



Empfehlung der PBS zum Umgang mit Cannabidiol (CBD)

Präventionsteam der PBS

Ausgangslage und Ziele

Nebst Cannabisprodukten mit einem hohen Gehalt an Tetrahydrocannabinol (THC) wie zum Beispiel Marihuana oder Haschisch gewinnen THC-arme Cannabisprodukte, darunter vor allem diejenigen mit einem erhöhten Gehalt an Cannabidiol (CBD), zunehmend an Bedeutung. Das Angebot wächst rasch und die Nachfrage nimmt – unter anderem auch bei Jugendlichen – zu.

Jugendliche und Erwachsene werden ausserhalb aber auch in der Pfadi mit den «Verlockungen» dieser Substanzen konfrontiert und müssen einen persönlichen Umgang damit finden. Die Pfadibewegung Schweiz (PBS) will im Rahmen ihrer Präventionsarbeit die Teilnehmenden und Leitenden befähigen, Entscheidungen im Umgang mit Substanzen wie CBD bewusst zu treffen.

Die vorliegende Empfehlung soll den Leitenden der PBS als Informationsgrundlage und als Anregung für einen reflektierten Umgang mit CBD-haltigen Substanzen und Produkten dienen.

Begriffserklärung

In der Hanfpflanze finden sich über 80 Cannabinoide sowie über 400 andere Wirkstoffe. Die wichtigsten Cannabinoide sind das berauschende Tetrahydrocannabinol (THC) und das nicht berauschende Cannabidiol (CBD), das zudem die psychotrope Wirkung des THC vermindert.

CBD wird wie THC aus weiblichen Hanfpflanzen gewonnen, wobei sich CBD-Hanf vom bisher üblichen THC-Hanf insbesondere darin unterscheidet, dass der Anteil des berauschenden THCs unter 1 % liegt. Aus diesem Grund unterliegt CBD nicht dem Schweizer [Betäubungsmittelgesetz](#) und ist deshalb im freien Verkauf verfügbar. Es ist jedoch nicht gänzlich auszuschliessen, dass beim Konsum von CBD-haltigen Produkten im Blut trotzdem Spuren von THC nachweisbar sind, was wiederum zum Beispiel im Strassenverkehr strafbar sein kann.

Die beiden Stoffe THC und CBD können allerdings nur im Labor unterschieden werden, äusserlich sind die Produkte identisch in Geruch, Geschmack und Konsistenz sowie auch in den Verwendungsmöglichkeiten.

Verwendung und Wirkung von CBD

CBD wirkt im Gegensatz zu THC nicht direkt psychoaktiv. Wirkung sowie Nebenwirkungen von CBD können allerdings auf verschiedene Art und Weise ausgelöst werden. Der Wirkungsmechanismus sowie die medizinische Wirkung von CBD sind bis dato erst ungenügend erforscht (vgl. BAG). Diskutiert werden unter anderem mögliche therapeutische Wirkungen.

Konsumenten berichten von einem «Wattegefühl» und Müdigkeit, das unter Umständen auf die entspannende Wirkung, die CBD nachgesagt wird, zurückzuführen ist. Allenfalls liegt das aber auch am Restgehalt an THC, das bei nicht regelmässigem Cannabiskonsum unter Umständen eine spürbare Wirkung hervorruft (vgl. Sucht Schweiz).

Allein aufgrund der Tatsache, dass keine direkte psychoaktive Wirkung spürbar ist, kann allerdings nicht angenommen werden, dass auf lange Sicht keine gesundheitsschädlichen Auswirkungen eintreten. Es liegen derzeit noch keine Forschungsergebnisse über Langzeitwirkungen vor.

Aufgrund des Ausbleibens der berauschenden Wirkung und dem Umstand, dass CBD legal und vergleichsweise einfach erhältlich ist, besteht im Einzelfall die Gefahr, dass der Konsum insgesamt

höher ausfallen kann als bei THC-haltigem Cannabis.

Da CBD - wie auch THC-haltiges Cannabis - in der Regel gemischt mit Tabak geraucht wird, muss beim Konsum von CBD auch mit den entsprechenden gesundheitsschädlichen Auswirkungen des Tabakkonsums gerechnet werden. Vor allem Heranwachsende, die einen verantwortungsbewussten Umgang mit Genussmitteln erst noch erlernen müssen, sind besonders anfällig auf übermässigen Konsum.

Es besteht zudem die Gefahr, dass sich Personen durch den Konsum von CBD an den Geschmack und Geruch von Hanfprodukten gewöhnen, wodurch der Einstieg in den Konsum von THC-haltigen Produkten erleichtert werden kann.

Empfehlung der PBS im Umgang mit CBD

In der Pfadi soll der Umgang mit dem Genuss von CBD-Joints bedacht und von verschiedenen Gedanken begleitet sein:

- Als Pfadileitende wollen wir die Verantwortung für die uns Anvertrauten und uns selbst wahrnehmen. Das bedeutet, dass wir als Pfadis während den Aktivitäten allzeit bereit und handlungsfähig sind.
- Weil die Langzeitwirkung von CBD noch nicht abgeschätzt werden kann, ist beim Konsum Vorsicht geboten. Gesundheitsschädliche Auswirkungen können eine mögliche Folge sein.
- Wir sind Vorbilder für unsere Teilnehmenden. Um dieser Vorbildfunktion Rechnung zu tragen, wollen wir den Konsum von potenziell gesundheitsschädlichen Genussmitteln nicht in die Pfadiaktivitäten hineinbringen.
- Wir behalten das Verhalten unserer Teilnehmenden im Auge und sind uns bewusst, dass Gruppendruck und gegenseitige Beeinflussung auch beim Umgang mit CBD-Produkten eine wichtige Rolle spielen.
- Aufgrund der Ähnlichkeit zu THC-haltigem Cannabis ist es für Aussenstehende sehr schwierig, die beiden Produkte zu unterscheiden und der Konsum von CBD kann leicht mit dem Konsum von THC-haltigem Cannabis verwechselt werden. Diesbezüglich achten wir auf unsere Aussenwirkung und wollen das gute Image der Pfadi bewahren.
- Wir setzen uns als Leitungsteam mit dem Thema auseinander und entwickeln eine Haltung zum Umgang mit CBD, die im jeweiligen Pfadikontext Sinn ergibt. Als Verantwortliche auf nationaler, kantonaler oder regionaler Ebene tragen wir die Diskussion und unsere Haltung zum Umgang mit CBD weiter.
- Wir halten uns an die geltenden (nationalen und kantonalen) Bestimmungen und Regelungen.

Wir Pfadi wollen...

- ... dass sich unsere Mitglieder gesund entwickeln können und gesund bleiben.
- ... dass sich unsere Mitglieder aus freiem Willen und ohne Gruppendruck entscheiden können.
- ... die Verantwortung für die uns Anvertrauten wahrnehmen.
- ... dass unsere Mitglieder die Pfadi in der Öffentlichkeit als verantwortungsvollen Jugendverband repräsentieren.
- ... dass sich die Leitenden ihrer Vorbildfunktion bewusst sind.
- ... dass die Bundesebene und jeder Kantonalverband ein Konzept zum Umgang mit Suchtmitteln haben, welches sich innerhalb des gesetzlichen Rahmens bewegt und an allen Aktivitäten, Anlässen und Kursen gelebt wird.
- ... dass unsere Mitglieder einen reflektierten und verantwortungsvollen Umgang mit Genussmittel leben.

Ausgewählte Informationskontaktstellen

- [Voilà Gesundheitsförderung und Prävention in den Jugendverbänden](#)
- [Bundesamt für Gesundheit \(BAG\)](#)
- [Sucht Schweiz](#)

Für weitere Fragen: praevention@pbs.ch