

## כנס מדעי בינלאומי על קנאביס ובריאות 11.2013 (משרד ממשלתי בשוודיה)

מתוך: **מריחואנה. כל האמת.** (2014). הרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול.

בעריכת עו"ד הילה ימיני. ע' 58-83

בתקציר זה נביא לפניכם:

1. סיכום קצר של הכנס
2. תרגום תת-פרק: "מניעה" תורגם על ידי אסתי גרוס, מדריכה ביחידה למניעת שימוש בסמים, אלכוהול וטבק

### **1. סיכום קצר של הכנס**

קנאביס מושך צעירים שתופסים אותו כמסוכן פחות מסמים אחרים. במטרה להילחם מול השימוש בקנאביס בקרב צעירים הוזמנו המדענים הראשיים בשלושה תחומים לחלוק את הידע שצברו עם המשתתפים; טיפול/שיקום, מניעה והקשר בין קנאביס ונהיגה.

בתחום המניעה הכנס התמקד במדע המניעה, תוכניות יעילות-כלכלית המותאמות לקהילה ותוכניות שמתמקדות בהתערבויות קצרות ומוקדמות. הודגש החשיבות של שיתוף פעולה בין סוכנויות שונות בחברה וכמו כן תפיסה הוליסטית של האדם המשתמש לרעה בסמים. מודלים הכוללים תמיכה להורים וטיפול משפחתי מניבים תוצאות טובות.

הקנאביס של היום חזק הרבה יותר מהחשיש של שנות ה'70. למרות זאת, מתקיימת רמת סובלנות כלפיו בדומה לטבק ואלכוהול. חלק קטן מהאוכלוסיה מבין את הסיכונים של השימוש בו מבחינת הנזק לפרט ולחברה.

קנאביס משפיע על התחומים הבאים בתפקוד האדם בהתאם לאזורים הרלוונטיים במוח: תנועה, תחושה, זכרון, שיפוט, תיאום ומערכת החיזוק. השימוש בקנאביס מזיק ליכולת לזכור וללמוד, ולחוש סיפוק ומשמעות בחיים. הוא גורם לייצור יתר של דופמין שנותן 'היי' עז, אך משאיר את המשתמש עם הפרעות חברתיות ופסיכולוגיות חמורות.

רצוי לארגן את העובדות על קנאביס לטיעונים מבוססים על מנת להתמודד מול התפיסה שקנאביס אינו מזיק. לצעירים מומלץ להסביר שקנאביס מזיק ליכולת להצליח ולהנות מהחיים ושהם עלולים להפסיק להתחשב באנשים הקרובים אליהם ביותר, האינטלגנציה ניזוקה ועולה הסיכון למחלה נפשית ולבעיות בפוריות.

בתחום הטיפול מוצעת גישה רב-מימדית שרואה את הקשרים המשמעותיים של המתבגר במשפחה ובקהילה. כיוון אחר של טיפול מתמקד בפיתוח תרופה לשימוש לרעה בקנאביס בתקווה שתהיה מוכנה לשימוש ב 2018. יחד עם זאת, צריך לצרף פסיכותרפיה עם השימוש בתרופה.

תוכנית טיפולית אחת, CANDIS, פותחה בגרמניה ומיועדת למתבגרים מעל גיל 16. היא כוללת טיפול הגברת מוטיבציה, טיפול קוגניטיבי התנהגותי ופתרון בעיות פסיכוסוציאלי. התוכנית הניבה תוצאות טובות והועברה לשימוש במרפאות-חוץ.

בתחום הנהיגה, סקירת הנתונים מעלה ש THC נמצא בקרב 4-12% הנהגים שהיו מעורבים בתאונות דרכים. גם אלכוהול התגלה בקרב 50-80% מתוך נהגים אלה. נמצא שקנאביס הזיק במיוחד על קוגניציה, תפקוד פסיכומטורי וביצוע נהיגה אקטואלית בהתאם למינון. תכנון מוטורי, זמן תגובה ושליטה מוטורית מושפעים לרעה.

## 2. תת-פרק: מניעה (ע' 70-66)

### מניעה

מנחה ד"ר פרד נייברג, U-Fold, שוודיה

### סקירת התערבויות למניעת השימוש בקנאביס ויצירת מודלים למניעה יעילה-כלכלית

ד"ר פי הוגברג, המכון הלאומי לבריאות הציבור, שוודיה

אנה מנסדוטר, מכון קרולינסקה והמכון הלאומי לבריאות הציבור, שוודיה

המכון הלאומי לבריאות הציבור בשוודיה קיבלה משימה מהממשלה לסקור ולהפיץ מידע מבוסס-מדע לגבי מניעת השימוש בסמים לא חוקיים, תוך התמקדות בקנאביס. מחקר והערכה של מתודות מיושמות נגד השימוש לרעה בסמים נאספו באמצעות מאגרי מידע ושאלות PICO. הסקירות שנכללו היו ממחקרים שפורסמו עד 2005 ושהתבססו על שיטת מחקר ניסויית מבוקרת אקראית.

התוצאות הראשוניות הראו שרוב ההתערבויות בוצעו בקרב בני 15-7 ובקרב בני 25-19. רוב ההתערבויות לא התמקדו בקנאביס/סם ספציפי, והמסגרות השכיחות בהן בוצעו היו המשפחה, בית הספר והקהילה.

נוספו היבטים בריאותיים-כלכליים לפעולות מניעת השימוש בקנאביס על מנת להראות כיצד השימוש בקנאביס משפיע על הבריאות והכלכלה של הפרט והחברה. הניתוחים הראו שמניעה בית ספרית תוך תמיכה הורית פעילה היא ההתערבות היעילה-כלכלית הטובה ביותר, עם חסכון של עד 4.8 פעמים גבוה יותר מהעלות.

האם זה הביא לתפיסה בקהילה שפעולות מניעה מצמצמות את העלות של טיפול?

לצערנו, אנו רואים שקהילות מורידים את התעדוף של מניעת סמים, אך אנו מאמינים שזוהי בעיה חינוכית. עלינו לפנות לציבור עם ידע זה, לחזק ולחנך אנשים.

### **מניעה אוניברסלית**

ד"ר הרי סמנל, אוניברסיטת ג'ון מורס, הממלכה המאוחדת

הנתונים הטובים ביותר לגבי האפידמיולוגיה של השימוש בסמים בקרב צעירים באיגוד האירופאי נמצאים בפרוייקט מחקר של בית הספר האירופאי על אלכוהול וסמים אחרים, המכונה ESPAD. נתונים אלה מבוססים על מדגם של 100,000 תלמידים ב 36 ארצות. כרבע מהתלמידים טוענים שיש להם נגישות לקנאביס מבלי להשתמש בו. בארצות בהן היקף השימוש גבוה יותר ישנן גם הזדמנויות רבות יותר להשתמש בו. באופן כללי, קנאביס מוצע יותר לזכרים מאשר לנקבות וקיימת נטייה רבה יותר להשתמש בו בגילאים הצעירים יותר.

גורמי הסיכון לשימוש הם; מגדר (זכר), גיל (צעיר), רקע משפחתי של שימוש בסמים, התנהגויות מחצינות וסביבה בעלת נורמות בעד חומרים. גורמי המיגון הם; שייכות לבית עם משפחה, העסקה בעבודה ומעמד כנשוי. לנורמות חברתיות, חוקים, מסים על אלכוהול וכו' יש גם השפעה מתונה.

הסיבות העיקריות למניעת השימוש בקנאביס הן ההשפעות החמורות על איכות החיים של הפרט, הסיכון המוגבר להפרעות, הישגים חינוכיים וכלכליים ירודים יותר ופונקציות קוגניטיביות פגומות ושנים של בריאות לקויה.

התוכנית היעילה ביותר מיועדת למתבגרים צעירים בגילאי 11-13; מתמקדת במרכיבים מרובים ומועברת על ידי מספר מנחים שונים.

הקידום של השימוש בקנאביס קשור בעסקים גדולים. נגישות מוגברת קשורה בעלייה בשימוש, מסכם ד"ר סמנל.

## יישום אקטיבי להעברה מוצלחת

ד"ר אליסון מץ, רשת מחקר יישומי לאומי, אוניברסיטת נורת' קרולינה בצ'פל היל, ארה"ב מסגרת היישום האקטיבי כוללת פעולות יישומיות מבוססות על שלבים, בניית תשתית בר-קיימא לשינוי ושימוש בנתונים להכוונת קבלת החלטות.

החברה מגלה ענין רב יותר בעשר שנים האחרונות בשיטות מבוססות מדע ועלינו להגיע לממצאים שמוכיחים תוצאות חיוביות לצרכנים.

ישנם ארבעה קריטריונים שמגדירים תוכנית התערבות מוצלחת – הסבר ברור, מוגדרת על ידי פעולות חינוכיות ברורות, כוללת הגדרות אופרציונליות וביצוע מעשי. בנוסף לקריטריונים אלה ישנן מסגרות שיש להיעזר בהן התהליך היישום. יש להשתמש בגישת יישום מותאמת התפתחותית, לפתח תשתית יישומית שהיא בר-קיימא ולשלב תהליך לשיפור שמלווה את הפרוייקט.

היישום דורש הגדרת הצרכים והתנאים המקומיים. יש לשתף בעלי עניין ולפתח מודל ביצועי. הפרוייקט זקוק לתמיכה ביישום והאפשרות לבצע שינויים מבניים ומועילים כשעולה הצורך בכך. במשך תהליך היישום יש לאסוף נתונים למטרת קבלת החלטות ושיפור מתמשך. התוצאה של הפרוייקט בקרב ילדים ומשפחות היא הגורם החשוב ביותר למדידת הצלחה. הכוונה היא למשפחות יציבות, ילדים שכבר אינם זקוקים להשמה מחוץ לבית, ידע וכישורים משופרים בקרב הורים וצמצום התנהגויות מחצינות בקרב הילדים.

על ההתערבות להיות מכוונת, אפקטיבית וישים לתנאי הסביבה על מנת להצליח לאורך זמן.

## קהילות אכפתיות (CTC)

ד"ר הרי ג'ונקמן, מכון וורוויי-ג'ונקר, אוטרכט, הולנד

"קהילות אכפתיות" מתמקדות בהתנהגות בעייתית בקרב מתבגרים כגון, אלימות, שימוש לרעה בחומרים ועבריינות, באמצעות מניעה סביבתית. לקהילות אכפת כשגורמי המיגון בכל היחידות החברתיות מתוגברות, וכשכל האנשים העובדים עם ילדים או המשפיעים עליהם באופן כלשהי שותפים למאמץ. קהילות, בתי ספר ומשפחות הם שותפים במטרה להגיע לתוצאות.

כדי ליישם קהילות אכפתיות יש צורך במנהיגי מפתח וצוותים העוברים הכשרה בקהילות אכפתיות שבשלב השני מקימים ברית קהילתית. גורמי סיכון ומיגון נאספים וסוקרים את הנגישות

למשאבי הקהילה. לאחר ביצוע התאמה מקומית, בוחרים בהתערבויות אפקטיביות ויוצרים תוכנית הערכה.

בשלב הבא מגייסים ומכשירים כוחות משימה ומיישמים. חיוני לתהליך יישום התוכנית לתחזק את מערכות היחסים המשותפות ולהעריך ולהתאים את התוצאה לאורך הדרך.

אסטרטגיה זו מיושמת כעת בשש ערים בנידרסכסן גרמניה ותיושם גם במלמו שוודיה. התוצאות היו טובות בארצות הברית אך לא בהולנד, כך שהתוצאה תלויה במידה רבה בשיטות היישום.

### **טרסטד 2 – העבודה נגד קנאביס בשטוקהולם, גוטנברג ומלמו שוודיה**

מט גלנס, רכז פרוייקט, מלמו; אנדרס אריקסון, רכז פרוייקט, שטוקהולם; מייקל דלברג ומטס אנדרברג, חוקרים, לינאונוניברסיטטט, ווקסג'ו.

טרסטד 2 הוא תוכנית שרצה בשלוש הערים הגדולות ביותר בשוודיה בשנים 2013-2014 וכוללת פעולה בשלוש רמות – מניעה, הכשרה והסברה לאנשי מקצוע וטיפול/שיקום. מטרת התוכנית להתמודד עם התנהגות בעייתית בקרב מתבגרים. מטס גלנס מציג את יישום מודל הקהילות האכפתיות במלמו. לפני זה, עבודת מניעה במלמו הובילה לתוצאות מעטות, או היעדר תוצאות כלל. המסקנה היתה שהעבודה חסרה תיאוריה של שינוי, חסרה יעילות, והיישום היה חלש. צוות הפרוייקט נדרש להציע גישה חדשה לגמרי.

פרוייקט שלוש הערים חווה גם כן אותו תיסכול והחליטו לשתף פעולה. עם תקציב מהממשלה נוצר שיתוף פעולה בשם טרסטד.

טרסטד הוא פרוייקט מורכב שכולל לא רק שלוש ערים אלא גם שלוש רמות מניעה – אוניברסלית, סלקטיבית ואינדוקטיבית. צוות היגוי מקשר את הפרוייקט בשלוש הערים, ובכל אחת משלוש הערים פועלת קבוצת עבודה. צוות חוקרים מרכזי מחובר לחוקרים ב 14 תת-פרוייקטים קשורים. חיבור המדע יחד עם רמת היישום המעשי היה מטרה מרכזית אחת בפרוייקט.

אנדרס אריקסון מסיק שמניעה נהיית מורכב יותר ויותר ככל שעובדים עם זה. אדם אחד בלבד אינו מסוגל ליישם עבודת מניעה באופן יעיל. צריך עבודה משותפת בין אנשים רבים בעלי תחומי מומחיות שונים. חשוב לשתף וללמוד מאנשים שעובדים עם מתבגרים ביומיום, ולהיעזר בהם

כמקור לניסיון וכשליחים. חיוני שהאדם שניגש למתבגר עושה זאת ממקום של כבוד והמוכנות לדבר ולא רק ללמד.

טרסטד2 כלל פרוייקט נוסף שעובד עם קהילות אכפתיות – סטנדרטי איכות לתוכניות מניעה אירופאיות EDPQS – שמספק את הכלי הנחוץ ביותר להבניית עבודת המניעה. הנוסחה השוודית הראשונה תהיה מוכנה ב 2014.

בעלי עניין, קבוצות מיקוד, סמינרים מותאמים לקבוצות מקצועיות שונות, טפסי משוב – כולם נאספים על מנת לפתח עבודת מניעה מקומית.

יש לראות את כל התמונה של מניעה פונקציונלית. הפעם חשוב ביותר לאסוף את המרכיבים היעילים במניעה וללמוד יותר כיצד הם פועלים יחד, מסכמים מייקל דלברג ומטס אנדרברג.