

CANNABIS & PUBLIC HEALTH: WIE SIEHT ES 2025 AUS?



September 2025



“**Safer Use** und **Konsumkompetenz** sind entscheidend für einen verantwortungsvollen Konsum. **Aufklärung statt Stigmatisierung** ist der Schlüssel, um Erwachsene zu einem **risikoarmen Konsum** zu ermutigen. Der **Schwarzmarkt** hat in der Vergangenheit **großen Schaden** angerichtet – es ist nun wichtiger denn je, Konsument:innen nicht wieder an diesen zu verlieren.”

Adele Hollmann – Präventionsbeauftragte & Senior Scientific Affairs Manager



**Konsumverhalten
in Deutschland**



**Risiken des
Cannabiskonsums**



**Risiken des
Schwarzmarktes**



**Aufklärung &
Prävention**

Konsumverhalten in Deutschland

- Im **April 2024** trat das “**Gesetz zum Umgang mit Konsumcannabis**” in Kraft: Dies ermöglicht **Erwachsenen ab 18** den **legalen Konsum** von Cannabis zu **Freizeit Zwecken**.
- **Kritiker:innen der Teil-Legalisierung** sorgen sich seit dem um einen signifikanten **Anstieg des Konsums** als **Resultat von Verharmlosung der Substanz** sowie um die **gesundheitlichen Schäden** des Cannabiskonsums.

Epidemiologische Sucht-Survey (ESA)

Die ESA erfasst regelmäßig das Suchtverhalten der deutschen Bevölkerung. Der Cannabis-Konsum stieg bei Erwachsenen zwischen 2021 und 2024 nur um 1,0%.

„In der frühen Phase der Legalisierung sei damit **kein wesentlicher Anstieg im Vergleich zu 2021 festzustellen**.“, laut Eva Hoch, Co-Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie.

2021

8,8%

2025

9,8%

Konsumverhalten von Jugendlichen

Auch bei Jugendlichen zeigen aktuelle Daten einen **Rückgang des Konsums**. Unter dem QR-Code finden Sie unser Factsheet “Jugendschutz & Cannabis” mit zahlreichen weiteren Informationen.



Risiken des Cannabiskonsums

Jede Substanz hat potenzielle Risiken und Nebenwirkungen – insbesondere bei unachtsamen Konsum oder wenn individuelle Risikofaktoren vorliegen. Cannabis bildet hier keine Ausnahme, jedoch haben jahrelange Stigmatisierung zu einem tendenziell negativen “verzernten Bild” des Sicherheits- und Risikoprofils geführt.

Im Folgenden werden die unterschiedlichen Risiken anhand der aktuellen Evidenz objektiv beleuchtet. Grundsätzlich muss aber jede:r Konsument:in zusätzlich eine eigene Risikoanalyse durchführen und dabei persönliche Faktoren wie z.B Suchtaffinität beurteilen.

! Kurzfristige Risiken & Nebenwirkungen

- **Psyche:** Euphorie, Angst, Müdigkeit, Verwirrtheit
- **Herz- und Kreislauf:** Blutdruckabfall, Schwindel, Herzrasen
- **Psychomotorik:** verminderte motorische Kontrolle & verkehrsbezogene Leistungen

Note: Kurzfristige Nebenwirkungen sind das Resultat der Wirkungsweise von THC im Körper. Sie treten nicht bei allen Konsument:innen gleich auf und sind zeitlich beschränkt auf einige Stunden nach dem Konsum und verschwinden in der Regel von selbst.

! Risiken der Konsument:in

- Cannabis kann auf verschiedene Arten eingenommen werden z.B. durch Rauchen als Joint, Verdampfen durch “Vaporizer” oder oral als sogenannte “Edibles”.
- Die **schädlichste Form** des Konsums bleibt das **Rauchen**: Die **Atemwege** werden dabei ähnlich wie beim Konsum von Tabak belastet und das Risiko für Erkrankungen steigt.
- **“Edibles”**: Das Risiko für Überdosierungen ist höher, da Konsument:innen oftmals die Zeitverzögerung zwischen Verzehr und Wirkeinsatz unterschätzen.

Langfristige Risiken des Konsums

! Abhängigkeit

- 1,0% der Bevölkerung erfüllen die Kriterien einer **Cannabisabhängigkeit**. Zum Vergleich: Bei verschreibungspflichtigen Schmerzmitteln liegt der Wert bei 2,8 %.
- **Wichtig:** Cannabispatient:innen werden **häufig fehlklassifiziert**. Rund 90 % der als “abhängig” Eingestuften zeigen lediglich **normale therapeutische Anpassungen**.
- Zudem zeigt Cannabis ein **2,5-fach geringeres Risiko** zum problematischen Gebrauch als beispielsweise verschriebene Opiode.

Note: Im Vergleich zu einigen Drogen zeigen Schadensskalen, die sich an Faktoren wie Todesfällen, Gesundheitsschäden, Funktionseinschränkungen und Abhängigkeit orientieren, dass Alkohol etwa dreimal so schädlich ist wie Cannabis.

! Psychosen

- Studien legen nahe, dass der häufige Konsum von Cannabis das Risiko für Psychosen **besonders vor Vollendung des 25. Lebensjahres** erhöhen kann.
- Bei Gelegenheitskonsumenten ist die Lage nicht so eindeutig. Einige Studien stellen ein 1,4- bis 2-fach erhöhtes Risiko fest, andere können keinen Einfluss finden.
- Das Psychoserisiko ist vor allem bei einem **THC-Gehalt über 15%** erhöht. Darunter ist das Risiko **deutlich geringer**, bis hin zu kaum dokumentierten Psychosen.

Fazit

Dass Cannabis schädlich sein kann, ist vielfach untersucht. Dennoch ist es wichtig, die Gefahren des Konsums realistisch einzuordnen und zu bewerten. Insbesondere im medizinischen Bereich kann Cannabis sogar weniger schädlich sein als manche Schmerzmittel.

Trotz zahlreicher Untersuchungen im Ausland sind die Fragen des Allgemeinen Gesundheitsschutzes in Bezug auf Konsumcannabis nicht breit in Deutschland erforscht. Deswegen ist es wichtig, dass unabhängig von einer politischen Bewertung von Cannabis breit angelegte Forschungsprojekte in Deutschland möglich werden, die bisher stigmatisiert oder sogar verboten sind.