



# WAT DOET CANNABIS MET MIJN LICHAAM?

Door | 16-24 jaar

## Hoe je lichaam reageert als je cannabis gebruikt, hangt af van:

- de **hoeveelheid** die je gebruikt.
- de **sterkte van de cannabis** die je gebruikt.
- de **manier** waarop je cannabis gebruikt.
- je ervaring met **eerder gebruik**.
- **hoe je je voelt** op het moment dat je gebruikt.
- je **persoonlijke psychische kwetsbaarheden**.

Hoe je lichaam op cannabis reageert verschilt van persoon tot persoon en van situatie tot situatie.

## Door cannabis kan je:

- een **high** gevoel krijgen. Je bent in een licht euforische stemming en voelt je ontspannen.
- een **stoned** gevoel krijgen, je armen en benen voelen loom en zwaar aan.
- kleuren en muziek **intenser beleven**.
- **gevoel voor tijd en ruimte** anders beleven.
- **eet- en lachkicks** krijgen.
- meer **zin in seks** krijgen.
- **je gevoel van het moment nog sterker voelen**. Als je je slecht voelt, ga je je bijvoorbeeld nog slechter voelen, voel je je goed, dan na cannabis nog beter.
- je **angstig** voelen of een paniekaanval krijgen.
- een **verdovend en slaperig** gevoel krijgen.
- **hallucineren**.

## ✓ Word je creatiever van cannabis roken?

Veel wietrokers denken dat ze creatiever worden door wiet te roken. Dat is eigenlijk niet echt zo.

Cannabis **versterkt je gevoelens**. Als je bijvoorbeeld iets schrijft, **lijkt dat vlotter en beter te gaan**. Je voelt je blijer. Achteraf besef je dan dat die tekst **toch niet zo "wauw"** is als je toen dacht.

Omgekeerd zien we ook dat wiet negatieve gevoelens versterkt. Als je je slecht voelt, voel je je door cannabis vaak nog slechter.

### PRAAT EROVER



Chat met De Druglijn

Ma-vr: 12-18u



Mail met De Druglijn

Antwoord binnen 5 werkdagen



Bel met De Druglijn

Op 078 15 10 20, ma-vr: 10-20u

---

## ✓ Is cannabis schadelijk voor je lijf?

Het is een vorm van roken. Daardoor is het sowieso **schadelijk voor je longen**. Als je het te veel gebruikt, verhoogt de kans op longschade en bepaalde kankers. Daarnaast doet het je **hartslag en bloeddruk stijgen en daarna dalen**. Ook krijg je soms een kou gevoel.

---

## ✓ Word je vergeetachtig door cannabis?

Dat hangt af van persoon tot persoon. Het gaat om het kortetermijngeheugen. Je bent een beetje **verward** en **vergeet wat er pas is gebeurd** of wat je pas hebt gedaan.

---

## ✓ Krijg je honger van cannabis?

Wietrokers hebben **vaak zin in vettig eten en suiker**: een 'vreetkick'. Denk daarbij aan junkfood en frisdrank. Natuurlijk heeft de ene persoon daar meer last van dan de andere.

---

## ✓ Word je moe van cannabis?

Dat hangt af van de mate waarin je rookt. Je bent vaak meer **moe**, minder geïnteresseerd en **er niet bij** met je gedachten.

---

## ✓ Vermijd je verplichtingen als je cannabis rookt?

**Een van de grootste risico's** is inderdaad dat je verplichtingen en verantwoordelijkheden vermijdt. Je wil liever blowen dan iets te doen dat je niet leuk vindt.

Wiet wordt wel eens een softdrug genoemd. Al kan het gebeuren dat je ermee in de problemen komt. Praat erover met [De DrugLijn](#), je huisarts, studentenbegeleider of andere vertrouwenspersoon.



Hoe zit het met jouw cannabisgebruik? (11-17 jaar)

[DRUGLIJN.BE](#)



Hoe zit het met jouw cannabisgebruik? (18-24 jaar)

[DRUGLIJN.BE](#)