

## Stopping marijuana use improves memory

### وقف استخدام الماريجوانا يحسن الذاكرة

A new study suggests that one month of abstinence from cannabis improves working memory in adolescents and young adults, with most of the improvement happening in the first week. The study enrolled 88 participants ages 16 to 25 from the Boston area, all self-reporting marijuana use at least once a week. One group agreed to stop using for 30 days, and another group continued to use. Their claims of marijuana use throughout the 30 days were confirmed by urine samples. Investigators compared weekly cognitive performance between the two groups. Cognitive testing found that memory (specifically the ability to learn and recall new information) improved only among those who stopped using marijuana. Investigators concluded that those who stopped cannabis use were better equipped to learn new information efficiently. The team of investigators is conducting a larger follow-up trial to determine if abstinence from marijuana use actually improves measurable academic performance, and note that further research with a control group of participants who are not marijuana users would help clarify these results.

NIDA contributed funding to the study, which was conducted by scientists at Massachusetts General Hospital.

تشير الدراسة الحديثة إلى أن التوقف عن تعاطي القنب لمدة شهر يحسن الذاكرة لدى المراهقين والشباب. وتظهر هذه العلامات مباشرة بعد وقف التعاطي بأسبوع. تم عمل الدراسة في مدينة بوسطن بالولايات المتحدة الأمريكية على (88) شخص تتراوح أعمارهم بين (16 إلى 25 سنة) جميعهم يتعاطون الماريجوانا مرة بالأسبوع على الأقل. تم تقسيمهم إلى مجموعتين: الأولى وافقت على التوقف عن الاستخدام لمدة 30 يومًا، والمجموعة الثانية واصلت الاستخدام. وبعد ذلك تمت متابعة المجموعتين بأخذ "عينات بول" خلال فترة الثلاثين يوم لعمل النتائج عليها.

قارن الباحثون الأداء المعرفي لدى المجموعتين. وقد وجدوا أن نتيجة الاختبار المعرفي للذاكرة والمقصود بها (القدرة على التعلم واسترجاع المعلومات الجديدة) تحسن لدى المجموعة الأولى التي توقفت عن استخدام الماريجوانا. توصل الباحثون في الدراسة إلى أن الذين أوقفوا استخدام القنب كانت قدرتهم على تعلم معلومات جديدة فاقت المجموعة الثانية. كما أن فريق الباحثين أجروا تجربة تابعة لهذه الدراسة لتحديد ما إذا كان التوقف عن استخدام الماريجوانا يحسن الأداء الأكاديمي القابل للقياس. مع العلم أن إجراء المزيد من البحوث على مجموعات متوقفة عن تعاطي الماريجوانا من شأنها أن تساعد في توضيح هذه النتائج.

تساهم وكالة نايدا (NIDA) في تمويل الدراسة التي أجراها العلماء في مستشفى ماساتشوستس العام.