Wat cannabis in het lichaam doet

De werkzame stoffen. Cannabis bevat veel cannabinoïden, de bekendste zijn THC en CBD. THC bedwelmt, CBD niet. In de verse plant zit vooral THCA, pas door verhitting ontstaat daaruit THC. Marihuana zijn de gedroogde bloemtoppen, hasj is de geperste hars. Hoeveel THC erin zit, verschilt sterk.

Hoe THC werkt. Het lichaam heeft een eigen cannabinoïdesysteem. THC bindt aan de receptoren ervan. De CB1-receptoren zitten vooral in de hersenen. In het beloningssysteem zorgt THC indirect voor meer dopamine. Dat verklaart de euforie en ook waarom cannabis afhankelijk kan maken. THC werkt onder meer op geheugen en gevoelens, op coördinatie en tijdsgevoel en op hartslag en spijsvertering.

Waar de werking van afhangt. THC-gehalte, hoeveelheid, manier van gebruik, gesteldheid en omgeving. Velen ervaren rust en een opgewekte stemming. Even goed mogelijk zijn onrust, angst, paniek en een vertekende waarneming, vooral bij veel THC of een slechte gesteldheid.

Hoe lang het aanhoudt. Gerookt of verdampt begint de werking bijna meteen, is na ongeveer een kwartier het sterkst en na twee tot drie uur grotendeels voorbij. Ook als je niets meer voelt, kan je rijvaardigheid nog beperkt zijn. Gegeten of gedronken komt ze vertraagd, vaak plotseling, en moeilijk te voorspellen.

In het lichaam. Vaak zijn er een droge mond, rode ogen, een snellere hartslag, duizeligheid en plotselinge honger. Concentratie, geheugen en reactievermogen nemen af tijdens de roes. Dat verhoogt het risico op ongevallen in het verkeer en op het werk.

Hoe lang cannabis aantoonbaar is. Afbraakproducten in urine: na eenmalig gebruik ongeveer drie dagen, bij dagelijks gebruik tien tot 15 dagen, bij zwaar langdurig gebruik ook meer dan 30 dagen. De waarden variëren sterk.

Onthoud

- Gegeten: niet bijnemen omdat je nog niets voelt.
- Na gebruik niet rijden of met machines werken.
- De werking is na uren voorbij, de aantoonbaarheid niet.

Bronnen: drugcom.de (BIÖG), Drogenlexikon, item Cannabis; NIDA, Cannabis and the Brain; Moeller, Lee, Kissack (2008), Urine Drug Screening, Mayo Clinic Proceedings 83(1).

Uitgebreid: csc.do/nl/preventie/kennis/werking-van-cannabis/ ·
Cannabis Social Club Dortmund e. V. · Laatst bijgewerkt: 7 oktober 2026 ·
Ongewijzigd verspreiden toegestaan (CC BY-ND 4.0)

Hele module