

CBD Dosierung - weniger ist mehr

[Claudia Wagner · Samstag, 16. Februar 2019](#)

Haben Sie ein CBD-Produkt zu Hause, sind Sie sich jedoch nicht sicher, ob Sie es richtig dosieren? Beginnen Sie immer mit einer kleinen Dosis und allmählich erhöhen, bis Sie eine Verbesserung bemerken. Dannach können Sie die Dosierung wieder reduzieren. Warum ist eine solche Reihenfolge wichtig?

Einfache Regel - "weniger ist manchmal mehr"

Die ideale CBD-Dosis hängt von einer Reihe von Faktoren ab - die richtige Dosierung hängt von Ihrem Gewicht, dem Stoffwechsel und der Genetik ab. Da jeder Einzelne einzigartig ist, muss jeder seine Dosierung selbst bestimmen. Einige benötigen nur eine geringe Menge an CBD, während andere eine höhere Dosis brauchen, um die gleichen Wirkungen zu sehen. Wenn CBD eine Neuheit für Sie ist, empfehlen wir Ihnen, mit kleinen Dosen zu beginnen - zweimal täglich 2 Tropfen, und später können Sie - abhängig von Ihrem Zustand - die Dosierung erhöhen. CBD braucht die Zeit, um beginnen zu wirken. Warten Sie immer mindestens 2 Stunden, bevor Sie die nächste Dosis einnehmen.

Denken Sie immer an eine Regel: Es ist besser, mit einer kleinen Dosierung zu beginnen und schrittweise zu erhöhen.

Sobald Sie sich mit dem CBD besser fühlen werden, heißt es, dass Sie Ihre ideale Dosierung gefunden haben und praktisch gewonnen haben! Nachdem Sie Ihre ideale Dosierung finden, müssen Sie sie nicht mehr erhöhen. Bleiben Sie eine Zeit lang in dieser Dosis und reduzieren Sie die Dosis schrittweise innerhalb weniger Monate.

Eine interessante Tatsache ist, dass [CBD-Produkte](#) einzigartig sind und Sie nicht im Laufe der Zeit auf Hanföl mit einem hohen CBD-Anteil umstellen müssen. Je besser Sie sich fühlen, desto weniger CBD benötigen Sie..

CBD ist eines der Cannabinoide, das im Hanf gefunden ist.

- Wie ist CBD hergestellt?

CBD wird durch Extraktion entweder in Alkoholextrakt oder durch CO₂-Extrakt von technischem Hanft hergestellt.

- Wie hilft und wirkt CBD überhaupt?

CBD hilft unserem Körper, indem es Prozesse im Körper normalisiert. Es wirkt antidepressiv, antipsychotisch und hat eine große entzündungshemmende Wirkung.

- Es gibt verschiedene Variationen von Hanföl und Unterschiede in den Prozentsätzen. Was ist der Unterschied und wie kann man verstehen, welcher Prozentsatz wobei hilft?

Im Allgemeinen wird empfohlen, 2% als vorbeugendes Mittel zu verwenden. Dieser Prozentsatz wird auch für Autismus empfohlen. 5% wird bei Krankheiten eingesetzt, die sich in einem frühen Stadium befinden, und 10% der Konzentration wird Personen empfohlen, die die Krankheit bereits in einem schlechteren Stadium haben oder zu einem bestimmten Zeitpunkt mehr Krankheiten haben.

- Du sprichst von Krankheiten. Welche meinst du? Wann hilft CBD am meisten?

CBD hilft tatsächlich bei einer Vielzahl von Krankheiten, ob es sich um Epilepsie handelt oder Blutdruck, höhere Blutzuckerwerte. Dank der Anwendung von 2% CBD-Öl (ca. 6-8 Tropfen pro Tag) wird die Insulinapplikation um bis zu 50% reduziert. CBD hilft beispielsweise auch bei verschiedenen psychischen Störungen, da es ein natürliches Antidepressivum ist.

- Und was die Dosierung angeht?

Bei dieser Dosierung wird im Allgemeinen empfohlen, mit weniger als 1-2 Tropfen zweimal täglich zu beginnen und nach 2-3 Tagen die Dosis zu erhöhen. Wenn bei Ihnen nach einer Dosiserhöhung eine unangenehme Nebenwirkung auftritt oder wenn die Person schläfrig ist, sich unruhig fühlt, unter Übelkeit oder Durchfall leidet, kehren Sie zur vorherigen Dosis zurück, bleiben Sie für 1-5 Tage bei dieser Dosis und versuchen Sie dann, die Dosis zu erhöhen.

- Wie man CBD Öl einnehmen?

Unter die Zunge. Idealerweise die Dosis für eine Weile (1-2 Minuten) unter Ihrer Zunge wirken lassen, da es durch Schleimhaut absorbiert. Dann schlucken und kleine Weile nichts essen oder trinken.

- Gibt es eine Dosierungsgrenze, nach der eine Überdosis eintreten kann?

CBD ist nicht psychoaktiv. Eine Überdosis der CBD ist allerdings unmöglich.

- Wo soll man das Öl aufbewahren und wie lange nach dem Öffnen?

Sie können etwa ein Jahr nach dem Öffnen des Pakets aufbewahren. Es ist gut, es im Kühlschrank aufzubewahren, aber es ist keine Voraussetzung.

Ihr Ansprechpartner bei Fragen.

Bernd Dingelstedt

0911 - 896 143 23

0176 - 577 808 26