

**KANNABIKSEN
HAITAT
ODOTTAVALLE
ÄIDILLE, SIKIÖLLE JA
SYNTYVÄLLE
LAPSELLE**



Omilla valinnoillasi vaikutat lapsesi hyvinvointiin

Alkusanat

Kannabis on yleisimmin käytetty laiton päihde. Usein sen haittavaikutuksista ei olla tietoisia tai niitä vähätellään.

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa tietoa kannabiksen haitoista odottavalle äidille, sikiölle ja syntyvälle lapselle. Oppaasta löydät myös yhteystietoja paikoista, joista saat apua ja vertaistukea.

Toivomme, että tämä opas kannustaisi sinua lopettamaan kannabiksen käytön, sillä lopettamalla turvaat lapsesi hyvinvoinnin ja normaalin kehityksen.

Kannabis

- Yleisnimitys hamppukasveista saataville valmisteille
- Päihde, joka luokitellaan huumausaineeksi
- Hampusta valmistettuja tuotteita ovat marihuana, hasis ja hasisöljy.
- Päähdyttävä vaikutus tulee kannabinoideista, joista keskeisin on rasvaliukoinen delta-9-tetra-hydrokannabinoli eli THC.
- Toinen tärkeä vaikuttava aine on kannabidioli CBD, joka heikentää kannabiksen aiheuttamia keskushermostovaikutuksia.

Kannabiksen yleiset vaikutukset

- Lamaa keskushermoston toimintaa
- Lisää mielihyvän tunnetta ja rentoutumista
- Aiheuttaa ulospäin suuntautuneisuutta, aktiivisuutta ja iloisuutta
- Lievittää kipua ja vähentää pahoinvointia
- Heikentää ajan, paikan, etäisyyksien ja nopeuden arviointia
- Heikentää koordinaatiokykyä, miellelyhtymiä ja reaktiokykyä
- Nopeuttaa sydämen lyöntitiheyttä
- Suun ja nielun kuivuminen
- Silmien punoitus ja valoherkkyys
- Huimaus
- Verensokerin lasku
- Makean nälkä



Kannabiksen pitkäaikaisen käytön yleisiä vaikutuksia

- Aiheuttaa muutoksia persoonallisuuteen, tunne-elämään ja sosiaalisiin suhteisiin
- Huonontaa lyhytaikaista muistia ja kognitiivisia taitoja
- Aiheuttaa välinpitämättömyyttä
- Heikentää ongelmanratkaisukykyä, ärsytyksen sietokykyä, vuorovaikutustaitoja ja keskittymiskykyä
- Kannabista poltettaessa hengitysteihin ja sydämeen aiheutuu samoja haittavaikutuksia kuin tupakoidessa.
 - mm. keuhkosyövän riski kasvaa
- Voi aiheuttaa psykoosioireita
- Riski sairastua skitsofreniaan kasvaa, tai jo olemassa oleva skitsofrenia voi pahentua



Kannabiksen vaikutukset raskauteen ja sikiöön

- Kannabiksen sisältämä päihdyttävä aine THC kulkeutuu istukan läpi sikiöön.
- Sikiön veren THC-pitoisuus nousee yhtä suureksi kuin äidin veren THC-pitoisuus
- Kannabista polttaessa napanuoran verenvirtaus vähenee
 - Sikiön ravinnon- ja hapensaanti heikkenee
 - Sydämen lyöntitiheys voi harventua
- Lapsen ennenaikaisen syntymän riski kasvaa
- Lapsen syntymäpaino, -pituus ja päänympäryys voivat olla normaalia pienempiä



Kannabis ja imetys

- Vauva voi saada kannabiksen ainesosia rasvapitoisen rintamaidon mukana, sillä kannabis sitoutuu elimistön rasvaan
- Imetystä ei suositella äidin käyttäessä kannabista
- Suositeltavaa on siirtyä lapsen ruokintaan korvikemaidolla

Äidin raskaudenaikaisen kannabiksen käytön vaikutukset syntyneeseen lapseen

- Tutkimuksissa on todettu, että äidin kannabiksen käyttö raskausaikana liittyy lapsen
 - Yliaktiivisuuteen
 - Huolimattomuuteen
 - Muistamisen ongelmiin
 - Aiheuttaa oppimisen ongelmia
- Lisää lapsen riskiä sairastua lapsuusajan syöpiin

Vanhemmuus ja kannabis

- Lapsen ympäristötekijöillä on suuri merkitys lapsen psyykeen kehityksessä
- Lapselle on haitallista kasvaa ympäristössä, jossa esiintyy päihteiden ja huumeiden käyttöä
- Vanhempien laittomien huumeiden käyttö on lastensuojeluun ilmoitettava asia vaitiolovelvollisuudesta huolimatta
- Äidin ja isän käyttäessä huumausaineita raskauden aikana, tehdään ennakkollinen lastensuojeluilmoitus



Kannabiksen käytön lopettaminen

- Omilla elintavoillasi vaikutat suoraan sikiön hyvinvointiin.
- Kannabis poistuu elimistöstä hitaasti, ilmeneviä vieroitusoireita ovat seuraavat:
 - rauhattomuus, huonovointisuus, vapina, hikoilu, unihäiriöt, ruokahaluttomuus, masentuneisuus, pelkotilat, ärtyneisyys, tuskaisuus, lihaskivut
- Lapsen isän/puolison terveyskäyttäytymisellä on merkitystä odottavan äidin terveyskäyttäytymiseen.
- Kannabiksen käytön lopettaminen on helpompaa, jos puolisoikin on raitis.



Täältä saat apua ja vertaistukea kannabiksen käytön lopettamiseen

Päihdepäivystys: puh. 044 703 6160. Sinun ei tarvitse varata aikaa, etkä tarvitse lähetettä. Päihdepäivystyksen ollessa suljettu, ota yhteys Oulun seudun yhteispäivystykseen, puh. 08 315 2655

A-klinikka järjestää avoimen keskusteluryhmän kaikille eri riippuvuuksista irti haluaville. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita.

www.ouka.fi/oulu/terveyspalvelut/avohoito-a-klinikka-ja-redi

Irti huumeista ry järjestää vertaistukiryhmiä huumeongelmallisille ja heidän läheisille. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita. Lisätietoja ja ryhmien kokoontumisaikoja saa numerosta 050 408 1229 sekä osoitteesta

www.irtihuumeista.fi

Vauvaperheille tarkoitettu VAAVI on ryhmämuotoista perhekuntoutusta vanhemmille ja vauvoille. Ryhmään voi osallistua jo raskauden viimeisen kolmanneksen aikana. Ohjaajan puh. 044 703 6210

Ensi- ja turvakotien liitto ja A-klinikkasäätiö järjestää anonyymien nettiryhmän päihteitä käyttäville äideille.

www.ensijaturvakotienliitto.fi/nettiryhma-paihteita-kayttaville-aideille

Neuvola - hyvinvointineuvola

Päihdelinkin sivuilta löytyy lisätietoa kannabiksen käytön lopettamisesta.

www.paihdelinkki.fi → Opas kannabiksen käytön lopettamiseen

Oppaan ovat laatineet Vaasan ammattikorkeakoulun terveydenhoitaja- ja sairaanhoitajaopiskelijat Charlotte Väyrynen ja Juliaana Pitkänen.

Oppaan sisältämä tieto on kerätty ajantasaisista tieteellisistä tutkimuksista ja artikkeleista, sekä päihdelinkki-nettisivustolta.

Oppaan on tarkistanut päihdepsykiatri Pekka Laine sekä Oulun kaupungin neuvoloiden kehittämistyöryhmä.

Oppaassa käytetyt kuvat on otettu ilmaiskuvapalvelu -pixabaysta.