

HADERSDORFER

Therapie

DROGENKURIER

Ausgabe 164// 23/01/2019

THEMA

Über den grünen Hanf

// CBD - was ist das eigentlich genau?

In den letzten Jahren ist es ein großes Thema geworden in Österreich: überall hängen Werbungen für CBD. Inzwischen ist es schon in den gutbürgerlichen Apotheken angekommen und wird fast wie ein Wundermittel beworben. Aber was ist das eigentlich, CBD?

Der medizinische Einsatz der Hanfpflanze wurde bereits vor 5000 Jahren praktiziert. Mittlerweile konnten 489 wesentliche Bestandteile in der Hanfpflanze bestimmt werden. Davon am besten bekannt sind die Tetrahydrocannabinole oder auch „THC“. CBD gilt als gute, effektive und sehr gut verträgliche Medizin und ist für die Selbstmedikation bei verschiedensten Beschwerden sehr interessant. In erster Hinsicht wirkt es entzündungshemmend und hat antiepileptische und antischizophrene Eigenschaften ohne dämpfende Nebenwirkungen, das heißt, es macht nicht so breit wie es das THC macht. CBD-reicher Nutzhanf darf aufgrund des niedrigen THC-Gehalts nach der Einholung einer offiziellen Erlaubnis legal angebaut werden. Das Canabidiol (CBD) kommt in höherer Konzentration im oberen Drittel der Pflanze sowie in den Blüten vor. CBD wirkt schmerzlindernd, außerdem kommt es zum Einsatz gegen Stress, Burnout, Schlafstörungen und Epilepsie, Angststörungen, Schizophrenen Psychosen, Entzündungen, Übelkeit und Erbrechen. Was sehr interessant ist, ist die Tatsache, dass es auch bei Suchterkrankungen wie Opiatabhängigkeit bereits testweise mit guten Erfolgen eingesetzt wird, wie auch zur Bekämpfung der Nikotinsucht. Weil das CBD einen gut dabei unterstützen kann, wenn man aufhören will zu rauchen, gibt es CBD auch als Liquid für E-Zigaretten. Umsteiger (also Raucher; die

vom Qualmen auf die E-Zigarette umsteigen, wissen CBD sehr zu schätzen als Umstiegshilfe. Die rechtliche Situation in Sachen CBD ist eine recht schwierige Angelegenheit. Derzeit droht eine Art „Apothekenmonopol“ durch ein immer wieder diskutiertes CBD Verbot. Lebensmittel und Kosmetika mit CBD dürfen künftig nicht mehr verkauft werden. Für Apotheken gilt dieses Verbot nur bedingt. Somit wird es leider künftig keine Brownies, Kekse oder auch CBD-haltigen Tee mehr geben, was ich persönlich sehr schade finde. Viele kritisieren vor allem, das reine CBD-Produkte in Österreich immer noch nicht als medizinischer Wirkstoff angesehen werden. In den letzten Jahren herrscht ein zunehmendes Interesse am therapeutischem Potenzial von CBD. Dabei treten bei den meisten Leuten noch einige Fragen auf. Die meist gestellte ist wahrscheinlich: „Was ist CBD und wie unterscheidet es sich von THC?“. Die Wirkungsmechanismen von CBD sind noch nicht vollständig erforscht. Sie sind vielfältig und nicht so einfach zu beschreiben wie die typischen Wirkungsmechanismen von THC. THC stimuliert vor allem den Cannabinoid-1-Rezeptor (CB1 Rezeptor), was für die psychischen Cannabiswirkungen verantwortlich ist. Dagegen wurden für CBD eine Vielzahl von Wirkungsmechanismen festgestellt. Die meisten CBD Wirkungen wurden bisher jedoch nur in Tierversuchen nachgewiesen. Ich habe oben schon beschrieben, für was CBD medizinisch eingesetzt werden kann. Welche Nebenwirkungen gibt es bei CBD? Eine Auswertung mehrerer Studien mit CBD ergab, dass Canabidiol vermutlich sicher für Mensch und Tiere ist. Genau genommen gibt es eigentlich keine

Nebenwirkungen, es sind bisher zumindest keine bekannt. Wie dosiert man CBD? Die Dosierung von CBD im Vergleich zu THC ist in der Regel sehr hoch. Es gibt jedoch Hinweise, dass auch geringe Dosen von 40 bis 60 mg erwünschte Wirkungen wie beispielsweise die Abnahme von Ängsten bewirken können. CBD wird überwiegend oral eingenommen, kann aber auch inhaliert werden. Auch eine äußere Anwendung von CBD ist möglich, beispielsweise als Salbe oder Gel. Die oralen Dosen, in denen man CBD nimmt, liegen im Allgemeinen zwischen 40 und 800 mg für Erwachsene. Die Dosen werden normalerweise auf zwei Gaben verteilt. Ich persönlich verwende ein Liquid für E-Zigaretten mit 500 mg auf 10 Milliliter. Pro 100 ml Liquid gebe ich 15 bis 20 Tropfen von dem CBD-Liquid hinzu und ich bin den ganzen Tag viel ruhiger und gelassener (also jetzt nicht auf eine panierte Art und Weise). Meine chronischen Schmerzen sind gelindert. Will ich eine richtig starke Wirkung oder will es als Schlafmittel nutzen, so gebe ich 10 bis 15 Tropfen direkt in den Tank der E-Zigarette hinzu und schlafe dann wie ein Baby. Seit ich CBD für mich entdeckt habe, geht es mir allgemein viel besser, allerdings kostet ein 10 ml Fläschchen bis zu 35 Euro. Heutzutage hat schon fast jeder E-Zigarettenstore CBD E-Liquid. Die meisten Menschen nutzen aber meist CBD-Öle, die nur zur oralen Einnahme geeignet sind. Macht CBD süchtig? Vom Normalverbraucher wird Gras oft als unzulässiger Suchtstoff gesehen, selbst Nutzhanf ist in Verruf. Doch dass hinter der Cannabispflanze noch sehr viel mehr Nutzen steht, ist vielen nicht bekannt. Wer CBD konsumieren möchte, kann hierbei keine berauschende Wirkung erzielen, sondern nutzt das Medikament einzig als medizinisches Mittel. Bei der Zubereitung wird die berauschende Substanz THC herausgefiltert, so dass das CBD erlaubt ist und ohne Einschränkung zum Verkauf steht. Es macht in keinsten Weise süchtig. CBD wird auch in der Tiermedizin eingesetzt. CBD eignet sich zur Behandlung von Tieren zur Linderung von chronischen Schmerzen und Entzündungen, sowie Schlaflosigkeit, Allergien, Angststörungen, Arthritis, bei Problemen mit Gelenken und der Mobilität. Das wäre nun das Wichtigste über CBD. Ich hoffe, ihr fandet den Artikel interessant und vielleicht wollt ihr ja nun auch CBD ausprobieren, mein persönlicher Tipp ist: dampft es in der E-Zigarette. Natürlich könnt ihr euch aber auch ein CBD-Öl kaufen, das oral eingenommen wird.

//Roman

Als ich das Vergnügen hatte, von Afrika (der Aufnahme-station) nach Australien (in den dritten Stock) zu wechseln, war ich sehr erfreut darüber.

Die Hälfte von der Gruppe kannte ich schon aus Afrika und konnte mich dadurch schnell einleben. Mir gefällt die Ausstattung der Zimmer oben im dritten Stock und auch wie die Zimmer eingeteilt sind, die Freiheiten die man im dritten Stock hat, finde ich natürlich auch sehr gut. Ich finde, das Konzept bereitet einen auf das Leben nach der Therapie vor, weil man Verantwortung für sich selbst übernehmen muss. Die Station wird jeden Tag sauber gehalten und es gefällt mir, dass jeder gleich anpackt und hilft beim Putzen. Ich verstehe mich mit jedem und fühle mich dadurch sehr wohl, dass ich von der Gruppe angenommen und akzeptiert werde. Ich merke auch, dass in Australien wert darauf gelegt wird, dass wir daran arbeiten, Drogen aus unserem Lebensmittelpunkt zu verbannen um Platz für wirkliche Interessen in unserem Leben zu schaffen. Dazu gehört auch, dass wir im zwischenmenschlichem Umgang miteinander die Drogen und alles was damit zu tun hat nicht auf ungesunde Art und Weise thematisieren. Der Zusammenhalt in der Gruppe ist stark und man hilft einander, wo man kann. Die Therapeuten die mit uns arbeiten haben viel Geduld und Verständnis. Auch wenn man mal einen Fehler macht versuchen sie uns zu helfen, den richtigen Weg zu finden und uns mit unseren Problemen zu konfrontieren, ohne dass es im Konsum endet. Manchmal gibt es natürlich auch untereinander Schwierigkeiten, aber ich denke mal: hätten wir keine Schwierigkeiten, wären wir nicht hier und die Psychologen brauchen ja immer wieder neue Herausforderungen. Ich würde sagen, dass der Zusammenhalt in Australien ziemlich gut ist. Die Station Asien hingegen hat derzeit öfters Probleme untereinander und es kommt auch schon mal zu Streitereien. Meines Erachtens brauchen die Patienten intensivere Betreuung und mit viel Geduld kann es jeder schaffen, auf eigenen Beinen im Leben zu stehen. Mittags essen wir alle zusammen und sogar die Wohngruppenleitung beehrt uns mit ihrer Anwesenheit, so dass ein echtes Miteinander bei uns herrscht.

//Jeton