

## App Per Smettere Di Fumare Canne

### STAI PENSANDO DI SMETTERE DI FUMARE? QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non vè piú di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere piú soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

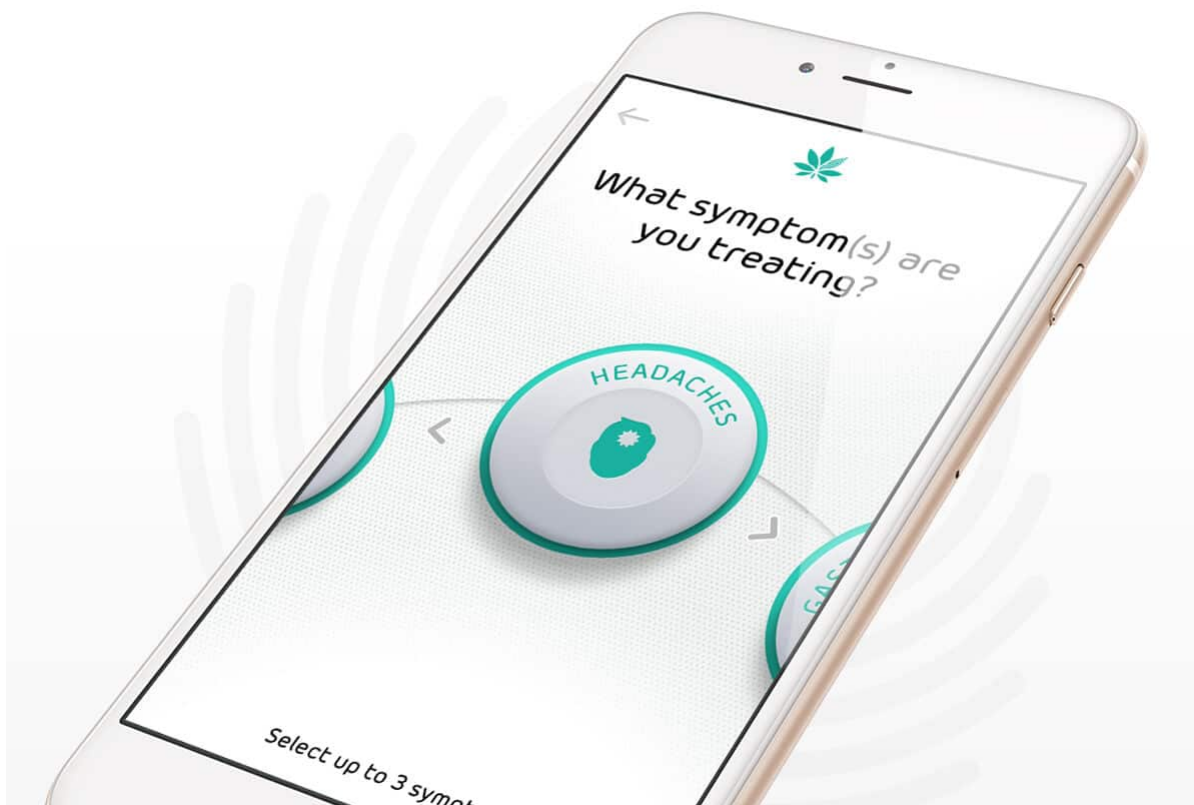
[→ Guarda di piú ←](#)  
[→ Guarda di piú ←](#)  
[→ Guarda di piú ←](#)



### Cannabis App per Smartphone: Ecco le migliori

Se sei un'appassionato di Weed, Cannabis e Marijuana allora non puoi assolutamente perderti queste applicazioni!

**Strainprint è un'applicazione gratuita**, anche questa è disponibile sia per Android sia per iOS. Questa offre la possibilità di descrivere il tipo di marijuana che assumi, che siano fiori concentrati o commestibili e poi di descrivere le tue sensazioni.



## Come Smettere di Fumare Cannabis dopo Averla Usata per Molto Tempo

Come Smettere di Fumare Cannabis dopo Averla Usata per Molto Tempo. Anche se la cannabis crea meno dipendenza ed è meno pericolosa di molte altre sostanze illegali, può comunque diventare un'abitudine pericolosa in grado di influire n...

Anche se la cannabis crea meno dipendenza ed è meno pericolosa di molte altre sostanze illegali, può comunque diventare un'abitudine pericolosa in grado di influire negativamente sulla vita quotidiana, le interazioni sociali e le capacità fisiche. Ciò vale in particolare per chi la fuma da diversi anni. Se tu o uno dei tuoi cari avete questo problema, sappi che è possibile smettere di fare uso di cannabis in maniera molto semplice rispetto ad altre sostanze assuefacenti. Vai al primo passaggio per iniziare.

## Basta una settimana senza cannabis per migliorare la memoria

Il risultato mostra come alcuni deficit associati all'uso di cannabis fra gli adolescenti non siano permanenti ma possano essere recuperati

*"I nostri risultati forniscono due elementi alla base di un'evidenza convincente", spiega Randi Schuster, primo autore del paper. "Il primo riguarda il fatto che gli adolescenti apprendono meglio quando non fanno uso di cannabis. Il secondo - la buona notizia di questo studio - è che alcuni dei deficit associati al consumo di cannabis non sono permanenti e le abilità associate possono essere potenziate molto rapidamente dopo aver smesso di utilizzarla".*



## Doppia dipendenza tabacco-cannabis: una disintossicazione più difficile

Stop-tabac.ch: Suggerimenti, consigli e supporto per aiutarti a smettere di fumare L'utilizzo di questi vi aiuta a raddoppiare le probabilità di successo

Per molto tempo si è pensato che fosse più semplice smettere con una sostanza piuttosto che con l'altra. Degli studi recenti hanno rimesso in discussione quest'idea. Così, ad esempio, nel quadro di uno studio condotto nel 2008 la metà dei partecipanti trovava che fosse più difficile interrompere congiuntamente il consumo delle due sostanze e un'altra metà sosteneva che fosse più semplice smettere con una sostanza e poi con l'altra. Oggi si raccomanda di smettere simultaneamente con le due sostanze - che sussista o meno la dipendenza dal cannabis - nel caso in cui ci sia la motivazione sufficiente per disintossicarsi. Attualmente non ci sono ancora studi scientifici a sufficienza su questa doppia disintossicazione e non esistono ancora protocolli terapeutici ben definiti. Si sa tuttavia che il trattamento dovrebbe essere specifico, in particolare perché i sintomi ansio-depressivi sono frequenti in caso di doppia disintossicazione. Il trattamento della disintossicazione da tabacco-cannabis dovrebbe comportare una terapia che permetta di gestire al tempo stesso la dipendenza da THC e quella dalla nicotina. Che soluzioni si avanzano oggi? Proporre un trattamento che includa dei sostituti nicotinici in dose adeguata ed eventualmente associati fra loro (cerotti + sostituti nicotinici da assumere oralmente, come le pastiglie, le gomme o l'inalatore) insieme ad un trattamento che permetta di calmare lo stress dovuto alla mancanza di THC. A questo bisogna aggiungere un trattamento psicologico (9). In ogni caso, quale che sia la modalità scelta per smettere, il problema tabacco-cannabis deve essere affrontato in modo globale. L'ideale sarebbe mettere a punto dei nuovi trattamenti mirati ai neurotrasmettitori comuni alla nicotina e alla marijuana (10). Per coloro che desiderano continuare a fumare cannabis ma che vogliono smettere di fumare, ci si interroga attualmente sulla possibilità reale di poter continuare a fare uso di cannabis senza tabacco; si pensa in particolare al consumo in forme diverse da quelle del joint: sotto forma di infuso o di pipe ad esempio. Ciò pone tuttavia molti problemi: un rischio di compensazione (consumo aumentato di cannabis), un dosaggio difficile da regolare rispetto alle forme ingerite e la conservazione delle abitudini al consumo. tutto questo lasciando a parte la nocività del cannabis (11).

Gli studi del legame fra tabacco e cannabis dovrebbero dunque essere intensificati perché si possano in seguito informare i consumatori sui pericoli dell'una e dell'altra sostanza e del loro consumo congiunto. Ciò permetterebbe inoltre di migliorare i trattamenti terapeutici in caso di consumo congiunto di sigarette e cannabis. E a giudicare dalle cifre del fenomeno, la cosa sembra davvero urgente.

## Dopo anni, ho deciso di combattere la mia dipendenza psicologica dall'erba

Negli ultimi sei anni della mia vita non c'è stato un giorno in cui non abbia fumato erba. Alla fine ho capito che non era più uno svago, ma una vera e propria dipendenza psicologica, e qualche settimana fa ho deciso di combatterla. Nonostante la mia risoluzione, mi sono ritrovata a sprecare interi pomeriggi a fumare erba. Non posso negare che il mio lavoro ne abbia sofferto. Che il mito sul fatto che l'uso cronico influisca negativamente sulla motivazione sia vero? Una giornata produttiva, per me, di solito consiste in qualche email, qualche ora di lavoro part-time e due o tre ore di scrittura. Giusto perché capiate: l'idea alla base di questo articolo è stata approvata più di un anno fa. Invece di scrivere, di solito finisco a fumare, guardare porno e mangiare cracker e formaggio. Prima che me ne renda conto arriva il venerdì, e ovviamente mi merito una pausa dalla mia durissima settimana di lavoro.



## Marijuana, danni visibili anche dopo un anno di astinenza

Una ricerca evidenzia l'alterazione delle funzioni cerebrali dovute dalla marijuana anche dopo astinenza

La scoperta più incisiva è che pure **dopo un anno** di abbandono della **cannabis** facilmente i giovani continuassero a vivere esperienze subcliniche di **paranoia** ed episodi di **allucinazioni**, come quelle osservate durante il consumo continuato.



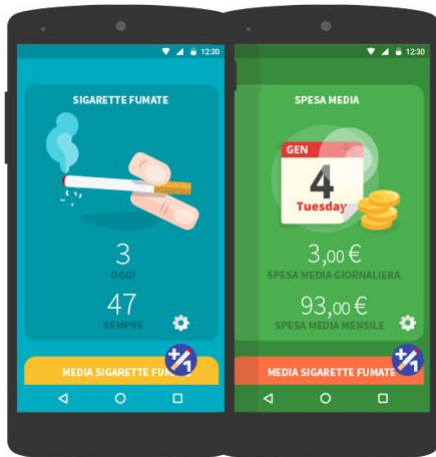
## Effetto erba di fumare per la costruzione

Effetto erba di fumare per la costruzione Come Realizzare uno Strumento per Fumare Partendo da Zero. Smettere di fumare sintomi ed effetti collaterali: cosa succede quando si. Nov 25, · Guida su Botta di un bong gigantesco, ma facendo meno fatica ed usando meno erba. Cosa pensi che sia sbagliato con le app per smettere di fumare? Attrezzatura per la costruzione che.

## Cigs Counter: 1 - App che Aiuta a Smettere di Fumare

perché non sfruttare il nostro amato cellulare per smettere di fumare o quantomeno per ridurre il consumo di sigarette giornaliere? Cigs Counter fa al ...

Omnia lo smartphone è diventato una vera e propria estensione del nostro corpo, sempre con noi ovunque andiamo e in qualsiasi momento della giornata. Un po' come le sigarette o il tabacco per noi fumatori. Quindi perché non sfruttare il nostro amato cellulare per **smettere** di fumare o quantomeno per **ridurre** il consumo di sigarette giornaliere? **Cigs Counter** fa al caso nostro.



## App Per Smettere Di Fumare Canne

Newsletter | 12.2017: Introduzione, Cinque fatti da sapere sulla canapa, La canapa: oggetto di consulenza online?, Focus: Stop-cannabis.ch, Calendario

**3. La canapa con un tenore di THC inferiore all'1 per cento è legale.**

In Svizzera la canapa con un tenore di tetraidrocannabinolo (THC) inferiore all'1 per cento non è soggetta alla legge sugli stupefacenti e pertanto può essere coltivata legalmente. La vendita è invece soggetta all'obbligo di notifica. La canapa legale ha di norma un tenore di THC compreso tra lo 0,3 e lo 0,7 per cento. La canapa con effetti psicotropi può contenere un tenore di THC fino al 20 per cento o superiore



### App Per Smettere Di Fumare Canne

Vorrebbe capire la situazione in cui si trova, in particolare le implicazioni del Suo livello di consumo? Oppure vorrebbe ridurlo e cerca un programma in Internet che possa esserle d'aiuto?

Con i test e gli strumenti di autovalutazione e autoaiuto disponibili in rete potrà capire meglio la Sua situazione e la portata dei rischi che sta correndo. Alcuni di questi strumenti La invitano a tenere un diario delle Sue abitudini di consumo, e questo Le permetterà di esserne più consapevole. Qui di seguito troverà una selezione di test e strumenti dedicati alle diverse sostanze e forme di consumo. I servizi ai quali rimandano i vari link presentano un elevato standard qualitativo.