



IS HET MOEILIK OM TE STOPPEN MET BLOWEN?

Door De Druglijn | 14-24 jaar

Mensen zeggen vaak dat cannabis geen gevaarlijke drug is en dat het makkelijk is om ermee te stoppen. Toch zijn er **best wel wat mensen die daar moeite mee hebben**. Zij denken dan onterecht dat ze een uitzondering zijn.

Cannabis werkt voor veel mensen ontspannend. Als ze stoppen met wiet roken, raken ze bijvoorbeeld **minder makkelijk in slaap** of voelen ze zich **onrustig**.

Wordt cannabis roken snel een gewoonte?

Cannabis roken kan een gewoonte worden, maar dat is **niet altijd** het geval. Alles **hangt af van de hoeveelheid en de sterkte** van de cannabis die je rookt **en wat voor persoon je bent**. Net zoals meisjes bijvoorbeeld gevoeliger zijn voor alcohol, geldt dat ook voor drugs. Zo zijn ze vaak kleiner, waardoor het effect op hun lichaam groter is.

Meestal roken mensen cannabis **in combinatie met tabak**. In tabak zit nicotine, een stof die **verslavend** werkt.

Hoe jonger iemand begint, hoe groter de kans dat het een probleem wordt. Want de **invloed op je lichaam en je hersenen is groter** omdat die nog niet volledig ontwikkeld zijn.

Waar vind je hulp?

Als iemand cannabis gebruikt, wil dat niet altijd zeggen dat die persoon een probleem heeft. Net zoals bij drank en andere drugs, zijn er wel **steeds risico's**. Wie zich zorgen maakt, kan best met De DrugLijn chatten, mailen of bellen (zie het blokje PRAAT EROVER).

Het is vooral **belangrijk om erover te praten**. Het onderwerp mag geen taboe zijn. Stoort het je dat iemand wiet rookt of ben je bezorgd om iemand? Spreek die dan gewoon even aan.

PRAAT EROVER



Chat met De Druglijn

Ma/di/do/vr: 15-18u, wo: 14-17u



Mail met De Druglijn

Antwoord binnen 5 werkdagen



Bel met De Druglijn

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



Skype met De Druglijn

Ma-vr: 12-20u. Uit respect voor je anonimiteit zonder webcam.



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.



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

[DRUGLIJN.BE](https://druglijn.be)



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

[DRUGLIJN.BE](https://druglijn.be)

