

## به نام خدمند بخرد نواز

### باورهای غلط و عوارض مصرف ماری جوانا با نام شایع گل

- ماری جوانا به نامهای گل، علف، گراس شناخته میشود.
- ماده گل همان ماری جوانا و حشیش است که برای کاهش بار منفی و شکستن سد مقاومت جامعه در برابر آن با نام «گل»، شایع و به وفور در دسترس مصرف کنندگان قرار گرفته است.
- بر خلاف باور شایع عموم مردم، استفاده از گل اعتیادآور بوده و مصرف آن در دوران نوجوانی و جوانی احتمال اعتیاد به سایر مواد را افزایش می دهد.
- اصلی ترین ماده شیمیایی روا نگردان گیاه شاهدانه (دلتا-۹-تتراهیدروکانابینول) یا THC نامیده میشود که منجر به ایجاد حالت شعف و سرخوشی می شود.
- میزان THC موجود در گل در مقایسه با ماری جوانای مورد مصرف در آمریکا و اروپا، ۳ برابر بیشتر است.
- دو ماده شیمیایی (THC) و (CBD) در گل وجود دارد که جزء اول به شدت سمی است. برای جزء دوم دو کاربرد اثبات شده درمانی کاهش تهوع در بیماران شیمی درمانی و درمان تشنجهای مقاوم به درمان اثبات شده است.
- علت آزادسازی ماری جوانا در آمریکا و کانادا نه بدلیل کم خطری و سالم بودن آن بلکه بدلیل شیوع زیاد مصرف آن بین جوانان و مجرم شناخته شدن آنهاست.
- آمریکا و اروپا با آزادسازی ماری جوانا جوانان مصرف کننده را از دایره جرم خارج کردند تا پلیس به وظایف مهمتر و مبارزه با جرائم خطرناکتر بپردازد.
- اگر مصرف گل در کشور ما آزاد شود تعداد زیادی از جوانان با تصور کم خطری گل به آن روی می آورند و شیوع مصرف آن ناگهان چندین برابر می شود.
- ماده گل بر حافظه کوتاه مدت و توانایی قضاوت اثر گذاشته و باعث تحریف ادراکی میشود.
- افراد با مصرف گل، احساس سرخوشی و آرامش میکنند.
- افزایش ادراکات حسی (به طور مثال شفاف تر شدن رنگها)، خندیدن زیاد، تحریف درک زمان و افزایش اشتها، از اثرات شایع ماری جوانا است.
- افرادی که از گل با دوز بالاتر (آنچه اکنون در ایران بیشتر در دسترس است) استفاده میکنند به جای تجربه احساس آرامش و سرخوشی، حالت های اضطراب، ترس، بی اعتمادی و حملات هراس را تجربه میکنند.
- افرادی که گل را در دوزهای بالا مصرف میکنند حالت های حاد روانپریشی نظیر توهم، هذیان یا فقدان احساس هویت شخصی (مسخ هویت) را تجربه میکنند.
- مصرف گل منجر به اختلال در تفکر، عدم توانایی یادگیری و تکالیف پیچیده میشود.
- شواهد نشان می دهد مصرف مداوم گل در جوانان باعث ایجاد «حس وازدگی و بی مسئولیتی اجتماعی» می شود.

THC با فعال سازی گیرنده های کانابینوئید، بر مناطقی از مغز که مسئول رفتارهایی از قبیل رابطه جنسی و خوردن است اثر گذاشته، نظام پاداش مغز را فعال میکند

ماده گل پس از چند بار مصرف در نقطه آرامش مغز نشسته و به جای آن عمل می کند.

احساس لذت ناشی از افزایش بیش از حد دوپامین منجر می شود که افراد به گل گرایش پیدا کنند.

افرادی که گل را در دوز بالا مصرف میکنند حالت های روانپریشی حاد، توهم، هذیان و فقدان احساس هویت شخصی را تجربه کنند.

گل به طور جدی بر قضاوت، هماهنگی حرکتی و زمان واکنش اثر میگذارد لذا به شدت در هنگام رانندگی خطرآفرین است.

خطر تصادف در مواردی که گل به همراه الکل مصرف شده بسیار بالاتر از مواردی است که گل به تنهایی مصرف می شود.

درصد بالایی از افرادی که گل مصرف می کنند ممکن است به آن وابسته (معتاد) شوند.

مصرف کنندگان گل اغلب در طول هفته اول بعد از قطع مصرف افزایش علائم تحریک پذیری، مشکلات در خواب و خلق، کاهش اشتها، وسوسه، بیقراری، و انواع گوناگونی از مشکلات جسمی را گزارش می کنند که تا مدت ۲ هفته نیز تداوم می یابد.

مصرف منظم این ماده در دوران نوجوانی و جوانی با ایجاد تغییر در ارتباطات سلول های مغز باعث کاهش حافظه، یادگیری و کنترل تکانه می شود.

مصرف گل باعث اختلال در توانایی های شناختی فرد و کاهش ۶ تا ۸ نمره ای بهره هوشی IQ در دوران میانسالی میشود.

پژوهشها روی معتادان بزرگسال نشان میدهد گل از جمله مواد دروازه ای (زمینه ساز مصرف مواد دیگر) است.

پژوهشها نشان میدهد افرادی که مصرف خود را با موادی نظیر ماری جوانا، تنباکو یا الکل آغاز کرده و تعاملات اجتماعی بعدی آنها با افراد مصرف کننده، احتمال مصرف سایر مواد را در آنها افزایش می دهد.

بر اساس شواهد محققان، مصرف بالای گل با سطح درآمد پائین، وابستگی بیشتر به خدمات حمایتی، بیکاری، رفتار مجرمانه و رضایت پائین تر از زندگی مرتبط است.

مطالعات نشان دادند بین مصرف گل و پیامدهای منفی در محیط کار از قبیل افزایش خطر آسیب و حادثه ارتباط معناداری وجود دارد.

ارتباط معناداری بین مصرف گل و نشانگان بی انگیزگی (پرداختن به فعالیت هایی است که به طور طبیعی لذت بخش و خوشایند) مشاهده شده است.

علائم حاد مصرف گل (در زمان مسمومیت) اختلال در حافظه کوتاه مدت، نقص در توجه، قضاوت و اختلال در عملکردهای شناختی دیگر، اختلال در تعادل و عملکرد حرکتی، افزایش ضربان قلب، اضطراب، بدبینی، است.

سیگارها یا پیپرهای (Paper) حاوی گل در مقایسه با سیگارهای معمولی حاوی ذرات سرطانزای بیشتری است.

موقعی که گل به صورت سیگار مصرف میشود معمولا عمیق تر تدخین شده و دود آن برای مدت بیشتری در بدن نگه داشته می شود سیگارهای آن ۴ برابر بیشتر رسوبات قطرانی را در مقایسه با سیگارهای معمولی در بدن تولید می کنند.

مصرف گل در غالب کیک، مواد خوردنی و آشامیدنی گزارش شده است. در این حالت اثرات آن یک ساعت بعد از مصرف بروز می کند.

چند دقیقه بعد از مصرف سیگار گل، ضربان قلب فرد افزایش یافته، مجاری تنفسی منبسط شده و رگهای خونی درون چشم گشاد شده که همین امر منجر به سرخ شدن چشمها میشود.

شروع اولیه سرطان بیضه در مقایسه با سرطان ریه و سایر سرطان های دیگر نشان می دهد که تأثیرات گل بر این بیماری در طی مصرف افزایش می یابد.

استفاده طولانی مدت از ماری جوانا منجر به نشانگان افزایش - کانابینوئید - خون (تجربه مکرر حالت تهوع شدید، استفراغ و کمی آب در بدن) میشود .

قرار گرفتن در معرض دود گل (دود دست دوم) منجر به نقص در اتساع رگ های خونی می شود و تأثیرات دود گل مستقل از غلظت آن بوده و علی رغم حذف THC اختلال و نقص همچنان تداوم می یابد.

تأثیر دود گل بر سلامت افراد آسیب پذیر نظیر کودکان و افراد مبتلا به آسم نگران کننده است.

تحقیقات نشان داد زنان بارداری که گل مصرف می کنند ۲ برابر بیشتر فرزند مرده به دنیا می آورند که علت آن تأثیر مصرف گل بر مغز در حال رشد است.

مواجهه با گل در دوران قبل تولد باعث اختلال در یادگیری می شود.

فرزندانی که از شیر مادران مصرف کننده گل تغذیه می کنند دچار اختلالات یادگیری و کاهش قابل ملاحظه فعالیتهای مغزی می شوند.

**مطالعه و تدوین:** داود میرزائی مقدم؛ رییس اداره فرهنگی و پیشگیری در محیطهای آموزشی ستاد

مبارزه با مواد مخدر؛ ۲۵ آبان ۱۳۹۸

### منابع:

- آخرین یافته های پژوهشی انستیتو ملی مطالعات اعتیاد امریکا ( NIDA ) ( در سال ۲۰۱۸ )

- نارنجیها؛ هومان ، ۵۰ سؤال شایع در خصوص پیشگیری و درمان اعتیاد در جامعه کار و تولید، ۱۳۹۸