

القنب في NYC: تعاطي القنب على نحو أكثر أماناً

القنب (الماريغوانا) مسموح قانوناً بتعاطيه من قبل البالغين في ولاية نيويورك.



لم يُسمح بعد ببيع القنب. للاطلاع على أحدث المعلومات بشأن شراء القنب وزراعته بصورة قانونية، يُرجى زيارة cannabis.ny.gov.



لقد تمت توسعة نطاق برنامج القنب الطبي في نيويورك. للحصول على معلومات حول التغييرات، يُرجى زيارة cannabis.ny.gov/medical-cannabis.



منطقة التدخين

يجوز للبالغين الذين يبلغون من العمر 21 عاماً أو أكثر تدخين القنب باستخدام السجائر العادية أو الإلكترونية في معظم الأماكن التي يُسمح فيها بتدخين التبغ.



3 أوقيات 24 جم

يجوز للبالغين الذين تبلغ أعمارهم 21 عاماً أو أكثر أن يحصلوا على ما يصل إلى 3 أوقيات من زهور القنب أو براعمه، أو ما يصل إلى 24 جراماً من القنب المرکز كالزيوت أو السجائر الإلكترونية، ويجوز لهم أن يتقاسموها (ولكن لا يجوز لهم بيعها).

تجنّب تعاطي القنب قبل القيادة أو في أثنائها.



■ من غير الآمن وغير القانوني القيادة تحت تأثير القنب أو في حالة الوهن الناجم عن تعاطي أي مادة، بما فيه القنب.

■ يحظر قانون ولاية نيويورك تعاطي القنب داخل المركبات من قبل أي شخص، بما يشمل الركاب. إذا قادت سيارتك وأنت في حالة وهن بفعل التعاطي، فأنت أكثر عرضة لخطر إيذاء نفسك والآخرين.



احرص على تأمين حفظ القنب ومنتجات القنب وأبقه بعيداً عن متناول الأطفال والشباب.

■ احتفظ بالقنب في خزانة أو حاوية مقفلة. تذكر أن العديد من المأكولات من القنب يبدو مثل الحلوى أو غيرها من الأطعمة والمشروبات العادية.

■ إذا تناول طفل أو شرب القنب أو منتجات تحتوي على القنب، فاتصل بمركز مكافحة السموم في NYC (NYC Poison Control Center) على الرقم 212-764-7667، وهو متاح على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع.

إذا كنت تتعاطى القنب، فإليك هنا بعض الأشياء التي يجب أن تعرفها.

تجنّب تعاطي الكثير من القنب بوتيرة سريعة — ابدأ بكمية صغيرة وتمهّل

■ للأشكال المختلفة من القنب مستويات مختلفة من رباعي هيدرو كانابينول (Tetrahydrocannabinol, THC)، وهي المادة ذات التأثير النفسي التي تجعلك تشعر بالإثارة والنشوة والسعادة. وقد يؤدي ذلك إلى جعل التأثيرات أقوى أو وتيرة الانطلاق أسرع، أو كليهما.



■ يمكن أن يكون لبعض أشكال القنب تأثير متأخر. على سبيل المثال، قد يستغرق الأمر ما يصل إلى أربع ساعات للشعور بالتأثير الكامل للمأكولات (المأكولات المغمورة في القنب).

■ ابدأ بكمية صغيرة. تمهّل حتى تشعر بالتأثيرات قبل تعاطي المزيد.

تجنّب خلط القنب مع المخدرات الأخرى، بما فيها الكحول.

■ قد يتسبب خلط القنب مع الكحول أو المخدرات الأخرى في حدوث تأثيرات لا يمكن التنبؤ بها.

■ إذا كنت تتناول أدوية وفقاً لوصفات طبية، فاسأل مقدم الرعاية الصحية عن تأثير تعاطي القنب فيك.

■ تجنّب تدخين القنب الملفوف أو المخلوط مع التبغ. دخان التبغ ضار بك وبالآخرين من حولك.

إذا كان عمرك أقل من 25 عامًا، فكن على علم بأن تعاطي القنب ينطوي على مخاطر صحية متزايدة لك. يحد تأخير التعاطي من هذه المخاطر.



- يمكن أن يكون للقنب آثار خطيرة في الشباب الذين ما زالت أدمغتهم في مرحلة النمو والتطور. يمكن أن تشمل الآثار السلبية صعوبة التفكير والتعلم وحل المشكلات، وضعف الذاكرة أو التركيز، وتراجع التناسق البدني.
- يمكن أن يرتبط بدء تعاطي القنب في سن أصغر أو تعاطيه كثيرًا بظهور مبكر للاضطرابات الذهانية، خاصة عند أولئك المعرضين بالفعل للخطر.
- للحصول على دعم مجاني للصحة العقلية على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع، يُرجى زيارة nyc.gov/nycwell، أو إرسال رسالة نصية تتضمن كلمة WELL إلى 65173، أو الاتصال بالرقم 888-692-9355.

انتبه، إذ أن منتجات القنب غير الخاضعة للتنظيم لا تُصنع وفقًا لضوابط الجودة والسلامة القياسية.

■ يعني هذا أن آثار منتجات القنب هذه لا يمكن التنبؤ بها.

■ تجنّب استخدام منتجات أبخرة القنب إلى أن يكون لها ضمانات تنظيمية (مثل قواعد ولاية نيويورك بشأن حمايتك من الآثار غير المرغوب فيها).



□ حاليًا، هناك خطر إصابة الرئة المرتبط باستخدام السجائر الإلكترونية أو منتجات الأبخرة (e-cigarette or vaping) product use-associated lung injury, EVALI) نتيجة لأبخرة القنب. لمزيد من المعلومات حول EVALI، يُرجى زيارة nyc.gov/health والبحث عن "e-cigarettes" (السجائر الإلكترونية).

تجنّب تدخين سجائر القنب العادية والإلكترونية بالقرب من الآخرين الذين لا يدخنوا.



- المخاطر الصحية لدخان القنب وهباء أبخرته الجوي غير المباشر غير معروفة. يحتوي دخان القنب، مثل دخان التبغ، على القطران والمواد الكيميائية المسببة للسرطان. ويمكن أن يحتوي الهباء الجوي للقنب على مواد كيميائية ضارة.
- انتبه لمن حولك. احرص على إبعاد الدخان عن الآخرين.

لمعرفة المزيد من المعلومات، يُرجى زيارة nyc.gov/health والبحث عن "cannabis" (القنب).