusstlosigkeit, Verlangsamung der Atmung, Krampfanfälle, Erbrechen, Delirium, Herzinfarkte sowie gewalttätiges Verhalten. Anders als bei pflanzlichem Cannabis kam es deshalb schon zu Todesfällen: In Europa wurden 2017 28 Todesfälle in diesem Zusammenhang gemeldet. In Deutschland waren es 2020 neun Todesfälle.

Besonders problematisch ist, dass die Dosierung von synthetischen Cannabinoiden nur schwer einzuschätzen ist. Zudem besprühen Händler und Händlerinnen legalen CBD-Hanf mit synthetischen Cannabinoiden und verkaufen so zu höheren Margen legales CBD-Cannabis als Rauschcannabis.

Gesetzliche Bestimmung

Cannabis, welches einen THC-Gehalt von einem Prozent oder mehr aufweist, untersteht dem Betäubungsmittel-Gesetz und ist in der Schweiz illegal. Anbau, Handel, Besitz und Konsum von Cannabis sind verboten. Erwachsene Personen, die mit mehr als zehn Gramm erwischt werden, erhalten eine Verzeigung wegen Verdachts auf Cannabishandel und machen sich strafbar. Besitz von weniger als zehn Gramm für den eigenen Konsum ist nicht strafbar, kann jedoch mit einer Ordnungsbusse von CHF 100 geahndet werden. Jugendliche erhalten einen Verweis an die Jugendanwaltschaft. Im Strassenverkehr gilt die Nulltoleranz: Wer bekifft ein Fahrzeug lenkt und erwischt wird, muss seinen Fahrausweis sofort für unbestimmte Zeit abgeben.

Es ist hingegen legal, Cannabis mit einem THC-Gehalt unter einem Prozent (CBD-Hanf) zu züchten, verarbeiten, verkaufen und konsumieren. Auch der medizinische Gebrauch von Cannabis ist mit einem ärztlichen Rezept seit dem 1. August 2022 erlaubt.

CBD

CBD (Cannabidiol) ist neben THC der andere bekannte Wirkstoff des Cannabis. Im Gegensatz zu THC wirkt CBD nicht berauschend, sondern wird unter anderem zur Entspannung und Linderung von Schmerzen eingesetzt. Der Anteil von CBD in Hanfprodukten hat sich in den letzten 20 Jahren halbiert. Das ist insofern problematisch, als vermutet wird, dass CBD die Wirkung des THC hemmt.