

GENUG GEKIFFT!



Genuss oder Sucht?



[Cannabis-Entzug.com](https://www.Cannabis-Entzug.com)

Genug gekifft Genuss oder Sucht

Der Cannabis-Führer

Von Cyrille Rüegg

Inhaltsverzeichnis

1. Einführung in das Thema Cannabis
 - Eine kurze Geschichte des Cannabis
 - Cannabis – Die Pflanze

2. Cannabis – Die Droge
 - Haschisch

3. Konsum von Marijuana
 - Inhalieren von Cannabis-Rauch
 - Essen des Cannabis

4. Utensilien

5. Die Kultivierung von Cannabis
 - Hydroponisch
 - Vorteile der Hydroponischen Technik
 - Wärmelampen
 - Wachstum bei der Hydroponischen Technik

6. Das Gesetz

7. Cannabis und Gesundheit
 - Kurzzeiteffekte
 - Langzeiteffekte
 - Schädigungen der Atemwege
 - Andere Auswirkungen auf ihre Gesundheit
 - Andere gefahren von Cannabis

8. Die Sucht
 - Ist Cannabis ein Suchtmittel?
 - Kann man davon süchtig werden?

9. Das Aufhören
 - Hypnose
 - Willensstärke
 - Zusätzliche Hilfe

10. Meine Geschichte

11. Meine 2 besonderen Tipps für sie

Vorwort

Dieser Gratis-Report wurde verfasst, um den Leser über Cannabis, dessen Gebrauch als Suchtmittel und die damit verbundenen gesundheitlichen Risiken zu informieren. Sie finden darin eine Fülle von Informationen über die Gesetzeslage, Entzugserscheinungen, die Erholung von der Sucht und vieles mehr.

Wenn sie selbst kein Cannabis-Konsument sind, können sie hier drin eine Menge Informationen finden, die ihnen helfen können, einem Familienmitglied oder einem Freund zu helfen, der Cannabis süchtig ist.

Die Absicht des Autors besteht lediglich darin, den Laien über Cannabis und die damit verbundenen Suchtwirkungen zu informieren. Denken sie bitte daran, dass der Inhalt dieses Textes lediglich die Meinung des Autors widerspiegelt.

Ich wünsche ihnen noch viel Glück für ihr Leben! Ich hoffe sie werden einige Inspiration aus diesem Text ziehen.

Ihr

Cyrille Rüegg

1. Einführung in das Thema Cannabis

Cannabis ist eine natürliche Substanz, die von einer Pflanze namens „Cannabis Sativa“ stammt. Dabei gibt es verschiedene Produkte, die konsumiert werden können: Man kennt es als dunklen Klumpen, der als „Harz“ bekannt ist, oder als Gemisch von Blättern, Halm und Samen, den man Gras nennt. Man kann dieses Produkt mit Tabak vermischt in einen Joint drehen, in einer speziellen Pfeife pur Rauchen oder einfach essen. Jede Variante des Cannabis hat ihre eigenen Stärken, oder ihre eigene Potenz. So ist z.B. das, was man gemeinhin unter „Skunk“ versteht, die wahrscheinlich potenteste Sorte die auf dem Markt erhältlich ist. Marijuana ist unter vielen verschiedenen Namen bekannt: Marijuana, draw, blow, weed, puff, shit, hash and ganja. (Deutsche Beispiele: Gras, Kraut, Grütze, Tee)

Cannabis ist weltweit die viert beliebteste der das Bewusstsein verändernden Drogen, und steht hinter Coffein, Nikotin und Alkohol. Die Regierungen praktisch aller Länder haben versucht, den Handel und Konsum von Cannabis zu unterbinden. Mit rund 3 Millionen Erwachsenen Konsumenten ist Cannabis aber trotzdem die am meisten konsumierte illegale Droge der Welt. In Grossbritannien hat sich der Konsum vom Cannabis seit den 1960ern massiv erhöht: So wurde es von 55% aller Männer und 44% aller Frauen zwischen 16 und 29 in GB schon konsumiert.

Eine Kurze Geschichte des Cannabis

Da Cannabis weltweit die einzige Pflanze ist, die gleichzeitig eine psychoaktive Substanz sowohl als eine verwertbare Faser enthält, verwundert es nicht, dass sie seit tausenden von Jahren angepflanzt und verwertet wird. Eine chinesische Abhandlung über Pharmakologie die dem Herrscher Shen Nung zugeschrieben wird enthält das wahrscheinlich älteste Zeugnis über Cannabis - und dessen Verwendung als Medikament – und stammt aus dem Jahre 2737 vor Christus.

Die Griechische Hochkultur verwendete zwar eher den Alkohol als Erholungsdroge, doch sie tätigten regen Handel mit Regionen, in denen Cannabis konsumiert wurde. So könnte es also sein, dass einige von Homers Anspielungen auf Marijuana abzielen: Etwa die berühmte Droge, die Helena vom ägyptischen Theben nach Troja brachte. Andere Passagen von Plinius, Marco Polo und Abu Mansar Muwaffaq beweisen, dass Cannabis seit Anbeginn der Zeit ihrer Fasern und Psychotropen Wirkung wegen kultiviert wurde. Das genaue Datum, wann Cannabis in Europa erstmals kultiviert wurde, fehlt, doch es gibt Hinweise darauf, dass dies schon sehr früh passiert ist. In der Nähe von Berlin hat man eine Urne gefunden, die sowohl Blätter als auch Samen der Cannabispflanze enthält und die wohl aus der Epoche um 500 vor Christus stammt.

Der Gebrauch des Cannabis wurde auch in Afrika lange vor dem Eindringen der Europäer aufgenommen. So wird die Pflanze bei den Suto – Frauen in Südafrika immer noch vor der Geburt geraucht. Ausserdem geben sie die verriebenen Samen dem Brot und Maisbrei zu, wenn sie ein Kind von Muttermilch auf feste Nahrung umgewöhnen. Ein Bericht von 1916 sagt uns ausserdem, dass der Konsum von Cannabis bei den südafrikanischen Minenarbeitern nicht nur toleriert, sondern auch gefördert wurde da die Einheimischen nach dem Rauchen von Cannabis sehr hart Arbeiten können, ohne dabei die üblichen

Ermüdungserscheinungen an den Tag zu legen“. Etwas weiter im Norden, im Kongo, gibt es Stämme, in deren Kultur Cannabis ein zentrales Element ist. Bei diesen Stämmen wird Marijuana kultiviert, geraucht und verehrt. Wann immer ein solcher Stamm auf Wanderung geht, nimmt es ihre Riamba (Eine riesige Kalabaschenpfeife mit mehr als einem Fuss Durchmesser) mit sich. Jeder, der gegen die Gesetze der Sippschaft verstösst, muss dabei an der Riamba ziehen bis er ohnmächtig wird.

Cannabis – Die Pflanze

Man findet über 400 verschiedene chemische Substanzen in der Cannabispflanze. Die Pflanze ist dicht und grün und entwickelt Blätter und Keimlinge.

Die Cannabis Pflanze wächst bis zu einer Höhe von 4 bis 5.5m Höhe. In einer natürlichen Umgebung wächst die Pflanze zwischen Sommer und Herbst. Der Stängel der Pflanze weist einen leichten grünen Ton auf und besteht aus zwei Teilen: Dem Hurd und dem Bast. Der Hurd enthält Pulpe, die man für die Papierherstellung, als Öl für Farbstoffe und Spritzlacke benutzt, und Samen, die man konsumiert. Die Fasern des Bastes kennt man als „Hanf“, das seit Jahrhunderten zur Herstellung von Kleidern und Segeltuch genutzt wird.

Marijuana wird von den Keimlingen der Cannabispflanze gewonnen. Diese Keimlinge können sich sehr voneinander unterscheiden, je nach dem was für eine Pflanze oder Zuchttechnik man verwendet. Marijuana-Keimlinge findet man nur bei weiblichen Cannabis-Pflanzen. Die männlichen Pflanzen produzieren nur Blätter und keine Keimlinge.

2. Cannabis – Die Droge

Cannabis ist zwar bei weitem nicht so süchtig machend wie Nikotin oder Alkohol, trotzdem wäre es falsch zu behaupten, dass es nicht Gewohnheitsformend ist. Marijuana enthält chemische Substanzen die ihre Wahrnehmung verändern, ihren Appetit erhöhen und in extremen Fällen sogar zu Halluzinationen führen können. Man kann sich dabei nicht sicher sein, wie das Cannabis einem verändern wird, das es jede Person anders beeinflusst.

Es gibt 60 Substanzen, die man im Marijuana findet, und die man als Cannabinoide bezeichnet. Eines dieser Cannabinoide ist Tetrahydrocannabinol (THC). THC ist diejenige Substanz, die meistens mit den Einflüssen, die Marijuana aufs Gehirn hat, in Verbindung gebracht wird. Ein Joint enthält üblicherweise zwischen ca. 0.3g und 1.0g. gezüchtetes Cannabis beinhaltet heutzutage 5% bis 25% THC.

Die aktiven Substanzen werden vom Körper sehr viel langsamer aufgenommen, wenn man sie isst oder trinkt, und es werden vergleichsweise tiefe Mengen der Droge in ihrem Blutkreislauf sein. Dies begründet sich dadurch, dass die Lunge vergleichsweise viel mehr aufnehmen kann als das Verdauungssystem.

Anders als bei der Aufnahme durch die Lunge, in welcher die höchste Konzentration des THC im Blut noch während des Rauchens erreicht wird, nimmt die Konzentration des THC im Blut beim Essen über 4 bis 6 Stunden zu, bis der Höhepunkt erreicht wird.

Haschisch

Haschisch, oder Pot, kann auf zwei völlig verschiedene Weisen definiert werden. Die meisten Leute in Grossbritannien, die nicht das Glück hatten, ein Land zu besuchen, in dem das Cannabis legalisiert wurde (wie etwa Holland), werden den Unterschied nicht kennen. Richtigen Haschisch findet man aber nur dort.

Haschisch ist effektiv THC: Es sind die Pollen, die Haare und die Kristalle die von den Pflanzen fallen. Wenn sie genügend Pollen gesammelt haben, können sie diese zusammenrollen, und es ergibt sich daraus eine klebrige, solide, braune Masse – Haschisch. Dieses Produkt enthält eine viel höhere THC-Konzentration als Marijuana, da sie effektiv pures THC rauchen.

3. Der Konsum von Cannabis

Es gibt zwei Arten, Marijuana zu konsumieren:

1. Verbrennen und inhalieren des Rauches
2. Essen des Marihuanas

Beide Methoden werden sie „high“ machen. Das Essen des Marijuanas bewirkt dabei leichtere Symptome als die Inhalation, die aber etwas länger andauern.

Das Inhalieren des Rauches

Um Marijuana zu verbrennen, muss man es in eine dazu geeignete Form bringen, indem es leicht angezündet und danach inhaliert werden kann. Am weitesten verbreitet ist die Methode des Drehpapiers.

Generell verwendet man in Grossbritannien Papiere, in die man Marijuana und Drehtabak (oder Zigarettentabak) vermischt und danach raucht. Um dies möglich zu machen, muss man das Marijuana zerkleinern (schneiden, zerkrümeln, etc.) wobei eine Staubartige Konsistenz zu bevorzugen ist, da man diese am besten unter den Tabak mischen kann. Dann muss man diese Ingredienzien nur noch in ein Papier drehen und dieses wie eine Zigarette rauchen.

Essen des Marijuanas

Alternativ kann man Marijuana auch durch Essen konsumieren, sei es als Bestandteil eines Ganges oder als Beilage. Das am häufigsten so hergestellte Lebensmittel ist wohl Kuchen oder andere Arten von Gebäck. Allerdings kann man Marijuana praktisch jeder Speise begeben.

4. Die Utensilien

Die populärste Methode, Marijuana zu konsumieren, ist die des Rauchens. Es gibt aber auch andere Methoden und Geräte, um Marijuana zu konsumieren. Ich liste hier nur fünf auf, denken sie aber daran, dass es viele weitere gibt.

Bong

eine Vase, mit

Luftlöcher hat. Im

entzündet und durch das andere

dabei meistens

Für gewöhnlich sieht es ein wenig aus wie

einem Zylinder am Boden, der zwei

einen wird das Gras

wird der Rauch inhaliert. Das Bong wird

mit Wasser gefüllt um den Rauch zu kühlen.

Pfeife

Ein Ende der

Andere Ende

entzündet

Ähnlich einem Bong, aber viel kleiner.

Pfeife ist dünn, woraus inhaliert wird, das

hat einen Hohlraum, im dem das Marijuana

wird.

Mahlschale

Die Mahlschale wird verwendet, um das Marijuana so zu zerkleinern, dass man es für einen Joint, Bong oder eine Pfeife benutzen kann. Ältere Modelle sind beidseitig mit Mahlstäben besetzt, neuere Modelle nur auf einer Seite, wobei die andere Seite als THC-Fänger benutzt wird.

Blunt

Zigarrenblättern dreht

Heutzutage kann man

aber selber

Blunts sind Joints, die man aus

und keinen Tabak enthalten.

Zigarrenblätter einzeln kaufen, wobei man

Drehen muss.

Vaporizer

Substanzen

der Teil,
ist ein viel sauberer

meistempfohlene

Dies ist ein Elektrisches Gerät das durch
Verdampfung nur diejenigen chemischen

Herauslöst, die high machen (THC). So bleibt
der sonst geraucht wird, zurück. Dies

Weg um zu rauchen und stellt die
Methode dar.

5. Kultivierung von Cannabis

Hydroponik

Hydroponik nennt man jene Wissenschaft, welche sich mit dem Wachstum von Pflanzen in Wasser und Nährstofflösungen anstatt im Boden beschäftigt. Die hydroponische Technik erhöht die Produktivität der Pflanze und macht die Kultivierung weniger arbeitsintensiv. Bei dieser Methode werden die Wurzeln der Pflanzen direkt mit Nährstoffen versorgt, so dass sie niemals „durst“ oder „hunger“ leidet. Dies erhöht die Wachstumsrate der Pflanzen und bringt mehr Früchte – in unserem Fall, mehr Marijuana.

Die hydroponische Methode beschleunigt das Wachstum und verbessert die Qualität der Pflanze besser als jede traditionelle Methode. Für uns bedeutet das, dass der THC-Gehalt in hydroponisch gezüchteten Pflanzen sehr viel höher sein kann.

Vorteile der Hydroponik

- Es wächst kein Unkraut, da kein Boden beansprucht wird.
- Es wird kein Wasser verschwendet, da dieses durch die Pflanze zirkuliert
- Man kann eine höhere Dichte an Pflanzen züchten
- Man kann drinnen oder draussen züchten
- Schnelleres Wachstum und grössere, bessere Pflanzen

Gewächslampen

Gewächslampen produzieren Licht, das alternativ zum Sonnenlicht verwendet werden kann. Alle hydroponischen Techniken benutzen Gewächslampen, um den Lichteinfall auf eine Pflanze zu maximieren. Durch das benutzen eines Timers kann man der Pflanze maximales Licht und maximale Nährstoffzufuhr garantieren.

Züchten mit der hydroponischen Methode

Es gibt vier Grundmethoden, Cannabis hydroponisch zu züchten. Diese sind: „Ebbe und Flut“, die „Tropf-Methode“, die „Nährstoffilmtechnik“ (NFT) und das sogenannte „passive System“.

Ebbe und Flut

Diese Methode erlaubt es, allen Pflanzen die selben Nährstoffe gleichzeitig bereitzustellen. Dabei werden die Pflanzen in Schalen, die mit dem Abflusssystem verbunden sind, für eine bestimmte Zeit geflutet. So kann die Pflanze Sauerstoff aufnehmen, während das Wasser abläuft. Diese

Methode eignet sich sehr gut für viele verschiedene Nutzpflanzen – inkl. Cannabis.

Tropf

Ein Tropf-System ist genau das, wonach es sich anhört. Dabei fallen von Zeit zu Zeit Tropfen einer Nährstofflösung auf die Pflanze. Dies erlaubt es der Pflanze, Sauerstoff, Nährstoffe und Wasser gleichzeitig aufzunehmen. Diese Methode eignet sich besonders für Pflanzen, die lange brauchen, um zu reifen, wie etwa die Tomate.

Nährstofffilmmethode (NFT)

Bei dieser Methode werden Pflanzen in Kanälen gezüchtet durch welche Nährstoffe gepumpt werden. Der untere Teil der Wurzeln wird mit Nährstofflösung umspült, während der obere Wurzelabschnitt zur Sauerstoffaufnahme dient. Es ist dabei wichtig, den oberen Teil der Wurzel regelmässig zu benässen, damit dieser nicht austrocknet. Die NFT - Methode eignet sich sehr gut für kurzlebige Pflanzen – wie etwa Cannabis.

Passives System

Ein passives System benutzt keine Pumpen und Timer um die Wurzeln zu fluten. Die Wurzeln „hängen“ hierbei in der Nährlösung und nehmen sich daraus alles was sie benötigen. Zum Teil werden auch Dochte benutzt, um die Pflanzen mit der Nährlösung zu verbinden. Ein passives System ist langsamer und nicht ganz so intensiv wie andere Methoden, die wir besprochen haben. Da man bei dieser Methode stehendes Wasser

verwendet, hat dieses oft einen (zu) niedrigen Sauerstoffgehalt, der oft durch eine Luftpumpe ausgeglichen wird.

6. Das Gesetz

Es ist in den meisten Ländern verboten, Cannabis zu besitzen oder es zu kultivieren. Neuere Forschungen im Bereich der medizinischen Verwendung ergaben jedoch, dass es sich beim Cannabis um eine eigentlich recht freundliche, harmlose Substanz handelt. Viele Länder, so etwa Grossbritannien, Portugal und Kanada, sind daran den rechtlichen Status dieser Pflanze zu überdenken.

Die allermeisten Länder haben Gesetze in Bezug auf die Kultivierung, den Besitz und den Handel mit Marijuana. Die nichtpsychoaktiven Produkte des Cannabis (z.B. Faser und Samen) sind in den meisten Ländern legal, und man kann sich eine Lizenz erwerben, um diese anzubauen. In einigen Ländern wie den Niederlanden und Portugal ist der Besitz von psychoaktiven Cannabisprodukten für den persönlichen Gebrauch legal. Der Handel, die Vertreibung und der Konsum bleiben jedoch strafbar, die maximal zulässige Menge für eine Person beträgt dabei 25g. In vielen anderen Ländern hingegen ist der Konsum von Cannabisprodukten legal, während der Besitz, Verkauf, das Verteilen von Cannabis – und sogar das Erteilen einer Erlaubnis, auf einem Grundstück zu rauchen – weiterhin illegal sind. Wird man mit einer Menge Marijuana verhaftet, die als „klein“ angesehen wird, können die Ermittlungen gegen sie eingestellt werden. In den USA (2004) wird im Durchschnitt alle 42 Sekunden jemand wegen „Marijuanavergehen“ verhaftet. Die meisten anderen Länder haben sehr strikte Gesetze gegen den Besitz und Konsum von Cannabis.

7. Cannabis und Gesundheit

Statistiken der Gesundheitsbehörden zeigen, dass Drogenberatungsstellen immer häufiger mit Leuten zu tun haben, deren Probleme auf Cannabis gründen. 9% aller in diesen Stellen behandelte Leute gibt Cannabis als ihr Hauptproblem an – das sind doppelt so viele wie vor 10 Jahren. In einer anderen Studie der WHO zeigte sich, dass einer von 5 15-jährigen in Grossbritannien Cannabis raucht – was etwa dem doppelten Wert des weltweiten Durchschnitts entspricht.

Obwohl die Experten der Regierung darauf bestehen, dass Cannabis kein Suchtmittel ist, zeigt sich dass der regelmäßige Konsum von potenten Cannabisprodukten eine chronische Abhängigkeit erzeugen kann.

Mittlerweile häufen sich auch die klinischen Beweise, die Cannabis mit psychischen Krankheiten – speziell Schizophrenie, Psychosen, Angststörungen und Depressionen – in Verbindung bringen. US Studien zeigen dass fast 80% aller neuen Schizophreniefälle evtl. durch Cannabis ausgelöst wurden.

Jemand der mit 15 beginnt, Marijuana zu rauchen, trägt das viermal grössere Risiko, in den nächsten 11 Jahren an Schizophrenie zu erkranken, als jemand, der mit 18 damit beginnt. Ein 18-jähriger, der schon mindestens 50-mal Cannabis geraucht hat, hat ein siebenfach höheres Risiko in den nächsten 15 Jahren eine Psychose zu erleiden.

Sie sehen – ihre Alarmglocken sollten jetzt schon längst läuten! Holen sie sich also mein Stopp-Cannabis-Paket jetzt herunter. Sie bekommen eine 60-tägige Geld-Zurückgarantie dafür. <https://www.cannabis-entzug.com>

Kurzzeiteffekte

Die kurzzeitigen Effekte von Marijuana sind: Eine milde Euphorie und Entspannungsgefühle, Veränderungen der Wahrnehmung wie jener der Zeiteinschätzung. Vielfach intensivieren sich auch normal äussere Reize wie z.B. Hunger oder Musik. In einem sozialen Umfeld angewendet, kann Cannabis zur Entspannung und Auflockerung beitragen, was einem zu einem wahren Redefluss oder Lachenfall verhelfen kann. Es gibt auch spezifisch kognitive Wirkungen wie etwa die Schwächung des Kurzzeitgedächtnisses und einer Auflockerung der Assoziationen, was dazu führen kann, dass man sich „high“ oft in Fantasien verliert.

Unser Gehirn hat Rezeptoren für spezifische chemische Substanzen, wie etwa Anandamid, welches natürlich im Hirn vorkommt. THC hat die Fähigkeit, sich an diese Rezeptoren anzuknüpfen und diese somit zu stimulieren. Diese Arten von Rezeptoren nennt man THC-Rezeptoren und nicht Anandamid-Rezeptoren. Einige Areale des Hirns haben viele THC-Rezeptoren, während andere vielfach gar keine haben. Wenn jemand Marijuana konsumiert, wandern die Chemikalien dieser Droge durch den Blutkreislauf und hängen sich an die THC-Rezeptoren an, aktivieren sie, und stören so den „normalen“ Ablauf der Neurotransmission.

THC hat viele Effekte aufs Gehirn. Ein besonderes Areal, das dadurch beeinflusst wird, ist das Belohnungszentrum ihres Hirns (Teil ihres limbischen Systems), das für ihre Glücksgefühle zuständig ist. Höhere Dosen bewirken dabei eine generelle Abnahme der Spontanität, Motivation und Engagement in der Umwelt. Ängstlichkeit, Konfusionen, Aggressivität, Halluzinationen, Übelkeit und Erbrechen wurden alle in Zusammenhang mit dem Konsum von Marijuana gebracht, sie werden jedoch nicht notwendigerweise von jedem Konsumenten erfahren, obwohl auch langjährige Konsumenten diese Symptome erleben können. Beim

Abklingen des THC-Rausches bleibt kein „Kater“ wie beim starken Konsum von Alkohol.

Es gibt eine ganze Anzahl von Symptomen die beim Konsum von Marijuana auftreten: Ein röten der Bindehaut, Senkung der Körpertemperatur, ein trockener Hals und Mund, Hunger, eine leicht erhöhter Puls, leicht erhöhter Blutdruck, und ein plötzlicher Abfall der Herzschlagrate und des Blutdruckes beim Aufstehen. Der Puls kann sich um 20% bis 50% erhöhen. Dies alles geschieht im Zeitraum von wenigen Minuten bis zu einer Viertelstunde, und hält bis zu drei Stunden an.

Langzeiteffekte

Neue Studien zeigen deutlich dass Cannabis, wie alle anderen Drogen auch (Heroin, Nikotin, Amphetamine) verantwortlich für die Ausschüttung von Dopamin in unserem Gehirn ist.

Das Ausschütten von Dopamin ist ein Mechanismus, der unserem neuronalen Belohnungssystem entspringt und gleichzeitig eine grosse Rolle bei der Entwicklung von Abhängigkeiten spielt. Dies bedeutet dass Menschen, die oft Cannabis konsumieren, eine psychische Abhängigkeit entwickeln können und bei Einstellung des Konsums eine Vielzahl von Entzugserscheinungen erleben.

Die Ergebnisse von Untersuchungen, die sich auf Schäden der kognitiven Funktionen durch Cannabis konzentrieren, ergeben allerdings kontradiktorische Tatsachen. Natürlich treten die unmittelbaren Symptome auf, doch neueste Untersuchungen deuten darauf hin, dass die Schäden gering sind und nach Einstellung des Konsums wieder behoben werden können, auch bei Schwerstkonsumenten.

Seit einer Weile findet man auch Hinweise darauf, dass der Konsum von Cannabis zu Schizophrenien führen kann. Wenn eine Person schon an psychischen Störungen leidet oder ein Trauma erlebt hat, kann der starke Konsum von Cannabis Psychosen auslösen oder die Wirkung von Psychopharmaka negativ beeinträchtigen.

Die Forschung hat auch einen unbestreitbaren Zusammenhang zwischen dem Cannabiskonsum und Depressionen entdeckt. So hat z.B. eine kürzlich in Australien durchgeführte Studie ergeben, dass Frauen, die in ihrer Adoleszenz Marijuana geraucht haben, ein fünfmal grösseres Risiko tragen, als Erwachsene an einer Depression zu leiden.

Wirkung von Cannabis auf ihre Atemwege

Der Konsum von Cannabis führt zu entzündetem Lungengewebe das unnatürlich rötlich wird, sich ausdehnt, und vermehrt Schleim absondert. Die Wissenschaft hat bewiesen, dass das Rauchen von Cannabis eine enorme Gefahr für unsere Atemwege darstellt. Es ist aber unklar, ob moderate Konsumenten und Gelegenheitsraucher dem gleichen Risiko ausgesetzt sind.

Überraschenderweise geht die grosse Gefahr für unsere Gesundheit von den Nebenprodukten des Cannabisrauchens aus, und nicht dem THC, der Substanz, um dessen Willen man eigentlich raucht. Der Rauch, der beim Verbrennen von Cannabis entsteht enthält alle toxischen Chemikalien, die auch beim Brennen einer Zigarette entstehen (ausser Nikotin) und sogar mehr kanzerogene Substanzen als jener.

Beim Rauchen eines Joints inhaliert man etwa drei Mal mehr Teer als beim Rauchen einer Zigarette, wobei die Abbauzeit für diese Substanz um einen Drittel steigt. Obwohl den Forschern aufgefallen ist, dass Cannabisraucher

öfter als andere an Asthma und anderen Atemwegserkrankungen leiden, konnten sie nicht nachweisen, dass dies am Cannabis liegt. Dies ist vor allem darum schwer herauszufinden, weil es nur eine geringe Zahl von Konsumenten gibt, die Cannabis pur konsumieren und es somit schwer wird, zwischen den Symptomen des Tabaks und des Cannabis zu unterscheiden.

Andere Wirkungen auf ihre Gesundheit

Cannabiskonsum kann bei schwangeren Frauen eine Verkürzung der Schwangerschaft bewirken, was meistens zu Mangelgeburten (niedriges Gewicht, Kopfumfang, etc.) führt. Kinder von Cannabiskonsumierenden Müttern schneiden mit 2 Jahren bei Gedächtnis- und Sprachtests schlechter ab als andere, nach 3 Jahren zeigen sie eine tiefere IQ-Rate als vergleichbare Kinder. Mit neun Jahren wird das Kind kognitive Defizite und vielleicht Verhaltensstörungen haben. Auch gibt es eine Form der Leukämie, die Kinder von Müttern, die während der Schwangerschaft Cannabis konsumiert haben, zehnfach häufiger auftritt. Des Weiteren kann der Cannabiskonsum auch ihr Immunsystem schädigen, in dem es die Produktion von weissen Blutkörperchen hemmt und die Bekämpfung von Infektionen wie Herpes erschwert.

Ausserdem gilt es als bewiesen, dass Cannabis schädlich für die männlichen Fortpflanzungsorgane ist. So führt der häufige Konsum von Cannabis zu einer Senkung des Testosteronspiegels und schädigt die Spermproduktion. Die Spermien von Cannabiskonsumenten sind weniger beweglich und lebendig als die von Nichtkonsumenten. Hierbei sollte man allerdings erwähnen, dass diese Aussagen auf nur wenigen Untersuchungen beruhen, die nicht zahlreich genug sind, um als wissenschaftlich zu gelten. Das 1997 erschienene Merck Manual of

Diagnosis and Therapy stuft Fruchtbarkeitsstörungen beim Cannabiskonsum als ungewiss ein.

Allerdings haben Studien bewiesen, dass Substanzen wie THC sich an Rezeptoren auf Spermien andocken können. Dabei hat man beobachtet, dass Spermien, die oft THC ausgesetzt waren, ein anormales Schwimmverhalten an den Tag legten und sich weniger gut an Eizellen andocken konnten, um eine Befruchtung zu ermöglichen. Viele Cannabiskonsumern sind Väter geworden, für Leute, die aber schon an Fruchtbarkeitsstörungen leiden, könnte dies die Wahrscheinlichkeit, ein Kind zu bekommen, allerdings senken.

Weitere Gefahren des Cannabis

Die Toxizität des Cannabis ist sehr gering. Es ist noch niemals jemand an den unmittelbaren Folgen des Cannabiskonsums gestorben, sei es als Freizeitdroge oder Medikament. Trotzdem ist es falsch, zu behaupten, es sei eine harmlose Substanz.

- Ein Joint hinterlässt viermal mehr Teer in ihren Lungen als eine Zigarette
- 12% aller Toten im Straßenverkehr werden mit Cannabis in Verbindung gebracht. Während die Rate von betrunkenen Fahrern stetig sinkt, ist diejenige von Unfällen durch Cannabiskonsum stetig am steigen.
- Cannabis ist eine Einstiegsdroge. Cannabiskonsumern tragen ein 60-fach höheres Risiko einmal harte Drogen zu nehmen, als andere.
- Nach dem Genuss von Marijuana kann man innerhalb Minuten Gemütsänderungen erleben, die für Stunden anhalten, je nachdem wie viel man eingenommen hat. THC speichert sich in ihrem

Körper und lagert sich in ihrem Fett ein. Es kann für mehr als 6 Wochen in ihrem Körper bleiben.

8. Abhängigkeit

Ist Cannabis süchtig machend?

Es hat einige Gemeinsamkeiten mit süchtig machenden Substanzen:

- Toleranz: Man muss ständig mehr und mehr konsumieren, um die gleiche Wirkung zu erfahren
- Entzugserscheinungen: Diese treten bei starken Konsumenten auf und beinhalten:
 1. Begierde, heftiges Verlangen nach Cannabis
 2. Verkleinerter Appetit
 3. Schlafstörungen
 4. Gewichtsverlust
 5. Aggression, Gereiztheit, merkwürdige Träume.Diese Symptome machen das Einstellen des Cannabis-Konsums ungefähr ebenso schwer wie das Einstellen des Rauchens.
- Drei von Vier Langzeitkonsumenten verspüren eine starke Begierde nach Cannabis
- Etwa die Hälfte wird gereizt
- Etwa 7 von 10 erhöhen ihren Tabakkonsum oder wechseln zum Tabakkonsum.

Es ist sehr wahrscheinlich, dass sie Cannabis abhängig macht, wenn sie es täglich konsumieren. Ein zwanghafter Konsument spürt, dass er es braucht und er verbringt viel Zeit seines Lebens damit es zu suchen, zu kaufen und zu rauchen. Er kann auch nicht mehr damit aufhören, wenn andere Bereiche seines Lebens (Familie, Schule, Arbeit) darunter leiden.

Die Wissenschaft muss die genauen Umstände der Abhängigkeit von Cannabis erst noch untersuchen. Da aber sogar der wissenschaftliche Gebrauch von Marijuana – etwa als Forschungsobjekt – in den meisten Ländern strafbar ist, kommt diese nicht richtig vom Fleck. Allerdings ist es in liberalen Ländern wie Grossbritannien kein Problem, eine Lizenz zur Züchtung von Marijuana für botanische oder Forschungszwecke zu erhalten. Daher der Ausdruck „kontrollierte Droge“

Kann man süchtig werden?

Einige Studien sagen, dass eine von zehn Personen süchtig nach Cannabis wird. Ich hingegen glaube, dass jeder süchtig werden kann, da es sich um eine psychische Abhängigkeit handelt, die durch einen selbst verursacht wird, nicht durch eine physische Sucht.

Jeder der nach Cannabis süchtig ist genießt es, es zu konsumieren. Sie genießen es deshalb so, weil Cannabis sie sich gut fühlen lässt. Wenn ein Cannabissüchtiger merkt, dass seine Sucht psychisch, mental und sozial ungesund für ihn ist, wird er damit aufhören, Cannabis mit „ich fühle mich gut“ zu assoziieren.

Ein weiterer Grund wieso wir eine Abhängigkeit entwickeln ist weil das Kiffen so alltäglich wie das Zähneputzen oder Essen wird. Bald schon gehört es zu unserer täglichen Routine, und wir können nicht mehr damit

aufhören, da sich diese Handlung schon fest in unser Gehirn „eingebrennt“ hat. Dazu kommt noch die Tatsache, dass wir Cannabiskonsum mit positiven Gefühlen bewerten, umso einfacher ist es, weiterzurauchen.

Nach der Definition von Marijuana-anonymous.org gibt es 12 Fragen, die man sich stellen kann, um herauszufinden, ob man nach Marijuana süchtig ist.

1. Hat das Rauchen von Cannabis aufgehört, ihnen Spass zu machen?
2. Konsumieren sie jemals alleine?
3. Ist es schwer für sie, sich ein Leben ohne Marijuana vorzustellen?
4. Ist ihr Freundeskreis durch Marijuanakonsum bestimmt?
5. Rauchen sie Marijuana um nicht mit ihren Problemen fertig werden zu müssen?
6. Rauchen sie Marijuana um mit ihren Gefühlen klarzukommen?
7. Lässt sie der ständige Konsum von Marijuana in ihrer eigenen kleinen Welt versinken?
8. Haben sie es jemals versäumt, versprechen über die Reduktion oder die Einstellung ihres Konsums zu halten?
9. Hat ihr Konsum jemals Probleme mit dem Gedächtnis, mit der Konzentration oder mit ihrer Motivation gebracht?
10. Wenn ihnen der Nachschub ausgeht, sind sie dann besorgt darum, wie sie mehr bekommen?
11. Planen sie ihr Leben um den Konsum von Marijuana herum?
12. Haben ihre Freunde oder Verwandten sich jemals darüber beschwert, dass ihr Konsum ihre Beziehungen beeinflusst?

Sollten sie einer dieser Fragen mit ja beantwortet haben, haben sie vielleicht ein Problem mit Marijuana. Mein Paket zeigt ihnen die magischen **6 Schritte, mit denen Sie sofort Ihren Cannabiskonsum einstellen.**

Ebenfalls bekommen sie, wenn sie in den nächsten 5 Tagen bestellen einen genauen Plan als **Bonus-Geschenk** dazu.

9. Aufhören

Das Hauptziel dieses Textes ist es, Leuten, die das Gefühl haben, dass ihr Marijuanakonsum ausser Kontrolle geraten ist, zu helfen. Es gibt viele verschiedene Wege, um den Konsum zu reduzieren oder ganz damit aufzuhören. Die wichtigste Entscheidung, die sie treffen müssen, ist diejenige, wie sie weiter vorgehen wollen. Wollen sie ganz mit dem Rauchen aufhören? Oder wollen sie ihren Konsum bloss mässigen?

Hier entscheidet sich ob sie Erfolg haben werden. Sie brauchen eine klar definierte Vorstellung davon, wie sie ihr Leben führen wollen. Sie sollten sich die folgenden Fragen stellen:

1. Mangelt es mir an Selbstbeherrschung, wenn ich Cannabis konsumiere?
2. Bin ich wirklich zufrieden damit, wie ich mein Leben auf Cannabis führe?
3. Wünschen sie sich, sich wieder so gut konzentrieren zu können, wie bevor sie mit Konsum angefangen haben?
4. Hindert ihre Paranoia sie daran, Dinge zu tun?
5. Nehmen sie immer den Weg des geringsten Widerstandes in ihrem Leben?

Sollten sie sich dafür entscheiden, ihren Konsum zu reduzieren, dann denken sie bitte an folgendes: Jedes Mal, wenn sie ab jetzt einen Joint rauchen, werden sie der enormen Versuchung widerstehen müssen, noch einen Joint zu rauchen. Sie müssen auch verstehen, dass regelmässiger

Konsum zur Ausbildung einer Gewohnheit führt, was die Chance, Abhängig zu werden, nur steigert.

Wenn sie ein täglicher Konsument von Cannabis sind und aufhören möchten, werden sie folgende Entzugserscheinungen ertragen müssen: Nervosität, Gereiztheit, Aufgewühltheit, Schlaflosigkeit, Übelkeit, Schlafstörungen, Schweißausbrüche, und merkwürdige Träume. Diese Symptome können Sie aber mit dem Stopp-Cannabis-Paket sehr gut eindämmen oder sogar ganz verschwinden lassen. <https://www.cannabis-entzug.com>

Hypnose

Hypnosebehandlungen bestehen in der Regel aus einer Sitzung die ungefähr 90 Minuten dauert.

Ein Hypnotiseur wird dabei versuchen, die Informationen darüber, wieso sie nicht mehr rauchen wollen, in ihr Unterbewusstsein zu bringen. Eine solche Sitzung wird aus hypnotischen Elementen, positiven Affirmationen und Suggestionen bestehen. Meistens erhalten sie am Ende einer solchen Sitzung eine CD, die sie verwenden können, um die Suggestionen nachträglich zu verstärken.

Ich habe selbst nie Hypnose probiert, aber einer meiner Freunde hat in nur wenigen Wochen einmal über 300 Sfr. für Hypnosesitzungen ausgegeben. Danach hörte er für etwa drei Tage mit dem Rauchen auf, fing aber bald wieder an, reduziert Cannabis zu konsumieren. Ich glaube er hatte nach einem schnellen Weg gesucht, um von seinen schlechten Angewohnheiten loszukommen. Mein Paket zeigt ihnen allerdings wie sie sofort aufhören, ihre Entzugserscheinungen verbannen und wie sie es schaffen nie wieder die Lust an einem Joint zu verspüren.

<https://www.cannabis-entzug.com>

Willensstärke

Willensstärke ist extrem wichtig; dabei handelt es sich um nichts anderes, als die Energie, die man sammelt, um ein Ziel zu erreichen. Wenn sie ein klares Bild von dem erarbeitet haben, das sie wollen, können sie ihre Willensstärke aktivieren um dieses Ziel zu erreichen.

Die meisten Leute versuchen vergebens mit dem Rauchen aufzuhören, da sie zu wenig Willensstärke dazu haben. Willensstärke ist aber auch etwas, dass man selber erschafft. Wenn sie nicht mit dem Rauchen aufhören wollen, werden sie es auch nicht tun, und somit auch nicht die dazu nötige Willensstärke sammeln. Wenn sie ihre Energien aber sammeln können, und diese dazu einsetzen, sich von ihren Rauchgewohnheiten zu lösen, dann werden sie es schaffen.

Die Hilfe, die Regierungen Süchtigen anbieten, ist meistens nicht sehr gut. Oft werden Schockmethoden benutzt, die nicht effektiv sind, da sie uns etwas zeigen, das wir schon kennen. Ja, man kann an Lungenkrebs sterben, wenn man raucht!

Wieso hält uns dieser Satz aber nicht auf? Wieso wiederholen die Regierungen und ihre Organisationen diesen Satz immer und immer wieder? Funktioniert dies für sie? Ich finde diese Art der Hilfe ist nervig, frustrierend und ineffektiv.

Das Stopp-Cannabis-Paket ist ganz anders, sie lernen einige sehr effektive und magische Wege, mit denen sie ohne weiteres von ihrer Sucht davon kommen, das garantiere ich ihnen. Sollten sie es mit dem Paket doch

nicht schaffen, so erstatte ich ihnen ohne wenn und aber sofort das Geld zurück – eine Mail genügt. <https://www.cannabis-entzug.com>

Extra Hilfe

Bevor sie aufgeben und sich sagen, dass sie es nicht schaffen aufzuhören, rate ich ihnen, es einmal ernsthaft zu versuchen. Es ist noch nie jemand an den Entzugerscheinungen von Cannabis gestorben und sie werden auch nicht der Erste sein! Es wird nicht so schlimm werden, wie sie denken!

Hier sind einige Tipps um den Konsum zu reduzieren:

- Setzen sie sich eine maximale Limite des Konsums
- Meiden sie Orte und Leute, die sie zum Konsum animieren
- Finden sie eine Person, mit der sie ihren Konsum gemeinsam reduzieren können
- Halten sie Tagebuch darüber, wie viel sie verbrauchen
- Halten sie sich einige rauchfreie Tage in der Woche
- Belohnen sie sich, wenn sie ihr Teilziel erreicht haben

Wenn sie wirklich aufhören wollen, dann rate ich ihnen meinen weiterführenden Report „Stopp Cannabis System“ herunter zu laden. Mit diesem Paket haben sie das magische Wissen und die 6 Erfolgswege um langfristig mit dem Cannabiskonsum aufzuhören und das SOFORT. Hier können sie sich mein Paket herunterladen:

<https://www.cannabis-entzug.com>

10. Meine Geschichte

Der Konsum von Cannabis könnte sie selbst zu Ihrem grösstem Feind machen. Wenn Sie beim Konsum jemals kritischen, negativen Gedanken begegnet sind, dann sollten sie sich fragen:

Ist es es wert?

Mich persönlich macht Cannabis lethargisch, faul und am schlimmsten: Es bringt mich dazu, mir einzureden, dass ich gewisse Dinge nicht „jetzt“ erledigen oder tun sollte. Zum Beispiel: „ Oh, ja, ich muss meine Kreditkartenrechnung bezahlen.“ Stehe ich zu diesem Zeitpunkt unter dem Einfluss von Cannabis so ist es sehr wahrscheinlich, dass ich die Rechnung nicht bezahlen werde. Ich treffe den bewussten Entscheid, dies nicht jetzt, heute zu tun, sondern es bis Morgen warten zu lassen.

Das gleiche wird mir aber auch am nächsten Tag passieren, sowie am übernächsten. Meistens kommt dann der Zeitpunkt, an dem ich anfange, mir sorgen zu machen. Dann sage ich mir Dinge wie „Scheisse. Jetzt musst du es MORGEN unbedingt erledigen“. Zu der Zeit, als ich die Rechnung erledige, ist sie dann schon ein Riesenproblem für mich, da der Gedanke schon tagelang in meinem Kopf rumgeistert. Anstatt die Rechnung einfach zu bezahlen, muss ich nun in ständiger Paranoia darum leben, dass ich die Rechnung noch bezahlen muss.

Es ist ein echter Teufelskreis. Der einzige Weg damit klarzukommen, ist es, genug Willensstärke zu sammeln, um aufzuhören oder es am nächsten Tag vor dem Cannabiskonsum zu erledigen.

Sogar am nächsten Tag, wenn ich zu Bank gehe, fühlt sich mein Verstand noch an wie eine dicke Rauchwolke. Ich werde mich immer noch nicht gut fühlen und mein Gedächtnis wird immer noch unter dem Konsum leiden.

Cannabis hat bei mir eine Menge negativer Charakterzüge hervorgehoben, ich brauchte aber einige Zeit, um das zu realisieren. Auf Cannabis fühlte ich mich die meiste Zeit über sehr Paranoid, ich war auch ohne weiteren Konsum manchmal tagelang aufgekratzt.

Das beste Beispiel, das mir dazu einfällt ist ein bestimmtes Bewerbungsgespräch. Ich bin die Art von Person, die von sich behauptet, mit allem umgehen zu können und alles in Ordnung zu bringen, wenn es darauf ankommt. Ich erinnere mich wie ich an dieses Bewerbungsgespräch ging, und mir etwa fünf Minuten vor dem Termin schlecht wurde. Ich konnte es nicht aufhalten. Ich fühlte mich ziemlich hilflos und schwach da ich keine Kontrolle mehr über mich hatte.

Ich bekam regelmässig sehr starke Kopfschmerzen, wenn ich zu viel konsumierte. Ich hatte auch ziemliche Probleme mit dem Aufstehen am Morgen. Auch mein Gedächtnis – vor allem das Kurzzeitgedächtnis – litt stark darunter.

Wenn also alle diese Punkte gegen den Konsum sprechen – wieso habe ich weitergeraucht? Wieso raucht man trotzdem weiter?

Das erste Mal, als ich Cannabis probierte, mochte ich es nicht einmal wirklich; ich war kein Raucher. Ein Schlüsselerlebnis dabei war eine Nacht bei einem meiner Bekannten. Wir konsumierten, und irgendwann konnte ich meine Arme und Beine nicht mehr spüren. So etwas hatte ich in meinem ganzen Leben noch nicht gespürt – und ich werde nie vergessen, wie viel Freude mir dieses Gefühl damals bereitete.

Und so wars dann. Ich genoss es. Ich zog eine grosse Befriedigung daraus, bekifft auf dem Boden zu liegen. Niemand war da, um mich zu stören,

niemand konnte mich aufhalten, und ja, ich genoss es! Und wie! So fest, dass ich süchtig wurde.

Dabei tat ich in Wirklichkeit etwas anderes: Ich unterdrückte damit Gefühle, die Teil meines Lebens waren. Ich wollte mich so fühlen als gebe es keine Probleme in meinem Leben oder auf der Welt! Wenn ich Cannabis rauche, lösen diese sich wörtlich in Rauch auf.

Es war meine Entscheidung, zu Rauchen, was ich geraucht habe und nicht die eines Anderen. Es war immer meine Entscheidung, einen Joint zu drehen, oder daran zu ziehen, wenn mir ein Freund anbot. Dies waren alles meine eigenen Entscheidungen und ich kann niemandem anderen die Schuld dafür geben, was ich damals getan habe.

Sogar als ich mich dafür entschied, aufzuhören, war es alleinig meine Entscheidung. Niemand hat mich dazu gezwungen. Ich fühlte in mir den Willen, aufzuhören, aber nichts was mir andere Leute übers Aufhören rieten, hat für mich funktioniert. Ich habe endlos viele Websites nach Tipps zum Aufhören durchsucht aber schliesslich bin ich durch meine eigenen Stärken und Kräfte davon losgekommen.

Ich wollte damit aufhören. So simpel ist es. Ich traf eine Entscheidung, und war entschlossen, alle Hindernisse auf diesem Weg zu überwinden. Ich konzentrierte mich darauf, wie es sich anfühlte, nicht zu rauchen, frei von der Sucht zu sein. Ich habe mich nicht darauf konzentriert, wie ich es schaffe, ich hatte auch keine Angst, es nicht durchzuhalten.

11. Meine 2 besonderen Tipps an sie

Zwei abschliessende Tipps möchte ich ihnen an die Hand geben:

1. Laden sie sich meinen weiterführenden Report <http://www.cannabis-entzug.com> herunter. Besonders empfehlen möchte ich es denen die in diesem Gratis-Report auch wirklich Punkte und Argumente gegen das Kiffen gefunden haben und diese sie überzeugt haben, dass der regelmässige Konsum ihr Leben nur einschliesst. Sie bekommen einen kompletten Leitfaden für Ihren grossen Start in kiff-freie Leben. Keine öde Theorie, sondern sofort durch sie Schritt für Schritt umsetzbares Wissen. Sie bekommen von mir sogar eine **absolute 60-tägige Geld-Zurückgarantie!**

2. Starten sie möglichst sofort und noch heute mit dem besseren Leben. Ich bin sicher: Wenn sie sofort starten und mein Wissen konsequent und 1:1 umsetzen, müssen sie einfach erfolgreich und ohne Entzugserscheinungen sich vom Kiffen lösen. Sie werden bereits in den ersten 5 Tagen spüren, wie die Energie zu ihnen zurückkehrt und wie sich ihr Kopf frei und klar anfühlt. Sie bekommen von mir eine absolute Garantie dafür!

**Das Paket jetzt
herunterladen unter:
www.cannabis-entzug.com**