



SMERNICE in PRIPOROČILA za medijsko poročanje o konoplji

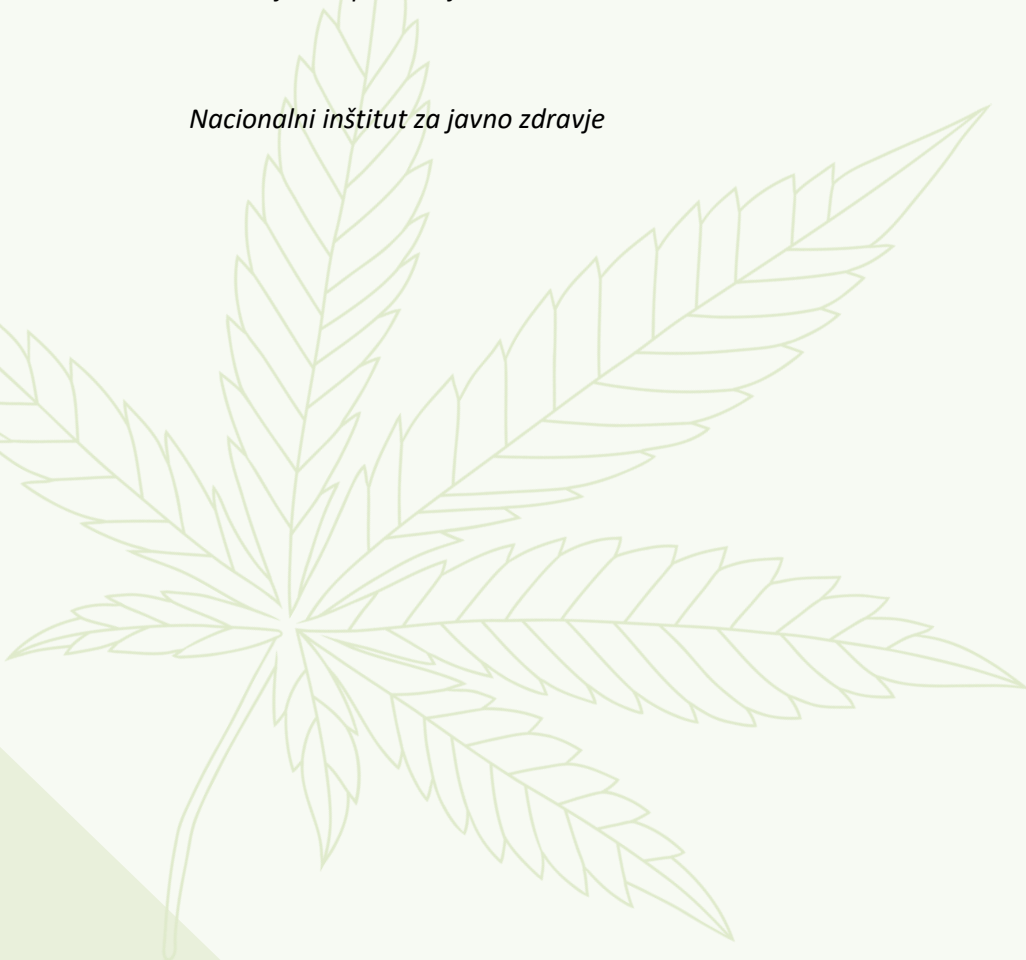
Spoštovane novinarke in novinarji,

v zadnjih desetletjih se je spremenilo družbeno dožemanje varnosti in škodljivosti uporabe konoplje, hkrati pa zavedanje o škodljivih posledicah njene uporabe ostaja nizko. Novinarji in mediji ste ključni akterji, ki vplivate tako na ozaveščenost prebivalstva o določeni temi kot tudi na družbeno dožemanje določenih dejavnikov tveganja.

Zato smo na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje pripravili smernice za odgovorno poročanje o konoplji. Sprva osvetljujemo pomembne javnozdravstvene vidike konoplje, nato pa na njihovi podlagi in podlagi analize medijskega poročanja podajamo usmeritve za odgovorno poročanje o konoplji skupaj z nekaterimi primeri neustreznega poročanja.

Cilj teh smernic je pomoč novinarjem pri poročanju o vseh vidikih konoplje, njene uporabe in zlorabe. Vse to v želji za dobro informirane posameznike, skupnost in družbo, ki bo opolnomočena pri izbiri pravih odločitev za svoje zdravje. Cilj je bolj zdrava družba – pri tem vas vidimo kot ključnega in nepogrešljivega partnerja. Upamo, da vam bodo smernice služile kot pomemben pripomoček pri delu in medijskem poročanju.

Nacionalni inštitut za javno zdravje





POMEMBNA JAVNOZDRAVSTVENA DEJSTVA O KONOPLJI

- 1.** Konoplja je droga, ki lahko povzroča zasvojenost.
- 2.** Zgodnji začetek uporabe konoplje predstavlja večje tveganje za škodljive posledice, tudi v duševnem zdravju.
- 3.** Uporaba konoplje med nosečnostjo ima lahko negativne učinke na plod.
- 4.** Medicinska konoplja – standardiziran produkt za jasno določena bolezenska stanja.

1. Konoplja je droga, ki lahko povzroča zasvojenost in druga tveganja za zdravje.

Konoplja je rastlina z vsaj 750 različnimi kemičnimi snovmi in več kot 100 različnimi kanabinoidi, med katerimi sta najbolj znana THC (delta-9-tetrahidrokanabinol) in CBD (kanabidiol). Uporablja se v industriji, medicini in kot prepovedana droga. Za industrijsko konopljo so značilne nižje ravni THC kot za konopljo za osebno rabo. Za osebno rabo se konoplja najpogosteje uporablja v treh oblikah: kot zdrobljeni posušeni cvetovi in tudi listi (marihuana), kot konopljin smola (hašiš) in kot hašišovo olje, na črnem trgu so na voljo tudi številni drugi izdelki, kot so: konopljin olja, ekstrakti iz konoplje, voski, izdelki z nizko vsebnostjo THC itn.

V zadnjih dveh desetletjih so zelo napredovale metode gojenja konoplje. Razmahnilo se je gojenje konoplje v posebej prirejenih prostorih, za katerega sta značilni gojenje v nadzorovanih okoliščinah in uporaba gensko izbranih sort, kar je vodilo k porastu pridelka in njegove potentnosti. To je vplivalo tudi na širitev ponudbe na trgu s konopljo, kjer danes najdemo raznolik nabor izdelkov, ki se razlikujejo po potentnosti, učinkih in načinih uporabe. Vsebnost THC v izdelkih je naraščala v zadnjih dveh desetletjih, najvišje koncentracije so bile izmerjene v ekstraktih konoplje, in sicer 70 % in več.

Med kratkoročne posledice uporabe konoplje se uvrščajo okrnjen kratkoročni spomin, zaradi katerega se posameznik težje uči in si težje zapomni informacije, slabša sposobnost presojanja, slabše sposobnosti, ki so potrebne za varno vožnjo, vključno z reakcijskim časom, sposobnostjo sledenja liniji ceste in vzdrževanjem pozornosti. Kratkoročne posledice uporabe konoplje so vidne tudi v duševnem zdravju, in sicer se lahko pojavijo občutki tesnobe, pri uporabi večjih količin konoplje pa lahko nastopita paranoja in psihoza.

Dolgoročne posledice redne uporabe konoplje pa vključujejo slabšo akademsko uspešnost (slabši šolski uspeh, slabša dosežena izobrazba, opustitev šolanja), večjo verjetnost uporabe drugih prepovedanih drog in razvoj zasvojenosti, večje tveganje za kronični bronhitis in za psihotične motnje, še posebej, če so uporabniki v preteklosti že imeli tovrstne težave ali so te težave prisotne v družini. Redna uporaba konoplje lahko poseže tudi v razvoj možganov.

Konoplja (marihuana, hašiš) je najbolj razširjena prepovedana droga med prebivalci Slovenije. Okoli petina prebivalcev je konopljo uporabila vsaj enkrat v življenju, njena uporaba pa narašča. V obdobju 2012–2023 se je pomembno zvišal odstotek prebivalstva, ki je že kdaj v življenju uporabilo konopljo, zlasti v starostni skupini 35–44 let¹. Uporaba konoplje torej narašča v delovno aktivni populaciji, kar lahko negativno vpliva na delazmožnost zaradi težav s pomnjenjem, slabše koncentracije, slabše koordinacije gibov in podaljšanja reakcijskega časa ter s tem prispeva tako k zmanjšani učinkovitosti pri delu kot tudi k povečanemu tveganju za poškodbe pri delu. Hkrati lahko zmanjšuje tudi psihofizične sposobnosti za vožnjo, kar poveča tveganje za prometne nezgode v prometu.

¹Uporaba prepovedanih drog, konoplje v zdravstvene namene in zloraba zdravil na recept med prebivalci Slovenije (2021).

2. Zgodnji začetek uporabe konoplje predstavlja večje tveganje za različne škodljive posledice.

Možgani so v stanju aktivnega razvoja od obdobja pred rojstvom skozi otroštvo in mladostništvo do približno 21. leta. V tem obdobju so možgani zelo ranljivi – precej bolj kot možgani odraslega človeka. Pogosta uporaba konoplje z zgodnjim pričetkom v obdobju adolescence lahko ovira normalni razvoj možganov. Uporaba konoplje s THC v mladostništvu povzroči spremembe v pomembnih možganskih predelih, ki so povezani z učenjem, spominom, pozornostjo, samozavedanjem, nadzorom vedenja, razvojem navad in vsakdanje rutine.

Zgodnejši začetek uporabe je povezan tudi z večjo verjetnostjo za razvoj zasvojenosti in z večjim tveganjem za razvoj shizofrenije in drugih psihoz. Po ocenah zasvojenost razvije več kot 15 % tistih, ki konopljo začnejo uporabljati v mladostništvu.

Dostopnost je eden izmed ključnih dejavnikov tveganja za uporabo konoplje. V Sloveniji je konoplja zelo dostopna. Več kot tretjina 15-letnikov in več kot polovica 17-letnikov meni, da bi lahko ali zelo lahko dobili konopljo v naslednjih 24 urah. Skoraj vsak drugi 17-letnik v Sloveniji je že kdaj v življenju poskusil konopljo in skoraj 3 % 17-letnikov dnevno uporabljajo konopljo². Hkrati se slovenski dijaki manj zavedajo tveganj, povezanih z redno uporabo konoplje, kot njihovi vrstniki iz drugih držav.

3. Uporaba konoplje med nosečnostjo ima lahko negativne učinke na plod.

Konoplja lahko vpliva na otroka že v nosečnosti, če matere med nosečnostjo uporabljajo konopljo s THC, in to ne glede na namen uporabe.

Matere, ki v nosečnosti uporabljajo konopljo s THC, imajo večje tveganje, da imeli njihovo otroci:

- nizko porodno težo;
- anemijo;
- potrebo po intenzivni negi po porodu;
- kognitivne posledice – težave na področju kontrole impulzov, motnje pozornosti in odstopanja na področju vizualnega spomina.

² HBSC (2023).

4. Medicinska konoplja – standardiziran produkt za točno določena zdravstvena stanja.

Uporaba konoplje v medicinske namene je v Sloveniji dovoljena že vrsto let – v obliki medicinske konoplje ali zdravil s kanabinoidi (spojine v konoplji). Pri tem je ključno, da zdravljenje s kanabinoidi predpiše zdravnik, saj se na podlagi medicinskih dognanj ta zdravila uporabljajo za točno določena stanja v onkologiji, nevrologiji in pediatriji. Hkrati je pomembno dejstvo tudi, da je zdravljenje s kanabinoidi dopolnilno in simptomatsko, kar pa pomeni, da ne more spremeniti poteka bolezni ali bolezni pozdraviti.

Pri medicinski konoplji in zdravilih s kanabinoidi gre torej za izdelke, ki so regulirani in nadzorovani ter imajo nizko vrednost THC.

Nikakor ne gre enačiti uporabe medicinske konoplje ali zdravil s kanabinoidi s samozdravljenjem s produkti iz konoplje, ki so kupljeni na črnem trgu. Ti produkti nimajo jasno določenih vsebnosti spojin, kar bi omogočalo učinkovito terapevtsko uporabo.

Prav tako se le manjši del bolnikov pred uporabo produktov iz konoplje o tem posvetuje z zdravnikom. To je lahko škodljivo in nevarno, saj lahko predstavlja kontraindikacije za terapijo, bolniki lahko zaradi tega opuščajo terapijo, pogoste so tudi zastrupitve.



SMERNICE in PRIPOROČILA

1. Pri poročanju o uporabi konoplje naj ta ne bo prikazana kot normalizirano vedenje

Uporabe konoplje v medijih ne prikazujete kot nekaj običajnega. Takšno prikazovanje lahko prispeva k zmanjšanju zaznave tveganj in povečanemu sprejemanju vedenja, ki za nekatere posameznike ali skupine – zlasti mladostnike – predstavlja tveganje, saj krepi družbeno dojemanje varnosti in neškodljivosti uporabe konoplje.

Prav tako ne uporabljajte neformalnega ali humornega tona pri obravnavi uporabe konoplje, saj lahko to prav tako to zmanjša resnost dojetja škodljivosti in javnozdravstvenega bremena konoplje. Takšna previdnost naj velja tako v kontekstu prispevkov, samem besedilu ter pri izboru video- in zvočnih posnetkov.

Primeri neustreznih navedb:

1. **»Pripravila je smoothie iz rdeče pese in korenčka, čemur je dodala še banano in konopljo. To uživa vsak dan.** (Normalizacija uporabe konoplje, pri čemer ni jasno, za kakšno vrsto gre.)
2. **»... smrtno predoziranje človeka s travo ni mogoče.«** (Relativizacija resnosti učinkov in posledic konoplje.)
3. **»Uživalci konoplje s kozolca v Žalcu mrzlično iščejo kuharja nepozabnih piškotkov.«** (Humoren ton, ki relativizira resnost dogodka.)

Primer neustrezne slikovne izbire – »uživanje« konoplje



2. Pri poročanju o uporabi konoplje, zlasti ko se nanaša na otroke, mladostnike in nosečnice, naj bo vključeno javnozdravstveno opozorilo

Pri nosečnicah, otrocih in mladostnikih je vsaka uporaba konoplje in drugih psihoaktivnih snovi tvegana, zato je na tem področju ključno doseganje skupnega družbenega stališča – ničelna toleranca uporabe konoplje in drugih psihoaktivnih snovi. Uporabe konoplje med mladimi ne opisujte kot »mladostniško eksperimentiranje«, saj se s tem ustvarja vtis, da je uporaba konoplje v mladosti nekaj povsem normalnega oziroma pričakovanega.



Ob poročanju o uporabi konoplje, zlasti če se to nanaša na otroke, mladostnike in nosečnice, vedno vključite javnozdravstveno opozorilo, ki se glasi:

Uporaba konoplje v otroštvu in mladostništvu lahko vodi v nepopravljive spremembe možganov, kar ima lahko posledice za življenje in ovira posameznika pri doseganju vseh njegovih potencialov. Uporaba konoplje v nosečnosti lahko pusti negativne učinke na plod in na otrokov razvoj.

3. Pri poročanju o konoplji naj bo jasno razvidno, o kakšni vrsti konoplje poročate

Ključno je razlikovati, o kateri vrsti konoplje poročate – o industrijski konoplji, o konoplji, ki se uporablja v uradni medicini, ali za osebno rabo. Če poročate o uporabi konoplje za zdravljenje, naj bo jasno razvidno, ali gre za konopljo za samozdravljenje in je tako nestandardiziran izdelek črnega trga ali gre za medicinsko konopljo oziroma kanabinoide. Ta pa je, kot druga zdravila, standardiziran izdelek z natančno določeno vsebnostjo učinkovin in se kot taka uporablja za zdravljenje točno določenih indikacij, kar potrjujejo tudi znanstvene študije.

Primer neustrezne navedbe:

»Konoplja zdravilna za telo in zemljo.« (Ni jasno, o kakšni vrsti konoplje je govora.)

4. Ko poročate o konoplji, je ne prikazujte kot čudežno rastlino ali vsemogočno in vsestransko zdravilo

Ker pogosto ni jasne razmejitve pri poročanju o uporabi konoplje za (samo)zdravljenje, za osebno rabo in uporabi medicinske konoplje, se pavšalno vzbuja vtis o vsestranskosti in vsemogočnosti uporabe konoplje za zdravljenje skorajda katere koli bolezni.

Prav to napačno razumevanje medicinske konoplje kot vsakršnega pripravka iz konoplje za lajšanje zdravstvenih stanj lahko vodi v spremembo družbenega dojemanja varnosti in škodljivosti uporabe konoplje, medtem ko zavedanje o škodljivih posledicah njene uporabe ostaja nizko.

Zato naj bodo poročanja o zdravilnih učinkih konoplje podkrepljena z relevantnimi znanstvenimi študijami. O tem, ali je določena študija relevantna, se lahko posvetujete s strokovnjaki, ki se ukvarjajo s področjem vpliva konoplje na zdravje.

Primer neustreznih naslovov:

»Konopljinolje zdravi raka.«

»S konopljinim oljem in jedmi se da dobro uravnavati krvni sladkor in tlak.«

»S hašiševim smolom zdravijo različne bolezni, tudi raka.«

5. Izogibajte se družbeni stigmatizaciji

Pri poročanju se izogibajte ustvarjanju ali utrjevanju stereotipov o uporabnikih konoplje. Uporabnikov konoplje ne prikazujte na način, ki bi krepil negativne ali enostranske predstave o njih, denimo kot lene, nezainteresirane ali brezciljne. Ne uporabljajte posmehljivih ali slabšalnih izrazov, ki bi označevali uporabnike kot zasvojenca ali neodgovorne osebe.

Uporabniki konoplje so namreč zelo raznolika skupina – tako demografsko kot z vidika namena in vzorcev uporabe.

6. Dostop do virov pomoči

Pri poročanju o konoplji, ki se nanaša na problematiko zasvojenosti, vam svetujemo, da ponudite tudi nabor virov pomoči. To so:

- Centri za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog.
- Pogovorimo se
(<https://nijz.si/programi/program-za-preprecevanje-in-obravnavo-zasvojenosti-pogovorimo-se/>).
- Društvo Projekt Človek, Sprejemni center
(https://www.projektclovek.si/oblike_pomoci/sprejemni_centri/).
- Društvo UP, Svetovalnica
(<https://www.drustvo-up.si/programi/svetovalnica/>).
- Ars Vitae, Mostovi
(<https://arsvitae.si/programi/mostovi-2/>).
- Slovensko združenje za zmanjševanje škodljivih posledic drog – DrogArt
(<https://www.drogart.org/>).
- Seznam izvajalcev, ki nudijo pomoč uporabnikom prepovedanih drog, je na voljo na <https://nijz.si/wp-content/uploads/2023/09/Kam-po-pomoc-1.pdf#page2>.

Smernice in priporočila za medijsko poročanje o konoplji

Izdajatelj: Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija



Kraj in leto izdaje: Ljubljana, 2025

Avtorske pravice: © Nacionalni inštitut za javno zdravje

Financiranje: Javna agencija za znanstvenoraziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije (ARIS) in Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije (MZ)



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Javna agencija za znanstvenoraziskovalno
in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije

Smernice so nastale v okviru CRP "Spreminjanje odnosa družbenih akterjev do konoplje v zadnjih 20 letih.

Elektronska izdaja