



# CANNABIS

DE VRAGEN, DE ANTWOORDEN

**Cannabis is een verzamelbegrip: als drug omvat het verschillende producten van de hennep-plant. Wat zijn hun eigenschappen? Hoe worden ze gebruikt? Wat zegt de Belgische wet? Welke termen circuleren er? Wat zijn de effecten en de risico's? Een kennismaking met de belangrijkste aspecten van cannabis en het gebruik ervan.**

## WAAR HEBBEN WE HET OVER?

### DE PLANT

De plant met de Latijnse naam *cannabis sativa* groeit in grote delen van de wereld. We kennen cannabis in het Nederlands als hennep of kemp. Het cannabisblad is makkelijk herkenbaar: het telt 5 tot 9 lange en smalle gekartelde blaadjes. Die zijn gezaagd en staan gespreid, zoals de vingers van een hand. Er zijn vrouwelijke en mannelijke planten. Ze worden tot meer dan 2 meter hoog.

Van hennep wordt een aantal producten gemaakt: touw en canvas van de vezels, vogel- of visvoer van het zaad, een insecticide tegen sprinkhanen van de gedroogde plant... Alleen de vrouwelijke plant wordt verbouwd als genot- en geneesmiddel. Op haar bloemtoppen staan, zoals op de hele plant, klierhaartjes die een kleverige harssubstantie afscheiden. Vooral die bevat de zogeheten psychoactieve bestanddelen. De belangrijkste daarvan is THC (dat staat voor tetrahydrocannabinol). De concentraties THC verschillen naar gelang het klimaat en de kweekmethode. Ook in de verschillende hennepproducten loopt het gehalte THC sterk uiteen.

### DE BELANGRIJKSTE PRODUCTEN

**Marihuana** – gedroogde en verkruidelde bloemtoppen. Ziet eruit als fijne tot grove thee en is grijs-groen tot groenbruin. De concentratie THC schommelt tussen 1 en 4%, of meer: nederwiet (zie p.2) bevat duidelijk meer THC (11%) in vergelijking met andere marihuana.

**Hasj (of hasjiesj)** – lichtbruin tot zwart harsextract. Wordt bereid uit de vrouwelijke bloemtoppen en tot blokjes of pakjes geperst die vaak in zilverpapier zijn verpakt. De zuiverheid en het harsgehalte lopen uiteen. De concentratie THC schommelt tussen 8 en 14% of meer: hasj bereid uit nederwiet (zie p.2) bevat gemiddeld meer THC (16%) dan hasj afkomstig van elders.

**Hasjolie** – een alcoholisch extract van hennep dat bij ons eerder zelden voorkomt. De concentratie THC schommelt tussen 15 en 60%.

De prijs is afhankelijk van de variëteit, het THC-gehalte én de plaats waar je het product aankoopt (marihuana: € 3,5 tot 7,5 per gram; hasj: € 6 tot 10 per gram).

## TOEN EN NU

### CANNABIS VROEGER...

Hennep kwam oorspronkelijk voor in West- en Centraal-Azië. Dat de vrouwelijke plant een component bevat die op het menselijk lichaam inwerkt, was al lang voor onze tijdrekening bekend. In India werd cannabis in het 2de millennium voor onze tijdrekening 'gebruikt' en in het oude China werd het aan-

geprezen als medicijn. Ook de Romeinen, Grieken, Arabieren en westerse middeleeuwen kenden de lichamelijke en psychische effecten van cannabis.

Als medicijn nam het onder meer in de 19de eeuw een belangrijke plaats in (bij krampen, toevallen, astma, slaapproblemen, migraine enzovoort). Dat belang verminderde in de loop van de 20ste eeuw omdat er betere geneesmiddelen werden ontwikkeld. Sinds enkele jaren is het medisch gebruik van cannabis in bepaalde omstandigheden – om de bijwerkingen van chemotherapie tegen te gaan, als pijnbestrijder bij multiple sclerose enzovoort – weer voorwerp van discussie.

### ... EN NU

Al in de 19de eeuw werd cannabis in Franse artistieke kringen aangewend; de dichter Baudelaire was een bekende gebruiker. In de moderne tijd beleefde het als genotmiddel onder meer in de Verenigde Staten een heropleving tijdens de drooglegging (het verbod op alcohol in de jaren 1920). Men associeerde het met het Afro-Amerikaanse jazzmilieu en cannabis werd in de jaren 1960 een onderdeel van een Amerikaans-Europese jeugdsubcultuur (flowerpower, hippie). In de jaren 1960 werd het verbonden met rebellie en revolutie tegen het establishment. Het werd een belangrijk aspect van de rastafari-subcultuur en de bijbehorende Jamaicaanse reggae. In de jaren 1990 werd cannabis na een dip in de populariteit weer intenser gebruikt, onder meer als kalmeringsmiddel na het gebruik van XTC en andere 'dance drugs'.

### IN VLAANDEREN

In Vlaanderen – er zijn VAD-cijfers sinds 1999 – heeft een kwart van de leerlingen in het secundair onderwijs ooit cannabis gebruikt. 5% gebruikt minstens eenmaal per week. De drempel lijkt de jongste tijd te zijn verlaagd. 14 jaar is een belangrijk scharniermoment, en jongens gebruiken meer dan meisjes. Eén cijfer in dit verband: op hun 18de noemt 20% van de jongens zich 'regelmatige gebruiker', tegen 6% van de meisjes. De invloed van vrienden (groepen) is vaak bepalend.

**De meeste jongeren maken een onderscheid tussen 'eens proberen' en 'gebruiken'. Het is een misverstand dat 'de' jongeren cannabisgebruik goedkeuren. Eerder het tegendeel lijkt waar.**



### DE TAAL VAN DE STRAAT | HET CANNABIS-JARGON

**blowen** > 'smoren', het roken van een cannabisigaret | **chillum** > een speciaal pijpje waarin cannabis wordt gerookt | **coffeeshop** > privégelegenheid in Nederland waar onder welbepaalde voorwaarden cannabis mag worden verkocht (niet aan -18-jarigen, niet meer dan 5 gram per dag per klant) | **flippen** > hevige negatieve gevoelens (angst, paniek) door een te hoge dosis THC | **high** > ontspannen en opgewekte gevoelens, tot zelfs hallucinaties | **joint** > zelfgerolde sigaret van hasj of marihuana (met of zonder tabak), om te delen | **nederwiet** > marihuana die in Nederland is geteeld, doorgaans met een hoger THC-gehalte | **shit, stuff, zwarte en bruine marok** > hasj | **shitthee** > thee waarin cannabis is verwerkt | **spacecake** > cake waarin cannabis is verwerkt | **stickie** > zelfgerolde sigaret van hasj of marihuana (met of zonder tabak), kleiner en fijner dan een joint, en om alleen te gebruiken | **stoned** > door spierverlaging voelen de ledematen loom en zwaar aan: je voelt je 'versteend' | **weed, wiet** > marihuana

## DE BELGISCHE WET

**Cannabis invoeren, produceren, bezitten, gebruiken en verkopen is in België voor iedereen illegaal en dus strafbaar, ook na de recente wetwijziging van juni 2003.**

### DE WETSWIJZIGING VAN JUNI 2003

Alleen voor welbepaalde vormen van cannabisbezit door **meerderjarigen** is er iets veranderd: de wetwijziging maakt een onderscheid tussen cannabis en andere illegale drugs. Is een meerderjarige in het bezit van een **kleine hoeveelheid cannabis voor persoonlijk gebruik**, dan kan er een zogeheten **politieonele registratie** worden opgemaakt. Dit wil zeggen dat de politie geen proces-verbaal opmaakt, maar enkel plaats, datum en uur van de feiten, aard van het gebruik en omschrijving van de middelen registreert. Zo word je nog eens herinnerd aan de norm: cannabis is verboden. Maandelijks ontvangt het parket een overzicht van alle registraties. Dit is een samenvattend proces-verbaal.

#### Cannabisbezit voor persoonlijk gebruik

- . De kweek van maximum één vrouwelijke plant.
- . Het bezit van een hoeveelheid cannabis die in een enkele keer of uiterlijk binnen 24 uur gebruikt kan worden, met een maximum van 3 gram.

Let wel: het bezit voor persoonlijk gebruik in een andere vorm (olie, snoep...) kan niet worden beschouwd als bezit voor persoonlijk gebruik, ongeacht de hoeveelheid.

#### In de volgende gevallen wordt er wél een proces-verbaal opgemaakt

- . *Als er een indicatie van problematisch gebruik is.* Dit wil zeggen dat er aanwijzingen zijn dat het gedrag een gevaar betekent voor jezelf of je omgeving. Dit wordt door de politie vastgesteld via vier standaardproefjes, die ook gebruikt worden in het verkeer.
- . *Als er sprake is van openbare overlast.* Dit betekent dat de openbare orde wordt verstoord. Dit omvat onder meer cannabisbezit in de gevangenis, in gebouwen of in de omgeving van sociale diensten, op school en daar waar minderjarigen komen voor sportieve, sociale of schoolse doeleinden.
- . *Als er sprake is van verzwarende omstandigheden*, namelijk cannabisgebruik en/of -handel in aanwezigheid van minderjarigen; minderjarigen aanzetten tot cannabisbezit en/of -gebruik; lid zijn van een 'vereniging' die drugs levert; door cannabisgebruik bij anderen een ongeneeslijke ziekte, blijvende arbeidsongeschiktheid, verlies van een orgaan, zware verminking of de dood veroorzaken.
- . *Als er sprake is van specifieke uitzonderingen*, namelijk als je niet in België woont; als je in een ander arrondissement woont dan dat waar de overtreding wordt vastgesteld; als je meerdere vrouwelijke cannabisplanten bezit.

Het proces-verbaal wordt naar het parket gestuurd. Dat neemt zelf maatregelen of verwijst de betrokkene naar de rechtbank. De nieuwe reglementering benadrukt evenwel het belang van een vroege interventie door de hulpverlening: straffen moet het laatste middel zijn.

### WAREN AL VERBODEN EN BLIJVEN DAT

- . Cannabis verkopen of gratis uitdelen (dealen).
- . Rijden onder invloed van cannabis. Om dit te controleren gaat de politie in de eerste plaats voort op uiterlijke tekenen van mogelijk druggebruik. Als ze vermoedt dat je onder invloed bent, wordt er ter plaatse een urinetest afgenomen. Als die positief is, wordt er een dokter opgeroepen om bloed af te nemen. Dat wordt vervolgens in een labo onderzocht.

Meer info: [www.vad.be/wet](http://www.vad.be/wet) | [www.druglijn.be](http://www.druglijn.be) | [www.drugsinbeweging.be/wet.htm](http://www.drugsinbeweging.be/wet.htm)

## HET GEBRUIK EN DE WERKING

### HOE WORDT HET GEBRUIKT?

Cannabis kan op verschillende manieren worden gebruikt:

- . al rokend, vermengd met tabak, als een opgerolde sigaret met een kartonnen filtertje ('filtertip');
- . al rokend, puur, als sigaret of in een speciaal pijpje, een waterpijp of met een verdamer;
- . verwerkt in voedsel (bijvoorbeeld gebak of spaghettisaus);
- . verwerkt in drank (bijvoorbeeld thee).

## HOE LANG WERKT HET?

- Bij het roken zijn de effecten nagenoeg onmiddellijk voelbaar, volgt er een piek na 10 minuten tot een halfuur en duren ze tot een viertal uur. De ervaren gebruiker heeft een goede controle op de geïnhalerde dosissen.
- Bij het eten of drinken van producten waarin cannabis is verwerkt, is het daarentegen vaak moeilijk in te schatten welke hoeveelheid THC men binnenkrijgt en kan de dosering dus onverwacht hoog worden. De effecten laten zich trager voelen (vaak pas na een uur), zijn afhankelijk van de hoeveelheid vet in het voedsel en houden langer aan dan bij het roken.

## HOE EN HOE LANG IS CANNABIS OP TE SPOREN?

Het gebruik van cannabis is makkelijk op te sporen, momenteel vooral in de urine. De interpretatie van de resultaten is minder eenvoudig. Cannabis – een natuurproduct waarvan de samenstelling sterk wisselt – komt langzaam vrij uit het lichaamsvet waarin het zich heeft opgeslagen. Wanneer de THC uit het lichaam is verdwenen, hangt af van de hoeveelheid en de frequentie van het gebruik – anders gezegd: de voorgeschiedenis van de gebruiker – en van de individuele stofwisseling. Een indicatie: bij wie 1 joint heeft gerookt of sporadisch gebruikt, duurt het bij benadering 5 tot 7 dagen tot in de urine de sporen zijn verdwenen. Bij wie dagelijks 1 tot 3 joints rookt, is het gebruik pas na 3 weken en zelfs langer niet meer op te sporen. Maar deze periodes schommelen sterk.

Meer info: De DrugLijn (2003). *Meest gestelde vragen. Alle vragen die draaien rond drugs en urinetesting*. VAD: Brussel. (folder)

## WAT DOET CANNABIS?

Vuistregel: de effecten van drugs verschillen naar gelang het individu (conditie, gewicht, geslacht, verwachtingen enzovoort), hoe vaak en hoeveel er wordt gebruikt, de plaats en het moment van gebruik.

Cannabisproducten veranderen het bewustzijn. In het algemeen kun je zeggen dat het gebruik ervan de aanwezige positieve of negatieve gevoelens versterkt.

Cannabis kan dus een ontspannende en kalmerende werking hebben en een zorgeloze euforische stemming creëren. De beleving van tijd en ruimte verandert, de waarnemingen van kleuren en muziek worden intenser. Verder komen ook zogeheten lachkicks (slappe lach) en zelfs hallucinaties voor. Vooral bij een hogere dosis zijn gebruikers ook in zichzelf gekeerd. In sommige gevallen heeft het gebruik van cannabis een tegenovergesteld effect: van onrust tot buitensporige angst, argwaan of zelfs paranoia en apathie. Depressieve gevoelens kunnen intenser worden. Na een dag van zwaar gebruik is er in veel gevallen sprake van moeheid en concentratiestoornissen. Bij veel gebruikers zijn de ogen rooddoorlopen en staan de pupillen wijdopen. Ze hebben meer eetlust, een droge mond en een iets snellere hartslag. De handen en voeten kunnen koud aanvoelen.

**Cannabis en oogdruppels: cannabisgebruik valt vaak af te lezen aan de ogen. Langdurig cannabisgebruik geeft aanleiding tot rode ogen. Om die uiterlijke tekenen te camoufleren worden wel eens oogdruppels (merknaam: Minhavez®) gebruikt. Het product is in de apotheek vrij verkrijgbaar.**

## WAT ZIJN DE RISICO'S?

### DE RISICO'S OP KORTE TERMIJN

- Nauwkeurige bewegingen verlopen moeilijker, wat problemen geeft bij het besturen van machines, waaronder ook auto's, brommers enzovoort. Rijden onder invloed van THC is gevaarlijk.

- Bij een te hoge dosis daalt de bloeddruk en versnelt de hartslag, wat gevaarlijk kan zijn voor mensen met hartproblemen.
- Zich concentreren, logisch denken en onthouden (het kortetermijngeheugen) gaan moeizamer.
- Bij een te hoge dosis kan men angstig, duizelig of misselijk worden en zelfs flauwvallen.
- Bij wie zich al slecht voelt, kan de stemming nog slechter worden. Bij een te hoge dosis kunnen negatieve gevoelens (angst, paniek, neerslachtigheid, verwarring enzovoort) dan ook toenemen.
- Uitzonderlijk, en vooral bij zware en psychisch kwetsbare cannabisgebruikers kan een psychose worden uitgelokt. Die wordt gekenmerkt door verwarring, paranoia, hallucinaties en impulsief gedrag. Een psychiatrische behandeling is in dit geval noodzakelijk.

## DE RISICO'S OP LANGE TERMIJN (VOORAL VOOR REGELMATIGE GEBRUIKERS)

### Gezondheid

- Cannabis roken is, zoals tabak roken, slecht voor de gezondheid. Een joint bevat meer teer dan een sigaret. Er zijn dan ook risico's op longziekten, waaronder kanker, en hartproblemen. Dieper inhaleren, zoals veel cannabisrokers doen, vergroot de schadelijkheid nog.
- Langdurig en veelvuldig gebruik leidt tot een vermindering van het concentratievermogen en het geheugen en dus tot slechtere leerprestaties. Dit houdt na het stoppen nog enkele maanden aan.
- Cannabis kan de behandeling van schizofrene patiënten bemoeilijken.
- Alleen zware gebruikers voelen soms de nood om de dosis op te drijven (technisch gezegd: hun tolerantie neemt toe). Maar ook het omgekeerde komt voor: ze worden dan door de ervaring net gevoeliger voor de werking van THC, waardoor ze minder cannabis nodig hebben voor dezelfde roes.

### Sociaal en maatschappelijk

- Problemen, verveling en andere onlustgevoelens wegblowen draagt niet bij tot de persoonlijke ontwikkeling.
- Er is soms sprake van een 'cannabis burn-outsyndroom': de negatieve gevolgen voor de gezondheid worden dan aangevuld met verminderde ambitie, verstrooidheid, slechtere communicatievermogens en onhandigheid in de relaties met andere mensen. Problematische cannabisgebruikers worden passief, slapen veel en zijn soms ook depressief. De interesse in voordien als belangrijk ervaren bezigheden (school, werk, hobby) valt weg, wat soms als asociaal gedrag wordt betiteld.
- Gebruikers kunnen door de buitenwereld, die hun gebruik vaak afkeurt, worden veroordeeld en sociaal geïsoleerd raken.
- Door de politie betrapt worden op illegaal gebruik kan ernstige gevolgen hebben voor de werk-, school- of thuissituatie.
- In cannabismilieus zijn soms ook andere drugs verkrijgbaar. Toch stappen de meeste cannabisgebruikers niet over naar zwaardere drugs.

### RISICOGROEPEN

Mensen die psychisch kwetsbaar zijn of/en een (latente) psychische stoornis hebben, lopen bij cannabisgebruik meer gevaar voor een acute psychose. Cannabisgebruik ten zeerste af te raden.

### DE RISICO'S VOOR DE VRUCHTBAARHEID EN BIJ ZWANGERSCHAP

- Vruchtbaarheid: het effect van cannabis op de vruchtbaarheid van mannen en vrouwen staat ter discussie. Vaststaat dat regelmatige gebruiksters (3 keer per week gedurende een half jaar of langer) meer abnormale menstruatiecycli hebben.
- Zwangerschap: meer nog dan bij tabak heeft het hoge teergehalte van cannabis invloed op het geboortegewicht en de lengte van het kind, dat via de moederkoek mee 'gebruikt'. Er worden minder zuurstof en voedingsmiddelen aangevoerd naar de foetus. Een pasgeboren kind van een gebruikster kan gevoeliger zijn voor lichte stimuli. Dat leidt tot een verstoord slaappatroon, een overdreven zuigreflex en beven. THC wordt ook in moedermelk aangetroffen.

Meer info: De DrugLijn (2003). *Meest gestelde vragen. Alle vragen die draaien rond drugs en zwangerschap*. VAD: Brussel. (folder)

## DE RISICO'S BIJ GECOMBINEERD GEBRUIK

- Een algemeen probleem bij drugs is dat er door de illegaliteit van de teelt en de bewaring geen controle is op bijvoorbeeld het gebruik van mogelijk toxische chemische middelen in sproeistoffen.
- Cannabis en alcohol: versterken elkaar. Het effect is onvoorspelbaar. Plotse misselijkheid en duizeligheid zijn mogelijk.
- Cannabis en andere drugs: idem. Experimenteren kan dus gevaren opleveren.
- Cannabis en speed of XTC: gebruikers van speed of XTC roken een joint om vlugger in te slapen en de zogeheten 'coming down' in de hand te houden. De kans op ontsporing stijgt. De effecten zijn onvoorspelbaar.

## RAAK JE ER AFHANKELIJK VAN?

Lichamelijk wordt iemand niet zo gemakkelijk afhankelijk van cannabisproducten. Wie daarvoor gevoelig is, en/of intensief en langdurig gebruikt, en/of dankzij cannabis problemen wil ontlopen, loopt wel risico op psychische afhankelijkheid. De behoefte aan cannabis gaat dan de gedachten, gevoelens en activiteiten beheersen.

Zware gebruikers die stoppen of zonder cannabis vallen, kunnen zich rusteloos en prikkelbaar tot zelfs agressief voelen. Andere mogelijke klachten zijn hoofdpijn, zweten, beven en een hevig verlangen om weer te gaan gebruiken.

### MEER INFO HULP

- Is iemand onder invloed, laat hem/haar dan zeker niet deelnemen aan het verkeer (auto, fiets...) of gevaarlijk werk (machines, elektriciteit...) uitvoeren.
- Als het misloopt en een gebruiker 'flipt', probeer hem/haar dan te kalmeren door het rustig over de realiteit te hebben: noem hem/haar bij naam, praat over concrete dingen in de omgeving, zeg dat de crisis zal overgaan. Dien ook iets zoets toe. Zorg voor een rustige, prikkelarme omgeving. Bij hartkloppingen en/of als de gebruiker verward blijft, is contact met een arts of ziekenhuis (100 of 112) aangewezen.
- Objectieve informatie over druggebruik – in dit geval cannabis – en over behandelmogelijkheden kan voor direct betrokkenen, zoals ouders, familieleden, werkgevers, leerkrachten, jeugdwerkers, vrienden..., geruststellend zijn. Het kan helpen om de dialoog met de gebruiker opnieuw op te nemen. Ook gebruikers zelf kunnen met vragen zitten over het product en zijn werking, de risico's, hoe te stoppen, wat de wet zegt... Voor al deze en andere vragen kan je terecht bij de huisarts of de DrugLijn.

Iedereen kan anoniem bellen naar de DrugLijn (met een vast toestel bel je tegen voerdeeltarief), elke werkdag van 12 tot 21 uur en op zaterdag van 15 tot 21 uur (zon- en feestdagen gesloten). Een team van medewerkers zit er klaar om alle vragen te beantwoorden. Zij weten ook waar je in je eigen buurt het best terecht kan met vragen of voor hulp.

[www.vad.be](http://www.vad.be) | [www.druglijn.be](http://www.druglijn.be)

078-15-10-20

DE DRUGLIJN

VAD

