

# HHC

## Čo je HHC ?

HHC alebo hexahydrokanabinol, je jednou z mnohých látok, ktoré sa prirodzene nachádzajú v konope. Na trhu sa však často vyskytuje HHC, ktoré je pripravené v laboratóriu, kde je chemicky upravené z THC (psychoaktívna látka v konope) alebo CBD (látka, ktorá nemá psychoaktívne účinky).

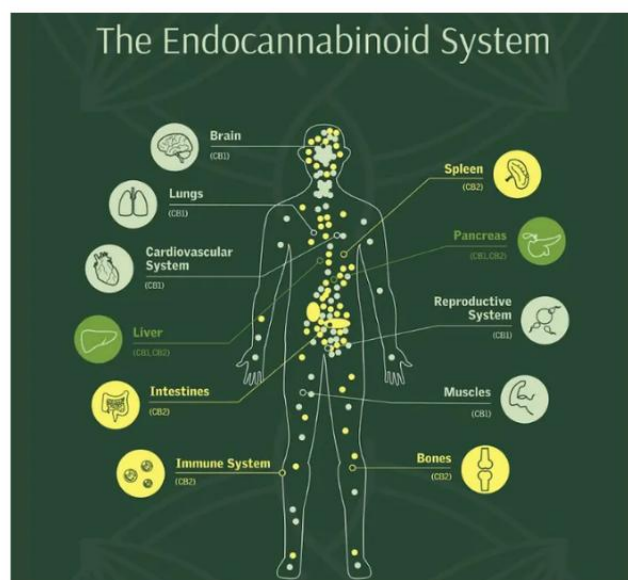
Aj keď sa HHC v poslednej dobe teší veľkej popularite, vedci stále skúmajú jeho účinky na telo a myseľ. Preto je dôležité byť opatrný a zamyslieť sa nad možnými rizikami spojenými s jeho užívaním.

## Ako pôsobí v tele?

HHC sa viaže na špecifické receptory v našom tele, predovšetkým v mozgu. Tieto receptory sú súčasťou (ECS) endokanabinoidného systému, ktorý reguluje mnoho dôležitých funkcií, ako sú pamäť, učenie, chuť do jedla, reakcie na stres a fungovanie imunitného systému. ECS neovplyvňuje len bežné procesy v mozgu, ale aj jeho vývoj, najmä v mladosti.



Týmto spôsobom môže HHC ovplyvniť, ako si pamätáme informácie, ako zvládame stres a emócie a môže mať dokonca vplyv na riziko vzniku niektorých duševných porúch, ako sú depresia, úzkosť či schizofrénia. Keď je signalizácia v ECS narušená, môže to ovplyvniť naše kognitívne a emocionálne schopnosti, čo môže viesť k vážnejším problémom v neskoršom veku.



## Je HHC bezpečné?

Zatiaľ nie je dosť výskumov, aby sme vedeli, či je HHC bezpečné na krátkodobé, strednodobé alebo dlhodobé užívanie. Jedným z problémov je, že produkty obsahujúce HHC nie sú dostatočne kontrolované. To znamená, že nevieme, čo presne sa v nich nachádza, a preto môžu mať nepredvídateľné účinky.

Niektorí ľudia, ktorí užívali produkty označené ako HHC, hlásili účinky, ako sú:

- úzkosť,
- halucinácie\*
- podozrievavosť
- telesná slabosť
- búšenie srdca alebo zrýchlené dýchanie

\*(vidiny alebo zvuky, ktoré v skutočnosti nie sú)



### Inhalovanie a EVALI

Jedným z veľkých rizík HHC je inhalovanie prostredníctvom tzv. vaporizérov (elektronických cigariet).

Podobne ako pri fajčení, inhalovanie HHC môže poškodiť pľúca. V roku 2019 odborníci v USA identifikovali nové ochorenie pľúc, nazývané EVALI (*E-cigarette or Vaping Use-Associated Lung Injury*), ktoré bolo spôsobené najmä inhaláciou kanabinoïdov a iných látok. Toto ochorenie môže viesť k vážnym problémom s dýchaním, poškodeniu pľúc a v niektorých prípadoch dokonca k smrti.



### Aké sú ďalšie riziká?

Podobne ako iné kanabinoïdy, aj HHC môže pravdepodobne spôsobiť rôzne problémy, napríklad:

- nižšia pôrodná hmotnosť detí, ak sa užíva počas tehotenstva
- zvýšené riziko dopravných nehôd
- závraty a vyššie riziko úrazov
- problémy so sústredením a pokles výkonnosti v škole alebo v práci
- zvýšené riziko vzniku duševných chorôb u niektorých ľudí

# HHC a jeho dostupnosť na SLOVENSKU

Na Slovensku je HHC voľne dostupné v obchodoch a na internete. Hoci zákon č. 139/1998 Z. z. o omamných a psychotropných látkach HHC zakazuje, predajcovia často uvádzajú, že ich produkty sú určené len na vedecké alebo zberateľské účely. Týmto spôsobom využívajú „právnú šedú zónu“. Veľa internetových predajcov sídli v Českej republike, kde je HHC stále legálne.



## HHC a šport

Svetová antidopingová agentúra (WADA) zakazuje všetky kanabinoidy v športe, vrátane HHC. Výnimkou je len CBD (kanabidiol), ktorý je povolený. Avšak, aj pri užívaní CBD je potrebná veľká opatrnosť, pretože produkty obsahujúce CBD môžu byť kontaminované THC alebo inými zakázanými kanabinoidmi.



## Porovnanie THC, CBD, HHC

**THC (tetrahydrokanabinol):** v mnohých krajinách je zakázaný pre svoje silné psychoaktívne účinky a vysoké riziko vzniku závislosti.

**CBD (kanabidiol):** nemá psychoaktívne účinky a nie je návykový.

**HHC (hexahydrokanabinol):** má psychoaktívne účinky podobné THC, ale zatiaľ nie je dostatok výskumov na presné zhodnotenie jeho účinkov a rizika vzniku závislosti. Hoci nie je tak preskúmaný ako THC alebo CBD, získava na popularite, a preto si vyžaduje ďalšie skúmanie, aby sa lepšie porozumelo jeho bezpečnosti a účinkom.



## Referencie

### Informácie

<https://vedator.space/hhc-alebo-ako-sa-legalne-zahrvat-so-psychickym-zdravim/> <https://vedanadosah.cvtisr.sk/zdravie/uzivanie-thc-je-trestne-pritom-jeho-derivat-s-podobnymi-ucinkami-sa-volne-predava/>  
<https://www.webmd.com/mental-health/addiction/what-is-hhc>  
<https://sssf.sk/ssf/nov%C3%A9-psychoakt%C3%ADvne-l%C3%A1tky-s-tom%C3%A1%C5%A1om-1>  
<https://www.antidoping.cz/vzdelavani/vzdelavaci-materialy>

### Obrázky

<https://en.cbdsvet.cz/2022/11/02/what-is-hhc/>  
<https://www.novusfumus.nl/en/blogs/smartshop/understanding-the-differences-between-thc-and-hhc/>  
<https://cannabizdepot.com/blog/hemp-derived-cbd-gummies/>  
<https://www.canatura.com/sk/endokannabinoidny-system>  
<https://www.topky.sk/gl/903743/3381623/Vrazda--ktora-otriasla-Ceskom--Marek-zabil-v-amoku-troch-clenov-svojej-rodiny--Desive-detaily--ktore-cinu-predchadzali>  
<https://www.rbb24.de/panorama/beitrag/2023/02/berlin-cannabis-hhc-spaeti-konsum-legal-markt-thc.html>  
<https://www.shutterstock.com/search/anti-doping-control>  
<https://botanicalsciences.com/blog/understanding-the-endocannabinoid-system-a-primer/>  
<https://www.facebook.com/share/5d6R1UhSXGakGjF/>