

## **akkurat Quellen Folge 6: Wie risky ist Kiffen wirklich?**

### **Q1: Kiffen ist jetzt (teil-)legal**

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/gesetze-und-verordnungen/detail/cannabisgesetz.html>

### **Q2: Wie viel auch vorher schon gekifft wurde**

[https://www.bzga.de/fileadmin/user\\_upload/PDF/studien/BZgA\\_Alkoholsurvey\\_2021.pdf](https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/BZgA_Alkoholsurvey_2021.pdf)

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/begriffe-von-a-z/c/cannabis#:~:text=Nach%20dem%20Epidemiologischen%20Suchtsurvey%20von,rund%204%2C5%20Millionen%20Personen>

### **Q3: Kiffen ist vor allem für junge Menschen gefährlich**

<https://www.spektrum.de/news/cannabis-ist-kiffen-gefaehrlich-fuer-jugendliche/2010061>

<https://www.cannabispraevention.de/jugendliche/gesundheitliche-aspekte/gefahren-fuer-jugendliche/>

[Deutscher Bundestag - Ärzteverbände lehnen Legalisierung von Cannabis ab](#)

### **Q4: Warum das Gesetz u.a. sehr umstritten ist**

<https://www.bundestag.de/dokumente/textarchiv/2023/kw45-pa-gesundheit-cannabis-970114#:~:text=Cannabiskonsum%20k%C3%B6nne%20bei%20vulnerablen%20Personen,einer%20Ausweitung%20des%20Cannabiskonsums%20f%C3%BChren>

<https://www.spiegel.de/politik/deutschland/cannabis-bundesrat-beschliesst-legalisierung-a-86ed2890-c788-4ce7-877a-21dced023219>

### **Q5: Hirnentwicklung bis 25 ist noch nicht abgeschlossen**

<https://www.drugcom.de/newsuebersicht/topthemen/wie-schaedlich-ist-cannabiskonsum-fuer-das-gehirn-junger-menschen/>

<https://www.kinderaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/cannabiskonsum-in-jungen-jahren-stoert-die-gehirnentwicklung/>

### **Q6: Wer vor 25 regelmäßig kiffte, greift nachhaltig in die Hirnentwicklung ein**

<https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2781289>

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15504263.2019.1636171>

**Q7: Dass Kiffen langfristig dumm macht, ist nicht klar erwiesen**

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

**Q8: Kiffen macht vergesslich**

<https://www.drugcom.de/newsuebersicht/topthemen/kiffen-macht-vergesslich/>

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

**Q9: Wer früh kiffet, bricht häufiger die Schule ab**

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

**Q10: Was ausschlaggebend dafür ist, wie Cannabis wirkt**

<https://www.cannabispraevention.de/jugendliche/cannabis/wie-wirkt-cannabis/>,

<https://www.drugcom.de/haeufig-gestellte-fragen/fragen-zu-cannabis/was-beeinflusst-die-wirkung-von-cannabis/>

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

**Q11: So schnell und lang wird man vom Kiffen high**

<https://www.cannabispraevention.de/jugendliche/cannabis/wie-wirkt-cannabis/>

<https://www.drugcom.de/newsuebersicht/topthemen/was-beim-kiffen-im-koerper-passiert/>

**Q12: Das passiert, wenn du high bist**

[https://www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Die\\_Sucht\\_und\\_ihre\\_Formen\\_CANNA\\_BIS-BFREI.pdf](https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Die_Sucht_und_ihre_Formen_CANNA_BIS-BFREI.pdf)

<https://www.drugcom.de/newsuebersicht/topthemen/was-beim-kiffen-im-koerper-passiert/>

**Q13: Darum wirst du vom Kiffen high - THC**

<https://www.cannabispraevention.de/lehrkraefte/cannabis/allgemeine-informationen/>

<https://faszinationchemie.de/artikel/news/was-ist-eigentlich-cannabis-thc-und-cbd/>

**Q14: THC kann auch schlechte Trips auslösen**

<https://www.dhs.de/suechte/illegal-drogen/cannabis/risiken>

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

**Q15: Je höher der THC-Gehalt, desto stärker die Wirkung**

[THC: Cannabis wirkt heute stärker als früher · Dlf Nova \(deutschlandfunknova.de\)](#)

[Drogen: So mächtig wirkt Cannabis - Spektrum der Wissenschaft](#)

**Q16: Wie der THC-Gehalt gestiegen ist**

[https://www.dbdd.de/fileadmin/user\\_upload\\_dbdd/05\\_Publikationen/PDFs/REITOX\\_BERICHT\\_2019/WB\\_08\\_Drogenmaerkte\\_und\\_Kriminalitaet\\_2019.pdf](https://www.dbdd.de/fileadmin/user_upload_dbdd/05_Publikationen/PDFs/REITOX_BERICHT_2019/WB_08_Drogenmaerkte_und_Kriminalitaet_2019.pdf)

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/Drogen- und Suchtbericht\\_2019\\_barr.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/Drogen- und Suchtbericht_2019_barr.pdf)

**Q17: Cannabis vom Schwarzmarkt kann auch gestreckt sein**

<https://hanfverband.de/streckmittel-und-verunreinigungen-in-cannabis-wie-man-sie-erkennt-und-welche-risiken-von-ihnen-ausgehen>

[https://www.dhs.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/Broschueren/Die\\_Sucht\\_und\\_ihre\\_Formen\\_CANNA\\_BIS-BFREI.pdf](https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/Die_Sucht_und_ihre_Formen_CANNA_BIS-BFREI.pdf)

**Q18: Weil sie gekifft haben, landen immer mehr Leute im Krankenhaus**

[https://www.unodc.org/res/wdr2022/MS/WDR22\\_Booklet\\_3.pdf](https://www.unodc.org/res/wdr2022/MS/WDR22_Booklet_3.pdf)

<https://www.uniklinik-ulm.de/psychiatrie-und-psychotherapie-iii/aktuelles-veranstaltungen/aktuelles/detailansicht/deutschlandweit-steigende-anzahl-stationaerer-krankenhausbehandlungen-aufgrund-von-cannabis-induziert.html>

[Jahresbericht 2023 zur Situation illegaler Drogen in Deutschland erschienen - Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen \(bundesdrogenbeauftragter.de\)](#)

**Q19: Psychosen nehmen unter jungen Kiffern zu**

<https://www.uni-ulm.de/med/fakultaet/med-detailseiten/news-detail/article/drogen-trip-ins-krankenhaus-ulmer-klinikstudie-cannabis-psychosen-nehmen-drastisch-zu/>

<https://www.uniklinik-ulm.de/aktuelles/detailansicht/deutschlandweit-steigende-anzahl-stationaerer-krankenhausbehandlungen-aufgrund-von-cannabis-induziert.html>

[The contribution of cannabis use to variation in the incidence of psychotic disorder across Europe \(EU-GEI\): a multicentre case-control study - The Lancet Psychiatry](#)

#### **Q20: Betroffene haben z.B. Wahnvorstellungen oder halluzinieren**

<https://www.uni-ulm.de/med/fakultaet/med-detailseiten/news-detail/article/drogen-trip-ins-krankenhaus-ulmer-klinikstudie-cannabis-psychosen-nehmen-drastisch-zu/>

<https://www.spiegel.de/gesundheit/cannabis-teil-legalisierung-fuer-wen-der-konsum-gefaehrlich-werden-kann-a-d998440d-94cd-4517-b343-21b507f37136>

#### **Q21: Auch Angststörungen und Depressionen kommen vor**

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG\\_CaPris\\_A5\\_Info\\_web.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Broschuere/BMG_CaPris_A5_Info_web.pdf)

<https://www.tk.de/techniker/gesundheit-und-medizin/behandlungen-und-medizin/sucht/probleme-2015710>

#### **Q22: Bis zu jeder zweite, der früh anfängt und regelmäßig kiff, ist abhängig**

Expertengespräch Dr. Rainer Thomasius, Ärztlicher Leiter, Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ)

[https://www.barmer.de/gesundheit-verstehen/medizin/cannabis/abhaengigkeit-entzug-1132250#Wie\\_viele\\_Menschen\\_werden\\_abhu00E4ngig-1132250](https://www.barmer.de/gesundheit-verstehen/medizin/cannabis/abhaengigkeit-entzug-1132250#Wie_viele_Menschen_werden_abhu00E4ngig-1132250)

#### **Q23: Diese Anzeichen können für eine Cannabis-Abhängigkeit sprechen**

Thomasius R et al.: Cannabis, Psychotherapie im Dialog 2023; 24: 38–43

---

**Kiffst du zu viel? Hier kannst du einen Selbsttest machen:** [Cannabis Check - drugcom](#)

**Du brauchst Hilfe?** Hier kannst du dich beraten lassen (Auswahl):

Nummer gegen Kummer: <https://www.nummergegenkummer.de/>

24h Sucht- und Drogenhotline: 01803652407 (Hinweis: 0,20 € pro Anruf aus dem deutschen Festnetz)

Beratungsstellen in deiner Nähe findest du über das Verzeichnis der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen: [Suchthilfeverzeichnis - DHS](#)

Hilfe per Chat: <https://www.drugcom.de/beratung/chat/>