

# MANU

Hash



Sulisunut paasisutissat  
Information til fagpersoner

MANU Hash – Sulisunut paasisutissat

MANU Hash 2017-imi Namminersorlutik Oqartussanut suliarineqarpoq God Barndom S/I-imit.

MANU Hash – Information til fagpersoner

MANU Hash er materiale udviklet for Selvstyret i Grønland af God Barndom S/I i 2017.

© S/I God Barndom

ISBN 978-87-970309-1-2

Najoqqutassiamik inerisaasut, allattut aqqissuisullu | Konzeptudviklere, tekst og redaktion:

John Andersen, cand.psych.

Camilla Brandi Anshøj, cand.pæd.

Else Guldager, sundhedsplejerske, ph.d.

Suliniummik aqutsisut | Projektledelse:

Kasper Brix Bærndt, peqqinnissamut tunngasunik siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent

Lisa Christiansen, inerisaanermut siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent

Rikke Louise Kuhn, peqqissutsimut siunnersorti | udviklingskonsulent

Suleqatigiit | Arbejdsgruppe:

Nivé Heilmann, Suliniummik aqutsisoq | projektleder, Blå Kors

Helga Andersen Iversen, Imigassaq ikiaroorartullu pillugit Siunnersuisoqatigiinni siulittaasup tullia | næstformand i Alkohol- og Narkotikarådet

Britta Nielsen Johansen, Kalaallit Nunaanni Politiini pinerluttaalisitsinermik ataqatigiissaarisooq | kriminalpræventiv koordinator, Grønlands Politi

Grethe Kramer Berthelsen, pisortaq, Katsorsaavik Nuuk | direktør, Katsorsaavik Nuuk

Joori Lundblad, katsorsaanermi pisortaq, Katsorsaavik Nuuk | behandlingsleder, Katsorsaavik Nuuk

Nakorsatut siunnersorti | Lægefaglig konsulent:

Ulrik Schiøler Kesmodel, professor, nakorsaaneq |

professor, overlæge Herlev & Gentofte Hospital og Københavns Universitet

MANU pillugu paasisutissat amerlanerit uaniipput | For yderligere oplysninger om MANU:

[www.peqqik.gl](http://www.peqqik.gl)

[www.god-barndom.dk](http://www.god-barndom.dk)

Assitaliussat | Illustration: Christian F. Rex, Deluxus Studio

Ilusilersornera | Layout: Maria Motzfeldt, Marivik

Nutsernera | Oversættelse: Kunuunnguaq Fleischer

Naqinneqarfia | Tryk: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk. [www.eks-skolens.dk](http://www.eks-skolens.dk)

MANU Hash Namminersorlutik Oqartussanit atorineqarsinnaavoq.

Atortussianik allatut atuineq allakkatigut akuerineqaaarluni aatsaat pisinnaavoq.

MANU Hash må anvendes af Selvstyret i Grønland. Al anden brug af materialet eller dele heraf kræver skriftlig tilladelse.



Sulisunut paasisutissat  
Information til fagpersoner



**Peqqissutsimut Pitsaaliuinemullu Aqutsisoqarfik**  
Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



**NAALAKKERSUISUT**  
GOVERNMENT OF GREENLAND



# Siulequt

Sulissutigaarput meeqqat, inuusuttut ilaqutariillu tamarmik ingerlalluarlutillu peqqissuunissaasa taper-sersorneqarnissaat.

MANU Hash aqutigalugu angajoqqaat periarfissikkumavagut ilaqutariinni nutaamik meerartaqaler-nerminni pitsaanerpaamik aallartinnissaannut. Aamma angajoqqaat arlaata tamarmilluunniit hashimik pujortartarnek ajornartorsiutigigaluarpassulluunniit.

Atortussiat MANU Hash aqutigalugit neriutigaarput, ilissi sulisutut sakkussaqaalissasusi, sulinissinni angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortartartut ikiorserniarneranni atorsinnaa-sassinnik.

Nalunngilarput ilissi tungissinniit angajoqqaanngortussanik angajoqqaanngorlaanillu inuunerminni assigiinngitsorpasuarunik unammilligassaqartunik suleqateqarniarnissinni piumasaasut, suliamik ilisi-masaqarluarnissaq, attaveqatigiilluarsinnaaneq, isumassuineq, sapiissuseqarnissaq tunniutiinnajuin-nissarlu. Angajoqqaanut pingaaruteqarluinnartuuvoq artornartorsiornermi ilissinnit taperse-neqarnissaat.

Aamma inuiaqatigiinnut pingaartuuvoq, atugarisatigut kaajalukaarnerliuutit kipitineqarnissaat. Ullu-mikkut inuunermi naalliuuterpasuit atornerluinermit aallaaveqarput – hashiusinnaavoq, imigassaasin-naavoq aamma pingitsoorsinnaajunnaakkamik aningaasanoornerusinnaavoq. Tamanna pinngitsuuisin-naajunnaarsimasut meerartaanni takusinnaasarpaput, sumiginnagaakkajuttarmata. Tassaasinnaavoq angajoqqaanit ulluinnarni malugineqarnissamik, qanigineqarnissamik, isumassugaanissamik, kaamat-tugaanissamik attavigineqarnissamillu amigaateqarneq. Aamma angerlarsimaffimmi persuttaasernerit, assoortuutarnerit kinguaassiutitigullu atornerluinerit meeqqani naalliuutaasinnaapput.

Annertoqisumik suliasi pillugit qujaffigiumavatsigit.

Angajoqqaat meeqqallu pillugit neriutigaarput suliasi annertoqisoq kinguneqarluarumaartoq.

Tamanna aammattaq inuiaqatigiinnut iluaqutaassaaq!

Agathe Fontain



Peqqissutsimut  
Nunat Avannarliit  
Suleqatigiinnerannullu  
Naalakkersuisoq

Doris J. Jensen



Ilinniartitaanermut,  
Kultureqarnermut, Ilisimatu-  
sarnermut, Ilageeqarnermullu  
Naalakkersuisoq

Sara Olsvig



Isumaginninnermut, Ilaquta-  
riinnermut, Naligiissitaanermut  
Inatsisinillu Atuutsitsinermit  
Naalakkersuisoq

# Forord

Fra politisk side arbejder vi for at støtte op om alle børns, unges og familiers trivsel og sundhed.

Med MANU Hash vil vi gerne give forældre mulighed for, at de får den bedste begyndelse med et nyt barn i familien. Også selv om deres liv er udfordret af, at én af de kommende forældre eller begge, ryger hash.

Med materialet MANU Hash er det vores håb, at I som personale får nogle nye redskaber, I kan bruge I jeres arbejde med at bistå de kommende og nye forældre, som ryger hash.

Vi ved, at det fra jeres side kræver faglighed, kommunikative evner, omsorg, mod og vedholdenhed at samarbejde med de kommende og nye forældre, der ofte har mange forskellige udfordringer i deres liv. Det er afgørende for forældrene, at de får jeres støtte i en svær tid.

Det er også væsentligt for vores samfund, at en ond cirkel bliver brudt. Megen menneskelig lidelse i dag er følger af misbrug – det kan være hash, men også alkohol og ludomani. Vi ser det på børn af afhæn-gige forældre, der ofte udsættes for svigt. Det kan være manglende opmærksomhed, nærhed, omsorg, stimulation og kontakt med forældrene i dagligdagen. Det kan også være vold, mange skænderier i hjemmet eller seksuelt misbrug, som plager børnene.

Vi vil gerne takke jer for den store indsats, I yder.

Vi ønsker for forældrenes og børnenes skyld, at jeres store arbejde vil bære frugt. Det vil også være godt for vores samfund.

Held og lykke med det hele!

Agathe Fontain



Naalakkersuisoq for Sundhed  
og Nordisk samarbejde

Doris J. Jensen



Naalakkersuisoq for Uddannel-  
se, Kultur, Forskning og Kirke

Sara Olsvig



Naalakkersuisoq for Sociale  
Anliggender, Familie, Ligestilling  
og Justitsvæsen

# Imai

## Siulequt

1. Aallaqqaasiut .....	6	6. Inooqatigiissutsikkut ilaqutariinnilu inuttut attavigiinnermut kingunerisaasut ...	20
2. MANU Hash sunaava? .....	8	Hashimik pujortartalernissamut ulorianartorsiortitsisuusinnaasut .....	20
Siunertaq .....	8	Hashimik pujortartalernissamut illersuutaasut ..	22
MANU Hashimi atortussiat .....	8	7. Angajoqqaat meeqqallu akornanni misigissutsitigut attavigiinnerit .....	24
3. Hashimik pujortartarnek kisitsisinngorlugu .....	10	Attavigiittarneq pillugu piviusut .....	24
Nikkiartorsimaneq kisitsisinngorlugu .....	10	Ukununga attaveqarneq .....	24
4. Hash qanoq sunniuttarpa? .....	12	Attaveqaateqariaatsit meeqqallu nukarliit .....	26
Uummassuseqartuleringeq sunniutaasullu .....	12	8. Meeqqat inuunerinut kinguneri .....	28
Pinngitsuuisinnaajunnaarneq aamma kingunerlutsitsineq (abstinens) .....	14	9. Kaajalukaartunik pitsaanngitsunik kipititsineq .....	30
Kingunerlutsitsineq .....	14	Angajoqqaanngortussat – ataatat anaanallu assigiinngitsunik pisariaqartitsisut .....	32
Ingerlaannartumik kinguneri .....	14	10. Hash pillugu oqaloqatigiinneq siulleq .....	34
Anersaartuutini ajoqusernerit .....	16	11. Innersuussutit .....	36
5. Naartunermut, erninermut meeraaqanullu haship kinguneri .....	16	Innersuukkumasat taparserneqarnissamullu periarfissat .....	38
Kalaallit Nunaanni haship akui .....	16	Qaqugukkut pinngitsuuisinnaajunnaartoqartarpa? .....	38
Hash aamma naartuneq .....	16		
Hash aamma milutsitsineq .....	16		
Hash aanngajaarniutininik allanik akoqartillugu ...	18		

# Indholdsfortegnelse

## Forord

1. Indledning .....	7	6. Konsekvenser for de sociale forhold og personlige relationer i familien .....	21
2. Hvad er MANU Hash? .....	9	Risikofaktorer for at begynde med at ryge hash .....	21
Formål .....	9	Faktorer som beskytter mod at begynde med at ryge hash .....	23
Materiale i MANU Hash .....	9	7. Følelsesmæssige relationer mellem forældre og barn .....	25
3. Hashrygning i tal .....	11	Fakta om tilknytning .....	25
Udviklingen i tal .....	11	Tilknytning til .....	25
4. Hvordan virker hash? .....	13	Mere om tilknytningsmønstre og de yngste børn...	27
Biologi og effekter .....	13	8. Konsekvenser for børns liv .....	29
Afhængighed og abstinens .....	15	9. At bryde en ond cirkel .....	31
Abstinens .....	15	Kommende forældre – fædre og mødre med forskellige behov .....	33
De umiddelbare følger .....	15	10. Den første samtale om hash .....	35
Skader i luftvejene .....	17	11. Referencer .....	37
5. Konsekvenser af hash for graviditet, fødsel og spædbørn .....	17	Henvisning og muligheder for støtte .....	37
Indholdet i hash i Grønland .....	17	Hvornår er man afhængig? .....	39
Hash og graviditet .....	17		
Hash og amning .....	17		
Hash i kombination med andre rusmidler .....	19		

## 1. Aallaqqaasiut

MANU Hash – Sulisunut Paasissutissat sallerpaatillugu siunertaraat hash (cannabis) qanorlu sunniute-qartarnersoq pillugu ilisimasaqalersitsinissaq, aamma meeqqamut sulii inunngunngitsumut, milutsitsi-nermut ilaqutariillu meeraarartallit ulluinnarni inuunerannut peqqissutsikkut haship kingunerisinnaasai pillugit ilisimasaqalersitsinissaq. Atortussiani 'hashimik pujortarnej' atornerqarpoq, hash amerlanerpaati- gut pujortarnejarluni puatsigoorluni sunniuttarmat.

Naalakkersuisut 'Hashi akiorniarlugu nuna tamakkerlugu iliuusissatut pilersaarummut siunnersuum- mi' (1) 2016-imeersumi anguniakkat, piffissallu ilaani anguniakkat makku tikkuarpaat, mappersakkami sammineqartut:

- Naartuut hashimik pujortartannginnissat.
- Meeraq sulii inunngunngitsosq hashimik pujortarnermut illersorneqassaaq.
- Meeqqat kikkulluunnit inersimasunik hashimik sunnertissimasunik misigisaqassanngillat.

MANU Hash isigineqassaaq tassaasoq, aanngajaarniutiniq atuneq annikillisarnerlugu ukiuni makkuna- ni pingaartillugu suliniutit ilaattut (2). Innuttaasut akornanni misissuineri hashimik pujortartarnerup annertussia qulaajarneqarpoq (3), meeqqat atuartut akornanni misissuineri takuneqarsinnaavoq meeqqat inuusuullu qassit hashimik pujortartarnerup (4) aamma Inuuneritta II-mi hashimik pinaveer- saartitsinissaq suliniuteqarfissanut ilaavoq (5). 'MANU Hash – Sulisunut Paasissutissat' ilisimasatigut imarisaanni qulaani innersuusaaq annermik tunngavigineqarput, taamatullu nunanit allanit nalunaa- rusiat, qulaajaanit ilisimatusarnikkullu misissuinerit.

MANU Hash isigineqassaaq angajoqqaajuneq ikorfartorniarlugu suliniutinut allanut tapertatut, asser- suutigalugu MANU-mi sammineqartunut. Ataasiakkaanut pissarsinarput inuiaqatigiinnullu ilaqaatallutik.

Angajoqqaanik pikkorissaanermut najoqqutassiaq MANU 2016-imeersoq tassaavoq erninissamut angajoqqaanngornissamullu piareersarluni pikkorissarneq, angajoqqaanut tamanut saaffiginnittoq. Pikkorissarneq naartunerup aallartilaaernerani aallartittarpoq, ukiunilu siullerni marlunni meeraq malitta- risarlugu. Ingerlatsineq najukkami pissutsinut naleqqussarneqarsinnaavoq, soorlu ilaqutariit illoqarfimmi nunarfimmiluunniit najugaqarnerat apeqqutaatillugu. MANU-mi takorluukkat tassaapput, angajoqqaat namminneq angajoqqaajoriaasissaminnik nassaarnissaminnut periarfissinnissat. Ilutigisaanik MANU-mi ilinniartitsineri isumaavoq, ataatatut anaantullu pitsaasumik pissuserisinnaasat amerlaqisut. Nikerar- tumik ingerlatsisarnissaq siunertaavoq, ilinniartitseriaatsitigut periutsit assigiinngitsuullutik. Aamat- taq ilinniartitsisusussat ulluni pingasuni pikkorissartinneqarput, MANU-mi tunngaviumik eqqar- sariaaseq ilinniartarlugu, ilinniartitsinerimilu ingerlatassat ilaat misilittarlugit (6).

## 1. Indledning

MANU Hash - Information til fagpersoner skal først og fremmest give viden om hash (cannabis), hvor- dan det virker, og hvilke sundhedsmæssige konsekvenser hash har for det ufødte barn, for amningen af barnet og for hverdagslivet i familien med et lille barn. I materialet er brugt ordet hashrygning eller at ryge hash, fordi hash stort set altid indtages gennem lungerne.

Naalakkersuisut har i National indsatsplan mod hash (1) fra 2016 peget på følgende mål og delmål, som behandles i pjecen, at:

- Gravide ikke ryger hash.
- Det ufødte barn skal beskyttes mod hashrygning.
- Ingen børn oplever voksne, som er påvirkede af hash.

MANU Hash skal ses som en del af den indsats, der i disse år er prioriteret, for at nedbringe brug af rusmidler (2). I befolkningsundersøgelsen er omfanget af hashrygning afdækket (3), af skolebørnsunder- søgelsen fremgår hvor mange unge, der ryger hash (4) og i Folkesundhedsprogrammet Inuuneritta II er forebyggelse af hash et indsatsområde (5). Den præsenterede viden i MANU Hash - Information til fag- personer er især baseret på ovenstående referencer samt på rapporter, udredninger og videnskabelige undersøgelser fra udlandet.

MANU Hash skal ses i tråd med de bestræbelser, der gøres for at understøtte forældreskabet, for ek- sempel som det sker i MANU. Det er meningsfuldt for den enkelte og nyttigt for samfundet.

Forældrekonceptet MANU fra 2016 er et fødsels- og forældreforberedelseskursus målrettet alle forældre. Kurset starter i begyndelsen af graviditeten og følger barnet i dets to første år. Forløbet kan tilpasses lokale forhold, fx alt efter om familierne bor i by eller bygd. Visionerne med MANU er, at forældrene får mulighed for at finde deres egen forældretil. Det er samtidig holdningen i MANU undervisningen, at der er mange gode måder at være far eller mor på. Der er lagt op til et varieret kursus- forløb med forskellige pædagogiske virkemidler, som under- støtter undervisningen. Underviserne har desuden gennemgået et tre dages kursus, hvor de har sat sig ind i grundtænkningen bag MANU og har afprøvet dele af undervisningsforløbet (6).



## 2. MANU Hash sunaava?

MANU Hash – Sulisunut Paasissutissat, sallerpaatillugu peqqinnissaqarfimmi sulisunut angajoqqaanngortussanik ilaqtariinnillu naalungiarsuutilinnik sullissisunut saaffiginnipput. Aamma allanik suliallit sullinneqartunik attaveqartartut atortussat isumassarsiorfigisinnaavaat. Piffissaliussatut pineqarpoq naartuneq, meeqqap illissami alliatulernerat, milutsitsineq aamma ilaqtariit naalungiarsuuteqaleqqaarnerat.

### Siunertaq

Siunertaq pingaarneq tassaavoq, hashimik pujortartarnerup peqqissutsikkut, eqqarsartaatsikkut inooqatigiissutsikkullu sunniutai pillugit paasissutissiinnikkut ilisimasaqalersitsinissaq.

Aammattaq siunertaavoq naartunerup nalaani ilaqtariillu naalungiarsuuteqaaqqaalerneranni, sulisut aappariit hashimik pujortartarunnaarnissaannik kaammattuinnissamut tunngavissinnissaat.

### MANU Hashimi atortussiat

MANU Hash ataatsimut makkunanga imaqarpoq:

1. Sulisunut paasissutissiilluni mappersagaq.
2. Filmeeqqat pingasut (titartakkanik filmiliat 20 sekuntikkaartut), angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu tamanut saaffiginnissutaasut.
3. Angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut paasissutissiilluni mappersagaaraliaq.
4. Angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut titartakkanik filmiliaq.
5. Angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortartartut unitsitsinissaannik killiliinsaannilluunniit sulisut qanoq ikiussinnaanerannik oqaloqatiginninnissamut ilitsersuut isumassarsiorfissarlu.

MANU Hashimi aallaaviupput peqqissutisimik siuarsaanissaq aamma iliuuseqarsinnaassuseqarneq pillugit teoriit (annertunerusumik takusaqarit imm. 9 aamma 10-mi, qup. 30 - 34). Inuit ataasiakkaat namminneq inuunermi iliuuseqartuusutut isigineqarput. Kaammattuilluni allannguiniarlunilu ingerlatsinissamut, hashimik pujortartarunnaarnermik pujortartarnerulluunniit annikillisinerneranik kinguneqartussamut pingaaruteqarlunartuuvoq inuup nammineerluni hashimik atuinini pillugu allannguinnissaminik aalajangiinissaa (7).

## 2. Hvad er MANU Hash?

MANU Hash – Information til fagpersoner, er først og fremmest målrettet de personalegrupper i sundhedsvæsenet, der arbejder med kommende forældre og spædbørnsfamilier. Andre fagpersoner, der har kontakt med målgruppen, vil også kunne finde inspiration i materialet. Tidsperioden dækker graviditeten, barnets udvikling i livmoderen, amningen og den første tid i familien med et spædbarn.

### Formål

Hovedformålet er, at tilføre viden ved at bidrage med informationer om de sundhedsmæssige, mentale og sociale virkninger af hashrygning.

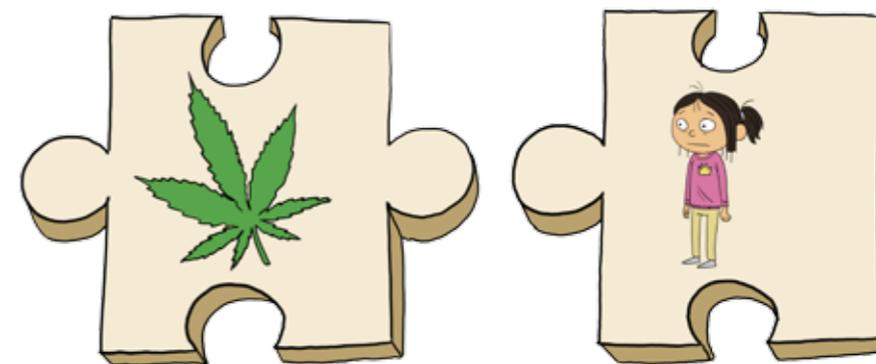
Det er endvidere hensigten at skabe grobund for, at fagpersonerne kan bidrage til, at perioden under graviditeten og tiden med et spædbarn i familien bruges til at motivere både manden og kvinden til at stoppe hashrygning.

### Materiale i MANU Hash

MANU Hash består samlet set af:

1. Informationspjece til fagpersoner.
2. Tre spots (animationsfilm på 30 sekunder) målrettet alle kommende og nye forældre.
3. Informationspjece til kommende og nye forældre, der ryger hash.
4. Animationsfilm til kommende og nye forældre, der ryger hash.
5. Samtalevejledning og inspiration til hvordan fagpersoner kan hjælpe med til at stoppe eller begrænse hashrygning hos kommende og nye forældre.

MANU Hash tager udgangspunkt i teorier om sundhedsfremme og handlekraft (se mere i afsnit 9 og 10 side 31 - 35). Det enkelte menneske ses som aktør i sit eget liv. Det er afgørende for en motivations- og ændringsproces, der kan føre til stop for eller nedsættelse af hashrygning, at det er personen selv, der træffer beslutning om at ændre sit forbrug af hash (7).



### 3. Hashimik pujortartarnej kisitsisinnorlugu

2014-imi innuttaasut akornanni misissuinermit ersippoq, peqataasut affaat sinnilaarlugit hashimik pujortarnermik misiliisimasut. 36 %-it ataasiakkaatigit misiliisimapput, 20 %-illu arlaleriarlutik hashimik pujortarsimapput. Angutit akulikinnerusumik pujortartarput. Aammattaaq misissueqqissaarnerit takutippaat inuit suliffissaaleqisut, pisortanit ikiorneqartut angerlarsimaannartulluunniit 23,5 %-it qaammammut ataasiannaratik hashimik pujortartartut (2).

Aamma innuttaasut akornanni misissuinermit ersippoq, nunap immikkoortuini hashimik pujortartarnej assigiinnigissuteqartoq. Tunumi akuttunngitsumik pujortartartut ikinnerupput, Kujataani amerlanerullutik. Kiisalu akuttunngitsumik hashimik pujortartartut, angerlarsimaffiminni imigassamik ajornartorsiuteqarlutik peroriartorsimasut amerlanerupput.

Atuartut akornanni misissuinerup kingulliup 2014-imeersup (HBSC) takutippaat, inuusuttuaqqat hashimik pujortarnermik misiliisimasut amerliartortut. 2006-imi 15-inik ukiullit 17 %-ii hashimik pujortarsimapput, 2014-imilu 15-inik ukiullit hashimik pujortarsimasut 26 %-inngorsimallutik (4).

Hashimik pujortartarnej pillugu kisitsisit takutippaat, suut immikkut maluginiagassaanersut, sullinniakatut saaffigisat tassaatillugit angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu. Taamaammat oqaatigineqassaaq kisitsisit innuttaasut tamarmik akornanni misissuinermeersuummata. Imaappoq angajoqqaanngorlaat angajoqqaanngortussallu kisimik misissuiffigineqanngillat.

#### Nikkiaartorsimaneq kisitsisinnorlugu:

- Iluatsitsisoqarsinnaavoq! Piviusoq tassaavoq arnat inuusuttut amerlasuut 2005-ip 2014-illu akornanni hashimik pujortartarunnaarsimammata.
- Arnaq (25-34-nik ukiulik) ukiuni kingullerni minnerpaamik qaammammut ataasiarluni hashimik pujortarsimasooq ataasiugaangat, angutit taama ukiullit hashimik pujortarsimasut 7-usarput. Tamatumaa kinguneraa arnat naartusut arlaqartut namminneq hashimik pujortartanngikkaluarlutik pujortartarumik aappaqarmata. Ilaatigullu angajoqqaat tamarmik hashimik pujortartartuussapput.
- Ukiut 9 ingerlaneranni arnat minnerpaamik qaammammut ataasiarlutik hashimik pujortartartut amerlassusaat 18-24-nik ukiulinni affaannanngorsimapput (15,9 %-imiit 7,4 %-imut), arnanilu utoqqaanerumaani, tassalu 25-34-nik ukiulinni, 75 %-imik ikilerarsimallutik (16,6 %-imiit 4,1 %-imut).
- Angutini 25-t ataallugit ukiulinni ukiunilu kingullerni minnerpaamik qaammammut ataasiarlutik hashimik pujortarsimasuni qaffariaat annertunerpaavoq 10,7 %-iulluni (2005-imi 20,1 %-imiit 2014-imi 30,8 %-inngorluni). Angutini 25-34-nik ukiulinni qaffariaat 4,3 %-iuvoq (2005-imi 23,3 %-imiit 2014-imi 27,6 %-inngorsimalluni).
- 15-inik ukiullit 27 %-iisa qaammatit kingullit 12-t ingerlaneranni hashimik pujortarsimanerat ernumanartuuvooq, taakkunannga affaat (9 %) ullut 30-t kingulliit ingerlaneranni hashimik pujortarsimallutik (4). Ernumanermut pissutaapput ilisimasat nutaat. Ilisimasat taakku ilimanarsisippaat, inuusuttup qarasaata tamakkiisumik eqqarsarsinnaassuseq pigileqqissinnaanngikkaa, hashimik pujortartarnej unitsinneqaraluarpuunniit, aamma hashimik pujortartarnej inuusuttuunermi aallartissimatillugu kingusinnerusukkut tarnikkut nappaateqalernissap ulorianassusia marloriaatinngortartoq (8) – anertunerusumik allaaserisaq tak. imm. 4-mi, qup. 12.

### 3. Hashrygning i tal

Befolkningsundersøgelsen fra 2014 viser, at lidt over halvdelen af deltagerne har prøvet at ryge hash. Der er 36 %, som har prøvet det nogle enkelte gange, og 20 %, som har røget hash adskillige gange. Der er flest mænd, som ryger hash regelmæssigt. Endvidere viser analyserne, at blandt dem, der er arbejdsløse, på offentlig hjælp eller hjemmegående, ryger 23,5 % hash mere end én gang om måneden (2).

Det fremgår også af befolkningsundersøgelsen, at der er regionale forskelle i hashrygning. Der er færrest, som regelmæssigt ryger hash, i Østgrønland og flest i Sydgrønland. Endelig er der flere regelmæssige hashrygere blandt personer, som er vokset op med alkoholproblemer i hjemmet.

Den seneste undersøgelse med deltagelse af skolebørn fra 2014 (HBSC) viser en stigning i antallet af unge, som har prøvet at ryge hash. I 2006 er der 17 % af 15-årige, der har prøvet at ryge hash, og i 2014 er dette steget til 26 % af de 15-årige (4).

Tal for hashrygning kaster lys på områder, som kan kræve særlig opmærksomhed eller omtanke, når målgruppen er kommende og nye forældre. Derfor skal det nævnes, at tallene bygger på en befolkningsundersøgelse, som omfatter alle. Dvs. at det ikke udelukkende er kommende forældre eller småbørnsfamilier, som deltager.

#### Udviklingen i tal:

- Det kan lykkes! Det er et faktum, at mange yngre kvinder er stoppet med at ryge hash i perioden fra 2005 til 2014.
- For hver kvinde (25-34 år), der røg hash mindst én gang om måneden i det seneste år, er der syv mænd i samme alder, som gør. Det betyder, at en del gravide kvinder har en kæreste, der ryger hash, men de gør det ikke selv. Og for nogle vil begge kommende forældre være hashrygere.
- På ni år er antallet af kvinder, der røg hash mindst en gang om måneden i det seneste år, halveret for de 18-24-årige (fra 15,9 % til 7,4 %) og for de lidt ældre kvinder på 25-34 år er faldet på 75 % (fra 16,6 % til 4,1 %).
- Hos mænd er der sket den største stigning på 10,7 % (fra 20,1 % i 2005 til 30,8 % i 2014) i antallet af mænd under 25 år, der har røget hash mindst én gang om måneden i det seneste år. Hos mænd i alderen 25-34 år er sket en stigning på 4,3 % (fra 23,3 % i 2005 til 27,6 % i 2014).
- At 27 % af de 15-årige har prøvet at ryge hash, og at 17 % har røget hash indenfor de seneste 12 måneder, heraf halvdelen (9 %) i de seneste 30 dage er bekymrende (4). Grund til bekymringerne er ny viden. Viden der peger på, at det kognitive funktionsniveau ikke kan genvindes fuldt ud i den unge hjerne efter ophør med hashrygning, og at der er en fordoblet risiko for senere at udvikle en psykose, hvis hashrygningen begynder i teenageårene (8) se mere i afsnit 4 side 13.
- Med et fødselstal i 2016 på 830 børn, svarer det til, at 230-255 nyfødte børn i 2016 har en far, som regelmæssigt ryger hash, og at 35-60 nyfødte har en mor, der gør det. Det må antages, at nogle vælger at stoppe eller nedtrappe deres hashrygning i forbindelse med en familieførgøelse, hvilket tallene ikke tager højde for. Men undersøgelsen giver et fingerpeg om problemernes omfang.

- Meeqqat 2016-imi inunngortut 830-ummata, kisitsisit qulaaniittut assigaat, 2016-imi meeqqat inoorlaat 230-255-it ataataqartut akuttunngitsumik hashimik pujortartartumik, meeqqallu inoorlaat 35-60-it akuttunngitsumik hashimik pujortartumik anaanaqarlutik. Ilimagisariaqarpoq ilaat meerartaarnerminni hashitornerminnik unitsitsisartut annikillisaallutilluunniit, tamannali kisitsisini takuneqarsinnaangilaq. Kisiannili misissuinerup ajornartorsiutip annertussusaa tikkuarppaa.

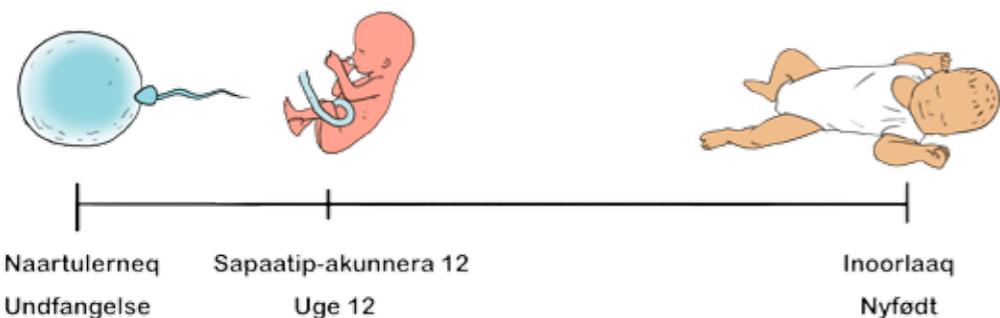
#### 4. Hash qanoq sunniuttarpa?

##### Uummassuseqartulerineq sunniutaasullu

Qaratsami ingerlaatsit kemiskiusut haship akuinik sunnigaasartut sianiuteqarfiit avalliuinerusut qitiusullu eqqortarpaat. Sunnigaanerpaasartut tassaapput aalajangiisinnanermut, aalaatsinut eqqaamannissinnaanermullu tunngasut.

Hash aangajaarniutaavoq, "ikiarooriarluni" pujortarneqartartoq. Ikiaroornerup sakkortunerpaaffia minutsit amerlanngitsut ingerlaneranni anguneqartarpoq. Naasoq cannabis cannabinoidinik assigiinngitsunik 100-t missaannik akoqarpoq. Cannabisip akui pingaarnerpaat tassaapput THC aamma CBD. THC ikiaroornermut sunniuteqarnerpaasarpoq. Hashimik pujortareerup kingorna nalunaaquttap-akunnerata ataatsip qaangiunnerani aammi THC annertunerpaaffimmi 10 %-ianut apparsimasarpoq. Akunnerit sisamat qaangiunneranni aammi THC 1 %-inngorsimasarpoq, akunnerillu 24-t qaangiunneranni 0,1 %-iulersimasarluni. Haship akuisa ilaat timimiit arriitsuarsuarmik peeriartortarput. Tamannalu pisarpoq tartutigut. Aamma haship akuisa ilaat timip orsuanut katersuuttarput. Taakku arriitsuarsuarmik annikilliarptarput, ullullu 30-t tikillugit timimiissinnaallutik.

Haship THC-mik allanillu kemiskiusunik akuisa sianiuteqarfiit "angallassiffisa" arlalippassuit allanngorneri nassatarisarpaat. Akuttunngitsumik hashimik atuiunerup nassatarisarpaa timip atortuisa pineqartut sakkukilliarptarput. Tamannalu patsisaasorineqartarpoq siusinnerusukkut haship sunniutaasulli sunnertissagaanni hashimik annertusiartuinnartumik atuisariaqalersarnermut. Tamannalu inuup hashimik pingitsuisinnaajunnaarneranut patsisaasarpoq. Sapaatip-akunnerini arlalialunni atuinngikkaanni, qarasaq inerisimasoq qangatut pissutsiminut uteqqissaaq (Immikkoortuni ukunani paasisutissat innersuussaq 8-mik tunngaveqarput).



#### 4. Hvordan virker hash?

##### Biologi og effekter

De kemiske processer i hjernen, som stofferne i hashen påvirker, rammer både det perifere og det centrale nervesystem. Der påvirkes flest processer i de områder, hvor beslutningstagen, bevægelsesmæssige funktioner og hukommelse foregår.

Hash er et rusmiddel, som ryges for at blive "skæv". Den maksimale effekt af rusen opnås i løbet af få minutter. Cannabisplanten indeholder omkring 100 forskellige cannabinoider. De to vigtigste stoffer i cannabis er THC og CBD. THC er primært årsag til rusmiddeffekten. En time efter hashrygning er koncentrationen af THC i blodet faldet til 10 % af den maksimale koncentration. Efter fire timer er koncentrationen af THC i blodet 1 % og efter 24 timer er den 0,1 %. Andre af indholdsstofferne fra hashen udskilles meget langsomt fra kroppen. Det sker især gennem nyrerne. Der er også nogle af stofferne fra hashen, som ophobes i fedtvævet. De udskilles meget langsomt og kan være i kroppen helt op til 30 dage.

THC og andre kemiske stoffer i hashen medfører ændringer i en lang række af nervesystemets "transportsystemer". Regelmæssig brug af hash medfører en nedregulering i disse mekanismer. Dette menes at være en væsentlig årsag til udviklingen af, at der skal mere og mere hash til for at opnå en rus (tolerance). Og årsag til at personen udvikler afhængighed af hash. Efter nogle ugers stoffrihed vil mekanismerne i den voksne hjerne være tilbage på det normale niveau (Informationerne i afsnittene bygger på reference 8).



### **Pinngitsuuisinnaajunnaarneq aamma kingunerlutsitsineq (abstinens)**

Pinngitsuuisinnaajunnaarneq pineqarpoq, pinngitsuuisinnaajunnaarsimasup hashimik pujortarnisamik sakkortuumik amigaateqartutut misigisarnera, amigaateqartutullu misiginerup tamatuma aqukuminaalluinnartarnera. Tamanna aamma pisarpoq hashimik pujortarnerup inooqatigiinnikkut ajornartorsiutinik nassataqakulanera inuup nalunngikkaluaraangaguluunniit (annertunerusumik paasissutissat imm. 6-mi qup. 20-miipput aamma qup. 28-mi). Hashimik pujortarusunneq atuisuusup inuuneranut tunngaviusumik akuulersarpoq. Amerikamiut misissuinerisigut missingerneqarpoq, atuisut tamarmik 9 %-iisa missaat – imaappoq ullut tamaasa atuisartut 25-50 %-ii angullugit – hashimik pinngitsuuisinnaajunnaartartut. Aamma uppersarnerneqarnikuuvoq inuusuttut sulii 15-inik ukioqaleratik hashimik pujortalersimasut, kingusinnerusukkut aallartittunut naleqqiullugit pinngitsuuisinnaajunnaartarnerat annertunerusartoq. Annermillu hashimik misileeqqaarneq nuannersutut misigineqarsimatillugu, pinngitsuuisinnaajunnaarneq sakkortunerusarluni.

Hashimik pinngitsuuisinnaajunnaarneq imigassamik pinngitsuuisinnaajunnaarnermik pilertornerusumik pisarpoq. Tamatumunnga peqqutaaqataasinnaarpasipput haship akuisa ilaasa nungujartortarnerat siviisuumik pisarmat. Imaappoq haship akuisa ilaat siviisuumik timimiittartut. Sapaatip-akunneri 6-10 timimiissinnaasarlutik. Sapaatip-akunnerinik 6-10-nik akulikinnerusumik hashimik pujortartaraanni haship akui timimut katersuutilissapput, timimiiginnalerlutillu. Inuit ilaannut ullut tamaasa sapaatip-akunnerani hashimik pujortarneq, hashimik pinngitsuuisinnaajunnaarnissamut naammattarpoq. Allat siviisunerusumik atuereernerminni taamaalisarput – immaqqa qaammat ataaseq angullugu (8).

### **Kingunerlutsitsineq**

Kingunerlutsitsinertut pineqarput hashimik pujortartartup pisarnermisut hashitunngikkaangami timaatiigut malunniuttartut. Kingunerlutsitsinermut ersiutaasarput uniffeerunneq, sinittarnerup akornusernera (sinissaaleqineq, sinnattupilunneq), puffajaneq, ersiorneq aamma isummap nikerarnera. Kingunerlutsitsinerup ersiutai pilersarput hashimik pujortarnerup unitsinneraniit nalunaaquttap-akunnerisa 24-t ingerlaneranni. Ullut-unnuallu siulliit qulit ajornerpaasarput. Qaammat ataaseq angullugu – immaqalu siviisunerusumik - atuussinnaapput (8).

### **Ingerlaannartumik kinguneri**

Eqqarsariaaseq aamma silarsuup misigisarnera ikiaroornerup nalaani kingornagullu allangortarput. Tamatuma ilaatigut nassatarisarpaa piffissami qaninnerusumi eqqaamannissinnaanerup annikillinera, pingaarutilinnik ukkassisinnaanerup pisussanillu maluginiaasinnaanerup annikillinerat. Tamatuma kingunerigajuppaa hashimik sunnerteqqasup sinnattuaqiinnalerluni anguniagalinnik sammisaqarniapi-loortalernera. Qisuariartaatsit arrillisarput, timikkut sukkasuumik qisuarinissap pisariaqarfiani. Tamanna assersuutigalugu takuneqarnikuuvoq timmisartortuusaartitsinerneq biilertuusaartitsinerneq pisinnaasat annikinnerulertarmata.

Annertuumik hashitortoqartillugu takorluuinertut ittut misigineqarsinnaapput, pissanganarsinnaasut. Kisianni inuit ilaanni aamma annilaarnarsinnaasaqaat. Ikiaroorneq qaqtigut aamma nuanninngitsorujusuarmik misigineqartarpoq, toqunissaq ersiutitigineqalerluni niaqulaalernissarlu annilaangagineqarluni. Tamanna atuisutut misilittagaqanngitsuni akuttunngitsumik pisarpoq. Inuusuttuulluni hashimik pujortartaraanni inuunermi kingusinnerusukkut tarniluuteqalernissaq marloriaammik ulorianarnerulersarpoq. Annermik hashimik pujortakulanerup tarniluuteqaleriartorneq sukkatsisarsinnaavaa (8).

### **Afhængighed og abstinens**

Ved afhængighed forstås, at den, der har udviklet afhængighed, føler en stærk trang til at ryge hash, og at det er meget svært at kontrollere trangen. Det sker også selv om man er bevidst om, at hashrygning ofte giver sociale problemer (se mere afsnit 6 side 21 samt side 29). Trangen til at ryge hash griber grundlæggende ind i brugerens liv. I amerikanske undersøgelser er det anslået, at omkring 9 % af alle brugere – og helt op til 25-50% af dem, der bruger hash dagligt, bliver afhængige. Det er også dokumenteret, at unge, der begynder før de er 15 år, i højere grad bliver afhængige end dem, der begynder senere med at ryge hash. Især hvis den første oplevelse med hash er positiv, så styrkes tendensen til afhængighed.

Afhængighed af hash kommer hurtigere end afhængighed af alkohol. Mekanismerne bag er sandsynligvis, at nogle af indholdsstofferne i hashen har en meget lang halveringstid. Det betyder, at nogle af de kemiske stoffer fra hash er lang tid om at forsvinde fra kroppen. Det kan vare helt op til 6 – 10 uger. Hvis man ryger hash med kortere interval end 6 – 10 uger, så ophobes stofferne i kroppen og er til stede hele tiden. For nogle mennesker kan hashrygning hver dag i en uge være nok til at skabe afhængighed. For andre skal der længere tids brug til - måske op til en måned (8).

### **Abstinens**

Ved abstinens forstås, at en hashryger får symptomer, hvis vedkommende ikke får sin sædvanlige dosis hash. Symptomer på abstinens er rastløshed, søvnforstyrrelser (kan ikke sove, drømmer ubehageligt), irritabilitet, angst og stemningssvingninger. Symptomerne på abstinens opstår i løbet af 24 timer efter hashrygningen er ophørt. De er værst i løbet af de første ti døgn. De kan vare ved i op til en måned og måske længere (8).

### **De umiddelbare følger**

Der sker forandringer under og efter rusen i den måde, man tænker på, og hvordan verden opleves. Det indebærer blandt andet nedsat korttidshukommelse, mangel på at kunne fokusere på de væsentlige ting og være i stand til at rette sin opmærksomhed på det, der skal ske. Dette medfører ofte, at den påvirkede fortaber sig i drømme og får svært ved at udføre målrettede aktiviteter. Der bliver forringede reaktioner, hvis man hurtigt skal reagere kropsligt på noget. Det er fx ved forsøg med simuleret flyvning og bilkørsel vist, at der er nedsatte færdigheder.

Ved indtagelse af større mængder hash kan opleves en slags hallucinationer, som kan være spændende. Men hos nogle kan de også være skræmmende. I sjældne tilfælde, kan rusen opleves som meget ubehagelig, med dødsangst og med frygt for at blive sindssyg. Det sker ofte hos uerfarne brugere. Hashrygning i ungdomsårene er forbundet med en fordoblet risiko for at få en psykose senere i livet. Især hyppig hashrygning kan forårsage eller fremrykke udvikling af en psykose (8).

### **Anersaartuutini ajoqusernerit**

Uppernarsineqarnikuvoq hashimik pujortarneq anersaartuutitigut malunnaatilimmik paamitsitsisartoq. Malunniutigisarpai qiserisariaqqakkamik katagartitaqarluni quersorneq. Atuisut pingajorarterutaanni takussaavoq nuaap katersuuttarnera nipilimillu anersaartortarneq. Puaat pisinnaasaannik uuttortaa-nermi takuneqarsinnaavoq anersaartuutini pingaarnerni anersaartorniarneq akimmiffeqarnerusartoq, kisianni ilisimaneqanngilaq tamanna timimut qanoq sunniuteqartarnerisooq. Anersaartuutit hashimillu pujortarnerup ilisimatusarfiginerini amerlanerni angusaasut takutippaat hash tupap akerlianik KOL-eqal-lernermik nassataqartanngitsooq. Puatsigut kræfteqalertarnermut naleqqiullugu paasisat ersarinngillat. Kisianni ilimanarpoq annertunerusumik hashimik pujortartarnerup puatsigut kræfteqalersinnaaneq an- nertusittaraa (8).

## **5. Naartunermut, erninermut meeraqqanullu haship kinguneri**

THC orsumut "nipputtarpoq", naartunermilu arlaaq aqqutigalugu naartumut annguttarluni. Meeqqap inunngornerata kingorna haship akui anaanaq immuanut akuliuttarput. Cannabisip meeqqap qanoq sunniuttarneranik ilisimatusarnikkut paasisani nutaani erseqqissarneqarpoq, ilisimatusarnikkut paasisat nutaat pisoqaanerusunut sanilliunneqarsinnaagunangitsut. Tassami assersuutigalugu haship THC-mik akui annertusinikuupput. 1993-imi Amerikamiut ilisimatusarnikkut misissuineranni paasineqarpoq haship arnat naartusut pujortagaasa THC-mik akorisaa 3,4 %-iusooq. 2001-imi Hollandimi misissuineranni ersepoq haship pujortarneqarsimasup THC-mik akua 17,7 %-iusooq (12).

### **Kalaallit Nunaanni haship akui**

Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfik, Politiit aamma Århusip Universitetiani Institut for Retsmedicin Kalaa- llit Nunaanni illoqarfinni pingasuni hash arsaarinnissutaasimasooq suleqatigiillutik misissorsimavaat (16).

THC-mik akuusoq 13 %-imiit 39 %-imut nikerarpoq, agguaqatigiissillugu 25 %-iulluni. Aamma misissuine- rit takutippaat haship Kalaallit Nunaanni pissarsiarineqartup Danmarkimi pissarsiarineqartooq sunniut- tarnermigut assigigaa. Haship THC-mik akua Kalaallit Nunaanni, Danmarkimi Europamilu ukiuni 20-ni kingullerni malunnaatilimmik annertuseriarsimavoq.

### **Hash aamma naartuneq**

Naartunerup nalaani hashitornermik ilisimatusarnikkut paasisat naartup alliarortarneranut ineriartornera- nullu sunniutaasartut nikerartut takutippaat. Anaanaasup hashimik atuinera ilimagineqarpoq meeqqap eqqarsartaasianut pissusilersorneranullu annikinnerusumik sunniuteqartartoq, meeqqap meeraanerani inuusuttuuneranilu atuuttussanik. Arnat naartusut hashimik pujortartarnerat siunissami ulorianarnerus- sasooq ilimanarsinnaavoq, haship THC-mik akua (stoffi sunniuttartoq tetrahydrocannabinol) ukiuni kingu- lliunerusuni annertuseriarnikummat (8, 11).

### **Hash aamma milutsitsineq**

Hash anaanaq immua aqqutigalugu meeqqamik sunniisarpoq, anaanaasooq hashimik pujortarpat. Haship akui sunniuteqartartut pilertoqisumik meeqqap qarasaanut timaanilu orsumut nuuttarput, meeqqallu quata misissorneratigut malugineqarsinnaallutik anaanaasup pujortarsimanerata kingornagut sapaa- tip-akunneri 2-3 angullugit (13). Haship akui taama sivistutisumik meeqqap timaaniittarmata, meeqqap ilumiunermini illiaq aqqutigalugu sunnertinneri kingusinnerusukkullu anaanaami immua aqqutigalugu sunnertinneri immikkoortikkuminaattarput.

### **Skader i luftvejene**

Der er evidens for, at hashrygning giver udtalt luftvejsirritation. Det viser sig ved hoste, hvor der dannes slim, som man må spytte ud. Der er ophobning af slim samt pibende vejrtrækning hos 1/3 af brugerne. Når man måler lungefunktionen, er der øget luftvejsmodstand i de store luftveje, men det er uafklaret, hvilken klinisk betydning dette har. Resultater af de fleste studier om luftveje og hashrygning viser, at hash i modsætning til tobaksrygning ikke forårsager udvikling af KOL. Med hensyn til risiko for at få lungekræft er resultaterne ikke entydige. Men det er sandsynligt, at et større forbrug af hash, som ryges, øger risikoen (8).

## **5. Konsekvenser af hash for graviditet, fødsel og spædbørn**

Stoffet THC binder sig til fedt, og det passerer gennem moderkagen over i fosteret under graviditeten. Efter barnet er født, trænger de kemiske stoffer ind i modermælken. I nyere videnskabelige studier af, hvordan cannabis påvirker barnet, fremhæves det især, at man sandsynligvis ikke kan sammenligne nye studier med dem, af ældre dato. For indholdet af eksempelvis THC er øget. I 1993 var der i et amerikansk studie 3,4 % THC i den hash, som de gravide havde taget. Og i et studie i Holland fra 2001 var indholdet af THC 17,7% i den hash, som var blevet brugt (12).

### **Indholdet i hash i Grønland**

Departementet for Sundhed, Grønlands politi og Institut for Retsmedicin ved Aarhus Universitet har i samarbejde gennemført en undersøgelse af hash beslaglagt i tre grønlandske byer (16).

Indholdet af THC i hash varierer fra 13% - 39% med et gennemsnitligt indhold på 25%. Endvidere viser analyserne, at der ikke er forskel på kvaliteten af hash fra Grønland og hash fra Danmark. Indholdet af THC i hashen i Grønland er ligesom i Danmark og Europa blevet markant højere i de seneste 20 år.

### **Hash og graviditet**

Videnskabelige studier af, hvilken betydning hash i graviditeten har, viser varierende effekter på vækst og udvikling i fosterlivet. Morens brug af hash er muligvis forbundet med milde kognitive og adfærdsmæssige effekter, som følger barnet op gennem barndom og ungdom. I fremtiden kan der vise sig større risiko ved gravides hashrygning i forhold til tidligere, fordi indholdet af THC (det aktive stof tetrahydrocannabinol) er steget i de senere år (8, 11).

### **Hash og amning**

Hash overføres med modermælken til barnet, hvis moren ryger hash. De aktive stoffer fra hashen optages hurtigt i barnets hjerne og fedtvæv, og de kan spores i barnets urin i op til 2-3 uger, efter moren har ammet barnet (13). Da de kemiske stoffer fra hashen er så længe i barnets krop, er det vanskeligt at adskille den påvirkning fra hashen, som barnet får i livmoderen, og den påvirkning, det senere får fra modermælken.

Oqallisaanikuvoq anaanaq hashimik pujortartartoq, meeqqaminik anaanaq immuanut taarsiullugu immulianik milutsitsisariaqannginnersoq, imaluunniit nammineq iviangiminit milutsitsiinnassanersoq, milutsitsinerup tamatuma meeqqamut anaanaasumullu iluaqutissartarisai pissutigalugit (14). Ilisimatusarnikkut misissuinerit ajornartorsiummik paasissutissiisut ikeqimmata paasisallu erseqqaariivngimmat, meeqqap anaanaq immuata hashimik akoqarneranik sunnigaasarnera nalorninartoqartinneqarpoq. Taamaammatt mianersornissaq siunertaralugu inassutigineqartarpoq, arnat milutsitsisut hashimik pujortanngilluinnassasut (13).

## Haship imigassallu toqunartutut sunniutaat assigiinngillat

Imigassartornermi imigassap akui toqunartullit nalunaaquttap-akunneri 48-t angullugit timimiittarput, taamaammallu imigassamik pinngitsuisinnaajunnaarnissap tungaanut piffissaq sivisunerusarpoq. Pingaartuovoq erseqqissassallugu imigassap sivisuumik ilumiup timaaniittarmat. Tamatumunnga pissutaavoq ilumiup imigassamik arrortitsisinnaanera inersimasup arrortitsisinnaanerata 5-10 %-iinnarimmagu. Imaappoq ilumioq imigassap ajoqusiisarnanik sivisunerusumik sunnigaasartooq, ilutigisaanillu imigassamik sulii annertunermik pisarluni illissap ernganit imernermini (13).

Meeraq illissamiinnermini illissap ernganit imertarpoq. Naartunerup naggataatungaani meeqqap ulloq-unnuarlu literip affaa imersinnaavaa. Illissap ernga meeqqap annermik qingamigut milluartaarpaa. Tassani naamasarnermut atorlut, qinngap sulluanittut anaanaq nerisaasa tikkanit sunnigaasarput. Soorlu hvidløg-itorsimappat, lakridsitorsimappat nerisassalluunniit akuutissaanik nerisaqarsimappat, taamatullu anaanaq imigaanit, soorlu kaffimik (15).

### Hash aanngajaarniutitik allanik akoqartillugu

Haship meeqqamut sutigut sunniuteqarsinnaaneranik aalajangiussiniarnermik ajornakusoortitsisinnasarpooq, hashi arlalitsigut aanngajaarniutitik allanik ilaqartillugu atorneqartarmat. Nalinginnaavoq haship tupamik akuneqartarnera, taamatullu akusap pujortarneqartarnera. Pujortarneq ilisimatusarnikkut misissuinerit amerlaqisuni naartup peqqissusianut sunniuteqapiluttartoq uppernarsineqarnikuvoq. Soorlu alliaratornerata annikinneruneranik, meeraq mikinerulerlunilu oqinnerulersarluni. Aamma toqungasumik meerartaarnissaq naalungarsuullu toqunissaa ulornianarnerupput (9).

Aanngajaarniut alla – tassalu imigassap – aamma ilisimatusarnikkut misissuinerit amerlaqisuni naartumut ajoqusiisartooq uppernarsineqarnikuvoq. Matumani imigassap anaanaasup imigaata annertussusia, meeqqamillu ajoqusiisinnaaneq imminnut ataqtigiffearput (10). Aanngajaarniutitik tupamik aamma imigassamik atuineq aanngajaarniutillu tamaasa akuleriisillugit atornerluineq paasissutissiissutip matuma siunertaata avataanniipput.

Det har været diskuteret, om moren, som ryger hash, bør give barnet modermælkserstatning, eller om hun kan amme barnet med de fordele, der er ved amning for mor og barn (14). Fordi meget få videnskabelige undersøgelser belyser problemstillingen, og fordi resultaterne ikke er entydige, er der usikkerhed om påvirkningerne af barnet, hvis der er hash i modermælken. Af forsigtighedsgrunde anbefales det derfor, at kvinder, der ammer, afholder sig fra at ryge hash (13).

## Forskel på giftvirkninger fra hash og fra alkohol

Når man drikker alkohol, er giftstofferne i kroppen i op til 48 timer, og derfor varer det længere tid, før man bliver afhængig af alkohol. Det er vigtigt at understrege, at alkohol bliver længe i fosterets krop. Grunden er, at fostrets evne til at nedbryde alkohol skønnes at være 5 – 10 % af den voksens evne. Det betyder, at fostret er udsat længere tid for alkoholens skadelige påvirkning, samtidig med at det genoptager yderligere alkohol, når det drikker fostervand (13).

Barnet i livmoderen drikker af fostervandet. Det kan godt drikke op til ½ liter i døgnet i slutningen af graviditeten. Barnet suger især fostervandet ind gennem næsen. Her stimuleres lugtkolben, der er placeret oppe i næsehulen, af fostervandet med aromastoffer fra det moren spiser. Fx hvis hun har spist hvidløg, lakrids og krydderier, samt det hun drikker fx kaffe (15).

### Hash i kombination med andre rusmidler

At afgøre, hvilke effekter hash kan have for barnet, kompliceres af, at hash ofte tages sammen med andre rusmidler. Det er almindeligt at blande hashen med tobak og ryge blandingen. Rygning er vist i utallige videnskabelige undersøgelser at have negative effekter på fosterets sundhed. Der er fx nedsat vækst, hvor barnet bliver kortere og vejer mindre. Der er også øget risiko for dødfødsel og for vuggedød (9).

Et andet rusmiddel, alkohol, er ligeledes vist i mange videnskabelige undersøgelser at have dokumenterede skadevirkninger for fosteret. Her er en vis sammenhæng mellem mængden af alkohol, som moren drikker, og de skader det kan forvolde hos barnet (10). Rusmidlerne rygning og alkohol samt blandingsmisbrug med alle rusmidler på samme tid, falder uden for denne informationspjeces formål.

## 6. Inooqatigiissutsikkut ilaqtariinnilu inuttut attavigiinnermut kingunerisaasut

Aallaqqaammut hashimik pujortarnek ataatsimoorluni inuttullu katerisimaaqatigiilluni pinerusarpoq. Kingusinnerusukkut ullut tamaasa atuilernerimi hash pujortartumut naammaginatimik sunniutissaguni annertunerusariaqalersarpoq. Annertunerusumik atuinerup aningaasat amerlanerit pisariaqalersittarpei, tamannalu imminnermini puullaaqinartuuvoq. Ilutigisaanik hashitortoqartariaqarpoq 'nalinginnaasumik inuusutut' misigiumalluni. Sininniarnek ajornakusuulersarpoq, isumaqatigiissutit eqquutsikkuminaallit, ilinniarnek sulinerluunniit nakkutigiuminaallit, akiligassat akilernissaat isumagisassallu allarpasuit allat ajornakusuulerlutik. Inuuneq hashimut naammattumillu pissarsinissamut sammilersarpoq (pinngitsuuisinnaajunnaartarnek pillugu tak. qup. 14). Inooqataaneq nungujartortarpoq, immaqalu hashitortoqatigisartakkat kiserngorutissallutik, amerlaqisullu kiserliortutut misigilersarput (17).

Hahsimik pujortarnerup inuttut pissuseq sunnertarpar, soorlu inuit allat attavigiunnaarnerat, eqjassuttalernek, sorusussuseerunneq pisunullu qisuariassaarnek. Taamaammatt ilaqtutanut ikinngutinullu attaveqarnek arlalitsigut annikillisarpoq, pingaartumik hashimik pujortakulasoqartillugu. Ilutigisaanik puffaqqajaasoqalersarpoq, isumakkullu nikerarnerusujussuup nuannaarunnaarnek nassatarisarlugu. Tamatuma kingunerisinaavai ilaqtariinni assortuutarnertit nakuusertarnerillu annertusinerat.

Hahsimik annertuumik atuinerup inuunermi atukkat aalaakkaasuunngitsut ajornakusooreersullu suli ajornerulersissinnaavai, inuuneq oqimaaqatigiikkunnaarsillugu. Tamatuma kingunerisarpai inuusuttut atuarnermik ilinniarnerminnullu naammassinngitsoortut, ikerinnakkut uninnerit hashillu pujorsuisa ataanni angerlarsimarusaginnalernerit. Imaluunniit inuit sulisut sulingitsuuqalersarnerat suliffiminnillu annaasaqarnerat. Aamma hashimik pujortartarpoq ajoqusersinnaavoq, haship sunniineratigut naliliisinnaanerup il.il. sanngiillinera pissutigalugu ajutoortoqarsinnaasarmat (8).

Allanik ikinngutitaarnissaq ajornakusoorsinnaavoq, najugarisami allanik ilagisaqartarnek hashimik allaaveqarpat. Tassuunakkut inuit attavigisartagarilikkat hashimik pujortaamanermik attassiinnalernek nassatarisinnaavaat.

Nunani allani ilisimatusarluni misissuinerit arlaqartut takutippaat, hashimik atornerluilernissamut ulorianartorsioertitsisartut illersuutaasinnaasullu arlaqartut (17, 18, 19, 20). Tamakku aaqisuussamik tulleriarneqarsinnaapput, takuneqarsinnaalersillugu pissutsit suut arlaatigut sunniinarnerluni isiginiarneqarsinnaanersut (18).

### Hashimik pujortartalernissamut ulorianartorsioertitsisusinnaasut:

- Artornartumik peroriartorneq assersuutigalugu sumiginnagaalluni, persuttaanertalimmik, kinguaassiuutitigut atornerluinertalimmik, atornerluiffiusumik.
- Ingerlanerliorneq.
- Inuunermi nalaatat soorlu annaasaqarnek, nappaatit angajoqqaalluunniit avinneri.
- Ilaqtutat ikinngutinullu akornanni aanngajaarniutinik atuneq pinngitsuuisinnaajunnaarnerlu.
- Tarnikkut nappaatit.
- Sivikitsumik ilinniagaqarnek imaluunniit ilinniagaqannginneq aamma suliffissaaleqineq.
- Inooqatigiinnikkut aningaasaqarnermi appassisumik inissisimaneq.
- Aanngajaarniutit pissarsiariuminarnerat.

## 6. Konsekvenser for de sociale forhold og personlige relationer i familien

I begyndelsen bruges hashrygning ofte i fællesskaber og i sociale sammenhænge. Senere i forløbet ved dagligt brug, skal der mere hash til for at opnå en tilfredsstillende rusvirkning. Det øgede forbrug kræver flere penge, og det er stressende i sig selv. Samtidig skal der hash til for at 'føle sig normal'. Det bliver svært at sove, at overholde aftaler, at passe uddannelse eller arbejde, at få betalt regninger og alle andre praktiske ting. Livet kommer til at dreje sig om hash, og om at kunne få nok af det (se side 15 om afhængighed). Det sociale liv visner væk, der er måske kun nogle af hashvennerne tilbage, og for mange tager en følelse af ensomhed over (17).

Hashrygning påvirker personligheden, fx at man trækker sig fra social kontakt, bliver sløv og inaktiv og ikke reagerer på de ting, der sker. Derfor bliver kontakt med familie og venner ofte svagere, især hvis hashrygningen foregår hyppigt. Samtidig stiger irritabiliteten, og store udsving præger humøret i negativ retning. Dette kan resultere i flere skænderier og vold i familien.

Stort forbrug af hash kan forværre en i forvejen ustabil og vanskelig livssituation, så livet kommer ud af balance. Følgerne er unge, som ikke gennemfører skolegang og uddannelse, ender med at droppe ud og sidde derhjemme i hashtågerne. Eller mennesker i arbejde, der får forøget fravær fra arbejdspladsen og mister jobbet. Det kan også ske, at den der ryger hash, kommer til skade, fordi hashen påvirker én, så dømmekraft mv. er svækket så meget, at der sker en ulykke (8).

Det kan være svært at finde andre venner, hvis meget af det samvær, der er, hvor man bor, er koncentreret omkring hashen. På den måde kan det sociale netværk være med til at fastholde personer i at ryge hash.

Flere studier fra udlandet peger på en række faktorer, der øger risikoen for eller beskytter mod udvikling af hashmisbrug (17, 18, 19, 20). De forskellige faktorer kan sættes systematisk op, og det giver overblik over, hvilke faktorer man med fordel kan forsøge at påvirke i op- eller nedadgående retning (18).

### Risikofaktorer for at begynde med at ryge hash:

- Belastet opvækst med fx omsorgssvigt, vold, seksuelle overgreb, misbrug.
- Mistrivsel.
- Livsbegivenheder som tab, sygdom eller forældres skilsmisse.
- Stofbrug og afhængighed blandt familie og venner.
- Psykiske lidelser.
- Kort eller ingen uddannelse samt arbejdsløshed.
- Lav socioøkonomisk status.
- Tilgængelighed af stoffer.



### Hashimik pujortartalernissamut illersuutaasut:

- Ilaquttat ikinngutillu aanngajaarniutitik aanngajaarniutinillu atuinermik ajortutut isiginninnerat.
- Ilaquttanut/inersimasunut attavigissaarneq taakkunangalu tapersersugaaneq.
- Toqqissisimaneq tarnikkullu peqqissuuneq.
- Ilinniarnermik suliffimillu attassiinneq.
- Inooqatigiinnikkut aningaasaqarnermi qaffassumik inissisimaneq.

Ulorianartorsiortitsisartut illersuutaasinnaasullu taakku nuna tamakkerlugu misissuinermi 2008-meersumi 'Kalaallit Nunaanni Meeqqat'-ni ersippat. Tassani ersippoq meeqqat 13 %-ii angerlarsimaffinni ataataasup imaluunniit anaanaasup tamarmilluunniit hashimik pujortarfigisagaanni inuusut. Ilaqutariinni hashimik ajornartorsiuteqartuni angajoqqaat meeqqaminnut nukissaaleqinerusarput, suliassallu arlallit meeqqap akisussaaffigilersarlugit. Suliassat angajoqqaat isumagisariaqaralugaat, meeqqallu isumagissallugit suli naammattumik inerisimaffinngisai. Ilaqutariit ilaanni hashimik pujortakulaffiusuni, aammattaaq annertuumik imigassamik atuisoqarpoq. Aanngajaarniutitik annertuumik atuisut akornanni takussaanerupput meeqqat sumiginakkat amerlanerit, meeqqallu ilaanni pineqarput sumiginnaaganerit assigiinngitsut.

Misissuinerup ataatsimut isigalugu takutippaa meeqqat 73 %-ii sumiginnaaganngitsut, 12 %-ii ilaatigut sumiginnaagaasut, 15 %-iilu annertuumik sumiginnaagaasut. Ulorianartorsiioqqaajaneerusut ilagaat anaanaat 35 %-ii, meeraanermi kinguaassiuutitigut atornerlugaasimasut. Taakku immikkut ittumik artornartorsiopasippat, ajornartorsiutit arlallit ataatsikkoortumik qaleriaartillugit. Taakku tassaasinnaapput imigassamik atornerluineq, timikkut persuttagaaneq hashimillu pujortarneq akuleriisillugit (21).

Pissutsit pineqartut 'Kalaallit Nunaanni atornerluinermit aningaasartuutit'-ni ima allaaserineqarput: *"Atornerluinerup kingunerisartagai ilungersunartuupput. Inunnik isumaginninnermi toqqaannartumik toqqaannangitsumillu atornerluinerup kingunerisartagai annertuujusut ullumikkullu meeqqat atornerluinerup angajoqqaartut aamma eqqugaajumaartut. Atornerluisuni peroriartorneq amerlanertigut sumiginarneqarnermik, attaveqarniarnikkut ajornartorsiutitik inuttullu qanoq ittuunerup nikeralersinnaaneramik, imaluunniit inuttut kinaassutsikkut ajornartorsiuteqalerneramik kingusinnerusukkullu imminoorsinnaaneramik tarnikkullu napparsimalersinnaaneramik kinguneqarsinnaasoq. Tamatuma saniatigut kinguaassiuutitigut innarligaaneq, nakuuserfigineqarnerlu angerlarsimaffimmi atornerluinerup kingunerigajuttarpei."* (2).

Immikkoortumi tulliuuttumi annermik meeqqap misigissutsimigut ineriartornera aamma angajoqqaat meeqqallu akornanni qanimut attavigiinnerit pilersarnerat ersersinneqassapput. Tamatumunnga pis-sutaavoq meeqqap inuttut toqqammavia – aallaavik isumannaatsoq toqqissisimasorlu – sanngiillisinnaamat aalaakkaasuujunnaarlunilu, angajoqqaat hashimik pujortartarnertik pissutigalugu qanimut peqataanatik ikiaroortaleraangata.

### Faktorer som beskytter mod at begynde med at ryge hash:

- Familie og venners negative opfattelse af stoffer og stofbrug.
- Gode og støttende familie-/voksenrelationer.
- Trivsel og mental sundhed.
- Fastholdelse i uddannelse og job.
- Høj socioøkonomisk status.

Disse risikofaktorer og beskyttende faktorer genfindes i resultater fra en landsdækkende undersøgelse 'Børn i Grønland' fra 2008. Den viser, at 13 % af børnene lever i en familie, hvor far, mor eller begge ryger hash. Hos familier med hashproblemer har forældrene mindre overskud til børnene, og der er flere opgaver, som det bliver barnets ansvar at tage vare på. Opgaver, forældrene burde klare, og som barnet endnu ikke er modent til. I en del familier, hvor der bliver røget hash hyppigt, er der også et stort alkoholforbrug. Blandt grupperne med stort rusmiddelforbrug bliver der også fundet den største andel af børn, som er udsat for omsorgssvigt, og for en del børns vedkommende er der tale om flere typer af omsorgssvigt.

Undersøgelsen viser samlet set, at 73 % af børnene ikke er udsat for omsorgssvigt, at 12 % i nogen grad er udsat for omsorgssvigt, og at 15 % i alvorlig grad er udsat for omsorgssvigt. En sårbar gruppe er især 35 % af mødrene, der har været udsat for seksuelle overgreb som børn. De ser ud til, at være særligt belastede med ophobning af mange problemer på én gang. Det kan være en kombination af alkoholmisbrug, fysisk mishandling og hashrygning (21).

Situationen beskrives i: 'Omkostninger til misbrug i Grønland' sådan: *"Konsekvenserne af misbrug er alvorlige. De direkte og indirekte sociale konsekvenser af misbrug er store, og konsekvenserne vil også ramme dem, der i dag er børn af misbrugere. Opvækst med misbrug betyder meget ofte omsorgssvigt, tilknytningsforstyrrelser og evt. udvikling af karakterafvigelser eller personlighedsforstyrrelser og senere i livet måske selvmordsforsøg og udvikling af psykisk sygdom. Udsættelse for seksuelle overgreb og vold er ofte følger af misbrug i hjemmet"* (2).

I det følgende afsnit vil især barnets følelsesmæssige udvikling og dannelsen af de tætte relationer mellem forældre og barn blive fremhævet. Grunden er, at barnets personlige fundament – den sikre og trygge base – kan blive skrøbelig og ustabil, når forældrene er fraværende og skæve, fordi de ryger hash.



## 7. Angajoqqaat meeqqallu akornanni misigissutsitigut attavigiinnerit

Meeqqat tamarmiusut 10-15 %-iitut hash ajornartorsiutaammat, pingaartuuvoq angajoqqaat hashimik pujortartarunnaarnissaannut kaammattorniarnissaat, ilutigisaanillu angajoqqaajunerisa nalinginnaasumik nukittortinniarnissaat. Annermik pingaartuuvoq angajoqqaat meeqqallu akornanni attavigiinnerup misigissutsitigullu attuumassuteqarnerit siuarsarnissaat. Immikkoortoq una MANU (6) aamma attavigiittarneq pillugu ilisimatusarnikkut misissuineq (22) tunuliaqutaralugit allataavoq, taakku tasammata sulisunut kikkunnulluunniit ilaqutariinnik ikorfartuisusanut ilisimasassat pingaarutillit tungaviusullu.

Ilaqutariinni hashimik pujortaamanermik sunnigaasuni takuneqartartut, tassalu amigartumik isumasugaanerit, amigartumik qanitariinnerit angajoqqaanullu attaveqarnerliornerit, ilaatigut kingunerisinnaavaat meeqqap toqqissinanngitsumik attaveqariaaseqalernera. Taama pisoqartarpoq angajoqqaat, meeqqap misigissutsimigut isumassugaanissamik, qanitarineqarnissaminik naammattumillu attavigineqarnissaminik pisariaqartitsineri isumaginngikkaangatigut.

Meeqqap angajoqqaaminut isumannaatsumik attaveqaateqariaaseqalernissaa toqqissimasumik allaaveqarnissamat tungaviuvoq, meeqqap peqqissumik ineriartornermini angajoqqaami ilaginerisigut pilersittagaa. Aallaavik isumannaatsoq pinngortarpoq meeqqap, aappaa affarmik ukioqarnerata nalaani.

### Attavigiittarneq pillugu piviusut

Angajoqqaat meeqqallu akornanni qanimut attavigiinnerup meeraq toqqissimanermik tungaviusumik misigitittarpa. Inuit attavigilertakkt assigiinngitsuutinneqartarput.

#### Ukununnga attaveqarneq:

- Inuit pingaernerit (ataata anaanalu – taakku tamarmik misigissutsitigut meeqqamut qanippata – nerisassaqaartitsisarput isumassuillutillu – meeraq innartittarpaat il.il.).
- Inuit avataaniittut (ikinngutit qaninnerit, aanaa/aataakkt – meeqqap ilisarimappagit, illuatungeriimmillu attaveqatigiittoqarlunilu nuannariittoqarpat – meeqqap isumassorneranut peqataasarput, najuukkaangamik, sivikinnerusumi meeraq kisimeeqatigisinnaavaat) – kingusinnerusukkt ulluunerani neqeroorutini sulisut.



## 7. Følelsesmæssige relationer mellem forældre og barn

Da der er udfordringer med hash for 10 – 15 % af alle børn (20) er det væsentligt at forsøge at motivere forældrene til at stoppe hashrygning og samtidig at styrke forældreskabet generelt. Det er især vigtigt at fremme tilknytning og følelsesmæssige bånd mellem forældre og børn. Afsnittet her er skrevet på baggrund af MANU (6) samt en videnskabelig undersøgelse om tilknytning (22), da det er vigtig og grundlæggende viden for alle fagpersoner, som skal støtte familierne.

Manglende omsorg, nærvær og kontakt med forældrene, som det sker i familier, hvis liv er præget af hashrygning, kan blandt andet resultere i, at barnet udvikler et utrygt tilknytningsmønster. Det sker, når forældrene ikke tilfredsstill barnets følelsesmæssige behov for omsorg, nærhed og kontakt i tilstrækkelig grad.

At barnet udvikler sikre tilknytningsmønstre til forældrene er grundlaget for den trygge base, som barnet i en sund udvikling har etableret i samværet med forældrene. Den sikre base er udviklet, når barnet er omkring 1 ½ år gammelt.

### Fakta om tilknytning

Det tætte forhold mellem forældre og barn giver barnet en grundlæggende følelse af tryghed. Man skelner mellem forskellige tilknytningspersoner.

#### Tilknytning til:

- Primære personer (far og mor – hvis de begge er følelsesmæssigt nære personer for barnet – giver mad og omsorg – kan putte barnet osv.).
- Sekundære personer (nære venner, bedsteforældre – hvis de er kendte for barnet, og der er gensidig kontakt og glæde – tager del i omsorgen for barnet, når de er der, kan være alene med barnet i kort tid) – senere personale i dagtilbud.



### Attaveqaateqariaatsit meeqqallu nukarliit:

- Meeqqap inuunerani ukiup aappaata affaata ingerlanerani attaveqaateqariaatsit tunngaviusut pileriar-tortarput.
- Meeqqat ilaat toqqissisimasumik attaveqaateqariaaseqaleriartortarput, ataatami anaanamilu isuman-naatsumik aallaaveqarlutik – imaluunniit taakku arlaanni. Tassanngaanniit meeqqap silarsuaq misissu-lersarpaa. Isumannaatsumik aallaaveqarneq kingusinnerusukkut attaveqalernissamut tunngaviuvoq. Assersuutigalugu ikinnguteqarluni asannillunilu attaviginnernut.
- Meeqqat allat toqqissisimangitsumik attaveqaateqariaaseqalersarput, inersimasut tatiginissaat ajor-nakusoortissinnaallugu. Meeqqap toqqissisimanissamik, asaneqarnissamik isumassorneqarnissamillu pisariaqartitsinini pingikkunigit, kingunerisinnaavaa inuunermini kingusinnerusukkut qanimut attaveqarniarnermigut tarnikkut sanngiitsuulerneru.

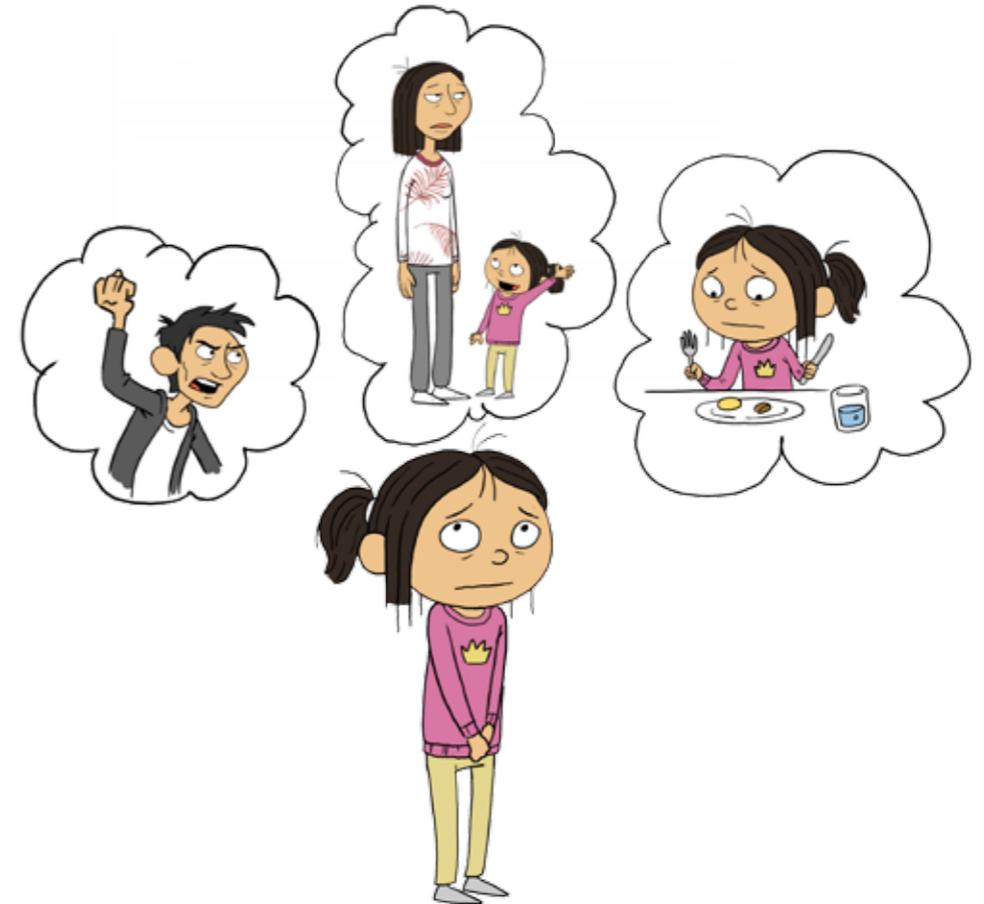
Pingaartuuvoq angajoqqaat sulisullu tamarmiullutik, angajoqqaat meeqqallu akornanni attaveqaateqariaatsinik peqqinnartunik ikorfartuillutillu inerisaaqataanissaat. Meeqqat peqqissumik ineriartornissaasa siuarsarnerisigut immaqa pinngitsoorneqarsinnaavoq kinguaariit tullisa angajoqqaaminnut inersimasunulluunniit qanitarisaminnut toqqissisimangitsumik attaveqaateqariaaseqalernissaat.



### Mere om tilknytningsmønstre og de yngste børn:

- De basale tilknytningsmønstre udvikler sig gradvist i barnets første 1 ½ år.
- Nogle børn udvikler et trygt tilknytningsmønster med en sikker base hos far og mor – eller én af dem. Det er fra den, barnet udforsker verden. Den sikre base er grundlaget for senere relationer. Fx i venskabs- og kærlighedsforhold.
- Andre børn udvikler et mere utrygt tilknytningsmønster, hvor det kan have svært ved at finde ud af, om det kan stole på de voksne. Hvis et barn ikke får opfyldt sit behov for tryghed, kærlighed og omsorg, kan det give grobund for psykisk skrøbelighed i nære relationer senere i livet.

Det er vigtigt at både forældre og fagpersoner understøtter og fremmer udviklingen af sunde tilknytningsmønstre mellem forældre og barn. Ved at fremme børns sunde udvikling kan man måske forebygge, at næste generation af børn vokser op og udvikler utrygge tilknytningsmønstre til deres forældre eller andre nærtstående voksne.



## 8. Meeqqat inuunerinut kinguneri

Ilaqutariinni hashimik pujortarfiusuni peroriartorneq meeqqamut ulluinnarni imaannaanngesaaq. Meeqqat isumassorneqarnissaq, qanimut misigissutsitigut asaneqarlutillu angajoqqaaminnut attaveqarnissaq aamma inerikkiartornissaq ingerlalluarnissarlu pisariaqartippaat. Asaneqarneq, isumassorneqarneq, qanitariinneq attaveqarnerlu misigissutsitigut aalaakkaasumik inooqatigiinnermik ulluinnarni oqimaqatigiissisiffiusumik pilersitsisarpoq, kiisalu meeqqap inerikkiartornini inerisimassutsinilu malillugit naam-maginartumik kaammattugaanera nassatarisaarlugu.

Tunngaviusumik pingaaruteqarlunnartumillu pisariaqartitat taakku piviusunngortikkuminaassinnaapput hashimik pujortaamaneq angajoqqaat inuuneranni annertuumik atugaappat. Haship angajoqqaat nukis-saqassusiat annikillissittarpaa, ulluinnarisap aaqqissuullugulu pilersaarusiornissaa ajornakusoortunngor-tarpoq, tamatigullumi meeqqamik kaammattuinnissap isumaqatigiinninnerillu pissuseqarfigilluarsinnaa-nerat ajornakusuulersarluni. Ataatatut anaantullu pissusilersornissaq inornarsisinnaavoq.

Angajoqqaat qanimut najuuttuarnissaat pisariaqarpoq, aamma meeqqamik tunngaviusumik isu-massorneqarnissamik pisariaqartitsineranik paasinninnissaat (atisat ipeqanngitsut atoruminartullu, peqqinnartunik nerisaqarneq il.il.). Meeqqap angajoqqaaminit asaneqarneq pisariaqartippaa, taama-tullu angajoqqaat pinnguaqataasinnaannaat uummaarissuunissaallu pisariaqartillugu. Ilutigisaanik ulluinnarisap aaqqissuulluakkamik ingerlasinnaasariaqarpoq, meeraq sininnissamut, nerinissamut nammineerlunilu pinnguarnissamut periarfissaqarluni. Angajoqqaat meeqqap pisariaqartitai qisuariarfi-gisanngippatigit namminnerlu siulliullutik pissusilersuuteqartarlutik, meeraq ilanginnaannarneqassaaq sumiginnagaalernalu kingunerisinnaallugu (17).

Atuakkami uani: 'Barndommen varer i generationer' (23) oqariutuutaavoq meeqqat 'naammaginartumik pitsaassusilimmik meeraanissamik' pisariaqartitsinerat ima: "Angajoqqaatut ingerlaatsit, meeqqap nukis-sarisaanut periarfissaanullu naapertuuttumik naammaginartumik pitsaassusilimmik ineriartornissaanut tunngaviliisinaasut". Taama pisoqassappat, meeqqap ulluinnarisaaqut ilisarnaataasariaqarput inuit isu-massuisuusut:

- Meeqqamik takunnissinnaanerit, pissusaanillu akuersaarsinnaarat.
- Meeqqamik pitsaasumik aallussisinnaanerit.
- Meeqqamik misigeqatiginnissinnaanerit.
- Meeqqap pisinnaasaqassusianut naleqqiullugu piviusorpalaartunik ilimagisaqarsinnaanerit.

Meeqqap ingerlalluarnissaanut peqqissumillu ineriartornissaanut pingaarluinnartuuvooq, angajoqqaat imaluunniit inuit isumassuisuusut, meeqqap pisariaqartitaanik TAKUNNISSINNAANERAT, taakkunan-galu isumaginnissinnaanerit. Tamanna ajornarpat meeraq tuppallersarlugu, tapersorsorlugu il.il. naape-riarsinnaasariaqarpat, meeraq toqqissisimasutut isumannaatsumiittutullu misigeqqullugu.

## 8. Konsekvenser for børns liv

At vokse op i en familie præget af hashrygning har stor betydning for barnet i dagligdagen. Børn har behov for omsorg, nære følelsesmæssige og kærlige relationer til forældrene og at udvikle sig og at trives. Kærlighed, omsorg, nærvær og kontakt skaber et følelsesmæssigt og stabilt socialt liv med balance i hverdagen, samt at barnet får passende stimulation i takt med dets udvikling og modenhed.

Disse basale og meget vigtige behov kan være vanskelige at opfylde, når hashrygning spiller en stor rolle i forældrenes liv. Hashen får forældrenes energiniveau til at dale, det bliver svært at organisere og at planlægge i hverdagen og i det hele taget at mestre stimulation af og konflikter med barnet. Det kan være svært at overkomme rollen som far eller mor.

Det kræver nærvær fra forældrenes side, og at de kan sætte sig ind i barnets behov for basal omsorg (rent og praktisk tøj, sund mad mv.). Barnet har brug for kærlighed fra forældrene, og at de tager initiativ til at lege og at være aktive. Der skal samtidig være rytme i hverdagen, så barnet får søvn, mad og mulighed for at lege selv. Hvis ikke forælderen reagerer på barnets behov og tager initiativ, så bliver barnet forsømt, og det kan ende med omsorgssvigt (17).

I bogen: 'Barndommen varer i generationer' (23) udtrykkes børns behov for en 'god nok' barndom ved: "Forældrefunktioner, der kan give barnet et godt nok fundament for en udvikling, der harmonerer med barnets ressourcer og de muligheder, det har". For at det kan ske, må barnets situation være præget af omsorgspersonernes:

- Evne til at se barnet, og acceptere det, som det er.
- Evne til at engagere sig i barnet på en positiv måde.
- Evne til empati med barnet.
- Evne til at have realistiske forventninger til barnets mestring.

Det er af afgørende betydning for barnets trivsel og sunde udvikling, at forældrene eller omsorgspersonerne kan SE, hvad barnet har behov for, og at de sørger for at disse tilfredsstilles. Hvis det ikke kan lade sig gøre, må de komme barnet i møde med trøst, støtte osv., så barnet føler sig trygt og i sikkerhed.

## 9. Kaajalukaartunik pitsaanngitsunik kipititsineq

Angajoqqaanngortussat ilaqutariillu meerartallit avatangiisini hashitorfiunngitsuni inuugaangata, meeqqat isumannaatumik peqqissuullutillu naartuunermik aqqusaarinissaannut periarfissat annertunerulersarput. Kingusinnerusukkut meeqqat pisariaqartittarpaat angajoqqaat ilaqutariit inuunerannik sinaakkuuisinnaasut, meeqqap inuusuttullu peroriartorneranik nukittorsaataasunik.

Meeqqanut tamanut naleqqiullugu anguniagaavoq, peqqissuullutik inunngornissaat, hashimik pujortarnermik ajoqusigaanatik (tak. imm. 1, qup. 6). Angajoqqaanngortussanullu hashimik pujortartartunut anguniagaavoq hashimik pujortartarnerup unitsinnissaa, tamatumalu naartulernermi sapinngisamik piarnerpaamik pinissaa.

Angajoqqaanngortussat hashimik pujortartartut ilaasa, imminnut kaammattorlutik hashimik pujortartarunnaarnissaa aalajangiussinnaasarpaat. Imaassinnaavoq ilaqtaminnit ikinngutiminnillu ikiorsigaasut – tapersersuullutillu kaammattuisunit. Allat nutaanik ileqqoqarlutik hashitaqanngitsumillu inuulernissaminnut pisariaqartittarpaat sulisunit isumassorneqarnissaa, tapersersorneqarnissaa ikiorneqarnissarlul. Tamatumani inuit akornanni attaveqatigiilersarneq imminnullu attuumassuteqartarnerit pingaaruteqarput. Angajoqqaanngortussat – ilaqutariit nutaat – sulisullu angajoqqaanik ikiuisut inuttut imminnut pissuseqatigiinnerat pingaartuuvoq.

Taamaalliluni attaveqaateqariaatsit aamma tassaalersarput, angajoqqaat peqqinnissaqarfik aqutugalugu neqeroorutinik naapitsinerannut toqqammavissat pingaarutillit, soorlu juumuunik, erninermi ikiortinik, meeqquerisunik peqqissaanermilu ikiortinik. Sulisup angajoqqaallu akornanni ingerlaavartitsisoqarlunilu pitsaasumik attavigiittoqarpa? Imaluunniit ataqatigiinneq qajannarpa? Immaqa sulisup takutittariaqarpaa: "Soqutigivakkitt, attavigiuassavakkitt". Attavigiinnerit taakku sanarfinissaat ataavartinnissaallu qitiullunnaarput, anaanngortussaaq imaluunniit ataatanngortussaaq hashimik pujortartarunnaarniarluni eqqarsaateqaleraangat hashimillu unitsitsilluinnarnissaminik piumassuseqaleriartuleraangat – aamma unitsivinnerup piviusunngortinnissaanut.

Maanna ilisimatusarnerup takutippaa, oqaloqatigiinnerit sivikitsut amerlanngitsut ilaannikkut anner-tuumik sunniuteqarluartartut. Annermik ingerlatsinerup ilaatut kaammattuunermik, tapersersuinissamik qiimmassaanermillu neqeroorutit tamatumani pineqarlutik (24). Aamma ilisimatusarnerup takutippaa, inunntu ataasiakkaanut assigiinngisitaartumik susassaarfillu akimorlugit suliniutit ingerlattariaqartut, ajornartorsiutit inuit ataasiakkaat nassatarisaat aallaavigalugit. Tamatumani pineqarsinnaapput tarnikkut nappaatit, amigartumik atuarsimanerit ilinniarsimanerillu, inooqatigiinnikkut attaviit sanngiitsut, atornerluinerit allat aningaasaqarnikkullu piitsuussuseq (tak. imm. 6, qup. 20).

Aammattaq ilisimatusarnikkut paasineqarpoq, akuliunnerit taamaallaat saaffigisanik paasissutissiiffiusut, pissusilersornermut sunniuteqarneq ajortut, ilisimasanic ingerlatsitseqqiineq kisimi pineqartillugu. Missuinerit allat takutippaat, paasissutissiinerit ilinniartitseriaatsillu taamaallaat saaffigisanik annilaangalersitsinissamik siunertaqartut, saaffigisat ungasillineqarnerat kisiat kingunerisaraat, annilaangalersitsinerlu sunniuteqartanngitsoq (18).

## 9. At bryde en ond cirkel

Når kommende forældre og familier med børn lever i omgivelser uden hash, forøges mulighederne for, at børnene kommer sikkert og sundt gennem graviditeten. Senere har børnene behov for forældre, der skaber rammer om familiens liv, som styrker barnet og den unge gennem opvæksten.

Det er et mål for alle børn, at de fødes sunde og raske og ikke er skadet af hashrygning (se afsnit 1 side 7). Og for kommende forældre, der ryger hash, er målet at stoppe med at ryge hash, og at det sker så tidligt som muligt i graviditeten.

Nogle kommende forældre, som ryger hash, motiverer sig selv og beslutter at stoppe på egen hånd. Det kan være, at de har hjælp fra familie og venner, der støtter og opmuntrer dem. Andre har behov for omsorg, støtte og hjælp fra fagpersoner til at komme i gang med nye vaner og et liv uden hash. Her spiller tilknytning og relationerne mellem mennesker en rolle. Det er det personlige forhold mellem de kommende forældre - den nye familie - og fagpersonen, som hjælper forældrene, der har betydning.

På den måde bliver tilknytningsmønstre også et vigtigt grundlag for de tilbud, som forældrene møder i sundhedsvæsenet fx hos jordemødre, fødselsassistenter, sundhedsplejersker og sundhedsassistenter. Er der vedholdenhed og god kontakt mellem fagperson og forælder? Eller er samspillet mere skrøbeligt? Måske må fagpersonen vise: "Jeg vil dig, og jeg holder kontakt med dig". De relationer er helt centrale at bygge op og holde fast i, når en kommende mor eller far går ind i en proces, hvor de overvejer og motiveres til at slutte med at bruge hash – og også for, at de fører stoppet ud i livet.

Forskningen viser på nuværende tidspunkt, at få korte samtaler kan have stor virkning i nogle tilfælde. Især er tilbud, hvor man satser på motivation, støtte og opmuntring som en del af forløbet (24). Forskningen viser samtidig, at en forskelligartet og tværfaglig indsats skal ydes til den enkelte ud fra de udfordringer, som det enkelte menneske bærer med sig. Det kan være psykisk sygdom, mangel på skolegang og uddannelse, et svagt socialt netværk, andre former for misbrug og økonomisk fattigdom (se afsnit 6 side 21).

Forskningen viser endvidere, at interventioner, der udelukkende formidler information til målgruppen, ingen effekt har på adfærden, hvis vidensformidling står alene. Andre undersøgelser viser, at informationer og undervisningsmetoder, der har til formål at sprede skræk hos målgruppen, blot skaber afstand til målgruppen, og at skrækken i øvrigt ingen effekt har (18).

### Angajoqqaangortussat – ataatat anaanallu assigiinngitsunik pisariaqartitsisut

Innuttaasut akornanni hashimik pujortartarnerup agguataarneranik takussutissiami takuneqarsinnaasutut (tak. imm. 3, qup. 10), arnaq taama ukiulik ataasiugaangat, angutit 7 (25-34-nik ukiullit) ukioq kingulleq minnerpaamik qaammammut ataasiarlutik hashimik pujortarsimapput. Tamatuma tupinnangitsumik kinguneraa, aapparinni pineqartuni arlalinni angut hashimik pujortartassammat arnarli pinnani.

Soorunami aamma angajoqqaangortussat ilaanni angajoqqaat tamarmik hashimik pujortartassapput, aappareeqarlunilu arnap pujortartarfigisaanik angulli pinnani.

Ataasiakkaat hashimik pujortarunnaarnissamut atuinerminnulluunniit appartitsinissamut kajumissusiat assigiinngitsuusinnaavoq. Tassunga atatillugu pingaartuuvoq inuit ataasiakkaat inuunermi atugariisaasa isiginiarnissaat. Aatsaat taamaaliornikkut paasineqarsinnaavoq, ataatangortussaq imaluunniit anaanangortussaq qanoq eqqarsaateqarnerseq, angajoqqaatullu inuunertik qanoq ingerlateqqikkumneraat. Tamanna aamma pingaaruteqarpoq hashimik unitsitsiniarnerminni qanoq imminnut tapersorsoriarnerannut naleqqiullugu.

Aamma pingaartuuvoq maluginiassallugu, peqqissutsikkut ajornartorsiutinut naleqqiullugu angutit arnallu assigiinngitsunik qisuariaaseqartarmata, soorlu hashimik pujortartarunnaarnissamut naleqqiullugu. Aamma arnat angutillu peqqisutsumik siuarsaanissaq pinaveersaartitsinerlu siunertaralugit paasissutissat assigiinngitsumik maleruararpaat. Arnat peqqissuunissamik nalunaarutit angutiniit maleruarumarusarpaat.

Angajoqqaangortussat ilaannut tapersersuilluni oqaloqatigiinnerit amerlanngitsut, aappaata tamarmilluunniit hashimik pujortarunnaarniarluni kajumissuseqalernissaannut naammattarput. Allatigut aappaata tamarmilluunniit katsorsarneqarnissamik neqeroorfigineqarnissaq kissaatigisarpaat (tak. qup. 38 – attavissat takujumagukit).



### Kommende forældre – fædre og mødre med forskellige behov

Som det fremgår af fordeling af hashrygning i befolkningen (se afsnit 3 side 11), er der syv mænd (25-34 år), der har røget hash mindst én gang om måneden i det seneste år for hver kvinde i samme alder, der har røget hash. Konsekvenserne vil logisk nok blive, at mange par i målgruppen ofte vil bestå af en mand, som ryger hash, og en kvinde, der ikke gør.

Der vil selvfølgelig også være kommende forældre, hvor både kvinden og manden ryger hash, eller par, hvor kvinden ryger hash, men manden ikke gør.

Det kan være forskelligt, hvor motiveret den enkelte er for at stoppe med at ryge hash eller at nedsætte forbruget. I den forbindelse er det væsentligt at se på hele livssituationen for det enkelte menneske. Kun på den måde kan man finde ud af, hvordan den kommende far eller mor tænker, og hvordan de vil fortsætte livet som forældre. Det har også betydning for, om og hvordan de kan støtte hinanden i den proces, som et stop med hash vil være.

Det er også væsentligt at have opmærksomhed rettet mod, at mænd og kvinder reagerer forskelligt med hensyn til at håndtere sundhedsmæssige udfordringer fx at skulle stoppe med at ryge hash. Og kvinder og mænd efterlever informationer om sundhedsfremme og forebyggelse forskelligt. Kvinder er mere tilbøjelige til at rette sig efter sundhedsbudskaber, end mænd er.

For nogle kommende forældre vil få støttende samtaler være nok til at hjælpe motivationen så meget på vej, at den enkelte eller begge beslutter sig for at stoppe med hash. Andre gange ønsker en eller begge de kommende forældre at modtage et tilbud om misbrugsbehandling (se side 39 for nærmere kontaktoplysninger).



## 10. Hash pillugu oqaloqatigiinneq siulleg

Naartulerner mi oqaloqatigiinnermut atatillugu angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarneq pillugu misilittagaannik apersoneqassapput. Tamatumani pineqarput ataatanngortussaq aamma anaananngortussaq. Pitsaassaaq oqaloqatigiinnerup ingerlanerani angajoqqaat sulisullu akornanni tatigeqatigiinnermik pilersitsisoqarsimappat, hashimik atuisarnerup apequtigineqannginnerani. Angajoqqaat akornanni hashimik pujortartarnermut naleqqiullugu assigiinngissutsit annertusinnaammata, pingaartuuvoq angajoqqaat tamarmik aperineqarnissaat.

Oqaloqatigiinnerup siunertaraa anaananngortussap aamma ataatanngortussap:

- Hashimik pujortartarnermik unitsitsivinnissaat.
- Hashimik pujortartarnerup meeqqamut sulii inunngunngitsumut qanoq sunniteqarsinnaanerani oqaloqatigiissuteqarnissaat.
- Pisariaqarfiaqigut katsorsartinnermut peqataanissamut kajumilersinnissaat.
- Attaveqaatiminni sutigut ikiorserneqarsinnaanermik paasisaqarnissaat, soorlu ilaqtaminni ikinngutiminnilu, annermik angajoqqaanngortussaq katsorsartinnissaminut sulii piareersimangippat.

Angajoqqaanngortussat Siusissumik Suliniuteqarnermut innersuunneqarsinnaapput. Hashimik pujortartarneq unitsinneqarsinnaanngippat, pitsaanerup tullia tassaavoq hashimik pujortartarnerup sapinngisamik annertunerpaamik annikillissinnissaat.

Oqaloqatigiinnermut ilitersuut Manu Haship ilagaa, ilusilersugaallunilu, oqaloqatigiinneq kajumilersitsisoq pillugu teoriinik tunngaveqarluni (24) aamma teoriit atorlugit suliat allat, qanoq iliorluni peqqinnermik siuarsaaneq napparsimanermiit peqqinnermut nuutinneqarsinnaanersoq pillugu tunngaveqartut najoqqutaralugit (7, 25).

Oqaloqatigiinneq pingaarnertut arlariinnik siunertaqarpoq. 1. Oqaloqatigiinnikkut hashimik pujortartarnerup annertussusia angajoqqaanngortussallu qanoq pinngitsuisinnaajunnaarsimatiginerat qu-laajarneqassapput, 2. Qulaajarneqassaaq, atornerluisunik katsorsaanerum innersuussisoqassanersoq, imaluunniit ilaqutariit namminneq hashimik pujortartarneq unitsissinnaaneraat aamma 3. Nalilerneqarpat ilaqutariit namminneerlutik unitsitsisinnaasut, aalajangiunneqassaaq ingerlariaqqinnerminni qanoq tapersorneqassanersut.

'MANU Hash – Oqaloqatigiinnermut ilitersuut'-mi sulisunut siunnersuuteqarpoq, hash pillugu oqaloqatigiinnerup qanoq ingerlasinnaanera pillugu, naartuleqqaarnermi oqaloqatigiinnermi siullermi imaluunniit screenerinnermi paasineqarpat angajoqqaat ilaat tamarmilluunniit hashimik pujortartartut. Iltersuummi oqaloqatigiinneq pingasoiusanngorlugu allaaserineqarpoq: 1. Oqaloqatigiinneq sioqqullugu – sulisup qanoq piareersinnaanera pillugu, 2. Oqaloqatigiinneq – oqaloqatigiinnertaa qanoq ingerlanneqarsinnaanersoq aamma 3. Oqaloqatigiinnerup kingorna – qanoq pisoqassanersoq aamma oqaloqatigiissutigisat malitseqartinneqarnissaasa pingaarutaat.

## 10. Den første samtale om hash

I forbindelse med graviditetssamtalen spørges ind til de kommende forældres erfaringer med hashrygning. Det gælder både den kommende mor og den kommende far. Det er godt, hvis der er oparbejdet tillid mellem forælder og fagperson under samtalen, før der stilles spørgsmål til begge om forbruget af hash. Da der kan være store forskelle med hensyn til hashrygning forældrene imellem, er det væsentligt, at begge forældre får stillet spørgsmålet.

Formålet med samtalen er, at både den kommende mor og den kommende far:

- Helt stopper med at ryge hash.
- Får drøftet hvad hashrygning kan betyde for det ufødte barn og for spædbarnet.
- Bliver motiveret til at deltage i et behandlingsforløb, hvis det er nødvendigt.
- Afklarer hvilken støtte, de kan mobilisere i netværket fx hos familie eller venner, særligt hvis den kommende forælder ikke er parat til behandling.

Eventuelt henvises de kommende forældre til at deltage i Tidlig indsats. Hvis det ikke er muligt at stoppe hashrygningen, så er det næstbedste at reducere hashrygning mest muligt.

Samtalevejledningen er en del af MANU Hash, og er udformet med afsæt i teorigrundlag, der ligger bag udformningen af den motiverende samtale (24) og andre teoretiske arbejder om, hvordan sundhedsfremme og hverdagsliv kan flytte fokus fra det syge til det sunde (7, 25).

Samtalen har helt overordnet flere funktioner. 1. Gennem den skal omfang af hashrygning og de kommende forældres afhængighed afdækkes, 2. Den skal afklare, om der skal visiteres til misbrugsbehandling, eller om familien selv forventes at kunne afvikle hashrygningen og 3. Hvis det skønnes, at familien kan klare at stoppe selv, besluttet hvordan de støttes i den videre proces.

I MANU Hash – Samtalevejledning er der forslag til fagpersoner om, hvordan samtalen om hash kan foregå, hvis det under den første del af graviditetssamtalen eller ved screeningen viser sig, at en eller begge kommende forældre ryger hash. Vejledningen beskriver samtalen inddelt i faserne: 1. Før samtalen – om hvordan fagpersoner kan forberede sig, 2. Samtalen – om hvordan selve samtalen kan gennemføres og 3. Efter samtalen – om hvordan der følges op på det, der er talt om.

## 11. Innersuussutit I Referencer

1. Naalakkersuisut (2016) Kalaallit Nunaanni atornerluinermit aningaasartuutit, Peqqissutsimut. Naalakkersuisoqarfik. National indsatsplan mod hash. Departementet for Sundhed.
2. Peqqissutsimut. Naalakkersuisoqarfik (2015) Kalaallit Nunaanni atornerluinermit aningaasartuutit, Omkostninger til misbrug i Grønland. Departementet for Sundhed.
3. Dahl-Petersen I K. Larsen C V L. Nielsen N O. Jørgensen M E. Bjerregaard P. (2016) Kalaallit nunaanni innuttaasut peqqissusaannik misissuisitsineq 2014 - inuunermi atugassarititaasut, inooriaaseq peqqissuserlu, Befolkningsundersøgelsen i Grønland 2014 - Levevilkår, livsstil og helbred. Naalakkersuisut. SIF.
4. Niclasen B. (2015) Trivsel og sundhed blandt folkeskoleelever i Grønland: resultater fra skolebørnundersøgelsen HBSC Greenland i 2014. Statens Institut for Folkesundhed. SIF's Grønlandsskrifter nr. 27.
5. Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfik (2012) Inuuneritta II - 2013-imiit 2019-imut innuttaasut peqqissuunissaannut Naalakkersuisut periusissaat anguniagaallu, Inuuneritta II Naalakkersuisut strategier og målsætninger for folkesundheden 2013-2019.
6. Anshøj B C. Andersen J. Guldager E. (2016) MANU Angajoqqaanik piareersameq - Angajoqqaat atuagaat. MANU Forældreforbereelse - Et koncept udviklet for Selvstyret i Grønland.
7. Fredens K. Johnsen T. Thybo P. (2012) Sundhedsfremme i hverdagen - få mennesker du møder til at vokse. Munksgaard.
8. Nordentoft M. Ege P. Erritzøe D. Hjorthøj C. Lange P. Pedersen M U. (2015) Cannabis og sundhed. Vidensråd for Forebyggelse.
9. Mørch-Johnsen G H. Andersen J M. Høiseh G (2015) Rapport om konsekvenser for fosteret/ barnet ved bruk av rusmidler/avhengighedsskappende legemidler i svangerskapet. Udarbejdet af Nasjonalt Folkehelseinstituttet på oppdrag fra Helsedirektoratet.
10. Sundhedsstyrelsen (2016) Forebyggelse af rusmiddelskader hos fostre. Sundhedsstyrelsen.
11. Sundhedsstyrelsen (2017) Graviditet og andre rusmidler end alkohol. www.sst.dk.
12. Huizink A C. (2014) Prenatal cannabis exposure and infant outcomes: Overview of studies. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry;52:45-52.
13. Sundhedsstyrelsen (2013) Amning - en håndbog for sundhedspersonale. Komiteen for sundhedsoplysning.
14. Torri D M. Eliane H S. (2015) Marijuana use in pregnancy and lactation: a review of the evidence. Am J Obstet Gynecol;213(6):761-778.
15. Hausner H. Bredie W L P. Mølgaard C. Petersen M A. Møller P. (2008) Differential transfer of dietary flavour compounds into human breast milk. Physiology & Behavior, 95:118-124.
16. Departementet for Sundhed (2017) Undersøgelse af hash i Grønland. Afdelingen for Retskemi København.
17. Järvinen M. Ravn S. (2014) Cannabis careers revisited: Applying Howard S. Becker's theory to present-day cannabis use. Vol.100. Jan., P.133-140.
18. Sundhedsstyrelsen (20013) Forebyggelsespakke - Stoffer. Sundhedsstyrelsen.
19. European Monitoring (2003) The State of the drugs problems in European Union and Norway. Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA).
20. Järvinen M. Demant J. Østergård J. (red.) (2010) Stoffer og natteliv. Hans Reitzels Forlag og Rockwoolfonden.
21. Christensen E. Kristensen L G. Siddhartha B. (2008) Børn i Grønland - En kortlægning af 0 - 14 årige børns og familiers trivsel. SFI og Departementet for Familie og Sundhed.
22. Diderichsen A. (2007) Den psykologiske arv - et tilknytningsteoretisk empirisk forskningsprojekt af førstegangsgravide kvinder. DPU's Forlag.
23. Killén K. (2010) Barndommen varer i generationer - Forebyggelse af omsorgssvigt. Hans Reitzels Forlag.
24. Miller W. Rollnik S. Butler C C. (2009) Motivationssamtalen i Sundhedssektoren. Hans Reitzels Forlag.
25. Antonovsky A. (1987) Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. Jossey Bass Social and Behavioral Science Series.



## Innersuukkumasat taparserneqarnissamullu periarfissat

Ikioqqugaanni kommuni imaluunniit nunaqarfimmi kommunip allaffia saaffigineqarsinnaapput. Katsorsaaneq Nuummi kommunerisamiluunniit pisinnaavoq.

Aamma toqqaannartumik Allorfiup katsorsaasarfi saaffigineqarsinnaapput, katsorsarneqarnissamillu ikioqqulluni. Imaluunniit atornerluineq pillugu telefonimut sianertoqarsinnaavoq: 525343. Allorfiup katsorsaavii pillugit paasissutissat uaniipput: [www.allorfik.gl](http://www.allorfik.gl).

Katsorsartinniaaraanni:

- Kommunimi nammineq sullissisorisaaq saaffigineqassaaq
- Suliamik suliaqartup innersuussinerimi immersugassaaq immersoriarlugu Allorfimmut nassiuissavaa
- Aamma suliamik suliaqartup akuersissuteqaammik nalunaarluni atsiornissaaq piumassavaa, akuerineqaqqullugu kommuni, katsorsaasut immaqalu peqqinnissaaqarfik katsorsaaneramik suleqatigiissinnaasut.
- Aanngajaarniutinik atuiffiunngitsumik inuernermit ikaarsaarnissaaq oqinneroqqullugu suliamik suliaqartup atuisoq suleqatigalugu aamma pilersaarusiussavaa, katsorsaanerup kingorna atuisoq sutigit ikiorneqarsinnaanersoq - kinguneqartitsinermit pilersaarut.

Qinnuteqartoqareerpat Allorfiup neqeroorusiussaaq, pineqartunut ataasiakkaanut naapertuuttumik. Nuummiissinnaavoq imaluunniit kommunimi najukkami pisinnaalluni. Inissaqarnialeripat aggersaa-soqassaaq.

Allorfik katsorsaaveqarpoq Qaqortumi, Nuummi Sisimiunilu. Ukiuni aggersuni aamma pilersaarutaavoq Allorfik kommunini avannarlerni marlunni, Kommune Qeqertalimmi aamma Avannaata kommuniani katsorsaaveqalissasoq. Illoqarfinni arlalinni najukkami katsorsaasoqartarpoq aamma Nuummi Katsorsaavik suleqatigalugu.

## Qaqugukut pinngitsuuisinnaajunnaartoqartarpa?

Nunarsuarmi Peqqissutsimut Kattuffissuaq, WHO, naapertorlugu pinngitsuuisinnaajunnaartoqarsimasarpoq, qaammatip kingulliup ingerlanerani imaluunniit ukiuni kingullerni arlaleriarluni ersiutaasartut ataanip pineqartut minnerpaamik marluk atugaasimappata:

- Aanngajaarniummik annertuumik perusussuseqarneq, aanngajaarniutip pinissaanik aqutsisinnaanerup annikillinera, kingunipilutsisinerit, annertusiartuinnartumik pisariaqartitsisalerinerup malunniunnera.
- Aanngajaarniutip eqqarsaatigialerana, ajoquseraluarluniluunniit atuiuarneq, allanik qunusaarineq, piffissami sivilisunerusumi annertuumik atuneq, annikillisaajumalluni kissaateqaraluarluni annikillisisitsinissap sapilerana.
- Aanngajaarniutit pissarsiarinerinerit piffissaaq annertoq atorneqartarpat, pissutsit allat isiginngitsuusaaginnalerlugit, soorlu suliffik ilaqtalluunniit.

## Henvisning og muligheder for støtte

For at få hjælp kan man henvende sig til kommunen eller bygdekantoret. Behandlingen kan enten ske i Nuuk eller lokalt i kommunen.

Man kan også henvende sig direkte i Allorfiks behandlingscentre og bede om hjælp til at komme i behandling. Eller man kan ringe til Rusmiddeltelefonen: 525343. Kontaktoplysninger på Allorfik centrene kan findes på [www.allorfik.gl](http://www.allorfik.gl).

Hvis man vil i behandling, skal man:

- Henvende sig til sin sagsbehandler i kommunen
- Sagsbehandleren skal udfylde et visitationsskema og sende det til Allorfik
- Sagsbehandleren vil også bede om underskrift på en samtykkeerklæring om, at kommunen, behandlerne og evt. sundhedsvæsenet må arbejde sammen om behandlingen
- For at gøre overgangen til et liv uden rusmidler lettere skal sagsbehandleren i samarbejde med brugeren også lave en plan for, hvilken hjælp brugeren kan få efter endt behandling, en efterforløbsplan

Når man har søgt, vil Allorfik visitere til et tilbud, der er egnet for den enkelte. Det kan være i Nuuk eller i hjemkommunen. Man vil blive indkaldt til behandling så snart der er plads.

Der er åbnet Allorfik – behandlingscentre i Qaqortoq, Nuuk og Sisimiut. Indenfor de kommende år er der planer om at oprette Allorfik behandlingscentre i de 2 nordligste kommuner; Kommune Qeqertalik og Avannaata kommunia. Der er også lokalbehandling i mange byer og behandling i Nuuk i samarbejde med Katsorsaavik.

## Hvornår er man afhængig?

Ifølge Verdenssundhedsorganisationen WHO er man afhængig, hvis man har haft mere end to af nedenstående symptomer inden for den sidste måned eller flere gange inden for det seneste år:

- Stærk trang til stoffet, nedsat kontrol over indtagelse af stoffet, abstinenssymptomer, tegn på tolerance (hvor man skal indtage mere og mere for at få en effekt).
- Optagethed af stoffet, fortsat forbrug trods skader, trusler mod andre, større mængder over længere tid, ønske om at mindske indtag af stoffet eller manglende evne til at mindske indtagelse.
- Man bruger megen tid for at få stoffet og negligerer evt. andre forhold, for eksempel sit arbejde eller sin familie.



'MANU Hash – Sulisunut paasisutissat' aqutugalugu haship sunniutai pillugit sulisutut ilisimatit nutarterneqassapput. Aamma ilisimalissavat hashimik pujortarnerup timi qanoq sunnertarneraa, hashimillu pujortar-neq naartunerup nalaani meeqqamut, milutsitsinermut inoorlaamullu aamma ilaqutariinnut qanoq sunniuttarner-soq. Sulisunut paasisutissat saniatigut aamma angajoqqaanngortussanut angajoqqaanullu atorussat suliarineqarpuz - oqaatsit, titartakkat titartakkanillu filmeeralliat atorlugit hashimik pujortarnerup tamatumalu ajoqusiisarneri pillugit paasisutisiis-sutaasunik.

I 'MANU Hash - Information til fagpersoner' får du opdateret din faglige viden om hashens virkninger. Og viden om hvordan hashrygning påvirker kroppen, og hvilken betydning hashrygning har for barn og familie under graviditet, i ammeperiode og i den tidlige barndom. Ud over Information til fagpersoner er der også udarbejdet informationsmateriale til kommende og forældre, som med ord, illustrationer og animationsfilm fortæller om hashrygning og de skadelige følger.

