

*Sayko-Edukasyon para sa mga Pasiyente at sa Miyembro ng Pamilya*

# **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.

## Mga Tanong:

- *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 nagpapagamot 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 ang THC ng marijuana, ibig sabihin ay tatlong beses na mas malakas ang tama na binibigay ng marijuana sa ngayon kumpara noon.

# Short-Term Effects

## Habang may 'tama' (1-3 oras)

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

## Pagbaba ng 'tama'

- 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.