



<https://biz.li/33xm>

# HANF UND CBD: GESUNDHEITLICHER NUTZEN DER CANNABISPFLANZE

Veröffentlicht am 10.03.2022 um 16:04 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

**Die Cannabispflanze gibt es schon seit**

**Jahrhunderten und sie wird unter anderem für medizinische Zwecke verwendet. In den letzten Jahren gab es jedoch einen großen Hype um CBD und Hanfprodukte. Worum geht es also bei dem ganzen Trubel? Und sind die Produkte wirklich so gut, wie behauptet wird? In diesem Artikel werden wir die Vorteile und Herstellung von Hanf- und CBD-Produkten durchleuchten und wie diese verwendet werden können, um die Gesundheit zu verbessern.** CBD- und Hanfprodukte sind in den letzten Jahren aufgrund der vielen potenziellen gesundheitlichen Vorteile, die sie bieten, populär geworden. CBD ist die Abkürzung für Cannabidiol, eine Verbindung, die in Cannabispflanzen vorkommt. Produkte mit CBD können mittlerweile legal und problemlos in einem [CBD Shop in Deutschland](#) erworben werden.

## Der Unterschied zwischen CBD- und Hanfprodukten

Hanfprodukte werden aus den Samen und Fasern der Hanfpflanze gewonnen, während CBD-Produkte aus den Blüten und Blättern produziert werden. Hanf- und CBD-Produkte können sowohl aus Hanf- als auch aus Cannabispflanzen gewonnen werden, aber das CBD in aus Hanf gewonnenen Produkten ist weniger stark als das CBD in aus Cannabis gewonnenen Produkten. Produkte aus Hanf, wie beispielsweise Hanföl, enthalten nur Spuren von CBD, weshalb es bei der Behandlung von Krankheiten nicht so wirksam ist wie CBD-Öl.

## CBD-Produkte in der therapeutischen Anwendung

CBD ist eines der über 100 Cannabinoide, die in der Cannabispflanze vorkommt. Hanf ist eine Art von Cannabispflanze, die einen hohen CBD-Gehalt und einen geringen THC-Gehalt (die Verbindung, die uns high macht) aufweist. Bei den in Deutschland legalen CBD-Produkten ist daher zu beachten, dass diese nur einen THC-Gehalt von maximal 0,2 % enthalten dürfen. CBD hat vor allem einen therapeutischen Zweck – so soll es unter anderem gegen Angstzustände, Schmerzen und Entzündungen helfen. Es kann in Form von CBD-Öl, als CBD-Gras oder als Tabletten eingenommen werden. Zur äußeren Anwendung wird es beispielsweise gegen Hautprobleme und Sonnenbrand auf die Haut aufgetragen. Einige Studien zur Wirksamkeit gibt es bereits, es sind aber größere Studien in Planung.

## Hanfprodukte als Lebensmittel

Hanfprodukte erfreuen sich dagegen schon seit längerem immer größerer Beliebtheit und können beispielsweise in Form von Hanföl im Supermarkt erworben werden. Der große Unterschied zu CBD-Produkten ist, dass Hanfprodukte in der Regel keinen therapeutischen Effekt haben, wobei sie dennoch weitreichende Vorteile für die Gesundheit haben. Lebensmittel aus Hanf bieten eine Reihe von Vorteilen gegenüber anderen, traditionelleren Produkten. Zum Beispiel ist Hanf ein vollständiges Protein, das heißt, es enthält alle essentiellen Aminosäuren, die für den Muskelaufbau benötigt werden. Das macht es zu einer ausgezeichneten Wahl für Vegetarier und Veganer, die es schwer haben, alle benötigten Proteine aus anderen Quellen zu erhalten. Hanf ist außerdem reich an [Ballaststoffen](#), die die Verdauung regulieren können. Außerdem ist er eine gute Quelle für Omega-3-Fettsäuren, Antioxidantien und Mineralien wie Magnesium und Kalium. Alle diese Nährstoffe sind wichtig für die Erhaltung der allgemeinen Gesundheit. **Fazit:** Beide Erzeugnisse können sich durchaus positiv auf die Gesundheit auswirken, weshalb es sich durchaus lohnen kann, diese einmal auszuprobieren. Allerdings werden die Erzeugnisse in jeweils anderen Bereichen verwendet. Hanfprodukte sind hier einfach in der Küche anzuwenden, während CBD-Produkte zu therapeutischen Zwecken gegen spezifische, körperliche Beschwerden eingesetzt werden.