

Kleiner Effekt oder große Wirkung?

Cannabidiol, kurz CBD, ist ein Wirkstoff der Hanfpflanze. Er soll gegen Entzündungen helfen, den Schlaf fördern und Ängste lindern. Doch belastbare medizinische Studien gibt es bisher kaum.

von ANGELIKA FRIEDL

Jeder zehnte Arbeitnehmer in Deutschland leidet laut Gesundheitsreport der Krankenkasse DAK unter Ein- und Durchschlafstörungen, schlechter Schlafqualität, Tagesmüdigkeit und Erschöpfung. Frauen sind mit elf Prozent etwas häufiger betroffen als Männer mit acht Prozent. Um

Schlaftabletten zu vermeiden, suchen viele nach Alternativen. Eine ist jetzt dazugekommen: Cannabidiol (CBD).

Im November 2019 wurden Produkte, die CBD enthalten, als Nahrungsergänzungsmittel zugelassen. CBD ist einer der 100 Inhaltsstoffe der Cannabispflanze und damit ein Cannabinoid, genauso wie das psychoaktive Tetrahydrocannabinol (THC). Dessen berauschende Wirkung fehlt jedoch dem CBD, es macht nicht „high“ und auch nicht abhängig.

Anwender berichten aber von einer beruhigenden Wirkung. Es helfe ihnen bei Schlaflosigkeit, depressiven Verstimmungen und auch bei vielen anderen Leiden. Inzwischen wird das Hanfprodukt breit vermarktet

und in unterschiedlichen Formen angeboten.

„Die Wirkungen von CBD sind komplex“, sagt Winfried Häuser, Facharzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Klinikum Saarbrücken. „Es hat entzündungshemmende, schmerz- und angstlindernde und schlafantastößende Eigenschaften. Vermutlich hat es auch einen antipsychotischen Effekt.“

Hilfreich gegen Stress

CBD wirkt auf das Endocannabinoid-System im Gehirn, das unter anderem für die Stressregulation zuständig ist. Darin kommt die ungesättigte Fettsäure Anandamid vor, die hilft, die Muskeln im Körper zu entspannen. Durch das CBD wird der Abbau dieses Stoffs gehemmt und so seine Wirkung unterstützt.

Außerdem beeinflusst CBD körpereigene Cannabinoid-Rezeptoren: den Rezeptor CB1 im zentralen Nervensystem, dessen Aktivierung Angst, Stress, Unruhe und Schmerzen lindert, sowie den Rezep-



Der Cannabis-Wirkstoff CBD wird oft in Form von Öl zum Verkauf angeboten.

tor CB2, der vor allem in den Immunzellen von Lunge und Darm sitzt und dort bei Aktivierung antientzündlich wirkt.

Eine Übersichtsarbeit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) hält therapeutische Effekte von CBD für möglich, unter anderem bei Angst- und Schlafstörungen. Sicher nachgewiesen ist der therapeutische Nutzen jedoch bislang nur bei einigen seltenen Formen der Epilepsie von Kindern. Das hatten Studien der Neurologen Elisabeth Thiele vom General Hospital in Massachusetts und Orrin Devinsky von der Langone School of Medicine der University of New York zwischen 2016 und 2018 ergeben. Sie hatten mehrere Hundert Kinder untersucht, die an Krampfanfällen litten. Das CBD wirkt über die Kalziumkonzentration in den Nervenzellen und unterdrückt die epileptischen Spannungsimpulse.

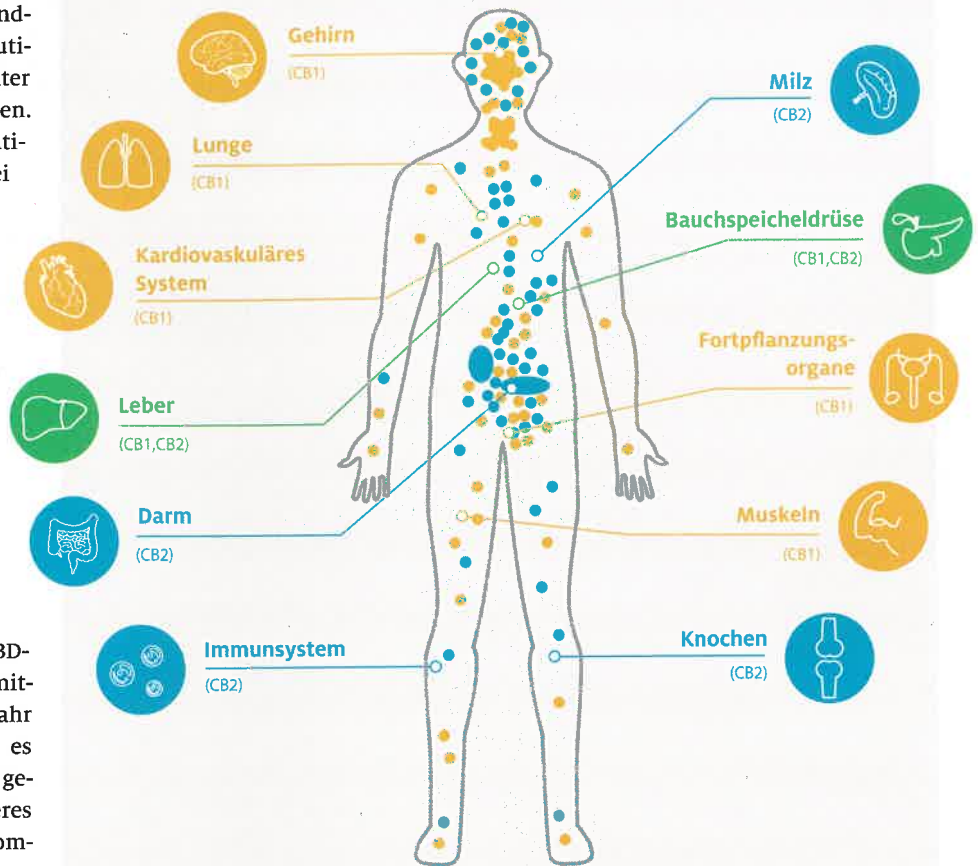
Seit zwei Jahren ist daher ein CBD-haltiges Antiepileptikum als Arzneimittel in den USA zugelassen, seit einem Jahr auch in der EU. In Deutschland gibt es derzeit neben dem CBD-Arzneimittel gegen Epilepsie nur noch ein weiteres Medikament, das CBD enthält: eine Kombination von THC und CBD für Patienten mit Multipler Sklerose.

Frei verkäufliche CBD-Produkte

Reines CBD ist verschreibungspflichtig. Frei verkäuflich sind dagegen CBD-haltige Produkte, wenn sie als Lebensmittel oder als Nahrungsergänzungsmittel angeboten werden. Dann muss der psychoaktive THC-Gehalt unter 0,2 Prozent liegen, und die Hersteller dürfen nicht mit Gesundheitsversprechen werben.

Doch der Verkauf wird gegenwärtig juristisch diskutiert. Denn CBD-haltige Lebensmittel gehören nach der Novel-Food-Verordnung der Europäischen Union zu den „neuartigen Lebensmitteln“ und benötigen eine Genehmigung der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA). Doch bisher hat kein Hersteller einen Antrag auf Zulassung gestellt. Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft erklärte kürzlich, dass CBD-haltige Produkte nicht grundsätzlich unter diese Verordnung fallen würden. Dies gelte nur für CBD-Isolate

Mögliche Wirkungen von CBD im Körper



Aktivierung des CB1-Rezeptors:

- Reduzierung von Depressionen, Angststörungen und Paranoia
- Senkung des Blutdrucks
- Reduzierung des Risikos für Darm-entzündungen

Aktivierung des CB2-Rezeptors:

- Appetitsteigerung
- Reduzierung von Entzündungen
- Minderung von Suchtverhalten
- Linderung neurodegenerativer Krankheiten

und mit synthetischem CBD angereicherter Hanf-Extrakte.

Der Mediziner Winfried Häuser sieht das Hauptproblem bei freiverkäuflichen

Produkten in der mangelnden Qualitätskontrolle. „Möglich wären Kontaminationen mit Schwermetallen, Pestiziden und Erregern. Außerdem ist der CBD-Gehalt oft höher oder niedriger, als auf der Packung steht.“

Auch seien die Dosierungen oft zu gering für einen medizinischen Effekt. „Es muss an einen Placeboeffekt gedacht werden“, so Häuser. „Doch auch einige meiner Patienten mit Fibromyalgie- und Reizdarmsyndrom, die keine Erwartungshaltung hatten, berichten über positive Effekte auf Schmerz, Schlaf und innere Anspannung.“

KOMPAKT

- CBD (Cannabidiol), ein Inhaltsstoff der Hanfpflanze, macht weder „high“ noch abhängig.
- Reines CBD ist nur auf Rezept erhältlich. In geringer Dosierung ist es als Nahrungsergänzungsmittel frei verkäuflich.
- Es gibt viele Einzelberichte über die Wirksamkeit, aber bisher kaum aussagekräftige Studien.

Auch die Psychotherapeutin Anita Lenz aus Berlin ist überzeugt von der Wirkung des CBD. Sie litt seit Jahren unter Schlafstörungen, heute reichen ihr drei Tropfen einer fünfprozentigen CBD-Lösung, um wieder ruhig schlafen zu können. Sie sagt: „Placeboverdacht hin oder her. Bei mir wirken die Tropfen immer.“

Noch zu wenig erforscht

Franjo Grotenhermen, Arzt und Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Cannabis als Medizin sieht ein großes Wirkungsspektrum für CBD. „Es könnte zum Beispiel bei schizophrenen Psychosen, Drogenabhängigkeit, Diabetes, Amyotropher Lateralsklerose und Depression helfen. Aber das wissen wir bisher leider nicht mit Sicherheit, weil die klinischen Daten entweder unzureichend sind oder gar vollständig fehlen.“

Die CBD-Forschung steckt noch in den Kinderschuhen. Oft ist die Teilnehmerzahl bei den klinischen Studien zu gering für aussagekräftige Ergebnisse. Ein Beispiel ist eine brasilianische Studie der Universität São Paulo aus dem Jahr 2010. Sie ergab zwar, dass CBD die Symptome von Menschen verminderte, die unter sozialer Phobie litten – doch sie umfasste nur zehn Teilnehmer. Viele andere Studien basieren auf Tierversuchen und Zellkulturen, die sich nicht eins zu eins auf den Menschen übertragen lassen. „Es gibt kaum Forschung zu CBD, weil sie sich für die Pharmaindustrie nicht lohnt, denn



Laut einer Umfrage der VAAY GmbH, die freiverkäufliche Hanfprodukte vertreibt, haben in Deutschland 42 Prozent noch nie von CBD gehört, 48 Prozent ist es bekannt, 10 Prozent haben es schon genutzt. Die Online-Befragung fand im Herbst 2019 statt und hatte 3039 Teilnehmer.

Cannabis ist nicht patentierbar“, erklärt Grotenhermen.

Für Wolfgang Schindler, der seit 30 Jahren an der rheumatischen Erkrankung Morbus Bechterew leidet, sind die Cannabis-Wirkstoffe THC und CBD ein Segen. Konventionelle Medikamente wie Cortison und Schmerzmittel aus der Gruppe der nichtsteroidalen Antirheumatika (NSAR) hatten seinen Zustand eher verschlimmert, er bekam Durchfall und Hautblutungen. Doch als er an einem ärztlich begleiteten Selbstversuch mit Cannabisblüten teilnahm, ging es ihm besser. „Ich konnte damals zum ersten Mal meine Wirbelsäule wieder aufrichten und die Nacht durchschlafen“, berichtet der Hamburger. Für ihn steht fest, dass THC ihm die Schmerzen nimmt und CBD seine Muskeln entspannt. Das THC be-

kommt er inzwischen von der Krankenkasse bezahlt, CBD kauft er dazu. Seine Apotheke liefert ihm die Ingredienzien, und zu Hause bereitet er sich die Gelatine-kapseln dann selbst zu.

Doch Franjo Grotenhermen warnt vor übertriebenen Heilsversprechen. „CBD ist kein Schmerzmittel, von wenigen Ausnahmen abgesehen. Trotzdem wird damit geworben.“ Mögliche Nebenwirkungen sind Müdigkeit, Schwindel, Übelkeit und Konzentrationsstörungen, aber die Einnahme scheint zumindest in geringen Dosen unbedenklich zu sein. ■



ANGELIKA FRIEDL würde sich freuen, wenn es bald mehr Forschung zu CBD gäbe.

Kann Cannabidiol vor Covid-19 schützen?

Wissenschaftler im kanadischen Alberta erforschen den Einsatz von Cannabis zur Behandlung von Morbus Crohn und Krebs. Dabei sind sie auf einen Effekt von Cannabidiol (CBD) gestoßen, der auch bei Corona eine Rolle spielen könnte. Der Cannabis-Wirkstoff beeinflusst anscheinend die Rezeptoren, die das Eindringen des Corona-Virus SARS-CoV-2 in menschliche Zellen ermöglichen.

Das Virus gelangt hauptsächlich durch Nase, Mund oder Augen in den Körper. Dort heftet es sich an die ACE2-Rezeptoren (Angiotensin-konvertierendes Enzym 2) von Atemwegszellen und dringt über die

Membran in sie ein. In der Zelle setzt es sein genetisches Material frei und nutzt die Zellmaschinerie, um eigene Proteine zu bilden. Die Zelle produziert dann Kopien des Virus.

Gelingt es dem Virus nicht, sich an einen ACE2-Rezeptor anzuheften, kann es die Zelle nicht infizieren. Die Experimente des Forscherteams um den Biowissenschaftler Igor Kovalchuk von der University of Lethbridge sprechen dafür, dass Cannabidiol die Zahl der ACE2-Rezeptoren auf der Zelloberfläche verringert. Somit gäbe es weniger Eintrittspforten für das Virus, und der Mensch wäre weniger gefährdet, schwer zu erkranken. Die Forscher gehen davon aus, dass für eine wir-

kungsvolle Reduktion der Rezeptordichte spezielle Cannabis-Extrakte mit einem hohen CBD-Gehalt geeignet wären.

Das Peer-Review der Studie, also die Begutachtung von Methodik und Ergebnissen durch unabhängige Fachkollegen, steht allerdings noch aus. Erst nach dieser Prüfung können die Erkenntnisse als gesichert gelten.

