


# Konopie indyjskie w NYC:


## Bezpieczniejsze używanie konopi indyjskich

Konopie indyjskie (marihuana) są dopuszczone do użytku przez osoby dorosłe w stanie Nowy Jork (New York State, NYS).




**3 uncje**      **24 g**

Osoby dorosłe w wieku 21 lat i starsze mogą posiadać i dzielić się (lecz nie sprzedawać) do 3 uncji kwiatów lub pączków konopi indyjskich lub do 24 gramów skoncentrowanych konopi indyjskich, takich jak olejki lub waporyzatory.




**Strefa dla palących**

Osoby dorosłe w wieku 21 lat i starsze mogą palić lub waporyzować konopie indyjskie w większości miejsc, w których dozwolone jest palenie tytoniu.



Program konopi indyjskich w stanie Nowy Jork został rozszerzony. Informacje o zmianach można znaleźć na stronie [cannabis.ny.gov/medical-cannabis](http://cannabis.ny.gov/medical-cannabis).



**Sklep z konopiami indyjskimi**  
Wkrótce otwarcie

Sprzedaż konopi indyjskich jest dozwolona tylko w licencjonowanych przez NYS placówkach. Aktualne informacje na temat legalnego zakupu konopi indyjskich, w tym lokalizacje dystrybutorów, można znaleźć na stronie [cannabis.ny.gov/adult-use](http://cannabis.ny.gov/adult-use).

**Jeśli używasz konopi indyjskich, oto kilka rzeczy, które musisz wiedzieć.**

**Unikaj używania zbyt dużej ilości konopi indyjskich zbyt szybko – zacznij od niewielkiej ilości i zwiększaj ją powoli.**

- Różne formy konopi indyjskich mają różne poziomy THC, substancji psychoaktywnej, która sprawia, że czujesz odurzenie. Może to sprawić, że efekty będą silniejsze, wystąpią szybciej lub oba.
- Niektóre formy konopi indyjskich mogą mieć opóźnione działanie. Dla przykładu pełne działanie konopi indyjskich może trwać do czterech godzin.
- Zacznij od małej ilości. Poczekaj, aż poczujesz efekty, zanim weźmiesz więcej.



**Unikaj mieszania konopi indyjskich z innymi narkotykami, w tym z alkoholem.**

- Mieszanie konopi indyjskich z alkoholem lub innymi lekami może mieć nieprzewidywalne skutki.
- Jeśli przyjmujesz leki na receptę, zapytaj swojego świadczonodawcę, jak używanie konopi indyjskich może wpłynąć na Ciebie.

- Unikaj palenia konopi indyjskich zwiniętych w rulon lub zmieszanych z tytoniem. Dym tytoniowy jest szkodliwy dla Ciebie i innych osób w Twoim otoczeniu.

**Unikaj używania konopi indyjskich przed lub podczas prowadzenia samochodu.**

- Prowadzenie samochodu pod wpływem jakiegokolwiek substancji, w tym konopi indyjskich, jest niebezpieczne i nielegalne.
- Prawo NYS zabrania używania konopi indyjskich w pojazdach mechanicznych przez kogokolwiek, w tym przez pasażerów.
- Jeśli prowadzisz samochód pod wpływem marihuany, narażasz siebie i innych na większe ryzyko wyrządzenia krzywdy.



**Przechowuj konopie indyjskie w bezpiecznym miejscu, poza zasięgiem wzroku dzieci i młodzieży.**



- Przechowuj konopie indyjskie w zamkniętej szafce lub pojemniku. Pamiętaj, że wiele produktów jadalnych wygląda jak cukierki lub inne zwykłe jedzenie i napoje.

Zadzwoń do NYC Poison Center (Centrum ds. Zatrucí NYC) pod numer 212-764-7667, jeśli dziecko zje lub wypije konopie indyjskie lub produkty zawierające konopie.

- NYC Poison Center zapewnia bezpłatną, całodobową i poufną pomoc dla młodzieży i dorosłych, w tym na pytania dotyczące skutków ubocznych używania konopi indyjskich.

**Miej świadomość, że nieuregulowane produkty z konopi indyjskich nie są wytwarzane przy zachowaniu standardowej jakości lub kontroli bezpieczeństwa.**

- Oznacza to, że efekty działania tych konopi indyjskich są nieprzewidywalne.
- Unikaj używania produktów do waporyzacji konopi indyjskich, dopóki nie będą one miały uregulowanych zabezpieczeń (takich jak przepisy NYS, które chronią Cię przed niepożądanymi efektami).

- Obecnie istnieje ryzyko wystąpienia obrażeń płuc związanych z używaniem e-papierosa lub waporyzatora (e-cigarette or vaping product use-associated lung injury, EVALI) w wyniku używania konopi indyjskich. Więcej informacji na temat EVALI można znaleźć na stronie [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health), wyszukując hasło „e-cigarettes” (e-papierosy).



**Unikaj palenia lub waporyzowania konopi indyjskich w pobliżu innych osób, które nie palą lub nie waporyzują.**



- Ryzyko dla zdrowia związane z biernym paleniem konopi indyjskich i waporyzowaniem aerozolem jest nieznane. Podobnie jak dym tytoniowy, dym z konopi indyjskich zawiera substancje smoliste i rakotwórcze. Aerosol z konopi indyjskich również może zawierać szkodliwe substancje chemiczne.
- Miej na uwadze osoby znajdujące się w Twoim otoczeniu. Nie pal w pobliżu innych osób.

**Jeśli masz mniej niż 25 lat, pamiętaj, że używanie konopi indyjskich wiąże się z większym ryzykiem dla zdrowia. Opóźnianie używania zmniejsza to ryzyko.**

- Konopie indyjskie mogą mieć poważny wpływ na młodych ludzi, których mózgi wciąż się rozwijają. Negatywne skutki mogą obejmować trudności w myśleniu, uczeniu się i rozwiązywaniu problemów; słabą pamięć lub koncentrację; a także zmniejszoną koordynację fizyczną.
- Rozpoczęcie używania konopi indyjskich w młodym wieku lub częste ich używanie może być związane z wcześniejszym wystąpieniem zaburzeń psychiatrycznych, zwłaszcza u osób już zagrożonych.
- Aby uzyskać bezpłatną, całodobową i poufną pomoc w zakresie zdrowia psychicznego, wejdź na stronę internetową [nyc.gov/nycwell](https://nyc.gov/nycwell), wyślij SMS o treści WELL na numer 65173 lub zadzwoń pod numer 888-692-9355.



Więcej informacji na stronie [nyc.gov/health/cannabis](https://nyc.gov/health/cannabis).