

大麻是一种抑郁型毒品，这意味着它可以减缓大脑和身体的工作速度。大麻含有化学物质THC（ $\delta$ -9四氢大麻酚），具有改变意识的作用。大麻影响大脑、感觉和思维。

### 短期影响

人们可能会使用大麻来放松身心，或帮助促进睡眠和食欲。大麻对人体的影响取决于一系列因素，包括其强度、使用方式、服用量、是否与其他药物（包括烟草）一起使用，以及人的身高、体重和健康状况。重要的是，您需要知道，它没有安全的使用量。

### 长期影响

- 动力下降
- 记忆和学习问题
- 性欲减少
- 癌症
- 情绪波动
- 抑郁
- 焦虑
- 意识模糊
- 妄想症

经常大量吸食大麻的人士，教育和就业前景较低，人际关系较差，生活满意度较低。

大麻的使用会增加出现精神健康问题的风险，包括妄想症、抑郁症、焦虑症、幻觉或感觉失调（精神错乱），尤其是有过往精神病问题或有家族精神病史的人士。

### 大麻成瘾的迹象

- 花大量时间服用大麻
- 大量使用
- 需要多用才能达到相同的效果
- 难以停止或减少使用
- 出现戒断症状
- 造成家庭、经济问题或有需警察介入的麻烦。

### 停止或减少大麻使用

有些大麻使用人士难以戒毒。当某人使用大麻上瘾时，戒毒会带来戒断症状。戒断症状包括情绪低落、焦虑、睡眠差、烦躁、躁动、抑郁、饥饿、疲倦和渴望。

### 可能需要多次尝试才能减少或停止大麻的使用

- 专注于您停止或减少大麻使用的原因
- 不要将大麻与烟草混合使用
- 设定大麻使用的限量
- 避免与使用大麻相关的人和事接触，例如场所、人和压力大的处境
- 向朋友、家人或医生寻求帮助。

## 大麻使用与怀孕

怀孕期间的大麻使用，与怀孕并发症的高发有关联。担心怀孕期间或哺乳期使用大麻的人士，应咨询医生。

## 可以求助

Adis 24/7酒精与毒品支援服务，是一个每周7天、每天24小时的保密援助服务，为昆士兰州有酒精和其他毒品问题的人士、其亲人和医疗专业人员提供服务。如果您想与咨询师谈论任何酒精或其他毒品问题，Adis可以安排口译员。

与我们交谈。随时随地。1800 177 833

## 紧急情况下该怎么办

如果有人出现强烈的幻觉、焦虑或妄想症，请尝试让其保持镇定和安全。

如果此人昏倒或失去知觉，请拨打零零零 (000)，呼叫救护车。如果他们呼吸正常，请将他们置于复苏体位（侧躺张口），并继续对其进行观察。

1



2



3



4

