

OLEJ KONOPNY CBD



W związku z dużą liczbą nagłośnionych medialnie przypadków sukcesów w stosowaniu ekstraktów z konopi coraz więcej osób dowiadyuje się o ich właściwościach i decyduje na suplementację olejkami CBD. Niestety wraz z rosnącym wyborem coraz trudniej podjąć decyzję. Szereg osób pyta czym tak naprawdę są olejki CBD i jaki olejek wybrać, na co zwracać uwagę, a czego unikać by nie dać się naciągnąć nieuczciwym sprzedawcom próbującym wykorzystać rosnące zainteresowanie konopiami. Dla ułatwienia podjęcia decyzji przygotowaliśmy krótkie podsumowanie informacji, na które warto zwrócić uwagę zanim zdecydujemy, który z dostępnych na rynku produktów wybrać.

Zanim jednak omówimy szczegóły warto odpowiedzieć na pytanie czym jest olej CBD? Otóż **OLEJ CBD TO NATURALNY SUPLEMENT DIETY SKŁADAJĄCY SIĘ Z EKSTRAKTU Z KONOPI WŁÓKNISTYCH (CANNABIS SATIVA L.), ZAWIERAJĄCY NATURALNE FITOKANNABINOIDY (W TYM CBD) ORAZ OLEJ ROŚLINNY (NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANY JEST OLEJ Z KONOPI)**. W odróżnieniu od zwykłego spożywczego oleju z konopi, będący suplementem diety olej CBD zawiera obok nienasyconych kwasów tłuszczowych omega-3 i omega-6, naturalny ekstrakt z pełnym spektrum naturalnie występujących w konopiach fitokannabinoidów (w tym m.in. CBD - kannabidiol), terpenoidów i flawonoidów, co nadaje mu jego unikalne właściwości.

Czego więc należy szukać w olejkach z CBD? Oczywiście – CBD! Odpowiedź wydaje się banalna, acz nie tak oczywista. Po pierwsze należy wyraźnie podkreślić, że spotykany często w sklepach ze zdrową żywnością olej >>

tłoczony z ziaren konopi włóknistych nie zawiera CBD ani innych fitokannabinoidów, a tym samym jego pozytywne właściwości wynikają przede wszystkim z obecności kwasów omega-3 i omega-6 i są uboższe niż właściwości olejków CBD tworzonych na bazie ekstraktów z kwiatostanów konopi. Po drugie ekstrakty z konopi to tak naprawdę pełne bogactwo natury, której CBD jest tylko jednym ze składników. W pogoni za najwyższymi stężeniami i najniższym kosztem, część producentów zamiast posługiwać się pełnym ekstraktem roślinnym, wzbogaca zwykły olej wyizolowanym CBD. Możemy w ten sposób bez problemu otrzymać produkt wysokoprocenowy. Niestety, jego działanie, ze względu na uboższy skład nie będzie już tak skuteczne, jak preparatów z pełnym, naturalnym ekstraktem.

Kolejne częste pytanie dotyczy stężenia – czy więcej znaczy lepiej? Odpowiedź brzmi - nie zawsze. Z jednej strony najbardziej istotna sprawa to ilość miligramów CBD. Można powiedzieć, że nieistotne, czy zażyjemy 0,5 ml preparatu 10% czy 1 ml 5% – w obu przypadkach dostarczymy do organizmu 50 mg CBD. Pełen skład każdego produktu może być jednak inny, tak jak inny jest każdy z nas – dlatego polecane jest sprawdzanie różnych stężeń i dopasowanie idealnego dla siebie na drodze praktyki. Wyższe stężenia są również pomocne w przypadkach osób, które decydują się na zażywanie wysokich dawek – mniejsza objętość ułatwia np. utrzymanie preparatu pod językiem, gdzie wchłanianie jest dużo lepsze niż przy klasycznym podaniu doustnym.

Istotna jest też deklarowana metoda pozyskiwania ekstraktu. Istnieje

cały szereg metod i technologii do otrzymywania ekstraktów roślinnych – od stosunkowo nieszkodliwych i mało skomplikowanych (np. parą wodną), po znacznie bardziej kontrowersyjne. **NAJBARDZIEJ POŻĄDANĄ (I NIESTETY KOSZTOWNĄ) METODĄ JEST TZW. EKSTRAKCYJA DWUTLENKIEM WĘGLA W STANIE NADKRYTYCZNYM (SFE), KTÓRA POZWALA NA WYCIĄGNIĘCIE Z ROŚLINY WSZYSTKICH „DOBRYCH” SUBSTANCJI BEZ UŻYCIA JAKICHKOLWIEK TOKSYCZNYCH CHEMIKALIÓW.** Olejki otrzymywane tą technologią charakteryzują się brakiem zanieczyszczeń mikrobiologicznych i szkodliwych stężeń metali ciężkich. Ekstrakty takie oznaczane są na stronach producentów jako CO2 lub SFE.

Ostatnia rzecz, na którą warto zwrócić uwagę, to realna zawartość CBD i CBDa. Te dwie formy, choć bliźniaczo podobne, są dla ludzkiego organizmu jak dwie różne substancje. Pierwsza z nich stanowi jeden z najgorętszych tematów pośród uczonych na całym świecie – co chwilę pojawiają się doniesienia o jego kolejnych zastosowaniach. Doniesienia dotyczące wykorzystania CBDa są dużo uboższe – mówi się wprawdzie m.in. o działaniu przeciwzapalnym, lecz to CBD stanowi cudowne dziecko rodzącej się medycyny konopnej. Warto zaznaczyć, że część konsumentów, znając swój organizm i jego potrzeby, preferuje tzw. surowe (ang. RAW) wersje produktów, tj. zawierające więcej CBDa, a mniej CBD. Dla większości osób poszukujących olejków z CBD, zawartość CBDa jest jednak drugorzędna.

Niestety rosnąca popularność olejków CBD przyciągnęła na rynek całą rzeszę mało profesjonalnych tzw. „producentów”, którzy bez od-

powiedniego zaplecza naukowego i laboratoryjnego wprowadzają na rynek nie do końca sprawdzone i przebadane preparaty. **ZANIM ZDECYDUJEMY SIĘ NA ZAKUP UPEWNIJMY SIĘ, ŻE PRODUKT JEST ZGŁOSZONY, OBJĘTY KONTROLĄ I POSIADA STATUS SUPLEMENTU DIETY.** Warto też zapoznać się z podstawowymi informacjami dotyczącymi producenta. Jeżeli nie posiada on własnych upraw konopi, czy zaplecza laboratoryjnego, powinno to być dla nas znakiem ostrzegawczym. Starajmy się również kupować produkty tylko ze sprawdzonego źródła, jakim jest apteka.

REDAKCJA

