

Få mere at **VIDE** ...

Få styr på rusmidler og deres virkning:

www.netstof.dk

www.mindblow.dk

www.sst.dk

Test din viden om HASH

© Sundhedsstyrelsen og Komiteen for Sundhedsoplysning, 2006

2. udgave (netversion), 2012

Manus:

Komiteen for Sundhedsoplysning

Fagredaktion:

Anne-Marie Sindballe, Sundhedsstyrelsen, Malene Størup, Sundhedsstyrelsen

Grafisk tilrettelæggelse:

Peter Dyrvig Grafisk Design

Trykkeri:

Scanprint

Udgivet af Sundhedsstyrelsen i samarbejde med Komiteen for Sundhedsoplysning.

Kan rekvireres hos:

Komiteen for Sundhedsoplysning

Fax: 35 43 02 13

E-mail: kfs@sundkom.dk

Test din viden om **HASH**

Her er 10 påstande om hash.
Du kan svare SANDT, X eller FALSK.
Bagefter kan du tjekke dine svar
inde i folderen ...

PÅSTAND	Sæt kryds	SANDT	X (UAFGJORT)	FALSK
De fleste unge ryger hash.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Man kan godt blive afhængig af hash.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hash er ikke skadelig.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hash er ikke nær så skadelig som alkohol.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hash kan udløse psykisk sygdom.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er ulovligt at have hash til eget forbrug.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I dag bruger unge oftere illegale piller end hash.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hash giver tankevirkosomhed og ideer.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Forbud mod hash virker ikke.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvis forældrene blander sig, ryger de unge bare endnu mere hash.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tjek dine svar her

De fleste unge ryger hash.

FALSK

Der er flest unge, der aldrig har prøvet at ryge hash. I 9. klasse har 81 % aldrig røget hash.¹ Og det er under 8 % af de unge, som ryger hash jævnligt.² Men det er rigtigt, at mange unge får tilbudt hash, og at en del prøver det en enkelt gang.

Man kan godt blive afhængig af hash.

SANDT

Ja, man kan blive afhængig af hash. Det er tegn på afhængighed, hvis man:

- skal ryge mere og mere for at få den samme rus
- ofte har lyst til at ryge hash, og man har svært ved at lade være
- bliver urolig, irriteret og får svært ved at sove, når man *ikke* ryger hash.

Hash er ikke skadelig.

FALSK

Hash skader både på kort og langt sigt. Hash går ud over hukommelse og opmærksomhed – derfor bliver man dårligere til at lære. Man får nedsat reaktionsevne (farligt i trafikken). Mange oplever angstanfald og forfølgelsestanker. Og hvis man er rigtig uheldig, kan hash udløse psykisk sygdom.

Hash er ikke nær så skadelig som alkohol.

X (uafgjort)

Både alkohol og hash giver alvorlige skader, hvis man har et stort forbrug i lang tid.

Hash kan på langt sigt give bl.a. kronisk bronkitis og kræft i luftvejene.

Hashrygning er farligere for lungerne end tobaksrygning. Hash nedsætter desuden evnen til at huske og lære nyt. På kort sigt kan hash give 'tømmermænd', som varer længere end efter en alkoholrus, fordi hash udskilles meget langsommere fra kroppen.

Sløvhed, koncentrationsbesvær, dårligt humør og manglende initiativ er typiske eftervirkninger efter hash.

Hash kan udløse psykisk sygdom.

SANDT

Nogle unge oplever angstanfald eller depression i forbindelse med hash. Ofte går det over af sig selv, efterhånden som rusen klinger af. Men i nogle tilfælde fortsætter de psykiske problemer og fører til psykisk sygdom (psykose).

Det er ulovligt at have hash til eget forbrug.

SANDT

Det er forbudt at være i besiddelse af hash uanset mængden, ligesom det er forbudt at købe, sælge, modtage, udlevere og fremstille hash. Det er også forbudt at køre cykel, knallert, bil osv., når man er påvirket af hash.

I dag bruger unge oftere illegale piller end hash.

FALSK

Illegale piller kan indeholde mange forskellige stoffer – det kan være amfetamin (speed), ecstasy, nerve-sove medicin eller andre blandinger. Typisk er det stoffer, der virker stimulerende. Selv om disse stoffer er mere almindelige i dag end for 10 år siden, er de stadig mindre udbredt end hash. I 9. klasse er der gennemsnitlig 23 %, der har prøvet hash, mens det er 6 %, der har prøvet et andet illegalt stof end hash.

Hash giver tankevirksomhed og ideer.

X (uafgjort)

Når man er påvirket af hash, kan man opleve et mylder af tanker og ideer, men de er ikke målrettede og bliver meget sjældent realiseret. Det skyldes, at hash samtidig gør, at man bliver sløv og mister sin handlekraft. Man får sværere ved at løse problemer og realisere sine idéer.

Forbud mod hash virker ikke.

FALSK

Jo, forbud nytter noget. Både fordi hash bliver sværere at få fat i, og fordi et forbud er samfundets måde at fortælle de unge, at stoffet er skadeligt. At forbud nytter noget kan man se af unges forbrug af hash og alkohol:

81 % af unge i 9. klasse har aldrig prøvet at ryge hash – som er forbudt.

8 % har aldrig prøvet at drikke alkohol – som er lovligt.

Hvis forældrene blander sig, ryger de unge bare endnu mere hash.

FALSK

Tværtimod. Unge, der ryger hash, kommer oftest fra hjem, hvor man 'ikke blander sig' eller mangler en holdning til rusmidler. Det er et udtryk for interesse, hvis forældre sætter rammer og tør gå i dialog med deres børn om hash og andre rusmidler. Men det skal ske på en ligeværdig og lyttende måde.

¹ Unges erfaringer med rusmidler i 2003 af Sven Sabroe og Kirsten Fonager.

² ESPAD 2011.