Sesyon 11: Marijuana

Ang Kahalagahan ng “Total Abstinence”

- Upang maging matagumpay ang recovery, kailangan ang “total abstinence”. Nangangahulugan na kailangan ihinto ang paggamit ng lahat ng illegal na droga, at pati alak.

<u>Mga Tanong</u>:

- *Ano ang alam mo tungkol sa Marijuana?*
- *Ang Marijuana ba ay hindi nakapipinsala?*

Ang Marijuana ba ay hindi nakapipinsala?

- Ang Marijuana ay ang pinakatalamak na illegal na droga sa buong mundo, kaya marami ang naniniwala na ito ay hindi delikado o peligroso.
- Ang paggamit ng Marijuana ay nakakaapekto sa halos lahat ng bahagi ng Sistema ng katawan. Maaari nitong maapektuhan sa negatibong pamamaraan ang pag-aaral, trabaho at personal na buhay ng isang tao.

Ano ang Marijuana?

- Ang Marijuana ay ang pinaghalong pinatuyong bahagi ng halaman na Cannabis Sativa. Ito ay kadalasang galling sa dahoon, sanga, bulaklak, o buto ng nasabing halaman.
- Ito ay madalas na hinihithit.
- Ang purong uri nito ay tinatawag na *Hashish o Hash Oil.*

Medikal na Marijuana

- Sa ibang bansa, ang Marijuana ay ginagamit sa panggagamot ng mga:
  - Kawalan ng paningin dahil sa glaucoma
  - Pagkahilo na nararanasan ng mga nagpapapagamot sa sakit na AIDS at Kanser
  - Ang sakit na “Multiple Sclerosis”

Aktibong Sangkap

- Ang aktibong sangkap ng marijuana ay tetrahydrocannabinol (THC). Ito ang responsible sa masarap na tama o “high” na binibigay ng marijuana.
- Sa nakalipas na dalawang dekada, tumaas ng tatlong beses and THC ng marijuana, ibig sabihin ay tatlong beses na mas malakas ang tama na binibigay ng marijuana sa ngayon kumpara noon.

Short-Term Effects

<u>Habang may ‘tama’ (1-3 oras)</u>

- Kalmado, masayang pakiramdam
- Pagbilis ng tibok ng puso
- Mahinang balanse at koordinasyon
- “Slow reaction time”
- Pagkabagabag
- Gulat o panic

<u>Pagbaba ng ‘tama’</u>

- Pagiging antukin
- Pagkalumbay
- Pagkabalisa
- Kawalang Tiwala

Long-Term Effects

- Ang Marijuana ay maaaring magkaroon ng mahaba o matagal na epekto sa memorya at pag-aaral
- Nakakapagpababa ng grado at nakaka-abala sa paggawa sa trabaho
- Nagdudulot ng malimit na problema sa trabaho tulad ng aksidente, pagliban, hindi pagpasok sa tamang oras, at pagkawala ng trabaho.

Panganib ng Kanser

- Ang paghihithit ng Marijuana ay mas mapanganib kaysa sa paninigarilyo.
- Ang Marijuana ay nauugay sa kanser sa ulo at leeg.
- Kumpara sa usok ng sigarilyo, ang usok ng Marijuana ay 5x na may mas maraming “tar” at “carbon monoxide” at may hanggang 70% na “carcinogens”

Panganib ng Impeksyon at Sakit

- Pinapahina ng THC ang “Immune System” ng isang tao na nakakaapekto upang labanan ang anumang impeksyon at sakit.

Marijuana at Pagmamaneho

- Ang Marijuana ay isa sa dahilan ng maraming aksidente at pagkamatay sa kalsada
- Ang koordinasyon at “reaction time” ng driver na gumagamit ng marijuana ay nananatiling mahina kahit nawala na ang “high” o tama ng marijuana.

Marijuana at Pagbubuntis

Ang paggamit ng Marijuana habang nagbubuntis ay humahantong sa:

- Mababang timbang ng sanggol
- Mga problema sa pag iisip ng sanggol

Pagkalulong sa Marijuana

- Ang mga tao ay maaring malulong sa Marijuana.
- Ang katotohanan ay ito ay labis na nakaka-adik at ang lahat ng adik ay naaapektuhan ang kanilang pamilya, pag-aaral, trabaho at lahat ng importanteng aspeto sa buhay mo.
- Senyales ng *Withdrawal*:
  – Giyang
  – Pagkabalisa
  – Pagka-irritable at pagiging magagalitin
  – Hirap sa pagtulog

Marijuana at Muling Paggamit ng Droga

- Ang mga taong nag rerecover sa paggamit ng Shabu o Cocaine subalit patuloy pa din na gumagamit ng marijuana ay may dalawa hanggang tatlong beses na posibilidad na mas mataas na relapse rate na gumamit muli ng Shabu o kaya Cocaine.

Marijuana at ang mga Pamilya

- Ang isang tao ay maaaring gumamit ng Marijuana bilang kanyang paraan para maiwasan ang problema sa pamilya.
- Ang paggamit ng Marijuana ay may malaking ambag sa pagkasira ng personal na buhay at buhay ng pamilya.