

# cannabis cbd

POCKET INFO



Wie lange ist es im Körper nachweisbar?

Was sind mögliche Folgen?

Was ist CBD?

Diese  
Broschüre  
ist auch online  
verfügbar!



sdw.wien



**Impressum:**

Medieninhaber\*in und Herausgeber\*in: Institut für Suchtprävention der Sucht- und Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH & wienXtra-jugendinfo Für den Inhalt verantwortlich: Lisa Brunner Redaktion: Margit Bachschwöll, Tobias Höbel, Bettina Hölbling, Laura Kravanja, Viki Weißgerber Gestaltung: Benjamin Leibetseder Verlags- und Herstellungsort: Wien – 5., aktualisierte Auflage, Dezember 2022. Alle Angaben ohne Gewähr.

## WORUM GEHT'S HIER?

### WAS IST CANNABIS?

2

### SYNTHETISCHE CANNABINOIDE

5

### WIE WIRKT CANNABIS?

6

### CANNABIS KOMBINIERT MIT ANDEREN SUBSTANZEN

8

### PSYCHISCHE FOLGEN

11

### CANNABIS ALS EINSCHLAFHILFE?

14

### WIE KANN ICH DAS RISIKO VERRINGERN?

16

### CANNABIS UND DAS BEDÜRFNIS NACH LIEBE, ZÄRTLICHKEIT UND SEX

23

### RECHTLICHE INFOS

24

### WAS IST CBD?

32

### WENN DU CBD KONSUMIEREN MÖCHTEST, ...

36

### BERATUNG UND HILFE

37

# WAS IST CANNABIS?

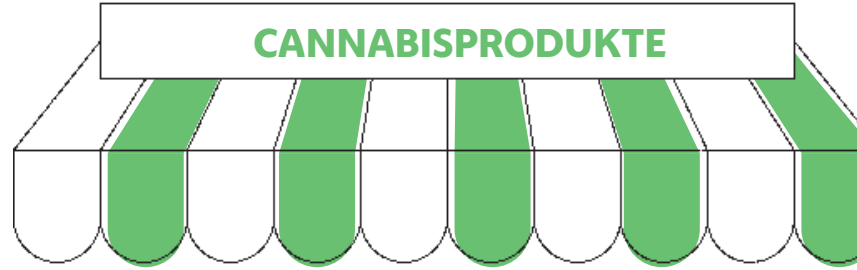
**Cannabis ist eine Pflanze und gehört zu den Hanfgewächsen. Hanf wird in der Herstellung von Bekleidung, als Baustoff, als Nahrungsmittel, in der Kosmetik, als Arzneimittel oder als Rauschmittel verwendet.**

Die Cannabispflanze entwickelt den Wirkstoff Delta-9-Tetrahydrocannabinol, abgekürzt THC, der sich in Blüten, Blättern und im Harz ansammelt. **THC wirkt berauschend.** Neben THC enthält die Pflanze auch andere Cannabinoide (Wirkstoffe der Cannabispflanze), z.B. Cannabidiol (CBD), das nicht berauschend wirkt.

Es gibt verschiedene Cannabissorten, die sich z.B. in der Herkunft, im Aussehen (Farbe, Wuchshöhe, etc.) oder im THC- und CBD-Gehalt voneinander unterscheiden. Je nachdem, wie viel THC und CBD enthalten sind, verändert sich die Wirkung.



# CANNABISPRODUKTE



**THC-reiches Cannabis wird als Rauschmittel verwendet, überwiegend in Form von Marihuana und Haschisch, seltener als Haschischöl.**

## Produkte aus THC-reichem Cannabis (mehr als 0,3% THC)

**Marihuana**  
 („Gras“, „Ganja“, „Weed“) besteht aus getrockneten Blüten und Pflanzenteilen und hat je nach Züchtung einen THC-Anteil von etwa 0,5 – 20%.

**Haschisch**  
 („Hasch“, „Dope“, „Shit“) ist ein zu Platten gepresstes Harz und hat einen THC-Gehalt von etwa 10 – 30%.

**Haschischöl**  
 ist ein dickflüssiger Extrakt aus dem Harz mit einem THC-Anteil von bis zu 80%.

Der THC-Anteil kann aber auch deutlich höher oder geringer sein.

## Produkte aus THC-armem Cannabis (max. 0,3% THC)

Aus THC-armem Hanf werden kommerzielle Produkte wie z.B. Hanffasern, Hanföl oder Hanft Tee hergestellt.

In letzter Zeit werden auch vermehrt CBD-Produkte wie z.B. CBD-Öle und CBD-Blüten angeboten. **CBD wirkt nicht berauschend.** Produkte aus THC-armen Cannabissorten mit höchstens 0,3% THC gelten nicht als Suchtgift (Droge).

## Verunreinigungen und Streckmittel

- 4 Cannabisprodukte können Verunreinigungen enthalten, die oft beim Verarbeiten entstehen. Dazu gehören Schimmel und Bakterien. Außerdem können Düngemittel und Pflanzenschutzmittel enthalten sein.

Manchmal werden Marihuana und Haschisch mit Brix (eine Mischung aus Zucker, Hormonen und flüssigem Kunststoff), Sand, Haarspray, etc. gestreckt, um ein höheres Gewicht oder eine optische Verbesserung zu erzielen. Solche Streckmittel können deine Gesundheit gefährden, weil sie die Atemwege und die Lunge sehr belasten.



## SYNTHETISCHE CANNABINOIDE

**Es gibt künstlich hergestellte Substanzen, die eine ähnliche Wirkung wie THC haben. Sie werden manchmal als „Räuchermischung“ oder „Kräutermischung“ angeboten.**

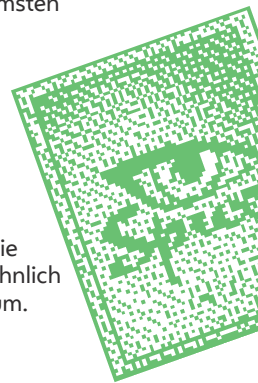
Immer öfter werden sie auch versteckt auf Cannabis aufgetragen. Die Wirkung ist zumeist jedoch viel stärker, oft nicht einschätzbar und kann im schlimmsten Fall sogar lebensbedrohlich sein.

Wie du dich schützen kannst:

- ↳ Synthetische Cannabinoide können im pflanzlichen Material ungleich verteilt sein. Mische deshalb lieber gut durch.
- ↳ Probiere zuerst kleine Mengen und warte die Wirkung ab. Sollte dir die Wirkung ungewöhnlich vorkommen, verzichte lieber auf den Konsum.

Wenn es dir nach dem Konsum von Cannabis psychisch oder körperlich schlecht geht und du darüber sprechen willst, nimm Kontakt mit checkit! auf. Dort kannst du Cannabis auch auf synthetische Cannabinoide untersuchen lassen.

Alle Informationen findest du unter:  
[www.checkit.wien](http://www.checkit.wien)



# WIE WIRKT CANNABIS?

Cannabis wirkt sowohl körperlich als auch psychoaktiv. Psychoaktiv bedeutet, es beeinflusst das Denken, das Fühlen, die Wahrnehmung, die Stimmung, das Bewusstsein oder das Verhalten.

Die Wirkung hängt davon ab,

- ↪ wie viel THC der Körper aufnimmt;
- ↪ ob das Cannabis gegessen oder inhaliert wird;
- ↪ wie häufig konsumiert wird;
- ↪ wie es dir körperlich und psychisch geht;
- ↪ wo und mit wem konsumiert wird (z.B. alleine oder auf einer Party).

**Je höher der THC-Gehalt ist, desto eher kommt es zu unerwünschten Wirkungen.** Achte auf die Dosierung und konsumiere nur dann, wenn es dir gut geht, an einem Ort, an dem du dich wohl fühlst, und mit Menschen, denen du vertraust. Ob die Wirkungen angenehm oder unangenehm erlebt werden, ist auch von Mensch zu Mensch und von Situation zu Situation verschieden. Cannabis kann die Gefühls-lage verstärken, damit werden positive, aber auch negative Stimmungen intensiver erlebt.

# UNTERSCHIEDLICHE KONSUM-FORMEN – UNTERSCHIEDLICHE WIRKUNGEN

Cannabis kann pur oder mit Tabak bzw. Tabakersatzprodukten vermischt geraucht (gekifft) werden, z.B. in einer Zigarette (Joint) oder in einer Wasserpfeife (Bong). Ebenso wird Cannabis in Vaporizern oder (mittels Liquids) in E-Zigaretten gedampft. Cannabis wird auch gegessen oder getrunken, indem es in Fett aufgelöst und Lebensmitteln wie Kuchen oder Tees zugesetzt wird.

Die Art des Konsums hat Einfluss darauf, wie schnell die Wirkung einsetzt und wie lange sie andauert.

**Beim Rauchen:** Die Wirkung ist schon nach wenigen Minuten spürbar und hält etwa 2 bis 4 Stunden an.

**Bei oralem Konsum** (z.B. in Keksen gegessen oder als Tee getrunken): Die Wirkung wird erst nach 30 Minuten bis 2 Stunden spürbar und kann bis zu 12 Stunden anhalten. Durch die Verzögerung ist die Wirkung bei oralem Konsum oft unberechenbar.

## CANNABIS KOMBINIERT MIT ANDEREN SUBSTANZEN

Der Konsum von Cannabis gleichzeitig mit oder kurz vor oder nach anderen Rauschmitteln erhöht die gesundheitlichen Risiken.

# Cannabis & ...



### Nikotin

Cannabis in Kombination mit Nikotin erhöht die Gefahr, von Cannabis und Nikotin abhängig zu werden. Außerdem kommen die negativen Effekte des Tabakkonsums hinzu.



### Alkohol

Cannabis kann die Wirkung von Alkohol verstärken, ebenso wie umgekehrt. Es kann zu starker Übelkeit und Erbrechen kommen.



### Halluzinogene

Diese Substanzen verstärken sich gegenseitig. Es können psychotische Zustände\* ausgelöst und verstärkt werden.

### Ecstasy

Cannabis kann die Wirkung von Ecstasy dämpfen, aber auch steigern. In diesem Fall kann es zu Halluzinationen oder Bewegungseinschränkungen kommen.



### Amphetamine oder Kokain

Herz und Kreislauf werden extrem belastet, weil der Körper gleichzeitig aufputscht und beruhigt wird.

**Der Konsum von Cannabis „zum Runterkommen“ von aufputschenden Substanzen erhöht ebenfalls das gesundheitliche Risiko. Die körperliche Belastung wird verstärkt, der Hangover dauert länger, Angstzustände und Halluzinationen werden wahrscheinlicher.**

\* Veränderungen im Erleben, im Denken und im Verhalten, die oft von Angstzuständen oder Wahnvorstellungen begleitet sind.

Wer Cannabis oft und in hohen Mengen konsumiert, riskiert körperliche und psychische Folgen.

## KÖRPERLICHE FOLGEN

Regelmäßiger Cannabiskonsum erhöht das Risiko für:

- ↪ Atemwegserkrankungen (z.B. Bronchitis);
- ↪ Beeinträchtigungen der Aufmerksamkeits-, Lern- und Erinnerungsleistung.

Wenn Cannabis gemeinsam mit Tabak konsumiert wird, kann dies dieselben schädlichen Folgen haben wie der Konsum von Tabak allein (z.B. Krebserkrankungen).



### Schwangerschaft

Cannabiskonsum während der Schwangerschaft erhöht das Risiko für Entwicklungsstörungen des Fötus. Beim Rauchen mit Tabak kommen die gesundheitlichen Risiken durch den Tabakrauch dazu (höheres Risiko für eine Fehlgeburt, Frühgeburt, verringertes Geburtsgewicht und Fehlbildungen des Babys). **Verzichte auf den Konsum, um kein Risiko für dein Kind einzugehen!** Wenn es dir schwer fällt aufzuhören, hol dir Unterstützung! Beratungsstellen findest du auf Seite 37.

## PSYCHISCHE FOLGEN

### Cannabisabhängigkeit

Regelmäßiger Cannabiskonsum kann zu einer Abhängigkeit führen. Dabei besteht ein sehr starkes Verlangen danach, Cannabis zu konsumieren. Die Reduktion des Konsums oder ein gänzlicher Verzicht kann dann Entzugssymptome wie Nervosität, Schlafprobleme, Schweißausbrüche, depressive Verstimmung oder Angst auslösen.

Eine Cannabisabhängigkeit entsteht nicht von einem Tag auf den anderen. Nicht jeder Konsum von Cannabis führt automatisch zu einer Abhängigkeit.

Das Risiko, von Cannabis abhängig zu werden, ist größer, wenn:

- ↪ intensiv und häufig Cannabis konsumiert wird. Bei täglichem Konsum entwickeln ca. 30%–45% eine Abhängigkeit.
- ↪ Cannabis geraucht wird, um Angst- oder Spannungszustände zu verringern und um in eine bessere Stimmung zu kommen. Cannabis wird dann verwendet, um den Alltag zu bewältigen, an den Problemen oder den Ursachen dafür ändert sich jedoch nichts.
- ↪ schon in jungen Jahren regelmäßig Cannabis konsumiert wird.

**Leg Konsum-Pausen ein, in denen du auf Cannabis verzichst! Je früher mit dem regelmäßigen Cannabiskonsum begonnen wird, je häufiger konsumiert wird und je höher der THC-Gehalt des Cannabis ist, desto größer ist das Risiko, eine Abhängigkeit zu entwickeln.**

## Psychische Erkrankungen

Es gibt Zusammenhänge zwischen psychischen Problemen und Cannabiskonsum. Es ist aber noch immer nicht eindeutig erforscht, was Ursache und was Folge ist und ob der Cannabiskonsum und die psychischen Probleme nicht gemeinsame Ursachen haben.

Konsumiere kein Cannabis, wenn es dir psychisch nicht gut geht, du dich depressiv oder ängstlich fühlst! Die psychischen Probleme werden dadurch nicht besser. Nähere Informationen zu psychischen Krankheiten findest du unter:

[www.mindbase.at/psychische-erkrankungen](http://www.mindbase.at/psychische-erkrankungen)



Es gibt vermehrt Hinweise darauf, dass Cannabiskonsum das Risiko für Psychosen und Schizophrenie erhöht bzw. den Ausbruch dieser Erkrankungen beschleunigt. Außerdem kann Cannabiskonsum den Verlauf einer psychischen Erkrankung verschlechtern.

**Verzichte sicherheitshalber auf den Konsum von Cannabis, wenn bei dir oder in deiner Familie eine psychische Erkrankung diagnostiziert wurde.**



## CANNABIS GEGEN NEGATIVE GEFÜHLE?

Probleme mit Freund\*innen, Eltern oder in der Schule? Oft lösen solche Schwierigkeiten negative Gefühle in uns aus. Cannabis mit seiner berauschenden Wirkung kann dann für manche wie ein Ausweg erscheinen. Die Probleme werden durch den Cannabiskonsum allerdings nicht kleiner.

Wenn du über einen längeren Zeitraum intensiv Cannabis konsumierst, kann es passieren, dass dir viele Dinge (z.B. alltägliche Anforderungen, Schule oder Beruf) nicht mehr so wichtig sind oder du dich aus deinem Freundeskreis zurückziehst.



# CANNABIS ALS EINSCHLAFHILFE?

**Stress, Druck, Ängste und Sorgen, eine laute oder zu helle Schlafumgebung, Nachtdienste, Alkoholkonsum, aber auch das Checken von Nachrichten und News am Smartphone vor dem Schlafengehen – es gibt viele Gründe, warum Schlafprobleme relativ weit verbreitet sind.**

Vielleicht hast du von Freund\*innen schon einmal gehört, dass Cannabis ein gutes Hilfsmittel zum Einschlafen ist. Tatsächlich kann Cannabis eine entspannende Wirkung haben. THC kann aber auch dazu führen, dass man sich ängstlich und angespannt fühlt. Außerdem kann sich dein Körper schnell daran gewöhnen, und die Wirkung wird schwächer. Bei regelmäßigem Konsum kann es beim Absetzen zudem zu Entzugerscheinungen kommen – die Schlafprobleme werden dann verstärkt.

Momentan gibt es noch zu wenig gesichertes Wissen darüber, ob bestimmte Wirkstoffe der Cannabispflanze bei Schlafproblemen helfen können.

Cannabis bekämpft nicht die Ursache der Schlafprobleme. Der Stress und die Probleme, die dich nicht gut schlafen lassen, sind immer noch da.



Wenn du Probleme mit dem Einschlafen hast, helfen...

- ↳ Einschlafrituale (z.B. Tee trinken und beruhigende Musik hören, noch einmal über den Tag nachdenken und Gefühle und Gedanken niederschreiben),
- ↳ gleichmäßiger Schlafrhythmus,
- ↳ Entspannungsübungen,
- ↳ das Abschalten des Smartphones am Abend.

Weitere Tipps findest du unter [www.wienextra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/schlafen-und-schlafstoerungen](http://www.wienextra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/schlafen-und-schlafstoerungen)



Wenn du wegen Probleme und Sorgen nicht gut schlafen kannst, sprich mit einer vertrauten Person darüber oder wende dich an eine Beratungsstelle (siehe S. 37).

Wenn du über einen längeren Zeitraum unter Schlafstörungen leidest und dadurch in deinem Alltag stark eingeschränkt bist, sprich am besten mit deinem\*r Ärzt\*in. Es gibt gut erforschte Behandlungsmethoden, die dir helfen können.

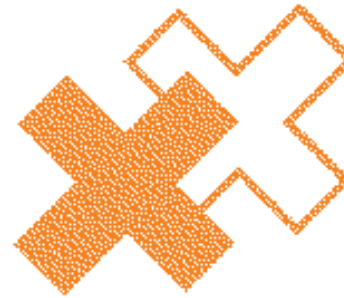
## WIE KANN ICH DAS RISIKO VERRINGERN?

**Es gibt keinen Cannabiskonsum ohne Risiko. Wenn du im Moment nicht aufhören kannst oder möchtest, beachte folgende Hinweise:**

- ↪ Inhaliere beim Rauchen nicht zu tief und nicht zu lange.
- ↪ Konsumiere nicht zusätzlich Alkohol oder andere Suchtmittel.
- ↪ Konsumiere Cannabis nicht zum „Runterkommen“ von anderen Suchtmitteln.
- ↪ Mit Vaporizern (Verdampfern) kommen weniger Schadstoffe in deine Lunge als mit einer Wasserpfeife. Wenn du Zigaretten rauchst, dann verwende einen Aktivkohlefilter.
- ↪ Wenn du Kekse oder andere Lebensmittel mit Cannabis konsumierst, probiere zuerst nur eine kleine Menge und warte die Wirkung ab – sie tritt verzögert ein!
- ↪ Regelmäßiger Konsum von Cannabis gemischt mit Tabak kann auch zu einer Tabakabhängigkeit führen und begünstigt zudem eine Cannabisabhängigkeit. Informiere dich über Tabakersatzprodukte.
- ↪ Vermeide synthetische Cannabinoide, da ihre Wirkung unberechenbar und oft viel stärker als die von pflanzlichem Cannabis ist. Siehe dazu auch S. 5.

## KONSUMIERE CANNABIS GAR NICHT, WENN...

- ↪ du schwanger bist oder stillst.
- ↪ du ein Fahrzeug oder ein Fahrrad lenkst oder in den folgenden Tagen lenken wirst.
- ↪ du Diabetes, Asthma oder Herz-Kreislauf-Probleme hast.
- ↪ du „nicht gut drauf“ bist.
- ↪ du psychische Probleme hast, z.B. Angstzustände oder depressive Verstimmungen.
- ↪ es Fälle von psychischen Erkrankungen wie Psychosen oder Schizophrenie in deiner Familie gibt.



# ÜBERDOSIERUNG – ERSTE HILFE

**Wenn du zu viel konsumiert hast oder zum ersten Mal konsumierst, kann das Schwindel, Übelkeit, Erbrechen oder Herzrasen auslösen. Es kann auch zu Angst, Verwirrungen oder Halluzinationen kommen. Häufig passiert dies bei synthetischen Cannabinoiden, deren Wirkung unberechenbar ist, oder wenn du Cannabis isst.**

Wenn es jemandem psychisch schlecht geht, kannst du helfen:

- ☞ Rede mit der Person, beruhige sie. Es kann auch manchmal hilfreich sein, der Person die Möglichkeit zu geben sich hinzulegen, am besten an einem ruhigen Ort, ohne grelles Licht und laute Musik. Frische Luft hilft meist auch!
- ☞ Bleibe bei der Person, lass sie nicht allein.
- ☞ Wasser oder Säfte können hilfreich sein; keine Energydrinks oder Kaffee anbieten, diese können die Wirkung verstärken.
- ☞ Such dir Unterstützung durch andere Personen (z.B. um im Notfall weitere Schritte zu veranlassen)!

Erste Hilfe bei Kreislaufkollaps (Augen rollen nach hinten, Atemnot, kalter Schweiß, Koordinationsstörungen und Übelkeit), Bewusstlosigkeit, Atemstörungen, fehlenden Reflexen (z.B. wenn man die Person zwickt):

- ☞ Ruf sofort die Rettung (144).
- ☞ Bring die Person in stabile Seitenlage, kontrolliere Atmung und Puls – säubere bei Erbrechen die Mundhöhle, sonst droht Erstickungsgefahr.
- ☞ Sorge für frische Luft und eine ruhige Umgebung.
- ☞ Beruhige die Person und decke sie zu, um einer Unterkühlung vorzubeugen.

Ruf den Ärztedienst (141), dort kann man dich beraten, und das Gespräch unterliegt der Schweigepflicht.



**144**

**141**

## CANNABIS ALS MEDIZIN

In Österreich dürfen Ärzt\*innen Medikamente mit Cannabiswirkstoffen verschreiben.

Es gibt nur wenige Medikamente mit THC und die sind sehr teuer. Nur in seltenen Fällen übernehmen Krankenkassen die Kosten. Zubereitungen und Produkte aus der ganzen Cannabispflanze wie z.B. Cannabisblüten sind in Österreich nicht für medizinische Zwecke verfügbar.

Medikamente mit THC werden in der Behandlung von Schmerzen, Muskelkrämpfen bei multipler Sklerose, Übelkeit und Erbrechen als Folge einer Chemotherapie und Appetitlosigkeit bei HIV und Krebserkrankungen eingesetzt.

Hinsichtlich vieler Krankheiten fehlt es noch an umfassenden wissenschaftlichen Untersuchungen zur Wirksamkeit von Cannabis. In einigen Jahren wird man dazu mehr wissen. Bei allen Fragen zu deiner Gesundheit solltest du dich an deine\*n Ärzt\*in wenden.



## WIE KANNST DU DEINEN KONSUM REDUZIEREN ODER GANZ AUFHÖREN?

Wenn du das Gefühl hast, dass du

- ↳ immer noch größere Mengen konsumierst,
- ↳ konsumierst, weil es dir nicht gut geht, du Stress hast, etc.,
- ↳ dich schlechter motivieren kannst, Dinge zu tun, die dir früher Spaß gemacht haben,
- ↳ dich in der Schule oder im Beruf schlechter konzentrieren kannst und dir weniger merkst,
- ↳ weniger Kontrolle über deinen Konsum hast oder nicht verzichten kannst,

dann überlege, ob es nicht sinnvoll wäre, weniger zu konsumieren, eine Pause einzulegen, in der du auf Cannabis verzichtest, oder ganz aufzuhören. Lass dich dabei von Personen, denen du vertraust, unterstützen. Auf Seite 37 findest du auch Beratungsstellen dazu.

Unter [www.feel-ok.at/de\\_AT/jugendliche/themen/cannabis](http://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/cannabis) findest du viele Tipps und Fakten, die dich motivieren können. Wenn du 16 oder älter bist, kann dich CANreduce dabei unterstützen, deinen Cannabiskonsum zu reduzieren oder ganz damit aufzuhören. Unter [www.CANreduce.at](http://www.CANreduce.at) gibt es die Möglichkeit, sich anonym, kostenlos und ortsunabhängig für ein 6-wöchiges Online-Programm anzumelden.

## WIE LANGE IST CANNABIS IM KÖRPER NACHWEISBAR?

Der THC-Gehalt oder Abbauprodukte von Cannabis sind für längere Zeit im Körper nachweisbar. Bei jedem Konsum kommt es zu einer Ablagerung oder Anreicherung im Fettgewebe und in Organen wie Leber, Milz und Lunge. Deshalb kann man mit Tests noch für mehrere Tage oder Wochen einen Cannabiskonsum feststellen.

Wie lange der THC-Konsum nachweisbar ist, hängt von mehreren Faktoren ab:

↳ der konsumierten Menge,

↳ wie oft konsumiert wird,

↳ dem Stoffwechsel der Person,

↳ welcher Test verwendet wird (Harn- oder Bluttest).

Cannabiskonsum ist bei regelmäßigem Konsum im Blut bis zu 3 Wochen, im Urin bis zu 90 Tage nachweisbar.



## CANNABIS UND DAS BEDÜRFNIS NACH LIEBE, ZÄRTLICHKEIT UND SEX

Cannabis wirkt bei manchen Menschen angstlösend und enthemmend – bei anderen bewirkt Cannabis jedoch das Gegenteil und sie erleben sich z.B. wie in einem beängstigenden Film gefangen. Daher ist es auch schwierig, allgemeine Aussagen über die Auswirkungen von Cannabiskonsum auf das Liebesgefühl oder die sexuelle Empfindsamkeit zu treffen.

Wie sich Substanzen wie Cannabis auf das Liebesgefühl und die Sexualität auswirken, hängt ab von der Art und der Dosis, von der erwarteten Wirkung und vom Umfeld. Da Cannabis illegal ist, wird es oft in privaten Räumen gemeinsam geraucht, wo es auch schneller zu intimeren Situationen kommen kann. Das hat dann aber wenig mit der Substanz selbst zu tun.

Manche berichten nach dem Konsum geringer Mengen Cannabis von positiven Wirkungen auf das Bedürfnis nach Liebe und das sexuelle Erleben. Bei hoher Dosis tritt eher eine Hemmung der sexuellen Lust und eine Verringerung der Empfindsamkeit oder Potenz ein. Es kann passieren, dass dann „nichts mehr geht“ oder der Orgasmus ausbleibt.

Wenn du immer Cannabis brauchst, um Sex zu haben: Frag dich, woher dein Unbehagen im Zusammenhang mit Sex kommt. Rede mit einem vertrauten Menschen darüber oder lass dich beraten (siehe Beratungsstellen S. 37).



## Was ist verboten?

Der Umgang mit Cannabis, das mehr als 0,3% THC hat, ist in Österreich im Suchtmittelgesetz geregelt. Verboten sind:

- ↳ der Erwerb und der Besitz,
- ↳ die Erzeugung und Beförderung,
- ↳ die Ein- oder Ausfuhr,
- ↳ das Verschaffen – also Weitergabe und Verkauf,
- ↳ das Überlassen oder Anbieten,
- ↳ der Anbau von Cannabispflanzen, um daraus konsumierbare Cannabisprodukte zu gewinnen.

Auch Tauschen, Verschenken, Schenken-Lassen, Aufbewahren, Halten und Weiterreichen eines Joints sind strafbar, auch wenn man selbst nicht daran zieht. Der Konsum von Cannabis ist nicht ausdrücklich verboten.

Wenn aber die Polizei erfährt, dass du Cannabis konsumiert hast, muss sie eine Anzeige wegen Erwerb oder Besitz machen. Auch Cannabis für den „Eigenbedarf“ ist illegal, es gibt keine Menge, die man legal besitzen darf. Daher muss die Polizei Cannabis immer wegnehmen.

Bei der Vernehmung von Jugendlichen (unter 18 Jahren) durch die Polizei muss eine erwachsene Vertrauensperson (Elternteil, Lehrer\*in, sonstige Angehörige) beigezogen werden; diese Person darf sich allerdings nicht in die Befragung einmischen. Anstelle einer Vertrauensperson kann auch ein\*e Anwalt\*in beigezogen werden. Wenn Jugendliche festgenommen oder von der Polizei zur Vernehmung mitgenommen werden, muss bei der Vernehmung immer ein\*e Anwalt\*in dabei sein.

Die Polizei muss diese genannten Rechte der Jugendlichen beachten, auch wenn die Jugendlichen nicht danach fragen. Wenn die Polizei wegen Dringlichkeit der Vernehmung nicht auf Anwalt\*in oder Vertrauensperson warten kann, darf die Vernehmung ausnahmsweise ohne Anwalt\*in oder Vertrauensperson stattfinden, muss dann aber auf Video aufgezeichnet werden.

Spätestens dann, wenn du festgenommen wirst, müssen auch die gesetzlichen Vertreter\*innen informiert werden. Als verdächtige oder beschuldigte Person kannst du bei der Polizei immer die Aussage verweigern. Du kannst immer so lange mit einer Aussage zur Sache warten, bis ein\*e Anwalt\*in oder eine Vertrauensperson dabei sein kann. Das gibt dir die Möglichkeit, dich besser über alle Folgen einer Aussage zu informieren.

**Wenn du mit Cannabis erwischt wirst, lass dich beraten! Infos über kostenlose Rechtsberatung erhältst du auf Seite 38.**



Bei jeder Anzeige wegen Cannabis verständigt die Polizei die Staatsanwaltschaft und das Gesundheitsamt. Wenn eine Person unter 18 Jahren ist oder wenn das Gesundheitsamt den Verdacht hat, dass häufig oder dauerhaft Cannabis konsumiert wird, werden in Wien Personen mit einem Brief in das Ambulatorium der Sucht- und Drogenkoordination Wien eingeladen. In einem Gespräch mit einem\*r Ärzt\*in wird geklärt, ob eine gesundheitsbezogene Maßnahme notwendig ist.

Gesundheitsbezogene Maßnahmen können z.B. sein:

- ↳ eine ärztliche Beratung oder Behandlung
- ↳ eine psychologische oder psychotherapeutische Behandlung
- ↳ eine Beratung in einer psychosozialen Beratungsstelle

Wird dieser Termin eingehalten und werden die gesundheitsbezogenen Maßnahmen durchgeführt, gibt es in der Regel kein Strafverfahren. Wenn Termine nicht eingehalten werden, kann die Staatsanwaltschaft innerhalb eines Jahres nach dem Rücktritt das Strafverfahren fortsetzen. Auch wenn das Strafverfahren fortgesetzt wird, ist eine weitere vorläufige Einstellung möglich. In diesem Fall wird eine Probezeit von 1 bis 2 Jahren festgelegt. Probezeit bedeutet, dass man innerhalb dieser Zeit keine weitere Anzeige wegen illegaler Suchtmittel wie Cannabis bekommen soll.

Wurde das Strafverfahren innerhalb eines Jahres nicht fortgesetzt, wird es endgültig eingestellt.

Wenn du selbst konsumierst, aber auch eine kleine Menge verkauft hast, kann es auch eine vorläufige Einstellung des Strafverfahrens geben mit einer Probezeit von 1 bis 2 Jahren. Das Verfahren wird dann auch endgültig eingestellt,

- ↳ wenn es während der Probezeit von 1 bis 2 Jahren zu keiner weiteren Anzeige kommt und
- ↳ (falls notwendig) die gesundheitsbezogenen Maßnahmen nachgewiesen werden.

Bei einer endgültigen Einstellung des Strafverfahrens gibt es keine Eintragung im Strafregister. Das bedeutet: In Strafregisterbescheinigungen, die z.B. für manche Bewerbungen verlangt werden, wird das Verfahren nicht erwähnt.

### Was kann außerdem passieren?

Eine Anzeige kann zu Problemen mit der Führerscheinbehörde führen. Kommt es vor der Führerscheinprüfung zu einer Anzeige, kann die Behörde

- ↳ den Führerschein befristet ausstellen, eventuell unter Auflagen wie regelmäßigen Harntests, oder
- ↳ im Einzelfall die Ausstellung des Führerscheins überhaupt verweigern.

Wenn du wegen des Führerscheins mit einer Behörde Probleme bekommst, solltest du dich auf jeden Fall rechtlich beraten lassen.



## Was passiert, wenn du in der Schule oder beim Bundesheer/Zivildienst erwischt wirst?

Falls du in der Schule beim Konsum erwischt wirst, gibt es dazu eine eigene Regel im Gesetz (§13 Suchtmittelgesetz).

Das Ziel ist „Helfen statt Strafen“.

Alle Infos dazu findest du unter: [www.13er.info](http://www.13er.info)



28

Beim Bundesheer ist der Ablauf ähnlich wie in der Schule:

- ↳ Es darf keine Anzeige bei der Polizei erstattet werden, es sei denn, du hast Cannabis verkauft oder weitergegeben.
- ↳ Das Gesundheitsamt wird verständigt und entscheidet, ob ein Termin bei einer Beratungsstelle nötig ist.

Für den Zivildienst gilt:

- ↳ Öffentliche Einrichtungen, in denen der Zivildienst geleistet wird, dürfen nur eine Meldung an das Gesundheitsamt machen.
- ↳ Private Einrichtungen können eine Anzeige bei der Polizei machen, müssen dies aber nicht tun.

Falls du noch Fragen hast, kannst du dich an folgende Beratungsstellen wenden: Siehe Seiten 37 und 38.

## Was passiert, wenn du unter dem Einfluss von Cannabis mit dem Auto/Moped/Fahrrad fährst?

Die Verkehrstüchtigkeit ist bei einem Cannabisrausch stark beeinträchtigt. Die Wirkung dauert auch nach dem Konsum eine Zeit lang an, auch wenn die Betroffenen selbst davon überzeugt sind, noch fahren zu können.

### **Konsumiere kein Cannabis, wenn du mit Auto, Moped oder Fahrrad unterwegs bist oder innerhalb der nächsten Tage fahren willst.**

Wenn die Polizei den begründeten Verdacht hat, dass du durch Cannabis beeinträchtigt bist, kann sie eine amtsärztliche Untersuchung anordnen. Zusätzlich benutzt die Polizei Speichelvor-test, wenn der Verdacht besteht, dass du Cannabis konsumiert hast. Wenn du den Speichelvor-test verweigerst, muss die Polizei dich auf jeden Fall zur amtsärztlichen Untersuchung bringen. Die Polizei nutzt auch Urintests zum Nachweis von Cannabis-konsum. Diese sind immer freiwillig, eine Weigerung hat hier keine direkten Rechtsfolgen. Die Anordnung einer amtsärztlichen Untersuchung ist – mit oder ohne Urintest – immer davon abhängig, ob ein konkreter Verdacht auf Beeinträchtigung durch Cannabiskonsum besteht.

29

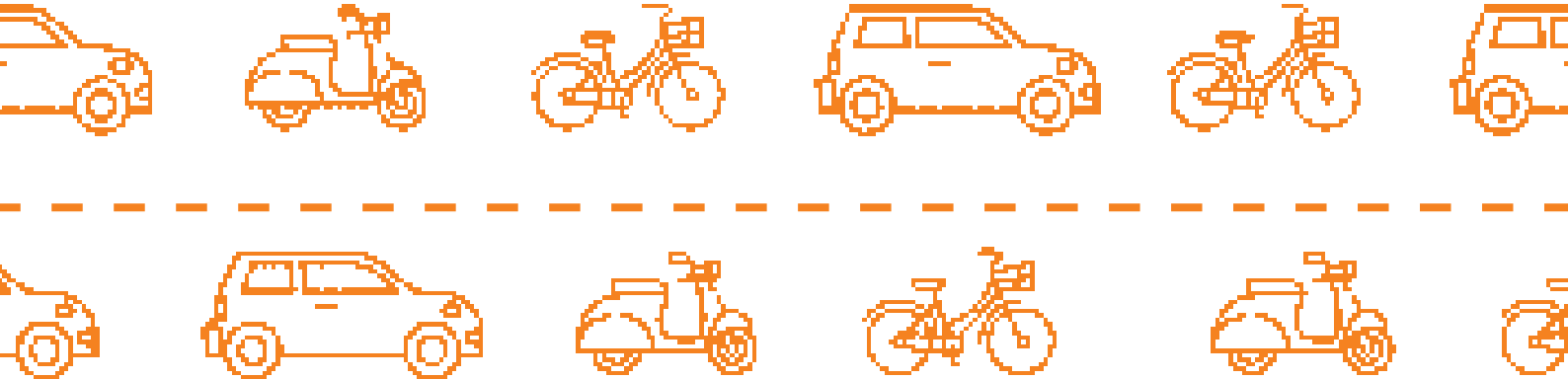


Bei der amtsärztlichen Untersuchung kann ein Bluttest gemacht werden. Das Ergebnis des Tests kommt erst nach der Untersuchung und entscheidet dann darüber, ob die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigt war oder nicht. Das gilt auch für Fahrradfahren.

Wenn der Amtsarzt festgestellt hat, dass du durch Cannabis beeinträchtigt bist bzw. beim Lenken des Fahrzeugs warst,

- ↪ kannst du eine Geldstrafe bekommen und
- ↪ es kann dir der Führerschein für mindestens einen Monat entzogen werden.

Auch wenn du den Bluttest verweigerst, kannst du eine Geldstrafe bekommen, und der Führerschein kann dir für mindestens 4 Monate entzogen werden. Bei einem Probeführerschein muss mit einer Verlängerung der Probezeit gerechnet werden. Der Bluttest, eine verpflichtende Nachschulung und weitere Untersuchungen für die Wiedererteilung der Fahrerlaubnis können Kosten von mehr als € 1.500,- verursachen.



## WAS IST CBD?

CBD (Cannabidiol) ist wie THC ein Wirkstoff der Cannabispflanze. Sie gehört zur Familie der Hanfpflanzen und enthält viele Wirkstoffe. THC (Delta-9-Tetrahydrocannabinol) und CBD sind die bekanntesten. Im Gegensatz zu THC wirkt CBD nicht berauschend und ist auch nicht im Suchtmittelgesetz erfasst.

Mittlerweile werden verschiedene CBD-Produkte angeboten. Es gibt u.a. CBD-Öle, CBD-haltige Cannabisblüten, CBD-Haschisch (gepresstes Harz aus der Cannabispflanze), CBD-Tee sowie CBD-Kristalle (CBD-Extrakte) zu kaufen.

Für die Herstellung dieser CBD-haltigen Produkte wird in der Regel THC-armes Cannabis mit einem THC-Gehalt von maximal 0,3% verwendet. CBD-Cannabis unterscheidet sich jedoch optisch und auch vom Geruch her nicht von THC-Cannabis.

## WIRKUNGEN VON CBD

CBD wird inhaliert, verdampft oder gegessen. Einerseits ist es für viele reizvoll, legales Cannabis zu konsumieren, andererseits versprechen sich viele davon auch eine medizinische/therapeutische Wirkung, da es oft als Mittel gegen Schlafstörungen, Menstruationsbeschwerden, Unruhe, zur Stimmungsaufhellung, etc. angepriesen wird. CBD-Cannabis wird auch oft so beworben, als hätte es ähnlich berauschende Effekte wie THC-Cannabis. Das ist aber nicht der Fall.

CBD werden beruhigende und angstlösende Effekte zugeschrieben und es gibt Hinweise darauf, dass CBD entzündungshemmend und nervenschützend ist und psychotische Symptome lindern kann. Die Wirkung von CBD wird aber gerade erst erforscht und es gibt noch wenig gesichertes Wissen. Die Wirkung hängt von der Dosierung ab. Viele CBD-Produkte haben nur einen geringen CBD-Anteil, daher ist oft nur eine geringe oder gar keine Wirkung spürbar.

**Daher: Vorsicht bei Berichten von Freund\*innen oder aus sozialen Medien. Die betreffende Person hat vielleicht eine bestimmte Wirkung gespürt, aber das heißt noch nicht, dass das auch bei dir so sein wird.**



## GIBT ES GESUNDHEITS- GEFÄHRDENDE WIRKUNGEN?

Cannabis mit einem THC-Anteil von höchstens 0,3% hat kein Suchtpotential. Werden CBD-Blüten mit Tabak gemischt geraucht oder inhaliert, kann dies aber zu einer Tabakabhängigkeit führen. Auch beim Rauchen ohne Tabak entstehen beim Verbrennen oder Verdampfen Stoffe, die beim Inhalieren gesundheitsschädigend sind und z.B. zu Atemwegserkrankungen führen können. Über mögliche Langzeitfolgen des Konsums von CBD ist noch wenig bekannt.

**Konsumiere kein CBD während der Schwangerschaft. Es gibt Hinweise darauf, dass CBD die Schutzfunktion der Plazenta reduzieren kann.**

**Achtung:  
Da CBD-Cannabis wie THC-Cannabis aussieht und riecht, wird auch CBD-Cannabis für gewöhnlich von der Polizei sichergestellt. Ob der THC-Grenzwert überschritten wurde oder nicht, kann erst durch eine Analyse im Labor festgestellt werden.**

## RECHTSINFOS ZU CBD

In sogenannten CBD-Shops werden CBD-Öle, CBD-Blüten und CBD-Harz angeboten. Auch manche Apotheken oder Drogerien verkaufen CBD-Produkte. Der THC-Gehalt dieser Produkte darf allerdings nicht über 0,3% liegen; auch bei CBD-Rauch-erzeugnissen darf der THC-Wert während des Rauchens nicht über 0,3% steigen. Vieles im Zusammenhang mit CBD fällt in einen rechtlichen Graubereich und ist nicht klar geregelt.

Derzeit gelten unterschiedliche Vorschriften für den Verkauf und Konsum von CBD-Produkten:

- ↳ Wenn das CBD-Produkt zum Zweck des Rauchens verkauft wird oder Tabak enthält, dann gelten die gleichen Bestimmungen wie für den Tabakkonsum: Der Konsum ist erst ab 18 Jahren erlaubt, auch der Verkauf an Minderjährige ist verboten.
- ↳ CBD-Produkte, die als Nahrungsergänzungsmittel oder in Nahrungsmitteln verkauft werden, fallen unter die EU-Verordnung über neuartige Lebensmittel („Novel Food“) und dürfen damit nur mit einer Zulassung verkauft werden. Derzeit gibt es eine solche Zulassung noch nicht, somit ist der Verkauf verboten.
- ↳ Auch für den Verkauf von Kosmetikprodukten gilt: Diese dürfen kein CBD enthalten.
- ↳ Für den Verkauf als Arzneimittel in Apotheken ist eine spezielle Zulassung notwendig. Auf ärztliche Verschreibung kann in Apotheken CBD für medizinische Zwecke zubereitet werden. CBD-Produkte, die nicht als Arzneimittel verkauft werden, werden von diversen Händler\*innen z.B. auch Apotheken angeboten.

## WENN DU CBD KONSUMIEREN MÖCHTEST, DANN ...

- ↳ kaufe es nicht im Internet, da das Risiko größer ist, dass bei online gehandelten Produkten der legale Grenzwert von 0,3% THC überschritten wird;
- ↳ nimm Tropfen oder Tee, aber rauche es nicht;
- ↳ lass dich von einem\*r Ärzt\*in beraten, wenn du damit eine medizinische Wirkung erreichen möchtest;
- ↳ beachte, dass CBD die Wirkung von Medikamenten beeinflussen kann; wenn du Medikamente nimmst, kläre vorher mit deiner\*m Ärzt\*in ab, ob du CBD trotzdem konsumieren darfst.

36

## KONSUMIERE CBD NICHT,

- ↳ wenn du schwanger bist oder stillst;
- ↳ bevor du ein Fahrzeug lenkst; der Konsum kann zu Müdigkeit führen, und auch wenn du CBD-Produkte mit maximal 0,3% THC konsumiert hast, kann es trotzdem passieren, dass die Restmenge an THC in einem Test nachgewiesen wird und du dann genauso behandelt wirst, als hättest du z.B. einen Joint geraucht.



## BERATUNG UND HILFE

Kostenlose Unterstützung – auch ohne Nennung deines Namens – und Antworten auf alle Fragen bekommst du bei:

### **checkit!**

Gumpendorfer Str. 8, 1060 Wien  
Tel.: 01/4000-53650  
checkit@suchthilfe.at  
[www.checkit.wien](http://www.checkit.wien)

### **Kolping**

Drogenberatung für Jugendliche  
Paulanergasse 11/EG, 1040 Wien 37  
Tel.: 01/581 53 03  
drogenberatung@kolping.at  
[www.kolping.at/drogenberatung](http://www.kolping.at/drogenberatung)

### **Dialog**

Individuelle Suchthilfe  
Gudrunstraße 184, 1100 Wien  
Tel.: 01/205 552 600  
verein@dialog-on.at  
[www.dialog-on.at](http://www.dialog-on.at)

### **WIENXTRA-Jugendinfo**

Babenbergerstraße 1, 1010 Wien  
Tel.: 01/909-4000-84100  
jugendinfowien@wienXtra.at  
[www.jugendinfowien.at](http://www.jugendinfowien.at)

## RECHTLICHE BERATUNG

### **checkit! Rechtsberatung**

jeden Donnerstag zwischen 16:00 und 18:00 Uhr  
Tel.: 01/4000-53660

[www.checkit.wien](http://www.checkit.wien)

### **WIENXTRA-Jugendinfo**

Babenbergerstraße 1, 1010 Wien

Tel.: 01/909-4000-84100

Anwaltliche Erstberatung:

jeden 1. Dienstag im Monat von 15:30 bis 18:30 Uhr sowie

jeden 3. Donnerstag im Monat von 16:00 bis 18:30 Uhr

[www.jugendinfowien.at](http://www.jugendinfowien.at)

### **Kinder- und Jugendanwaltschaft**

Alserbachstraße 18, 1090 Wien

Tel.: 01/707 70 00

[www.kja.at](http://www.kja.at)

## WEITERE INFORMATIONEN

### **[www.checkit.wien](http://www.checkit.wien)**

Infos zu Substanzen, Wirkungen und Risikoreduzierung.

### **[www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at)**

Interaktive Website mit Infos, Spielen, Chatroom und vielem mehr zu den Themen Cannabis, Alkohol, Tabak, Ernährung, Bewegung. Mit Selbsttest und Quiz.

### **[www.infodealer.at](http://www.infodealer.at)**

Die Jugendseite von [www.praevention.at](http://www.praevention.at) mit Infos zu Substanzen, Videos, Beratungsangeboten.

## PODCAST

Rauschzeit – der tabulose Podcast über Alkohol und andere Drogen. Von jungen Menschen für junge Menschen.



## CANREDUCE

Ein kostenloses Online-Selbsthilfeprogramm zur Konsumreduktion von Cannabis für Personen ab 16 Jahren.

[www.canreduce.at](http://www.canreduce.at)



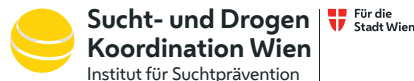
## WER SIND WIR?



### WIENXTRA-Jugendinfo

Die Jugendinfo ist ein Service der Stadt Wien für junge Leute bis 25 Jahre und alle, die mit Jugendlichen leben bzw. arbeiten. Hier gibt's Informationen und Beratung zu verschiedenen Themen, wie zum Beispiel Arbeit & Bildung, Beziehung & Sexualität, Freizeit, Engagement Sport, Wohnen und außerdem die anwaltliche Erstberatung (jeden 1. Dienstag im Monat von 15:30 bis 18:30 Uhr sowie jeden 3. Donnerstag im Monat von 16:00 bis 18:30 Uhr). Die Beratung bei Fragen und Problemen ist vertraulich, anonym und kostenlos. Infos – Beratung – EU-Jugendprogramme – Frish-Jugend-Freizeitprogramm

WIENXTRA-Jugendinfo  
Babenbergerstraße 1, Ecke Burgring, 1010 Wien  
Tel.: 01/909-4000-84100  
Signal-Beratung: Tel.: 0699/156 841 00  
jugendinfowien@wienxtra.at  
[www.jugendinfowien.at](http://www.jugendinfowien.at)  
[www.facebook.com/jugendinfowien](https://www.facebook.com/jugendinfowien)  
[www.instagram.com/wienXtra\\_jugendinfo](https://www.instagram.com/wienXtra_jugendinfo)  
[www.frish.wien](http://www.frish.wien)



### Institut für Suchtprävention Wien

Das Institut für Suchtprävention der Sucht- und Drogenkoordination Wien ist die Landesfachstelle für Suchtprävention in Wien. Unsere Aufgabe ist die Entwicklung, Koordination und Vernetzung der Suchtprävention in Wien. Dies geschieht durch Sensibilisierung für Suchtvorbeugung als gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Konkret geht es um die Entwicklung und Umsetzung von Pilot- und Modellprojekten, Vernetzung mit Institutionen und Schulung von Fachkräften, Weiterentwicklung und Sicherung der Qualität der bestehenden Angebote.

Sucht- und Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH  
Institut für Suchtprävention der  
Sucht- und Drogenkoordination Wien  
Modecenterstraße 14/Block B/2, OG, 1030 Wien  
Tel.: 01/4000-87320  
isp@sd-wien.at  
[www.isp.wien](http://www.isp.wien)

