



Vad du som **tonårsförälder** bör veta om

# CANNABIS

Många ungdomar i Uppsala län  
tror att det inte är farligt  
att testa cannabis.

**Det stämmer inte.**

Lär dig mer om varför i denna folder.

# OM CANNABIS

- Cannabis (marijuana och hasch) är den överlägset vanligaste illegala drogen bland ungdomar.
- Det vanligaste sättet att in ta cannabis är att röka.
- All hantering av cannabis är olaglig – att odla, sälja, köpa, använda och förvara.
- De flesta ungdomar som börjar med cannabis röker också vanliga cigaretter.
- Många är påverkade av alkohol första gången de testat cannabis.
- Den cannabis som säljs och används idag är flera gånger starkare än den som fanns på 70-talet.
- Det vanligaste sätten att få tag i cannabis är genom kompisar eller kompisars kompisar, inte sällan i samband med privata fester.
- Spice, som blivit allt vanligare, består av torkade örter som sprejats med syntetisk cannabis. Spice är starkare än cannabis och är svårare att spåra med drogtest. Spice har resulterat i ett ökat antal fall av förgiftningar.

Källor: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysnings -diverse underlag, Liv och Hälsa Ung 2013, Giftinformationscentralen

Artikel 33  
"Varje barn har rätt att skyddas mot droger."  
FN:s Barnkonvention

## KONSEKVENSER

Alla får inte samma effekter av cannabis. Många ungdomar som röker säger att de tycker att det är skönt att röka, att man blir glad, ibland fnissig och därefter mer lugn och avslappnad.

Cannabis har också oönskade effekter. Hjärnan påverkas och det kan leda till att man blir tankspridd, och svarar frånvarande. Man kan få svårt att minnas saker som nyligen har hänt och svårt att lära sig nya saker. Forskning visar att de som frekvent använt cannabis under tonåren blev mindre intelligenta utifrån en mätning av IQ.

Andra allvarliga konsekvenser kan vara ångest, panikkänslor och depression. Dessutom innehåller cannabisrök mer cancerframkallande ämnen än tobaksrök.

Användning av cannabis kan leda till en rad sociala konsekvenser, svårigheter i skolan och konflikter hemma.

Om din ungdom använder narkotika och det rapporteras av polisen kan det leda till svårigheter att få körkortstillstånd eller att få resa in i flertalet länder i världen. Det kan också vara belastande och omöjligt när man söker vissa typer av jobb.

Cannabisodlingen ger även negativa effekter på miljön. För att få fram en marijuanacigarett krävs motsvarande effekten av en 100-wattslampa under 17 timmar.

Foto: Polismyndigheten



# HÅLL UTKIK

Det kan vara svårt för dig som förälder att se om ditt barn använder cannabis.

Trötthet, likgiltighet, röda ögon, sötsug och svängningar i humöret kan vara tecken på att ditt barn använder narkotika – men det kan också vara tecken på att ditt barn helt enkelt är tonåring!

Kanske är det lättare att upptäcka en del ”tillbehör”. Du kan börja fundera om de har cigarettpapper som används som tillbehör till en joint. Det är ovanligt att ungdomar rullar vanliga cigaretter själva.

Hur det går i skolan är en viktig indikator. Det är svårt att få skolarbetet att fungera om man röker cannabis regelbundet. Sämre prestationer i skolan och mer skolklåpan kan vara signaler.

Uppmärksamma och ta en nyfiken diskussion om ditt barn besöker hemsidor där illegala preparat sprids eller om deras idoler/förebilder är positivt inställda till droger.



Foto: Philippa Willis



Foto: Prensa420

## VAD KAN JAG GÖRA SOM FÖRÄLDER?

- **Lita på din känsla.** Känns det som att något är fel har du troligtvis rätt.
- **Ta ställning** och prata med ditt barn – läs på och våga diskutera! Fakta och argument hittar du på [www.drugsmart.com](http://www.drugsmart.com).
- **Prata med andra föräldrar.** Det kan vara skönt att ha stöd av och diskutera med varandra.
- **Var uppmärksam** på om din ungdom röker tobak och avstå från att bjuda ditt barn på alkohol. Det finns en tydlig koppling till att de som använder narkotika har använt alkohol och tobak.
- **Ta kontakt** med några av dem som finns på folderns baksida om du är orolig eller har frågor. De erbjuder information, stöd och råd.
- **Om ditt barn** använder cannabis - sök hjälp. Det finns effektiva program.
- **Titta framåt** och inte bakåt - det går att påverka!

Som förälder känner du ofta på dig om något är fel.

# NARKOTIKA I UPPSALA LÄN



**Nästan 6 elever i en klass på 30 elever har prövat narkotika i gymnasiets åk 2.**  
10 personer i en klass i åk 9 och åk 2 i gymnasiet uppger att de har vänner som använder narkotika.

Källa: Liv och Hälsa Ung 2013, Landstinget och Regionförbundet Uppsala län.

## KONTAKT

### Polisen

114 14

### Uppsala kommun

Ungdomscentrum

018-727 15 50

Kommunens socialtjänst  
när du via kommunväxeln

018-727 00 00

## LÄS MER

[www.drugsmart.com](http://www.drugsmart.com)

[www.drogportalen.se](http://www.drogportalen.se)

[www.can.se](http://www.can.se)

[www.tonarsparlören.se](http://www.tonarsparlören.se)

[www.cannabishjalpen.se](http://www.cannabishjalpen.se)

[www.halsoaventuret.lul.se](http://www.halsoaventuret.lul.se)

[www.ufold.uu.se](http://www.ufold.uu.se)

[www.region uppsala.se](http://www.region uppsala.se)

> Vår verksamhet > Folkhälsa >

Liv och hälsa ung

## Åtgärdsprogram alkohol, narkotika, dopning och tobak Uppsala län

hittar du på: [www.lansstyrelsen.se/uppsala/Sv/manniska-och-samhalle/folkhalsa/forebyggande-arbete/](http://www.lansstyrelsen.se/uppsala/Sv/manniska-och-samhalle/folkhalsa/forebyggande-arbete/)



LÄNSSTYRELSEN  
UPPSALA LÄN



Polisen

Länsstyrelsen och Polismyndigheten i Uppsala län i samverkan med  
Enköping, Heby, Häbo, Knivsta, Tierp, Uppsala, Älvkarleby och Östhammar.  
Samt Landstinget i Uppsala län, Regionförbundet i Uppsala län,  
Tryggare Uppsala län och Universitetet/U-FOLD.