

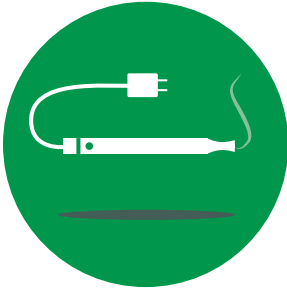
# تجارة التجزئة للماريجوانا:

## طرق الاستخدام

٢١ مايو ٢٠١٥

تتراهيدروكانابينول تجعلك تشعر بالثمالة. إن الشعور بالثمالة قد يؤثر على قيامك بالأنشطة اليومية بشكل آمن. **كن على بينة من كمية الماريجوانا التي تستخدمها وكيف تؤثر الأشكال المختلفة عليك.**

تعد تجارة التجزئة للماريجوانا أمرًا قانونيًا للبالغين فوق ٢١، ويمكن استخدامها بطرق عديدة، كما يمكن أن تتضمن مستويات مختلفة من مادة تتراهيدروكانابينول (THC). ولكن بغض النظر عن كيفية استخدام الماريجوانا سواء بالتدخين أو الأكل أو الاستنشاق أو استخلاص زيت الحشيش، فإن مادة



### استنشاق البخار

**الطريقة:** السجائر الإلكترونية، أقلام استنشاق البخار، المرذاذ.

**كيف يعمل ذلك:** يتم تسخين مادة تتراهيدروكانابينول المستخلصة من الماريجوانا ويتم استنشاق البخار الناتج منها.

**الوقت المستغرق لسريان التأثير:** ثوان إلى دقائق.

**التأثيرات الصحية:** قد تحتوي الماريجوانا المتبخرة على مستويات عالية من مادة تتراهيدروكانابينول والمواد الكيميائية الأخرى. هذه المستويات العالية يمكن أن تكون خطيرة. فالأدوات المستخدمة في التبخير ليست مصممة لضمان الصحة أو السلامة. وفي هذا الوقت، لا نعرف مدى سلامة استخدام الماريجوانا المتبخرة.



### الأكل أو الشرب

**الطريقة:** المأكولات أو المشروبات المنقوعة بالماريجوانا.

**كيف يعمل ذلك:** تضاف مادة تتراهيدروكانابينول المستخلصة من الماريجوانا في الغذاء أو الشراب ليتم هضمها.

**الوقت المستغرق لسريان التأثير:** ٩٠ دقيقة إلى ٤ ساعات للشعور بالتأثير. يمكن أن تستغرق الآثار ما يصل إلى ٨ ساعات.

**التأثيرات الصحية:** نظرًا لأن الجسم يهضم الأشياء الصالحة للأكل شأنها في ذلك شأن المواد الغذائية العادية، فقد يستغرق الجسم وقتًا أطول ليُشعر بالتأثير. لذلك ليس من الآمن أكل أو شرب حصص إضافية على الفور. وتوخ الحذر عند تناول أكثر من حصة واحدة.



### التدخين

**الطريقة:** السجائر المحشوة بالماريجوانا، الغليون، لفافة الماريجوانا

**كيف يعمل ذلك:** برعم من نبات الماريجوانا يتم إحراقه ويتم استنشاق الدخان.

**الطريقة:** الشيشة، الأرجيلة.

**كيف يعمل ذلك:** يمر الدخان عبر الماء قبل استنشاقه.

**الوقت المستغرق لسريان التأثير:** ثوان إلى دقائق. يمكن أن تستغرق الآثار ما يصل إلى ٦ ساعات.

**التأثيرات الصحية:** دخان الماريجوانا ليس صحيًا. لذلك فإن استخدام الشيشة والأرجيلة لا يجعل التدخين أقل ضررًا. فأي نوع من دخان الماريجوانا يهيج الرئتين.

كما أن التدخين في ظل وجود أشخاص آخرين يعرضهم للتدخين السلبي، حيث إن دخان الماريجوانا يحتوي على العديد من المواد الكيميائية ذاتها الموجودة في دخان التبغ.

### الحصة الواحدة من الماريجوانا المبيعة بالتجزئة تحتوي على ١٠ ملغ من مادة تتراهيدروكانابينول.

بالنسبة للمستخدمين العرضيين، من المرجح أن تسبب جرعة قدرها ١٠ ملغ أو أكثر من مادة تتراهيدروكانابينول ضررًا على قدرتك على قيادة السيارة أو الدراجة أو القيام بالأنشطة الأخرى. واعتبارًا من شهر فبراير عام ٢٠١٥، أصبح هناك إلزام بأن تتضمن جميع المنتجات الصالحة للأكل من الماريجوانا حصصًا فردية واضحة قدرها ١٠ ملغ من مادة تتراهيدروكانابينول، على ألا تتجاوز الحصة ١٠٠ ملغ لكل منتج. يمكن أن تأخذ الحصة شكل القطع الملفوفة بشكل فردي أو المشروبات المعبأة في الزجاجات أو الأجزاء سهلة القطع.



### استخلاص زيت الحشيش

**الطريقة:** زيت الحشيش، مركبات زيت الحشيش، الشمع أو شمع الأذن، لوح تسخين الحشيش.

**كيف يعمل ذلك:** يتم تسخين مادة تتراهدروكانابينول المستخلصة من الماريجوانا ويتم استنشاق البخار الناتج منها.

**الوقت المستغرق لسريان التأثير:** ثوان إلى دقائق.

**التأثيرات الصحية:** يمكن أن يحتوي زيت الحشيش المستخلص من الماريجوانا على ما يصل إلى ٦٠-٨٠٪ من مادة تتراهدروكانابينول. هذه المستويات العالية يمكن أن تكون خطيرة. في هذا الوقت، لا نعرف مدى سلامة عملية استخلاص زيت الحشيش.



### موضعي

**الطريقة:** بطرق غير المأكولات مثل المستحضرات والزيوت والبلسم والمراهم.

**كيف يعمل ذلك:** تضاف مادة تتراهدروكانابينول المستخلصة من الماريجوانا إلى المنتجات ويتم وضعها على البشرة.

**الوقت المستغرق لسريان التأثير:** غير مختبر.

**التأثيرات الصحية:** المنتجات الموضعية قد تعالج مشاكل البشرة أو تخفيف الآلام، ولكن لا تجعل المستخدم يشعر بالثمالة.

### آثار استخدام الماريجوانا يمكن أن تدوم إلى ٨ ساعات.

**توخ الحذر بعد استخدام أي شكل من أشكال الماريجوانا.** إن الشعور بالثمالة أو الشرب حتى الثمالة يمكن أن يجعل أداء بعض الأنشطة أكثر خطورة. فليس من الآمن لأي شخص ثمل الاعتناء بالأطفال أو قيادة السيارة. وعند التخطيط لاستخدام الماريجوانا، فيجب التأكد من وجود شخص آخر يمكنه أداء الأنشطة المهمة نيابة عنك.

### استخدام الماريجوانا مع مواد أخرى ليس أمرًا آمنًا

**ليس من الآمن تعاطي الكحول والماريجوانا في آن واحد** إن شرب الكحول وتعاطي الماريجوانا في نفس الوقت يعد أكثر خطورة من استخدام إحداهما بشكل منفرد.

**يجب التحدث مع اختصاصي الرعاية الصحية حول الماريجوانا والدواء.** توخ الحذر عند تناول الدواء مع الماريجوانا. فقد تكون هناك تفاعلات مع الماريجوانا لم يتم تحديدها بعد. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن ذلك.

### يمكن ألا يفرق الأفراد بين الماريجوانا والطعام أو الشراب العادي

**قم دائمًا بتخزين الماريجوانا بأمان.** بموجب القانون، يتعين تخزين المنتجات المشتراة من متاجر التجزئة للماريجوانا أو المتاجر الطبية في علب مقاومة لعبث الأطفال. احفظ الماريجوانا في هذه العلب في منطقة مؤمنة.

### الموارد

للمزيد من المعلومات حول الماريجوانا في ولاية كولورادو، بما في ذلك القوانين، والآثار الصحية وموارد الوقاية للشباب، تفضل بزيارة [Colorado.gov/Marijuana](http://Colorado.gov/Marijuana).

عند القلق من استخدام قدر كبير من الماريجوانا، اتصل بالخط الساخن لمكافحة السموم في أقرب وقت ممكن. الاتصال مجاني وسيتم تقديم المساعدة بسرعة: ١-٢٢٢-٢٢٢-٨٠٠. إذا كانت الأعراض تبدو سيئة، فيجب الاتصال بالرقم ٩١١ أو الذهاب إلى غرفة طوارئ على الفور.