



NOTICE PRATIQUE D'UTILISATION

PRODUITS CBD

 WWW.CBDE.FR

 [CBDE.FR](https://www.instagram.com/cbde.fr)

 [CB'DÉ](https://www.facebook.com/cbde)



SOMMAIRE

- 01 - MÉTHODES D'UTILISATION
 - 02 - LES CANAUX D'ABSORPTION
 - 03 - LES PATHOLOGIES
 - 04 - LES DOSAGES RECOMMANDÉS
 - 05 - CE QU'IL FAUT SAVOIR
 - 06 - HUILES POUR ANIMAUX
 - 07 - CONTRE-INDICATIONS CBD
- 

01 - MÉTHODES D'UTILISATION

DE NOS HUILES ET PASTILLES

Pour que le client consomme intelligemment le CBD, il est primordial de lui fournir les bonnes informations (comment il agit, comment le prendre...) pour qu'il soit autonome.

Notre volonté est d'aider nos clients à comprendre leur pathologie afin qu'ils puissent adapter la quantité de CBD journalière qu'ils doivent ingérer. Nous avons donc rédigé une notice d'utilisation pour les aider.



INDICATIONS

- 01 NE PAS BOIRE, MANGER OU FUMER ENVIRON 5 MINUTES AVANT LA PRISE DE CBD
- 02 SE METTRE DEVANT UN MIROIR POUR VOIR OÙ PLACER LES GOUTTES SOUS LA LANGUE
- 03 COMME SUR L'IMAGE, PLACER LES GOUTTES SOUS LA LANGUE
- 04 ATTENDRE 1 À 2 MINUTES MINIMUM
- 05 APRÈS 1 À 2 MINUTES, AVALER CE QU'IL RESTE D'HUILE DE CBD

Par voie sublinguale, les effets sont ressentis 5 à 20 minutes après la prise et dure de 6 à 8 heures.

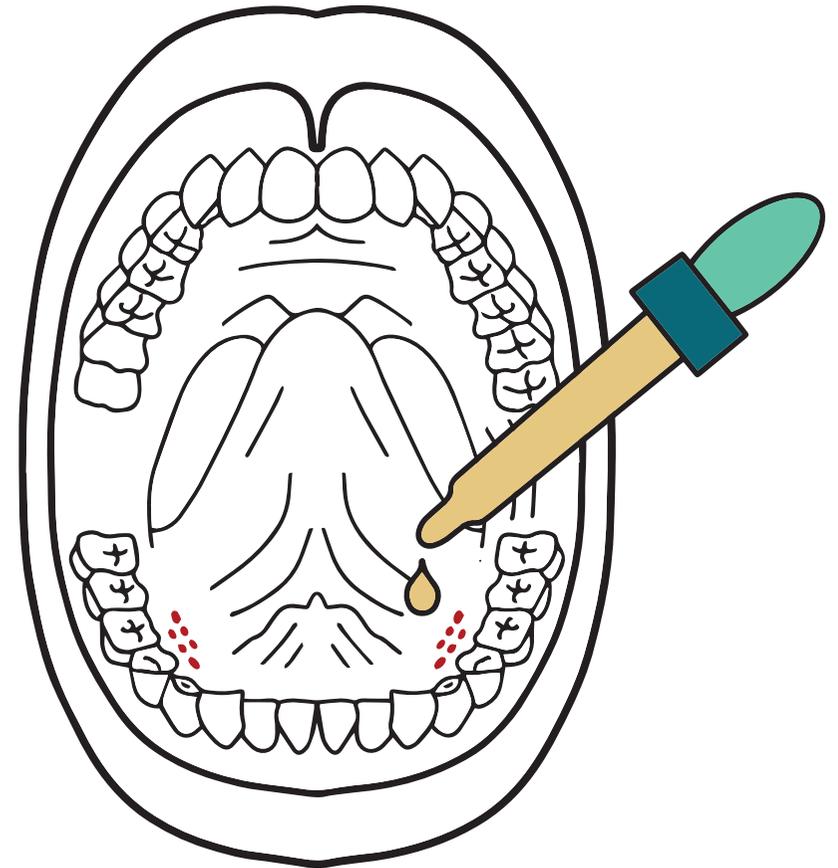
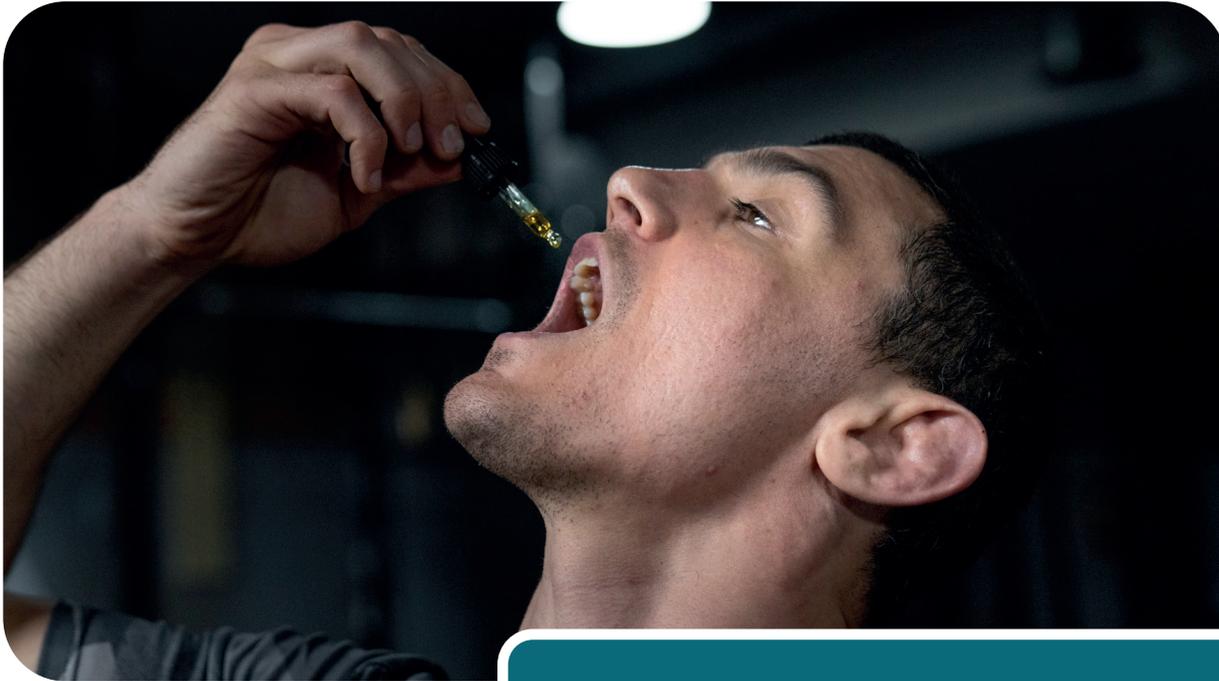


Schéma d'utilisation de nos pastilles et huiles.

QUAND UTILISER L'HUILE DE CBD ?

APRÈS LE REPAS !



« Il est plus efficace de consommer le CBD après un repas, le cannabinoïde étant liposoluble, il sera plus facilement ingéré par les muqueuses de notre système digestif s'il est accompagné de matières grasses, cela permettra également d'étaler l'absorption du CBD tout au long de la digestion. »



COMBIEN DE FOIS PAR JOUR ?

Il est conseillé d'administrer la dose journalière en répartissant les prises au fil de la journée.

LE PLUS EFFICACE EST DE LES PRENDRE EN 3 FOIS :



PREMIÈRE PRISE
LE MATIN



SECONDE PRISE
LE MIDI APRÈS
LE REPAS



DERNIÈRE PRISE
LE SOIR
ENTRE LE REPAS
ET LE COUCHER

**ATTENTION CHAQUE INDIVIDU EST DIFFÉRENT !
Vous êtes le meilleur juge pour savoir ce dont
a besoin votre métabolisme !**

HUILE NATURE OU AROMATISÉE LA DIFFÉRENCE ?

NATURE

HUILE DE CHANVRE

Extraite avec les fibres, graines et feuilles



Huile riche en acide gras



Huile riche en oméga 3, 6 (bienfaits sur le cerveau, articulations, la peau et aussi les tissus immunitaires)



Meilleur effet d'entourage grâce aux éléments phytochimiques du chanvre



Saveur herbacée/végétale

AROMATISÉE

HUILE MCT

Extraite d'huile de coco (pas d'huile de palme)



Huile riche en triglycérides d'acides gras à chaîne moyenne



Acide gras avec une structure plus courte



Aucun élément phytochimique ni antioxydant



Absorption plus rapide par l'organisme (structure acide gras)



Saveur neutre, avec ajout d'arôme alimentaire

POURQUOI DILUER LE CBD DANS UNE HUILE DE SUPPORT ?

L'huile de support favorise une meilleure absorption des cannabinoïdes par l'intestin, les cannabinoïdes étant liposolubles, les accompagner avec un corps gras permet d'optimiser l'ingestion. Cela facilite également l'administration d'une dose précise pour l'organisme.

UNE GOUTTE D'HUILE OU UNE PASTILLE LA DIFFÉRENCE ?

Contrairement à l'huile, la pastille ne possède aucun corps gras (certaines personnes n'aiment pas ou ne peuvent pas assimiler de graisses).

L'huile comme la pastille ont un dosage concentré en CBD, proposer les deux produits vous permet de choisir la méthode la plus confortable pour vous.

Nos pastilles sont 100% naturelles, véganes et biologiques.



QU'EST-CE QUE LE CBG ?

Le cannabigerol est un phytocannabinoïde présent dans le cannabis qui, comme le CBD, n'a pas d'effet planant sur le système, il aurait des bienfaits sur le manque d'appétit et empêcherait le développement de certaines tumeurs (effet neuro-protecteur).

02 - LES CANAUX D'ABSORPTION

PAR VOIE SUBLINGUALE GAMME BIEN-ÊTRE

Cette méthode est simple et rapide à assimiler par l'organisme, les cannabinoïdes mettent environ 5 à 20 minutes pour atteindre le système sanguin et produire des effets.

Il suffit simplement de placer le CBD sous la langue (huile, pastilles...). Cette méthode est également très précise et permet une meilleure neurotransmission du cannabinoïde (50 à 70% selon les études).

PAR VOIE CUTANÉE GAMME COSMÉTIQUE

Cette méthode peut être utilisée dans plusieurs cas : douleur localisée, affection cutanée, piqûre, inflammation osseuse ou articulaire. L'effet du CBD restera local car il n'atteindra pas le système sanguin.

L'utilisation de baumes, de crèmes et d'huiles vous permettra d'appliquer le CBD par voie cutanée.

PAR VOIE ORALE GAMME ALIMENTAIRE

Cette méthode d'absorption est longue et diffuse, puisque les cannabinoïdes doivent atteindre le système digestif pour être assimilés. C'est en majeure partie le foie qui va métaboliser le CBD et faire passer les cannabinoïdes dans le système sanguin.

L'inconvénient est que le système digestif va filtrer le CBD et n'en délivrer qu'environ 20% dans l'organisme.

PAR INHALATION GAMME COLLECTION

CB'DÉ oeuvre pour l'éducation autour des méthodes d'utilisation du cannabis et rappelle au quotidien qu'inhaler les cannabinoïdes est la méthode la moins saine pour l'organisme et également la moins efficace car suivant la température, la combustion brûle et détériore la majeure partie des cannabinoïdes / terpènes et donc des bienfaits du CBD.

03 - LES PATHOLOGIES

LISTE DES PATHOLOGIES RECONNUES

DOULEURS DITES "NEUROPATHIQUES"

Mal de dos

Douleurs musculaires

Fibromyalgie

Sclérose en plaque

Maladie de Crohn

Arthrose/Arthrite

Polyarthrite rhumatoïde



DÉRÉGLEMENT DU MÉTABOLISME

Insomnie

Manque d'appétit

Nervosité

Troubles digestifs

Diabète

Troubles anxieux



AUTRES

Épilepsie

Parkinson

Dépendance à la
nicotine, au THC, ou à
d'autres drogues

Schizophrénie

Phobies sociales

Angoisse/Stress



04 - LES DOSAGES RECOMMANDÉS

Posologie conseillée / jour* :

LA BASE
CONSEILLÉE :
1mg / kg

	5% CBD	10% CBD	15% CBD	20% CBD	25% CBD	30% CBD	40% CBD
	500 mg /  2,5 mg / 	1000 mg /  5 mg / 	1500 mg /  7,5 mg / 	2000 mg /  10 mg / 	2500 mg /  12,5 mg / 	3000 mg /  15 mg / 	4000 mg /  20 mg / 
30 à 40 kg	~ 35 mg / jour = 14 	~ 35 mg / jour = 7 	~ 35 mg / jour = 4/5 	~ 35 mg / jour = 3/4 	~ 35 mg / jour = 2/3 	~ 35 mg / jour = 2/3 	~ 35 mg / jour = 2 
40 à 50 kg	~ 45 mg / jour = 18 	~ 45 mg / jour = 9 	~ 45 mg / jour = 6 	~ 45 mg / jour = 4/5 	~ 45 mg / jour = 3/4 	~ 45 mg / jour = 3 	~ 45 mg / jour = 2/3 
50 à 60 kg	~ 55 mg / jour = 22 	~ 55 mg / jour = 11 	~ 55 mg / jour = 7/8 	~ 55 mg / jour = 5/6 	~ 55 mg / jour = 4/5 	~ 55 mg / jour = 3/4 	~ 55 mg / jour = 2/3 
60 à 70 kg	~ 65 mg / jour = 26 	~ 65 mg / jour = 13 	~ 65 mg / jour = 8/9 	~ 65 mg / jour = 6/7 	~ 65 mg / jour = 5/6 	~ 65 mg / jour = 4/5 	~ 65 mg / jour = 3/4 
<u>70 à 80 kg</u>	~ 75 mg / jour = 30 	~ 75 mg / jour = 15 	~ 75 mg / jour = 10 	~ 75 mg / jour = 7/8 	~ 75 mg / jour = 6 	~ 75 mg / jour = 5 	~ 75 mg / jour = 3/4 
80 à 90 kg	~ 85 mg / jour = 34 	~ 85 mg / jour = 17 	~ 85 mg / jour = 11/12 	~ 85 mg / jour = 8/9 	~ 85 mg / jour = 6/7 	~ 85 mg / jour = 5/6 	~ 85 mg / jour = 4/5 
90 à 100 kg	~ 95 mg / jour = 38 	~ 95 mg / jour = 19 	~ 95 mg / jour = 12/13 	~ 95 mg / jour = 9/10 	~ 95 mg / jour = 7/8 	~ 95 mg / jour = 6/7 	~ 95 mg / jour = 4/5 
100 kg et +	~ 100 mg / jour = 38+ 	~ 100 mg / jour = min. 20 	~ 100 mg / jour = min. 13 	~ 100 mg / jour = min. 10 	~ 100 mg / jour = min. 8 	~ 100 mg / jour = min. 7 	~ 100 mg / jour = min. 5 

QUEL DOSAGE POUR QUELLE PATHOLOGIE ?

COEFFICIENT À APPLIQUER

(en fonction de la pathologie ou du besoin)

Nous avons mis en place un système de coefficient à appliquer à la posologie ci-dessus, cela nous permet de vous aiguiller avec plus de précision car selon nous, le poids n'est pas le seul critère déterminant la quantité de CBD à ingérer chaque jour. Il est pour nous primordial de prendre en compte la pathologie ou les besoins (suivant l'accompagnement recherché : léger ou profond).

Découverte du CBD

Anxiété légère, léger trouble du sommeil...

Accompagnement du CBD

Fibromyalgie, arthrose, anxiété, sommeil...

Accompagnement profond du CBD

Lourde pathologie, fortes douleurs, Parkinson, polyarthrite, épilepsie, Crohn, endométriose...

EXEMPLE



Pierre

75kg

Anxiété légère

Pierre fait 75kg, il devrait consommer 75mg/ jour

-> soit 10 gouttes d'huile 15% CBD

Si nous appliquons le coefficient multiplicateur pour une découverte du CBD (x 0,6) suite à une anxiété légère :

-> soit $75\text{mg} \times 0,6 = 45\text{mg}$

Pierre doit donc consommer 6 gouttes d'huile 15% CBD, selon le tableau de posologie.

05 - CE QU'IL FAUT SAVOIR

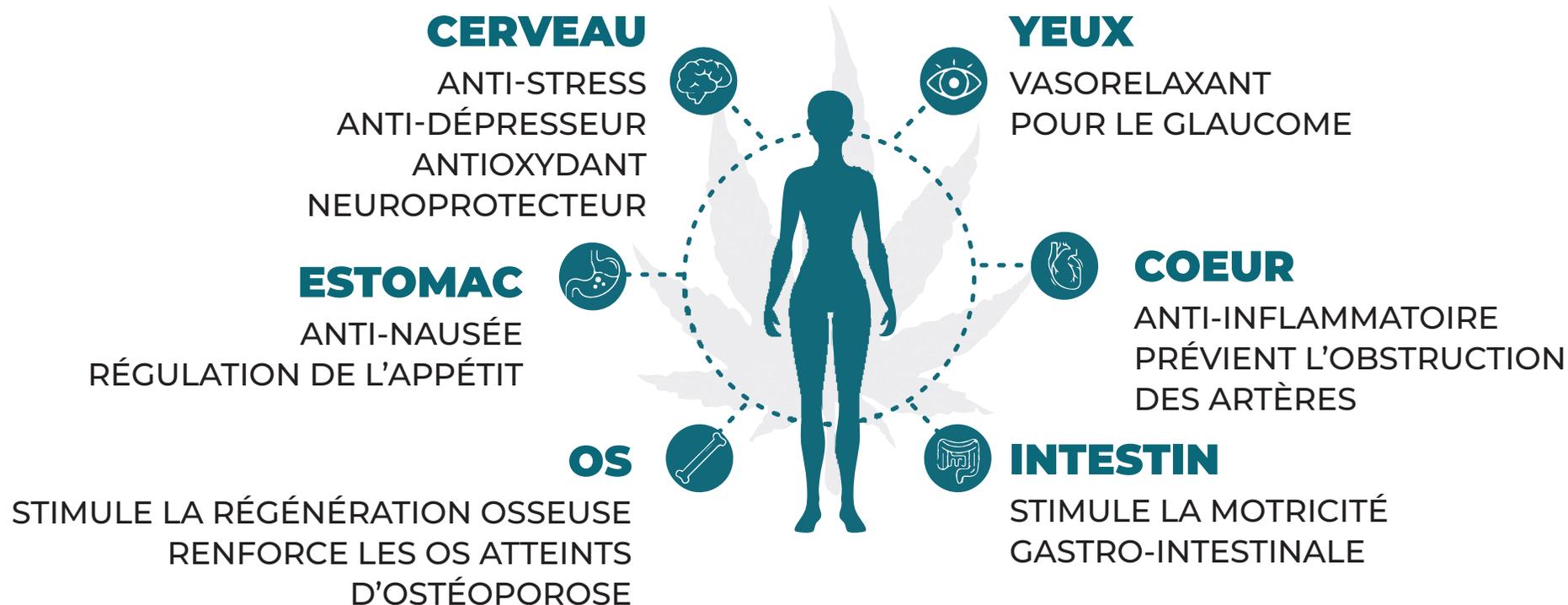
COMMENT LE CBD AGIT SUR NOTRE SYSTÈME ?

On retrouve à l'intérieur de notre système nerveux un système « endocannabinoïde ».

Cette découverte a considérablement amélioré notre compréhension de la santé et de maladies en générale. Lorsque l'on ingère du CBD, notre système endocannabinoïde réagit directement en fonction de la quantité de CBD

ingérée, plus la prise est concentrée en cannabinoïde, plus les récepteurs de notre système peuvent être occupés.

Ce système est régulateur pour notre système neurologique et agit donc sur l'homéostasie du corps en général. Il a des implications majeures dans presque tous les domaines :



COMBIEN DE TEMPS AVANT DE SENTIR LES BÉNÉFICES ?

Le CBD n'agit en aucun cas comme un médicament. Pour simplifier sa compréhension, comparons le à une vitamine. Le CBD a la capacité d'agir au niveau hormonal (via notre système neurologique).

En agissant sur l'homéostasie de notre corps, il accompagne l'organisme à produire les quantités d'hormones nécessaires à son bon fonctionnement (mélatonine, sérotonine, dopamine, anandamide...).

Attendez donc quelques jours (entre 5 et 15 jours) avant de ressentir l'accompagnement de la molécule de CBD.



06 - HUILES POUR ANIMAUX

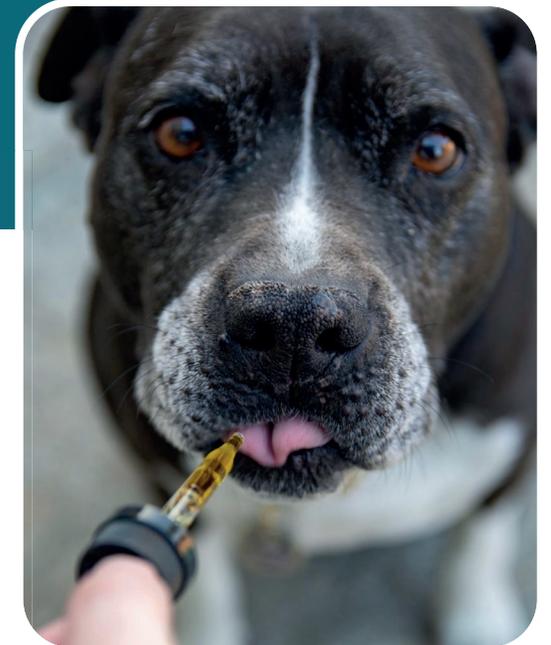
COMMENT FAIRE POUR NOS AMIS LES BÊTES ?

Chez cb'dé nous sommes des amoureux de nos amis à quatre pattes ! Nous avons sélectionné deux saveurs, l'huile de chanvre Saumon et l'huile de chanvre Nature.

Ce produit leur permettra de bénéficier des différents cannabinoïdes présents dans cette plante car cette huile de CBD animaux est extraite de façon 100% naturelle.

Les animaux ayant une corpulence différente de l'homme, nous proposons une concentration moins élevée, un % qui correspond parfaitement à leurs besoins, leur morphologie (2,5% = 250mg dans une bouteille de 10ml).

Pour faciliter l'utilisation de nos huiles de CBD pour les animaux. N'hésitez pas à mettre les gouttes dans un aliment gras auquel ils sont attachés...



CONSEIL D'UTILISATION

L'huile de CBD pour animaux procure de nombreux effets positifs chez eux.

Versez l'huile **directement dans la bouche de votre animal** de compagnie à l'aide du bouchon doseur (pipette) ou dans **sa nourriture** avec un dosage précis et régulier. Vous constaterez les effets entre **7 à 10 jours** après la première prise.



Pour en savoir un peu plus sur la prise d'huile de CBD, voici nos conseils à titre indicatif en fonction des pathologies/besoins :

**DÉCOUVERTE DU CBD /
PAS DE PATHOLOGIE
PARTICULIÈRE :
HYPERACTIVITÉ LÉGÈRES,
SOULAGEMENT DE
LÉGÈRE DYSPLASIE...**

 5 à 12mg CBD/jour

**DÉCOUVERTE DU CBD /
PATHOLOGIES DITES
"LÉGÈRES" : STRESS,
ANXIÉTÉ**

 10 à 15mg CBD/jour

**PATHOLOGIES PLUS
LOURDES /
BESOIN DE CBD POUR
DOULEURS, CRISES ET
SOUTIEN (ARTHROSE,
ÉPILEPSIE, CANCER DE
LA PEAU)**

 15 à 20mg CBD/jour

07 - CONTRE-INDICATIONS CBD

ATTENTION !
DEUX CONTRE-INDICATIONS

- LEVOTHYROXINE (traitement thyroïde)
- ANTICOAGULANT

Rapprochez-vous de votre médecin
avant consommation

On entend souvent dire que le CBD convient à tout le monde, mais attention, il est contre-indiqué avec plusieurs molécules :

NARROW THERAPEUTIK INDEX (NTI) MEDICATION

Acenocoumarol (VKA)
Alfentanil
Aminophylline
Amiodarone
Amitriptyline
Amphotericin B
Argatroban
Busulfan
Carbamazepine
Clindamycin
Clomipramine
Clonidine
Clorindione (VKA)
Cyclobenzaprine
Cyclosporine
Dabigatran Etxilate
Desipramine
Dicoumarol (VKA)
Digitoxin
Dihydroergotamine
Diphenadione (VKA)
Dofetilide
Dosulepin
Doxepin

ENZYME/METABOLISME

CYP1A2, CYP2C9, CYP2C19, CYP3A4
CYP3A, CYP3A4
CYP1A2, CYP3A4
CYP1A2, CYP2C8, CYP2C19, CYP3A4
CYP1A2, CYPB6, CYP2C19, CYP3A4
Protein Binding (PB)
CYP3A4
CYP3A4
CYP1A2, CYP3A4, UGT2B7
CYP3A4
CYP1A2, CYP2B6, CYP2C19, CYP3A4, UGT2B7
CYP1A2, CYP3A4
CYP3A4
CYP1A2, CYP3A4
CYP3A4
UGT1A9, UGT2B7
CYP1A2, CYP2B6
CYP2C9
CYP3A4
CYP3A4
CYP3A4
CYP3A4
CYP3A4
CYP2B6
CYP1A2, CYP2C9, CYP2C19, CYP3A4

NARROW THERAPEUTIK INDEX (NTI) MEDICATION

Ergotamine
Esketamine
Ethinyl Estradiol (Oral Contraceptives)
Ethosuximide
Ethyl Biscoumacetate (VKA)
Everolimus
Fentanyl
Fluindione (VKA)
Fosphenytoin
Imipramine
Levothyroxine
Lofepamine
Melitracen
Meperidine
Mephenytoin
Mycophenolic acid
Nortriptyline
Paclitaxel
Phenobarbital
Penprocoumon (VKA)
Phenytoin
Pomozide
Propofol
Quinidine
Sirolimus
Tacrolimus
Temsirolimus
Theophylline
Thiopental
Tianeptine
Trimipramine
Valproic acid
Warfarin (VKA)

ENZYME/METABOLISME

CYP3A4
CYP2B6, CYP3A4
UGT1A9, UGT2B7
CYP2E1, CYP3A4
CYP3A4
CYP3A, CYP3A4
CYP3A4
CYP2C9, CYP3A4
CYP2C8, CYP2C9, CYP2C19, CYP3A4
CYP1A2, CYP2B6, CYP2C19, CYP3A4
CYP3A4
CYP2B6
CYP2B6
CYP2B6, CYP3A4
CYP1A2, CYP2C19
UGT1A9, UGT2B7
CYP2C19, CYP2B6, CYP3A4
CYP2C19, CYP3A4
CYP2C19
CYP2C8, CYP2C9, CYP3A4
CYP2C8, CYP2C9, CYP2C19
CYP1A2, CYP3A, CYP3A4
UGT1A9
CYP2C9, CYP2E1, CYP3A4
CYP3A, CYP3A4
CYP3A, CYP3A4
CYP3A4
CYP1A2, CYP3A4
CYP2C19
CYP3A4
CYP2B6
CYP2C9, UGT1A9, UGT2B7
CYP1A2, CYP2C9, CYP2C19, CYP3A4



POUR + D'INFORMATIONS

CONTACTEZ-NOUS AU
04 37 04 25 43



-  WWW.CBDE.FR
-  [CBDE.FR](https://www.instagram.com/cbde.fr)
-  [CB'DÉ](https://www.facebook.com/cbde)

