

# 210426 Kannabiksen terveysvaikutuksista ( MediSearch-tekoälykysely)

Yl juha kemppinen

# Miten kannabiksen käyttö vaikuttaa nuorten mielenterveyteen?



Nuorten kannabiksen käyttö liittyy useisiin mielenterveysriskeihin. Alla on tiivis, kvantitatiivinen yhteenveto keskeisestä näytöstä.

## Masennus, ahdistus ja itsetuhoisuus

- Nuoruusiän kannabiksen käyttö ennustaa myöhempää masennusta (odds ratio,  $OR \approx 1.3-1.7$ ) ja itsetuhoisuutta; meta-analyysissä itsemurhayrityksen riski yli kolminkertainen ( $OR 3.46$ ) ja itsemurha-ajatusten riski  $\sim 1.5$ -kertainen nuoruudesta aikuisuuteen seuratuissa aineistoissa <sup>1</sup>. Pitkissä kohorttiaineistoissa nuoruusiän käyttö liittyi aikuisiän masennukseen (aOR 1.70) ja itsetuhoisuuteen (aOR 1.65) <sup>2</sup>. Nuorilla poikkileikkausaineistossa myös subkliininen käyttö (ei häiriökriteerit täyttävä) liittyi 2–4-kertaiseen riskiin masennukselle ja itsemurha-ajatuksille verrattuna ei-käyttäjiin <sup>3</sup>. Kiinteissä malleissa (oman henkilön sisäinen vertailu) kannabiksen käytön tihentyminen yli 10x/v liittyi masennusoireiden (RR 1.49) ja itsemurha-ajatusten (RR 3.43 miehillä; 2.47 naisilla) nousuun <sup>4</sup>. Erillinen meta-analyysi nuorista (11–21 v) osoitti päihteellisen kannabiksen  $\sim 2$ -kertaiset OR:t ideaatioon ja yrittämiseen <sup>5</sup>.

## Psykoottiset kokemukset ja psykoosiriski

- Nuoruusiän kannabis ennustaa psykoottisia kokemuksia annos-vasteisesti jo 15–16-vuotiailla ( $OR \approx 2.2 \geq 3$  prodromaalioireelle) <sup>6</sup>, ja lisää psykoottisten kokemusten kasvun todennäköisyyttä osin masennusoireiden välittämänä <sup>7</sup>. Laadukkaissa pitkittäisanalyysissä näyttö viittaa kaksisuuntaisuuteen (psyk. haavoittuvuus  $\leftrightarrow$  käyttö), mutta myös siihen, että käyttö ennustaa myöhempää psykoosialttiutta <sup>8</sup>. Suuressa väestöaineistossa (Ontario) kannabis liittyi vahvasti psykoottisen häiriön riskiin murrosiässä (12–19 v: aHR 11.2; sairaalahoito/päivystys aHR 26.7), ei kuitenkaan samalla tavalla nuorilla aikuisilla, mikä viittaa ikäriippuvaiseen haavoittuvuuteen <sup>9</sup>. Katsaukset ja päivitykset tukevat sitä, että riski kasvaa annoksen ja varhaisen aloitusiän myötä <sup>10</sup> <sup>11</sup>.

## Suunta ja annos-vaste

- Suuret meta-analyysit ja kohortit osoittavat sekä yhteyksiä että osin kausaalisuutta: kannabis  $\rightarrow$  masennus (aOR  $\approx 1.3$ ) nuorilla <sup>12</sup>, ja varhainen/tiheä käyttö kasvattaa riskejä eniten <sup>13</sup>. ABCD-aineiston kehityspolkuanalyysi viittaa sekä jaettuun haavoittuvuuteen että oireiden "itsehoitoon"; näyttö kannabiksen käytön jälkeisestä lisäyksestä psykoosioireissa on vaihtelevaa <sup>14</sup>.

## Käytön muoto ja käyttötiheys

- Viikoittainen tai useammin tapahtuva käyttö nuoruudessa liittyy voimakkaammin masennuksen vaikeusasteeseen ja itsemurhayrityksiin, viitaten annosvaikutukseen; varhaisempi aloitusikä liittyy korkeampaan riskiin <sup>15</sup>. Nuoret käyttäjät kehittävät useammin myös kannabiksen käytön häiriön, mikä kytkeytyy heikompaan mielenterveyteen <sup>16</sup>.

Yhteenveto: Nuorten kannabiksen käyttö on johdonmukaisesti yhteydessä kohonneeseen masennuksen ja itsetuhoisuuden riskiin (usein 1.3–3.5-kertaista), lisää psykoottisia kokemuksia ja on murrosiässä voimakkaammin yhteydessä psykoottisiin häiriöihin; riski kasvaa varhaisella aloituksella ja tiheällä käytöllä ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ .

# Kannabisartikkeli

## terveysvaikutuksista



Kannabiksen terveysvaikutukset ovat sekä hyötyjä että haittoja sisältävä kokonaisuus. Alla on tiivis, tutkimusnäyttöön perustuva katsaus.

### Todennäköiset hyödyt tietyissä tilanteissa

- **Krooninen kipu ja spastisuus:** Kannabinoidit voivat vähentää kipua noin 30% verrattuna lähtötasoon (suhteellinen vaikutus  $OR=0.59$ ) ja lievittää MS-tautiin liittyvää spastisuutta, mutta haittoja (huimaus, suun kuivuminen, pahoinvointi, uneliaisuus) esiintyy enemmän kuin lumelääkkeellä [1](#).
- **Pahoinvointi/syöpähoidot:** Synteettiset kannabinoidit (esim. dronabinoli, nabiloni) vähentävät kemoterapian aikaista pahoinvointia lievästi-kohtalaisesti (pieni-keskisuuri vaikutuskoko) [2](#).
- **Lääkeresistentti epilepsia (CBD):** Kannabidioli lisää  $\geq 50\%$  kohtausvähennysten todennäköisyyttä ( $OR=0.59$ ), mutta lisää ripulia ja uneliaisuutta [1](#).
- Laaja kartoitus viittaa mahdollisiin hyötyihin myös unettomuudessa, lihasspastisuudessa ja syöpäpotilaiden oireissa, mutta laadukas näyttö vaihtelee [3](#). National Academies -katsaus (2018) tukee hyötyjä kivussa, CINV:ssa ja MS-spastisuudessa; muista käyttöaiheista näyttö on rajallista [4](#).

### Keskeiset riskit (annos, THC-pitoisuus ja aloitusikä tärkeitä)

- **Psykoosi ja mielenterveys:** Havainnoiva näyttö tukee yhteyttä psykoosiin (pooled  $OR=1.7$ ), mielialahäiriöihin ja itsetuhoisuuteen; nuoruusiässä aloitus ja korkea THC lisäävät riskiä eniten [1](#) [5](#) [6](#). Päivittäinen/vahvapotenssinen käyttö liittyy suurempaan psykoottisten oireiden ja ahdistuneisuuden riskiin [2](#). Päivitetty meta-analyysi viittaa kohonneeseen depression riskiin ( $OR=1.29$ ) [7](#).

- **Riippuvuus:** Noin 1/10 säännöllisistä käyttäjistä kehittää riippuvuuden; lääketieteellisessä käytössä CUD-kriteerit täyttyvät jopa  $\sim 29\%$ :lla joissain aineistoissa [2](#) [8](#).
- **Onnettomuudet ja ajaminen:** Kannabiksen käyttö lisää liikenneonnettomuuden riskiä ( $RR=1.27$ ) [1](#).
- **Raskaus ja vastasyntyneet:** Yhteys pienipainoisuuteen ja pienikokoisuuteen ( $OR=1.4-1.6$ ); käyttöä raskauden aikana tulisi välttää [1](#).
- **Kardiovaskulaariset vaikutukset:** Päivittäinen inhalointi liittyy korkeampaan sepelvaltimotautiin, infarktiin ja aivohalvaukseen; nuorilla aikuisten ACS-potilailla kannabiksen käyttö liittyi  $\sim 2.5$ -kertaiseen MACE-riskiin pitk/follow-upissa [2](#) [9](#).
- **Hengitystiet:** Tupakointiin liittyy bronkiitti/astma-riski; meta-analyysi: astman todennäköisyys suurempi käyttäjillä ( $OR=1.31$ ) [10](#) [11](#).
- **Muut:** Sairaaloiden päivystyskäynnit/altistukset lisääntyvät legalisaation jälkeen; tahattomat pediatriiset altistukset yleistyvät [12](#) [13](#). Luiden mineraalitiheyteen mahdollisesti haitallisia vaikutuksia, mutta näyttö ristiriitaista [14](#).

### Käyttötapojen ja -ympäristöjen erot

- Lääkkeelliset valmisteet (standardoidut) tuottavat ennustettavamman profiilin kuin vahvapotenssinen inhaloitava kannabis; haittatapahtumat (keskushermosto/psykiatriset) yleistyvät lääkkeellisilläkin, mutta hyöty-haitta voi olla suotuisa valituissa indikaatioissa [1](#) [15](#) [16](#).
- Nuoret ja varhain aloittaneet ovat haavoittuvimpia pitkäaikaisille neuropsykiatrisille haitoille; käytön viivästyttäminen pienentää riskejä [5](#).

## Käyttötapojen ja -ympäristöjen erot

- Lääkkeelliset valmisteet (standardoidut) tuottavat ennustettavamman profiilin kuin vahvapotenssinen inhaloitava kannabis; haittatapahtumat (keskushermosto/psykiatriset) yleistyvät lääkkeellisilläänkin, mutta hyöty-haitta voi olla suotuisa valituissa indikaatioissa [1](#) [15](#) [16](#) .
- Nuoret ja varhain aloittaneet ovat haavoittuvimpia pitkäaikaisille neuropsykiatrisille haitoille; käytön viivästyttäminen pienentää riskejä [5](#) .

Yhteenvetona: **Selvimmät hyödyt** koskevat kemoterapiaan liittyvää pahoinvointia, kroonista kipua, MS-spastisuutta ja tietyt epilepsiat (CBD). **Keskeiset haitat** liittyvät psykoosiin/mielenterveyteen, riippuvuuteen, liikenneturvallisuuteen, raskauteen, hengitystie- ja sydän- ja verisuoniriskeihin, erityisesti nuorilla ja vahvapotenssisen THC:n käyttäjillä [1](#) [2](#) [4](#) [5](#) [6](#) [9](#)

[10](#) [12](#)

21.4.2026

yl juha kempinen

### Balancing risks and benefits of cannabis use: umbrella review of meta-analyses of randomised controlled trials and observational studies.

[Solmi et al.](#) [2023](#) [BMJ \(Clinical research ed.\)](#)

#### ✦ Oleellinen tieto

Credibility and certainty of associations between cannabis, cannabinoids, and cannabis based medicines and human health, from observational studies and randomised controlled trials and RCTs was systematically assessed.

#### Määrällinen data

Evidence was convincing from observational studies (main and sensitivity analyses) in pregnant women, small for gestational age (1.61 (1.41 to 1.83)), low birth weight (1.43 (1.27 to 1.62)); in drivers, car crash (1.27 (1.21 to 1.34)); and in the general population, psychosis (1.71 (1.47 to 2.00)).

#### Lisää lähteitä

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#)  
[15](#) [16](#)



## Balancing risks and benefits of cannabis use: umbrella review of meta-analyses of randomised controlled trials and observational studies.

Solmi et al. 2023 BMJ (Clinical research ed.)

### ✦ Oleellinen tieto

Credibility and certainty of associations between cannabis, cannabinoids, and cannabis based medicines and human health, from observational studies and randomised controlled trials and RCTs was systematically assessed.

### Määrällinen data

Evidence was convincing from observational studies (main and sensitivity analyses) in pregnant women, small for gestational age (1.61 (1.41 to 1.83)), low birth weight (1.43 (1.27 to 1.62)); in drivers, car crash (1.27 (1.21 to 1.34)); and in the general population, psychosis (1.71 (1.47 to 2.00)).

### Lisää lähteitä

- [1](#)
  - [2](#)
  - [3](#)
  - [4](#)
  - [5](#)
  - [6](#)
  - [7](#)
  - [8](#)
  - [9](#)
  - [10](#)
  - [11](#)
  - [12](#)
  - [13](#)
  - [14](#)
  - [15](#)
  - [16](#)
- 21.4.2026



## Therapeutic Use of Cannabis and Cannabinoids: A Review.

Hsu et al. 2025 JAMA

### ✦ Oleellinen tieto

Evidence is insufficient for the use of cannabis or cannabinoids for most medical indications, and clinicians should consult applicable institutional, state, and national regulations; evaluate for drug-drug interactions; and assess for contraindications.

### Määrällinen data

Daily inhaled cannabis use compared with nondaily use was associated with an increased risk of coronary heart disease (2.0% vs 0.9%), myocardial infarction (1.7% vs 1.3%), and stroke (2.6% vs 1.0%).

### Lisää lähteitä

- [1](#)
- [2](#)
- [3](#)
- [4](#)
- [5](#)
- [6](#)
- [7](#)
- [8](#)
- [9](#)
- [10](#)
- [11](#)
- [12](#)
- [13](#)
- [14](#)
- [15](#)
- [16](#)

## The blind men and the elephant: Systematic review of systematic reviews of cannabis use related health harms.

 Campeny et al.  2020

 European neuropsychopharmacology : the journal...

 Laadukas lähde

### Oleellinen tieto

A systematic review of systematic reviews, aiming to define cannabis-related harms, found a clear association between cannabis use and psychosis, affective disorders, anxiety, sleep disorders, cognitive failures, respiratory adverse events, cancer, cardiovascular outcomes, and gastrointestinal disorders.

### Määrällinen data

A total of 44 systematic reviews, including 1,053 different studies, were eligible for inclusion.

21.4.2026

yl juha kemppinen

## The association between cannabis and depression: an updated Systematic Review and Meta-analysis.

 Churchill et al.  2025  Psychological medicine

### Oleellinen tieto

This study underscores the association between cannabis use and depression but also emphasizes the need for further research, especially in understanding usage patterns, heavy use definitions, and long-term effects on depression risk amidst changing cannabis trends.

### Määrällinen data

Meta-analysis showed a higher risk of depression among cannabis users (OR: 1.29, 95% CI: 1.13-1.46).

7

## What has research over the past two decades revealed about the adverse health effects of recreational cannabis use?

 Hall  2015  Addiction (Abingdon, England)

 Laadukas lähde

### Oleellinen tieto

The epidemiological literature in the past 20 years shows that cannabis use increases the risk of accidents and can produce dependence, and that there are consistent associations between regular cannabis use and poor psychosocial outcomes and mental health in adulthood.

### Määrällinen data

Research in the past 20 years has shown that driving while cannabis-impaired approximately doubles car crash risk and that around one in 10 regular cannabis users develop dependence.

## Cannabis use among young adults with acute coronary syndrome: impact on initial presentation and long-term prognosis.

 Martin et al.  2025

 Heart (British Cardiac Society)

### Oleellinen tieto

Cannabis use in young adults with acute coronary syndrome was linked to a 2.5-fold higher risk of major adverse cardiovascular events over a 6-year period, emphasizing the importance of considering cannabis consumption in cardiovascular care strategies.

### Määrällinen data

Weighted survival curves were plotted, and a Cox model truncated at 6 years was used to estimate the HR for MACE associated with cannabis use. Among 188 included patients, 77 (41.0%) were cannabis users and 111 (59.0%) non-users.

## Cannabis consumption and risk of asthma: a systematic review and meta-analysis.

 Malvi et al.  2025  BMC pulmonary medicine

### ✦ Oleellinen tieto

A significant association between cannabis use and greater odds of having asthma is identified, and the importance of raising awareness about the potential respiratory risks associated with cannabis use is emphasized.

### Määrällinen data

Moderate heterogeneity was observed ( $I^2 = 46\%$ ), and sensitivity analysis confirmed the robustness of the findings.

21.4.2026

yl juha kemppinen