

✓ ANDT

Alkohol, Narkotika, Dopning & Tobak

Coach



VÄSTERÅS STAD

Stöd Expert Bollplank

Vi ger:

- Verkningsfulla metoder
- Nätverk
- Preparatinformation
- Utbildning
- ANDT-Bibliotek
- Statistik
- Uppdatering

Ni ger och sätter in i:

- Preparatuppdatering
- Nya trender
- Handlingsplaner
- Policys
- Dokument



Mål

1. Tillgång till alkohol, narkotika, dopningsmedel och tobak ska minska.

2. Antalet barn och unga som börjar använda narkotika, dopningsmedel och tobak eller debuterar tidigt med alkohol ska successivt minska.

3. Antalet kvinnor och män samt flickor och pojkar som utvecklar skadligt bruk, missbruk eller beroende av alkohol, narkotika, dopningsmedel eller tobak ska successivt minska.

4. Kvinnor och män samt flickor och pojkar med missbruk eller beroende ska utifrån sina förutsättningar och behov ha ökad tillgänglighet till vård och stöd av god kvalitet.

5. Antalet kvinnor och män samt flickor och pojkar som dör och skadas på grund av sitt eget eller andras bruk av alkohol, narkotika, dopningsmedel eller tobak ska minska.

6. En folkhälsobaserad syn på ANDT inom EU och internationellt.

Insatsområden

Skarpare reglering för att minska illegal handel av tobak.

Samordnad, effektiv och likvärdig alkohol- och tobakstillsyn.

Bekämpning av illegal handel och en restriktiv och tydligt reglerad och legal handel via digitala medier.

Samverkan mellan ANDT-förebyggande och brottsförebyggande arbete på alla nivåer.

Reglering och tillsyn för att begränsa marknadsföring och exponering av alkohol och tobak.

En hälsofrämjande skola utifrån elevers olika förutsättningar och behov.

Effektivt arbete mot langning av alkohol och tobak.

Spridning och tillämpning av ett kunskapsbaserat cannabisförebyggande arbete.

Uppmärksamma och förebygga ANDT-relaterad ohälsa bland kvinnor och män samt flickor och pojkar inom hälso- och sjukvården, socialtjänsten och inom andra arenor.

Dopningsförebyggande arbete inom motionsidrotten.

Samverkan mellan hälso- och sjukvård och socialtjänst samt med andra aktörer för en sammanhållen vård utifrån kvinnors och mäns samt flickors och pojkars specifika förutsättningar och behov.

Insatser för att nå kvinnor och män samt flickor och pojkar i en socialt och hälsomässigt utsatt situation till följd av missbruk eller beroende.

Tidig uppmärksamhet av riskbruk och beroende bland blivande föräldrar.

Uppmärksamma och erbjuda ändamålsenligt stöd till flickor och pojkar som föds med skador till följd av ANDT eller som växer upp i familjer med missbruk eller annan omsorgssvikt, inklusive förekomst av våld, med koppling till alkohol eller narkotika utifrån deras förutsättningar och behov.

Strategiskt och långsiktigt arbete för att motverka narkotika-relaterad dödlighet bland kvinnor och män samt flickor och pojkar.

Insatser för att motverka trafikrelaterade skador och dödsfall till följd av alkohol- och narkotikabruk.

Aktivt verka för en folkhälsoorienterad syn på narkotika inom EU och FN med utgångspunkt i politiken för mänskliga rättigheter.

WHO bör arbeta fram och anta en bred folkhälsopolitisk ansats till narkotikafrågan före 2019.

Utveckla narkotikafrågorna i det globala utvecklingsarbetet.

Internationellt arbete mot dopning med utgångspunkt i idrotten.

Aktivt verka för genomförandet av WHO:s ramkonvention om tobak.

Aktivt verka för och bidra till en EU-gemensam alkoholstrategi.

Nordiskt samarbete.

Prevention

"Pre venire"

Gå in före, innan, det händer något



Preventionsnivåer

- **Indikerad prevention** - Insatser som görs för att ett problem som redan uppkommit inte ska fortsätta. Individfokuserat.
- **Selektiv prevention** - Riktas mot individer och grupper och fokuserar på riskbeteenden och risksituationer.
- **Universell prevention** - Mer generell och urskiljer varken grupper eller individer. Kan delas in i **prevention** och **promotion, förebyggande** och **främjande**. Förebyggande på universell nivå innebär generella insatser till alla med syftet att hindra riskfaktorer, medan främjande innebär att stärka skyddsfaktorer.



Preventionsparadoxen

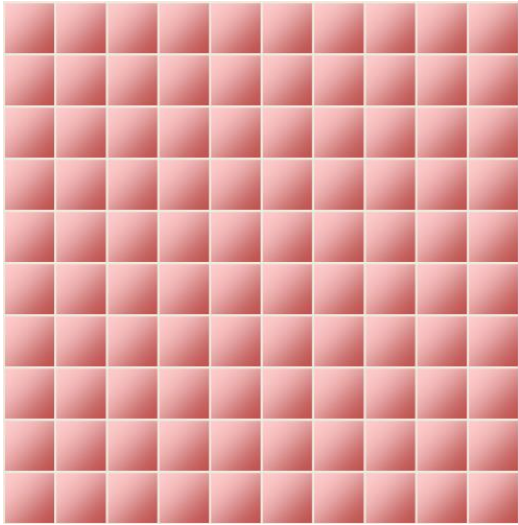
De största vinsterna för folkhälsan görs om man minskar måttligt förhöjda risker hos ett stort antal människor istället för – vilket intuitivt förefaller bättre – att vända sig till ett fåtal individer med hög risk.

Man räddar fler liv om många ändrar sig lite än om få ändrar sig mycket.

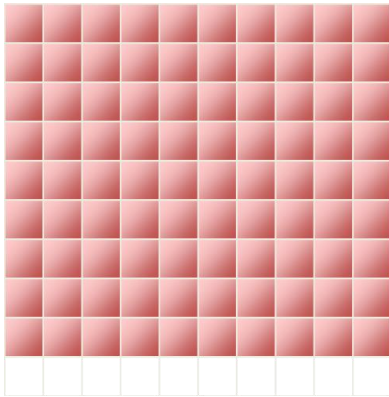


Räkneexempel

Här är en skola med 100 elever



...fortsättning räkneexempel



Normalgrupp 90 %



Riskgrupp 7 %

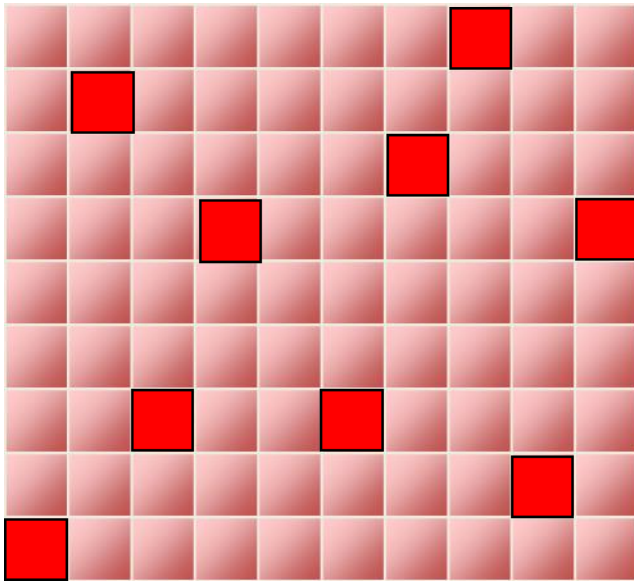


Problemgrupp 3 %



...fortsättning räkneexempel

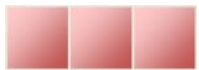
Relativ risk (RR)
att utveckla en asocial personlighet



RR=10 %



RR=25 %

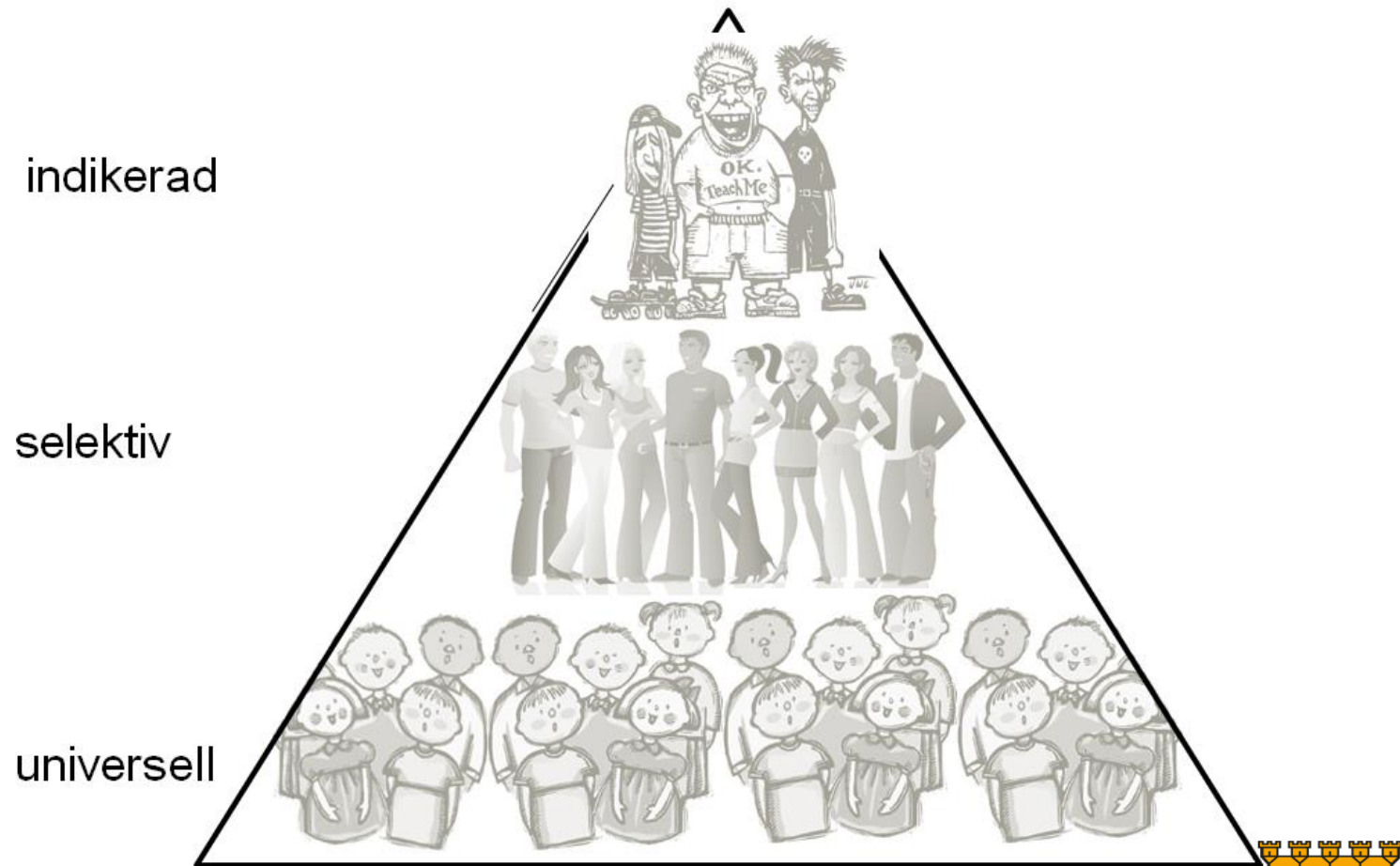


RR=40 %

De flesta med problem
finns i normalgruppen
...men de allvarligaste
och mest svåråtgärdade
problemen finns i
problemgruppen.



preventionsnivåer



Prevention

Det som medverkar till *utbudet* av droger (tillgänglighet och pris), och det som skapar *efterfrågan* (normer och beroende).

Om en individ ska använda eller avstå från användning beror bland annat på:

- 1) vilka hälsorisker denne uppfattar att narkotikabruket har
- 2) vilken inställning till dessa risker han/hon har
- 3) i vilken mån man överväger användningen rationellt
- 4) vilka rollmodeller som finns tillgängliga samt
- 5) vilken kontroll han eller hon utövar över de egna handlingarna och känslöytringarna.

Individ- och gruppbaserad prevention kan exempelvis riktas mot att stärka individens förmåga till självreflektion och att styra sina impulser.

(Andréasson & Statens folkhälsoinstitut, 2008)



Skydd och risk

- En *riskfaktor* är ett socialt, psykologiskt eller biologiskt förhållande som kan leda till problem för hälsa, utveckling, anpassning eller beteende.
- En *skyddsfaktor* minskar däremot risken för att problem ska uppstå även om riskfaktorer föreligger



Det är i första hand anhopningen av **riskfaktorer** (och relativt avsaknad av **skyddande** faktorer) som samvarierar med ökat problembeteende.

Grundläggande för skyddande faktorer:

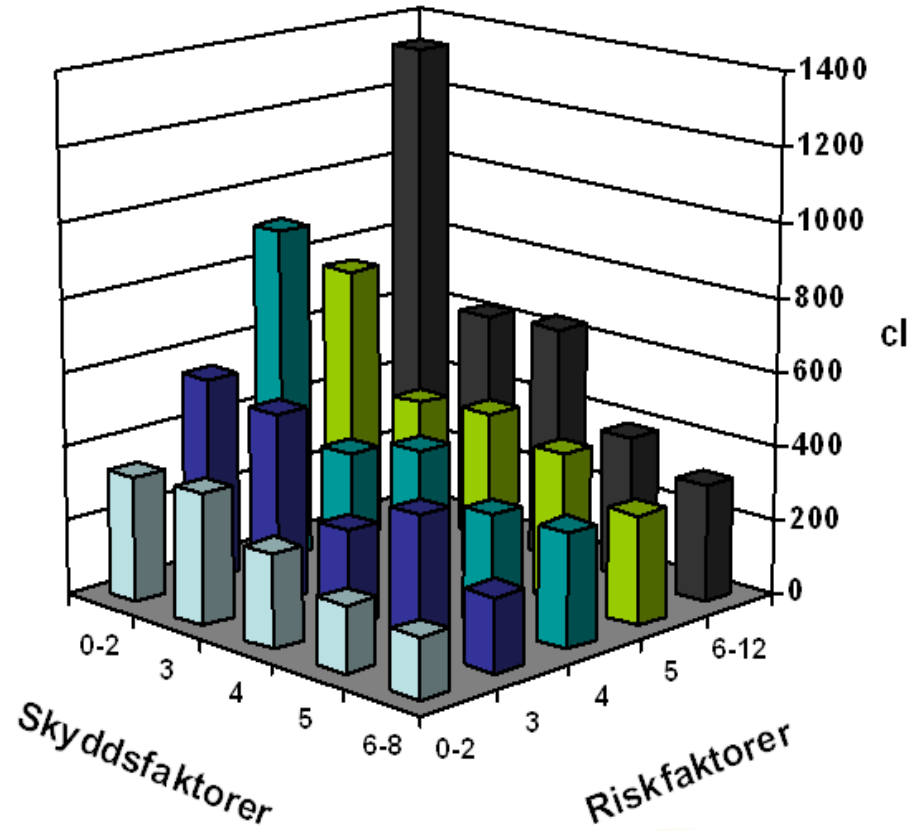
1. de stärker sammanhållningen mellan grupper och i samhället
2. de medverkar till att tydliga regler för beteenden skapas.



- Sannolikheten för bl.a. hög alkoholkonsumtion i ungdomsåren ökar med antalet riskfaktorer man är utsatt för och minskar med antalet skyddsfaktorer man har tillgång till.



Årskonsumtion av ren alkohol hos elever i årskurs 9



Associationsövning "Solen"

Instruktioner:

- Vad finns det för olika **"skyddsfaktorer"** ?
Skriv ned så mycket du kommer på.



Fler exempel på skyddsfaktorer

- Att klara de uppsatta målen i skolan
- Tillhörighet och anknytning till skolan
- Goda sociala relationer
- Att uppmärksammas för positiva handlingar
- Tydliga förväntningar
- En tydlig struktur i skolvardagen.
- Ett stabilt humör
- Begåvning utan några kognitiva svårigheter
- Förmåga att fungera socialt med jämnåriga och vuxna
- Öppenhet med att söka hjälp, be om råd och våga pröva andras lösningar om det behövs
- Stöd från föräldrar och andra vuxna
- Upplevelse av kontinuitet och sammanhang
- Tro på framtiden
- God problemlösningsförmåga
- God självbild



Exempel på riskfaktorer

- Bristande språklig förmåga med svårigheter att sätta ord på tankar och känslor.
- Inlärningssvårigheter, framför allt läs- och skrivsvårigheter.
- Bristande självkontroll med en låg tolerans för frustrationer.
- Bristande social kompetens, svårt att få och behålla vänner.
- Bristande självförtroende och en negativ självuppfattning.
- Otryggt anknytningsmönster
- Kriminalitet hos föräldrar
- Dödsfall i familjen
- Hög tillgänglighet på alkohol och droger



Verkningsfull prevention/metoder

Stärka skyddsfaktorer

- Multifaktoriella modeller verkar mest verkningsfulla.
- Föräldrastödsprogram, t ex COPE, Komet, LFT
- Västerås stads föräldrainformation om ANDT
- Strukturer, rutiner och strategier i det sociala arbetet med barn/ungdomar.



TOBAK



Vi är ett av de bästa länderna i världen på att inte RÖKA

Vuxenbefolkningen (16-84 år)

Män 9 % dagligrökare

Kvinnor 11% dagligrökare

**TOBACCO RÖKFRITT
ENDGAME SVERIGE
2025**

Nationella Folkhälsoenheten 2014

<https://www.youtube.com/watch?v=SpsPNdSj0Cs>



VÄSTERÅS STAD

Vad handlar det här om?

64%

4%



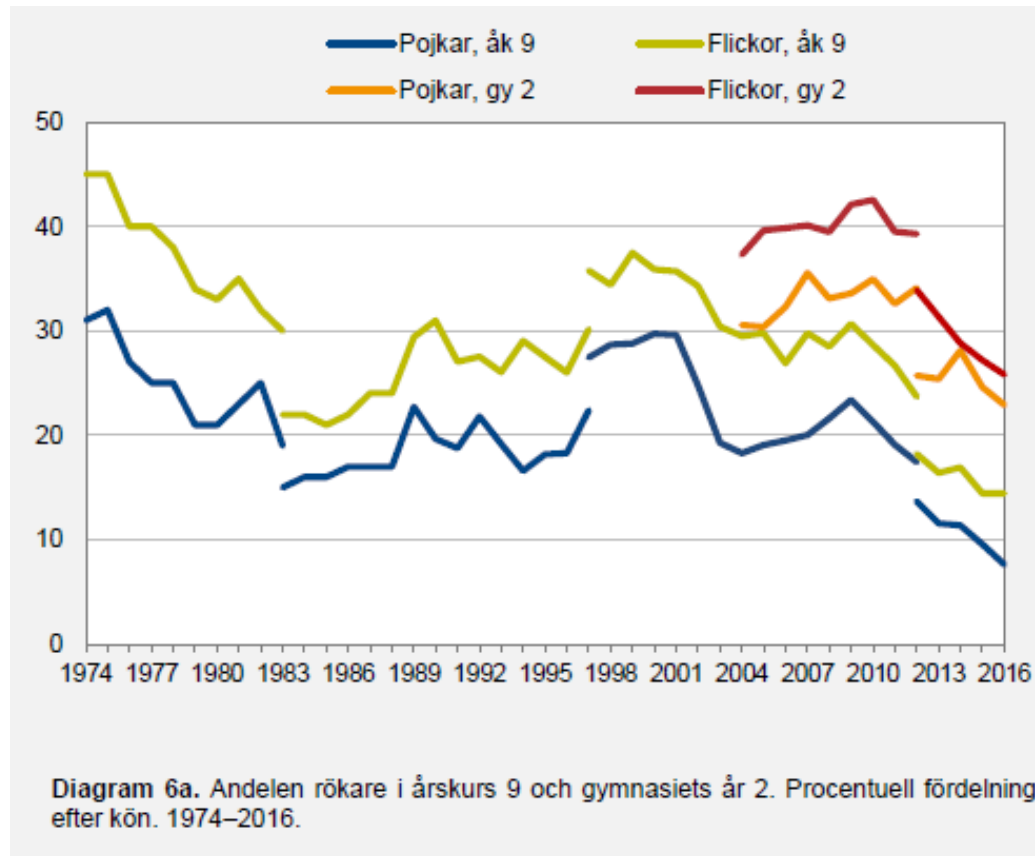
VÄSTERÅS STAD

Varför ska vi arbeta med tobak?

- Hälsovådligt
- Nikotinet påverkar hjärnan så att den blir mer mottaglig för andra beroenden.
- Det är i princip bara rökare som blir alkoholister och det är i princip bara rökare som börjar med narkotika (Smart nätverket)

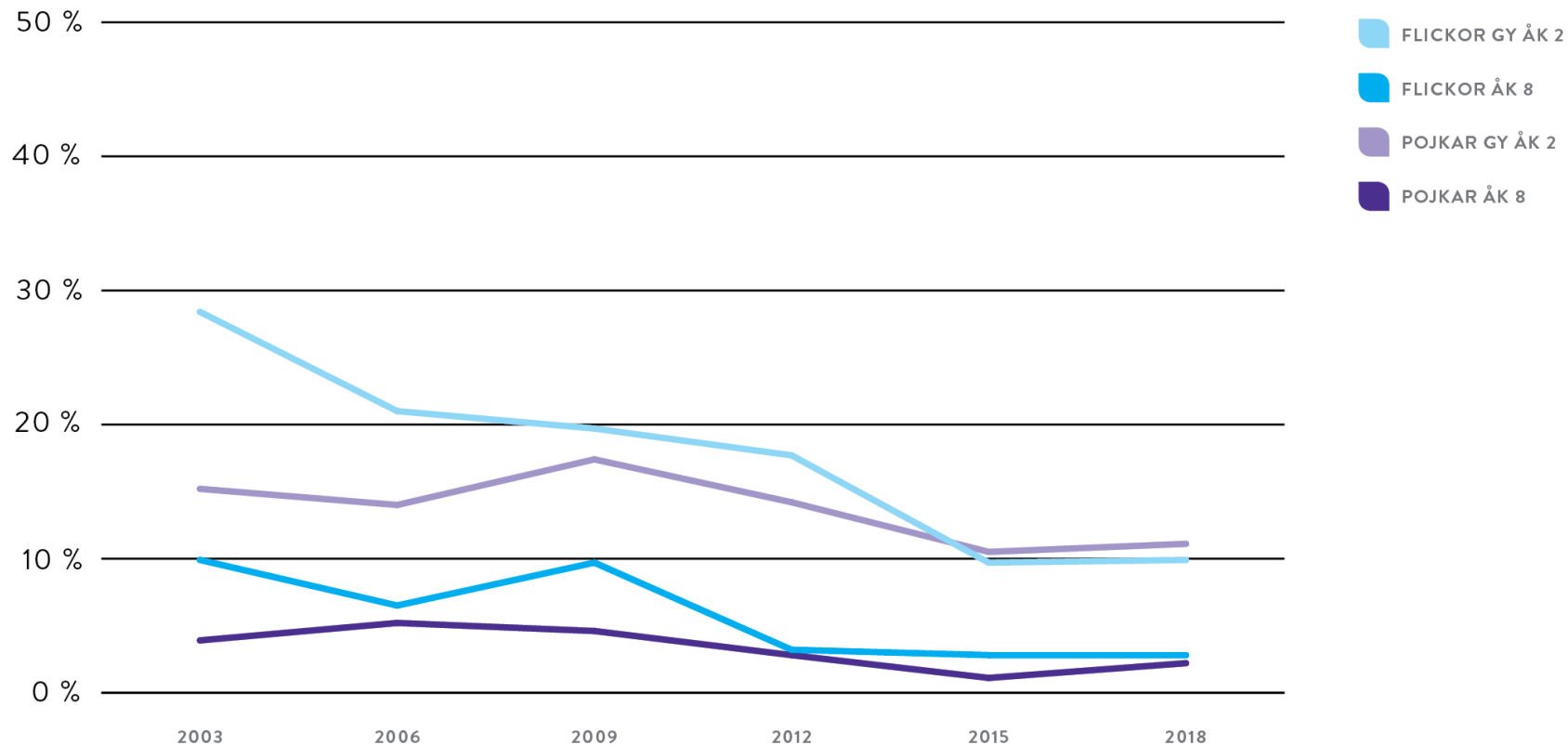


Det är inte vuxna utan barn och unga som börjar röka.



Rökning

FIGUR 19. ANDELEN SOM RÖKER, OAVSETT HUR OFTA OCH HUR MYCKET



KOLMONOXID bilavgaser	TOLUEN lösningsmedel	VINYLKLOORID plast- tillverkning	VÄTECYANID gift vid avrättning	... och över 4 000 andra ämnen ...
ARSENIK dödligt gift	HEXAMIN tändvätska	AMMONIAK gödnings- rengöringsmedel	BUTAN cigarettändar- bränsle	... t ex SOCKER (dämpar nikotinsmaken)
GLYKOL kylarvätska	METAN sumpgas	ACETON nagellacks- borttagning	KADMIUM tungmetall	KAKAO (vidgar luftrören)
NIKOTIN insektsgift	FENOL desinfektions- medel	FORMALDEHYD konserverings- medel	METANOL raketbränsle	MENTOL (bedövar strupen)



Varför börjar ungdomar använda tobak? (Riskfaktorer)

- Tillgång
- Acceptans
- Förebilder
- Socialt tryck
- Attityder och värderingar



Vad ska vi göra?

(Skyddsfaktorer)

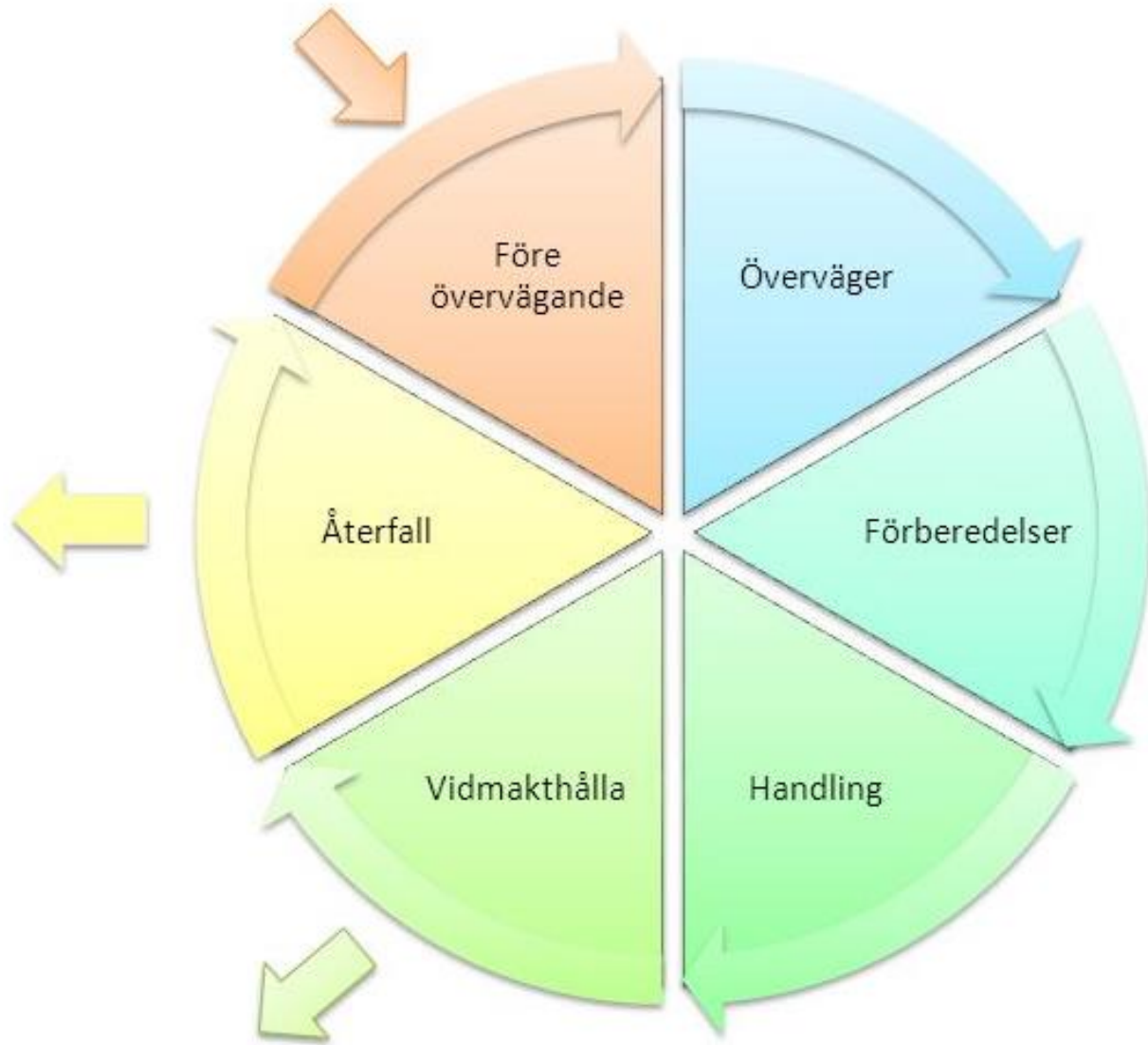
- Begränsa tillgången
- Acceptera inte
- Reflektera över vår roll som förebilder och sträva efter att vara goda sådana.
- Uttryck förväntningar
- Lyft fram och stärk positiva attityder och värderingar (Tobaksfrihet – ska vara det förväntade och norm)
- Samverka





How Do People Decide to Act Differently?





TOBAKSBOLAGEN BLÅSER DIG OM INTE DU BLÅSER DOM!

**Jag tycker om dig och därför vill jag inte
att du röker.....**

Vad mer?????????



VÄSTERÅS STAD

Vattenpipa

- rök utan risk?

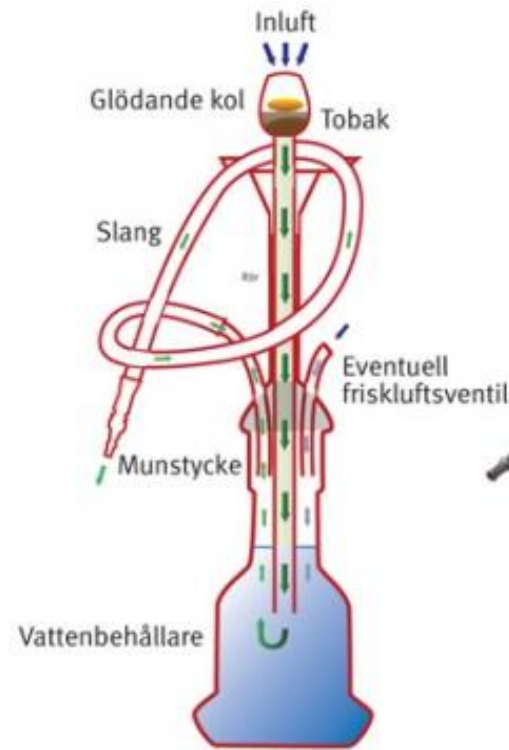


Hälsoeffekter, vanor, attityder
och tillsyn



Kärt barn har många namn...

- Narghile – Narguila – Nargeela
- Arghile – Argeela
- Shisha – Chicha
- Boory
- Goza
- Hookah
- Okka, Kalia, Gheyron, Ghalyan



Historia



- Ursprungligen från Kina & Indien – Persien, Turkiet och övriga Mellanöstern
- Uppfanns för att hitta ett mindre farligt sätt att röka tobak på.



Vattenpipstobak



- Tobak utan tillsatser
- Tumbak, Ajami
- Smaksatt tobak
- Maasel



Smaksatt tobak

- Innehåll
 - 30 % tobak
 - 70 % honung eller melass
- Mer än 40 smaker; äpple, persika, coca-cola, jordgubb ...



Rökmassa

- Nikotinfri tobak är inte tobak!



Produkter



Hälsoeffekter – röken

	1 Cigarett	1 Vattenpipssession
Genomsnittlig röktid	5-7 minuter	20-80 minuter
Antal puffar/röktid	8-12 puffar	50-200 puffar
Total volym	1 liter	49 liter

(WHO Study Group on TobReb, 2005; Eissenberg & Shihadeh, 2009)



VÄSTERÅS STAD

Beroende – nikotin

- Ett ”huvud” vattenpiptobak (20 g)
 - Maasel motsvarar nikotin av 6,5 cigaretter
 - Tumbak el ajami motsvarar nikotin i 70 cigaretter

(Hadidi & Mohammed, 2004)

- 70 % större nikotinmängd än vid en cigarett

(Eissenberg & Shihadeh, 2009)



VÄSTERÅS STAD

Skadliga ämnen

- Höga nivåer av Kolmonoxid



- 5 min vattenpipsrökning ger 4 ggr högre CO än en hel cigarett

(Eissenberg & Shihadeh, 2009)



VÄSTERÅS STAD

Skadliga ämnen

- Tjära
 - 30 min vattenpipsrökning = 20 cigaretter
(Shihadeh, 2003)
- Passiv rök

Samt:

- Polycykliska aromatiska hydrokarbonater (PAH)
- Aldehyder (formaldehyd, acrolein mm)
- Metaller (bly, krom, arsenik)
- Glycerol
- Propylenglykol

(Daher et al, 2010; Jacob et al, 2011; Shubert et al, 2011)



Hälsoeffekter

- Vattenpipströken liknar cigaretröken
- Risken med vattenpipströkning:
 - Lungcancer (Akl et al, 2010)
 - Minskad lungfunktion – KOL (Raad et al, 2010)
 - Hjärt-kärlsjukdomar (Shafagoj et al, 2002; Jabbhour, 2003)
 - Tandlossning (Akl et al, 2010; Baljoon, 2005)



Användning bland vuxna i Sverige

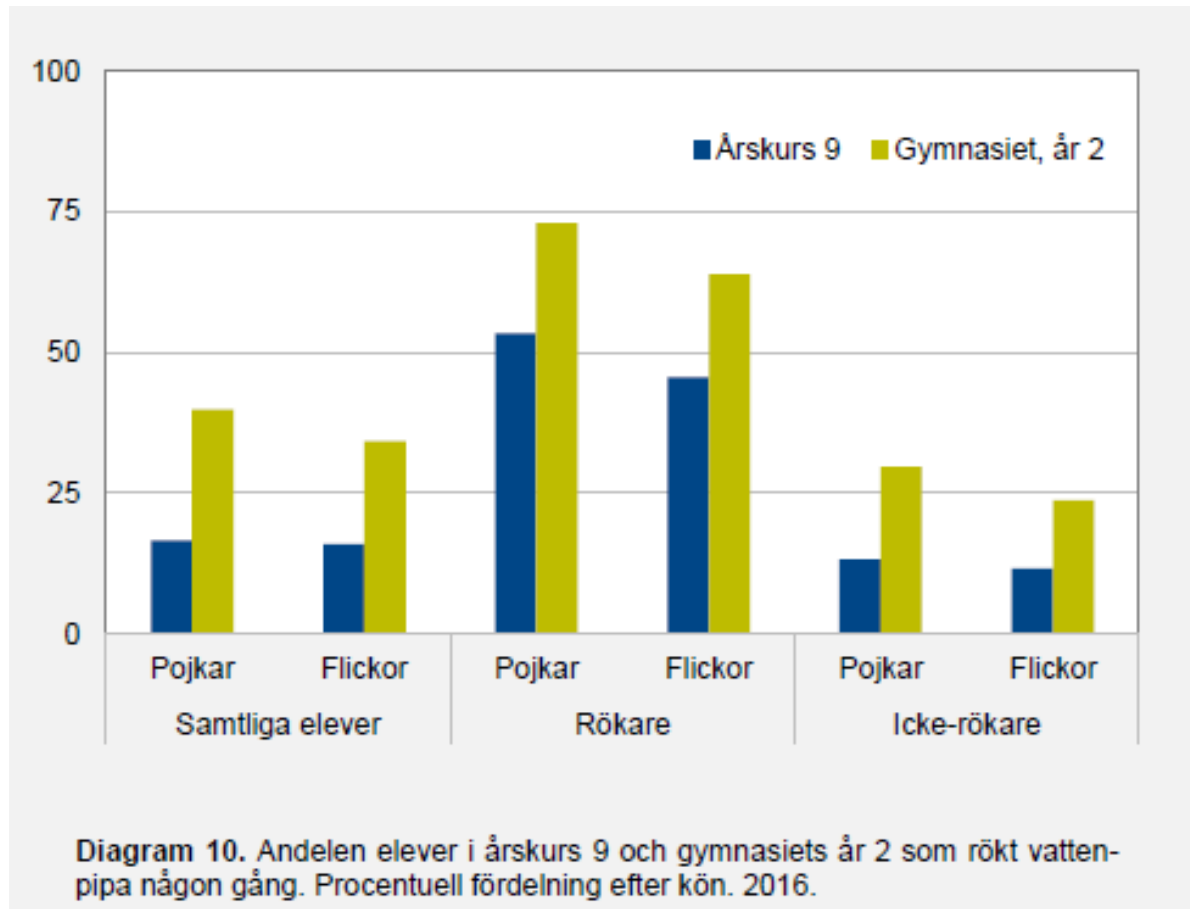
- Har någonsin provat vattenpipa (16-84 år)
 - 26 % män
 - 21 % kvinnor
- Har rökt de senaste 12 månaderna (16-84 år)
 - 19% män
 - 16% kvinnor

(Nationella folkhälsoenkäten, 2013)

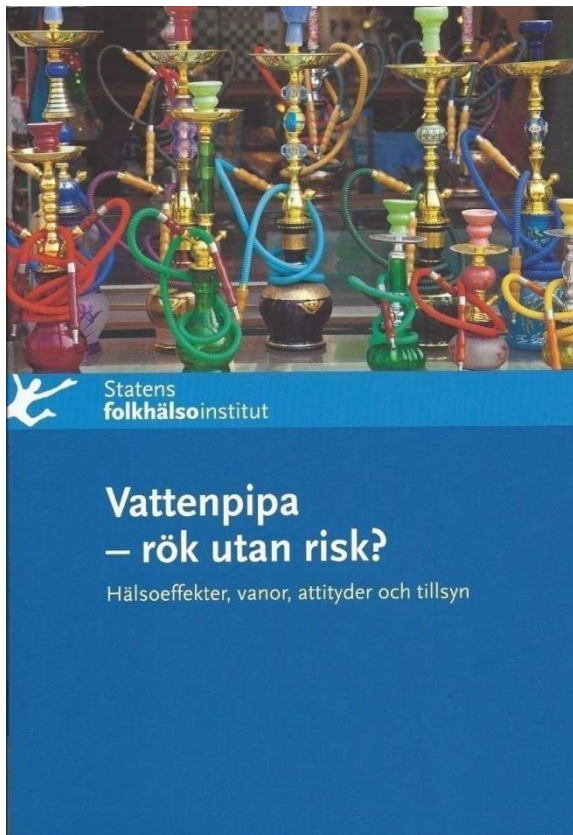


VÄSTERÅS STAD

Användning bland unga i Sverige



Studie ungdomar & vattenpipsrökning



- Social funktion
- Röakens farlighet
- Om beroendet
- Vuxnas attityder



Tillsyn och försäljning



- Tobak har åldersgräns på 18 år
- Rökmassa eller tobak som avses att rökas ska beskattas



E-cigarett



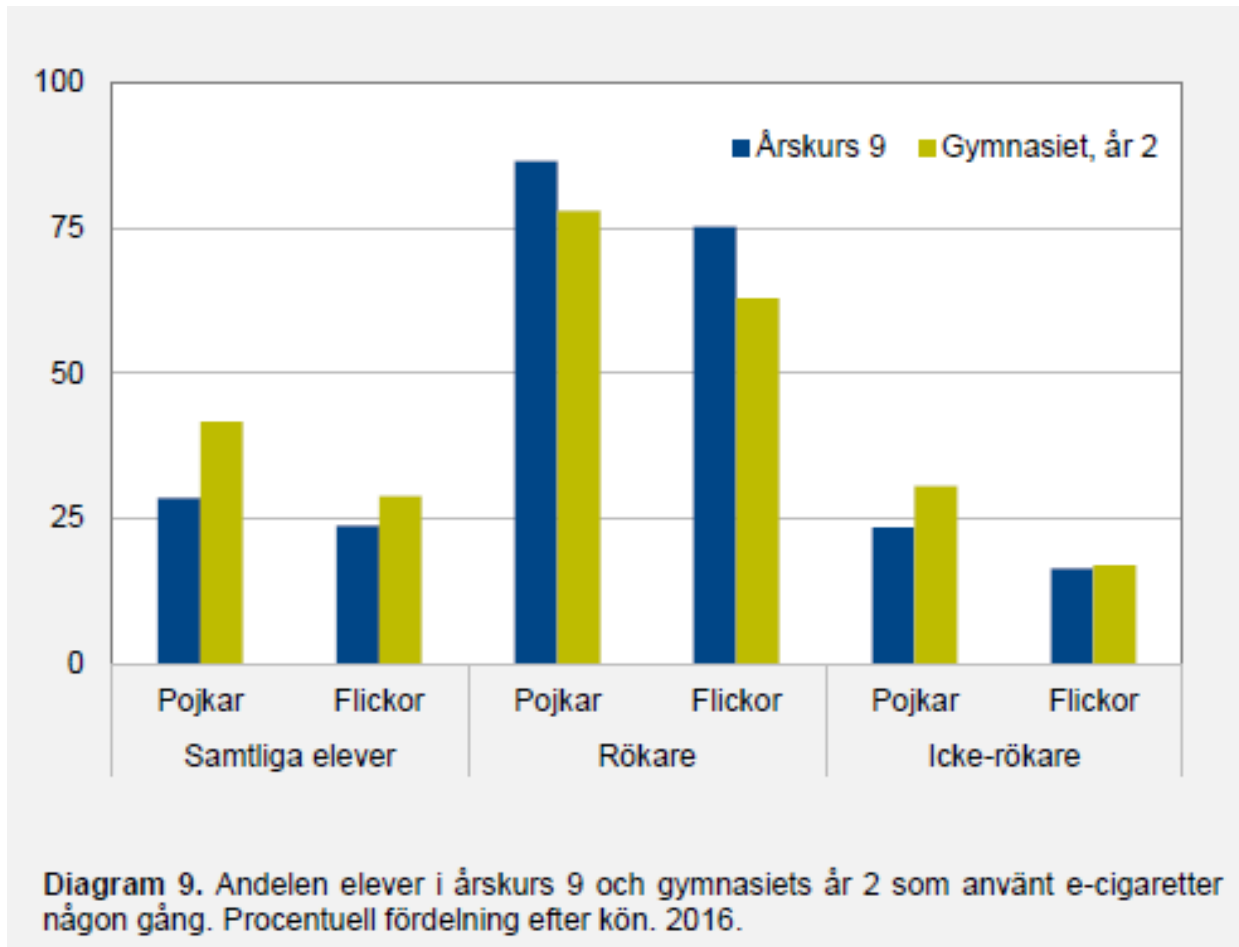
USA: smaksatta e-cigarettor kan förbjudas

WASHINGTON DC Smaksatta e-cigarettor och inhalatorer kan komma att förbjudas i USA inom kort. Detta sedan många tonåringar börja röka elektroniskt och hundratal amerikanska insjuknat med lungproblem, unga hamnat i koma och minst sex personer avlidit.



- I Storbritannien ökade försäljningen av e-cig med 75% under 2014.
- Giftinformationscentralen har haft 67 fall av förgiftning pga e-cig.2018
- 18% av befolkningen i Sverige över 15 år hade provat/använt e-cig 2016.
- *"E-cigarett gör inte att man slutar röka. Man skjuter upp att sluta röka."* Barbro Holm Ivarsson
- www.psykologermottobak.org

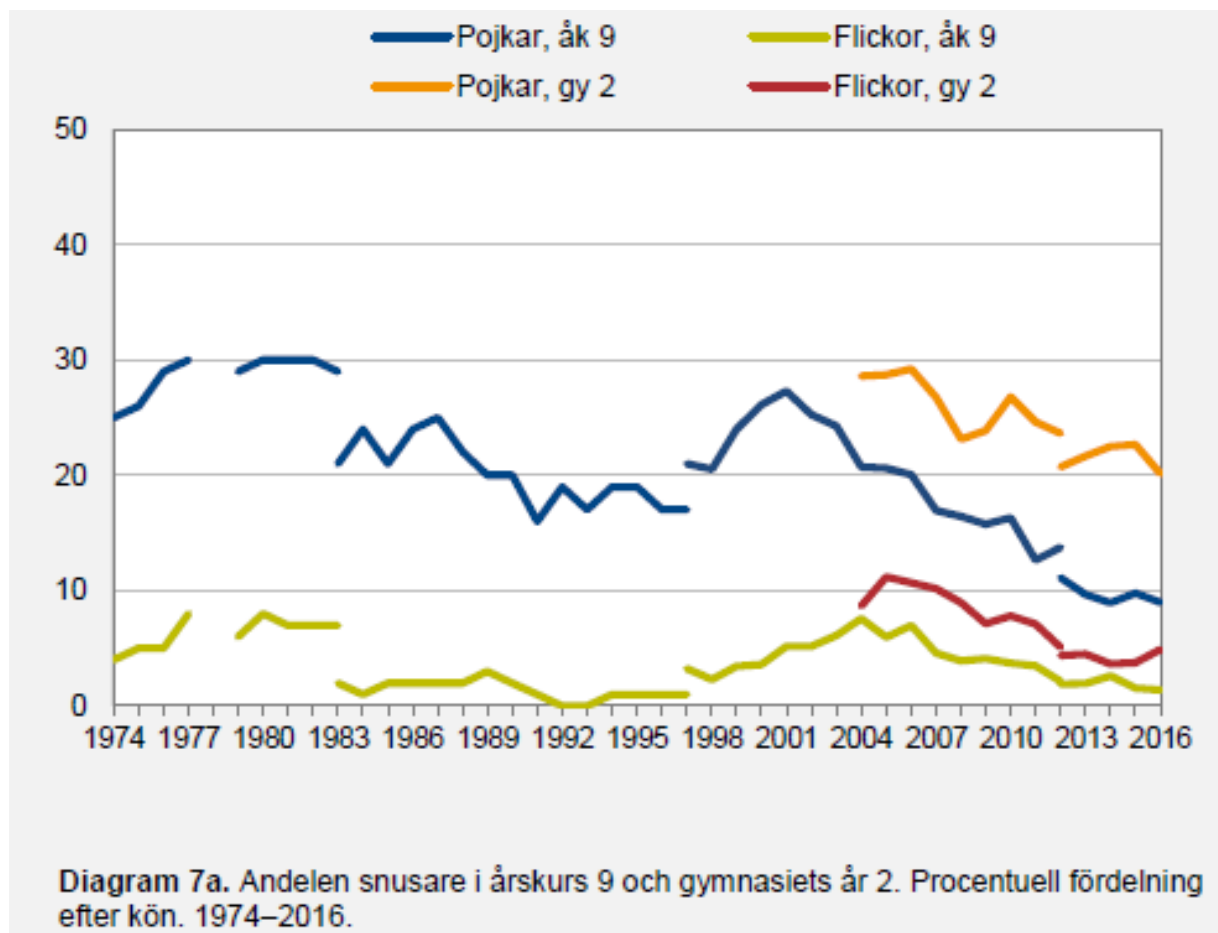




Snus är väl inte så farligt?

- Snuset ger skador i munnen (frätskador, tandskador, slemhinnorna skadas)
- Snuset innehåller cancerframkallande ämnen som snusaren sväljer
- Hög snuskonsumtion ökar risken för typ 2-diabetes och andra sjukdomar
- Nikotinet i snuset försämrar kroppens förmåga – blodkärlens smidighet blir sämre
- Snusande idrottare skadar sig oftare
- Ny målgrupp – tjejer

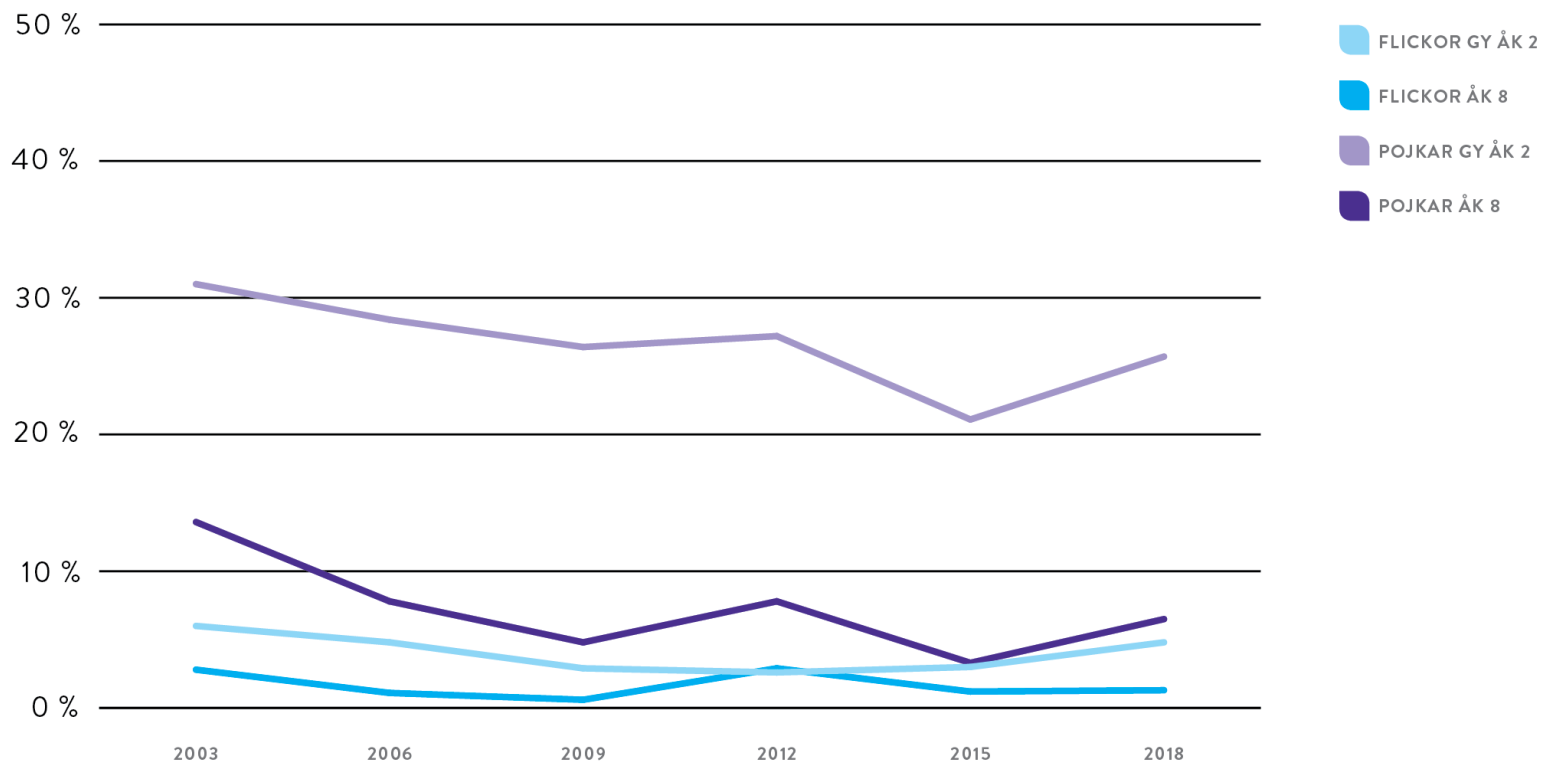




Snusning

SNUSAR

FIGUR 20. ANDELEN SOM SNUSAR, OAVSETT HUR OFTA



Alkohol



1467

Brännvinet är i Sverige. Knappt 30 år senare införs förbud mot att bränna och sälja brännvin i Stockholm.

1746

För första gången gör man brännvin av potatis

1829

Man dricker hela 46 liter brännvin om året per invånare - alla barn inräknade. Antalet brännvinspannor i Sverige beräknas vara 175 000.

1850

Första systembolaget "I sedlighetens intresse". Vinsten går till allmännyttiga ändamål.

1905

All brännvinsförsäljning sköts av bolag under viss statlig kontroll.

1919

Systembolagen får monopol också på vinförsäljningen.

1922

Folkomröstning om ett totalförbud av alkohol. 889 132 röstade för och 925 097 mot förbud.



VÄSTERÅS STAD



VÄSTERÅS STAD

Alkoholkonsumtionen bland unga går ner.

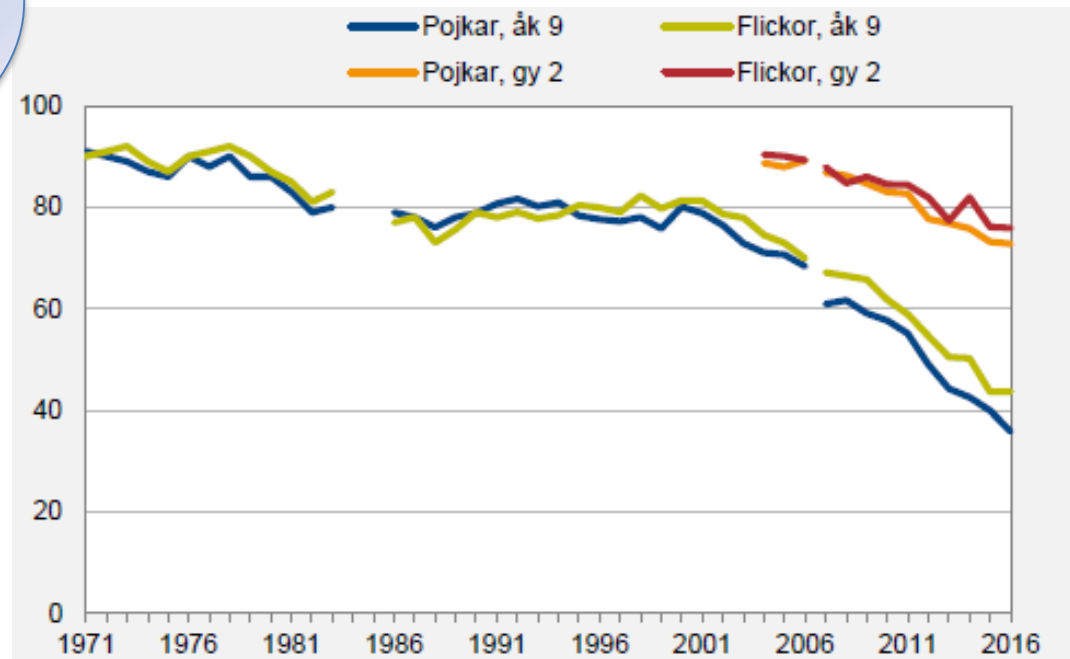
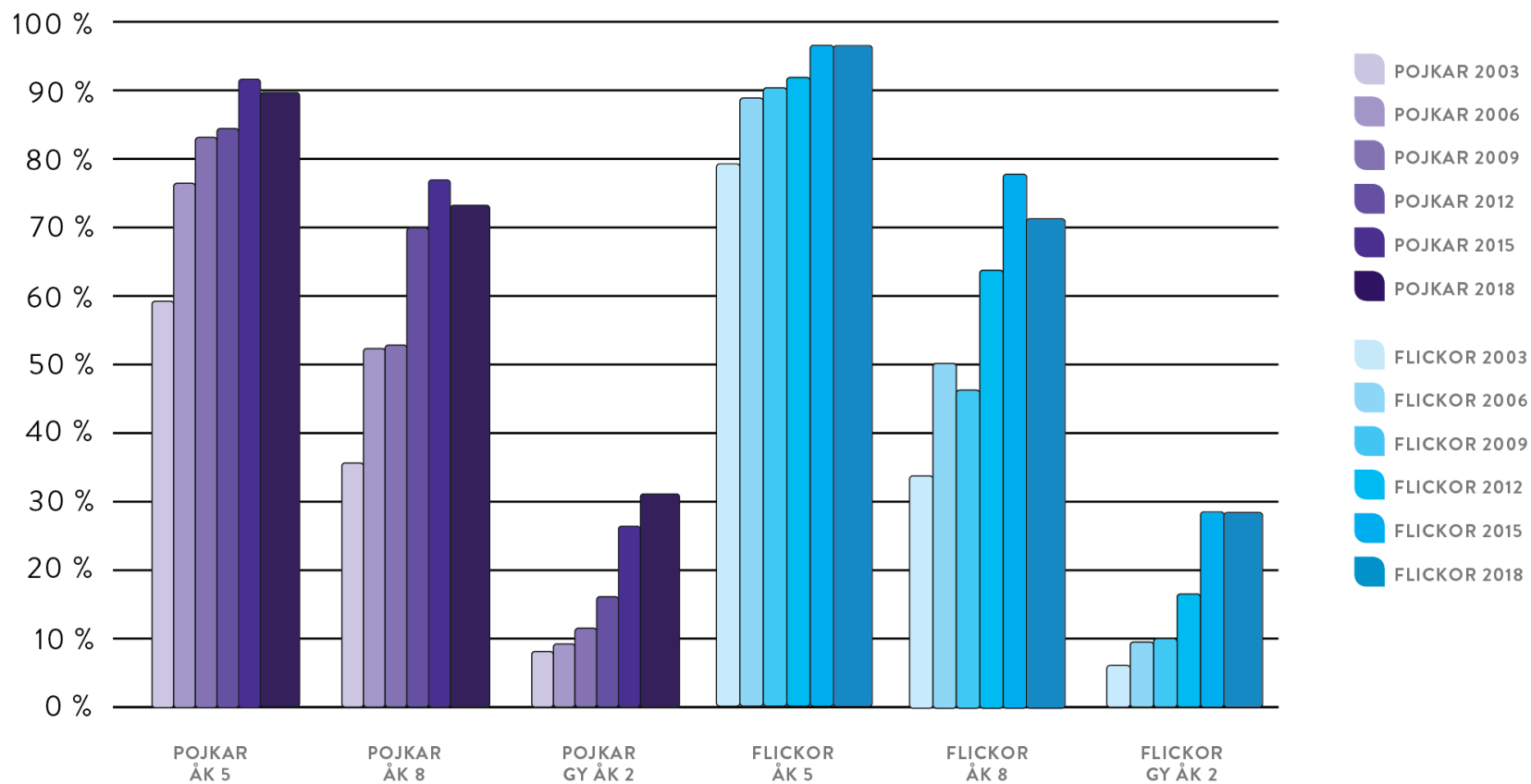


Diagram 1. Andelen alkoholkonsumenter i årskurs 9 och gymnasiets år 2 efter kön. 1971–2016.



Alkohol

FIGUR 21. ANDELEN SOM ALDRIG DRUCKIT ALKOHOL UNDER DET SENASTE ÅRET





TABELL 1 Andel berusade förövare och offer vid våldshändelser av olika typer, Sverige 2005 till 2013

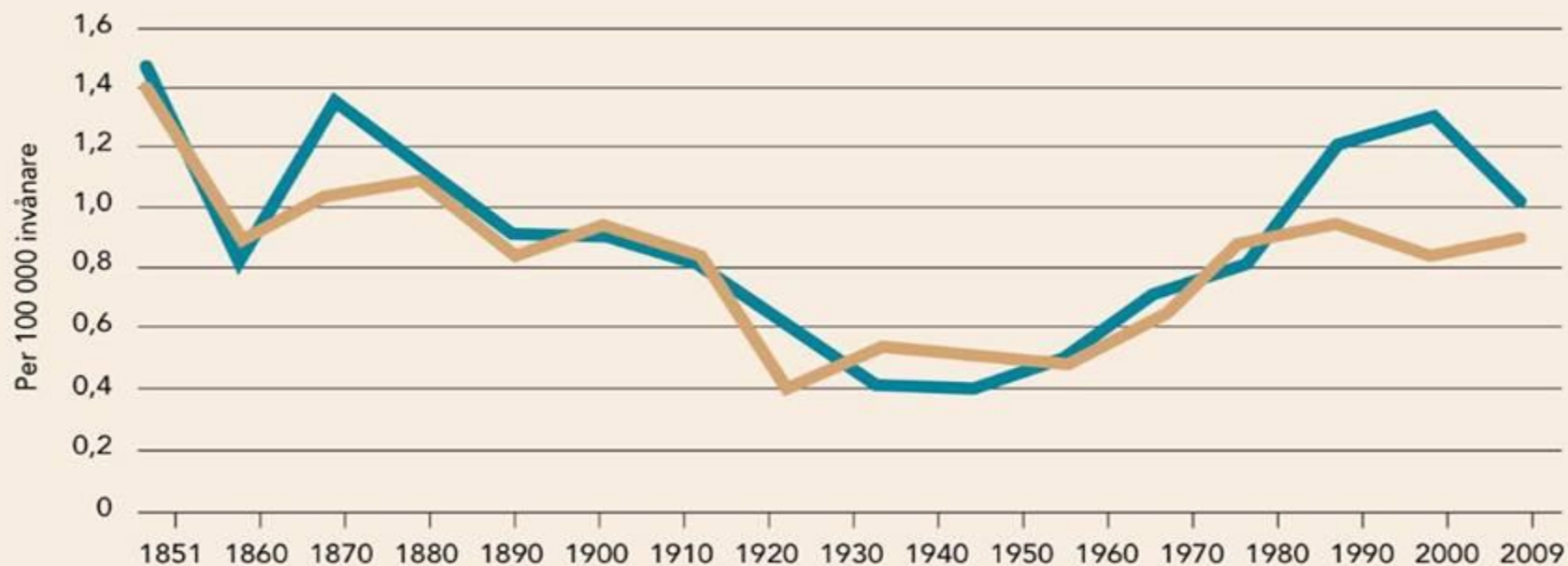
		Misshandel	Hot	Personrån	Sexualbrott
Förövare	Man	72 %	61 %	56 %	59 %
	Kvinna	45 %	45 %	45 %	55 %
Offer	Man	49 %	22 %	35 %	27 %
	Kvinna	22 %	7 %	14 %	32 %

Källa: Brå. (2015). Kortanalys – Alkohol- och drogpåverkan vid misshandel, hot, personrån och sexualbrott.

Sammanlagt för alla typer av ovanstående våldsbrott är förövaren man i nio fall av tio. Offren för misshandel är till största delen män (64 procent) medan offren för sexuellt våld till största delen är kvinnor (83 procent).²⁴



FIGUR 1 Starkt samband mellan våld och alkohol



Källa: von Hofer, H. (2011). Brott och straff i Sverige 1750-2010, 4:e uppl. Kriminologiska institutionens rapportserie, nr 2011:3. Stockholm: Stockholms universitet.



VÄSTERÅS STAD

Signifikant **samband** mellan alkohol och våld.

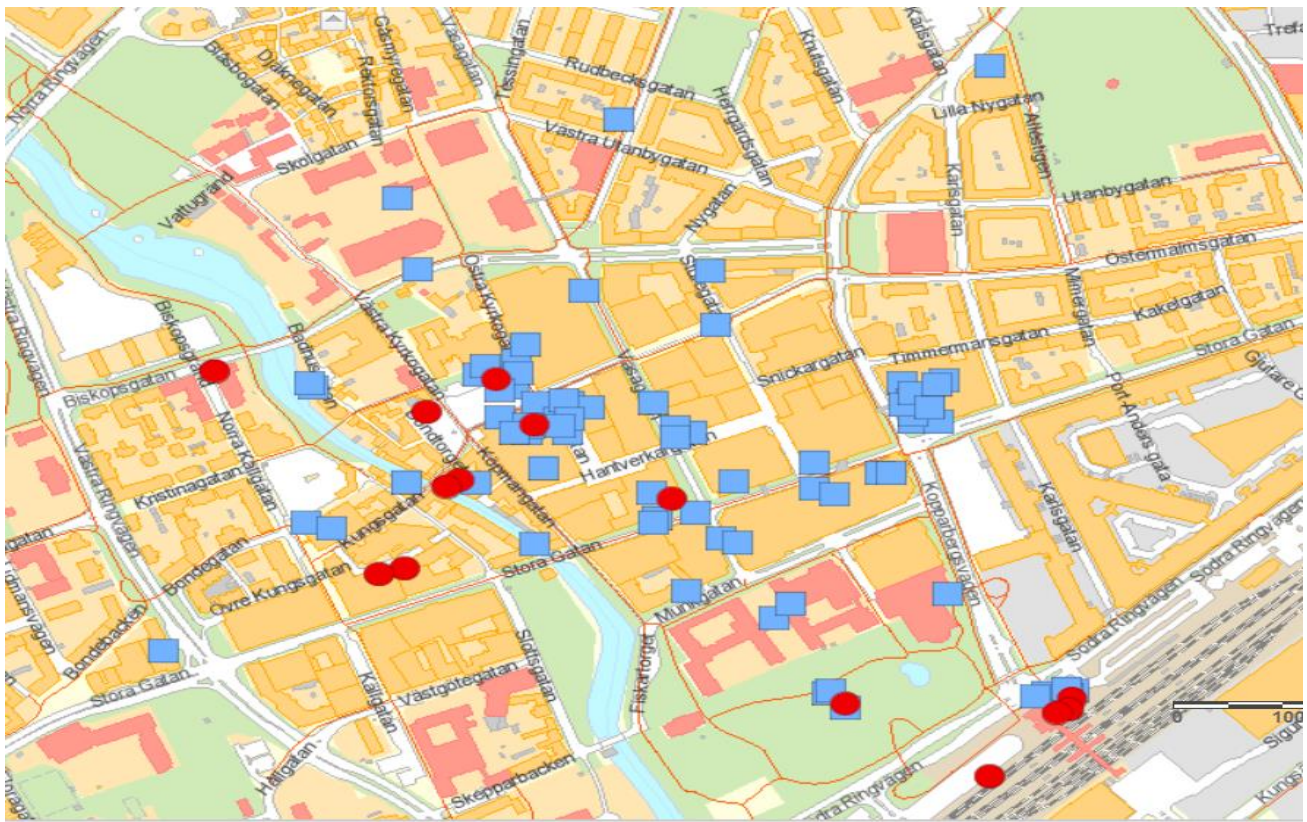
Alkohol är inte den enda förklaringen till våldsbrott utan ska i huvudsak ses som en **utlösande faktor**.

Personer som är **berusade blir lättare offer för oprovocerat våld**.

Risken för bråk är större när man är full

Våld i **nära relationer** – i cirka **hälften** av fallen finns alkohol med i bilden.

70 procent av pojkarna som hamnar på akuten i samband med våld är berusade, av flickorna är så gott som alla onyktra.



VÄSTERÅS STAD

Nio procent av killarna och fem procent av tjejerna i nian anger att de råkat i slagsmål i samband med att de druckit. I de flesta fallen är det två unga killar som slåss med varandra, men i nästan vart femte fall begås misshandeln av en eller flera tjejer.

Andel misshandel med gärningsperson påverkad av alkohol eller droger:
*Kvinna misshandlad 46%
*Man misshandlad 65 %.

Misshandelsutsatt påverkad av alkohol vid misshandelstillfället:
*Män 45%
*Kvinnor 25%

Det är oftast killar



Alkohol är den farligaste våldtäktsdrogen

Sexuellt våld - de flesta tonåringar som har sex fast de egentligen inte vill, eller utan skydd, är berusade.



Åskådarperspektivet

<https://www.youtube.com/watch?v=iUj2OHLAG3w>



VÄSTERÅS STAD

Alkohol och cancer

- Eu-studie 2010 Genomsnittet bland länderna var 36 procent.
Sverige kom på sista plats.
- Hur många procent av svenskarna var säkra på att alkohol kan öka risken för cancer? 23%
- Hur många procent av rumänerna var säkra på att alkohol kan öka risken för cancer? 57%
- Hur många procent av fransmännen/yskorna var säkra på att alkohol kan öka risken för cancer? 56%



Så mycket ökar risken för varje glas per dag

- Mun och svalg 24 %
- Struphuvud 17 %
- Matstrupe 16 %
- Bröst 8%
- Lever 7%
- Tjock- och ändtarm 2 %



Konsekvenser

- Alkohol beräknas svara för ca 30% av alla dödsolyckor.
- Alkohol ökar risken för flera cancerformer: bröstcancer, tjocktarmscancer, mun- och svalgcancer, strupcancer och levercancer.
- 45% av alla som drunknar har alkohol i blodet.
- Redan vid måttlig konsumtion stiger blodtrycket vilket ökar risken för hjärtinfarkt och stroke.
- Samhällets kostnader för de skador alkoholen orsakar beräknas till 45 miljarder per år



Metoder



Berusning på schemat

ANDT på schemat

Stöd

Iris – 021-392551

kan du som är upp till 20 år och dina föräldrar få information, rådgivning och stöd i frågor som rör alkohol- och narkotika.

Alkohollinjen - 020-84 44 48 (1177)

är till för dig som funderar över dina eller någon annans alkoholvanor. Rådgivningen sker per telefon och är kostnadsfri. Du kan vara anonym.

Familjecentrum

erbjuder stöd och vägledning till föräldrar, barn och ungdomar.

BIG

gruppverksamhet för barn och ungdomar till missbrukande föräldrar

Fältassistenterna -021- 393604

rör sig ute på kvällar, helger och dagtid

Socialtjänsten -kollpåsoc.se



VÄSTERÅS STAD

HEJ FÖRÄLDRAR – NI ÄR BÄST!

...och viktigast i era barns liv

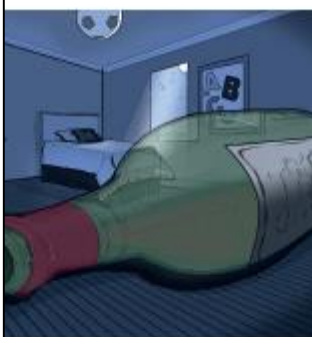


Västerås stads eget material

TÄNK
OM



Föräldramaterial Kronoberg



Cannabis





64%

4%



VÄSTERÅS STAD



Cannabis
hasch, marijuana & hascholja

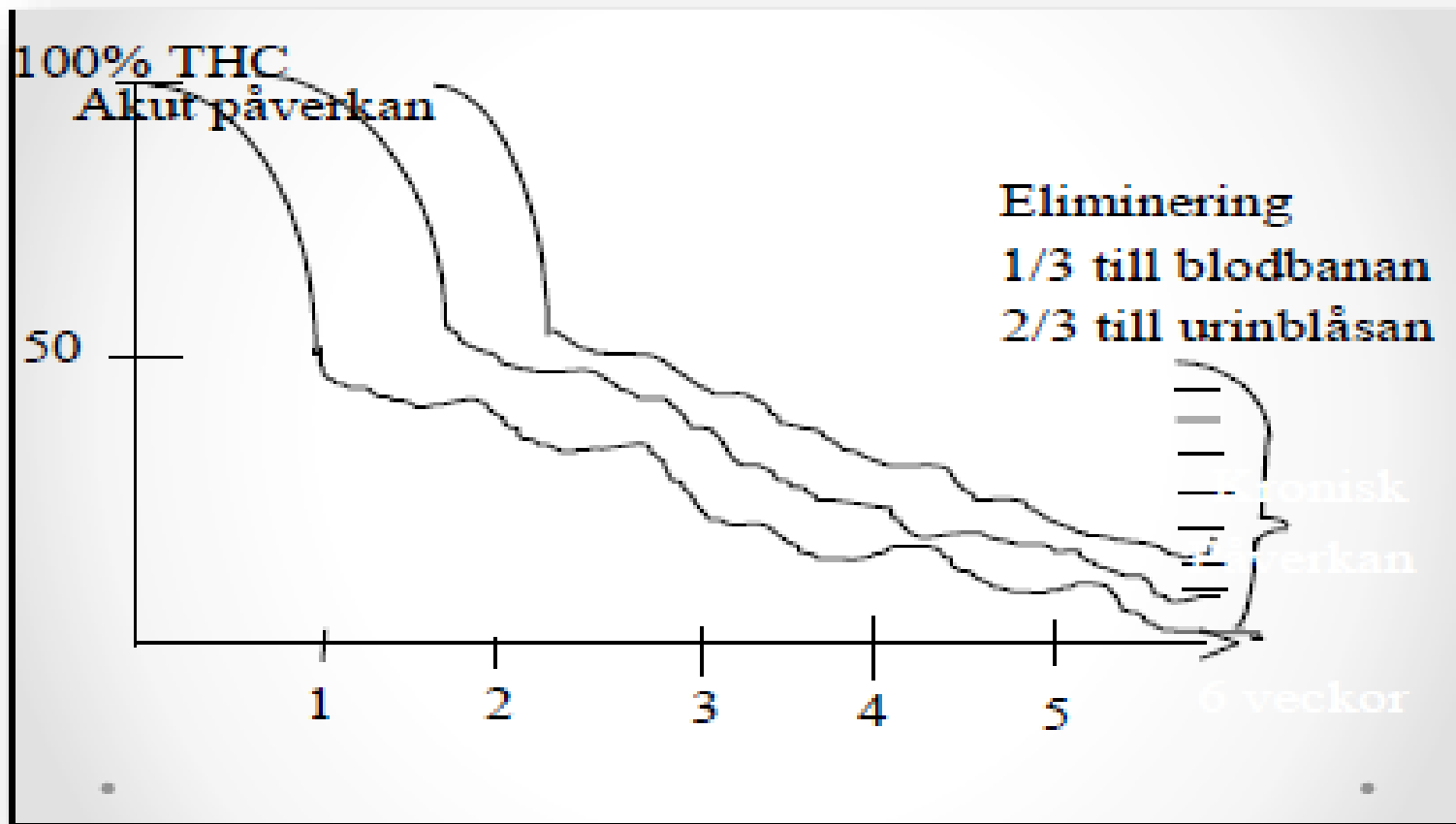
THC (tetrahydrocannabinol)

CBD (cannabidiol)



VÄSTERÅS STAD

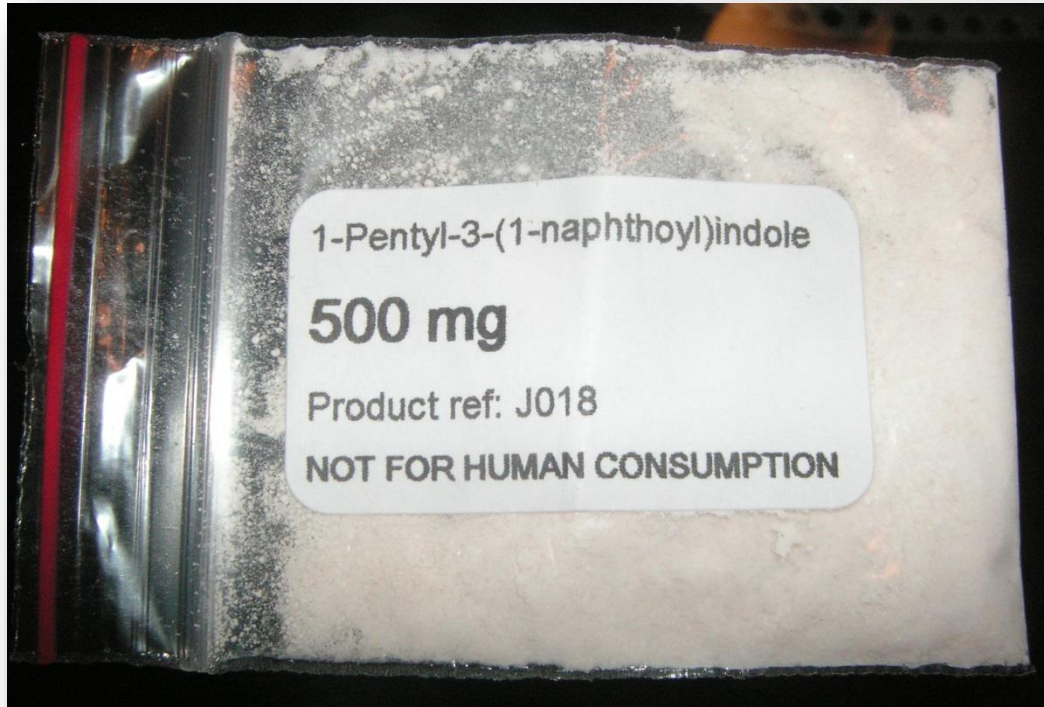






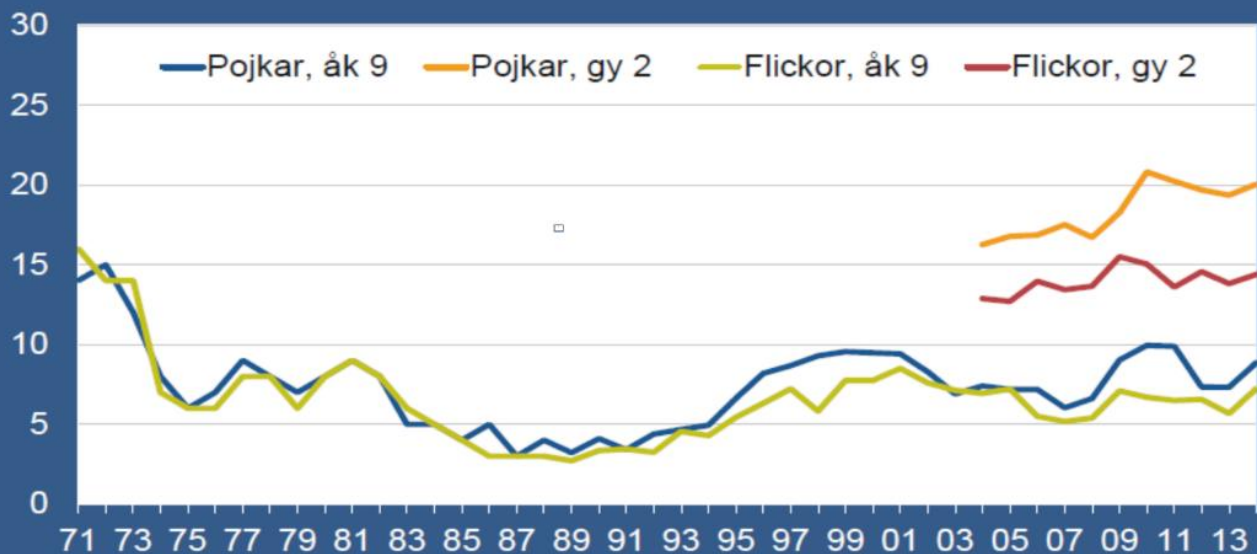
VÄSTERÅS STAD

Spice (syntetisk cannabinoid) (THC)



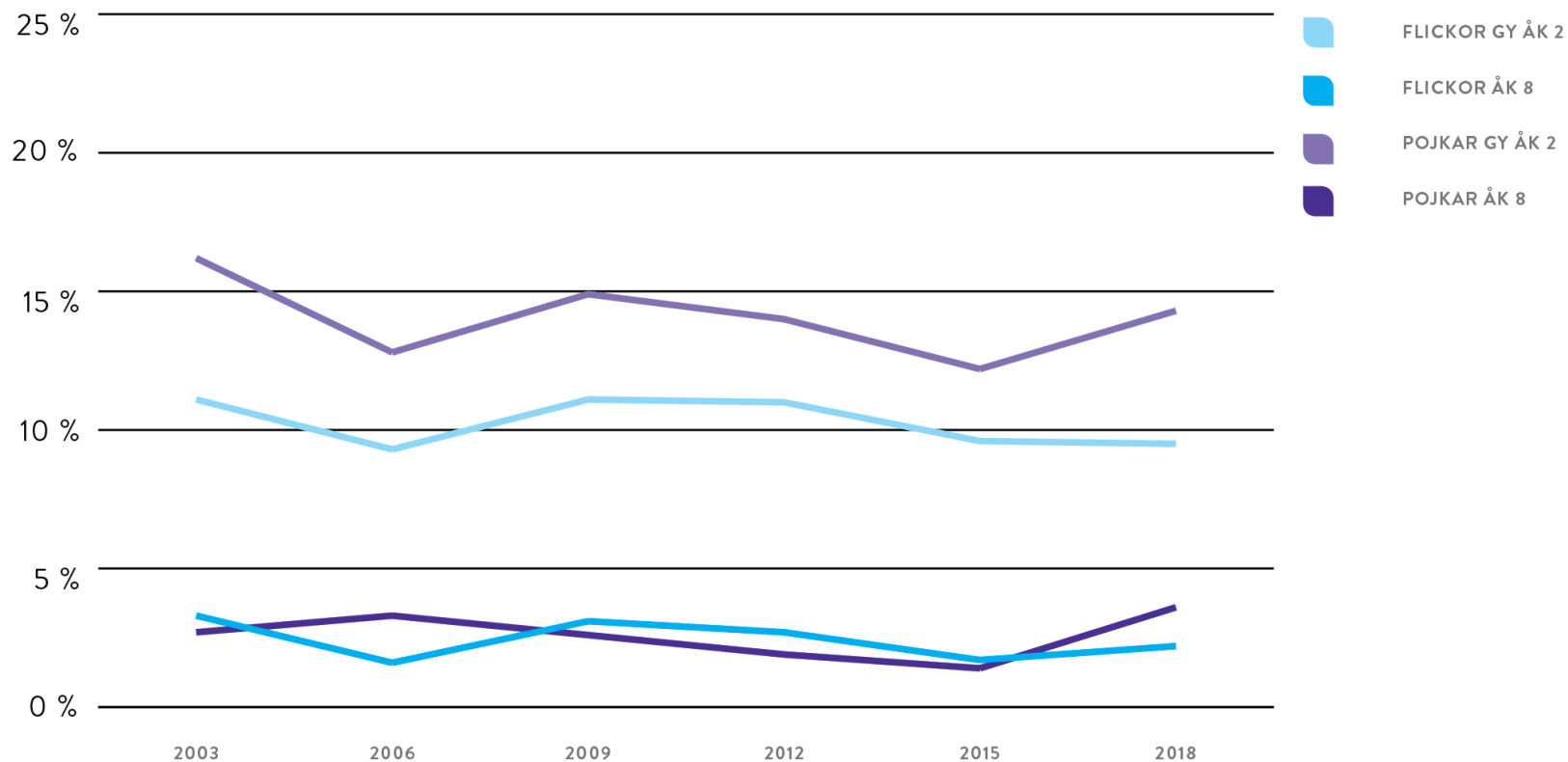
Andelen elever i årskurs 9 och gymnasiets årskurs 2 som någon gång använt narkotika, efter kön. 1971–2014.

Procent



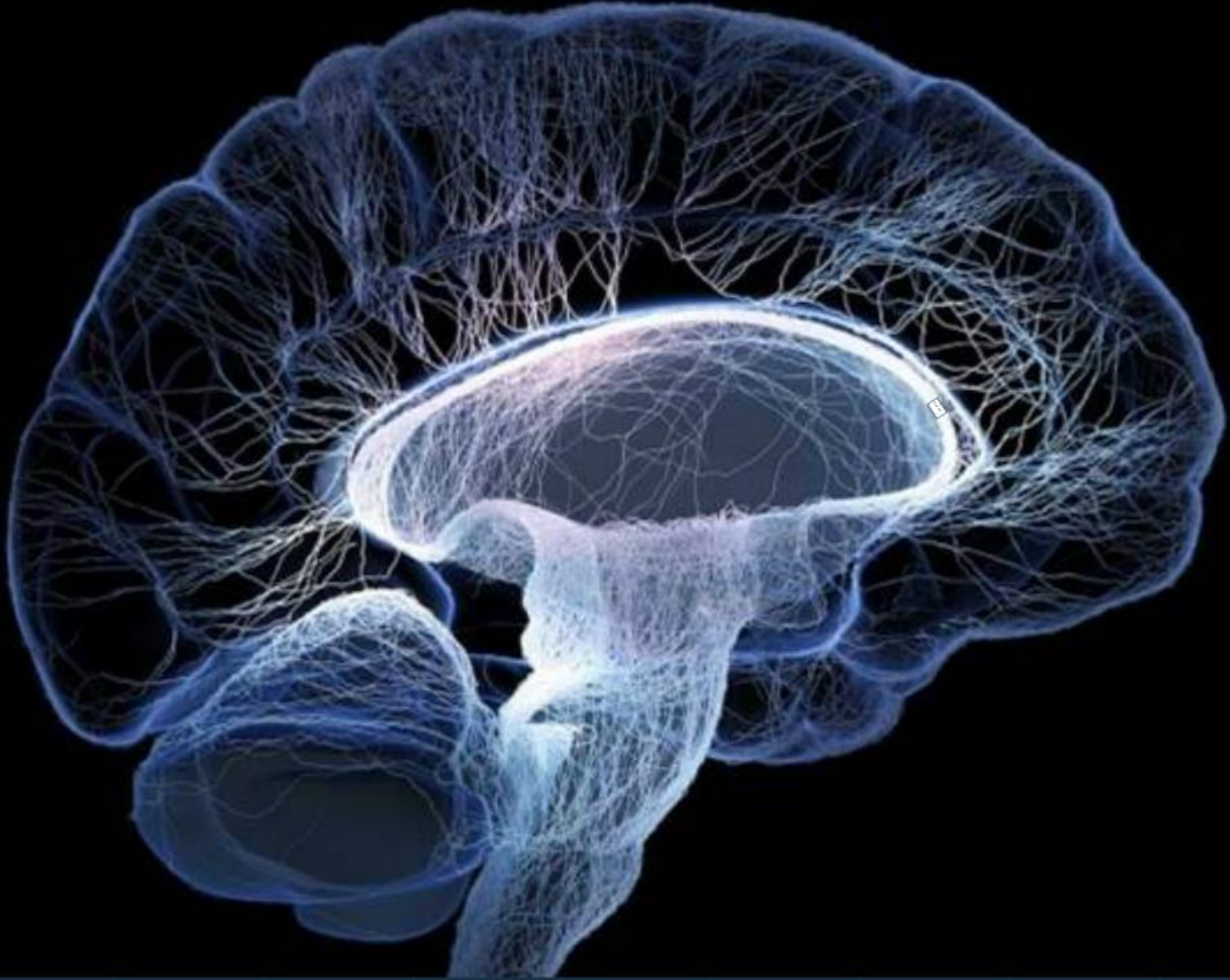
Narkotika

FIGUR 23. ANDELEN SOM ANVÄNT NARKOTIKA, EN ELLER FLERA GÅNGER



"This is not a war on drugs! It is a defense of our brains!"

Bertha K Madras



Dr. Madeline Meier

Cannabisforskare, USA/ Nya Zeeland



- Den som röker cannabis i tonåren får upp till 8 enheter lägre IQ, jämfört med den som inte röker alls.
- Intelligensförsämringen kvarstår vid 38 års ålder även om man har slutat med cannabis.



VÄSTERÅS STAD

”De biverkningarna som jag hört om, att man blir dummare, är sånt jag kan leva med. Jag anser mig själv vara så pass skärpt att jag har råd att förlora lite grann. Men om man är dum från början och börjar röka cannabis, då kan man bli riktigt jävla dum.”

(Pelle Olssons intervju med Oskar dec 2010)





The health and social effects of
nonmedical cannabis use



Vad vet vi om de kortsiktiga effekterna av cannabis?

Den mest uppenbara kortsiktiga hälsoeffekt av cannabis är förgiftning.

Förstagångscannabisanvändare kan få

- panikattacker
- hallucinationer
- kräkningar.

Försämrar körning och bidrar till en ökad risk för trafikskador.

Det finns vissa belägg för att cannabisanvändning kan utlösa hjärtstörning.

Nya fallrapporter och fallserier tyder på att cannabisrökning kan öka risken för CVD (Hjärtkärlsjukdomar) hos yngre cannabisrökare.



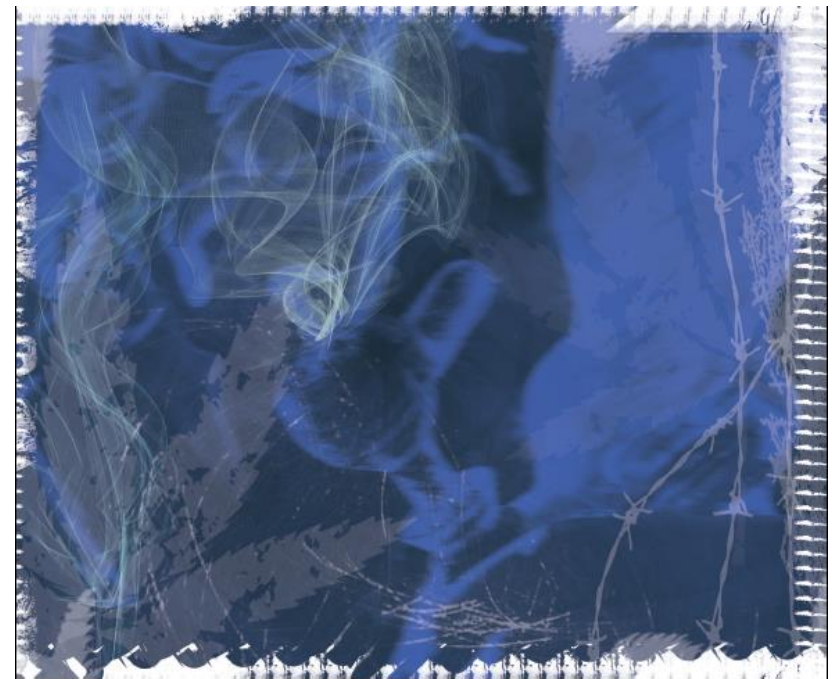
VÄSTERÅS STAD

Vad vet vi om de långsiktiga effekterna av regelbunden cannabisbruk ?

Risken för beroende

- 1 av 10 bland dem som någonsin använder
- 1 av 6 bland unga användare
- 1 av 3 bland dagliga användare.

Regelbunden cannabisanvändning under tonåren är associerad med mer allvarliga och ihållande negativa resultat än användning under vuxenlivet.



EXIT THE MAZE OF
SUBSTANCE USE FOR
BETTER GLOBAL HEALTH

Contact

Management of Substance Abuse
Department of Mental Health and Substance Abuse
20, Avenue Appia
1211 Geneva 27
Switzerland
Tel: +41 22 791 21 11
Email: msa@who.int
www.who.int/substance_abuse

ISBN 978 92 4 151024 0



510240



VÄSTERÅS STAD

Sambandet mellan cannabismissbruk och psykos eller schizofreni har erkänts i över två årtionden.

Cannabis användning är associerat med att sänka åldern för uppkomsten av schizofreni.

Daglig användning i tonåren och vuxenlivet är förknippad med en rad negativa hälso- och psykologiska utfall.

Dessa inkluderar:

- lämnar skolan i förtid
- kognitiv försämring
- ökad risk att använda andra illegala droger
- ökad risk för depressiva symptom
- ökad förekomst av självmordstankar och självmordsbeteende.

Det återstår att avgöra vilka av dessa föreningar är kausala. (orsak & verkan)

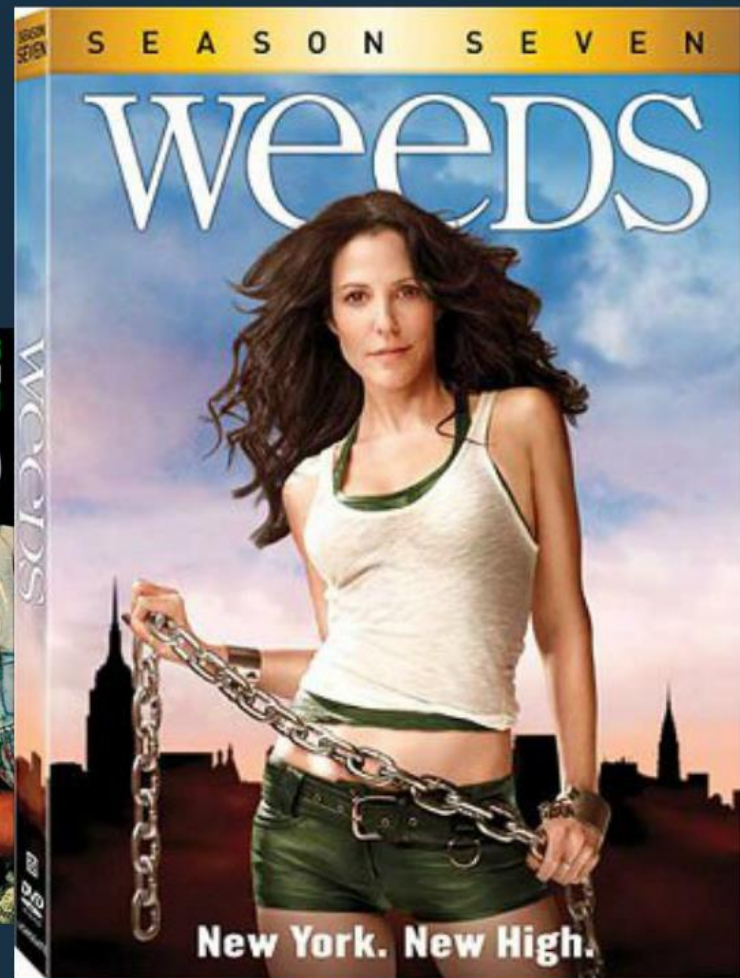
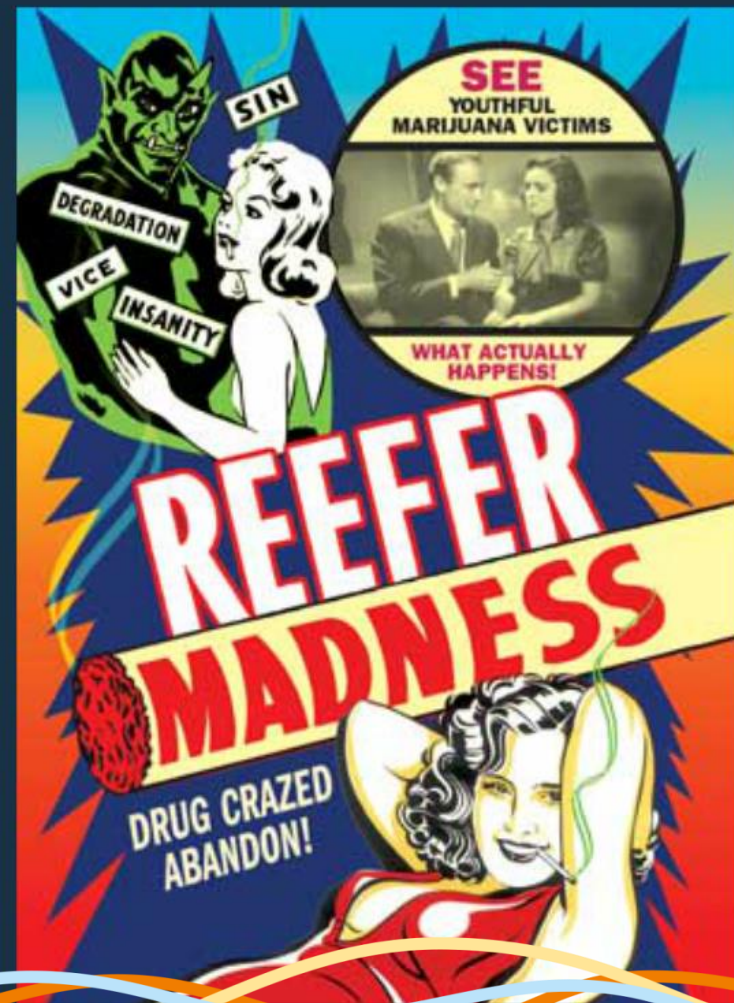




Normalisering Liberalisering Legalisering



VÄSTERÅS STAD



VÄSTERÅS STAD



VÄSTERÅS STAD

Vad är det för skillnad på medicin och läkemedel?



VÄSTERÅS STAD



Den federala myndigheten Food and Drug Administration, FDA, motsvarigheten till Sveriges Läkemedelsverk, tar avstånd från all användning av cannabis som medicin. FDA godkänner nya läkemedel i USA och ställer samma höga krav som Läkemedelsverket i Sverige. Eftersom marijuana inte är ett godkänt läkemedel har läkarna inget försäkringsskydd om patienten skadas.



VÄSTERÅS STAD



The Legalization of Marijuana in Colorado: *The Impact*

Volume 5
October 2017

Rocky Mountain High Intensity
Drug Trafficking Area
www.rmhidta.org



Brott i Denver ökade med 6% från 2014 till 2016
11% från 2013-2016.

Majoriteten av städer och län i Colorado har
förbjudit rekreations marijuana företag.

Juni 2017, fanns det **491 "marijuana -affärer"** i
Colorado jämfört med **392 Starbucks** och **208
McDonald's**.

Colorados årliga skatte intäkter från marijuana var
cirka 0,8 procent av Colorado statliga budget.



VÄSTERÅS STAD

The
Legalization of
Marijuana in
Colorado:
The Impact

Volume 5
October 2017



Rocky Mountain High Intensity
Drug Trafficking Area
www.rmhidta.org

Trafikdödlighet ökat med 66%

Besök till akuten 35%

Sjukhusvistelser 72%



VÄSTERÅS STAD



VÄSTERÅS STAD

Tre korta om varför cannabis är förbjudet.

1. En drog med allvarliga skadeverkningar på tankeverksamheten och psyke.
2. Det är moraliskt riktigt att cannabis är förbjudet då samhället har höga ambitioner inom välfärd.
3. Förbudet är verkningsfullt eftersom det begränsar användningen.



Filmer

Pro legalisering - Global Commission on Drug Policy

<https://www.youtube.com/watch?v=csnTAz0Sth8>

Fred Nyberg – Från Förebygg.nu 2013

https://www.youtube.com/watch?v=D7jrBP_sm2I



VÄSTERÅS STAD

Grupparbete 8 myter

Grupp 1	myt 1 och 8
Grupp 2	myt 2 och 3
Grupp 3	myt 4 och 5
Grupp 4	myt 6 och 7

- Läs igenom myterna.
- Presentera "era" myter så att budskapet går fram. Målgrupp ungdomar/personal (t ex rollspel/samtal, lektion, värderingsövningar, blädderblock mm).
- Presentationen får vara max 10 minuter



Dopning

<https://www.youtube.com/watch?v=TBYGuvWRqTA>



- Med **dopning** menas missbruk av hormonpreparat och andra läkemedel med avsikt att öka musklernas styrka och volym.
- **Doping** används i betydelsen när idrottsutövare förbättrar sin prestationsförmåga med hjälp av de substanser eller metoder som är förbjudna enligt den lista som World Anti-Doping Agency ([WADA](#)) upprättat och som tillämpas av Riksidrottsförbundet i Sverige



Anabola androgena steroider (AAS)

- Alla Anabola androgena steroider är syntetiska kopior av det manliga könshormonet testosteron och de har både anabol och androgen effekt.
- **Anabol effekt**
Ger tillväxt av muskelmassa och styrka samt stimulerar längdtillväxt och mognad av benstomme hos växande individer.
- **Androgen effekt**
Utvecklar det manliga könshormonet, ger djupare röst under puberteten (vilket sker hos bägge könen), skäggväxt och hårväxt på kroppen.



Testosteron

- Testosteron är basen till de syntetiska anabola androgena steroiderna.
- När män missbrukar AAS minskar kroppens egen produktion av testosteron.



Användning av AAS

- Anabola androgena steroider tas oftast i cykler så kallade "kurer".
- AAS finns som tabletter, injektionspreparat och plåster.



Positiva/förväntade effekter

- Hårdare träning
- Snabbare återhämtning – ökad träningsfrekvens
- Stimulerad muskeltillväxt, mer styrka
- Extrem viktökning på kort tid (10kg 2-3 mån)
- Ökad sexlust
- Ökad mental energi



Negativa effekter:

Synliga

- Ödem (svullen kropp och huvud)
- Håravfall (huvud)
- Ökad behåring (kropp)
- Akne
- Hudbristning
- Minskad sädesvätska
- Impotens

Osynliga

- Nedreglering av kroppseget testosteron
- Sterilitet
- Leverskador
- Polycytemi (för många röda blodkroppar i blodet-ökad risk blodpropp eller blödningar)
- Hypertoni (Högt blodtryck)
- Infektioner
- Längdtillväxtstopp för unga
- Muskel/sen bristningar



Hos kvinnor:

- Oregelbundna eller upphörda menstruationer.
- Klitorisförstoring.
- Skäggväxt och ökad kroppsbehåring.
- Mörkare röst.
- Risk för fosterskada.
- Förminskade bröst



Akne



Striae (hudbristningar)



Gynekomasti
(bröstkörtelförstoring)



VÄSTERÅS STAD

Tillgänglighet

Kompisar

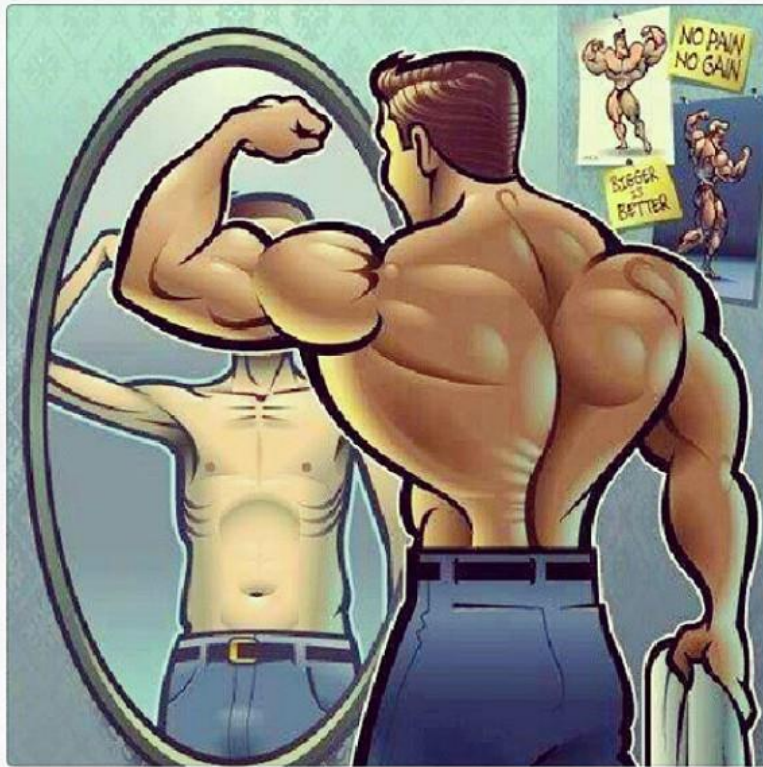
Lokala dealer

Internet

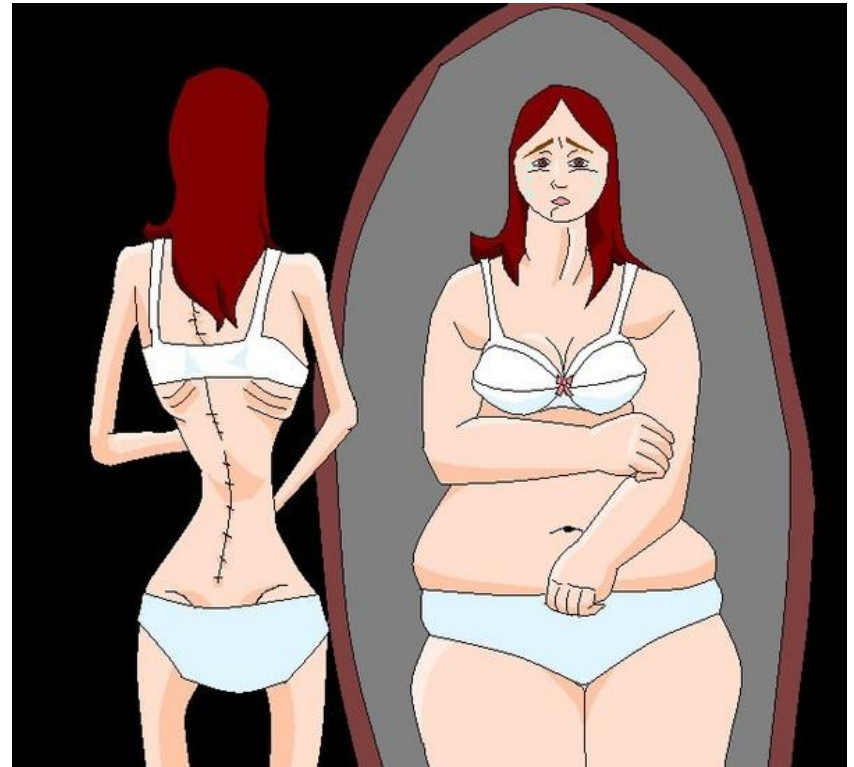


VÄSTERÅS STAD

Muskeldysmorfi - Megarexi



Anorexia nervosa



Hur pratar ni med ungdomar om kroppsideal?



VÄSTERÅS STAD

OPERA

- Omedelbara egna tankar
- Parets tankar
- Exponera
- Rangordna
- Arrangera



- Hur vill jag att min roll som ANDTcoach ska vara?



- Vad av allt detta är viktigast att börja med så att arbetet inte stannar hos/med mig?

