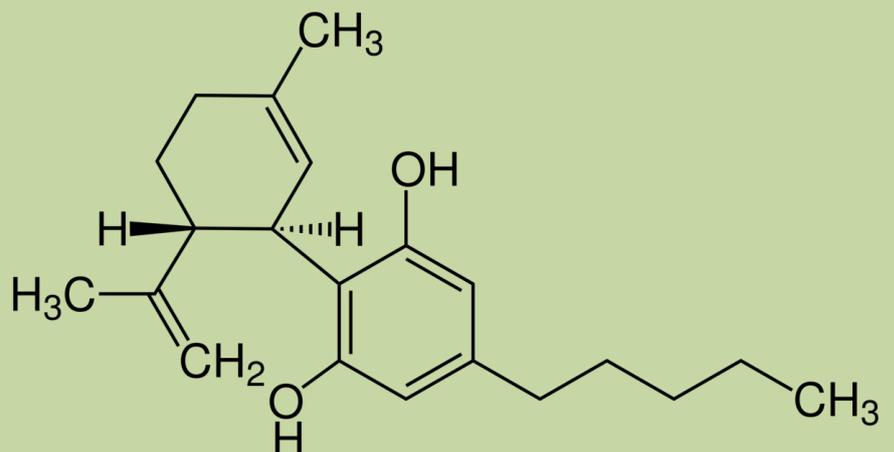




CBDNOL<sup>®</sup>  
.com

Ein Kompendium

# DER ULTIMATIVE GUIDE ZU CBD IN DEUTSCHLAND



# INHALTSVERZEICHNIS

---

Kapitel 1: Die Geschichte von CBD	4
Kapitel 2: Die Wirkung von CBD	7
Kapitel 3: CBD und THC	16
Kapitel 4: Die Einnahme von CBD	18
Kapitel 5: FAQ zu CBD	24
Kapitel 6: CBD-Anwendungsgebiete	27
Kapitel 7: Tipps für den CBD-Kauf	36
Appendix A: Cannabis, Hanf und Marihuana	38
Appendix B: Die Geschichte der Cannabispflanze	39

# VORWORT

---

Noch vor wenigen Jahren war Cannabidiol (CBD) weitgehend unbekannt. Heutzutage ist CBD den meisten Menschen ein Begriff und macht sich in zahlreichen Ländern dieser Welt einen Namen - aus gutem Grund. Die Wissenschaft hat bewiesen, dass CBD gesundheitliche Vorteile bietet und bei vielen Krankheiten helfen kann - bei psychischen Problemen, Übelkeit, Erbrechen, Essstörungen, Krebs, Epilepsie und bei vielen anderen mentalen und körperlichen Krankheiten.

In diesem Ebook beschäftigen wir uns mit dem wundersamen Kraut. Das Ebook dient als Leitfaden, der alle Fragen zum Thema beantwortet und Ihnen Cannabidiol näher bringt. Wir erklären Ihnen, welche Vorteile CBD bietet, wie Sie CBD konsumieren, ob es Risiken gibt, wie Sie mit CBD kochen können und vieles mehr.

Beginnen wir mit der Geschichte von CBD. Oder sollten wir sagen, mit einem der größten Missverständnisse der Menschheitsgeschichte?

**NUR WENIGE PFLANZEN AUF DER WELT  
SIND SO MISSVERSTANDEN WIE CANNABIS.  
DIE GESCHICHTE DIESER PFLANZE IST DIE  
GESCHICHTE DER LANDWIRTSCHAFT, DER  
MEDIZIN, DER RELIGION. TATSÄCHLICH IST  
ES DIE GESCHICHTE DER MENSCHHEIT.**



# WIE ALLES BEGANN

---

Die CBD-Geschichte beginnt 1940 mit dem US-amerikanischen Chemiker Roger Adams. Adams war der erste Mensch, der das Molekül CBD erfolgreich aus der Pflanze „Cannabis Sativa L.“ isolierte. Sein Beitrag zur Entdeckung von CBD endet hier, weil Adams noch nicht ganz realisierte, was ihm dort gelungen ist.

Erst mehr als 20 Jahre später (1963) veröffentlichte der israelische Chemiker Raphael Mechoulam seine bahnbrechenden Arbeiten über THC und CBD. Im Gegensatz zu Adams isolierte Mechoulam nicht nur das Cannabidiol aus den rund 1.000 Substanzen der Hanfpflanze, sondern auch Tetrahydrocannabinol (THC). Er belegte in **wissenschaftlichen Studien**, dass CBD einen therapeutischen Effekt hat und verschiedene Krankheiten heilen kann - und im Gegensatz zu THC keine Bewusstseinsänderung bewirkt.

Mit seiner Arbeit klärte Mechoulam eines der größten Missverständnisse des 20. Jahrhunderts. Er bewies, was die Volksmedizin bereits seit Tausenden von Jahren wusste: Cannabis kann heilend wirken und muss nicht high machen. Nebenbei sorgte Mechoulam auch dafür, dass israelische Firmen heutzutage an mehr als 80 Prozent der weltweiten Cannabis-Patenten beteiligt sind.

2013 erlangte CBD dann zum ersten Mal weltweite Bekanntheit in der breiten Öffentlichkeit. Ein kleines Mädchen hatte daran einen entscheidenden Anteil.

# DER FALL CHARLOTTE FIGI

---

Charlotte Figi wurde 2006 in Colorado, USA geboren. 30 Minuten nach Ihrer Geburt hatte Charlotte ihren ersten epileptischen Anfall. Im Alter von zwei Jahren diagnostizierten Ärzte bei Charlotte das Dravet-Syndrom. Charlotte bildete sich kognitiv zurück und zeigte Symptome von Autismus. Innerhalb eines Jahres hatte sie aufgehört zu reden, konnte nicht essen und saß im Rollstuhl. Sie nahm sieben verschiedene Arten von aggressiven Medikamenten, die ihren kleinen Körper überforderten. Mit nur fünf Jahren kämpfte Charlotte mit bis zu 300 Anfällen pro Woche - teilweise dauerte ein Anfall bis zu vier Stunden.

Charlottes Eltern Matt und Paige hatten alles versucht, aber nichts half. Charlottes Zustand verschlechterte sich und Ärzte versetzten sie in ein künstliches Koma. Die Prognose war alles andere als gut. Matt und Paige unterzeichneten eine Nicht-Wiederbelebungserklärung.

## Ein Hoffnungsschimmer

Es war Charlottes Großvater, der zum ersten Mal von Cannabis für die Behandlung von Kindern hörte. Die moderne Medizin hatte keine Antworten mehr und Charlotte hatte nichts mehr zu verlieren. Warum nicht dieses seltsame Cannabisöl ausprobieren, das Matt und Paige in die Finger bekommen hatten? In der ersten Woche reduzierten sich Charlottes Anfälle von 300+ auf Null.



CBD hatte das Leben von Charlotte, Matt und Paige innerhalb kürzester Zeit für immer verändert. Matt und Paige kontaktierten lokale Hanf-Anbauer und entwickelten einen Hybrid von Industriehanf und Marihuana mit niedrigem THC-Wert. Sie nannten ihre Hanfsorte Charlottes-Web – benannt nach dem kleinen Mädchen aus Colorado, dessen Leben CBD gerettet hatte.

*„Warum waren wir diejenigen, die sich auf den Weg machen mussten, um dieses Heilmittel zu finden? Warum sagte mir keiner der Ärzte etwas? Warum haben sie mich nicht auf dieses natürliche Heilmittel aufmerksam gemacht?“*

- Matt Figi, Vater von Charlotte, in einem Interview mit CNN.

## Der Wendepunkt

Charlottes Geschichte war der weltweite Durchbruch für CBD. Menschen, bei denen das medizinische System versagt hatte, schöpften plötzlich wieder Hoffnung. Die Wissenschaft führte neue Studien durch. Gleichzeitig verbesserte sich das Image der Hanfpflanze schlagartig: Nach einer Volksentscheidung 2012 legalisierte Colorado als erster US-amerikanischer Bundesstaat Marihuana. Washington, Oregon, Nevada, Kalifornien, Alaska, Maine, Massachusetts und Vermont zogen nach. Länder wie Uruguay, Kanada oder Georgien ebenfalls. Und mit Luxemburg steht nun das erste europäische Land in den Startlöchern.

# MEHR ALS EINE PFLANZE

---

Klären wir die häufigste Frage gleich zu Beginn: Nein, CBD wird Sie in keinen Rauschzustand versetzen.

Das liegt daran, dass CBD **nicht psychoaktiv** wirkt. Psychoaktive Substanzen beeinflussen die Art und Weise, wie Sie denken und fühlen – und das kann Ihr Verhalten verändern. Legale psychoaktive Drogen sind zum Beispiel Alkohol, Tabak und verschiedene verschreibungspflichtige Medikamente. Auch THC wirkt psychoaktiv. CBD tut dies nicht und gilt deshalb nicht als Droge, sondern als **Nahrungsergänzungsmittel**.

Wenn CBD das Denken, Fühlen und Verhalten NICHT beeinflusst, was bewirkt es dann?

Nach Angaben des British Journal of Clinical Pharmacology sind die häufigsten Behandlungen mit CBD: Angst, Schizophrenie, Übelkeit, Erbrechen, Entzündungen und Epilepsie.

# SCHMERZEN & ENTZÜNDUNGEN

---

Natürliche Schmerzlinderung ist die vielleicht häufigste Anwendung von CBD. Sowohl tierische als auch menschliche Studien haben den Zusammenhang zwischen CBD und Schmerzlinderung untersucht. Demnach kann CBD Entzündungen reduzieren, mit Neurotransmittern interagieren und körperliche Beschwerden verbessern.

Laut einer Studie aus dem Journal of Experimental Medicine hilft CBD zum Beispiel bei der Behandlung von chronischen Schmerzen - vor allem Patienten mit Multiple Sklerose (MS) können durch CBD mehr Lebensqualität gewinnen. Das Cannabidiol **hemmt die neuronale Übertragung von Schmerzen** - schließlich ist Schmerz eine Botschaft vom Gehirn an den Körper, dass etwas nicht stimmt. Diese Nachricht kann CBD stoppen.

Das mag im Alltag sinnvoll sein; zum Beispiel wenn Sie sich gestoßen oder geschnitten haben. Für Menschen mit chronischen Schmerzen kann eine Schmerzlinderung durch CBD jedoch eine lebensverändernde Erfahrung sein.



# ANGST & DEPRESSIONEN

---

Jeder vierte junge Mensch in Deutschland hat psychische Probleme. Viele nehmen teure und potenziell schädliche Medikamente wie Antidepressiva und kämpfen mit Nebenwirkungen - zum Beispiel sexuelle Dysfunktion, Unruhe, Kopfschmerzen, Müdigkeit oder Schlaflosigkeit. Andere greifen zu Benzodiazepine („Benzos“), die schnell in die Abhängigkeit führen.

CBD kann Angst und psychischen Problemen auf natürliche Art und Weise lindern. Das bestätigte die US-amerikanische Fachzeitschrift „Neuropsychopharmacology“ mit einer Studie: Menschen mit sozialer Phobie bekamen vor einer öffentlichen Rede 600 Milligramm CBD-Öl - Angst und Beschwerden linderten sich bei den Probanden deutlich.

Andere Studien untersuchten die antidepressive Wirkung von CBD. Laut einer englischen Studie aus dem Jahr 2010 wirkt Cannabidiol bei Mäusen noch schneller als klassische Antidepressiva. Gemäß dem Brasilianischen Journal of Psychiatry kann CBD außerdem bei posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS), Zwangsstörungen und Panikattacken helfen.



# KREBS

---

Krebs ist die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Betroffene greifen im Kampf gegen die Krankheit immer häufiger zu CBD - nicht nur für die Behandlung des Krebs selbst, sondern auch wegen den Nebenwirkungen der Chemotherapie. Laut verschiedenen Studien (zum Beispiel hier und hier) kann Cannabidiol das Wachstum von Leukämiezellen, Brustkrebszellen, Gebärmutterhals- und Prostatakrebszellen hemmen - und Übelkeit oder Erbrechen bei einer Chemotherapie lindern.

Diese Erkenntnisse stammten bisher vor allem aus Tier- und Laborversuchen. Eine 2018 veröffentlichte englische Studie untersuchte jedoch 110 Krebspatienten (Brustkrebs und Glioblastomen), die CBD als Therapiehilfe verwendeten. Demnach zeigten bereits Dosierungen von 20 Milligramm synthetischem Cannabidiol positive Effekte auf die Krebserkrankung. **Bei 92% der Patienten verbesserte CBD den Gesundheitszustand.** Der spektakulärste Behandlungserfolg war ein fünfjähriges Kind mit einem seltenen Hirntumor: Während konventionelle Therapien erfolglos blieben, nahm der Junge während der Studie nur CBD zu sich. **Die Tumormasse nahm um 60% ab.**

Die Forscher ziehen folgendes Schlussfazit:

*„Cannabidiol ist ein potentieller Kandidat für die Krebstherapie - vor allem von Patienten mit Brustkrebs oder Glioblastomen. Besonders dann, wenn konventionelle Therapie erfolglos blieben. CBD ist bei Brustkrebs und Glioblastomen und allen anderen Krebsformen jedoch keine Alternative zur herkömmlichen Krebstherapie. Weitere Studien, die den Effekt von CBD auf Krebspatienten untersuchen, sind wünschenswert, um die Wirkung von CBD als potentielles Krebsmedikament besser zu beurteilen.“*



# EPILEPSIE & ANFÄLLE

---

Epilepsie gehört weltweit zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter. Im Jahr 2014 untersuchte die Stanford University die Wirkung von CBD auf epileptische Anfälle von Kindern. Das Ergebnis: CBD kann die Behandlung von verschiedenen Epilepsie-Arten unterstützen – denn das Öl der Hanfpflanze kann als natürliches Antikonvulsivum wirken und so Symptome und Anfälle reduzieren.

Tatsächlich verringerte sich die Häufigkeit der Anfälle nach der Anwendung von CBD bei **84% der untersuchten Kindern**. 11% der Probanden hatten gar keine Anfälle mehr, 32% verringerten ihre Anfälle um 25-60% und 42% minimierten ihre Anfälle um über 80%.

Die Nebenwirkungen umfassten Schläfrigkeit und Müdigkeit. Das wiederum beeinflusste die Schlafqualität und Stimmung der Kinder positiv.



# ÜBELKEIT, ERBRECHEN & ESSSTÖRUNGEN

---

Mehr als die Hälfte aller Erwachsenen in Europa sind übergewichtig. In Deutschland sind 62% der Männer und 44% der Frauen betroffen. Auch Jugendliche werden immer dicker: Jeder dritte Jugendliche in Europa ist übergewichtig.

Eine wichtige Rolle spielen dabei Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten wie Fettleibigkeit bzw. Fettsucht (Adipositas), die mit einem vermehrten Hungergefühl einhergehen.

Cannabidiol kann bei Übergewicht helfen. CBD regt Körperzellen nicht nur dazu an, überschüssige Proteine und Fette im Körper abzubauen. Gleichzeitig blockiert CBD die CB1-Rezeptoren im sogenannten Endocannabinoidsystem, was das **Hungergefühl unterdrückt**. Eine Studie mit Ratten zeigte bereits, das Cannabinol die Nahrungsaufnahme reduzieren kann. Außerdem kann CBD mehr weiße Fettzellen in braune Fettzellen umwandeln, was die Bekämpfung von Fettleibigkeit unterstützen könnte (siehe Studie hier).

Eine Studie aus dem British Journal of Pharmacology bewies zudem, dass CBD bei Übelkeit und Erbrechen helfen kann. Der Zustand von Betroffenen verbesserte sich durch CBD häufig dauerhaft.



# DIABETES

---

In Deutschland leben mehr als 6 Millionen Menschen mit Diabetes. Seit 1998 hat sich diese Zahl um 38 Prozent gesteigert; jeden Tag gibt es etwa 1.000 neue Erkrankungen. CBD gibt diesen Menschen neue Hoffnung.

Bei Typ-1-Diabetes kann CBD den Ausbruch der Krankheit verzögern und die Symptome der Krankheit minimieren. Das liegt laut einer Studie des Fachmagazins Autoimmunity an der **Anti-Autoimmun-Wirkung** von CBD: Während Typ-1-Diabetes durch körpereigene Antikörper verursacht wird, kann CBD die angegriffenen Beta-Zellen im Körper schützen und den Stoffwechsel unterstützen. Das verbessert die Glukosetoleranz und lindert die Entzündung der Bauchspeicheldrüse.

Bei Typ-2-Diabetes kann CBD durch seine **entzündungshemmenden Eigenschaften** helfen - chronische Entzündungen sind eine der Hauptursachen von Typ-2-Diabetes. CBD kann den Blutzucker regulieren, die Insulinresistenz verbessern und die durch Diabetes verursachte Fettleibigkeit verhindern.



# HAUTPROBLEME

---

Die Haut ist das größte Organ unseres Körpers. Sie reguliert unsere Körpertemperatur, schützt uns vor winzig kleinen Bösewichten wie Bakterien und Viren und ist maßgeblich für unser Wohlbefinden verantwortlich. Geht es unserer Haut schlecht, geht es uns schlecht.

Wie kann CBD helfen? Es kann unsere Haut mit wichtigen Nährstoffen wie Vitamin E, Kalium und Omega-3-Fettsäuren versorgen. Das kann das **Hautbild verbessern** und dafür sorgen, dass unsere **Haut ihre Aufgaben erfüllen** kann. Verschiedene Studien haben herausgefunden, dass CBD bei einer Vielzahl von Hautproblemen helfen kann.

Zum Beispiel kann CBD durch seine antiinflammatorischen Eigenschaften bei Hautentzündungen und Ekzemen helfen. Das ergab eine Studie aus der Fachzeitschrift Experimental Dermatology. Eine andere Studie in derselben Fachzeitschrift beschäftigte sich mit der Wirkung von CBD auf Akne. Das Fazit: CBD kann bei der Behandlung von Akne helfen. Das gelingt, indem CBD die Ölproduktion der Haut reguliert, Entzündungen heilt und überschüssigen Talg reduziert.



# EIN BLICK IN DIE ZUKUNFT

---

All diese Studien und Wirkungen lassen Großes erahnen. Dennoch bleibt festzuhalten, dass Cannabidiol und seine Wirkung auf den menschlichen Körper noch nicht ausreichend erforscht ist - die Wissenschaft zum Thema CBD steckt noch in den Anfängen. Zwar gibt es Studien mit menschlichen Probanden, doch die meisten Studien zu CBD sind Tierversuche. Hier hat die Forschung in den nächsten Jahren Nachholbedarf.

Was bringt die Zukunft? Auf jeden Fall mehr Tests, Erfahrungsberichte und Studien - denn die Beliebtheit von CBD steigt weltweit rasant. Cannabis und seine wundersamen Cannabinoide feiern ein großes Comeback. Aber was genau ist eigentlich der Unterschied zwischen CBD und ihrer „bösen“ Schwester, THC?



# GLEICH, ABER VERSCHIEDEN

THC und CBD sind sogenannte Cannabinoide. Cannabinoide sind chemische Verbindungen, die in der Hanfpflanze vorkommen - genau genommen in der Sorte **Cannabis Sativa**. Insgesamt gibt es über 100 Cannabinoide, viele sind kaum erforscht. Die bekanntesten Cannabinoide sind **Tetrahydrocannabinol (THC)** und **Cannabidiol (CBD)**.

Wer Cannabis hört, denkt meist an THC. Das Cannabinoid ist auch unter seinem Synonym Marihuana weltweit bekannt. Die meisten Menschen kennen es - entweder aus direkter Erfahrung oder von Freunden, Filmen oder Büchern. THC ist das Molekül der Hanfpflanze, das auf Konsumenten psychoaktiv wirkt. Wir sprechen von einem Rauschgefühl; wir sind high.

CBD ist die kleine Schwester von THC. Wer über medizinisches Cannabis spricht, meint in der Regel Cannabidiol. Die **größten gesundheitlichen Vorteile der Hanfpflanze stammen von den CBD-Molekülen** - und nicht vom THC. CBD und THC haben zwar dieselbe chemische Formel, aber die Atome sind unterschiedlich angeordnet. Dieser winzige Unterschied führt dazu, dass THC psychoaktiv wirkt und CBD nicht. Das ist der größte Unterschied zwischen den beiden Cannabinoiden. Deshalb ist THC ein Rauschmittel und CBD ein Nahrungsergänzungsmittel.



# DIE WIRKUNGSWEISE

---

Säugetiere können Cannabinoide selbst produzieren. Außerdem haben wir sogenannte **Cannabinoid-Rezeptoren** in unserem Körper. Die zwei bekanntesten Cannabinoid-Rezeptoren sind CB1 und CB2, die sich in verschiedenen Teilen des Nervensystems befinden – und verschiedene Funktionen steuern. An diese Rezeptoren können Cannabinoide wie THC und CBD andocken. Die Rezeptoren setzen anschließend **Neurotransmitter bzw. Botenstoffe** im Gehirn frei. Dopamin, Serotonin oder Noradrenalin sind bekannte Botenstoffe. Sie regulieren die Signalweitergabe der Nerven.

THC bindet sich besonders gerne an den CB1-Rezeptor. Dieser Rezeptor ist für die **Vernetzung des Nervensystems** zuständig, für unser Suchtverhalten und für das Verdrängen von schlechten Erinnerungen – und sorgt dafür, dass der THC-Konsument in einen berauschten Zustand kommt.

CBD bevorzugt vor allem den CB2-Rezeptor. Dieser Rezeptor **steuert das Immunsystem**, repariert angegriffene Zellen und fördert die Zellregeneration. Der CB2 registriert jeden Erreger, der in unseren Körper eindringt – zum Beispiel Viren oder Bakterien – und versucht den Eindringling abzuschwächen oder komplett zu verhindern.

Stellen Sie sich vor, Sie haben starke Kopfschmerzen. Dann bekommt der für das Nervensystem zuständige CB1-Rezeptor wahrscheinlich nicht genügend Botenstoffe. Wenn Sie nun Cannabinoide wie CBD konsumieren, schüttet der CB1 verstärkt Neurotransmitter aus. Innerhalb kürzester Zeit reagiert Ihr Körper und drosselt das Schmerzempfinden.

Nur wie nehmen Sie das Cannabinoid zu sich?

# WAS DARF ES SEIN?

---

Ob CBD-Kristalle, Pollen, CBD-Cremes oder Öle: Es gibt CBD in zahlreichen Formen und Varianten, die Sie auf unterschiedliche Art konsumieren können. Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen die Vor- und Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten vor. Vom Rauchen bis zur topischen Anwendung.

Eines vorweg: Welche Methode und welche Dosierung für Sie am besten funktioniert, können Sie nur selbst herausfinden. Grundsätzlich hat CBD biphasische Eigenschaften - das bedeutet, je nach Dosis hat CBD unterschiedliche Wirkungen: Eine niedrige Dosis kann zum Beispiel Ihre Konzentrationsfähigkeit erhöhen, während eine höhere Dosis schläfrig machen kann. Am besten beginnen Sie mit einer niedrigen Dosis von zwei bis vier Gramm pro Tag und erhöhen bei Bedarf schrittweise.

# CBD-VAPORIZER

---

Natürlich können Sie CBD ganz klassisch rauchen. Wer seine Lunge jedoch schonen möchte, greift zum sogenannten Vaporizer.

Mit einem Vaporizer (zu Deutsch: Verdampfer) rauchen Sie CBD nicht, sondern inhalieren die gesunden Inhaltsstoffe durch Verdampfen. So vermeiden Sie ein gesundheitsschädliches Einatmen von verbranntem Kohlenmonoxid; nicht nur für die Lunge, sondern auch für den Hals ist das wichtig.

Was verdampfen Sie? Zum Beispiel CBD-Pollen, CBD-Blüten, CBD-E-Liquids oder CBD-Kristalle. Der Vaporizer erhitzt das CBD gleichmäßig und kontrolliert. Sie erhalten die Wirkstoffe in reinem, kühlem und automatischem Dampf. Das CBD gelangt durch die Lunge direkt in den Blutkreislauf - ohne dass es die Leber passieren muss - und wirkt schneller.

Wer einen Vaporizer kauft, achtet auf eine hochwertige Verarbeitung. Vor allem die Verdampfungskammer sollte aus rostfreiem Stahl oder Keramik gefertigt sein - beide Materialien sind besonders hitzebeständig und garantieren einen zuverlässigen Dienst über Jahre hinweg.



# CBD-ÖLE

---

CBD-Öle sind in Deutschland besonders beliebt. Sie können sich ein paar Tropfen unter die Zunge träufeln, das CBD für einige Augenblicke im Mund halten und dann schlucken. So absorbieren Schleimhäute und Blutgefäße unter der Zunge das Öl innerhalb von wenigen Minuten und Sie genießen eine optimale Wirkung. Oder Sie vermischen die Tröpfchen mit Wasser, Smoothies, Kaffee oder anderen Getränken und Nahrungsmitteln.

In der Regel gibt es CBD-Öl in Tropfflaschen verschiedener Größen, die eine exakte Dosierung ermöglichen. Die unterschiedlichen CBD-Öle unterscheiden sich in Inhaltsstoffen und Trägeröl. Sinnvoll sind zum Beispiel Hanfsamen- oder Olivenöl, die viele zusätzliche Vitamine, Mineralien und Aminosäuren bieten. Wer ein CBD-Öl kauft, sollte außerdem auf **reine und natürliche Inhaltsstoffe** achten - CBD aus mit Pestiziden behandelten Pflanzen kann gesundheitsschädlich sein.

Ähnlich wie Öle wirken CBD-Sprays, die Sie einfach in Ihren Mundraum sprühen. Man spricht von einer sublingualen Einnahme.



# CBD-CREMES

---

Die topische Anwendung von CBD ist eine weitere Möglichkeit. Mittlerweile gibt es CBD Handcreme, CBD-Seife, Gesichtscreme, Bodylotion, Körperbutter, Lippenbalsam, CBD-Gel, Shampoo, CBD-Mundwasser und viele weitere Kosmetikprodukte mit CBD.

Bei topischen Produkten nehmen Sie die CBD-Wirkstoffe direkt über die Haut auf. Das bietet sich nicht nur für die Hautpflege an. CBD-Cremes sind außerdem eine hervorragende Wahl wegen ihrer schmerzlindernden Wirkung. Sie können die Cremes und Gele einfach auf das schmerzende Körperteil auftragen und eine schnelle Besserung erwarten.

Die Grundlage für CBD-Kosmetik ist immer die Extraktion. Die hochwertigsten Produkte verwenden eine **CO-2 Extraktion**: Mittels CO<sub>2</sub>-Gas und unter speziellen Druck- und Temperaturverhältnissen wird der CBD-Wirkstoff von anderen Pflanzenbestandteilen getrennt. Übrig bleibt ein kristallartiges Pulver, das in Kombination mit anderen Wirkstoffen zur Creme weiterverarbeitet wird.



# CBD-KAPSELN

---

Nicht jedem bekommt der Geschmack von CBD. Mit [CBD-Öl gefüllte Kapseln](#) sind eine geschmacksneutrale Alternative und können die gesundheitlichen Vorteile von CBD trotzdem bieten.

Die orale Anwendung ist einfach: Legen Sie eine Kapsel in den Mund und spülen Sie diese mit einer alkoholfreien Flüssigkeit hinunter. Es dauert etwas länger bis die Wirkung der CBD-Kapseln einsetzen, dafür erleichtern Kapseln die Dosierung: Sie wissen immer, wie viel CBD Sie zu sich genommen haben.

Was ist beim Kauf von CBD-Kapseln zu beachten? Achten Sie auf eine ausreichende Dosierung, damit mögliche Verluste im Magen aufgefangen werden können. Außerdem sollten die Kapseln möglichst wenig Füllstoffe und schonend extrahiertes CBD-Öl enthalten.



# CBD-LEBENSMITTEL

---

Fast jeder kennt Hash-Brownies. Wie THC können Sie auch CBD mit Lebensmitteln vermischen und essen – vor allem mit CBD-Öl können Sie zahlreiche leckere Gerichte zaubern (in Kapitel 6 stellen wir Ihnen 3 CBD-Liebblingsrezepte vor). Zudem gibt es mittlerweile viele fertige Lebensmittel, die mit CBD angereichert sind. Von Süßigkeiten wie Schokolade über kleine Knabbersnacks bis zum morgendlichen Müsli.

Die Wirkung bei Lebensmitteln mit CBD ist nicht sofort spürbar. Es kann bis zu 60 Minuten dauern, bis die CBD-Wirkung einsetzt – schließlich muss das CBD erstmal durch den Verdauungstrakt bevor das Cannabinoid die CBD-Rezeptoren erreicht.



# WAS SIE WISSEN MÜSSEN

---

## Ist CBD in Deutschland legal?

Verkauf, Konsum und Besitz von Cannabidiol (CBD) sind in Deutschland legal – sofern das CBD **nicht mehr als 0,2% THC-Gehalt** hat. Selbst für Profisportler ist zugelassenes CBD unbedenklich: Die Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) hat CBD 2018 aus der Liste der verbotenen Substanzen gestrichen. Die psychoaktive Komponente von Marihuana (THC) bleibt dagegen weiterhin verboten – genauso wie synthetische Cannabinoide.

## Gibt es mögliche Nebenwirkungen?

Nebenwirkungen bei CBD **sind selten**. In vereinzelt Fällen bzw. bei Unverträglichkeit kann es zu Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Blähungen oder Schwindel kommen. Fangen Sie daher mit einer kleinen Dosis an und beobachten Sie, wie Ihr Körper reagiert. Wenn Sie verschreibungspflichtige Medikamente zu sich nehmen, sollten Sie die Einnahme von CBD mit Ihrem Hausarzt abklären.



## Ist eine Überdosis CBD gefährlich?

Eine Überdosierung mit CBD ist nach bisherigem Kenntnisstand **nicht möglich** – anders als bei toxischen oder berauschenden Substanzen wie THC. Selbst wenn die empfohlene Menge an CBD überschritten wurde, sind in Studien bisher keine negativen Effekte aufgefallen. Bei menschlichen Probanden ließ sich lediglich eine verstärkte Müdigkeit beobachten. Deshalb erklärte die Weltgesundheitsorganisation (WHO), dass CBD für Mensch und Tier verträglich und sicher ist. Es gibt kein Potenzial für Psychosen oder Abhängigkeit.

## Kann ich CBD konsumieren und Auto fahren?

Im Gegensatz zu THC hat CBD keinen Einfluss auf die Wahrnehmung. Deshalb ist CBD grundsätzlich **ohne Bedenken mit Autofahren vereinbar**. CBD-Neulinge sollten nach dem erstmaligen Konsum dennoch nicht sofort ins Auto steigen – CBD bei sehr hoher Dosierung kann zu Effekten wie Müdigkeit oder Benommenheit führen.

## Ist CBD durch einen Drogentest nachweisbar?

Cannabidiol ist durch einen Drogentest **grundsätzlich nicht nachweisbar**. Ob CBD-Öl, CBD-Blüten oder CBD-Extrakte: Wer reines CBD konsumiert, muss bei einer Kontrolle nichts befürchten. Auch bei CBD-Produkten mit 0,2% THC-Gehalt bleibt der Drogentest in der Regel negativ – bei größeren Mengen kann sich das THC jedoch bis zu drei Wochen nach Konsum nachweisen lassen.

**Tipp:** Bei CBD und Drogentests ist ein Bluttest die bessere Wahl. Im Gegensatz zu den vor Ort durchgeführten Schnelltests sind Bluttests genauer und können zwischen den verschiedenen Cannabinoiden unterscheiden. So lässt sich im Optimalfall beweisen, dass das im Körper vorhandene THC nur Bestandteil eines gesetzlich zugelassenen CBD-Produktes war.

## Kann jeder CBD konsumieren?

In den allermeisten Fällen ist der Konsum von CBD unbedenklich. Menschen mit einer schweren oder chronischen Erkrankung sollten vor der Einnahme jedoch stets ihren **Arzt befragen. Schwangere Frauen sollten grundsätzlich auf CBD verzichten**, weil das Cannabinoid die Schutzfunktion der Plazenta beeinträchtigen könnte.

## Ist ein online CBD-Einkauf sicher?

Ja, Sie können CBD online kaufen. Wie bei allen anderen Produkten gibt es je nach Verkäufer natürlich Qualitätsunterschiede. **Achten Sie auf seriöse Anbieter** mit echten Bewertungen, sicheren Zahlungsmethoden und EU-zertifizierten Hanfsorten. Das ist wichtig, damit Sie reines CBD in hoher Qualität konsumieren - ohne Pestizide, Schwermetalle und anderen schädlichen Stoffen. Im letzten Kapitel verraten wir Ihnen, wie Sie hochwertige CBD-Produkte erkennen können.

## Werde ich mich durch CBD high fühlen?

Nein. CBD wirkt **nicht psychoaktiv** und führt zu keinerlei mentalen oder körperlichen Beeinträchtigungen oder Rauschzuständen.

*Sie haben weitere Fragen? Fragen Sie uns. Wir freuen uns auf Ihre Nachricht und helfen gerne weiter.*

# CBD DER ALLESKÖNNER

---

Sie wollten schon immer mal mit CBD kochen? Ihre Haustiere mit CBD behandeln oder sich mit CBD zu neuen sportlichen Höchstleistungen antreiben? Aber klar doch! In diesem Kapitel stellen wir Ihnen drei weitere und beliebte CBD-Anwendungsgebiete vor.



# CBD ZUM KOCHEN

---

Wer leckeres Essen und CBD liebt, kann beides verbinden - die Zugabe von CBD in Getränken oder Speisen ist einfacher als Sie denken. Wir stellen Ihnen 3 Lieblingsrezepte mit CBD vor. Für Frühstück, Mittagessen und Dessert. Einfach nachmachen und genießen!

## CBD-Smoothie mit Spinat und Erdbeeren

Ob Kaffee, Tee oder Smoothie: CBD kann ein toller Muntermacher sein. Unser CBD-Erdbeer-Spinat-Smoothie schmeckt lecker und bietet Ihnen neben CBD einen Schub an Eisen, Vitamin C und Antioxidantien.

### Zutaten:

- 1 Tasse frischer Spinat
- 1 Tasse frische Erdbeeren
- 1/2 Becher Joghurt
- 1/2 Tasse Milch
- 1/4 Becher Eis
- CBD-Öl
- 1 Teelöffel Honig

### Zubereitung:

Alle Zutaten in einen Mixer geben und bis zur gewünschten Konsistenz pürieren. Wer es weniger dickflüssig mag, fügt mehr Milch hinzu. Für einen echten Power-Smoothie bietet sich zusätzliches Hanfprotein an. Wir wünschen guten Appetit und einen gesunden Start in den Tag!

## Hühnersalat mit CBD und Zitronendressing

Auch für deftige Gerichte eignet sich CBD. Der Hühnersalat mit Zitronendressing schmeckt wunderbar leicht und erhält durch das kräftige CBD-Aroma eine besondere Note.

### Zutaten für vier Personen:

- 1 Salat Ihrer Wahl
- 4 Hähnchenschenkel
- 1 Avocado
- 1/2 Gurke
- 100g Rettich
- 2 Knoblauchzehen
- 1/4 Tasse Mayonnaise
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Dijon-Senf
- 150 ml Zitronensaft
- CBD Öl

### Zubereitung:

Die Hühnerschenkel in Scheiben schneiden und mit 2 Esslöffel Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in einer Pfanne erhitzen (ca. 10 Minuten) und das Huhn dabei regelmäßig wenden. Das Hühnchen zum Abkühlen beiseite stellen.

In einer kleinen Rührschüssel einen Esslöffel Dijon-Senf mit Zitronensaft vermischen. Mayonnaise und Knoblauch hinzufügen und das Dressing mit CBD-ÖL aufgießen. Verwenden Sie das CBD-Öl nach Belieben und schmecken Sie mit Salz und Pfeffer ab. Dann geben Sie Avocado, Rettich und Gurke hinzu und wenn gewünscht, zusätzliches Gemüse Ihrer Wahl. Gemüse und Salatdressing vermischen, das Hühnchen unterrühren und servieren. Guten Hunger!

## CBD Honigkugeln

Lust auf eine leckere Nascherei? Unsere CBD Honigkugeln sind eine süße Versuchung - und trotzdem gesund!

### Zutaten:

- 1 Tasse Honig
- CBD Öl
- 1 Tasse Erdnussbutter
- 3 Tassen Haferflocken
- 1 Tasse getrocknete Früchte und Nüsse
- 1/4 Tasse Kokosraspeln
- 1 Tasse Müsli

### Zubereitung:

Honig, Erdnussbutter, CBD-Öl, Haferflocken, Müsli und Trockenfrüchte in einer Schüssel verrühren. Mit den Händen kleine Kugeln formen und jede Kugel mit Kokosraspeln bestreuen. Die Kugeln anschließend abkühlen lassen und servieren. Aber nicht zu viel naschen!

# CBD FÜR SPORTLER

---

Immer mehr amerikanische Spitzensportler nutzen CBD zur Regeneration von Muskeln und Gelenken - und auch in Deutschland wird Cannabidiol für Sportler immer beliebter. Die möglichen Vorteile von CBD nach sportlicher Anstrengung sind vielfältig.

## Entzündungshemmende Wirkung

Zu viele Entzündungen im Körper behindern die Regeneration und beeinträchtigen die Leistungsfähigkeit. CBD beim Sport kann die Produktion von Zellbotenstoffen (Zytokine) hemmen und dafür sorgen, dass die Entzündungen schneller abklingen und der Körper sich besser erholt.

## Verbesserte Schlafqualität

Guter Schlaf ist ein wichtiger Faktor für jeden Sportler. CBD kann das Einschlafen erleichtern und für eine erholsamere Nachtruhe sorgen - das geschieht, indem es die Signalgebung vom körpereigenen „Müdemacher“ **Adenosin** verstärkt. Außerdem kann CBD beruhigend wirken und Angstzustände lösen, was die Schlafqualität und Regeneration ebenfalls erhöht.

## Verbesserte Regeneration

Durch seine antiinflammatorische Wirkung kann CBD den Zellschutz erhöhen und die Regeneration der Muskulatur steigern. Gleichzeitig beeinflusst Cannabidiol die Freisetzung von Cortisol und Östrogen, was **Muskelmasse unterstützt** und den Abbau von Muskelgewebe verlangsamt.

## Schmerzlindernde Wirkung

Viele Sportler nutzen CBD als Alternative zu Schmerzmitteln (Analgetika). Durch seine beruhigende und entzündungshemmende Wirkung kann CBD körperliche Schmerzen im Sport lindern und Abhängigkeit oder mögliche Nebenwirkungen von herkömmlichen Schmerzmitteln verhindern.

### Warum kann CBD nach dem Sport helfen?

Es liegt an den **Cannabinoid-Rezeptoren im Körper**. Diese CB-Rezeptoren gehören zum sogenannten Endocannabinoid-System (ECS), dessen Bedeutung im menschlichen Körper noch nicht umfassend erforscht ist. Es wird vermutet, dass das Endocannabinoid-System verschiedene Körperfunktionen im Zusammenhang mit der Schmerzwahrnehmung und der Entzündungshemmung beeinflusst und das Immunsystem reguliert.

# CBD FÜR HAUSTIERE

---

CBD für Haustiere hört sich seltsam an, kann aber tatsächlich sinnvoll sein. Das Pflanzenextrakt enthält viele wichtige Nährstoffe und kann einen großen gesundheitlichen Nutzen für Hunde, Katzen, Hamster & Co. bieten. So kann CBD zum Beispiel das Herz, Muskulatur, Bindegewebe und das Immunsystem stärken, den Blutdruck senken und das Knochenwachstum unterstützen.

## Wie wirkt CBD bei Haustieren?

CBD kann Haustieren genau wie Menschen nutzen. Es kann zum Beispiel Angst- und Stressreaktionen lindern, chronische Schmerzen heilen oder hyperaktive Tiere beruhigen. Außerdem kann CBD neurologische Funktionen verbessern und das Verdauungs- und Immunsystem unterstützen. Da CBD viele wertvolle Nährstoffe enthält, ist CBD auch als Nahrungsergänzung bei gesunden Tieren möglich. Am besten eignet sich CBD-Öl.

## Welche Nährstoffe enthält CBD, die für Tiere nützlich sind?

Zum Beispiel die Vitamine B1, B2 und E; Eisen, Kalium, Kalzium, Kupfer und Magnesium. Das enthaltene Zink und Magnesium sorgt für eine optimale Versorgung des Immun- und Nervensystem mit Nährstoffen und vermeidet Ablagerungen in den Blutgefäßen. Die enthaltenen B Vitamine sorgen dafür, dass auch das Nervensystem gut versorgt ist und keine entzündlichen Prozesse startet. Zudem liefert CBD eine große Anzahl an Antioxidantien.

**Tipp:** Wir empfehlen Hanfproteine als Beifütterung. Die Proteine der Hanfpflanze bieten die essenziellen Fettsäuren Omega 3,6 und 9 in einem optimalen Verhältnis, damit der Körper sie gut aufnehmen kann. Dazu kommen essenzielle Aminosäuren, welche die Muskeln und das Herz-Kreislauf-System stärken. Außerdem lassen Aminosäuren das Fell glänzen.

## Welche Risiken und Nebenwirkungen gibt es?

Da CBD ein reines Naturprodukt ist, gibt es selten Nebenwirkungen. Das „größte“ Risiko ist eine CBD-Überdosierung, was kurzfristig zu Magenproblemen und einem schwachen Verdauungssystem führen kann. Auch **allergische Reaktionen** sind in Ausnahmefällen möglich.

## Was sind konkrete Anwendungsbeispiele?

- Viele Tiere, vor allem Katzen und Hunde leiden unter **Verlustängsten** bei ihren Besitzern. Für das Tier ist es eine Qual, wenn sein Mensch das Haus verlässt, Hunde bellen stundenlang und auch Katzen schreien oder zerstören Einrichtungsgegenstände. Durch die regelmäßige Gabe von CBD Öl kann eine deutliche Besserung auftreten.
- Immer mehr Hunde und Katzen leiden an **Epilepsie**. Einige Tierbesitzer berichten, dass epileptische Anfälle durch CBD nicht mehr feststellbar waren. Diese Wirkungsweise ist bereits von menschlichen Patienten bekannt - wird in den Medien jedoch zu oft ausgeblendet.
- Viele kranke Tiere leiden unter **körperlichen Schmerzen**. Die Tiere ziehen sich häufig zurück und vegetieren vor sich hin. CBD kann Schmerzen lindern und den Appetit steigern. Das verbesserte Fressverhalten und die geringeren Schmerzen können Krankheitsverläufe positiv beeinflussen.

## Wie viel CBD verträgt ein Tier?

Das hängt von der Größe Ihres Tieres ab. Für Hunde gelten zum Beispiel folgende Faustregeln:

- Ein **kleiner Hund** (bis 12 Kilogramm) kann zwischen 2 und 5 Milliliter CBD-Öl pro Woche bekommen.
- Ein **mittelgroßer Hund** (bis 25 Kilogramm) verträgt eine wöchentliche CBD-Dosis von 5 bis 10 Milliliter.

- Ein **großer Hund** (ab 26 Kilogramm) kann pro Woche rund 10 bis 15 Milliliter CBD-Öl vertragen.

**Tipp:** Am besten mischen Sie das CBD-Öl für Ihren Hund unter das Futter oder tröpfeln es in den Trinknapf. Beginnen Sie mit einer niedrigen Dosierung und beobachten Sie, wie Ihr Hund auf das CBD reagiert. Wenn es keine Komplikationen gibt, können Sie die Dosis schrittweise und gemäß den oben genannten Empfehlungen erhöhen. Dabei handelt es sich jedoch nur um grobe Richtlinien! Wenn Sie sich unsicher sind, lassen Sie sich von einem Tierarzt beraten.

## Was sagt die Wissenschaft?

Tatsächlich gibt es bereits Studien, die sich mit der Wirkung von CBD auf Hunde befassen. Eine klinische Studie der Cornell University in den USA legt zum Beispiel nahe, dass 2 mg CBD-Öl pro Körpergewicht zweimal täglich bei Hunden mit Osteoarthritis zu mehr Komfort und Aktivität beitragen kann.

# HOCHWERTIGES CBD ERKENNEN

---

Es gibt viele CBD-Produkte und Anbieter – nicht alle halten, was sie versprechen. Die gute Nachricht? Es gibt einfache zu erkennende Qualitätskriterien! Hier sind fünf Fragen und Antworten, damit Sie Fehlkäufe vermeiden und hochwertiges CBD kaufen.

## 1. Wo wird der Hanf angebaut?

Die Hanfpflanze ist ein sogenannter Bioakkumulator. Demnach absorbiert Hanf nicht nur die für die Pflanze so wichtigen Nährstoffe aus Boden, Wasser und Luft – sondern auch eventuell vorhandene Giftstoffe. Wer seinem Körper diese gesundheitsschädlichen Substanzen nicht zumuten möchte, muss auf einen **Anbau in der Europäischen Union** oder der Schweiz achten. So stellen Sie sicher, dass in Ihrem CBD keine Schwermetalle, Herbizide oder Pestizide landen.

## 2. Wie wird das CBD extrahiert?

Das Herstellungsverfahren beeinflusst die Qualität, Reinheit und Wirksamkeit des CBDs. Besonders schonend und sicher ist ein Extraktionsverfahren mit CO<sub>2</sub>, wie wir es bei CBDNOL® verwenden. Eine solche Herstellung ermöglicht ein reines Endprodukt – die Substanzen werden in ihrer natürlichen Form gewonnen und das Risiko von Lösungsmittelrückständen minimiert. Gleichzeitig verhindert die **umweltschonende CO<sub>2</sub>-Extraktion** eine Oxidation und erhöht die Qualität des CBD-Produkts.

**Wichtig:** Vor allem Extraktionsverfahren mit Kohlewasserstoffen (zum Beispiel Propan, Hexan und Butan) sind ein Alarmsignal – denn bei einer solchen Herstellung bleiben häufig Spuren der gesundheitsschädlichen Chemikalien im Öl.

### 3. Wie wird die Qualität gesichert?

Fast genauso wichtig wie das Extraktionsverfahren ist die Qualitätssicherung. Wenn Sie CBD kaufen, sollte das Produkt im gesamten Herstellungsprozess auf Qualität und Reinheit kontrolliert werden. Das minimiert das Risiko von Fremdstoffen, Bakterien oder Pilzen im CBD und erhöht die Wahrscheinlichkeit hochwertiges CBD zu erhalten. Ein **zertifizierter Herstellungsprozess** ist ein zuverlässiges Qualitätsmerkmal.

### 4. Wie hoch ist die THC-Konzentration?

Rezeptfreies CBD in Deutschland darf **maximal 0,2% THC-Gehalt** haben – Produkte mit einem höheren THC-Gehalt gelten nicht mehr als Nahrungsergänzungsmittel (§2 Abs.3 des deutschen Arzneimittelgesetzes) und dürfen nicht frei verkauft werden. Vermeiden Sie unseriöse Anbieter und achten Sie darauf, dass das CBD Öl die gesetzlichen Grenzwerte nicht überschreitet. So ist der Kauf 100% legal und Sie genießen zwei wichtige gesundheitliche Vorteile: Sie erleben keinen Rauschzustand und vermeiden körperliche Abhängigkeit.

### 5. Wie hoch ist der CBD-Gehalt?

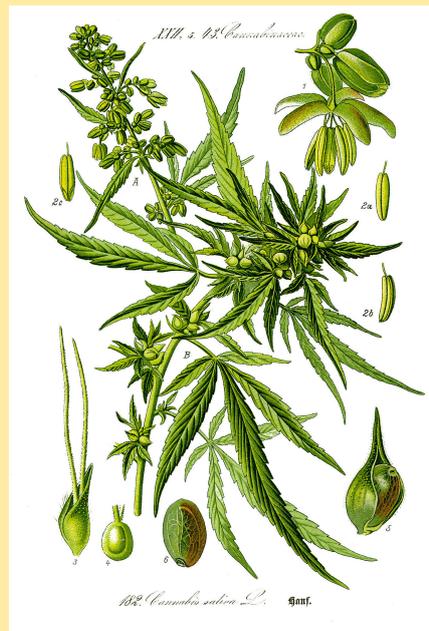
Im Gegensatz zum THC-Gehalt gibt es keine gesetzlich vorgeschriebene Konzentration an CBD. Trotzdem ist es wichtig, dass Sie den **passenden CBD-Gehalt für Ihre Zwecke** wählen. Für Neulinge oder die Behandlung von Schlafstörungen, leichten Schmerzen oder Angst kann CBD Öl mit bis zu 5% CBD Konzentration helfen. Für erfahrene CBD-Nutzer und eine stärkere Wirkung bieten sich mindestens 10% CBD-Gehalt an.

# DER UNTERSCHIED

---

Es ist schon schwer genug zwischen THC und CBD zu unterscheiden – aber wer hat bitte bei Cannabis, Hanf und Marihuana den Durchblick? Wir natürlich! Es ist eigentlich ganz einfach:

- **Hanf** ist eine Pflanzengattung der Familie der Hanfgewächse (Cannabaceae). Wenn Menschen über Hanf reden, geht es meist um die legale Nutzpflanze ohne psychoaktive Wirkung.
- **Cannabis** ist das lateinische Wort für Hanf. Im allgemeinen Sprachgebrauch bezeichnet Cannabis entweder ein legales und rauschfreies oder ein psychoaktives und illegales Produkt.
- **Marihuana** sind die getrockneten Blüten der weiblichen Hanfpflanze. Hier geht es vor allem um den Rauschzustand. Marihuana ist auch als „Gras“, „Weed“ oder „Ganja“ bekannt.



# VOM HEILMITTEL ZUR ILLEGALITÄT UND ZURÜCK

---

Das Menschen Cannabis, Hanf und Marihuana verwechseln ist kein Zufall. Es ist das Ergebnis von Geldgier, einflussreichen Industriellen, gezieltem Lobbyismus und einer jahrelangen Kampagne und Kriminalisierung aller Formen von Cannabis – einschließlich Hanf. Wie wurde eine der ältesten Nutzpflanzen und Heilmittel zum weltweiten Hassobjekt? Wir spulen 12.000 Jahre zurück und beginnen die Cannabis-Geschichte im alten China.

## Die Entdeckung von Cannabis

Die ersten archäologischen Beweise von Cannabis finden sich in alten Hanfseilen aus China vor über 12.000 Jahren. Die Menschen im alten China nutzten Hanf für Papier, Kleidung und sogar in der Kriegsführung – Bogensehnen wurden aus Hanf hergestellt. Dass Hanf außerdem als Medizin verwendet wurde, ist dem legendären Kaiser Shennong zu verdanken.



Shennong gilt als Urvater der chinesischen Medizin. Er untersuchte zahlreiche Pflanzen auf ihre medizinischen Wirkungen - auch die Entdeckung von Tee wird ihm zugeschrieben. Sein Wissen sammelte Shennong in einer Enzyklopädie, die als Shennong Bencaojing bekannt ist. Sie gilt noch heute als umfassendstes Buch in der Geschichte der traditionellen chinesischen Medizin.

Eine der am stärksten dokumentierten Pflanzen in Shennong Bencaojing war Cannabis, oder auch „ma“. Ma war bemerkenswert, weil die Pflanze sowohl die weibliche "Yin"-Energie als auch die männliche "Yang"-Energie enthielt. Die Balance Sorge für Gleichgewicht und Harmonie, was für gesunde Köpfe und Körper wichtig sei, heißt es im Buch. Die alten Chinesen verwendeten Ma unter anderem zur Behandlung von Malaria, Rheuma, Menstruationsschmerzen, Gicht und vielen anderen Beschwerden.

## Cannabis erobert die Welt

Noch bevor die Chinesen mit Hanf auf der Seidenstraße handelten, verbreitete sich das Kraut über nomadische Stämme. Vom alten Ägypten bis zum alten Griechenland, vom Christentum bis zum Islam wurde Cannabis als heilige Medizin verehrt. Religiöse Sekten der Gnostiker und Sufis verehrten die Fähigkeiten der Pflanze. Krieger wie die Skythen oder die Nihang nutzten Cannabis zur Mediation.

Einige Gelehrte glaubten sogar, dass die Wunder Jesu auf die Verwendung von Cannabisöl zurückzuführen seien. Cannabis hatte außerdem großen Einfluss auf die **Entstehung des Buddhismus** – der Buddha soll jahrelang in der Meditation nur von einem Hanfsamen pro Tag gelebt haben. Von Indien reiste die Pflanze nach Afrika. Von Afrika nach Südamerika.

Die Wikinger benutzten Hanf für Seile um 850 n. Chr. Die Italiener bauten 1000 n. Chr. ihre Segel aus Hanf; und 1553 befahl König Henry allen Bauern in England Hanf für die Industrie anzubauen. Königin Elizabeth 1563 ging einen Schritt weiter und drohte den Grundbesitzern mit einer Geldstrafe von £5, wenn sie keinen Hanf anbauen.

Der irische Arzt William Brooke O'Shaughnessy führte Cannabis schließlich in die westliche Medizin ein. Auf einer Reise in Kalkutta, Indien, erfuhr er von den wundersamen Eigenschaften der Pflanze – die Inder hatten Cannabis für freizeitliche und medizinische Zwecke kultiviert. Schon Queen Victoria (1837-1901) nutzte medizinisches Marihuana gegen Menstruationsschmerzen.

## Cannabis in der Moderne

**Im 19. Jahrhundert verbreite sich Hanf in der westlichen Welt.** Das lag vor allem an den überlegenen Eigenschaften als Material für Textilien: Cannabis war einfach anzubauen, produzierte große Mengen an Rohstoffen und benötigte 50% weniger Wasser als Baumwolle. In Zeiten des industriellen Wachstums war Cannabis deshalb für viele Länder unerlässlich.

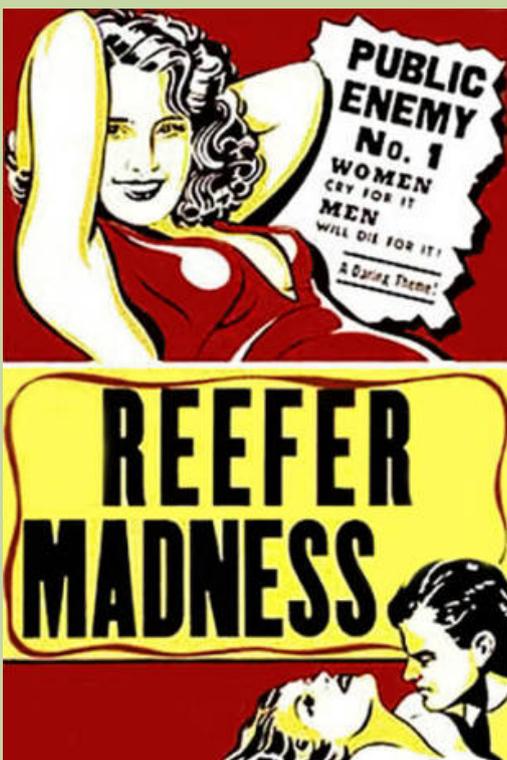
Neben Textilien nutzte man Cannabis auch im Westen für eine Vielzahl medizinischer Probleme – es gab über 2000 Cannabismedikamente und mehr als 280 verschiedene Hersteller. Auch in Deutschland und Österreich war Cannabis eines der am **häufigsten verschriebenen Medikamente** im 19. Jahrhundert. Und dann... hörte es auf. Was war passiert?

## Hetzkampagnen, Panikmache und Verbote

Die **Genfer Konvention 1925** war der erste Schritt für ein weltweites Cannabis-Verbot. Doch bereits seit Ende des 19. Jahrhunderts wurde Cannabis in Ägypten und der Türkei mit den unteren sozialen Klassen verbunden. Durch eine Stigmatisierung der Unterschicht verschlechterte sich der Ruf von Cannabis in diesen beiden Ländern deutlich.

Das ist wichtig - denn auf der zweiten Opiumkonferenz am 19. Februar 1925 in Den Haag ging es eigentlich nur um den Handel mit starken Drogen. Ägypten drängte jedoch darauf, **Cannabis auf die Liste der Opiate aufzunehmen**. Indien widersprach aus religiösen und kulturellen Gründen; auch Deutschland widersprach. Daraufhin drohte Ägypten mit Importbeschränkungen von Kokain und Heroin - zwei Opiode, die für die Merck KGaA und die Bayer AG eine wichtige Rolle spielten. Bayer intervenierte bei der deutschen Regierung, die dem Verbot von Cannabis zustimmte.

In den Vereinigten Staaten schickten sich währenddessen **gezielte und rassistische Propagandakampagnen** an, Cannabis in Verruf zu bringen. Der Medienmogul William Randolph Hearst behauptete, Mexikaner und Afroamerikaner würden durch den Einfluss von Cannabis zu drogenverrückten Vergewaltigern und Mördern werden. In seinen Zeitungen wurde Marihuana regelmäßig mit schrecklichen Verbrechen in Verbindung gebracht. Höhepunkt der Kampagne war der Anti-Cannabis-Film „Reefer Madness“.



Warum tat Hearst dies? Nun, Hearst war Wald- und Papiermühlenbesitzer und hatte zahlreiche Kontakte in der Textilindustrie. Hearst und seine einflussreichen Freunde hätten durch Hanf große Verluste hinnehmen müssen – schließlich war Hanf eine hervorragende Alternative zu Papier und Baumwolle.

Durch diese Kampagnen, vielen Irrtümern und falschen Assoziationen mit dem Opiumhandel fiel Cannabis fast überall auf der Welt in Ungnade. Von Indien bis Griechenland, von Südafrika bis Brasilien, von Amerika bis Deutschland. Ab den 1960er Jahren war die einstige Wunderpflanze in nahezu jedem Land illegal.

## Das Cannabis-Comeback

Trotz Verbot versank Cannabis nicht in der Versenkung. Ganz im Gegenteil – der illegale Handel mit den beliebten Knospen florierte. In den 1970er und 1980er Jahren beschäftigte sich dann auch die Forschung mit Cannabis – man untersuchte die Wirkung der Pflanze bei Krebs- und AIDS-Patienten. Die Ergebnisse waren vielversprechend. Das negative Image von Cannabis begann sich langsam, aber sicher wieder zum Positiven zu wandeln. **Bereits Ende der 90er Jahre legalisierten einige Bundesstaaten in Amerika medizinisches Marihuana.**

Die Welt nahm das zur Kenntnis. Ein kleines Rinnsal verwandelte sich in einen Bach. Spätestens nach dem Jahre 2000 verwandelte sich dieser Bach in einen mitreißenden Fluss – und **bis 2018 hatte die Hälfte der Staaten in den USA Marihuana legalisiert.** Andere Länder folgten – bis dato ist medizinisches Marihuana in 22 Ländern weltweit legal, in vielen Ländern auch als Genussmittel. Marihuana setzt zum erneuten Siegeszug an. Dieses mal, um zu bleiben.

*„Ein Verbot von Cannabis ist ungeheuerlich, ein Hindernis für die volle Nutzung einer Pflanze, welche die Gelassenheit, Einsicht, Sensibilität und die Gemeinschaft erzeugt, die in unser zunehmend verrückten und gefährlichen Welt so dringend benötigt wird.“*

- Carl Sagan (1934-1996), US-amerikanischer Astronom, Astrophysiker, Exobiologe

**Vielen Dank fürs Lesen. Die Welt des Cannabis ist schön, vielfältig und faszinierend. CBD kann Krankheiten heilen, Leben verändern, Sportler verbessern oder einfach eine gesunde Nahrungsergänzung sein. Wenn Sie Fragen haben, schreiben Sie uns jederzeit.**

**Über CBDNOL®**

CBDNOL aus Österreich bietet hochwertigstes CBD für den täglichen Gebrauch. Unsere Produkte sind handverlesen, schadstofffrei und aus EU-zertifiziertem Hanf hergestellt.

**Kontaktieren Sie uns**

Sie suchen nach CBD? Haben Fragen, Anmerkungen oder Wünsche? Hier werden Sie fündig:

[CBD-Onlineshop besuchen](#)

Email: [info@cbdnol.com](mailto:info@cbdnol.com)

Telefon: (+43) 732 604 098

Instagram [@cbdnol](#)

**Wir helfen gerne.**