



[https://pixabay.com/de/users/cbd-infos-com-13065354/Julia Teichmann](https://pixabay.com/de/users/cbd-infos-com-13065354/Julia%20Teichmann)

## INFO-LETTER der Fachstelle für Suchtprävention September 2021

### Neues Superfood? Hanf und CBD in Lebensmitteln

Nicht nur **Lebensmittel mit Hanf** liegen im Trend. Auch um den Hanfinhaltsstoff **Cannabidiol (CBD)** entwickelt sich ein regelrechter Hype.

Lebensmittel, die Hanf enthalten, sind schon lange auf dem Markt, z.B. Speiseöl, Backwaren oder Müsli-Riegel.

Doch die Situation hat sich geändert – durch neuartige Hanfprodukte, um die ein regelrechter Hype entstanden ist: sogenannte **CBD-Öle**.

Die drei Buchstaben „CBD“ stehen für Cannabidiol. Auch das ein spezifischer Inhaltsstoff von Hanf. Er soll entzündungshemmend wirken, Schmerzen lindern und Ängste lösen. So werden auch die überaus teuren Öle oft beworben: Als Hilfe bei Menstruationsbeschwerden, Schlafstörungen oder Depression preisen einige Hersteller ihre Produkte an. Ferner sollen sie Abhilfe bei Gelenkschmerzen (Arthrose), Migräne, Alzheimer, Epilepsie und sogar bei verschiedenen Krebserkrankungen etc. schaffen.

Hierbei handelt es sich um krankheitsbezogene Aussagen, die generell für Lebensmittel nicht verwendet werden dürfen.

In Drogerien, Supermärkten und Onlineshops sind Kapseln, CBD-Öl oder Kaugummi erhältlich. Bei CBD-Öl handelt es sich in der Regel um Extrakte der Gesamtpflanze (inkl. Blüten und Stängel). Diese Extrakte werden dann in gewöhnliche Speiseöle wie Sonnenblumenöl und Olivenöl, aber auch in Hanfsamen-Öl gemischt.

Cannabisöle mit z.B. 5 Prozent CBD sind sehr teuer. Sie werden teilweise in kleinen Fläschchen angeboten, die umgerechnet auf 100 ml rund 300 Euro kosten.

Aber: Diese Produkte können gesundheitlich beeinträchtigende Mengen des psychoaktiven Stoffes Tetrahydrocannabinol (THC) enthalten. Solche hohen, oral aufgenommenen THC-Dosen können u. a. zu Herzzrasen, Bindehautreizung, "High-Gefühl" oder Niedergeschlagenheit führen.

### *CBD – Zulassung umstritten, gesundheitlich riskant*

Aus Sicht des Bundesamts für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) müssen die Anbieter, bevor sie CBD-haltige Erzeugnisse auf den Markt bringen, entweder einen Antrag auf Zulassung eines Arzneimittels oder einen Antrag auf Zulassung als neuartiges Lebensmittel ("Novel Food") stellen. Das gilt auch für Nahrungsergänzungsmittel. Zulassungen als „Novel Food“ liegen aber bislang nicht vor. Die Produkte dürften also gar nicht verkauft werden.

Zwar hat CBD im Gegensatz zu THC keine berauschende (psychoaktive) Wirkung. Es sind jedoch zahlreiche unerwünschte Effekte bekannt:

- So kann CBD bei jedem Zehnten Schläfrigkeit und Benommenheit auslösen.
- Genauso häufig scheint CBD aber auch zum Gegenteil, also zu Schlaflosigkeit, Schlafstörungen und innerer Unruhe zu führen.
- Zudem sind Fragen zu Dosierung, Sicherheit und Wechselwirkungen noch nicht geklärt.

Die Verbraucherzentralen raten daher von einem Verzehr ab! Besonders sensible Zielgruppen wie Kinder und Jugendliche müssen geschützt werden. Bonbons, Schokolade oder Erfrischungsgetränke enthalten oft fragwürdige Hanf-Zutaten, deren Ursprung unklar ist. Zudem nutzen die Anbieter Abbildungen von Hanfblättern und Begriffe wie "berauschend", "high" oder "Achtung Suchtgefahr!", um gezielt mit dem berauschenden Image zu werben. Das halten wir für eine gefährliche Verharmlosung von Cannabis.

#### **Weitere Informationen bei:**

Alexandra Lauer ([alexandra.lauer@ekkw.de](mailto:alexandra.lauer@ekkw.de))

Christina Heimeroth ([christina.heimeroth@ekkw.de](mailto:christina.heimeroth@ekkw.de))