



# Kunskapsläget om cannabis och folkhälsa i korthet

Cannabisanvändningen har varit relativt stabil de senaste tio åren i Sverige. Jämfört med andra europeiska länder är cannabisanvändningen fortsatt låg i Sverige, bland både yngre och äldre. Det är viktigt att fortsätta följa utvecklingen eftersom cannabis har kopplingar till olika hälsomässiga och sociala problem.

Det förebyggande arbetet i Sverige är framför allt inriktat på att barn och unga inte ska komma i kontakt med och pröva cannabis, men det handlar också om att minska användningen och dess negativa konsekvenser generellt. I det här faktabladet sammanfattar vi en rapport om kunskapsläget för cannabis vad gäller förekomst och utveckling, hälsoeffekter, attityder, förebyggande arbete och policy.

## Cannabis är en folkhälsofråga

Cannabisanvändning kan leda till hälsomässiga och sociala problem, och omfattningen av dem varierar för olika individer och befolkningsgrupper. Det är fler män än kvinnor som använder cannabis, och fler unga och unga vuxna. Det finns kopplingar mellan cannabisrelaterade problem och låg socioekonomisk position. Personer som använder cannabis använder också oftare andra substanser samt rapporterar oftare andra hälsobesvär. Det är också vanligt att personer med en cannabisdiagnos har andra diagnoser, till exempel ångest, adhd eller depression.

## Låg cannabisanvändning i Sverige

Olika befolkningsundersökningar där människor själva får uppge om och hur de använder cannabis visar generellt på liknande mönster. Den högsta användningen finns bland unga och unga vuxna (16–34 år). I denna grupp uppgav 2022 cirka 8 procent av männen och 5 procent av kvinnorna att de använt cannabis minst en gång under det senaste året. Cannabisanvändningen är sannolikt högre än vad som fångas upp i enkätstudier, men möjligheterna att fånga upp trender i användning är ändå goda. Jämfört med andra europeiska länder visar

befolkningsundersökningar att Sverige ligger lågt när det gäller bruk av cannabis.

### Vad är cannabis?

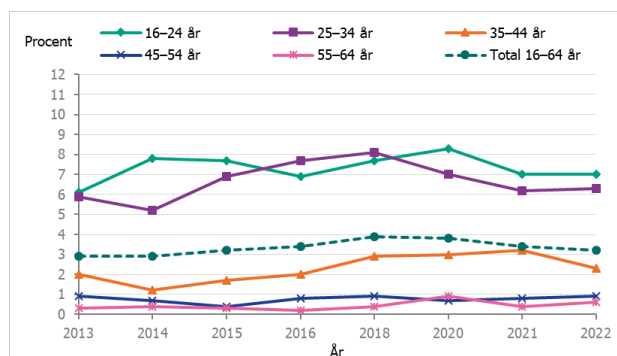
Cannabis är ett samlingsnamn för till exempel hasch och marijuana. Det vanligaste är att cannabis röks, ibland utblandat med tobak, men det går även att äta, dricka och inhalera.

Cannabis innehåller en mängd så kallade cannabinoider, ämnen som binder till cannabinoidreceptorer. De två primära cannabinoiderna är THC och CBD. THC har psykoaktiva effekter och är det ämne som ger ett rus. CBD dämpar i stället de psykoaktiva effekterna av THC. Cannabis är narkotikaklassat och all hantering, även användning, är olaglig.

## Stabil utveckling av cannabisanvändningen

Andelen som uppgett att de har använt cannabis någon gång det senaste året eller den senaste månaden har varit ganska oförändrad de senaste tio åren (2013–2022). Bilden är dock inte helt entydig och varierar mellan olika åldersgrupper. Samtidigt visar vissa andra indikatorer, så som beslag, brott och antal vårdade på en ökad tillgänglighet till cannabis och en möjlig ökning av problem som är relaterade till cannabisanvändning.

Andel som använt cannabis någon gång under det senaste året, 2013–2022, uppdelat på åldersgrupper.



Källa: Folkhälsomyndighetens enkät Hälsa på lika villkor (HLV).

## Synen på narkotika negativ men skiljer för cannabis

Resultaten från en enkätundersökning om attityder till cannabis och annan narkotika tyder på att

- de flesta är negativa till narkotikaanvändning, men mer positiva till cannabis än till annan narkotika
- yngre är mer positiva än äldre
- fler uppger lägre risk med att använda cannabis jämfört med annan narkotika
- de flesta anser att cannabis borde vara olagligt.

## Flera motiv till att använda cannabis

En stor webbundersökning riktad till personer som använder narkotika visade att cannabis var den vanligaste narkotikasorten. De svarande uppgav flera olika skäl till att använda cannabis, såsom rus, nöje, avslappning, minskad stress, bättre sömn och ett sätt att hantera ångest och smärta. De som använde cannabis drack mindre alkohol än de som använde annan narkotika. Det var vanligast att köpa genom direkt (fysisk) kontakt följt av krypterad internetmarknad.

## Hälsomässiga och sociala effekter

De flesta som använder cannabis gör det under en kort tid och utvecklar inte ett beroende eller får ett problematiskt bruk. Samtidigt kan cannabisanvändning ge allvarliga problem som påverkar hälsan, det sociala livet och det allmänna välbefinnandet. Ett omfattande cannabisbruk i tidig ålder är mer kopplat till allvarliga och varaktiga risker för hälsan än cannabisbruk i vuxen ålder.

Forskningen visar att de vanligaste kortsiktiga effekterna under ett cannabisrus är

- sämre kognitiva funktioner (minne, förmåga till planering, beslutsfattande, reaktion och precision)
- sämre motorisk koordination (påverkar körförmågan) ångestkänslor, panikattacker och hallucinationer.

De vanligaste långsiktiga effekterna av cannabisanvändning är

- risken för beroende, inklusive problem med relationer, studier och arbete
- sämre kognitiva funktioner
- ökad risk att utveckla psykotiska symtom
- fysiska hälsoeffekter som bronkit.

## Cannabisanvändning kan förebyggas genom ett brett folkhälsoarbete

Cannabisförebyggande arbete har många likheter med övriga ANDTS-området (alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar). Det beror på att flera av de bakomliggande faktorerna till att man börjar använda eller utvecklar ett problematiskt bruk ofta är samma. Cannabisanvändning kan därför förebyggas genom ett brett folkhälsoarbete, även om förutsättningarna ser annorlunda ut på grund av att användningen är kriminaliserad.

## Cannabis hanteras på olika sätt i världen

Det pågår många förändringar inom narkotikaområdet runt om i världen och cannabisfrågan hanteras politiskt på olika sätt. Det är svårt att utvärdera och jämföra nationella policyer inom narkotikaområdet, eftersom det är ett komplext område där många faktorer påverkar bruk och skador.

I Sverige är allt bruk av narkotika olagligt och kriminaliserat. Eget bruk och mindre innehav av cannabis leder vanligen till böter. I drygt en tredjedel av EU-länderna är cannabisbruk ett brott, och i drygt hälften av dessa länder finns fängelse i straffskalan för cannabisbruk.

Det är viktigt att skilja på legalisering och avkriminalisering.

- Avkriminalisering kan innebära att handlingen, ofta bruk eller mindre innehav, fortfarande är olaglig men inte längre kriminell och registreras därmed inte i belastningsregistret. Individerna kan ändå få en påföljd, till exempel böter.
- Legalisering kan innebära att det blir tillåtet att bruka och inneha cannabis, och även att tillverka och sälja cannabis i reglerad form.

### Ett kunskapsstöd för ett hälsofrämjande och narkotikaförebyggande arbete

Faktabladet och rapporten vänder sig till personer som arbetar med hälsofrämjande eller förebyggande insatser inom kommuner, regioner, länsstyrelser samt andra intresserade aktörer.

Mer information, rapporten och faktabladet hittar du på webbsidan [Cannabis och folkhälsa](#)