

## ما هو مدى ضرر القنب؟

### How harmful is cannabis?

هل تستطيع أن تعرف ما إذا كان المراهق يستعمل القنب؟ على الرغم من أن التغيّب عن المدرسية وتدهور الأداء المدرسي وتقلبات المزاج يمكن أن تكون من أعراض استعمال القنب فإن هذه أيضاً من المشاكل العادية جداً التي ترافق مرحلة المراهقة. لذلك لا تتسرع وتحكم على الأمور من هذه الأعراض. إذا كنت تشك في أن شخصاً مراهقاً يستعمل القنب أو إذا وجدت ما يدل على أنه يستعمل المخدر فقد تشعر برغبة في التهديد أو العقاب. لكن من الأفضل المحافظة على هدوئك ومحاولة معرفة السبب الذي دعاه لاستعمال المخدر. يحتاج المراهق إلى التأكد من أن والديه يحبانه ويريدان مساعدته. ومجرد قيامه باستعمال المخدر قد يكون دليلاً على وجود مشكلة لديه. إلا أنه قد يعني أيضاً أنه قد جرب المخدر مرة وأنه لن يستعمله ثانية. إذا كنت قلقاً من لجوء أحد المراهقين إلى استعمال المخدرات فلا تتأخر في طلب المساعدة. إذ أن ذلك مشكلة يعاني منها الكثير من الآباء والأمهات وليس هناك داع للشعور بالخجل. أضف إلى ذلك أن المساعدة المبكرة قد تحول دون بروز مشاكل خطيرة. للمزيد من المعلومات إتصل بمركز التوعية المتعدد الثقافات للمخدرات والكحول على الرقم 9699 3552 (02) أو بمركز صحة المجتمع المحلي.

أرقام الهواتف المذكورة صحيحة وقت النشر،  
إلا أنه لا يجري تحديثها بانتظام. لذلك قد تحتاج  
للتأكد من صحة الأرقام بمراجعة دليل الهاتف.

## How harmful is cannabis?

ما هو مدى ضرر القنب؟

على الرغم من أن حوالي خمسين بالمئة من الأشخاص دون سن الثامنة عشرة قد جربوا القنب فهذا لا يعني أن كل المراهقين سيجربونه. كما أن هذا لا يعني أيضًا أن جميع المراهقين الذين يستعملون القنب سيواجهون مشاكل فيما يتعلق به. إن تجربة أشياء جديدة من الأمور التي ترافق مرحلة المراهقة، ولذلك فإن قيام أحد المراهقين بتجربة أي نوع من أنواع المخدرات (بما في ذلك الكحول والتبغ) لا يعني أنه سيستمر في استعماله. هناك شبان وشابات من مختلف العائلات والثقافات يجربون القنب، ولذلك فليس من الصحيح القول إن المراهقين الذين يواجهون مشاكل فقط أو الذين من عائلات معينة دون أخرى يمكن أن يستعملونه دون سواهم. يعتبر الكثير من المراهقين الآن أن استعمال القنب أمر طبيعي. إن حوالي ثلث البالغين في أستراليا قد جربوا القنب في مرحلة ما من حياتهم.

لماذا يستعمل المراهقون القنب؟ للأسباب ذاتها التي تدعو الكثير من البالغين إلى استعمال المخدر الآخر الذي يفضلونه، وهو الكحول، إذ يعتقدون أنه من أنواع اللهو وأنه يخلق لديهم شعورا بالراحة والسرور. وبما أننا بوصفنا آباء أو أمهات أو أجداد أو جدات لدينا مشاكلنا الخاصة أيضًا فإننا ننسى أحيانًا أن سن المراهقة قد تكون مرحلة صعبة وأنه من الطبيعي أن يشعر المراهق في بعض الأحيان بالغضب أو الإرهاق أو الاكتئاب. لذلك لا غرابة إن لجأ بعضهم إلى استعمال مخدر متوفر بسهولة يمكن أن يحسن من شعورهم ولو لمدة وجيزة.

ما هو شكل القنب؟ المارجوانا (وهي الكلمة المستعملة لنبته القنب الناشفة) تبدو وكأنها أزهار ناشفة لونها أخضر داكن. وهي عادة تشتري في أكياس نايلون صغيرة ذاتية الإغلاق. أما الحشيشة (وهي راتينج أو مادة صمغية من رؤوس الأزهار الناشفة) فتبدو على شكل كرات أو قطع لصقة، بنية أو سوداء اللون. يلجأ الشباب غالبًا إلى تدخين المارجوانا بخلطها مع التبغ، وحشيتها في مخروط نحاسي صغير وتدخينها بواسطة نارجيلية. تصنع هذه النارجيل غالبًا عن طريق إحداث ثقب في قنينة مرطبات بلاستيكية وإيلاج قطعة من خرطوم حديقة فيها. تخلط المارجوانا أيضًا مع التبغ لصنع سيجارة منها.

ما هو مدى ضرر القنب؟ على الرغم من أن القنب يسبب مشاكل صحية أقل من الكثير من المخدرات الأخرى، بما فيها الكحول والتبغ، فإنه ليس عديم الضرر. كما أن معظم القنب المُستعمل هذه الأيام أقوى من الذي كان يستعمله الناس منذ عشرين عامًا. يعتقد البعض أن تدخين القنب أسلم من تدخين التبغ، إلا أنه على الرغم من كون القنب أقل تسببًا في الإدمان من التبغ فإن الكثيرين يصبحون مدمنين عليه ويجدون صعوبة في التوقف عن استعماله. كما أن استعمال كميات كبيرة من القنب وعلى فترات طويلة يمكن أن يزيد أيضًا من خطر الإصابة بمرض الرئة. ومن المخاوف الأخرى أن استعمال القنب يوميًا أو عدة مرات كل أسبوع يمكن أن يؤثر على القدرة على التعلم وعلى الذاكرة. ومع أن هذا التأثير يمكن أن يكون غير مرئي إلا أنه قد يؤثر على الدراسة. لكن هذه المشكلة تزول بعد التوقف عن استعمال القنب لفترة من الزمن. لكن هل للقنب تأثير على الدماغ؟ يعتقد معظم الخبراء أن لا تأثير للقنب من هذه الناحية، بيد أنه يمكن أن يطلق مشاكل لدى من كان لديه استعداد لنشوء الأمراض العقلية. كما أن الاستعمال المستمر قد يؤدي إلى الاضطراب والتشوش لدى البعض. يلجأ بعض الشباب إلى استعمال القنب مع نوع آخر من المخدرات الممنوعة يسمى LSD أو trips. إن هذا من الأمور الخطرة وقد يؤدي إلى اضطراب عقلي يعرف باسم الهُوس لدى بعض الناس.

ما الذي يجب أن يقوله الأهل للمراهقين عن القنب؟ قبل بحث موضوع أي مخدر مع المراهقين كن واثقًا من أنك تعرف الحقائق أولاً. فالكثير من المراهقين يعرفون عن المخدرات أكثر مما يعرف ذووهم. فإذا أعطيتهم معلومات يعرفون بأنها غير صحيحة فإنهم قد لا يصدقون الأشياء الأخرى التي تخبرهم عنها. ينساق الأهل عادة نحو المبالغة في تصوير الأخطار والمشاكل الاجتماعية للمخدرات بأمل تخويف أولادهم وإيعادهم عن استعمالها. إلا أن هذا عادة لا يؤدي الثمار المرجاة. فعندما يرى المراهق أن أصدقائه يستعملون القنب وأن ذلك لا يسبب أي مكروه فعلي لهم يعتقدون أن أهلهم لا يعرفون حقيقة ما يتحدثون عنه. من الأفضل أن تحاول بهدوء شرح الحقائق التي سبق ذكرها عن أن المارجوانا ليست عديمة الضرر. فليس من الصحيح أن إعطاء المراهقين حقائق عن المخدرات يشجعهم على استعمالها. إذ الواقع أنه يمكن للمراهقين الآن الحصول على القنب بسهولة وقد يقرر المراهق تجربته. وهذا يعني أنهم بحاجة لمعلومات دقيقة عن المخدر لحماية أنفسهم من ضرره.