



หมอชวนรู้

กัญชา กับปัญหาทางสุขภาพ

บทความโดย ศ.นพ. มานิต ศรีสุรภานนท์
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand



www.tmc.or.th



หมอชวนรู้

กัญชา กับ ปัญหาทางสุขภาพ



กัญชา โดยเฉพาะ delta-9 tetrahydrocannabinol (THC) เป็นยาเสพติดที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท ทำให้ผู้เสพรู้สึกผ่อนคลายและเคลิบเคลิ้ม กัญชาจึงถูกนำไปใช้เพื่อนันทนาการ ทำให้เกิดการเสพติดได้ คณะกรรมการควบคุมยาเสพติดให้โทษสากลขององค์การสหประชาชาติจึงกำหนดให้กัญชาและสารสกัดกัญชาเป็นยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 1 ซึ่งมีลักษณะสำคัญ คือ “เป็นสารที่มีฤทธิ์เสพติดสูงและมีแนวโน้มสูงที่จะถูกนำไปใช้ในทางที่ผิด...”

ในขณะที่กัญชาทางการแพทย์มักอยู่ในรูปของสารสกัด กัญชาที่ใช้สับส่วนใหญ่มักเป็นกัญชาเพื่อนันทนาการ ใน พ.ศ. 2562 พบว่า ร้อยละ 2.2 ของคนไทยวัยผู้ใหญ่ มีการใช้กัญชาอย่างน้อย 1 ครั้งในช่วง 1 ปีก่อนการสำรวจ และความชุกนี้เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 4.2 ใน พ.ศ. 2564 การใช้กัญชาที่เพิ่มขึ้นมากนี้ย่อมส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต และสุขภาพกายของคนไทยเพิ่มมากขึ้น



ผลกระทบของการใช้กัญชาต่อสุขภาพจิต

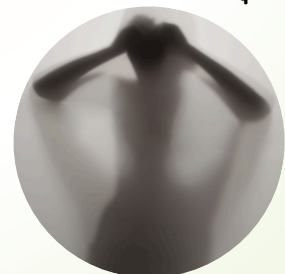


การติดกัญชา



ผู้ที่ใช้กัญชาบ่อย ๆ จะเกิดการทนต่อยา ทำให้ต้องใช้กัญชาเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ เพื่อให้ได้ฤทธิ์เท่าเดิม ในผู้ที่ใช้กัญชาบ่อยและมากมักมีอาการถอนกัญชาเกิดขึ้นเมื่อหยุดใช้ เช่น

- ▶ วิดกกังวล (76.3%),
- ▶ หงุดหงิด (71.9%),
- ▶ นอนไม่หลับ (68.2%)
- ▶ และอารมณ์ซึมเศร้า (58.9%)



ผู้ที่ติดกัญชามากไม่สามารถหยุดใช้กัญชาได้แม้การใช้กัญชา นั้นจะทำให้เกิดผลเสียต่อการทำงาน การเข้าสังคม การดูแลตัวเอง หรือสุขภาพแล้ว

บางการศึกษาพบว่า ทุก ๆ 3 ใน 10 คนที่ใช้กัญชาจะติดกัญชา





กัญชา กับ ปัญหาทางสุขภาพ



ความบกพร่องทางสติปัญญา

การใช้กัญชาอาจทำให้เกิดความบกพร่องทางสติปัญญา เช่น

- ▶ ความจำ
- ▶ ความสนใจ
- ▶ การตัดสินใจ
- ▶ และการประมวลผลข้อมูลลดลง



ผลกระทบเหล่านี้จะเด่นชัดที่สุดเมื่อเกิดอาการเมากัญชาแบบเฉียบพลัน ในผู้ที่ใช้กัญชาบ่อยและมาก ความบกพร่องนี้อาจคงอยู่ได้ถึง 28 วันหลังหยุดใช้กัญชา และในบางราย อาจคงอยู่นานกว่านี้หรือคงอยู่แบบถาวรหากมีการเริ่มใช้กัญชาตั้งแต่วัยรุ่น ใช้มาก และใช้เป็นเวลานาน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาระยะยาวที่พบว่า ผู้ที่ไม่ใช้กัญชาจะมี IQ เพิ่มขึ้นราว 0.7 คะแนน แต่ผู้ที่ใช้กัญชาจะมี IQ ลดลงราว 5.5 คะแนน

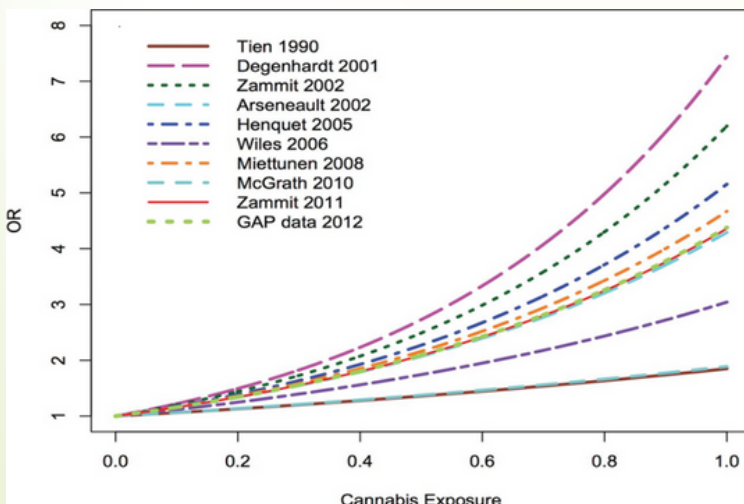


โรคจิตและโรคจิตเภท



โรคจิต คือ กลุ่มโรคที่มีอาการหลงผิด (เช่น หวาดระแวง) และประสาทหลอน (เช่น หูแว่ว) เป็นอาการสำคัญ โดยมีโรคจิตเภทเป็นโรคสำคัญ เนื่องจากเป็นโรคจิตเรื้อรังที่มักทำให้ป่วยตลอดชีวิต

การใช้กัญชาเป็นประจำเพิ่มความเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคจิตประมาณ 2 เท่า และการใช้ที่มากขึ้นจะเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น (ดูรูปที่ 1)



รูปที่ 1: การเสพกัญชามากขึ้นจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคจิตมากขึ้น (จาก Marconi A และคณะ. Schizophrenia Bulletin 2016; 42: 1262-1269.)

เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่า ผู้ที่ใช้กัญชามากจะเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคจิตเภทเพิ่มมากขึ้นด้วยเช่นกัน บางการศึกษาพบว่า ทุก ๆ 1 ใน 3 คนที่ป่วยเป็นโรคจิตระยะสั้นจากกัญชาจะป่วยเป็นโรคจิตเภทในอนาคต ซึ่งความเสี่ยงนี้สูงกว่าคนที่เป็โรคจิตระยะสั้นจากแอมเฟตามีน (ซึ่งมีโอกาสเกิดประมาณ 1 ใน 5)

กัญชากับปัญหาทางสุขภาพ



พฤติกรรมก้าวร้าวและรุนแรง

การเสพกัญชาอาจทำให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวและรุนแรงเพิ่มมากขึ้นได้ โดยเฉพาะในวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่อายุน้อย บางการศึกษาพบว่า ผู้ที่เสพกัญชา มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมรุนแรงมากกว่าผู้ไม่เสพกัญชาราว 2 เท่า และพฤติกรรมรุนแรงเหล่านี้จะเพิ่มมากขึ้นเมื่อมีการเสพกัญชาบ่อย มาก และนานขึ้น



โรคทางจิตเวชอื่นๆ

นอกจากปัญหาทางจิตดังกล่าวมาแล้ว กัญชายังอาจทำให้คลุ้มคลั่ง ซึมเศร้า วิตกกังวล และคิดฆ่าตัวตายได้ สำหรับผู้ป่วยทางจิตเวชที่ใช้กัญชาก็มักมีอาการทางจิตแย่ลง

ผลกระทบของการใช้กัญชาต่อสุขภาพกาย



ระบบหัวใจและหลอดเลือด

นอกจากกัญชาจะทำให้เกิดความดันโลหิตต่ำ ในขณะที่เปลี่ยนท่าแล้ว ยังมีฤทธิ์ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นกว่าปกติราวร้อยละ 20-100 ภายในเวลาไม่กี่นาที หลังการเสพและฤทธิ์นี้อาจคงอยู่นานหลายชั่วโมง

อัตราการเต้นของหัวใจที่เพิ่มขึ้นนี้ทำให้เสี่ยงต่อการเกิดอาการหัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมองได้



ระบบทางเดินหายใจ

ในระยะสั้น การสูบกัญชาส่งผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ เช่นเดียวกับการสูบบุหรี่ ควันกัญชาจะระคายเคืองทางเดินหายใจและปอด ทำให้เกิดอาการไอเรื้อรัง หลอดลมอักเสบ และการติดเชื้อในปอด การสูบกัญชาในระยะยาวทำให้เสี่ยงต่อโรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง และมีการสะสมสารก่อมะเร็งในปอดมากกว่าการสูบบุหรี่ ทำให้เสี่ยงต่อการป่วยเป็นมะเร็งปอดไม่น้อยกว่าการสูบบุหรี่





กัญชากับปัญหาทางสุขภาพ



การตั้งครรภ์และการให้นมบุตร

มารดาที่เสพกัญชาสามารถส่งผ่านสาร THC ผ่านรกและน้ำนมได้ ทารกที่ได้รับสาร THC จากมารดาขณะตั้งครรภ์และให้นมบุตรจะมีน้ำหนักแรกคลอดน้อย เจริญเติบโตช้า และพัฒนาการของสมองช้า



มารดาจึงต้องไม่ใช้กัญชาอย่างเด็ดขาดในระหว่างตั้งครรภ์และให้นมบุตร นอกจากนี้ หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรทราบด้วยว่าการหยุดเสพกัญชาหลังทราบว่าตนเองตั้งครรภ์เป็นการหยุดเสพที่ช้าเกินไป เพราะทารกได้เกิดขึ้นและได้รับสาร THC ไปหลายสัปดาห์แล้วก่อนที่มารดาจะหยุดเสพกัญชา



สรุป



การเสพกัญชาเพื่อนันทนาการก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพจิตและสุขภาพกายอย่างยิ่ง นอกจากผู้เสพแล้ว ผู้ที่ได้รับควันกัญชามือสองก็อาจมีปัญหาดังกล่าวมาแล้วได้ด้วยเช่นกัน

ผู้ป่วยที่ได้รับกัญชาทางการแพทย์ควรได้รับการตรวจประเมินโดยละเอียดก่อนได้รับการรักษา และได้รับการติดตามปัญหาสุขภาพอย่างใกล้ชิด เพื่อให้แน่ใจว่าผู้ป่วยได้รับประโยชน์มากกว่าโทษของการรักษาด้วยกัญชาหรือสารสกัดกัญชา

