

**TIPS TILL DIG**

**FÖRÄLDER**

# CANNABIS

De flesta ungdomar testar aldrig narkotika. Bland de som testar, är cannabis den klart vanligaste narkotikan.

Användningen är dessutom betydligt högre i Stockholms län än i övriga landet – framförallt bland gymnasieelever

**Du som förälder har en stor betydelse för dina barns val i livet. Det här är bra att veta om cannabis.**



**BOTKYRKA  
KOMMUN**



Långt ifrån lagom

# Det kan vara svårt att veta om dottern eller sonen använder cannabis...

## ...men var uppmärksam på vissa tecken, till exempel...

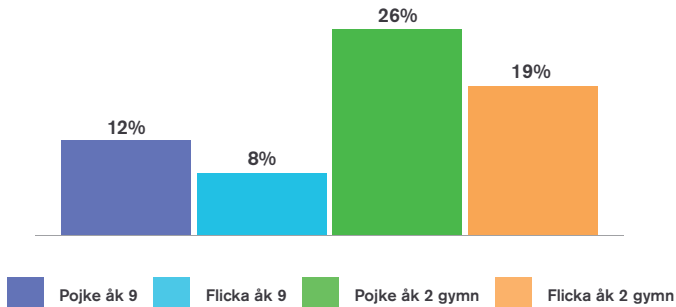
- ...om ditt barn visar tecken på trötthet, likgiltighet, röda ögon, sötsug och svängningar i humöret – även om dessa tecken är vanliga i tonårsåldern.
- ...om du märker att skolarbetet blir försämrat och skolk blir mer vanligt. Det är svårt att få skolarbetet att fungera om man röker cannabis regelbundet.
- ...om du, bland deras saker, hittar cigarettpapper (t.ex. Rizla-papper) och avrivna cigarettpaket som används som filter i en joint.
- ...om din ungdom röker tobak. De flesta ungdomar som börjar med cannabis röker också vanliga cigaretter. Och många som provar droger för första gången är berusade av alkohol.

## Vad kan jag göra?

- Lita på din känsla. Känns det som att något är fel har du troligtvis rätt.
- Prata med ditt barn om cannabis – läs på och våga samtala. Var tydlig med dina förväntningar.
- Prata gärna med andra föräldrar – ta stöd av och diskutera med varandra.
- Är du orolig för att din ungdom kanske använder cannabis? Kontakta miniMaria i kommunen som kan ge dig råd och stöd.

## Har använt narkotika i Stockholms län

Stockholmsenkäten 2014



## VÄRT ATT VETA



All hantering av cannabis är olaglig i Sverige – att odla, sälja, köpa, använda och förvara.

Narkotikabruk som anmälas av polisen, kan leda till svårigheter att få körkortstillstånd, att söka vissa jobb eller att få resa till USA.

### Den vanligaste narkotikan bland unga.

Cirka 90 procent av de som har testat narkotika – har använt cannabis.

*Källa: Stockholmsenkäten 2014*

- Vanligtvis röker man cannabis – och röken luktar sött – men det kan också ätas om den är utblandad i mat eller dryck.
- Cannabis är mycket starkare idag än det som fanns på 70-talet.
- Det vanligaste sättet att få tag i cannabis är att bli bjuden av sina kamrater. Andra köper av sina kamrater eller någon annan man känner.

Cannabis är ett samlingsnamn för:

- **Hasch**  
(ljusbruna/svarta kakbitar)
- **Marijuana**  
(torrt, grönt gräsliknande)
- **Hascholja**  
(brun/svart tjock flytande olja)

## Vad händer när man röker cannabis?

Flera områden och funktioner i hjärnan påverkas av det aktiva ämnet THC i cannabis. Alla får inte samma effekter – men några av de vanligaste är:

- Blir glad, pratsam och fnissig och sen tyst, lugn och sömning.
- Får ökad hunger och sötsug.
- Känner och uttrycker ångest, olust och panik.
- Svårt att vara uppmärksam och koncentrera sig.
- Svårt att lösa och hantera problem.
- Svårt att minnas – speciellt saker som nyligen hänt – och att lära sig nya saker
- Sämre finmotorik och balans.
- Förändring av tankar och beteende som kan leda till depression och ångest som följd.

Dessa effekter kan leda till svårigheter i skolan och på arbetet, och påverka relationerna med familj och vänner.

**Varför provar  
de flesta ungdomar  
inte narkotika?**

**"Vill inte göra  
mamma och  
pappa besvikna"**

*Svar från ungdomsgrupp – studie  
Stockholmstad 2013*

**Du som förälder gör skillnad.**

**Tala med ditt barn om cannabis.**

Hitta mer tips och fakta på [botkyrka.se/nejtillcannabis](http://botkyrka.se/nejtillcannabis)

**För ytterligare information:**

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

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

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

**Kontakta gärna!**

**miniMaria i Botkyrka kommun**

Råd och stöd till dig som oroar dig för att  
ditt barn använder alkohol eller droger  
08-530 622 96 • [botkyrka.se/minimaria](http://botkyrka.se/minimaria)

**Maria ungdom** (för akuta fall)

08-123 474 10

**Polisens föräldratelefon**

020-217 000

**Närpolisen**

114 14



**BOTKYRKA  
KOMMUN**



**Långt ifrån lagom**