

FACTSHEET

De link tussen cannabis en psychose: wat weten we?

Er is de laatste tien jaar veel onderzoek uitgevoerd naar de relatie tussen het gebruik van cannabis en psychose. Het is inmiddels wel duidelijk dat er een verband is tussen het gebruik van cannabis en psychose, maar hoe dat precies in elkaar zit is nog niet helemaal duidelijk.

Wat is een psychose?

Een psychose is geen afzonderlijke ziekte, maar een groep psychiatrische verschijnselen. Deze verschijnselen heten symptomen. Soms heeft iemand slechts één psychotisch symptoom, soms meerdere. Kortgezegd is een psychose is een toestand waarbij iemands contact met de werkelijkheid ernstig verstoord is. Mensen in een psychose leven in hun eigen werkelijkheid. Ze zien beelden of horen stemmen die er voor anderen niet zijn. Of iemand is ervan overtuigd dat hij achtervolgd wordt. Wanneer iemand een psychose heeft, kan er sprake zijn van schizofrenie. Maar niet iedereen die een psychose doormaakt, heeft ook schizofrenie. Algemeen wordt aangenomen dat een psychose ontstaat door een kwetsbaarheid in de persoon zelf (erfelijke aanleg, vroeg opgelopen hersenbeschadiging) en stress die op deze kwetsbaarheid in werkt. Een psychose kan bijvoorbeeld ook optreden na een moeilijke, uitputtende periode in iemands leven of een traumatische ervaring. Of het gevolg zijn van drugsgebruik of een depressie.¹

Hoe vaak komt psychose voor?

Een eerste psychose treedt vaak op in de late adolescentie/ vroege volwassenheid, maar kan zich ook op latere leeftijd ontwikkelen. Jaarlijks overkomt dit zo'n 3.000 jongvolwassenen in Nederland dit voor het eerst. Vaak is de oorzaak een psychische aandoening. Ongeveer 3% van de Nederlandse bevolking krijgt ooit in het leven een psychose. De meest ernstige vorm van een psychotische aandoening is schizofrenie, maar schizofrenie kent veel variatie in ernst. In Nederland hebben ongeveer 100.000 mensen deze ziekte. Een veel grotere groep mensen heeft ooit in hun leven last gehad van psychotische ervaringen en symptomen (zo'n 10%), maar die zijn niet ernstig genoeg om te spreken van een aandoening².

Wat is cannabis?

Hasj en wiet worden ook wel cannabis genoemd. Wiet wordt ook wel marihuana genoemd. Wiet bestaat uit de gedroogde en verkruidde vrouwelijke bloemtoppen van de Cannabis Sativa en is groenbruin van kleur. Hasj bestaat uit samengeperste blokjes of plakjes hars. De kleur varieert van licht geelbruin tot zwart. De belangrijkste werkzame stof in hasj en wiet is delta-9-TetraHydroCannabinol (THC). Er zitten daarnaast nog zo'n

¹ Bron: website Fonds Psychische gezondheid, website Phrenos.

² Os, J. van, Linscott, R.J., Myin-Germeys, I., Delespaul, P., Krabbendam, L. (2008). A systematic review and meta-analysis of the psychosis continuum: evidence for a psychosis proneness–persistence–impairment model of psychotic disorder. *Psychological Medicine* (2009), 39, 179–195.

100 andere cannabinoïden in wiet. Cannabidiol (CBD) en Cannabinol (CBN) zijn naast THC de meest voorkomende cannabinoïden in de plant³. Hasj en wiet wordt meestal gerookt, gegeten (spacecake) of gedronken (thee).

Hoeveel mensen gebruiken cannabis?

Van alle drugs (behalve alcohol en tabak) wordt cannabis het meest gebruikt, niet alleen in Nederland maar wereldwijd. Ongeveer een kwart (24,1%) van de Nederlandse bevolking van 15 tot en met 64 jaar zei in 2014 dat zij ooit in hun leven wel eens cannabis (hasj en wiet) hebben gebruikt. Omgerekend naar aantallen zijn dat ongeveer 2,6 miljoen 'ooit'-gebruikers. De meeste mensen zijn hier blijkbaar ook weer mee gestopt, want 8 procent zegt recent cannabis te hebben gebruikt (het afgelopen jaar) en 4,5% heeft de afgelopen maand gebruikt. Een meerderheid (69%) van de actuele blowers heeft een voorkeur voor wiet, 17 procent gebruikt meestal hasj en 14 procent heeft geen voorkeur.⁴

Risico's van een hoger THC-gehalte

THC is één van de werkzame stoffen in cannabis. De cannabis van nu bevat meer THC dan 20 jaar geleden. Een hoog THC-gehalte kan waarschijnlijk veel sneller een psychose oproepen⁵. Er zijn recente aanwijzingen dat cannabidiol, een ander werkzaam bestanddeel in cannabis, sommige effecten van THC tegengaat, zoals acute psychotische symptomen, angst, verslechtering van het geheugen, en belonende effecten. Vooral de verhouding tussen THC en CBD (cannabidiol) lijkt hierbij van belang. De nederwiet bevat relatief veel THC en weinig CBD. Voor buitenlandse hasj is deze verhouding 'gunstiger'⁶.

Wat weten we?

Verschillende studies wijzen erop dat regelmatig cannabisgebruik een vroegere eerste psychotische episode en twee keer zoveel kans op een psychose kan veroorzaken. De meeste mensen die regelmatig cannabis gebruiken, ontwikkelen echter helemaal geen psychotische aandoening en veel mensen die deze aandoening wel hebben, gebruikten nooit cannabis⁷. De relatie lijkt veel sterker in bepaalde risicogroepen, zoals mensen met een psychische (genetische) kwetsbaarheid of aanleg.

Er zijn echter aanwijzingen dat fors cannabisgebruik door jonge mensen (<18 jaar) met een psychotische kwetsbaarheid kan betekenen dat zij de stoornis ontwikkelen terwijl zij dat zonder cannabis gebruik niet gedaan zouden hebben.

De kwetsbaarheid voor het ontstaan van psychosen na het gebruik van cannabis is niet voor iedereen gelijk. In studies is aangetoond dat cannabis de kans op het ontstaan van

³ Bron: website Drugsinfo.nl

⁴ Nationale Drugs Monitor, jaarbericht 2015. Trimbos-instituut/WODC, Utrecht, Den Haag.

⁵ Di Forti, M. et al. 'Proportion of patients in south London with first-episode psychosis attributable to use of high potency cannabis: a case-control study'. Gepubliceerd in *Lancet Psychiatry* DOI:

[http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00117-5](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00117-5).

⁶ Bron: website Drugsinfo.nl

⁷ Curran, H.V., Freeman, T.P., Mokrysz, C., Lewis, D.A., Morgan, C.J.A., Parsons, L.H. (2016) Keep off the grass? Cannabis, cognition and addiction. *Nat Rev Neurosci.* 17(5):293-306.

psychosen sterk vergroot bij mensen met een verhoogde genetische kwetsbaarheid.
Risicogroepen zijn:

- mensen met psychiatrische ziekten / psychische stoornissen in hun familie,
- mensen die eerder een psychose hebben gehad,
- mensen die negatief, heftig of bizar op blowen reageren. Dus als je ernstig verward of panisch reageert na blowen, is dat een signaal dat je er niet goed tegen kunt.
- mensen die op jonge leeftijd regelmatig en veel blowen.

Mensen die aanleg hebben voor psychoses of schizofrenie is het af te raden om cannabis te gebruiken. De kans dat cannabis een psychose opwekt of een terugval in een psychose veroorzaakt is groot. Dat veel mensen met een psychotische stoornis cannabis gebruiken is niet toevallig. Veel gebruikers melden dat cannabis bepaalde symptomen van de psychose verminderen (bijv. stemmen horen) en dat de bijwerkingen van antipsychotische medicatie erdoor verminderd. De nadelen zijn echter ernstig. Volgens onderzoek naar cannabisgebruik bestaan er sterke aanwijzingen dat:

- cannabisgebruikers met aanleg voor een psychose door blowen het gevaar lopen op een jongere leeftijd psychotisch worden,
- cannabis een negatieve invloed heeft op het verloop van de psychose,
- cannabisgebruikers die aan een psychose lijden sneller, heftiger en langduriger psychotisch worden,
- de medicijnen die psychotische patiënten moeten slikken, minder goed werken als iemand blowt,
- terugval in een psychose vaker optreedt bij cannabisgebruikende patiënten dan bij niet-gebruikende patiënten.