

Áhrif kannabis á miðtaugakerfið eru alvarleg og hættuleg

■ ■ ■ Hávar Sigurjónsson

Upplýsingasiðan kannabis.is hefur vakið verðskuldaða athygli að undanförunu en þar er að finna nákvæmar og réttar upplýsingar um áhrif neyslu kannabisefna á miðtaugakerfið. Ungur læknir, Arnar Jan Jónsson, á heiðurinn af efninu sem þarna er að finna en auk hans stendur að síðunni valinn hópur sem starfað hefur að fíkn- og geðlækningum.

„Ég var að vinna á fíknigeðdeild Landspítalans sumarið eftir fjórða árið mitt í læknisfræði og hluti af starfinu var að taka fíknisögu sjúklinganna. Þá skráði ég niður þau efni sem sjúklingarnir höfðu notað en oft þurfti ég að spyrja sérstaklega um kannabisefni því það var eins og þeim fundist varla taka því að nefna þau, fannst það varla vera eitruyf. Ég fór því að kynna mér rannsóknir sem gerðar hafa verið á kannabisefnum og komst að því að þau geta verið mjög skaðleg og reyndi að útskýra það fyrir fólkinu en árangurinn af því var takmarkaður,“ segir Arnar Jan og bætir því við að í kjölfarið hafi hann velt því fyrir sér hvernig best væri að koma þessum upplýsingum til skila.

„Þá fékk ég þessa hugmynd að búa til vef þar sem hægt væri að lesa samantekt á þeim rannsóknum sem gerðar hafa verið á áhrifum kannabis á líkamann; kaflaskiptan útdrátt þar sem fólk getur bara lesið í rólegheitum upplýsingar um niðurstöður rannsókna sem gerðar hafa verið. Þetta er algjörlega hlutlaus texti byggður á þeim vísindagögnum sem liggja fyrir.“

Hann segist síðan hafa borið þessa hugmynd um upplýsingasiðu um áhrif kannabisefna undir Engilbert Sigurðsson prófessor og yfirlækni í geðlækningum.

„Hann tók hugmyndinni mjög vel og við ákváðum að stofna Fræðslufélag fagfólks um kannabisneyslu en í því eru auk okkar Engilberts, Guðrún Dóra Bjarnadóttir geðlæknir, Gunnhildur Vala Hannesdóttir læknaandítátt og Helena Bragadóttir geðhjúkrunarfræðingur hefur

einnig komið við sögu. Þá hefur Margrét Edda Örnólfsdóttir læknaandítátt verið mjög öflug við að afla styrkja sem var nauðsynlegt til að hægt væri að koma síðunni upp.“

Áhrif kannabis á miðtaugakerfið

„Langflestar rannsóknir hafa verið gerðar á áhrifum kannabisefna á miðtaugakerfið og þá sérstaklega áhrif kannabis á geðrof, og fyrir 18 mánuðum birtum við yfirlitsgrein í *Lækna blaðinu* um áhrif kannabis á geðrof og þróun geðklofasjúkdóms. Þegar þær niðurstöður er teknar saman kemur í ljós að þeir sem nota kannabis reglulega á unglingsárum eru í 30-300% meiri áhættu að fá geðklofa miðað við samanburðarhóp. Þá birtist safngreining árið 2011 sem sýndi fram á að aldur við fyrsta geðrof var 2,7 árum fyrr hjá þeim sem höfðu notað kannabis en þeim sem fengu geðrof og höfðu ekki notað kannabis. Þessi 2,7 ár skipta mjög miklu máli fyrir þennan aldursþóp upp á tengslamyndun og þroska og hefur mikil áhrif á meðferðarhæðni og þróun sjúkdómsins. Staðreyndin er einfaldlega sú að við erum að sjá ungt fólk leggjast inn á geðdeild með geðrof sem rekja má til kannabisneyslu.“

Arnar segir tengsl á milli kannabisnotkunar og lakari námsárangurs vera vel þekkt. „Sýnt hefur verið fram á að þeir sem notuðu kannabis reglulega á unglingsaldri voru með marktækt lægri greindarvísitölu en samanburðarhópur. Þetta hefur klárlega bein líffræðileg áhrif á heilann og síðan einnig félagsleg áhrif sem verða til þess að ungir kannabisneytendur detta frekar útúr skólakerfinu.“

Kannabis virkar á svokallaða CB-viðtaka og þeim er skipt í tvo flokka, CB1 og CB2. CB1-viðtaka má finna í miðtaugakerfinu á þeim svæðum sem hafa með vitræna starfsemi að gera. Það er því talið að hin ýmsu áhrif kannabis séu fyrir tilstilli þessa viðtaka. Þar má nefna geðrof,

kvíða og þunglyndi, lakari námsárangur sem stafar af einbeitingarskort og lakara skammtímaminni. Kannabis hefur einnig áhrif á viðbragðstíma þannig að þeir sem eru undir áhrifum eru líklegri til að lenda í bílslysum. Fólk áttar sig ekki á þessu.“

Sest í fituvef og helmingunartíminn er langur

„Efnifræðileg áhrif kannabis eru allt önnur en áfengis. Kannabis sest í fituvef og helmingunartími þess er mun lengri en áfengis. Það getur tekið líkamann 7 daga að losa sig við kannabis ef þess er neytt einu sinni og margar vikur og mánuði eftir að reglulegri neyslu yfir lengra tímabil er hætt. Af samtölum mínum við unglinga þá heyrir mér að þeir séu alls ekki meðvitaðir um þetta. Ég hef gert svölitið af því að fara í framhaldsskóla og tala um áhrif kannabis og þá fæ ég oft spurninguna hvort það hafi áhrif að vera innan um fólk sem reykir hass. Óbeinar kannabisreykingar. Ég veit af einni rannsókn þar sem hópur fólks var lokaður inn í herbergi og nokkrir reyktu jónu. Niðurstöðurnar voru meðal annars að flestir voru með jákvætt kannabis þvagstix og greindu einnig frá vímuáhrifum.“

Flestir unglingar finnast mér vera meðvitaðir um að þetta geti verið hættulegt og það er yfirleitt mikill minnihluti sem mótmælir því sem ég segi í fyrirlestrum í framhaldsskólunum. Þessi hópur getur þó verið mjög hávær og virðist stundum ráða ferðinni í umræðum mínum við hópinn. Sumir taka það kannski persónulega þegar ég fer yfir staðreyndirnar um greindarskerðingu og minnistap.“

Arnar segir samanburð á áfengi og kannabis eiginlega vera eins og að bera saman epli og appelsínur því áhrifin eru svo ólík.

„Áfengi getur sannarlega verið mjög skaðlegt efni og hefur víðtæk áhrif á ýmis líffæri eins og lifur og heila. Kannabis hefur einnig skaðleg áhrif á heila en



„Staðreyndin er einfaldlega sú að við erum að sjá ungt fólk leggjast inn á geðdeild með geðrof sem rekja má til kannabisneyslu,“ segir Arnar Jan Jónsson sem hefur umnið efnið á vefsíðunni kannabis.is

birtingarmyndin ólík. Spurningin um lögleiðingu kannabis kemur oft fram. Í því samhengi hefur verið bent á að með því að lögleiða efnið og þannig draga úr glæpum tengdum sölu efnisins myndi kostnaður samfélagsins vegna heilsuspillandi áhrifa þess aukast með aukinni almennri neyslu. Þetta er því flókið mál.“

Á vefsíðunni má lesa um áhrif kannabis á lungun og Arnar segir erfitt að skilja á milli kannabis og tóbaks í því efni.

„Kannabisreykingar hafa áhrif á lungun og þó er erfitt að skilja á milli áhrifa kannabis og tóbaks þar sem langflestir sem reykja kannabis reykja líka tóbak og þessum efnum er líka yfirleitt blandað saman. Kannabis getur valdið berkjubólgu í lungum og mörg skaðlegu efnin í kannabis eru þau sömu og í tóbaki. Langvinn lungnateppa og lungnakrabbamein er þekkt meðal kannabisnotenda en það hefur reynst mjög erfitt að greina á milli áhrifa tóbaksins og kannabisefnanna. Líklega eru áhrif þess ekki jafnmikil og tóbaks.“

Kannabis sem lyf

„Notkun kannabisefna sem lyfs er einnig mikið í umræðunni og má gróflega skipta því í tvo flokka. Annars vegar er kannabis reyktt og hins vegar hefur verið búið til lyf úr kannabis með því að einangra kannabínóðan THC. Það er tekið í töflu-eða úðaformi og fólk ruglar þessu tvennu oft saman þegar talað er um kannabis sem lyf. Rannsóknirnar sem hafa verið gerðar á þessum efnum eru ekki sérstaklega sannfærandi. Flestar hafa rannsakað áhrif þess á ógleði í kjölfar krabbameinslyfjameðferðar og á langvinna verki. Engin samanburðarrannsókn hefur verið gerð á kannabínóðum og nýrri ógleðistillandi lyfjum. Rannsóknir á gagnsemi þess að reykja kannabis við ógleði og uppköstum eru illa gerðar og ekki hægt að draga ályktun út frá þeim. Tilfellum hefur verið lýst þar sem kannabis hefur verið gagnlegt sem viðbótarmeðferð fyrir krabbameinsjúklinga en ekki eitt og sér við aukaverkunum krabbameinslyfja. Að mínu mati

þyrfti að rannsaka þetta mun betur til að hægt sé að mæla með því sem meðferð.“

Arnar segir textann á síðunni vera í stöðugri endurskoðun eftir því sem upplýsingar bætast við.

„Grunntextinn liggur á síðunni og ég mun í samstarfi við hópinn sem stendur að þessu reyna að fylgjast með nýjustu rannsóknum á þessu sviði og bæta við upplýsingum eftir því sem þær koma fram. Síðan hef ég verið beðinn að koma í skóla, bæði félagsmiðstöðvar og framhaldsskólana, og ræða þetta við nemendur og það er alveg sjálfsagt eftir því sem ég hef tíma og tök á. Ég hef ánægju af því. Langflestir taka mjög vel í þetta og þó ég hafi fengið einstaka neikvæð skilaboð á facebook er varla ástæða til að gera veður útaf því. Hugmyndin er sú að heilbrigðisstarfsfólk og í rauninni allir sem telja sig þurfa á upplýsingunum að halda geti nýtt sér síðuna. Ég viðurkenni að mér finnst erfitt að einfalda hlutina mjög og kannski er textinn á köflum full fræðilegur en þá eru allar ábendingar vel þegnar.“