

IDRÆT

- inspiration til rusmiddelfagligt indhold i idræt

Øvelse

Læs nedenstående tekstuddrag som inspiration til en drøftelse af, hvilken effekt hash har på ens fysiske performance.

"Det er sikkert"

(Tekstuddrag "Om hash, Christiania og hashens bagmænd" af Jørgen Green (2003), s. 20)

- Hashrygning fører til en øget forekomst af betændelsestilstande som bronkitis, bihulebetændelse og andre former for luftvejskatar,
- Hashrygning kan forværre astma og andre luftvejslidelser,
- Rygere af hash vil få en øget hyppighed af lungekræft, og det er sandsynligt, at dette vil komme hurtigere end ved cigaretrygning,
- Rygere af hash får kulilte i blodet og derved svækker ilttransporten i blodet,
- Hjerterytmen påvirkes således, at der opstår en særlig risiko for personer med hjertelidelser,
- Langtidsbrug af hash kan øge forekomsten af blodtryksforandringer og hjerne-kar-lidelser,
- Der sker en påvirkning af hormonsystemet i kroppen.