

# toleranz, entzugssymptome und abhängigkeit bei thc

**THC-Produkte weisen ein sehr geringes Gefährdungspotenzial auf. Etliche THC-Konsumierende stellen ihren Konsum im Alter zwischen 30 und 40 Jahren ein oder reduzieren die Menge drastisch. Dies praktisch ohne Entzugssymptome.**

## Zum Begriff Toleranz

Toleranz meint, dass bei gleich bleibender Dosis die Wirkung abnimmt und folglich die Dosis erhöht werden muss, um denselben Effekt zu erlangen. Es wird für nahezu jede Cannabiswirkung eine Toleranzentwicklung beschrieben. Die genauen Mechanismen sind noch nicht vollständig erforscht. Man geht von einer Anpassung der Cannabinorezeptoren im Gehirn aus. Dabei nimmt die Geschwindigkeit des Abbaus der Cannabinoide zu, die Reizschwelle der Rezeptoren erhöht sich und die Anzahl der Rezeptoren nimmt ab. Alle diese Veränderungen sind jedoch reversibel, das heisst, dass sie nach einer gewissen Abstinenzdauer wieder in die Ausgangslage wie vor dem Konsum zurückkehren.

Zu einigen Medikamenten besteht eine Kreuztoleranz. Das bedeutet, dass die Toleranz, welche sich durch den Konsum von Cannabis gebildet hat, auch Auswirkungen auf andere Substanzen hat. Keine Kreuztoleranz besteht jedoch zu anderen Drogen wie Halluzinogenen, Amphetaminen oder Opiaten.

Untersuchungen zur Toleranz zeigen oft, dass mit anhaltendem Konsum die positiven Effekte, wie zum Beispiel die Euphorie (Glücksgefühle), mit der Zeit abnehmen.

Aber auch physiologische (körperliche) Komponenten, wie zum Beispiel die Erhöhung der Herzfrequenz, vermindern sich zunehmend.

## Zum Begriff Entzugssymptome

Die häufigsten Entzugssymptome, die von den Cannabiskonsumierenden beschrieben werden, nachdem sie den Konsum eingestellt haben, sind: Angst, Schlaflosigkeit, Appetitstörungen, vermehrtes Schwitzen, nervöse Reizbarkeit und depressive Verstimmungen. Dabei wurde auch ein Zusammenhang zwischen den Abstinenzsymptomen und der THC-Dosis sowie der Häufigkeit des Konsums gefunden.

## Wie gefährlich ist THC-Konsum?

Hier noch ein Beispiel dafür, mit welchen Mitteln Cannabissegner versuchen, die Öffentlichkeit davon zu überzeugen, wie gefährlich Cannabis sein kann.

Es handelt sich dabei um eine Studie, die im Auftrag der NIDA (National Institut on Drug Abuse) durchgeführt wurde. Forscher verabreichten dabei Mäusen vier Tage lang ununterbrochen hoch dosierte Infusionen von THC. Anschliessend wurde ihnen ein Antagonist (eine Art Cannabinoid-Blocker) verabreicht. Dieser Antagonist verdrängt

das THC von den Rezeptoren auf einen Schlag und forcierte so sehr stark die Entzugssymptomatik bei den Tieren. Diese Befunde wurden dann herangezogen, um zu beweisen, wie sehr Cannabis körperlich abhängig machen kann. Da jedoch kein Mensch willentlich einen solchen Cannabinoid-Blocker zu sich nimmt, nachdem er seinen Konsum eingestellt hat, sind diese Resultate für den Menschen völlig belanglos.

Viele der neueren Bücher und Artikel, die vor einer Cannabisabhängigkeit warnen, sind von Personen geschrieben worden, welche Programme für die Suchthilfe entworfen haben. Natürlich profitieren diese Leute ungemein von der stetig ansteigenden Anzahl an vermeintlich abhängigen Konsumenten, die sich, eingeschüchtert durch solche Artikel, in Entzugskliniken behandeln lassen.

## Abhängigkeit und Risikofaktoren

Es gibt zwei grosse klinische Handbücher, welche die Kriterien einer Abhängigkeit beinhalten: Das DSM-IV (USA) und das ICD-10 (Europa). In nachfolgender Tabelle sind die Kriterien für eine Substanzabhängigkeit nach ICD-10 aufgelistet.

Fortsetzung Seite 6

Übersicht		Opiate	Kokain	Alkohol	Benzodiazep.	Cannabis	Tabak
Probleme psychoaktiver Substanzen nach verschiedenen Kriterien.	Körperliche Abhängigkeit						
	Psychische Abhängigkeit						
	Nervenschäden						
	Gesamttoxizität						
	Soziale Gefährlichkeit						

nicht in der Therapie      Krebs beim Rauchen      Krebs, da geraucht

Für weitere Auskünfte: [medizin@hanflegal.ch](mailto:medizin@hanflegal.ch)

### Kriterien einer Substanzabhängigkeit nach ICD-10

- 1) Starkes Verlangen oder eine Art Zwang, Drogen/Medikamente zu konsumieren
- 2) Verminderte Fähigkeit zur Kontrolle des Drogen-/Medikamentenkonsums bezüglich Beginn, Beendigung oder Menge
- 3) Ein körperliches Entzugssyndrom
- 4) Hinweise für eine Toleranzentwicklung
- 5) Einengung auf den Drogen-/Medikamentenkonsum
- 6) Anhaltender Drogen-/Medikamentenkonsum trotz eindeutig schädlicher Folgen

### Der Begriff «Sucht»

In der Suchtforschung wird zwischen psychischer und körperlicher Abhängigkeit unterschieden. Im folgenden werden die Begriffe «Sucht» und «Abhängigkeit» näher erläutert.

In der wissenschaftlichen Literatur wird oft zwischen «Sucht im weiteren Sinne» als jede zwanghafte Befriedigung eines Bedürfnisses und «Sucht im engeren Sinne» als ein zwanghaft gewordener Missbrauch von Rauschmitteln unterschieden.

1964 hat die Weltgesundheitsorganisation WHO den Begriff «Sucht» offiziell durch den Begriff «Abhängigkeit» ersetzt und unterscheidet dabei zwischen physischer und psychischer Abhängigkeit.

### Physische Abhängigkeit

Diese ist gekennzeichnet durch eine Reihe von körperlichen und psychischen Phänomenen, die nach Entzug auftreten. Die Entzugswirkungen sind bei den einzelnen Drogen unterschiedlich. Die physische Abhängigkeit ist im Gegensatz zur psychischen Abhängigkeit Ausdruck einer krankhaften Interaktion zwischen dem Menschen und der betreffenden Droge.

Wichtig dabei ist der pharmakologische Begriff Toleranz, der besagt, dass die Dosis einer Substanz gesteigert werden muss, um den gleichen Effekt zu erzielen.

### Psychische Abhängigkeit

Nach WHO das unwiderstehliche Verlangen nach einer weiteren periodischen oder dauernden Einnahme einer Droge, um Lust zu erzeugen oder Missbehagen zu vermeiden.

### Der Begriff Substanzabhängigkeit

Sucht ist eng verbunden mit dem Begriff Substanzabhängigkeit. Hauptmerkmal der Substanzabhängigkeit ist ein charakteristisches Muster denkmässiger, verhaltensbezogener und körperlicher Symptome, die anzeigen, dass das Individuum trotz einschneidender substanzbezogener Probleme den Substanzgebrauch fortsetzt. Es liegt ein Muster wiederholter Substanzanwendung vor, das normalerweise zu Toleranzentwicklung, Entzugserscheinungen und dem

unwiderstehlichen Drang (englisch: craving) zur Drogeneinnahme führt.

### Wie steht es bei THC-Produkten?

Das körperliche Abhängigkeitspotential von Cannabis ist sehr gering. Beim Absetzen der Substanz kann es zu den schon erwähnten Entzugssymptomen kommen, welche aber nach einigen Tagen wieder verschwinden.

Eine psychische Abhängigkeit ist hingegen bei gewissen Menschen mit entsprechender Persönlichkeitsstruktur nicht auszuschliessen. Dies betrifft vor allem psychisch labile Personen, welche sich durch den Konsum von Cannabis «künstliche» Glücksgefühle verschaffen, ohne dabei anderweitige Versuche zu unternehmen, Glück und Zufriedenheit zu erlangen.

Auf einer körperlichen Ebene betrachtet, gibt es Hinweise, dass Cannabinoide die Dopaminkonzentration in bestimmten Gehirnregionen erhöhen, welche für das Suchtverhalten zuständig sind (dopaminerges Transmittersystem). Es ist jedoch darauf hinzuweisen, dass die dafür zugrunde liegenden Effekte beim Menschen noch nicht vollständig bekannt sind.

Verschiedene Faktoren können dabei einen Einfluss haben, ob jemand eine Abhängigkeit entwickelt oder nicht. Aus Zwillingsstudien geht hervor, dass wenn der eine Zwilling eine Abhängigkeit entwickelt hat, die Wahrscheinlichkeit, dass der andere ebenfalls eine Abhängigkeit entwickelt, bei eineigenen Zwillingen am grössten ist.

Neben diesen genetischen Faktoren spielen auch noch das Alter, in dem der Konsum von Cannabis begonnen hat, sowie die psychische Labilität und das Persönlichkeitsmerkmal «Impulsivität» eine Rolle bei der Entwicklung einer Abhängigkeit. In der auf Seite fünf abgebildeten Tabelle ist die Gefährlichkeit von Cannabis im Vergleich mit anderen Substanzen dargestellt.

Wie man aus der Tabelle entnehmen kann, ist Cannabis verglichen mit anderen, sowohl illegalen als auch legalen Drogen, relativ ungefährlich. Sowohl die körperliche als auch die psychische Abhängigkeitsgefahr ist vergleichsweise gering. Nervenschäden konnten, entgegen gewissen populistischen Untersuchungen aus den USA, nicht bestätigt werden. Die Gesamtoxizität ist bis auf die erhöhte Gefahr an Krebs zu erkranken, falls Cannabis geraucht wird, ebenfalls ziemlich gering.

### Weitere Informationen

Der Autor dieses Textes ist angehender Neuropsychologe und gerne bereit, weitere Auskünfte zum Thema zu geben (z.B. Quellenachweise, weiterführende Literatur). Man kann ihn per E-Mail kontaktieren über [medizin@hanflegal.ch](mailto:medizin@hanflegal.ch).

### Unsere Erfahrungen aus der Praxis

In den letzten fünfzehn Jahren, in denen wir auf dem Thema THC-Genuss gearbeitet haben, ist uns niemand begegnet, der grössere soziale oder gesundheitliche Probleme wegen Konsums von Hasch und Gras bekommen hätte. Denn alle Personen, die gemerkt haben, dass der THC-Konsum ihnen nicht (mehr) gut tut, haben schlicht und einfach damit aufgehört. Negative Effekte stellen sich ein, weil Menschen keine Zeit (mehr) haben, um das THC zu geniessen – etwa, weil sie eine Familie gründen und dort voll eingespannt sind. Oder sie wollen Karriere machen und gewichten nun die Strebsamkeit im Beruf höher als den Genuss von Hasch und Gras. Einige merken auch, dass ihnen die früher angenehmen Effekte von THC nicht mehr wichtig sind – sie haben nun andere Freudenspenden. All diese Menschen haben, vorwiegend im Alter zwischen 30 und 40, mit dem Konsum von THC aufgehört. Einfach so. Ohne Entzugskuren und ohne medizinische Hilfe. Viele sogar von einem Tag auf den anderen.

Andere stellen fest, dass die positiven Effekte nicht mehr so toll sind – sie haben eine Toleranz gegenüber THC entwickelt, so dass die euphorischen, beglückenden Gefühle viel weniger stark sind als am Anfang. Diese Menschen legen nun regelmässige Konsumpausen ein, so dass die gewünschte, schöne Wirkung wieder voll erreicht werden kann.

Das Rauchen macht nur denjenigen Konsumierenden zu schaffen, die sehr viele Joints rauchen. Hier gibt es auch den schlimmsten Effekt beim THC-Konsum: Die Lunge wird durch den Rauch offensichtlich geschädigt. Für solche Konsumierende empfiehlt sich dringend der Umstieg vom Rauchen aufs Essen oder Verdampfen. Denn das Lungengewebe ist nur begrenzt regenerationsfähig.

Alle diejenigen Menschen, die THC konsumieren und bei denen offensichtlich weitere Probleme bestehen, haben diese Probleme unabhängig vom THC-Konsum. Wer seinem Körper nicht schaut, wer sich im Beruf nicht anstrengt, wer sich nicht um sein soziales Netz kümmert, der hat natürlich Probleme im Leben. Aber diese Probleme entstehen nicht durch THC-Konsum, sondern sie entstehen eben aus diesem Unvermögen, das Leben mit seinen Herausforderungen zu meistern. Bei solchen Menschen hilft auch eine THC-Abstinenz nichts – die Probleme bleiben. Und umgekehrt: Gehen solche Menschen ihre Probleme an und finden Lösungen dafür, können sie auch weiterhin THC-Produkte geniessen.