



Orientation to Ontario

ESRARIN SAĞLIĞA ETKİLERİ

Esrar, beyindeki beyin gelişiminden sorumlu olan biyolojik sistemi etkiler. Gençler ve genç yetişkinlerin esrardan zarar görme olasılığı daha yüksektir çünkü beyinleri yaklaşık 25 yaşına kadar gelişir. Esrar tüketmeye ne kadar erken başlarsanız o kadar fazla zarar verebilir.

Herkesin esrara tepkisi farklıdır ve bir zamandan diğerine değişebilir.

Esrar ve sağlık üzerindeki etkileri hakkında bilgi edinin: findlink.at/cannabis-health

Hamileyken veya emzirirken esrar içebilir miyim?

Tıpkı tütün ve alkolde olduğu gibi, hamile bir kadın veya yeni bir annenin esrar kullanımı fetüsünü veya yeni doğan çocuğunu etkileyebilir. Esrardaki maddeler hamilelik sırasında annenin kanı yoluyla fetüsüne taşınır. Ayrıca doğumdan sonra anne sütüne geçer. Bu, çocuk için sağlık sorunlarına yol açabilir. Hamilelik veya emzirme döneminde kullanılacak bilinen güvenli bir esrar miktarı olmadığından, en güvenli yaklaşım esrar kullanmamaktır. Daha fazla bilgiye veya desteğe ihtiyacınız varsa sağlık uzmanınızla konuşmanız önerilir.

Esrar içmek şizofreniyi tetikleyebilir mi?

Altta yatan mekanizma hala büyük ölçüde bilinmemekle birlikte, bazı insanlarda esrar kullanımı şizofreni gibi akıl hastalıkları geliştirme riskini artırmaktadır. Bu özellikle şu

kişiler için geçerlidir:

- Genç yaşta esrar kullanmaya başlayan;
- Sık sık esrar kullanan (her gün veya hemen hemen her gün);
- Kişisel veya ailede şizofreni öyküsü olması.

Araştırmalar beyin 25 yaşına kadar tam olarak gelişmediğini gösterdiğinden, gençler esrarın etkilerine karşı özellikle savunmasızdır. Bunun nedeni, esrarda kafayı "yüksek" hale getiren madde olan THC'nin, beyindeki beyin gelişimini yönlendiren sistemi etkilemesidir.

Ayrıca, daha yüksek etkili esrar ürünlerinin kullanımının da şizofreni geliştirme riskinin daha yüksek olduğunun farkında olmalısınız. Esrar kullanımının durdurulmasının veya azaltılmasının sonuçları iyileştirdiği görülmüştür; bununla birlikte, bazı sağlık etkileri, esrar kullanımı bırakıldığında bile tamamen geri döndürülemeyebilir.

Esrar kullanmanın bilinen faydaları nelerdir?

Esrar veya bileşen kimyasalları (kannabinoidler) için potansiyel terapötik kullanımlara dair bazı kanıtlar vardır ve birçok Kanadalı, kronik ağrı, kanser kemoterapisi ile ilişkili bulantı / kusma ve multipl skleroz ile spastisite gibi sağlık sorunları için tıbbi amaçlar için esrar kullandığını bildirmektedir. Esrar bazı insanlar tarafından sağlık sorunları

1-855-626-0002

www.orientationontario.ca



için kullanılabilirken, esrarın bir bireyin semptomlarını tedavi etmek için uygun olup olmadığını en iyi şekilde belirlemek için bir sağlık hizmeti uygulayıcısı görüşülmelidir.

Health Canada, sağlık uzmanları ve izinli hastalar için tıbbi amaçlarla esrar ve kannabinoidlerin kullanımı hakkında bilgilere sahiptir. Bu; potansiyel terapötik kullanımlar, dozaj, uyarılar ve yan etkiler hakkında bilgileri içerir. Daha fazla bilgi için canada.ca adresini ziyaret edin.

Pasif esrar içiciliğinin etkileri nelerdir?

Dumanın her türüsü zararlıdır. Araştırmalar, esrar dumanının tütün dumanı ile aynı zararlı maddelerin çoğunu içerdiğini göstermiştir. Sigara içmek gibi, esrar içmek de akciğerlerinize zarar verebilir ve örneğin atletik performansı etkileyebilecek bronşit benzeri semptomlara, öksürüğe ve hırıltılı solunuma neden olabilir. Tütüne bağlı pasif içiciliğe yol açan dumanın etkileri iyi bilinmekle birlikte, esrara bağlı pasif içiciliğe yol açan dumanın sağlık üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Esrar bağımlısı bir arkadaşına nasıl yardım edebilirim?

Arkadaşınızla esrar bağımlılığı hakkında konuşmak için bir senaryo yoktur ve onu kullanmayı bırakmaya ikna etmeye çalışmak zor olabilir. Arkadaşınızı, mevcut yaşam durumunu, esrar kullanımını sınırladıkları zamanki durumlarıyla karşılaştırmaya teşvik ederek başlayabilirsiniz. Kendilerini daha sağlıklı, daha mutlu ve daha üretken hissettiklerini itiraf edebilirler.

Birisi sorunlu madde kullanımı (esrar dahil) yaşadığında, yardım almalıdır. Soruları yanıtlamak, tavsiye vermek veya uygulamalı yardım sağlamak için birçok kaynak mevcuttur. Bölgenizde bulunan kuruluşların web siteleri ve telefon numaraları ile bir listesini hazırlayarak arkadaşınıza yardımcı olabilirsiniz.

KAYNAKLAR

ConnexOntario

ConnexOntario, alkol ve uyuşturucu, ruh hastalığı veya kumarla ilgili sorunlar yaşayan kişiler için ücretsiz ve gizli sağlık hizmetleri bilgileri sağlar. [1-866-531-2600](tel:1-866-531-2600) numaralı telefonu arayın veya connexontario.ca adresini ziyaret edin.

211 Ontario

[211](tel:211), sizi bölgenizdeki hizmetlere ve programlara 7/24 bağlayan ücretsiz bir yardım hattıdır. Ruh sağlığı, bağımlılıklar ve daha fazlası için hizmetler bulmak için 211ontario.ca ziyaret edin veya [2-1-7](tel:2-1-7)'i arayın..

CAMH

Bağımlılık ve Ruh Sağlığı Merkezi (CAMH) ile iletişime geçmek için [416 535-8501](tel:416-535-8501) arayıp 2'yi tuşlayın veya camh.ca adresini ziyaret edin.

