

# Κάνναβη (Μαριχουάνα) και Κανναβινοειδή

Συγγραφείς: Ομάδα Κοινότητας SCIRE | Αναθεωρητής: [Andrea Townson & Janice Eng](#) | Μετάφραση: [Ελληνική Μεταφραστική Ομάδα](#) | Ενημερώθηκε: 15 Μαΐου 2020

Η κάνναβη (μαριχουάνα) είναι μια εναλλακτική θεραπευτική επιλογή για τον πόνο και τη σπαστικότητα μετά την κάκωση νωτιαίου μυελού (ΚΝΜ). Αυτή η σελίδα παρουσιάζει βασικές πληροφορίες για την κάνναβη και τη χρήση της μετά την ΚΝΜ.

## Σημεία κλειδιά

- Ο όρος «κάνναβη» αναφέρεται σε προϊόντα που προέρχονται από το φυτό κάνναβη, όπως η μαριχουάνα. Τα φυσικά κανναβινοειδή ή οι ενώσεις που βρίσκονται στην κάνναβη μπορούν επίσης να παρασκευαστούν συνθετικά.
- Η κάνναβη μπορεί να εισπνευστεί ως καπνός ή ατμός ή να ληφθεί από του στόματος ως κάψουλα ή σπρέι.
- Το κάπνισμα της κάνναβης δε συνιστάται λόγω των κινδύνων που σχετίζονται με την εισπνοή καπνού.
- Η ασφάλεια των προϊόντων κάνναβης για χρήση μετά την ΚΝΜ δεν είναι γνωστή. Παρακαλούμε να συμβουλευτείτε τους επαγγελματίες υγείας σου για λεπτομερείς πληροφορίες ασφαλείας.
- Η έρευνα σχετικά με τη χρήση κάνναβης μετά την ΚΝΜ βρίσκεται στα αρχικά της στάδια. Οι μελέτες που έχουν γίνει έως τώρα δείχνουν ότι τα προϊόντα κανναβινοειδών μπορεί να έχουν ευεργετικά αποτελέσματα στον πόνο ενώ δεν είναι σαφή τα αποτελέσματά τους στη σπαστικότητα. Χρειάζεται περισσότερη έρευνα για να διαπιστωθεί εάν η κάνναβη είναι μια ασφαλής και αποτελεσματική θεραπεία μετά την ΚΝΜ.

## Τι είναι η κάνναβη;



Φύλλα φυτού  
κάνναβης.<sup>1</sup>

Η κάνναβη είναι ένας όρος που αναφέρεται στα προϊόντα φυτών κάνναβης, μια ομάδας φυτών από την κεντρική Ασία που τώρα καλλιεργούνται σε όλο τον κόσμο. Οι *Cannabis sativa*, *Cannabis indica*, και *Cannabis ruderalis* είναι τρεις γνωστοί τύποι κάνναβης, αλλά υπάρχουν πολλά στελέχη ή ποικιλίες, παραδοσιακά και υβριδικά. Τα κοινά παρασκευάσματα κάνναβης περιλαμβάνουν *μαριχουάνα* που είναι τα αποξηραμένα φύλλα και οι ανθισμένες κορυφές του φυτού και *χασίς* που είναι η συμπυκνωμένη ρητίνη του. Η κάνναβη χρησιμοποιείται εδώ και χιλιάδες χρόνια ως φάρμακο αλλά και για ψυχαγωγικούς λόγους.

Επί του παρόντος, η κάνναβη είναι μια ελεγχόμενη ουσία στις περισσότερες περιοχές λόγω των ψυχοδραστικών της επιδράσεων. Ωστόσο, γίνονται εξαιρέσεις σε ορισμένα σημεία για εγκεκριμένες ιατρικές ή πνευματικές χρήσεις. Εκτός από την ιατρική χρήση, στον Καναδά η χρήση κάνναβης για ψυχαγωγικούς λόγους έγινε επίσης νόμιμη από τον Οκτώβριο του 2018. Εκεί, η πώληση ψυχαγωγικής κάνναβης περιορίστηκε αρχικά σε αποξηραμένη κάνναβη και έλαια, αλλά από τον Οκτώβριο του 2019 βρώσιμα και συμπυκνωμένα είδη πωλούνται επίσης νόμιμα.

Η κάνναβη έχει μελετηθεί ως θεραπεία για καταστάσεις πολύ διαφορετικές όπως η ναυτία που σχετίζεται με τη χημειοθεραπεία κατά του καρκίνου, η απώλεια της όρεξης σε άτομα με HIV και η σπαστικότητα που σχετίζεται με την πολλαπλή σκλήρυνση (σκλήρυνση κατά πλάκας).

## Ποια είναι τα κανναβινοειδή;

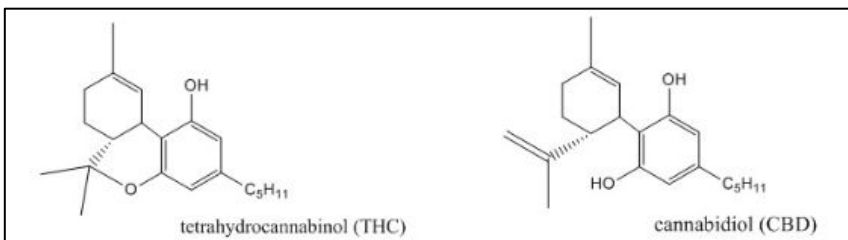
Η κάνναβη έχει τις μοναδικές της ιδιότητες εξαιτίας των φυσικών χημικών ενώσεων που υπάρχουν μέσα στο φυτό και ονομάζονται *κανναβινοειδή*. Τα κανναβινοειδή δρουν στους υποδοχείς που βρίσκονται στην επιφάνεια των κυττάρων και ονομάζονται υποδοχείς κανναβινοειδών, προκαλώντας επιδράσεις στις διαδικασίες του σώματος όπως στον πόνο, στη μνήμη, την όρεξη και στις ανοσολογικές αντιδράσεις.

Τα κανναβινοειδή εμφανίζονται φυσικά στο σώμα (*ενδοκανναβινοειδή*), στα φυτά κάνναβης (*φυτοκανναβινοειδή*), και μπορούν επίσης να παραχθούν τεχνητά σε εργαστήριο (*συνθετικά κανναβινοειδή*). Υπάρχουν πάνω από 60 κανναβινοειδή παρόντα στην κάνναβη, με το πιο γνωστό να είναι η *Δέλτα-9-τετραϋδροκανναβιδόλη* (κοινώς γνωστή ως *THC*), που είναι υπεύθυνο για πολλές από τις ψυχοδραστικές επιδράσεις για τις οποίες είναι γνωστή η κάνναβη, όπως μια αίσθηση ευφορίας. Άλλα κανναβινοειδή, όπως η *κανναβιδιόλη* (κοινώς γνωστή ως *CBD*), δεν είναι ψυχοδραστικά και μπορεί να έχουν διαφορετικές επιδράσεις, όπως

βελτίωση των ψυχολογικών ανησυχιών και πρόληψη της οξειδωτικής βλάβης, αν και τα στοιχεία σχετικά με αυτό δεν είναι προς το παρόν σαφή. Λόγω αυτών των πλεονεκτημάτων έναντι της THC όπως επίσης και των μειωμένων κινδύνων για την υγεία, πιστεύεται ότι η CBD είναι το συστατικό της κάνναβης που δημιουργεί τη φαρμακευτική της δυναμική και αντιτάσσεται στις αρνητικές ψυχιατρικές επιδράσεις που σχετίζονται με την THC.



Υπάρχουν διάφορες πηγές κανναβινοειδών, φυσικές και συνθετικές<sup>2</sup>



Οι χημικές δομές της THC και CBD.<sup>3</sup>

## Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα στα κανναβινοειδή για ιατρικούς και για ψυχαγωγικούς λόγους

Τα κανναβινοειδή, είτε προέρχονται από φυτά είτε έχουν κατασκευαστεί τεχνητά από τον άνθρωπο, μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ιατρικούς ή ψυχαγωγικούς σκοπούς με διάφορους τρόπους.

### Ιατρικά προϊόντα κανναβινοειδών

#### Ιατρική κάνναβη

Οι νόμοι και οι κανονισμοί που εφαρμόζονται για να λάβει κανείς έγκριση για ιατρική μαριχουάνα διαφέρουν ανά χώρα και περιοχή. Στον Καναδά, η χρήση της ιατρικής κάνναβης απαιτεί έγκριση/ άδεια για χρήση από γιατρό.

#### Συνθετικά κανναβινοειδή με συνταγή

Σε μερικές χώρες, ορισμένα συνθετικά κανναβινοειδή είναι διαθέσιμα για θεραπευτικούς σκοπούς και απαιτούν ιατρική συνταγή από γιατρό. Όπως και άλλα φάρμακα, αυτά τα προϊόντα είναι καταχωρημένα με αριθμό αναγνώρισης φαρμάκου (DIN) Στον Καναδά ή στην Υπηρεσία Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) στις Ηνωμένες Πολιτείες (ΣΤΜ: στην Ελλάδα, αρμόδιος φορέας είναι ο ΕΟΦ). Τα συνθετικά κανναβινοειδή που χορηγούνται με ιατρική συνταγή ρυθμίζονται και παρακολουθούνται προσεκτικά για τη σύνθεση και τις επιδράσεις τους στο σώμα και αναπτύσσονται για να ελαχιστοποιούν την τοξικότητα που συνοδεύει τη χρήση τέτοιων ουσιών.

### Προϊόντα κάνναβης για ψυχαγωγικούς λόγους

Η χρήση κάνναβης για ψυχαγωγικούς λόγους είναι νόμιμη στον Καναδά, αλλά εξακολουθεί να υπόκειται σε περιφερειακούς ή εδαφικούς περιορισμούς. Η χρήση για ψυχαγωγικούς λόγους εκτός των καθορισμένων ορίων είναι παράνομη. Όπως και με την ιατρική κάνναβη, η παραγωγή και διανομή της κάνναβης για ψυχαγωγικούς λόγους ρυθμίζεται για να διασφαλιστεί η ασφάλεια και η ποιότητα. Υπάρχουν διάφορες ανησυχίες σχετικά με τη χρήση κάνναβης η οποία δεν ρυθμίζεται ή δεν παράγεται νόμιμα. Αυτά τα προϊόντα κάνναβης μπορεί να περιέχουν επιβλαβείς μολυσματικούς παράγοντες (π.χ. μούχλα, βακτήρια και φυτοφάρμακα) ή να έχουν πολύ μεγαλύτερη διακύμανση στη χημική τους σύνθεση από τα προϊόντα κάνναβης που προορίζονται για ιατρική χρήση. Μπορεί να είναι δύσκολο να γνωρίζεις ακριβώς ποια δόση λαμβάνεις, οι κίνδυνοι και οι παρενέργειες από τη χρήση αυτών των προϊόντων μπορεί να είναι άγνωστοι. Ένα άλλο ζήτημα με την κάνναβη που προέρχεται από παράνομες καλλιέργειες περιλαμβάνει τις



*Υπάρχουν αρκετοί περιβαλλοντικοί κίνδυνοι και κίνδυνοι υγείας που σχετίζονται με τις παράνομες καλλιέργειες.<sup>4</sup>*

αρνητικές επιπτώσεις στο περιβάλλον καθώς αυτές οι περιοχές ενδέχεται να κάνουν κατάχρηση τοξικών φυτοφαρμάκων και μπορεί να απομακρύνουν την παροχή νερού από λίμνες ή ποτάμια, απειλώντας φυτά, την άγρια ζωή και την ανθρώπινη υγεία. Τα μη ελεγχόμενα προϊόντα κάνναβης δε συνιστώνται για τη θεραπεία των συμπτωμάτων της ΚΝΜ.

## Παράνομα συνθετικά κανναβινοειδή

Παρόλο που τα συνθετικά κανναβινοειδή δρουν στους ίδιους υποδοχείς με τα φυτοκανναβινοειδή που προέρχονται από τα φυτά της κάνναβης, μπορεί να έχουν διαφορετικά αποτελέσματα στο ανθρώπινο σώμα. Μερικά μη συνταγογραφούμενα συνθετικά κανναβινοειδή κατασκευάζονται ώστε να μιμούνται τις ψυχοδραστικές επιδράσεις της THC, κάτι που τα καθιστά πιθανώς επικίνδυνα ειδικά επειδή οι ενέργειές τους στο σώμα μπορεί να είναι απρόβλεπτες. Γνωστές με τα ονόματα "Spice" και "K2" αυτές οι ενώσεις συχνά συνδυάζονται με φυτικά προϊόντα και πωλούνται ως «εναλλακτική» της μαριχουάνας. Ωστόσο, όλες οι δραστηριότητες που σχετίζονται με συνθετικά κανναβινοειδή χωρίς συνταγή (π.χ. παραγωγή, διανομή, χρήση), είναι παράνομες στον Καναδά. Εκτός από το ότι τα παράνομα συνθετικά κανναβινοειδή δεν έχουν ελεγχθεί για χρήση από τους ανθρώπους, η σύνθεσή τους μπορεί να διαφέρει πολύ και μπορεί να περιλαμβάνει άλλες άγνωστες και δυνητικά θανατηφόρες ουσίες. Τα συνθετικά κανναβινοειδή είναι επίσης πιο ισχυρά από το φυτικής προέλευσης THC. Αυτό σημαίνει ότι συνδέονται πιο έντονα με τους υποδοχείς των κανναβινοειδών, αυξάνοντας τον κίνδυνο υπερδοσολογίας.

Παράνομα συνθετικά κανναβινοειδή μπορεί να πωλούνται και να μοιάζουν με κάνναβη.<sup>5</sup>



## Πώς χρησιμοποιούνται τα κανναβινοειδή;



Το κάπνισμα δεν είναι συνιστώμενη μέθοδος χρήσης κάνναβης.<sup>6</sup>

Τα προϊόντα κάνναβης συνήθως εισπνέονται ή λαμβάνονται από το στόμα. Το κάπνισμα είναι η πιο συνηθισμένη μέθοδος ανάμεσα στο γενικό πληθυσμό καθώς και στα άτομα με ΚΝΜ. Ωστόσο, υπάρχουν σοβαρές ανησυχίες σχετικά με τις αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία για το χρήστη και τα άτομα του περιβάλλοντός του, που σχετίζονται με την εισπνοή και την εκπνοή του καπνού, ο οποίος περιέχει πολλές βλαβερές ενώσεις ίδιες με εκείνες που περιέχονται στον καπνό του τσιγάρου. Τα άτομα με ΚΝΜ ειδικότερα, θα πρέπει να αποφεύγουν το κάπνισμα της

κάνναβης καθώς τα αναπνευστικά προβλήματα συμπεριλαμβανομένης της διαταραγμένης αναπνοής και της πνευμονίας είναι ήδη παρόντα στον πληθυσμό των ατόμων με ΚΝΜ. Το άτμισμα είναι μια άλλη μέθοδος όπου τα φύλλα κάνναβης θερμαίνονται για να σχηματίσουν έναν ατμό που στη συνέχεια εισπνέεται. Αν και το άτμισμα εμποδίζει τα κανναβινοειδή να καούν, κάτι που μειώνει την ποσότητα τοξικών υποπροϊόντων σε σύγκριση με το κάπνισμα, δεν είναι χωρίς κινδύνους και πρόσφατα έχει συσχετισθεί με πνευμονική βλάβη εξαιτίας του ατμίσματος. Μετά από μια οξεία αύξηση των ανωτέρω βλαβών τον Αύγουστο και τον Σεπτέμβριο του 2019, οι επισκέψεις στα επείγοντα συνεχίζουν μειούμενες. Αυτό πιστεύεται ότι οφείλεται στην απομάκρυνση της οξικής βιταμίνης E από τα περισσότερα προϊόντα, την αυξημένη ευαισθητοποίηση του κοινού για τους κινδύνους που σχετίζονται με τα ηλεκτρονικά τσιγάρια

και τις συσκευές ατμίματος που περιέχουν THC και σε ενέργειες επιβολής του νόμου σχετικά με παράνομα προϊόντα στις ΗΠΑ. Τα καναδικά εκχυλίσματα για άτμισμα που περιέχουν THC δεν επιτρέπεται να περιέχουν καθόλου πρόσθετες βιταμίνες, μέταλλα, νικοτίνη, σάκχαρα, αρωματικούς ή χρωστικούς παράγοντες.



Η κάνναβη μπορεί επίσης να ληφθεί από του στόματος με τη μορφή ειδών διατροφής ή άλλων προϊόντων όπως έλαια, κάψουλες και σπρέι για το στόμα. Άλλες λιγότερο συνηθισμένες μέθοδοι που μπορεί να χορηγηθεί η κάνναβη είναι μέσω του δέρματος (π.χ. κρέμες, λωσιόν, βάλσαμο, επιθέματα, κλπ), μέσω του ορθού ή των φλεβών.

## Έλαιο κανναβιδιόλης

Το έλαιο κανναβιδιόλης (CBD) γίνεται πιο δημοφιλές στους ανθρώπους που επιθυμούν να έχουν τα οφέλη της κάνναβης για την υγεία και να αποφύγουν τις ψυχοδραστικές επιδράσεις της THC. Αν και αρκετά άτομα χρησιμοποιούν το έλαιο CBD για μια σειρά από παθήσεις, υπάρχουν περιορισμένα δεδομένα για την ασφάλεια και την αποτελεσματικότητά (και καθόλου έρευνα για την ΚΝΜ) προς υποστήριξη της χρήσης τους για αυτούς τους λόγους. Πρόσφατα, θετικά αποτελέσματα από τρεις κλινικές μελέτες με ισχυρά στοιχεία οδήγησαν την Υπηρεσία Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) στις Ηνωμένες Πολιτείες να εγκρίνει τη χρήση του ελαίου CBD για δυο σπάνιες μορφές επιληψίας τον Ιούνιο του 2018.



*Η κάνναβη μπορεί να επεξεργαστεί με την εξαγωγή των κανναβινοειδών από το φυτό και τη διάλυσή τους σε έλαιο.<sup>11</sup>*

## Συνθετικά κανναβινοειδή με ιατρική συνταγή

Τα χορηγούμενα με ιατρική συνταγή συνθετικά κανναβινοειδή συχνά χρησιμοποιούν απομονωμένες ενώσεις κανναβινοειδών ή συνδυασμούς κανναβινοειδών. Αυτό περιλαμβάνει προϊόντα όπως:

- Η Ναβιλόνη (Cesamet), ένα συνθετικό κανναβινοειδές παρόμοιο με το THC που χορηγείται από το στόμα με μορφή κάψουλας.
- Η Δροναβινόλη (Marinol), συνθετικό THC που λαμβάνεται από το στόμα ως κάψουλα. Να ληφθεί υπόψιν ότι η δροναβινόλη δεν είναι διαθέσιμη πλέον στον Καναδά.
- Η Ναβιξιμόλη (Sativex), ένα μείγμα THC και CBD από το φυτό της κάνναβης που χορηγείται ως σπρέι από το στόμα.

## Ποια είναι η συνιστώμενη δόση κάνναβης;



*Η μαριχουάνα είναι τα αποξηραμένα άνθη και φύλλα του φυτού της κάνναβης.<sup>12</sup>*

Επί του παρόντος δεν υπάρχουν τυποποιημένα σχήματα δοσολογίας για καταστάσεις που σχετίζονται με την ΚΝΜ. Η δοσολογία για ιατρική κάνναβη ποικίλλει με βάση παράγοντες όπως ο τρόπος πρόσληψης, η προηγούμενη χρήση κάνναβης και η ιατρική κατάσταση που αντιμετωπίζεται. Επιπλέον, η ποσότητα των THC και CBD στη μαριχουάνα δεν είναι πάντα η ίδια. Τα επίπεδα THC και CBD σε ένα προϊόν μπορεί να αλλάζουν με βάση το στέλεχος του φυτού που χρησιμοποιείται καθώς και τον τρόπο ανάπτυξης και παρασκευής του φυτού.

Ειδικά για εκείνους που δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ κάνναβη στο παρελθόν, συνιστάται να ξεκινούν με χαμηλές δόσεις πριν αυξήσουν αργά τη δόση μέχρι να επιτευχθούν οι θεραπευτικοί τους στόχοι. Για να ελαχιστοποιηθούν οι αρνητικές παρενέργειες που σχετίζονται με το

THC και να μεγιστοποιηθεί ο έλεγχος των συμπτωμάτων, μπορεί αρχικά να χρησιμοποιηθεί ένα στέλεχος/μία ποικιλία με χαμηλή περιεκτικότητα σε THC και υψηλή σε CBD. Εάν εμφανισθούν μη ανεκτές παρενέργειες πρέπει να γίνει άμεση διακοπή της χρήσης.

Τα άτομα που χρησιμοποιούν κάνναβη για ιατρικούς σκοπούς καταναλώνουν κατά μέσο όρο 1-3 γρ/ημέρα ή 10-20 γρ/εβδομάδα. Ακόμα και με τα ίδια γραμμάρια της ίδιας ποικιλίας κάνναβης, η ποσότητα κάνναβης που τελικά απορροφά το σώμα εξαρτάται από τη μέθοδο πρόσληψης. Για παράδειγμα, άτομα που επιθυμούν να μεταβούν από την εισπνεόμενη κάνναβη στη λήψη της από το στόμα, μπορεί να χρειαστεί να αυξήσουν την ημερήσια χρήση κάνναβης έως και 2,5 φορές για να λάβουν μια αντίστοιχη δόση. Κάθε διαφορετική μορφή και μέθοδος χρήσης κάνναβης θα αλλάξει το πόσο γρήγορα το φάρμακο παράγει αποτέλεσμα και το πόσο διαρκεί στο σώμα. Για παράδειγμα, η εισπνοή της κάνναβης θα οδηγήσει σε γενικές γραμμές σε γρηγορότερη έναρξη και μεγαλύτερη διάρκεια δράσης σε σχέση με την πρόσληψή της από το στόμα.

	<b>Εισπνοή</b>	<b>Λήψη από του στόματος</b>
<b>Έναρξη δράσης</b>	Λίγα λεπτά	30 λεπτά (έως και 3-4 ώρες)
<b>Μέγιστη αποτελεσματικότητα</b>	30 λεπτά	3-4 ώρες
<b>Διάρκεια δράσης</b>	2-4 ώρες (έως και 24 ώρες)	8 ώρες (έως και 12-24 ώρες)

Είναι σημαντικό να ακολουθείς πιστά τις οδηγίες του επαγγελματία υγείας σου και να τον συμβουλεύεσαι πριν κάνεις οποιοδήποτε αλλαγές στη χρήση κάνναβης. Μίλα με τον επαγγελματία υγείας σου για πιο λεπτομερείς πληροφορίες.

## Ποιοι είναι οι κίνδυνοι και ποιες οι παρενέργειες της κάνναβης;

Η ασφάλεια της χρήσης κάνναβης για ιατρικούς λόγους μετά την ΚΝΜ δεν είναι ακόμα γνωστή. Ωστόσο, είναι γνωστοί ορισμένοι κίνδυνοι και παρενέργειες από τη χρήση κάνναβης στο γενικό πληθυσμό. Πολλές από τις βραχυπρόθεσμες παρενέργειες της κάνναβης έχουν αναφερθεί ότι είναι ήπιες έως μέτρια σοβαρές και σχετίζονται με τη δόση του φαρμάκου που λαμβάνεται. Μπορεί επίσης να υπάρχουν ασυνήθιστες αλλά σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες. Επιπλέον, οι κίνδυνοι για τους μακροπρόθεσμους χρήστες δεν είναι πολύ γνωστοί και ορισμένες παρενέργειες μπορεί να σχετίζονται με την τακτική χρήση με την πάροδο του χρόνου.

Αυτή δεν είναι μια πλήρης λίστα. Μίλα με τον επαγγελματία υγείας σου για λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με τους κινδύνους και τις παρενέργειες που απορρέουν από τη χρήση κάνναβης.

### Οι βραχυπρόθεσμες παρενέργειες της κάνναβης μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Ζάλη και καρυβαρία
- Ξηρό στόμα, ερεθισμό του λαιμού και βήχα
- Υπνηλία
- Αλλοιωμένη κρίση και προσοχή
- Άγχος και ευερεθιστότητα/ταραχή
- Ψευδαισθήσεις
- Αποπροσανατολισμό και σύγχυση
- Αυξημένο καρδιακό ρυθμό
- Διαταραγμένο συντονισμό και ισορροπία
- Διαταραγμένη βραχυπρόθεσμη μνήμη
- Πονοκέφαλο
- Παράνοια και ψύχωση
- Ερυθρότητα των ματιών
- Μειωμένη ενδοφθάλμια πίεση (πίεση στα μάτια)
- Μυϊκή χαλάρωση
- Αλληλεπιδράσεις με άλλα φάρμακα

### Σωματικές επιδράσεις της Κάνναβης

#### Οφθαλμοί:

- Ερυθρότητα
- Μειωμένη ενδοφθάλμια πίεση

#### Στόμα:

- Ξηρότητα

#### Δέρμα:

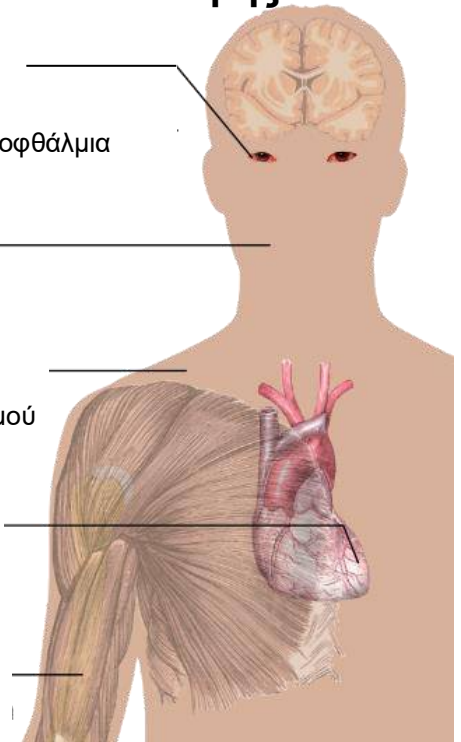
- Αίσθηση θερμού ή ψυχρού

#### Καρδιά:

- Αυξημένος καρδιακός ρυθμός

#### Μύες:

- χαλάρωση



*Η κάνναβη μπορεί να προκαλέσει πολλές παρενέργειες σε διάφορα συστήματα του σώματος.<sup>13</sup>*

Επειδή η κάνναβη παραμένει στο σώμα για μεγάλο διάστημα μετά τη χρήση της, η απόδοση στις διάφορες δραστηριότητες μπορεί να είναι μειωμένη για έως και 24 ώρες. Συνιστάται η αποφυγή χειρισμού βαρέων μηχανημάτων ή η εκτέλεση επικίνδυνων δραστηριοτήτων για 3- 4 ώρες μετά την εισπνοή κάνναβης, 6 ώρες μετά την από του στόματος κατάποση και 8 ώρες εάν βιωθεί ευφορία. Παραδείγματα δραστηριοτήτων υψηλού κινδύνου μπορεί να περιλαμβάνουν την πραγματοποίηση μεταφορών (ΣΤΜ: από το αμαξίδιο σε άλλη επιφάνεια) και η συμμετοχή σε συνεδρίες φυσικοθεραπείας.

## Η μακροχρόνια χρήση κάνναβης μπορεί να σχετίζεται με:

- Εθισμό και απόσυρση (στερητικό σύνδρομο)
- Προβλήματα των αεραγωγών όπως η χρόνια βρογχίτιδα
- Πιθανό αυξημένο κίνδυνο ψυχικών διαταραχών όπως άγχος, κατάθλιψη, σχιζοφρένεια και ψύχωση σε άτομα που κινδυνεύουν από αυτές τις καταστάσεις
- Πιθανό αυξημένο κίνδυνο καρκίνου με το μακροχρόνιο κάπνισμα, αν και αυτό δεν είναι ακόμη σαφές



Μια αναδυόμενη ανησυχία είναι τα αποτελέσματα που μπορεί να έχει η χρήση κάνναβης στους εφήβους και στους νέους ενήλικες. Μελέτες έχουν δείξει ότι η χρήση κάνναβης νωρίς στην εφηβεία μπορεί να αλλάξει την ανάπτυξη του εγκεφάλου και μπορεί να σχετίζεται με την ανάπτυξη ψυχωτικών διαταραχών στα άτομα αυτά κατά την ενήλικη ζωή τους.

## Υπερδοσολογία κανναβινοειδών



Έχουν αναφερθεί περιπτώσεις υπερδοσολογίας κάνναβης, αν και όχι συχνά. Ο κίνδυνος αυξάνεται όταν συνδυάζονται μορφές κανναβινοειδών (για ιατρικούς ή ψυχαγωγικούς σκοπούς) και από το στόμα και μέσω εισπνοής. Τα σημάδια και τα συμπτώματα της υπερδοσολογίας είναι γενικά ανεκτά και υπερκαλύπτονται από τα αποτελέσματα της THC όπως ζαλάδα, υπνηλία και αισθητηριακή δυσλειτουργία. Σπανιότερα εμφανίζονται πιο σοβαρές επιπλοκές, συμπεριλαμβανομένης της ψύχωσης και των σπασμών.

Σε αντίθεση με την κάνναβη, τα συνθετικά κανναβινοειδή έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο υπερδοσολόγησης επειδή είναι πιο ισχυρά από την THC. Η κλινική παρουσίαση της τοξικότητας θα εξαρτηθεί από το συγκεκριμένο κανναβινοειδές που χρησιμοποιείται, αλλά μπορεί να είναι σοβαρή και να οδηγήσει ακόμα και σε θάνατο. Από την εισαγωγή του στις Ηνωμένες Πολιτείες το 2008, υπήρξαν περιπτώσεις ανεπιθύμητων ενεργειών και στις 50 πολιτείες. Επί του παρόντος δεν υπάρχει αντίδοτο για τα συνθετικά κανναβινοειδή, καθιστώντας την παράνομη χρήση αυτών των ναρκωτικών μια αναδυόμενη απειλή για τη δημόσια υγεία. Εάν εσύ ή κάποιος που γνωρίζεις έρθει αντιμέτωπος με υπερδοσολογία, αναζήτησε αμέσως ιατρική βοήθεια.

## Σε τι χρησιμοποιούνται τα κανναβινοειδή μετά από κάκωση νωτιαίου μυελού;

Μελέτες δείχνουν ότι η κάνναβη χρησιμοποιείται κυρίως από ασθενείς με ΚΝΜ για την αντιμετώπιση του (χρόνιου) πόνου και την ανακούφιση από σπασμούς, όπως επίσης για το άγχος, το στρες και την κατάθλιψη, για τη διαχείριση του εντέρου και της ουροδόχου κύστης, για τη ναυτία, για την αύξηση της όρεξης, για τη βελτίωση του ύπνου, για τη μείωση της χρήσης άλλων φαρμάκων και για ευχαρίστηση, αναψυχή και χαλάρωση. Ωστόσο, η έρευνα έχει μελετήσει μόνο τη χρήση κανναβινοειδών προϊόντων για τη θεραπεία του πόνου και της σπαστικότητας μετά την ΚΝΜ.



## Πόνος

Η πρώιμη έρευνα παρέχει μέτρια τεκμηρίωση στοιχεία ότι η κάνναβη που καταναλώνεται μέσω του καπνίσματος και του ατμίσματος μπορεί να βοηθά στη μείωση του νευροπαθητικού πόνου. Υπάρχουν επίσης αδύναμη τεκμηρίωση στοιχεία ότι η από του στόματος λήψη φυτικής προέλευσης κάνναβης με τη μορφή σπρέι μπορεί να συμβάλλει στη μείωση του νευροπαθητικού πόνου. Μέτριας τεκμηρίωσης στοιχεία από δυο άλλες μελέτες δείχνουν ότι δεν υπάρχει όφελος από τα συνθετικά κανναβινοειδή. Σε μια, η δροναβιδόλη δεν διέφερε από τη διφαινυδραμίνη (ένα αντιαλλεργικό φάρμακο χωρίς ιδιότητες ανακούφισης του πόνου) για τη μείωση του νευροπαθητικού πόνου. Στην άλλη ένα συνθετικό κανναβινοειδές που ονομάζεται Normast δεν έδειξε κάποιο όφελος. Αυτές οι δύο τελευταίες μελέτες ήταν συγκεκριμένα για άτομα με ΚΝΜ, ενώ οι άλλες μελέτες που αναφέρονται παραπάνω είχαν συμπεριλάβει και άτομα με άλλες νευρολογικές παθήσεις. Απαιτείται περαιτέρω έρευνα ειδικά για τα άτομα με ΚΝΜ για να διαπιστωθεί εάν η κάνναβη και τα συνθετικά κανναβινοειδή είναι ασφαλή και αποτελεσματικά για τον πόνο μετά την ΚΝΜ.



## Σπαστικότητα

Τα ερευνητικά αποτελέσματα σχετικά με τα προϊόντα κανναβινοειδών για τη σπαστικότητα μετά την ΚΝΜ είναι αντικρουόμενα. Τέσσερις μελέτες παρέχουν μέτριας τεκμηρίωσης στοιχεία ότι τα συνθετικά κανναβινοειδή και η κάνναβη που προσλαμβάνεται μέσω ατμίσματος μπορεί να βοηθήσουν στη σπαστικότητα μετά την ΚΝΜ. Ωστόσο, δύο άλλες μελέτες με μέτριας τεκμηρίωσης στοιχεία δεν έχουν καταλήξει στο εάν βοήθησαν τα κανναβινοειδή προϊόντα .

Συνολικά, αυτές οι μελέτες δείχνουν ότι οι θεραπείες που βασίζονται σε κανναβινοειδή μπορεί να έχουν οφέλη στη θεραπεία της σπαστικότητας, αλλά απαιτούνται περαιτέρω έρευνες μέσω μεγαλύτερων και αυστηρότερων μελετών προτού εξαχθούν συμπεράσματα για την το πόσο αποτελεσματικά είναι.

## Συνοψίζοντας

Υπάρχουν πρώιμα στοιχεία ότι τα κανναβινοειδή προϊόντα μπορούν να βοηθήσουν στη θεραπεία του νευροπαθητικού πόνου μετά την ΚΝΜ και αντικρουόμενα στοιχεία σχετικά με το εάν βοηθούν στη θεραπεία της σπαστικότητας μετά την ΚΝΜ. Απαιτούνται περισσότερες μελέτες για να επιβεβαιωθούν αυτά τα ευρήματα.

Δεν είναι γνωστό εάν η κάνναβη είναι ασφαλής για χρήση μετά την ΚΝΜ, ειδικά μακροπρόθεσμα, καθώς η χρήση της σχετίζεται με έναν αριθμό πιθανών κινδύνων και παρενεργειών. Μέχρι να γίνει περισσότερη έρευνα, είναι σημαντικό να συζητήσεις λεπτομερώς αυτή την επιλογή θεραπείας με τους επαγγελματίες υγείας σου για να μάθεις εάν είναι μια κατάλληλη και ασφαλής θεραπευτική επιλογή για εσένα.

Για μια λίστα των μελετών που περιλαμβάνονται, παρακαλούμε δείτε τη Λίστα Αναφορών. Για μια επισκόπηση του τι εννοούμε με τον όρο **βισχυρής, βμέτριας** και **βαδύναμης** τεκμηρίωσης στοιχεία, ανατρέξτε στις [Αξιολογήσεις Τεκμηρίωσης της Κοινότητας SCIRE](#).

## Σχετικές πηγές

NIH National Cancer Institute. Κάνναβη και Κανναβινοειδή- Έκδοση για ασθενείς (PDQ®). Διαθέσιμο από: <https://cancer.gov/about-cancer/treatment/cam/patient/cannabis-pdq>

Κοινότητα SCIRE. «Πόνος μετά την Κάκωση Νωτιαίου Μυελού». Διαθέσιμο από: <https://community.scireproject.com/topic/pain/>

Κοινότητα SCIRE. «Σπαστικότητα». Διαθέσιμο από: <https://community.scireproject.com/topic/spasticity/>

## Λίστα Αναφορών

Μέρη του παρόντος έχουν προσαρμοσθεί από τα κεφάλαια «διαχείριση Πόνου» και «Σπαστικότητα» του Έργου SCIRE (Επαγγελματική ομάδα):

Mehta S, Teasell RW, Loh E, Short C, Wolfe DL, Hsieh JTC (2014). Pain Following Spinal Cord Injury. In Eng JJ, Teasell RW, Miller WC, Wolfe DL, Townson AF, Hsieh JTC, Connolly SJ, Noonan VK, Loh E, McIntyre A, editors. Spinal Cord Injury Rehabilitation Evidence. Version 5.0: p 1-79.

Διαθέσιμο από: <https://scireproject.com/evidence/rehabilitation-evidence/pain-management/>

Hsieh JTC, Wolfe DL, Townson AF, Short C, Connolly SJ, Mehta S, Curt A, Foulon BL (2012). Spasticity Following Spinal Cord Injury. In Eng JJ, Teasell RW, Miller WC, Wolfe DL, Townson AF, Hsieh JTC, Connolly SJ, Noonan V, Mehta S, Sakakibara BM, Boily K, editors. Spinal Cord Injury Rehabilitation Evidence. Version 4.0.

Διαθέσιμο από: <https://scireproject.com/evidence/rehabilitation-evidence/spasticity/>

Πλήρης λίστα αναφορών διαθέσιμη ηλεκτρονικά από: <https://community.scireproject.com/topic/cannabis/#reference-list>  
Γλωσσάρι διαθέσιμο από: <https://community.scireproject.com/topics/glossary/>

### Πηγές Εικόνων

1. Μαριχουάνα ©United States Fish and Wildlife Service, CC0 1.0
2. Εικόνα από Ομάδα Κοινότητας SCIRE
3. Κανναβιδιόλη και THC Βιοσύνθεση ©Madkamin, CC BY-SA 4.0
4. Weeds ©The Other Dan, CC BY-NC 2.0
5. 'Spice' -- a designer synthetic cannabinoid ©G.W. Pomeroy, CC0 1.0
6. Vape Pen ©Aly Dodds, CC BY 3.0 US
7. Χάπια Κάνναβης ©Mooms, CC BY 3.0 US
8. Έλαιο CBD ©Mooms, CC BY 3.0 US
9. Κρέμα Κάνναβης ©Mooms, CC BY 3.0 US
10. Κάποτε στο Άμστερνταμ... ©ashton, CC BY 2.0
11. CBDistillery-OIL-benefits ©Robert Fischer, CC BY-NC 2.0
12. Hmmm cannabis ©Steven Schwartz, CC BY 2.0
13. Σωματικές επιδράσεις της κάνναβης ©Mikael Häggström, CC0 1.0
14. Παρενέργεια Μαριχουάνας ©dDara, CC BY 3.0 US
15. Παρενέργεια Μαριχουάνας ©dDara, CC BY 3.0 US



Δήλωση αποποίησης ευθυνών: Αυτό το έγγραφο δεν παρέχει ιατρικές συμβουλές. Αυτές οι πληροφορίες παρέχονται μόνο για εκπαιδευτικούς σκοπούς. Συμβουλευτείτε έναν καταρτισμένο επαγγελματία υγείας για περισσότερες πληροφορίες ή συγκεκριμένες ιατρικές συμβουλές. Το έργο SCIRE, οι συνεργάτες και οι συμμετέχοντες σε αυτό αποποιούνται κάθε ευθύνη έναντι οποιουδήποτε μέρους για οποιαδήποτε απώλεια ή ζημιά από σφάλματα ή παραλείψεις σε αυτήν την έκδοση.