

# Joints mit Folgen: Kiffen kann das Gehirn von Jugendlichen dauerhaft verändern

Der Ruf nach einer Legalisierung von Cannabis wird in der Schweiz lauter. Ein kontrollierter Markt könnte Vorteile bringen. Doch zuerst muss der Jugendschutz verbessert werden. Denn nirgendwo kiffen so viele Jugendliche wie hier.

von Theres Lüthi 6.4.2019



## **Kiffen in der Jugend wird verharmlost.**

Selten hat sich das Image einer Droge so schnell gewandelt. Vor kurzem noch als «Killergras» verteufelt, wächst die Zahl der Länder, die Cannabis ganz oder teilweise legalisiert haben, von Jahr zu Jahr. Auch in der Schweiz mehren sich die Stimmen für eine Liberalisierung.

Ein streng regulierter Cannabismarkt hat viele Vorteile: Eindämmung des Schwarzmarktes, bessere Qualitätskontrolle sowie die seit langem geforderte Gleichbehandlung von Cannabis und Alkohol. Wie Alkoholkonsumenten gehen nämlich auch die meisten Cannabiskonsumenten massvoll mit der Droge um.

Schlecht umgesetzt, kann eine Cannabis-Liberalisierung jedoch nachhaltige Folgen für Gesundheit und Sozialsystem eines Landes haben. Denn Cannabis ist keineswegs eine harmlose Substanz, wie Neurowissenschaftler und Psychiater wissen. Die Adoleszenz stellt eine kritische Phase in der Hirnentwicklung dar. Wird Cannabis vor der Reifung des Gehirns regelmässig konsumiert, kann dies bleibende negative Folgen haben. Kernfrage einer Liberalisierung ist deshalb, wie der Jugendschutz umgesetzt wird. Sechs Thesen:

Wir wissen nichts über Cannabis

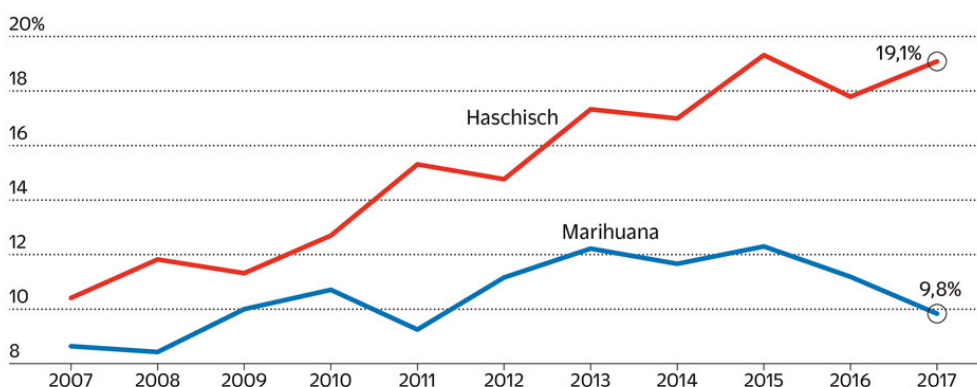
Ist die Rede von Cannabis, haben viele eine, oft prononcierte, Meinung. Was man unter dem Begriff genau versteht, ist jedoch nicht immer klar. Geht es um Cannabis als Arznei oder um Cannabis für den Freizeitkonsum? Geht es um die im Cannabis enthaltene Substanz Cannabidiol, kurz CBD, der man eine angstlösende Wirkung attestiert und die heute auch in der Schweiz legal erhältlich ist? Oder geht es um die Rauschsubstanz Tetrahydrocannabinol THC? Meinen wir das Marihuana der 1980er und 1990er Jahren mit einem THC-Wert von 3 Prozent oder die heutigen Cannabissorten mit THC-Werten von 20 Prozent und mehr?

Dass nicht alle vom Gleichen reden, hat sich in einem [Interview im «Tages-Anzeiger» mit dem frisch gewählten Bundesrat Ignazio Cassis](#) zum Thema Cannabislegalisierung gezeigt. Auf die Frage, ob er Cannabis auch schon konsumiert habe, antwortete er: «Einfach probiert und keine Differenz zur Zigarette gespürt.» Redet man mit Leuten in ähnlichem Alter, die heute, nach 30 Jahren Abstinenz wieder einmal einen Joint rauchen, erzählen fast alle, dass sie von der Wirkung überwältigt wurden.

Cannabis ist nicht gleich Cannabis, die heutige Droge ist mit der früheren nicht zu vergleichen. Deshalb seien die Erkenntnisse, die in den vergangenen Jahrzehnten zur Wirkung von Cannabis gesammelt wurden, hinfällig, sagen Neurowissenschaftler. Über die kurz- und langfristigen Folgen des Cannabis, das heute konsumiert wird, wissen wir praktisch nichts. Es ist deshalb dringend nötig, weit mehr Mittel in die Cannabisforschung zu investieren, als dies heute der Fall ist.

### Haschisch ist stärker geworden

Mittlerer THC-Gehalt von Cannabis, das durch die Polizei sichergestellt wurde



Quelle: Sucht Schweiz

Die neueren Studien, die in letzter Zeit zu Cannabis publiziert wurden, sind indessen beunruhigend. Im Zentrum des Interesses steht meist das Psychose-Risiko. So zeigte eine vor kurzem publizierte [Studie aus England](#), dass der regelmässige Konsum von Cannabis mit einem THC-Wert von über 10 Prozent das Risiko für eine schwere Psy-

chese um das Fünffache erhöht. Weniger potente Sorten erhöhen das Risiko um das Dreifache.

Eine schizophrene Psychose ist eine chronische Krankheit, die mit Wahnvorstellungen, Denkstörungen und Halluzinationen einhergeht. Die immer wiederkehrende Frage, ob nun Cannabis die Psychose auslöse oder ob nicht vielmehr jene Personen, die eine genetische Anfälligkeit für eine Psychose hätten, sich zum Cannabis besonders hingezogen fühlten, konnte auch diese Studie nicht restlos klären. Fest steht aber: Cannabis mit einem hohen THC-Gehalt begünstigt die Entwicklung einer Psychose.

Auch Cannabis macht abhängig

Bei der Diskussion um das Psychose-Risiko wird oft übersehen, dass Cannabis mit sehr vielen anderen psychischen Erkrankungen in Verbindung steht. Das Risiko, an einer cannabisbedingten Psychose zu erkranken, ist vergleichsweise klein. Weit wichtiger erachten Experten andere Probleme.

Zum einen kann Cannabis – entgegen früheren Annahmen – nicht nur psychisch, sondern auch physisch abhängig machen. Laut Schätzungen entwickelt etwa einer von zehn Konsumenten eine Cannabisabhängigkeit. Von den Personen, die bereits im Jugendalter mit dem Konsum beginnen, entwickelt sogar jede sechste eine Abhängigkeit.

Wird die Substanz abgesetzt, kommt es zu Entzugssymptomen wie Schwitzen, Schlafstörungen, Angstzuständen und starken Stimmungsschwankungen. Das Suchtpotenzial von Cannabis liegt somit im ähnlichen Bereich wie jenes von Alkohol. Allerdings entwickelt sich die Sucht schneller als beim Alkohol. Es reicht, einige Monate intensiv zu konsumieren, um abhängig zu werden.

Über die Prognosen einer Cannabis-Abhängigkeit ist erst wenig bekannt, da es sich um ein relativ neues Phänomen handelt. Unklar bleibt, ob der höhere THC-Gehalt die Abhängigkeit begünstigt. Sicher ist: Als Folge der steigenden Zahl der Konsumenten [wächst auch die Zahl der Abhängigen](#).

Nicht nur in den USA, auch in der EU stellen Menschen mit einer Cannabiskonsumstörung einen wachsenden Anteil der Personen, die sich wegen eines problematischen Drogenkonsums selber in die Therapie begeben. Bei der grossen Mehrheit der Betroffenen handelt sich um Minderjährige und junge Männer.

Psychische Störungen nehmen zu

Ebenfalls mit Cannabis in Verbindung gebracht wird eine andere psychische Störung, die vor allem Jugendliche betrifft, bis jetzt aber noch kaum Beachtung findet. Bei der [Derealisations- und Depersonalisationsstörung](#) verändert sich die Wahrnehmung. Die Betroffenen fühlen sich losgelöst vom eigenen Körper und von den eigenen Gedanken. Sie nehmen sich im Spiegel als verändert wahr, Körperteile können als zu klein oder zu gross, zu schwer oder zu leicht empfunden werden. Die Umwelt erscheint fremd, leblos und fern, als wäre sie hinter einer Glaswand. Gegenstände werden als zu nah oder zu weit entfernt, zweidimensional oder verschoben wahrgenommen.

Die Betroffenen glauben zunächst, verrückt zu werden, doch anders als bei Menschen mit einer Psychose wissen sie, dass ihr Empfinden nicht der Wahrheit entspricht. Bei den einen sind die Wahrnehmungsveränderungen vorübergehend, bei anderen chronisch. Betroffene beschreiben sie als äusserst belastend. An der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Zürich werden Jugendliche mit dieser Problematik behandelt. Die Zahl der gesehenen Fälle hat in den letzten Jahren zugenommen. In fast allen Fällen scheint Cannabis eine Art Auslöserfunktion gespielt zu haben. Oft trifft es Jugendliche, die in ihrem Leben nur ein- oder zweimal gekifft haben. Auch hier bleibt unklar, ob die steigenden THC-Werte für das Phänomen verantwortlich sind.

Als gesellschaftlich und zahlenmässig wichtigstes Problem erachten Jugendpsychiater jedoch das cannabisassoziierte Amotivations-Syndrom. Dieses Phänomen trifft 10 bis 15 Prozent der Konsumierenden im Jugendalter. Oft sind es Jugendliche, welche die Ansprüche der Gesellschaft als zu anstrengend erleben und mit dem Kiffen die schulischen oder beruflichen Anforderungen relativieren.

Das im Cannabis enthaltene THC wirkt sich nämlich auf Hirnareale aus, die unter anderem Motivation und Stimmung regeln. Wenn man kifft, ist einem alles egal. Belohnung, Leistung, Durchhaltevermögen sind nicht mehr wichtig. Jeder Lehrmeister und jedes Gymnasium kennt die 15- bis 18-Jährigen, die wegen intensivem Kiffen antriebslos werden und die Lehre oder die Schule abbrechen.

Cannabis ist nicht besser als Alkohol

Heute verweisen nicht nur Cannabiskonsumenten darauf, dass Nikotin und Alkohol volkswirtschaftlich weit mehr Schaden anrichten. Gesamtgesellschaftlich trifft dies zu. Der Vergleich von Substanzen ist jedoch schwierig, weil man daraus ableitet, dass eine Substanz *immer* gefährlicher sei als eine andere. Tatsächlich kann man sich mit Alkohol umbringen. Das gelingt mit Cannabis nicht, es sei denn, man verursache unter Einfluss der Droge einen tödlichen Autounfall.

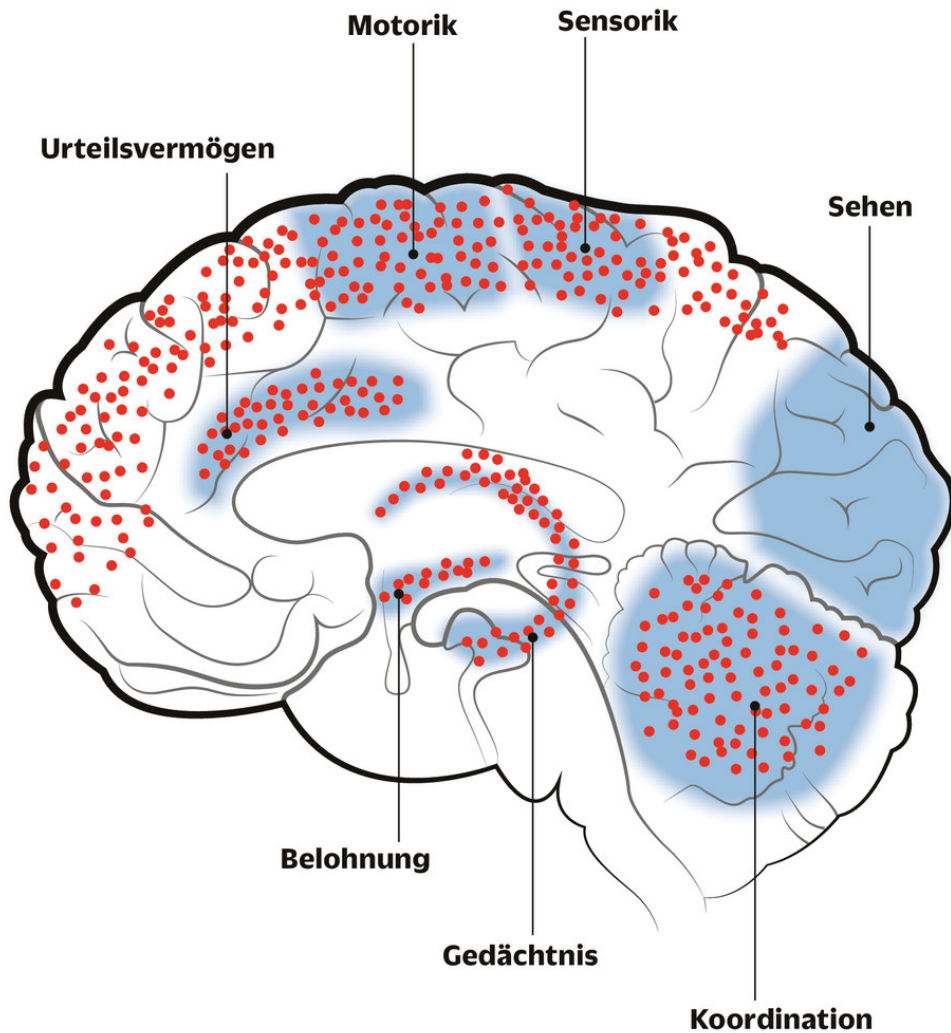
Doch die Gefährlichkeit einer Droge hängt zu einem nicht geringen Teil von der Lebensphase ab, in der man sie konsumiert. Neurowissenschaftler weisen hierbei auf die spezifische Wirkung von THC auf das sich entwickelnde Gehirn hin. THC bindet sich an bestimmte Rezeptoren im Gehirn, die auch von körpereigenen Stoffen, den sogenannten Endocannabinoiden, besetzt werden. Da dieses Endocannabinoidsystem an der Steuerung wichtiger Hirnreifungsprozesse beteiligt ist, kann regelmässiges Kiffen in der Adoleszenz infolge einer [Überaktivierung des Endocannabinoidsystems](#) die normale Hirnentwicklung stören und somit Kognition und Motivation langfristig ändern.

---

## Wirkung von Cannabis auf das Gehirn

---

Die im Cannabis enthaltene psychoaktive Substanz THC dockt im Gehirn an Rezeptoren an (rote Punkte) und kann so Motorik, Gedächtnis, Urteilsvermögen oder Motivation beeinflussen



Quelle: National Institute on Drug Abuse

---

Anders als Nikotin und Alkohol greift Cannabis also direkt in die Hirnentwicklung ein. Dies ist deshalb von Bedeutung, weil der Cannabiskonsum oft in einer für die Lebensplanung entscheidenden Phase beginnt, die man nur schwer wiederholen kann. Verpasst man den Lehrabschluss oder die Matura, ist es ungleich aufwendiger, den Anschluss zu finden.

Nora Volkow, Direktorin des amerikanischen National Institute on Drug Abuse, erachtet Cannabis deshalb für Teenager als gefährlicher als die legalen Drogen Alkohol und Tabak. Im Teenageralter geht es darum, zu lernen. Wird dies behindert und fliegt man wegen Antriebslosigkeit von der Schule, hat dies Auswirkungen aufs ganze Leben. Den Preis für den Nikotinkonsum bezahlt man vielleicht im Alter von 60, wenn man an Lungenkrebs erkrankt. Was ist schlimmer? Die Antwort ist nicht ganz so einfach, wie es viele Leute haben wollen, folgert Volkow.

Sollte Cannabis in der Schweiz legalisiert werden, würde man mit 18 Jahren legal Cannabis kaufen können. Doch neurowissenschaftliche Forschungen zeigen, dass zwischen 18 und 21 noch wichtige Reifungsprozesse stattfinden. Aus neurobiologischer Sicht müsste das Freigabealter für Cannabis deshalb eher bei 21 als bei 18 liegen, was rechtlich allerdings nicht möglich sein wird.

So oder so bleibt die Durchsetzung des Jugendschutzes ein ungelöstes Problem der Liberalisierung. Dass man dereinst in Apotheken oder Social Clubs Cannabis mit verlässlichem THC-Wert erwerben können, mag für den 40-Jährigen, der nach einem gemütlichen Jassabend mit Kollegen nicht zwei Tage gerädert sein will, sinnvoll sein. Welches Schutzalter auch immer kommen wird, Jugendliche werden sich aber weiterhin auf dem Schwarzmarkt versorgen müssen. Dass dieser mit einer Legalisierung nämlich keineswegs verschwindet, zeigen die Erfahrungen in den USA und in Kanada, wo der Schwarzmarkt wie eh und je blüht.

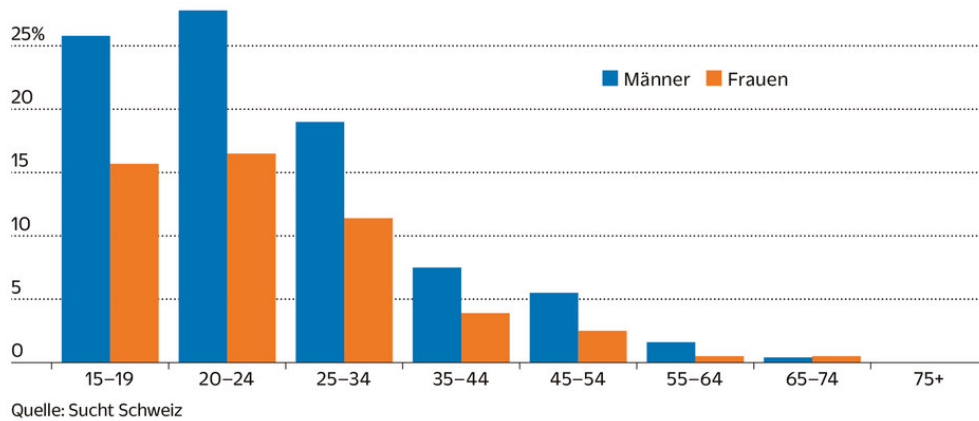
Auf den Spuren von Big Tobacco

Heute ist Cannabis die am häufigsten konsumierte illegale Droge. In der Schweiz haben laut Umfragen 34 Prozent der befragten Personen in ihrem Leben mindestens einmal gekifft, im vergangenen Monat haben allerdings nur etwa 3 Prozent Cannabis konsumiert. Im Vergleich zum Alkohol ist Cannabis nicht weit verbreitet - noch nicht? Wie sich diese Zahlen mit einer Liberalisierung verändern werden, lässt sich nicht abschätzen. Aber es wird entscheidend davon abhängen, wie hoch Cannabis besteuert wird, welche Sorten mit wie viel THC angeboten werden und wer und wie einfach Zugang erhält.



## Männer kiffen mehr

### Cannabiskonsum nach Alter in den letzten 12 Monaten



Der Zigarettenindustrie gelang es dank Lobbyarbeit und aggressiven Werbekampagnen, die Anzahl der Zigarettenraucher von 1 Prozent im Jahre 1880 auf 50 Prozent im Jahre 1950 zu erhöhen. In den USA scheinen auch diesmal die wirtschaftspolitischen Interessen schwerer zu wiegen als die gesundheitspolitischen.

Vom Profitdenken getrieben, werden dort Cannabisprodukte in Form von Ölen, Brownies oder Gummibärli als Wundermittel für alles, von Menstruationsbeschwerden über Morgenübelkeit bei Schwangeren bis hin zu intensiveren Orgasmen, beworben. Allein zwischen 2002 und 2014 nahm die Zahl der Konsumenten in den USA um 10 Millionen zu. 2018 erwirtschaftete die Cannabisindustrie dort einen Umsatz vom fast 10 Milliarden Dollar.

Prävention muss verbessert werden

Mit einer strengen Regulierung und einem strikten Werbeverbot liesse sich eine solche Entwicklung womöglich eindämmen. Das grösste Problem bleibt jedoch der Jugendschutz - auch in der Schweiz. Trotz millionenteurer Suchtprävention kiffen kaum irgendwo auf der Welt mehr Jugendliche als hier. Das bestätigen die [neuesten Umfragedaten](#), die vergangene Woche publik wurden. Demnach haben im Alter von 15 Jahren bereits 27 Prozent der Buben mindestens einmal gekiffert, einer von 7 in dieser Altersgruppe hat in den letzten 30 Tagen Cannabis konsumiert.

Die Cannabisprävention muss verbessert werden. Heute wirken die Suchtpräventionstage an den Schulen zuweilen mehr als Katalysator für den frühen Cannabiskonsum denn als Aufklärung. So jedenfalls beschreiben Zürcher Jugendliche die Veranstaltungen. Die Sozialpädagogen biedernten sich als Kumpels an und verharmlosten die Droge («Haben wir früher auch alle gemacht»). Meint man es mit der Liberalisierung ernst,



muss man zuallererst die heutigen Präventionsansätze überdenken. Denn bei den Risiken von Cannabis geht es vor allem um die Jugend.



## Zahlen und Fakten

**7,3%** der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren haben 2016 Cannabis konsumiert. 2011 waren es 5 Prozent.

**13,7%** der 15-jährigen Knaben haben in den letzten 30 Tagen mindestens einmal Cannabis konsumiert.

**6,3%** der 20- bis 24-Jährigen konsumieren täglich oder fast täglich Cannabis.

### Newsletter

Lassen Sie sich mittwochs und freitags von der Redaktion informieren und inspirieren. [Jetzt abonnieren](#)

