

Lisa Lindberg

# **Wenn ohne Joint nichts läuft**

Was man über Cannabis  
wissen muss

Mit einem Vorwort von  
Prof. Dieter Naber

Walter Verlag

# INHALT

<b>Vorwort</b> .....	<b>11</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>13</b>
Eltern und Kinder in einer neuen Welt .....	17
Eltern - die glänzenden Vorbilder? .....	19
<b>WAS MAN ÜBER CANNABIS WISSEN MUSS</b> .....	<b>21</b>
<b>1. Cannabis, Haschisch oder Hanf - Erklärung der Begriffe</b>	<b>21</b>
Cannabis. ....	22
Die Hanfpflanze. ....	22
Rauschmittel Cannabis: Haschisch, Grass oder Marihuana	23
Was ist Kiffen? .....	25
<i>Wie fängt es an?</i> .....	25
<i>Wie wirdgekifft?</i> .....	26
<i>Beim Kiffen benötigte Utensilien.</i> .....	26
Kulturgut Cannabis. ....	27
<b>2. Genussmittel oder Droge?</b> .....	<b>29</b>
Orientierungshilfe: Vergleich mit Alkohol. ....	30
Wie »high« macht Haschisch? .....	33
Cannabis - eine Einstiegsdroge? .....	35
<i>Definition »Einstiegsdroge«.</i> .....	35
<i>Welche Drogen können Einstiegsdrogen sein?</i> .....	35
<i>Cannabis als Einstiegsdroge.</i> .....	35
<b>3. Der Cannabisrausch</b> .....	<b>37</b>
Was ist ein »High«? .....	37
<i>Was sind THC-Rezeptoren?</i> .....	37
<i>Wo befinden sich THC-Rezeptoren?</i> .....	38
<i>Wie entsteht ein »High«?</i> .....	39

Einmal Kiffen - was ist das für ein Gefühl? . . . . .	39
Wenn der Trip zum Horror wird . . . . .	41
Körperliche Auswirkungen . . . . .	42
Das »High« - und die Kehrseite	
Schwarzer Afghane . . . . .	42
Frühjahr 1997: Lustig, locker und cool drauf! . . . . .	43
Herbst 1998: Längst kein Spaß mehr. . . . .	45
<b>4. Der Dauerrausch . . . . .</b>	<b>45</b>
Wie man sich mit der Zeit fühlen kann. . . . .	48
<i>Die euphorische Wirkung flaut allmählich ab. . . . .</i>	<i>48</i>
Ende 1997: Krissy kifft immer mehr. . . . .	51
<b>5. Kiffen ist nicht, was Haschischrauchen einmal war. . . . .</b>	<b>53</b>
<b>6. Die Zahlen sprechen für sich. . . . .</b>	<b>54</b>
<b>7. Drogencocktails und gefährliche</b>	
<b>Drogenexperimente. . . . .</b>	<b>56</b>
Ecstasy, LSD & Co. . . . .	56
Biodrogen und Ethnobotanik. . . . .	59
<i>Eine Sinn suchende Gesinnung. . . . .</i>	<i>59</i>
<i>Biodrogen und ihre Wirkung. . . . .</i>	<i>60</i>
<b>8. Kiffen in der Schule. . . . .</b>	<b>63</b>
Frühjahr 1997: Klassenreise. . . . .	65
Tobias und Marie über Kiffen in der Schule. . . . .	65
Frühjahr 2002: Wieder in der Schule -	
Krissy staunt nicht schlecht . . . . .	67
<b>9. Dauerkiffen . . . . .</b>	<b>68</b>
Was dazu führen kann. . . . .	68
Individuelle Gefährdung . . . . .	71
Unsere Tochter doch nicht!. . . . .	73

<b>10. Dauerkiffen und Abhängigkeit</b> .....	75
Psychische Sucht .....	76
Cannabisentzug .....	77
Rückfälle .....	78
 Herbst 1998: Nur noch ein Albtraum, aber Krissy kann nicht aufhören. ....	80
»Aus dem Tal der Tränen«.....	82
 <b>11. Dauerkiffen und seelische Störungen</b> .....	87
Cannabispsychose .....	87
Cannabismissbrauch: ein Risikofaktor .....	88
Wie äußert sich eine cannabisbedingte psychische Störung? .....	89
Hilfe für Jugendliche bei solchen Symptomen .....	90
Wie lange kann eine solche Störung dauern? .....	91
Kann es zu Rückfällen kommen? .....	91
 Herbst 1998: Krissy dreht allmählich durch .....	92
»Mein Vater weiß nichts davon!« .....	95
 <b>12. Gesundheitliche Risiken</b> .....	99
Kurzzeitgedächtnis und kognitive Fähigkeiten .....	99
Herz und Kreislauf .....	101
Lunge und Atemwege .....	101
<i>Schädigung der Lunge</i> .....	102
<i>Erhöhtes Krebsrisiko in den oberen Atemwegen</i> .....	102
Hormonelle Auswirkungen .....	103
Risiko bei Schwangerschaft .....	103
Zellteilung und Immunsystem .....	104
Über Cannabisforschung .....	105
 <b>TIPPS FÜR BESORGTE ELTERN</b> .....	106
<b>1. Kiffer-Legenden entkräften</b> .....	106
<b>2. Bleiben Sie konsequent</b> .....	114
Legale Drogen .....	116
Zu Hause kiffen? .....	117

Wie sinnvoll sind Kontrollen? . . . . .	118
<i>Bei Verdacht auf regelmäßigen Cannabiskonsum     sofort und konsequent handeln!</i> . . . . .	119
Wie hilflos ich war! . . . . .	119
<b>3. Mein Kind kiff: Wie kann ich es erkennen?</b> . . . . .	122
Man kann es ihm doch ansehen! . . . . .	124
Jeden Tag kiffen: Wie sich das Verhalten verändern kann . . . . .	125
<i>Das persönliche Verhalten</i> . . . . .	125
<i>In der Schule/Studium/Ausbildung/Beruf</i> . . . . .	126
<i>Soziales Verhalten, Freizeit</i> . . . . .	127
<i>Umgang mit Geld</i> . . . . .	127
<i>Zunehmende Nachlässigkeit</i> . . . . .	128
<i>Persönliche Lebenseinstellung</i> . . . . .	128
Manchmal konnte Krissy eiskalt sein. . . . .	129
<b>4. Mein Kind ist gefährdet oder abhängig:</b>	
<b>Wie kann ich helfen?</b> . . . . .	132
Wie sollte ich mich verhalten? . . . . .	132
Und die ganze Familie? . . . . .	134
<i>Sie müssen sich einig sein!</i> . . . . .	134
<i>Keine gegenseitigen Vorwürfe!</i> . . . . .	134
<i>Mit den Geschwistern reden!</i> . . . . .	135
Wie gehe ich mit einem Abhängigen um? . . . . .	135
<i>Nehmen Sie Provokationen nicht persönlich!</i> .....	136
<i>Was kann ich unternehmen?</i> . . . . .	137
Zimmer- und Taschenkontrollen? . . . . .	137
Haaranalysen und Urinproben? . . . . .	138
Umgang mit Geld . . . . .	138
<i>Das Taschengeld streichen?</i> . . . . .	139
Das Ziel: Kompetente Beratung . . . . .	139
Ablösung vom Elternhaus? . . . . .	141
1998: Endlich kam ich an Krissy heran. . . . .	144

<b>5. Beratung oder Therapie</b> .....	148
Einzel- Familien- oder Gruppentherapie .....	149
Die gängigen Therapieformen .....	150
<i>Verhaltenstherapie</i> .....	150
<i>Systemische Therapie oder Familientherapie</i> .....	151
<i>Psychodynamische Therapie</i> .....	151
<i>Tiefenpsychologische Therapie</i> .....	151
<i>Gesprächstherapie</i> .....	151
Ich suche eine Therapie: Worauf sollte ich achten? .....	152
<i>Terminvereinbarung</i> .....	152
<i>Angaben über die Arbeitsmethode des Beraters</i> .....	153
Merkmale einer guten Therapie .....	154
Therapie und Rückfälle .....	154
Unterstützung und Hilfe durch die Familie .....	155
Herbst 1998: Krissy räumt auf .....	156
Sommer 2002: Alles wird gut .....	157
<b>Exkurs: Soll Cannabis legalisiert werden?</b> .....	159
Das holländische Modell - Ein Vorbild? .....	160
<i>Hat das holländische Modell sein Ziel erreicht?</i> .....	161
<b>Schlussbemerkungen</b> .....	163
Welche Maßnahmen könnten hilfreich sein? .....	164
<b>Anmerkungen</b> .....	168
<b>Literatur</b> .....	179
<b>Adressen</b> .....	184