



UNABHÄNGIG BLEIBEN!



FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

FACHSTELLE FÜR
SUCHTPRÄVENTION
IM LAND BERLIN



INFORMATIONSBLETT

Cannabis

Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Chausseestraße 128/129 | 10115 Berlin | Tel.: 030-29 35 26 15 | Fax: 030-29 35 26 16
info@berlin-suchtpraevention.de | www.berlin-suchtpraevention.de | www.kompetent-gesund.de

INFORMATIONSBLETT Cannabis

IMPRESSUM

8., überarbeitete Auflage | März 2025

Herausgeber: Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH
Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin
Tel.: 030 - 29 35 26 15 | Fax: 030 - 29 35 26 16
info@berlin-suchtpraevention.de
www.berlin-suchtpraevention.de
www.kompetent-gesund.de

V.i.S.d.P.: Anke Timm, Geschäftsführerin der
Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Redaktion: Anke Schmidt und Janis Schneider,
Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Gestaltung: Martina Jacob

Bilder Titel: Yellowj/Fotolia; Sublimages/Fotolia;
Jeremy Nathan/Fotolia; Alco81/Fotolia

Sonstige Illustrationen: Freepik, nounproject

Gefördert durch:



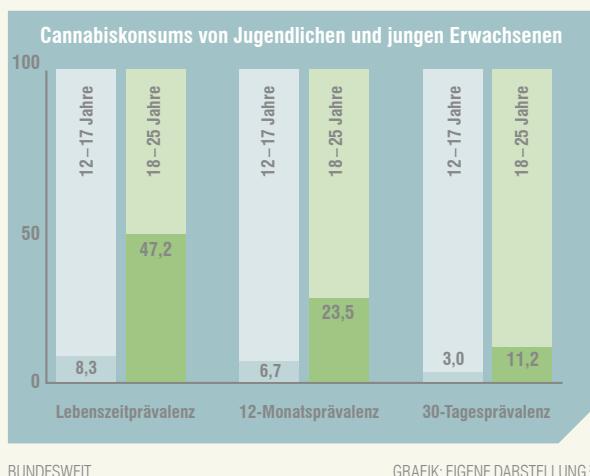
INHALT

Übersicht	3
Verbreitung des Cannabiskonsums	3
Wirkung und Konsum	3
Veränderung des Wirkstoffgehaltes	5
Nachweisbarkeit	5
Konsummuster	5
Risikoeinschätzung des Cannabiskonsums	5
Motive für den Cannabiskonsum und seine Funktionen	6
Gesundheitliche und psychosoziale Auswirkungen des Cannabiskonsums	7
Das Cannabisgesetz (CanG)	8
Hintergrund und Ziele	8
Gesetzliche Lage	9
Ausblick	9
Prävention	10
Angebote der Fachstelle für Suchtprävention Berlin	10
Weitere Berliner Anlaufstellen	11
Bundesweite Informations- und Präventionsangebote	12
Beratungs- und Hilfsangebote	14
Berliner Hilfsangebote	14
Bundesweite Hilfsangebote	14

Übersicht

Die Cannabispflanze gehört zur botanischen Gattung der Hanfgewächse (Cannabaceae) und enthält psychoaktive Wirkstoffe.

Cannabis ist nicht nur ein Rauschmittel, sondern eine der ältesten bekannten Nutz- und Heilpflanzen. Im heutigen China wurde Hanf bereits im frühen 3. Jahrtausend v. Chr. angebaut und zur Herstellung von Kleidern und Seilen verwendet; seit etwa 2000 v. Chr. wird Hanf auch als Heilmittel eingesetzt. In Europa wurde die Rauschwirkung von Cannabis erst im 19. Jahrhundert bekannt. Seit den 1970er Jahren hat sich Cannabis in Deutschland und vielen anderen westlichen Industrienationen nach Alkohol zu der am häufigsten konsumierten Rauschdroge entwickelt.



GRAFIK: EIGENE DARSTELLUNG²

Verbreitung des Cannabiskonsums

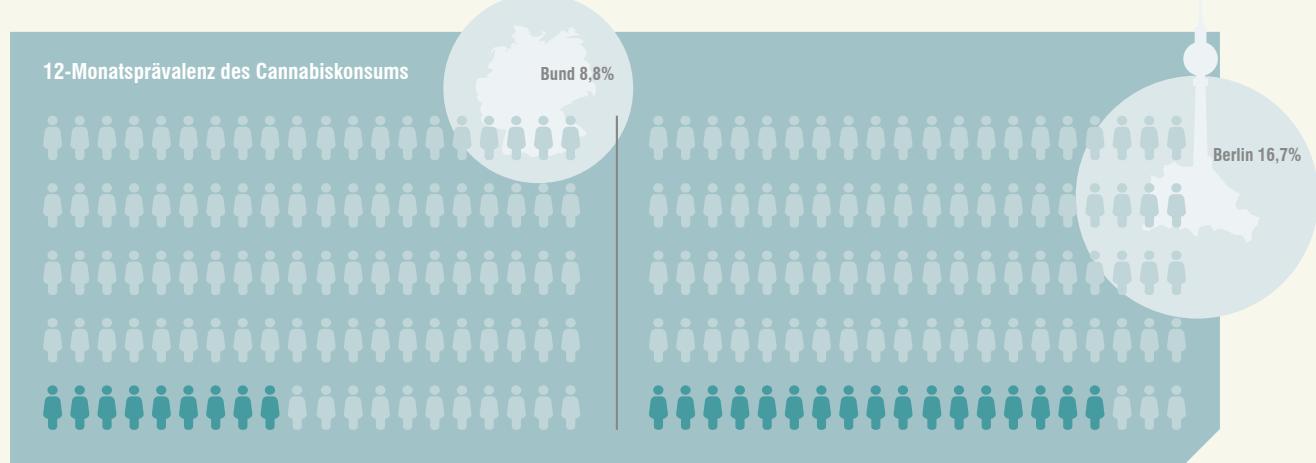
Statistisch betrachtet haben etwa 8% der europäischen Erwachsenen (15–64 Jahre, 22,8 Millionen) im letzten Jahr Cannabis konsumiert.¹ Ein Blick auf eine Auswahl aktueller Konsumprävalenzen zeigt, dass Cannabiskonsum auch in Deutschland weit verbreitet ist, wenngleich noch immer ein signifikanter Anteil der Bevölkerung wenig bis keine Berührungspunkte mit der Substanz hat.

Bei der Mehrheit der Konsumierenden ist der Gebrauch von Cannabis ein vorübergehendes Phänomen. Allerdings entwickeln sich bei einem Teil der Konsumierenden problematische Konsummuster.

Der Epidemiologische Suchtsurvey 2021 stellte bundesweit bei 29,8% der Menschen, die innerhalb der letzten 12 Monate konsumiert haben, und bei 2,5% der Gesamtstichprobe einen klinisch relevanten Cannabiskonsum fest.³

Wirkung und Konsum

Die Cannabispflanze enthält mindestens 60 unterschiedliche Cannabinoide, von denen einige psychoaktiv wirken. Hinsichtlich der Wirkungen von Cannabis muss grundsätzlich zwischen der Nutzung von „Cannabis als Medizin“ und „Cannabis als Rauschdroge“ unterschieden werden, wobei hier der Fokus auf den Gebrauch von Cannabis als psychoaktiver Substanz gelegt wird.



GRAFIK: EIGENE DARSTELLUNG³

1 Vgl. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (2024): European Drug Report 2024: Trends and Developments. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/47ckk2j3>.

2 Orth, B. & Merkel, C. (2024): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023. Info-Blatt: Ergebnisse zum Cannabiskonsum. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/ymeb25pr>.

3 Vgl. Olderbak, S. et al. (2023): Epidemiologischer Suchtsurvey 2021. Substanzkonsum und Hinweise auf substanzbezogene Störungen in Berlin. [Abschlussbericht]. München: IFT Institut für Therapieforschung.

INFORMATIONSBLETT Cannabis

Der stärkste psychoaktive Wirkstoff ist das THC (Tetrahydrocannabinol). Nur weiblich blühende Cannabispflanzen enthalten genügend THC, um einen Rausch zu erzeugen.



MARIHUANABLÜTEN, JOINT UND PFEIFE

BILD: FOTOLIA/SUBLIMAGES

Cannabis wird meist in Form von Marihuana (getrocknete Blüten und Blätter) oder Haschisch (Harz der Blütenstände), selten als Haschischöl (konzentrierter Auszug des Harzes) konsumiert. Die häufigste Konsumform ist dabei das Rauchen („Kiffen“) von Cannabis-Tabak-Mischungen in Joints, seltener wird Cannabis pur geraucht.

Auch der Konsum mittels sog. Vaporizer ist geläufig. Der Konsum von Cannabis mittels Verdampfern gilt als risikoärmer hinsichtlich des Schädigungspotenzials von Lunge und Atemwegen.

Cannabis wird auch Lebensmitteln hinzugefügt, z.B. in Tee aufgelöst oder in Keksen verbacken. Als relativ neue Konsumform werden sog. Dabs konsumiert – dabei handelt es sich um eine konzentrierte Form des Cannabis, die mittels chemischer Trennverfahren hergestellt wird. Durch dieses Verfahren wird eine vielfach höhere THC-Konzentration erreicht.

Beim Rauchen und Verdampfen setzt die Wirkung sofort ein, erreicht ihren Höhepunkt nach etwa 15 Minuten, klingt nach 30 bis 60 Minuten langsam ab und ist nach 2 bis 3 Stunden meist kaum noch spürbar. Werden die Cannabisprodukte gegessen oder getrunken, setzt die Wirkung später und häufig auch sehr plötzlich ein. In ihrer Stärke ist sie daher unvorhersehbarer.

Unabhängig von der Konsumform entstehen zusätzliche Risiken durch Verunreinigungen und Streckmittel wie z.B. Schimmel, Chemikalien und Haarspray.

Seit einigen Jahren sind auch vermehrt sogenannte synthetische Cannabinoide erhältlich:⁴

- Synthetische Cannabinoide sind künstlich hergestellte Substanzen, deren Wirkung pflanzlichem Cannabis ähnelt.
- Der Vertrieb geschieht oftmals im Internet in Form von Kräutermischungen o.Ä.
- Die Wirkung ist z.T. stärker und intensiver als von pflanzlichem Cannabis.
- Die Substanzen und ihre Risiken sind bisher kaum erforscht, die Kurz- und Langzeitfolgen sind daher weitestgehend unbekannt.
- Der Umgang mit synthetischen Cannabinoiden wird im Neue-psychoaktive-Stoffe-Gesetz (NpSG) geregelt.⁵
- Aus Gründen der Schadensminimierung wird dringend davon abgeraten, mit synthetischen Cannabinoiden versetzte Produkte zu konsumieren.

Die Rauschwirkung von Cannabis ist sehr komplex und verbindet euphorisierende, entspannende, beruhigende und halluzinogene Effekte.

Es gibt eine Vielzahl von Faktoren, welche die Rauschwirkung von Cannabis beeinflussen („Substanz, Set & Setting“).

Die Wichtigsten sind:

- die Höhe der THC-Dosis
- die Konsumweise
- die momentane Stimmungslage
- die Erwartungshaltung und Erfahrung
- die psychische Stabilität der konsumierenden Person
- der Einfluss der Umwelt und Umgebung während des Konsums

Berichtet wird deshalb nicht nur von Euphorie, Entspannung und Wohlbefinden, sondern auch von Unruhe, Angst und Verwirrtheit bis hin zu Panikreaktionen und paranoiden Wahnvorstellungen. Auf Jugendliche und junge Erwachsene treffen diese Gefahren in besonderem Maße zu, da sich der Körper und das Gehirn noch in der Entwicklung befinden.

4 Ausführliche Informationen zu Synthetischen Cannabinoiden und weiteren neuen psychoaktiven Substanzen finden Sie im Informationsblatt „Neue Psychoaktive Substanzen (NPS)“ der Fachstelle für Suchtprävention.

5 Vgl. Bundesministerium für Gesundheit (2019): Das Neu-psychoaktive-Stoffe-Gesetz. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/yc3px7jw>.

Veränderung des Wirkstoffgehaltes

Seit Mitte der 90er Jahre hat sich der Wirkstoffgehalt von THC in Cannabisprodukten praktisch verdreifacht. So lag in Deutschland der durchschnittliche Wirkstoffgehalt von THC bei Haschischprodukten in 1997 noch bei 7,2% THC und beträgt im Jahr 2024 bereits 26,6%. Der Wirkstoffgehalt von Marihuana wird seit 2006 getrennt in Blüten und Kraut erfasst und ist bei Blüten seit 2011 von 10,9% auf 14,4% THC ebenfalls deutlich gestiegen. Da der THC-Gehalt von Cannabisprodukten stärker gestiegen ist als der Preis, erhält man heute oftmals für weniger Geld eine höhere THC-Dosis. Steigender THC-Gehalt erhöht sowohl das Risiko einer Cannabisabhängigkeit als auch das Psychoserisiko für vulnerable Personen.⁶

Wie bei allen Substanzen, die vorrangig über einen illegalen Markt bezogen werden, gibt es auch bei Cannabis starke Schwankungen in der Qualität und im Wirkstoffgehalt, welche die Berechenbarkeit der Dosierung erschweren und zusätzliche Risiken für die Konsumierenden darstellen.

Nachweisbarkeit

Wie lange der Konsum von Cannabis im Körper nachweisbar ist, lässt sich nicht allgemein sagen, da die Nachweisbarkeit von verschiedenen Faktoren abhängt. Die Abbauprodukte von Cannabinoiden lagern sich im Fettgewebe ab. Der Konsum ist deshalb länger im Körper nachweisbar als bei anderen Drogen.

Die Nachweisbarkeit hängt u.a. ab von:

- Konsummenge, Konsumhäufigkeit und Konsumintensität
- Zeit zwischen Konsum und Drogentest
- Körperliche Verfassung der Konsumierenden

Insbesondere ein regelmäßiger und intensiver Konsum kann noch bis zu 12 Wochen im Urin nachgewiesen werden. Der Nachweis durch eine Blutprobe ist bei vereinzeltem Konsum nur einige Stunden nach der Einnahme, bei regelmäßigem Konsum auch länger, möglich. Durch Haaranalysen ist Cannabis (und auch andere Drogen) noch mehrere Monate nach dem Konsum nachweisbar.⁷

⁶ Vgl. Deutsche Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht (DBDD) (2024): Bericht 2024 des nationalen REITOX-Knotenpunkts an die EUDA. Drogen, Workbook Drug Market and Crime. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/rtk6zb2>.

⁷ Die Aussagekraft von Haarproben ist umstritten, da das THC auch von außen, also zum Beispiel über Rauch und Hände, an die Haare gelangt. Somit kann nicht zweifelsfrei eine Substanzaufnahme nachgewiesen werden.

Konsummuster

Mit dem Begriff Konsummuster wird der praktizierte Konsum beschrieben. Hierzu zählt die Einzeldosis, die Konsumfrequenz, etwaiger Mischkonsum sowie die Situationen, in denen konsumiert wird. Die Klärung des individuellen Konsummusters hat eine große Bedeutung, um Risiken des Konsums einzuschätzen. Fachleute unterscheiden heute nicht mehr „harte“ und „weiche“ Drogen, sondern blicken auf die Konsummuster.

FAUSTREGEL: Je früher der Einstieg, je höher die Dosis, je regelmäßiger der Konsum, je mehr andere Drogen zusätzlich konsumiert werden und je unangemessener die Situation des Konsums ist (z.B. vor dem Schulunterricht), desto problematischer ist der Konsum einzuschätzen. **INFO**



Risikoeinschätzung des Cannabiskonsums

Die Frage, wie gefährlich Cannabiskonsum ist, ist also nicht einfach zu beantworten, weil die Risiken des Konsums von einer Vielzahl von Faktoren abhängig sind. Einfache Wahrheiten über die Risiken von Cannabis sind grundsätzlich kritisch zu bewerten, weil sie einseitige Erfahrungen oder Ergebnisse darstellen.

Für eine differenzierte und sachliche Risikoeinschätzung des Cannabiskonsums sind Informationen über unterschiedliche Zusammenhänge erforderlich.

Die wichtigsten Fragen für eine angemessene Risikoabschätzung sind:

- Welche Konsummuster werden praktiziert?
- Was sind die Motive für den Konsum und welche Funktionen erfüllt er?
- Wie sieht der persönliche und soziale Hintergrund der konsumierenden Person aus?



KONSUMSITUATION

BILD: MONKEYBUSINESSIMAGES/ISTOCKPHOTO

INFORMATIONSBLETT Cannabis

Motive für den Cannabiskonsum und seine Funktionen

Viele Menschen, die im Laufe ihres Lebens Cannabis konsumieren, machen die ersten Erfahrungen als Jugendliche und junge Erwachsene. Gleichzeitig sind der Großteil der Konsumierenden Erwachsene jungen und mittleren Alters – circa zwei Drittel der Konsument*innen sind zwischen 18 und 40 Jahren alt, während nur 6% der Konsument*innen nicht volljährig sind.⁸ Cannabiskonsum ist meist ein temporäres Phänomen. Bei jungen Menschen kann Cannabiskonsum eine entwicklungs-typische Erscheinung sein. Grob lassen sich jugendtypische von problemausweichenden Funktionen unterscheiden. Dinge auszuprobieren, Grenzen auszuloten und mit Freund*innen gemeinsam zu konsumieren, gehört in gewisser Weise zum Erwachsenwerden dazu – diese oft positiv konnotierten Erlebnisse anzuerkennen, ist ein wichtiger Aspekt im Umgang mit konsumierenden Jugendlichen. Problematisch wird der Konsum, wenn Cannabis längerfristig und dauerhaft zur Lebensbewältigung eingesetzt wird.

Jugendtypische Funktionen

- Neugier, Experimentierverhalten, Selbsterfahrung, Spaß
- Gemeinschaftsgefühl und gemeinsamer Lebensstil in der Clique

Problemausweichende Funktionen

- Entspannung und zum Stressabbau
- Flucht vor anstehenden Aufgaben
- Konfliktvermeidung, Regulierung von unliebsamen Gefühlen
- Mittel zur „Selbstheilung“ bei psychischen Problemen

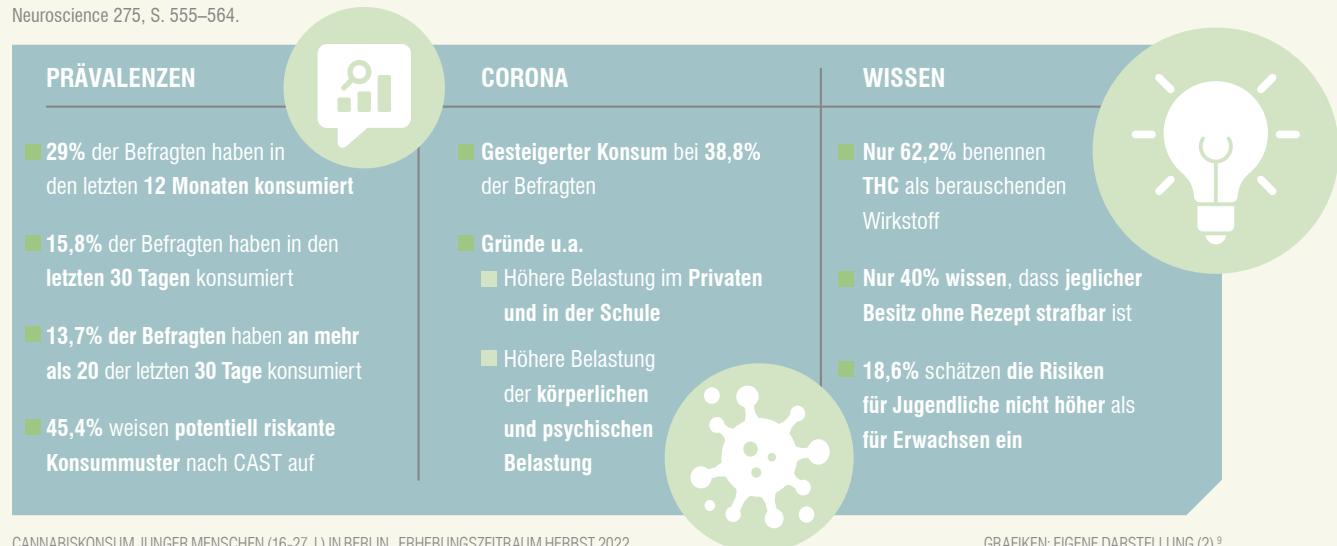
8 Vgl. Manthey, J., Klinger, S., Rosenkranz, M. et al. (2024): Cannabis use, health problems, and criminal offences in Germany: national and state-level trends between 2009 and 2021. In: European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience 275, S. 555–564.

ICH KONSUMIERE CANNABIS, WEIL ...	IN %
ich das gerne mit anderen zusammen mache	75,5
ich damit gut abschalten und entspannen kann	74,5
ich dann mehr Spaß habe	71,8
ich Musik dann besonders genießen kann	63,4
es mir dann besser geht, wenn ich schlecht drauf bin	53,2
ich dann besser einschlafen kann	51,5
ich damit Langeweile vertreiben kann	49,8
ich dann besonders viele Ideen und Einfälle habe	45,9
(fast) alle meine Freunde auch konsumieren	40,6
ich Sex dann mehr genießen kann	36,0
ich dann besser mit Leuten klarkomme	35,9
ich mich damit belohne, wenn ich was geschafft habe	35,8

CANNABIS-KONSUMGRÜNDE, VERGANGENE 12 MONATE, MEHRFACHNENNUNG MÖGLICH⁹

Steht der Cannabiskonsum dauerhaft im Dienst von „problem-bewältigenden“ Motiven, besteht ein deutliches Risiko für die Entwicklung einer Abhängigkeit oder die Verschlechterung der psychischen Gesundheit. Generell lässt sich feststellen, dass insbesondere Kinder und Jugendliche, die im frühen Jugendalter mit dem Cannabiskonsum beginnen und diesen regelmäßig fortsetzen, als besonders gefährdet für die Ausprägung einer Abhängigkeitserkrankung gelten. Mit der Entwicklung eines frühen Cannabismisbrauchs werden wichtige Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz nicht bewältigt, was u.a. die schulische Entwicklung gefährdet.

9 Vgl. Kalke, J. & Rosenkranz, M. (2023): Cannabiskonsum von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Berlin: Ergebnisse einer Repräsentativbefragung. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/2xbbu724>.



Gesundheitliche und psychosoziale Auswirkungen des Cannabiskonsums

Der aktuelle Forschungsstand zu den gesundheitlichen Auswirkungen von längerfristigem und regelmäßIGem Konsum von Cannabis als Rauschdroge zeigt verschiedene Folgen auf:

Körperliche Beeinträchtigungen

- Akuter Cannabiskonsum belastet das Herz- und Kreislaufsystem und kann das Herzinfarktrisiko erhöhen.
- Beim Rauchen kann Cannabis Lunge und Atemwege schädigen.
- Cannabiskonsum während der Schwangerschaft birgt Risiken sowohl für die Schwangere (z.B. Anämien) als auch für das ungeborene Kind.

Beeinträchtigung des Lernens, der Konzentration und der Aufmerksamkeit

- Regelmäßiger Cannabiskonsum kann die Hirnleistungen und insbesondere die Gedächtnisleistungen verschlechtern und hat negative Auswirkungen auf weitere kognitive Fähigkeiten (z.B. Aufmerksamkeit, Problemlösen, Denkleistungen).
- Kognitive Funktionsdefizite scheinen jedoch nach längeren Abstinenzphasen umkehrbar zu sein, wobei derzeit noch unklar ist, ob und nach welcher Zeit der Abstinenz die Symptome wieder vollkommen verschwinden.
- Akuter Cannabiskonsum führt zu einer Verlängerung der Reaktionszeit, deutlich verminderten Fahrleistungen beim Fahren von Autos, Fahrrädern und Scootern und erhöht das Unfallrisiko.¹⁰

10 Vgl. Hall, W. & Degenhardt, L. (2013): The adverse health effects of chronic cannabis use. In: Drug Testing and Analysis 6 (2014). S. 39–45.



CANNABISKONSUM UND CORONA

Bereits heute lassen sich erste Hinweise darauf finden, dass sich die Belastungen der Corona-Pandemie auf das Konsumverhalten von Jugendlichen und jungen Erwachsenen auswirken, wenngleich diese Auswirkungen differenziert zu betrachten sind: Während unter jungen Menschen in Berlin knapp 40 % ihren Cannabiskonsum steigerten, haben rund 20 % ihren Konsum reduziert und etwa jede*r Zehnte den Konsum gar komplett eingestellt. Eine detaillierte Auswertung von Belastungen während der Corona-Pandemie und Cannabiskonsum zeigt jedoch, dass diejenigen Personen, die ihren Konsum während der Pandemie erhöht haben, auch stärkere Belastungen erlebt haben.

INFO

Psychische und psychosoziale Beeinträchtigungen

- Früher Einstieg in den Cannabiskonsum kann zu Störungen der psychosozialen Entwicklung und der seelischen Gesundheit führen.
- Kiffer geht häufig mit dem gleichzeitigen oder späteren Konsum anderer Drogen einher. Dennoch gibt es keine wissenschaftliche Evidenz für die These, dass Cannabis eine sog. Einstiegsdroge sei. Es gibt eine Korrelation, aber keine Kausalität. Drogengebrauch und Suchtentstehung sind komplexe Phänomene – eine Risikobetrachtung muss daher verschiedene individuelle, gesellschaftliche und substanzbezogene Faktoren betrachten.
- Cannabiskonsum erhöht das Risiko einer AbhängigkeitSENTwicklung und ist ein Risikofaktor für psychische Erkrankungen. Cannabis kann psychisch und physisch abhängig machen. Bei vulnerablen Personengruppen¹¹ ist die Wahrscheinlichkeit des Auftretens einer schizophreneren Symptomatik¹² verstärkt gegeben.
- Es wird geschätzt, dass etwa 9 % aller Menschen, die einmal Cannabis probiert haben, eine cannabisbezogene Störung entwickeln.¹³ Dieser Anteil steigt auf 17 % an, wenn der Cannabiskonsum in der Adoleszenz begann und auf 25 bis 50 %, wenn Cannabis täglich gebraucht wird.
- Am deutlichsten ausgeprägt ist das erhöhte Krankheitsrisiko bei Störungen wie Psychosen: Bei gelegentlichem Konsum ist es um das 1,4- bis 2-fache erhöht, bei intensivem Konsum steigt das Risiko je nach Studie auf das 2- bis 3,4-fache an. Studien verweisen zudem darauf, dass der steigende THC-Gehalt das Psychoserisiko erhöht.¹⁴
- Chronischer Cannabiskonsum geht häufig mit einem Leistungsabfall in der Schule einher. Menschen, die Cannabis häufig konsumieren, besuchen seltener eine Universität und haben seltener akademische Abschlüsse als nicht-konsumierende Altersgenoss*innen.¹⁵

11 Verletzlich, verwundbar. Gemeint sind Menschen, die z.B. durch genetische Veranlagung eher gefährdet sind, eine Psychose zu entwickeln.

12 Vgl. Hall, W. & Degenhardt, L. (2013): The adverse health effects of chronic cannabis use. In: Drug Testing and Analysis 6 (2014). S. 39–45.

13 Vgl. ebd.

14 Vgl. Marta di Forti et al. (2019): The contribution of cannabis use to variation in the incidence of psychotic disorder across Europe (EU-GEI): a multicentre case-control study. In: The Lancet 6 (5), S. 427–426.

15 Vgl. Hoch, E. & Schneider, M. (2018): Ergebnisse der CaPRis-Studie. Cannabis: Potential und Risiken. Eine wissenschaftliche Analyse. Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung.

INFORMATIONSBLETT Cannabis

Das Cannabisgesetz (CanG)

Zum 01. April 2024 ist in Deutschland das Cannabisgesetz (CanG) in Kraft getreten. Mit diesem Gesetz ist Cannabis aus dem Anwendungsbereich des Betäubungsmittelgesetzes herausgelöst worden.¹⁶

Hintergrund und Ziele

Seitdem ist der begrenzte Besitz und Anbau von Cannabis zum Freizeitgebrauch für Erwachsene unter strengen Voraussetzungen straffrei. Das Cannabisgesetz markiert einen Paradigmenwechsel in der Drogenpolitik und stellt Aufklärung, Konsumkompetenz und Konsument*innengesundheit ins Zentrum fachlichen Handelns. Der Leitgedanke: Evidenz statt Ideologie, Hilfe statt Strafe, Prävention statt Abschreckung.

Das Cannabisgesetz soll dazu beitragen,...

- bereits Konsumierenden Möglichkeiten zu geben, risikoarm zu konsumieren und
- durch eine starke Prävention den Konsumeinstieg von Nicht-Konsument*innen zu verhindern oder hinauszuzögern.



Mit der Regulierung von Cannabis sind folgende Ziele verbunden:

- Beitrag zu einem besseren Gesundheitsschutz
- Stärkung der cannabisbezogenen Aufklärung und Prävention
- Stärkung des Verbraucher*innen-, Kinder- und Jugendschutzes
- Bekämpfung von substanzbezogener Kriminalität und Entkriminalisierung von Konsument*innen
- Zurückdrängen des illegalen Marktes

¹⁶ Gesetz zum kontrollierten Umgang mit Cannabis und zur Änderung weiterer Vorschriften (Cannabisgesetz — CanG). In: Bundesgesetzblatt Jahrgang 2024 Teil I Nr. 109. Online verfügbar unter: <https://tinyurl.com/tabzfj37>.

CANNABIS ALS MEDIZIN

Medizinalcannabis ist weiterhin reguliert und darf verschreibungspflichtig nur in Apotheken auf Rezept von Ärzt*innen herausgegeben werden. Da Cannabis nicht mehr als Betäubungsmittel eingestuft ist, wird Medizinalcannabis seit April 2024 als klassisches Rezept verschrieben, die strengeren Regularien für Betäubungsmittelrezepte fallen nicht mehr an.

Bei der medizinischen Anwendung wird auch die Wirkung des Cannabidiol (CBD) aktiv genutzt. CBD wirkt kaum psychoaktiv, dafür werden dem CBD u.a. neuroprotektive Eigenschaften zugeschrieben. Aber auch THC-haltiges Cannabis ist im medizinischen Gebrauch üblich. Cannabis wirkt u.a. entkrampfend, sedierend und entzündungshemmend, weshalb es zunehmend auch unter medizinischen Aspekten verwendet und erforscht wird.

Etablierte Indikationen für eine cannabis-gestützte Therapie sind z.B. chronische und neuropathische Schmerzen, Schmerzen in Zusammenhang mit rheumatischen Erkrankungen, Spastiken und Schmerzen bei Multipler Sklerose (MS) sowie Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen im Rahmen einer Krebsbehandlung.



Gleichzeitig kann es auch zu einer Reihe von Nebenwirkungen kommen: Neben Schwindel, Sedierung, Benommenheit, Schläfrigkeit werden am häufigsten auch Einschränkung der Aufmerksamkeit, Übelkeit und Erbrechen berichtet. Das MedCanG erleichtert den Zugang für Cannabispatient*innen. Fachlich wird dringend empfohlen, cannabisgestützte Therapien ärztlich begleiten zu lassen und von Selbstmedikation abzusehen.

INFO

Gesetzliche Lage

Das Cannabisgesetz umfasst das Konsumcannabisgesetz (KCanG), in dem die neuen gesetzlichen Regelungen für den Freizeitgebrauch von Cannabis beschrieben sind; das Medizinalcannabisgesetz (MedCanG), das die medizinische und medizinisch-wissenschaftlichen Anwendungsbereiche von Cannabis regelt sowie einige weitere Neuregelungen wie etwa zu Cannabis im Straßenverkehr.

Das Konsumcannabisgesetz im Überblick:

- In der Öffentlichkeit ist der Besitz von bis zu 25g Cannabis straffrei.
- Im Privathaushalt sind der Besitz von bis zu 50g sowie im Eigenbau bis zu drei weiblichen blühenden Pflanzen pro erwachsene Person erlaubt. Der Kinderschutz muss gewährleistet werden. Cannabis muss daher unzugänglich für Kinder und Jugendliche aufbewahrt werden.
- Für den Konsum in der Öffentlichkeit gelten diverse Regelungen wie z.B. Konsumverbote im Umkreis von 100 m (Sichtweite) zu kinder- und jugendrelevanten Einrichtungen.
- Die Weitergabe von Cannabis an Minderjährige bleibt strafbar – hier drohen hohe Strafen.
- Der gemeinschaftliche Eigenanbau in nicht-gewinnorientierten Anbauvereinigungen („Cannabis-Clubs“) ist seit dem 1. Juli 2024 möglich. In Cannabis-Clubs können sich bis zu 500 Mitglieder vereinen. Volljährigkeit ist die Voraussetzung für die Mitgliedschaft und für junge Erwachsene bis 21 Jahren gelten Begrenzungen für Abgabemengen und THC-Gehalt. Geschulte Präventionsbeauftragte sollen den Jugend- und Gesundheitsschutz sicherstellen und Informationen zum Hilfesystem bereitstellen.

Für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren ändert sich hingegen nicht viel:

- Erwerb, Besitz und Anbau bleibt für Kinder und Jugendliche weiterhin verboten, wird aber nicht strafrechtlich verfolgt.
- Stattdessen wird eine Teilnahme an Präventions- und Frühinterventionsangeboten angestrebt. Eine Erweiterung und Förderung der jugendspezifischen Prävention und Frühintervention ist gesetzlich vorgesehen.
- Wird bei Jugendlichen Cannabis sichergestellt, sollen die Eltern informiert und in schweren Fällen das Jugendamt eingeschaltet werden.



CANNABIS: JETZT REGULIERT

BILD: FOKUSIERT/ISTOCKPHOTO

Cannabis im Straßenverkehr

In 2024 wurden außerdem die Regelungen für den Gebrauch von Cannabis im Straßenverkehr aktualisiert. Als Grundsatz gilt weiterhin: Jede*r Teilnehmer*in am Straßenverkehr muss verkehrstüchtig sein; die Straßenverkehrssicherheit muss gewährleistet sein und eine Verkehrsteilnahme darf keine Gefahr für andere Verkehrsteilnehmer*innen darstellen.

Darüber hinaus umfassen die Regelungen:

- Mischkonsum ist grundsätzlich verboten, d. h. bei THC im Blut gilt immer 0,0% am Steuer!
- Neuer Grenzwert: 3,5 Nanogramm THC pro Milliliter im Blutserum
- Für Fahranfänger*innen und junge Fahrer*innen (U21) gilt ein absolutes Cannabisverbot am Steuer.

Ausblick

Mit dem Cannabisgesetz kann ein weiterer Schritt zu einer pragmatischen und evidenzbasierten Drogenpolitik gelingen. Eine Evaluation des Cannabisgesetzes ist vom Bundesgesundheitsministerium beauftragt und daraus gewonnene Erkenntnisse sollten bei der Nachjustierung des Gesetzes betrachtet werden.

Aus suchtpräventiver Sicht ist das Gesetz ein „Schritt in die richtige Richtung“, denn es trägt zur Entkriminalisierung und Entstigmatisierung von Konsument*innen bei und kann somit Barrieren beim Zugang ins Hilfesystem abbauen. Schon jetzt gibt es ein breites Angebot an wirkungsvollen Maßnahmen der Suchtprävention, Frühintervention und Behandlung, das mit mehr Ressourcen und politischem Gewicht noch mehr Menschen erreichen kann.

Die Regulierung von Cannabis in Deutschland adressiert zentrale Herausforderungen einer modernen Drogenpolitik, für eine abschließende Bewertung aus suchtpräventivem Blick bleiben gegenwärtig jedoch noch viele Fragen offen.

INFORMATIONSBLETT Cannabis



Prävention

Angesichts der bevölkerungsrelevanten Verbreitung von Cannabis, der beschriebenen Konsumrisiken und insbesondere vor dem Hintergrund der Teil-Legalisierung, ist der Prävention eine besondere Wichtigkeit beizumessen. Moderne Cannabisprävention setzt bei der gesellschaftlichen Realität an und versucht, den Konsum einstieg möglichst zu verzögern und Fähigkeiten für einen risikoarmen Konsum zu vermitteln. Es ist daher wichtig, über Cannabiskonsum ins Gespräch zu kommen und Jugendliche wie Erwachsene dabei zu unterstützen, Kompetenzen für ein unabhängiges Leben zu entwickeln.

Angebote der Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Um den Durchblick zu behalten, stellen wir eine Vielzahl an Informationen und Angeboten bereit, um Jugendliche und Erwachsene zu beraten und dabei zu unterstützen, gesundheitskompetente Entscheidungen zu treffen.

Für Schulen

Schulen sind zentrale Lebensorte für Kinder und Jugendliche. Hier muss die Chance, Jugendliche in ihrer Alltagswelt abzuholen, verstärkt genutzt werden. Cannabisprävention für Jugendliche fragt nach Bedürfnissen und Motiven, setzt auf Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und nutzt interaktive Methoden. Außerdem unterstützt die Fachstelle Schulen dabei, systematisch Präventions- und Frühinterventionskonzepte an der Schule zu implementieren.

Projekte:

Durchblick, Prev@School, Voll vernebelt, HöhenRausch

Für Jugendclubs und Jugendfreizeiteinrichtungen

Jugendclubs und Freizeiteinrichtungen sind wichtige Instanzen für Jugendliche und junge Erwachsene. Jugendliche stehen täglich vor einem riesigen Berg an Herausforderungen und schwierigen Entwicklungsaufgaben, die ihnen unsere dynamische Umwelt abverlangt. Um diese gut bewältigen zu können, benötigen sie u.a. die Kompetenz, Risiken einschätzen zu können und daraufhin gute Entscheidungen zu treffen.

Projekte:

Durchblick, HöhenRausch

Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Institutionelle, individuelle Beratung und Coaching, Vergabe suchtpräventiver Materialien, Fortbildungen, Elternseminare „Cannabis“, Elternabende sowie Präventionsworkshops an Schulen.

Chausseestraße 128/129 | 10115 Berlin

Tel.: 030-29 35 26 15

E-Mail: info@berlin-suchtpraevention.de

Öffnungszeiten:

Mo 10-14 Uhr, Di 10-18 Uhr, Do 16-19 Uhr, Fr 9-13 Uhr

www.berlin-suchtpraevention.de



Für Fachkräfte

Der Bedarf an suchtspezifischen Präventionsansätzen in Schulen, Jugendarbeit & Co ist aktueller denn je. Damit Suchtprävention in den Handlungsfeldern verankert ist, setzt sie auf Kooperation und bildet Multiplikator*innen wie Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen aus, um Suchtprävention nachhaltig in hoher Qualität zu gestalten.

Projekte:

Berliner Präventionsparcours Cannabis, Grüner Koffer, Zertifikatskurs Fachkraft für Suchtprävention im Kontext Schule/Jugendarbeit

Für Eltern und Sorgeberechtigte

Erziehende sind in der Pubertät ihrer Kinder oftmals mit großen Herausforderungen konfrontiert. Niedrigschwellige Informations- und Austauschangebote im Setting „Familie“ sind daher ein wichtiger Baustein einer umfassenden Cannabisprävention, die systemisch denkt und wirkt.

Projekte:

Berliner Präventionspraxis, Elternabende und -seminare Schule/Jugendarbeit

Weitere Berliner Anlaufstellen

Berliner Präventionspraxis

Unterstützungsangebot für Eltern/Erziehende, Jugendliche und Fachkräfte, die mit Jugendlichen arbeiten zur Orientierung, Klärung und Vermittlung.

Chausseestraße 128/129 | 10115 Berlin | 2. Etage

Tel.: 030-29 35 26 44

E-Mail: info@berlin-praeventionspraxis.de

Öffnungszeiten:

Mo 12-17 Uhr, Di 10-17 Uhr, Mi 12-17 Uhr

www.berlin-praeventionspraxis.de

Karuna pr|events

Der interaktive Mitmach-Parcours „Cannabis“ ist für Schulklassen ab der 8. Klasse sowie Berufsschulen konzipiert und dient der Auseinandersetzung zu Cannabis im Kontext persönlicher Lebensführung und alltäglicher Erfahrung.

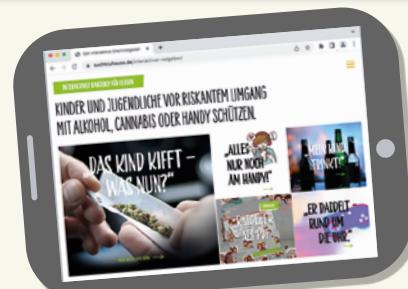
Storkower Str. 99a | Aufgang 2 | 10407 Berlin

Tel: 030-55 15 33 29

www.karuna-prevents.de

MIT UNSEREM INTERAKTIVEN ELTERNRATGEBER
KINDER VOR RISIKANTEM UMGANG MIT
ALKOHOL, CANNABIS ODER HANDY SCHÜTZEN.

www.kompetent-befaeihgen.de



PROJEKTE & MATERIALIEN zum THEMA CANNABIS

Projekte Durchblick,
HöhenRausch & Voll vernebelt
für Jugendliche



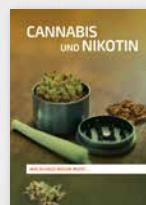
Für Fachkräfte



Ratgeber für Eltern &
pädagogische Fachkräfte



Infokarten zum Thema



INFORMATIONSBLETT Cannabis

Bundesweite Informations- und Präventionsangebote

Infos-cannabis.de

Das Internetportal des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) informiert über die aktuelle Gesetzeslage, Wirkung und Risiken des Cannabiskonsums im Jugendalter und verweist auf wichtige Unterstützungsangebote für Eltern, Konsument*innen, Fachkräfte und Cannabisbauvereinigungen.

www.infos-cannabis.de

Cannabisprävention.de

Informationsportal des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) zum Thema Cannabis.

www.cannabisprävention.de

BIÖG – Infotelefon zur Suchtvorbeugung

Telefonischer Informationsdienst des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit zu Fragen der Suchtprävention (z.B. zu allen Fragen der Suchtvorbeugung, Vermittlung von regionalen Ansprechpartner*innen sowie Beratung zu den BIÖG-Medien, Vermittlung von Kontakten der Suchtberatung).

Tel.: 0221-89 20 31

Beratungszeiten:

Mo bis Do 10-22 Uhr und

Fr bis So 10-18 Uhr

Vom BIÖG geförderte Projekte (Auswahl)

Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit intensiviert im Rahmen der Teillegalisierung von Cannabis die Förderung für bundesweiten Präventionsangebote.



Cannabis kompakt

- Unterrichtsmaterialien zur Cannabisprävention, konzipiert vom IFT Nord.
- Weitere Infos:
www.cannabis-kompakt.de

drugcom.de

Portal mit jugendgerechten Informationen (nicht nur) zum Thema Cannabis sowie verschiedenen interaktiven Modulen (Wissensquiz, Selbsttest, Chat-Beratung).
www.drugcom.de



Care Instructions – Für einen bewussten Umgang mit Cannabis

Hinweise zum risikoreduzierenden Konsum von Cannabis der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)
www.tinyurl.com/rpea9r64

Informationsportal „ELSA“

Internetbasierte Elternberatung zu Suchtgefährdung und Abhängigkeit bei Kindern und Jugendlichen

Tel.: 01805-31 30 31 (kostenpflichtig 0,14€/ Min aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 € / Min)
www.elternberatung-sucht.de



Cannabisprävention auf Social Media:

- [@cannabisprävention \(Instagram\)](#)
- [@suchtprävention \(TikTok\)](#)
- [@CannabisPraevention \(YouTube\)](#)
- [@unabhaengigbleiben \(Instagram\)](#)



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit



Parcours „Cannabis – quo vadis“

- Bundesweites Schulungsangebot für pädagogische Fachkräfte für den Parcours „Cannabis – quo vadis“.
- Weitere Infos:
www.villa-schoepflin.de/thema/cannabis.html

App „Meine Zeit ohne“



- Smartphone-App zur Suchtprävention in Berufsschulen, entwickelt durch das IFT Nord.
- Weitere Infos: www.meine-zeit-ohne.de

Online-Kurs „Cannabis und Schule: wissen, verstehen, handeln“



- Online-Kurs für Fachkräfte zur (schulischen) Cannabisprävention als niedrigschwellige Fortbildungsmöglichkeit.
- Weitere Infos: www.zpg-bayern.de/online-kurs-cannabis-und-schule-wissen-verstehen-handeln.html

InstaVention



- Hybrides Präventionsprojekt, das mittels Instagram Jugendliche zur kritischen Auseinandersetzung mit Cannabis motiviert.
- Weitere Infos: www.suchtgeschichte.nrw.de/Kampagne/InstaVention

Rebound 2.0



- Konzipiert als 16-teiliger Kurs zum Einsatz in der Schule und Hochschule, um interaktiv Resilienz und Risikowahrnehmung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu stärken.
- Weitere Infos: www.finder-akademie.de/rebound

Cannabisprävention für Eltern



- (Virtuelle) Elternabende zur suchtpräventiven Information zum Thema Cannabis (ESIC), konzipiert durch das ISD Hamburg in Kooperation mit anderen Partner*innen, u.a. der Fachstelle für Suchtprävention Berlin.
- Weitere Infos: www.isd-hamburg.de/virtuelle-elternabende-zur-suchtpraeventiven-information-zum-thema-cannabis-esic

MOVE Cannabis



- Schulung für Fachkräfte in motivierender Gesprächsführung mit dem Schwerpunkt Cannabis.
- Weitere Infos: www.move-seminare.de/Jugendliche/MOVE-Cannabis

IPSY 8 CAN



- Lebenskompetenzprogramm zur Stärkung der Resilienz.
- Weitere Infos: www.ipsy.uni-jena.de



INFORMATIONSBLETT Cannabis

BERATUNGS- & HILFSANGEBOTE zum THEMA CANNABIS

Projekte zur
Frühintervention und Hilfe



Beratungs- und Hilfsangebote

Cannabiskonsument*innen werden in Berlin mit speziellen Programmen (z.B. „FréD“, „FriDA“, „Realize it“, „Quit the shit“, „Klar kommen“) gezielt angesprochen, um sie bei riskanten Konsummustern möglichst früh zu erreichen. Diese zielen im Einzel- oder Gruppensetting darauf ab, riskanten Konsum zu verringern und Konsumkompetenz zu vermitteln. Suchtberatungsstellen halten diesbezüglich verschiedene Angebote vor.

Teilnehmende können ihren Konsum reflektieren, erhalten Kenntnis über das Hilfesystem und können bei Bedarf in weiterführende Angebote vermittelt werden. Die Suchtberatungsstellen beraten Menschen mit abhängigem Cannabiskonsum sowie deren Eltern und Bezugspersonen. In Berlin hat sich das Miteinander von spezialisierten Therapieangeboten für Cannabisabhängige (z.B. im Therapieladen e.V.) als auch von suchtmittelübergreifenden Therapieangeboten bewährt.

Berliner Hilfsangebote

Therapieladen

Verein zur sozialen und psychotherapeutischen Betreuung Suchtmittelgefährdeter e.V.
Potsdamer Straße 131 | 10783 Berlin
Tel.: 030-23 60 77 90
E-Mail: info@therapieladen.de | therapieladen.de

BalanX e.V.

Angebot „Klar kommen“
Weichselstr. 49 | 12045 Berlin
Tel.: 030-44 32 49 30
E-Mail: info@balanx-berlin.de | balanx-berlin.de

Berliner Suchtberatungsstellen

Hier finden Sie die Adressen in Ihrer Nähe:
www.tinyurl.com/bj4t8wtv

Bundesweite Hilfsangebote

FriDA

Das Frühinterventionsprogramm FriDA arbeitet mit einem familientherapeutischen Ansatz und unterstützt Jugendliche und ihre Bezugspersonen bei psychischen und sozialen Problemen.

Quit the Shit!

Informations- und Beratungsangebot der BIÖG für Cannabis-Konsument*innen, die professionelle Hilfe suchen
www.quit-the-shit.net/qts/

Bundesweite Sucht & Drogen Hotline

Ein niedrigschwelliges Beratungsangebot für alle, die Fragen und Probleme zum Thema Sucht haben. Das Angebot richtet sich sowohl an Konsumierende von Suchtmitteln als auch deren Angehörige, wie auch an andere Stellen, die Informationen zum Bereich Suchthilfe benötigen. Ratsuchende aus dem gesamten Bundesgebiet erhalten an 7 Tagen die Woche – 24 Stunden am Tag Beratung.

Tel.: 0221-89 20 31 (kostenpflichtig 0,20€/Min)

www.sucht-und-drogen-hotline.de

DigiSucht – Digitale Suchtberatung für Betroffene und Angehörige

Kostenfreie Online-Beratung für Betroffene und Angehörige zu allen Fragen rund um den Umgang mit Drogen, psychoaktiven Substanzen, Glückspiel und digitalen Medien.

www.suchtberatung.digital

Suchthilfeverzeichnis der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS)

Das Suchthilfeverzeichnis listet bundesweit die zuständigen Beratungs- und Hilfsangebote. Anhand einer Suchtfunktion können Sie Ihre Anfrage präzisieren.

www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis

NEBEN DEN BUNDESWEITEN PRÄVENTIONSANGEBOTEN,
DIE AUCH FÜR BERLIN NUTZBAR SIND,
FINDEN SIE BERLINER PRÄVENTIONS- UND
HILFEANGEBOTE AUF UNSERER THEMENSEITE
CANNABIS UNTER:

[www.berlin-suchtpraevention.de/
themen/cannabis/](http://www.berlin-suchtpraevention.de/themen/cannabis/)

