

Cannabidiol - CBD und sein Unterstützerteam

Brigitte Nolting



Wie du mit Hilfe der Hanfpflanze, ätherischen Ölen und einem
gesunden Lebensstil deinen Körper in Balance bringst und hältst

Der Zweck dieses Buches ist es, zu informieren und weiterzubilden. Alle Tipps, Rezepte und Hinweise in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen ohne jedwede Gewährleistung und ohne irgendeine Garantie seitens der Autorin.

Die in diesem Buch enthaltenen Informationen sind lediglich Beispiele. Sie können auf keinen Fall einen Arztbesuch oder eine individuelle Beratung durch eine Heilpraktikerin ersetzen. Die Verwendung von CBD und ätherischen Ölen geschieht stets auf eigene Verantwortung und ist individuell sorgfältig abzuwägen. CBD wirkt nicht bei jedem Menschen gleich, daher ist es unbedingt empfehlenswert, im Zweifelsfall kompetenten Rat einer Ärztin oder Heilpraktikerin einzuholen. Dies gilt ganz besonders während einer Schwangerschaft oder in der Stillzeit.

Dieses Buch sowie Ausschnitte davon dürfen ohne schriftliche Genehmigung der Autorin in keiner Form reproduziert, vervielfältigt und nicht in elektronische Medien gespeichert oder in solche übertragen werden.

Covergestaltung: Petra Kress www.petrakress-grafikdesign.de

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Dr. med. Olivier Wenker

Einführung in die Welt des Hanfs

Hanf und seine europäische Geschichte

Das Cannabinoid CBD

Das Endocannabinoid-System

Die Entourage von CBD

Terpene in Hanf und ihre Wirkung

CBD für Sportler

CBD für Tiere

Gesundheitliche Benefits von CBD

Wie du die Homöostase unterstützen kannst

Weitere Verwendungsmöglichkeiten von Hanf

Ausblick

Buchempfehlungen und Quellen

Vorwort

Das Thema CBD und andere Cannabinoide ist für mich persönlich sehr wichtig. Vor einigen Jahren war ich akut an einer Hirnstörung erkrankt, die durch eine Autoimmunerkrankung ausgelöst worden war, die wiederum höchstwahrscheinlich durch das Zika-Virus verursacht wurde.

Bei dieser Gehirnkrankheit, auch Miller-Fisher-Syndrom genannt, werden die Myelinscheiden um die Hirnnerven, aber auch im Gehirn selbst, durch Antikörper zerstört. Es ist, als ob der eigene Körper nicht bemerkt, dass diese Myelinscheiden (isolierende Schicht um die Nerven) Teil des eigenen Körpers sind und sie daher als Fremdmaterial klassifizieren. Und so kann der Angriff auf die körpereigenen Strukturen beginnen und dann katastrophale Auswirkungen haben, wie es bei mir der Fall war.

Nach dem Krankenhausaufenthalt kam ich im Rollstuhl nach Hause und konnte weder Stehen noch Laufen. Meine Augen litten unter extrem schweren Sehstörungen mit Doppelsehen, verschwommenem Sehen und Fokussierungsstörungen.

Ich musste nicht nur meine Umgebung so schnell wie möglich von schädigenden Chemikalien und Toxinen befreien, um weitere Hirnschäden zu vermeiden, sondern auch herausfinden, welche Möglichkeiten in der integrativen ganzheitlichen Medizin zur Unterstützung meiner Gehirnfunktion es gab. Ich wusste damals schon sehr viel über CBD, da ich jahrelang mit CBD und anderen

Cannabinoiden gearbeitet und außergewöhnlich gute Erfahrungen gemacht hatte.

Ich benutze jetzt CBD seit vielen Jahren regelmäßig, da diese wunderbare Substanz die Homöostase des Körpers auf fantastische Weise unterstützt. Es ist auch sehr beeindruckend, wie CBD in unserem Körper wirkt. Einfach genial!

Schauen wir uns das genauer an. Menschen und auch Pflanzen wie die Hanfpflanze haben sich vor mehreren Zehntausenden von Jahren entwickelt. Bereits damals waren Menschen mit Rezeptoren im Körper ausgestattet, und viele Pflanzenstoffe arbeiten im Körper, indem sie sich an solche Rezeptoren binden und dann entweder eine Reaktion in einem Organsystem auslösen oder diese verhindern, je nachdem, was der Körper benötigt oder wie der Pflanzenextrakt funktioniert.

Mit anderen Worten, die Pflanzenwelt hat sich nicht entwickelt, um uns nur mit schönen Blumen oder gesundem Essen zu beglücken. Nein, die Pflanzenwelt wurde in erster Linie geschaffen, um bestimmte Reaktionen in unserem Körper hervorzurufen und die Hanfpflanze ist ein gutes Beispiel dafür. CBD, eines von fast 200 Cannabinoiden in der Hanfpflanze, kann entweder eine direkte Wirkung auf Cannabinoidrezeptoren sowie andere Rezeptoren im menschlichen und tierischen Körper haben. CBD wurde geschaffen (und hat sich im Laufe der Jahrtausende weiterentwickelt), damit es einen direkten und indirekten Einfluss auf bestimmte Prozesse in unserem Körper haben kann.

Das CBD aus der Hanfpflanze arbeitet mit anderen pflanzlichen Substanzen wie Terpenen zusammen. Die verschiedenen Terpenfamilien sind auch die Substanzen, die

Pflanzen ihren Geruch und Geschmack verleihen und auch andere Reaktionen in Organsystemen beeinflussen können.

CBD hat ein Potenzial, das bisher nur wenige in Forschung und Medizin vollständig erkannt haben. Deshalb ist es wichtig, dass Bücher wie dieses von Brigitte Nolting oder mein eigener Bestseller „CBD und ätherische Öle“ von vielen Menschen gelesen werden. Brigitte hat die Geschichte des Hanfs in Europa in diesem Buch festgehalten, daher ergänzt es sehr gut mein Buch, in dem ich die Geschichte des Hanfs hauptsächlich aus amerikanischer Perspektive erzähle.

Das vorliegende Buch von Brigitte Nolting, die bereits vor Jahrzehnten eine Ausbildung in einer Apotheke gemacht hat und sich seitdem den „Kräutern und Heilpflanzen“ verschrieben hat, beleuchtet CBD aus dem Blickwinkel der Erhaltung der Gesundheit. Brigitte Nolting hat auch ein Zertifikat der Industrie- und Handelskammer Frankfurt, dass sie über die Verwendung von freiverkäuflichen Arzneimitteln beraten darf. Fundierte Informationen waren und sind ihr sehr wichtig.

Ich wünsche Brigitte Nolting, dass dieses Buch viele interessierte Leserinnen und Leser findet, die auch von den Möglichkeiten profitieren möchten, die CBD bietet.

CBD für Gesundheit und Homöostase, Tropfen für Tropfen!

Dr. med. Olivier Wenker

MD, ABAARM, FAARFM, MBA;
Facharzt für funktionelle, integrative und ganzheitliche
Medizin, Facharzt für Intensivmedizin und Anästhesiologie,
Facharzt für Rettungs- und Katastrophenmedizin,
Spezialist für Anti-Aging- und Regenerationsmedizin,

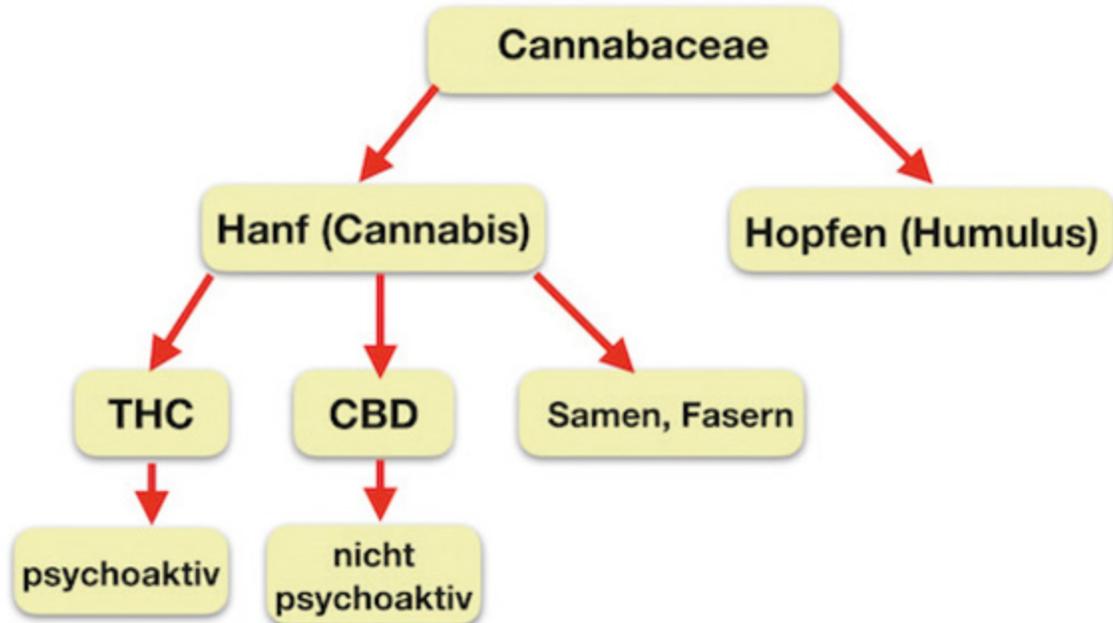
Master of Business Administration MBS,
Fellow für integrative Krebsmedizin und für Stoffwechsel-
und Ernährungsmedizin. Texas, USA

Einführung in die Welt des Hanfs

*„Unterdrückt und unterschätzt
war die Pflanze Hanf bis jetzt.
Zehntausend Jahre unentbehrlich,
gilt sie bei uns heut als gefährlich!
In einem Topf mit harten Drogen:
das ist nun wirklich glatt gelogen. ...
Holen wir ihn uns zurück,
dann ist er wieder Hanf im Glück!¹
Gerhard Seyfried, geb. 1948*

Über die Begrifflichkeiten, Namen, Verwendung und Wirkung der Cannabis-Pflanze herrscht bei den meisten Menschen große Unsicherheit und Verwirrung. Oft wird Cannabis mit dem Rauschmittel Marihuana gleichgesetzt und mit Misstrauen und Abwehr betrachtet. Cannabis ist aber lediglich der botanische Name der Hanfpflanze. Hanf hat uns so viel zu bieten, wir sollten unbedingt genauer hinsehen.

Cannabis gehört zur Pflanzenfamilie **Cannabaceae**, die wiederum zu den Rosenartigen (Rosales) gehört. Die wichtigsten Nutzpflanzen dieser Familie sind die Gattungen **Hanf** (Cannabis) und **Hopfen** (Humulus). Aus dem Harz der Hanf-Blüten wird CBD (oder THC) hergestellt, das Harz der Hopfenpflanze gibt dem Bier den bitter-fruchtigen Geschmack.



Es gibt außer CBD und THC noch viele weitere Cannabinoide wie CBN, CBG, CBC uvm., die aber noch nicht gut erforscht und auch im Handel kaum erhältlich sind. Aber in den nächsten Jahren werden sie aufgrund ihres Potentials sicher große Aufmerksamkeit bekommen.

In diesem Buch geht es um CBD und um die **Hanf**pflanze, also um die Gattung **Cannabis**². Die bekanntesten Sorten sind Cannabis sativa, Cannabis indica und auch Cannabis ruderalis, diese Sorte wird aber nicht so häufig verwendet.

Man kann die unterschiedlichen Cannabis-Sorten auch leicht an den Blättern erkennen. Wie viele „Finger“ an einem Blatt sind, hängt von mehreren Umständen ab. Neben der Sorte kommt es auch auf verschiedenen Umweltbedingungen und auf das Alter der Pflanze an, junge Pflanzen haben meist weniger Finger als ausgewachsene Pflanze.



Die wesentlichen Unterschiede zwischen den Hanf-Sorten Sativa, Indica und Ruderalis sind wahrscheinlich den bisher wenig beachteten Cannabinoiden CBG³ und CBC⁴ zuzuschreiben sowie den Unterschieden in der Zusammensetzung der Terpene (ätherische Öle).

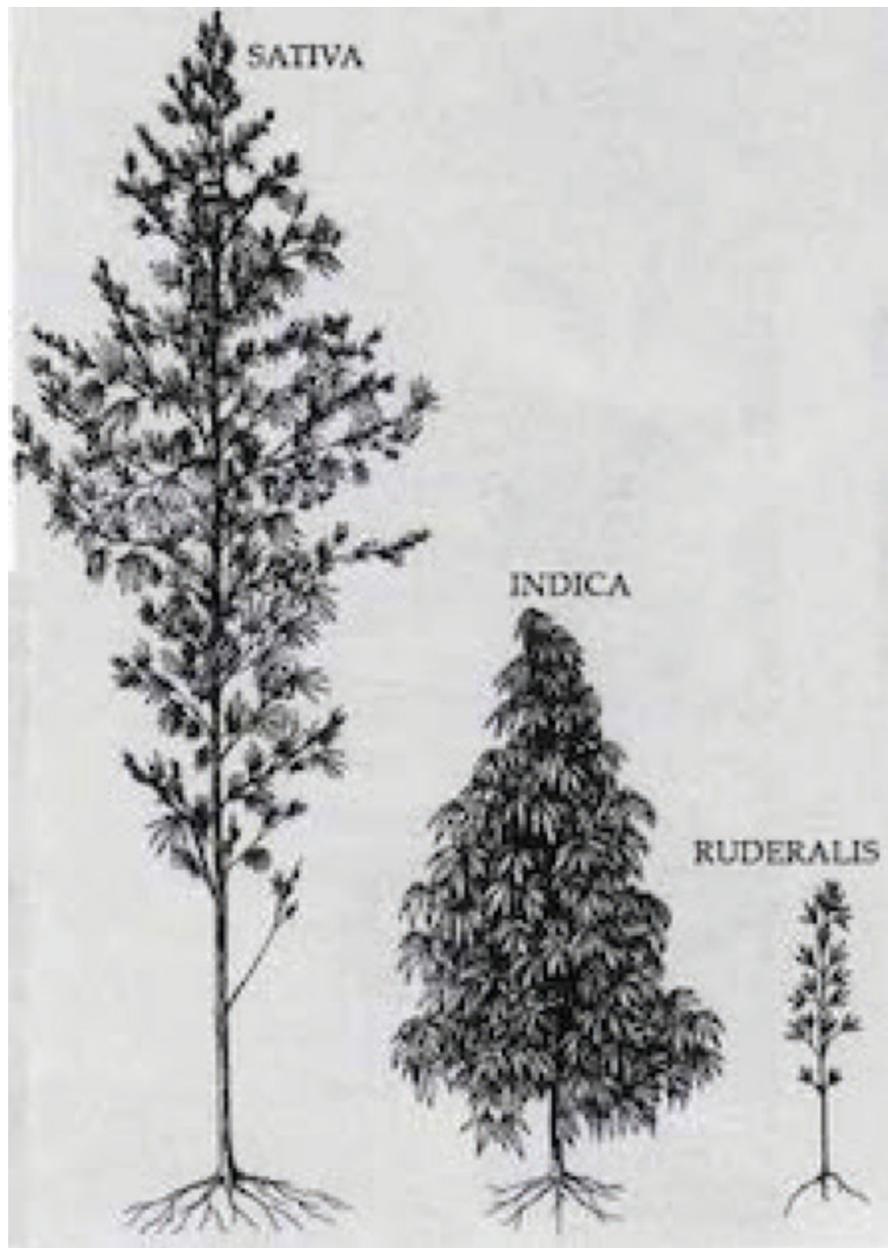
Cannabis indica wächst nicht sehr hoch und hat kurze, breite, eher dunkelgrüne Blätter. C. indica stammt ursprünglich aus Indien, Nepal, Tibet und aus Südostasien. Die Inhaltsstoffe von C. indica wirken in erster Linie auf den Körper.

Cannabis sativa wächst etwas höher und hat schmale, lange, eher hellgrüne Blätter. C. sativa kommt ursprünglich aus Mexiko und Jamaica, aber auch aus Thailand und Kambodscha.

Cannabis ruderalis ist eine Wildpflanze, die aus Zentralasien und Osteuropa stammt. Sie wird häufig mit C. sativa und/oder C. indica gekreuzt, weil sie schon nach ca. vier Wochen zu blühen beginnen. Sie wird wegen der schnellen Blüte gerne für den Eigenanbau verwendet und

auch, weil der sehr niedrige Wuchs (80 - 100 cm) günstig ist, um die Pflanze auf der Fensterbank zu ziehen.

Cannabis wurde zuerst 1753 von dem schwedischen Forscher Carl von Linné als *Cannabis sativa* (gewöhnlicher Hanf) bestimmt. 1785 teilte dann der französische Botaniker Lamarck die indische Hanfpflanze aufgrund der berauschenden Wirkung als *Cannabis indica* ein und erst im Jahr 1926 beschrieb der russische Botaniker Janischewsky *Cannabis ruderalis*.



Hanf ist zweihäusig, es gibt also weibliche und männliche Pflanzen. Die Blüten der weiblichen Pflanze werden vom Wind bestäubt. Das ist bei der Gewinnung von CBD und THC von Bedeutung, wie ich später noch genauer erklären werde.

Die Hanfpflanze ist außerordentlich vielseitig, aus ihr können stabile, lange **Fasern** gewonnen werden, **Samen**, **CBD** (Cannabidiol, nicht psychoaktiv) und **THC**