

issn 1654-7659

isaynodrugs.org

UTGIVEN AV RIKSORGANISATIONEN FÖR  
ETT DROGFRIITT SVERIGE  
NR 3 2019

I SAY NO DRUGS - en av Sveriges  
största drogförebyggande kampanjer.

**I SAY  
NO  
DRUGS**

VIKTIGA ORD

GRATIS MATERIAL

FRÅGOR OCH SVAR

# CANNABIS I TRAFIKEN

Faktagranskat av Transportstyrelsen

# INNEHÅLL

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| INLEDNING                        | SID 3     |
| VIKTIGA ORD                      | SID 4-5   |
| CANNABIS I TRAFIKEN              | SID 6-7   |
| FRÅGOR OM CANNABIS               | SID 8-9   |
| MER OM CANNABIS                  | SID 10-11 |
| DITT VAL GÖR SKILLNAD            | SID 12-13 |
| GRATIS MATERIAL                  | SID 14    |
| BOKA EN FÖRELÄSNING / ANNONSÖRER | SID 15    |

---

**I SAY NO DRUGS** är en kampanj som motiverar människor att vilja leva drogfritt och hälsosamt genom information och kunskap.

---

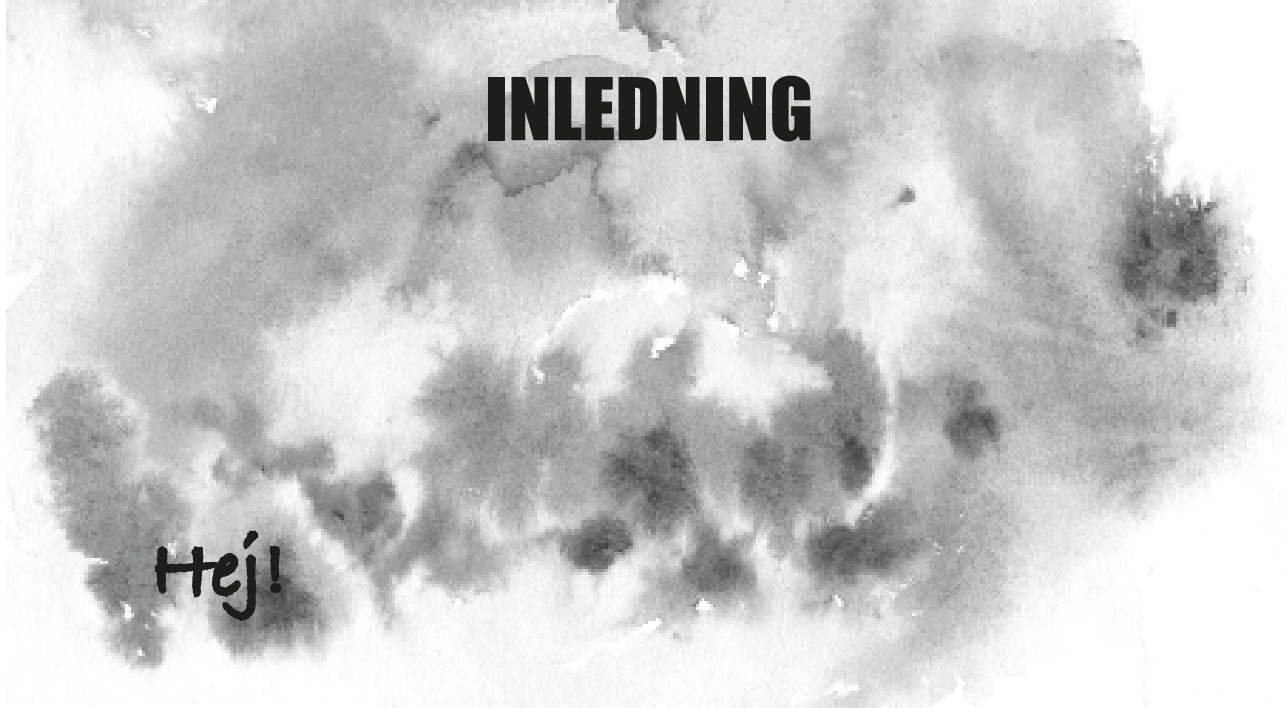
## KÄLLOR

Can  
Trafikverket  
Statens folkhälsoinstitutet  
Svenska narkotikapolisföreningen  
Narkotikaindustrins påverkan på samhället  
Argument mot legalisering  
Meier, M - Studie Nya Zeeland

WHO  
Lagen.se  
Körkortonline.se  
Knark en miljökatastrof  
Cannabis  
Läkartidningen.se  
KI.se

*Faktagranskat av Transportstyrelsen*

# INLEDNING



Hej!

*Detta är ett temanummer som handlar om Cannabis.*

---

De flesta människor tycker inte att alkohol och narkotika hör hemma i trafiken.

Droger gör en person mindre uppmärksam och personen reagerar långsammare. Detta kan leda till trafikolyckor där oskyldiga drabbas varje år.

Du som bilförare har ett ansvar när det gäller att köra säkert och att vara nykter.

I det här häftet får du kunskap hur droger - främst cannabis kan påverka dig och andra i trafiken, vilka konsekvenserna kan bli och vad lagen säger.

Du får också veta hur cannabis påverkar kroppen och sinnet.

Enligt lagen är det olagligt att köra med narkotika i blodet. Undantag är om du har fått det på recept av en läkare. Men du kan ändå dömas för rattfylleri om polisen bedömer dig som onykter.

## NOLLVISIONEN

Nollvisionen är målet att ingen ska dödas eller skadas allvarligt i trafiken.

# VIKTIGA ORD

## DROGER

Ämnen som påverkar kroppen och hur man tänker. Exempel på droger är alkohol, narkotika, tobak, kaffe, dopingmedel, lösningsmedel och vissa läkemedel. Vissa är lagliga och andra är olagliga.

## NARKOTIKA

Narkotika är olagliga ämnen som påverkar kroppen och hur man tänker. Narkotika är beroendeframkallande och kan framkalla rus. Det finns olika sorters narkotika t ex hasch, marijuana och kokain m.fl.

## KNARK

Ett slanguttryck för narkotika.

## CANNABIS

Det är narkotika som man får från växten Hampa t ex hasch och marijuana.

## BEROENDE

Att inte kunna kontrollera sitt begär. Man kan inte sluta och man mår dåligt om man inte får mer.

## FORDON

Fordon är ett transportmedel. Exempel på fordon är: Bil, buss, cykel, traktor, skoter, hästfordon mm.

## VÄGTRAFIKANT

Människor som åker i ett fordon, går, cyklar eller rider på en väg.

# "Varför får man inte röka cannabis i trafiken?"

**SVAR:** Det är olagligt att köra narkotikapåverkad.

Cannabis påverkar föraren vilket innebär en större risk för olyckor.

Drogen påverkar de delar av hjärnan som är viktiga för vår förmåga att köra olika fordon. Till exempel försämras uppmärksamheten, muskelkoordinationen och reaktionsförmågan.

Forskning visar att det är dubbelt så stor risk att vara inblandad i en bilolycka när man är hög på cannabis än om man är nykter.

Eftersom en bilförare behöver vara alert, närvarande och uppmärksam så tillåts inte förare att vara narkotikapåverkade i Sverige. Det är nolltolerans för narkotika.

## HUR ÄR DET MED ALKOHOL?

Alkohol gör också en person till en sämre förare. Det gör en person trött, mindre uppmärksam och reaktionstiden blir längre. Synen försämras och personen kan få dubbelseende.



*"Jag hade rökt cannabis, tog bilen och körde iväg. Då slog det till - plötsligt fick jag en hallucination. Allt gick i slowmotion och jag körde i 30 km/h på motorvägen."*

**Cannabis försämrar motoriken och koordinationen och gör dig till en sämre förare. Att köra bil påverkad av cannabis ökar olycksrisken.**

# FRÅGOR OM CANNABIS

## VAD ÄR CANNABIS?

**SVAR:** Cannabis är narkotika från plantan Hampa (Cannabis Sativa). Ur cannabisplantan får man bl a marijuana, hasch och hascholja.

Marijuana är torkade växtdelar och kallas för gräs och weed.

Hasch är kåda och växtdelar som pressas till haschkakor.

Hascholja är en tjock vätska och mycket stark.

Cannabis innehåller många ämnen bl a ett som kallas THC. THC lagras i kroppens fett.

## STANNAR CANNABIS KVAR I KROPPEN?

**SVAR:** Ja, cannabis lagras i kroppens fett och fettrika organ som levern och hjärnan.

Ju mer cannabis du använder desto mer lagras. Man har spårat rester i upp till 2 månader efter intag.

## HUR PÅVERKAS MAN KÄNSLOMÄSSIGT?

**SVAR:** Man kan uppleva både bra och dåliga känslor och effekter av cannabis.

- Man kan känna sig avslappnad, få en skön känsla av att bara vilja ta det lugnt.
- Man kan bli upprymd, pratsam och fnittrig.
- Man kan bli tyst, fundersam och sömnig.
- Man kan bli deprimerad, känna ångest och oro.

## SKADAS KROPPEN?

**SVAR:** Man kan få problem med lungorna, få ett sämre immunförsvar, få hjärtbesvär, bli steril och få ett mindre intresse av sex.

## FÅR MAN PSYKOSER OCH HALLUCINATIONER?

**SVAR:** Personen kan bli sjuk och få psykoser och förvirringar. Stora mängder kan ge personen hallucinationer. Cannabis kan också utlösa schizofreni.

## KAN MAN BLI BEROENDE?

**SVAR:** Ja, det kan man bli. Ungefär en cannabisanvändare av nio kommer att bli beroende.

Det är värre om man är tonåring och börjar använda drogen - då är risken större att bli beroende.

*En av sex ungdomar som använder cannabis riskerar att bli beroende.*

Beroende betyder att man känner sig tvingad att ta drogen och att man får abstinensbesvär om man slutar ta drogen. Trots att man vet att det är skadligt för en.

## VAD ÄR ABSTINENS?

**SVAR:** Abstinens är besvär som uppstår när personen inte får sin drog.

Abstinensbesvär för cannabis är retlighet, sömnlöshet, ångest, mardrömmar, vrede, känslomässig instabilitet, huvudvärk, depression och minskad aptit.

## CANNABIS ELLER ALKOHOL?

**SVAR:** Detta häfte är till för att informera och upplysa om droger i trafiken.

När en förare kontrollerar sitt fordon krävs närvaro och uppmärksamhet för att föraren skall köra säkert.

Både alkohol och cannabis påverkar människors förmåga och man vet att uppmärksamheten och reaktionsförmågan blir sämre.

Det är olagligt att köra påverkad oavsett om det gäller alkohol, cannabis eller andra droger. Detta för att föraren är en fara för andra och sig själv.

## LÄGRE IQ?

En studie från Nya Zeeland visar att unga personer som börjar röka cannabis kan få sämre hjärnfunktioner och lägre IQ.

Dessa försämringar kan finnas kvar även efter man slutat med cannabis.

# MER OM CANNABIS

## TANKEVERKSAMHETEN OCH KÄNSLOR

Cannabis påverkar hur en person tänker och undersökningar visar att intelligensen kan försämrast. Denna försämring var kvar efter personen slutat röka cannabis.

Andra skadliga effekter är:

- Man kan få sämre minne och en sämre förmåga att vara uppmärksam.
- Personen kan få svårare att koncentrera sig, lära sig och att planera.

Cannabis påverkar även personens psyke och känsloliv.

Personen kan bli deprimerad, känna ångest, få tankar om självmord, förföljelsetankar och förändringar i sin personlighet.

## SKOLRESULTAT

Cannabisrökare kan få sämre skolresultat och misslyckas oftare i sina studier än de som inte röker cannabis. Bland de elever som använde cannabis varje dag var det färre som gick ut gymnasiet än bland dem som aldrig rökt cannabis. Cannabis kan försämra minnet och koncentrationen.

## CANNABIS ÄR STARKARE ÄN NÅGONSIN

I cannabis finns det många olika ämnen och kemikalier - ett ämnet kallas THC och det ger ruset. THC är ett oljeliknande ämne som finns i cannabis.

Odlare har lyckats odla fram – genom växtförädling – nya kraftfullare cannabisplantor som är mycket starkare än de gamla.

Dessa nya plantor innehåller mer THC – vilket kan göra att en person lättare blir beroende, får mer skador och värre biverkningar.

Ökningen av mängden THC i plantorna har gått från ca 3% upp till 35% i vissa fall. Det är 10 gånger mer.

## STANNAR I KROPPEN

Cannabis kan stanna kvar i kroppen lång tid efter att personen har slutat ta drogen.

THC är ett ämne som finns i cannabis, det är fettlösligt och dras till kroppens fettvävnader och kan stanna där.

Forskning visar att när THC har lagrats i kroppens fettceller, kan t.ex stress och brist på mat göra att fettcellerna bryts ner och mätbara mängder kommer ut i systemet igen. Personen kan då uppleva en seghet eller bli påmind om ruset.

*”Det värsta med Cannabis för mig var nog att komma tillbaka till verkligheten – att komma ur den där hasch-rökar-dimman. Att bli klar i huvudet igen – det tog tid.” fd missbrukare*

## DET OFÖDDA BARNET

Om mamman röker under graviditeten så passerar THC genom modern till barnet som kan skadas. Cannabis kan skada hjärnans utveckling hos fostret.

## UNGA DRABBAS MER

Ju tidigare en person börjar missbruka cannabis desto högre risker för skador som inte försvinner dvs blir kroniska.

Detta beror på att cannabis påverkar hjärnan. Hos en ung person är hjärnan mer känslig eftersom den inte är färdigutvecklad.

*“Jag fick försämrat minne när jag rökte cannabis. Fick också en slags seghet i huvudet - segheten fanns kvar även när jag inte rökt Cannabis på länge. En annan sak var olusten och omotivation till att vilja göra något - jag tog inte tag i viktiga saker.” fd missbrukare*

# DITT VAL GÖR SKILLNAD

Genom att säga nej får du bättre hälsa, en renare kropp och inga skadliga gifter i dig. Du får större kontroll över ditt eget liv och lättare att nå dina mål. Du blir inte beroende och du bestämmer själv över ditt liv. Du blir mer närvarande och det blir mindre risk att skada andra i t ex trafiken.



## DU BEVARAR OCH SKYDDAR MILJÖN NÄR DU SÄGER NEJ!

Runt om i världen drabbas miljön negativt pga narkotikaproduktionen.

Amazonas regnskogar skövlas för att ge plats åt kokaintillverkning och odling. Kokaintillverkarna dumpar tonvis av gifter rakt ner i Amazonas floder - 1 kilo kokain motsvarar hundratals kilo av kemiskt avfall - djur, växter och fiskar dör och förändras genetiskt.

Problemen finns även närmare oss.  
I Holland dumpas gifterna efter drogtillverkningen rätt ut i kanalerna.

## CANNABISODLINGAR

Gifter som t ex råttgift och insektsmedel används vid odling av cannabis. Vid produktion av cannabis släpps dessa giftiga kemikalier ut i naturen och förorenar sjöar, floder och hav. Djur, växter och människor förgiftas. Cannabis är den vanligaste illegala drogen i Sverige.

## DJUR UTNYTTJAS I NARKOTIKAHANDELN

Hundar används för att smuggla knark. Hundarna tvingas svälja knark. Ibland opererar man in knark i deras magar, hundarna dödas sedan och man tar ut knarket och säljer det vidare.

När Du säger nej till Droger bidrar du inte till denna brutalitet och misshandel av djur.

## ORGANISERAD BROTTSLIGHET

När du köper narkotika stödjer du den organiserade brottsligheten, deras huvudinkomst kommer från narkotika. I Sverige är skjutningar och våldsbrott många gånger relaterade till narkotikahandeln och kriminella gäng.

## MÄNNISKOHANDEL

Människohandeln (trafficking) är en växande verksamhet som den organiserade brottsligheten sysslar med. De använder narkotika för att göra människor beroende och lätta att kontrollera. Bara till Sverige kommer ca 400 - 600 kvinnor varje år och säljs här.

## TERRORISM

Smuggling och försäljning av narkotika är en viktig inkomstkälla för terrororganisationer.

## DISKUSSIONSFRÅGOR

**Hur påverkar Cannabis en person?**

**Varför är en påverkad person en trafikfara?**

**Varför är det bra för miljön att tacka nej till droger?**

# VILL DU FÖRDJUPA DIG OCH FÅ MER KUNSKAP OM DROGER?

## VI HAR GRATIS MATERIAL

*Skanna koden här nedanför för att komma in på hemsidan*



### Så här gör du:

1. Ta fram mobilkameran.
2. Focusera med kameran på koden.
3. Tada! Länken kommer fram.
4. Tryck på länken. Du är nu inne på hemsidan.

### Funkar det inte?

*Här finns länken:*

<https://www.droginformation.nu/gratis-droginformation/>

# BOKA EN FÖRELÄSNING

ÄR DU INTRESSERAD AV ATT BOKA EN FÖRELÄSNING TILL DIN SKOLA ELLER DITT FÖRETAG?

Vi har levererat drogföreläsningar i över 25 år i hela Sverige.

Vår drogföreläsning når fram och ger resultat. Föreläsningen har lätt språk, ingen skrämsel och pekpinar. Den passar för både ungdomar och vuxna och ger grundkunskap man behöver för att ta ett eget beslut om droger.

Över 800.000 tusen människor har sett vår föreläsning runt om i hela landet.

## MER INFORMATION OM FÖRELÄSNINGEN

### Välkommen att kontakta oss!

Just nu har vi ett fint erbjudande till alla som bokar en föreläsning. Vi kommer gärna till er och hjälper till att motivera eleverna till drogfria liv.

Hälsningar, vi på **I SAY NO DRUGS**, tel: 031-13 57 07

*Här kan du få mer information:*

<https://www.droginformation.nu/droforelasning-skolor/>

**TACK TILL ALLA ANNONSÖRER**



Pågen

Zorzi Sverige AB

Fjärdinglövsgården AB

Alfa Laval Lund AB

Ragnar Ståd AB

Albinsson & Sjöberg AB

HR World Wide Systems Development AB

Francks Kylindustri i Helsingborg AB



POSTTIDNING

**B**

**Sverige  
porto  
betalt**

# BESTÄLL EN TRÖJA

**I SAY NO DRUGS** kampanjen informerar om droger och inspirerar unga till att vilja leva drogfritt. Beställ en t-shirt, en hoodie eller ett coolt armband. Överskottet går till kampanjen och våra unga.

Så här gör du för att beställa tröjor och mycket annat från vår webshop:

Gå in på: **isaynodrugs.org**

Eller ring: **031-13 57 07**

