

Fällt es Ihnen schwer, Ihren Cannabiskonsum zu kontrollieren oder einzuschränken? Dann ist professionelle Unterstützung ratsam.

Auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Gesundheit werden Sie von unseren Therapeut:innen und Ärzt:innen fachkundig, offen und respektvoll begleitet. Sie erhalten eine individuelle und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung.

Unser Behandlungsansatz ist zieloffen und nicht primär abstinenzorientiert. Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir die Behandlungsschritte und stehen Ihnen bei der Umsetzung beratend zur Seite.



## Über die Arud

Wir bieten individuelle Unterstützung bei allen Suchterkrankungen: Bei Problemen mit psychoaktiven Substanzen wie Alkohol, Tabak, Cannabis, Medikamenten, Partydrogen, Kokain, Heroin sowie Anabolika oder bei Verhaltenssuchten, wie der Online- oder Glücksspielsucht.

Alles unter einem Dach: Die Arud bietet eine umfassende Behandlung in den Bereichen Psychiatrie, Psychotherapie, Allgemeine Innere Medizin, Infektiologie und Sozialarbeit an. Zentral beim Hauptbahnhof Zürich gelegen, beschäftigt die Arud rund 150 Mitarbeiter:innen.

Als eine der führenden suchtmmedizinischen Institutionen der Schweiz und FMH- anerkannte Weiterbildungsstätte bildet die Arud angehende Fachärztinnen und Fachärzte aus und schult externe Fachpersonen zum Thema Sucht.

Mit ihrer Arbeit in Forschung und Praxis setzt sich die Arud seit über 30 Jahren für eine pragmatische und wissenschaftlich fundierte Suchtpolitik ein.

### Arud Zentrum für Suchtmedizin

Schützengasse 31, 8001 Zürich  
Tel. 058 360 50 00  
arud@arud.ch

[www.arud.ch](http://www.arud.ch)

# Cannabis Angebot für Betroffene

**arud** Zentrum für  
Suchtmedizin

Cannabis ist in der Schweiz weit verbreitet, sei es, um sich am Feierabend zu entspannen oder ein Konzert intensiver zu erleben. Zwischen 300'000 und 500'000 Menschen konsumieren die Substanz gelegentlich oder regelmässig, wobei der Anteil bei den 15- bis 24-Jährigen am höchsten ist.

Welche Wirkung Cannabis hat, hängt zum einen von der Konsumart und -menge, vom Stärkegrad und der Wirkstoffzusammensetzung ab. Zum anderen spielt die aktuelle Gefühlslage der konsumierenden Person eine entscheidende Rolle. Bei entsprechender Veranlagung kann Cannabis dazu führen, dass Psychosen früher ausbrechen – insbesondere bei häufigem Konsum und einem frühen Einstieg.

## Ist mein Konsum problematisch?

Die WHO definiert eine Abhängigkeit anhand von sechs Kriterien, von denen mindestens drei über einen bestimmten Zeitraum zutreffen müssen:

1. Starkes Verlangen
2. Verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf Konsummenge, -beginn oder -ende
3. Körperliche Entzugserscheinungen bei Konsumstopp oder -reduktion
4. Toleranzentwicklung
5. Vernachlässigung anderer Interessen
6. Anhaltender Konsum trotz offensichtlicher negativer Auswirkungen

## Was sind die langfristigen Auswirkungen?

Noch fehlen genügend Forschungsergebnisse, um die langfristigen Risiken hinreichend einschätzen zu können. Für den nicht gerauchten Konsum von Cannabis im Erwachsenenalter gibt es bis jetzt keine eindeutigen Beweise für bleibende Schäden. Mögliche negative Auswirkungen:

- Bei gerauchtem Konsum Entzündungen der Atemwege, Kurzatmigkeit, Husten oder Bronchitis und ein erhöhtes Risiko für Krebserkrankungen. In Kombination mit Tabak Nikotinabhängigkeit.
- Gehirnentwicklung und Gehirnstruktur können beim Konsum in jungen Jahren negativ beeinflusst werden.
- Der Ausbruch einer Psychose kann bei entsprechend veranlagten Personen abhängig von Menge und Dauer des Konsums früher erfolgen.
- Unabsehbare Folgen des Konsums von beigemischten Schadstoffen wie Pestiziden und Streckmitteln.

Testen Sie Ihr Konsumrisiko mit 6 Fragen auf [www.arud.ch/selbsttest](http://www.arud.ch/selbsttest)

## Angebot

Unsere Ärzt:innen, Psychiater:innen, Psycholog:innen und Sozialarbeiter:innen sind mit einem umfassenden Angebot für Sie da:

### Suchtbehandlung

Information, Abklärung, Beratung und Unterstützung bei der Kontrolle oder Reduktion des Konsums oder bei ambulanten Entzügen sowie Nachbetreuung und Rückfallprophylaxe.

### Psychiatrie und Psychotherapie

Abklärung der psychischen Gesundheit und Behandlung von psychischen Erkrankungen.

### Allgemeine Innere Medizin

Hausärztliche Behandlung und Infektiologie.

### Sozialarbeit

Unterstützung bei belastenden Finanz- oder Wohnungsproblemen und bei Schwierigkeiten im Umgang mit Behörden oder Arbeitgebern.

Die Kosten der Behandlung werden von der Krankenkasse übernommen.

## Unsere Haltung

Wir distanzieren uns von der Ansicht, dass Sucht selbstverschuldet und der Ausstieg eine reine Willensfrage ist. Eine Abhängigkeit ist mit einer chronischen Krankheit vergleichbar – mit ihren vielschichtigen und komplexen Ursachen erfordert sie oft eine längerfristige Behandlung.

Wir verfolgen dabei keinen erzieherischen Ansatz, sondern akzeptieren die Entscheidungen und Ansichten unserer Patient:innen und begegnen ihnen mit einer unvoreingenommenen und respektvollen Haltung.