

## INTRODUCTION AU CBD

Le cannabidiol (CBD) est un composé naturel que l'on trouve dans la fleur résineuse du cannabis, une plante dont l'histoire en tant que médicament remonte à des milliers d'années. Aujourd'hui, les propriétés thérapeutiques du CBD sont testées et confirmées par des scientifiques et des médecins du monde entier. Substance sûre et non addictive, le CBD est l'un des plus de cent "phytocannabinoïdes" propres au cannabis, qui confèrent à la plante son solide profil thérapeutique.

Le CBD est étroitement lié à un autre phytocannabinoïde médicinal actif important: le tétrahydrocannabinol (THC), le composé qui provoque l'euphorie pour laquelle le cannabis est célèbre. Ce sont les deux composants du cannabis les plus étudiés par les scientifiques.

Le CBD et le THC ont tous deux des attributs thérapeutiques importants. Mais contrairement au THC, le CBD ne donne pas l'impression de planer ou d'être ivre. Cela est dû au fait que le CBD et le THC agissent de manière différente sur les différents récepteurs du cerveau et du corps..

Le CBD peut en fait réduire ou neutraliser les effets psychoactifs du THC, en fonction de la quantité de chaque composé consommé. De nombreuses personnes souhaitent bénéficier des bienfaits du cannabis pour la santé sans l'euphorie ou avec une euphorie moindre. Le fait que le CBD soit thérapeutiquement puissant, non intoxicant et facile à prendre sous forme d'huile de CBD en fait une option de traitement intéressante pour les personnes qui hésitent à essayer le cannabis pour la première fois.

## CBD LA MOLÉCULE POLYVALENTE

De nombreuses personnes recherchent des alternatives aux produits pharmaceutiques aux effets secondaires graves : des médicaments plus en phase avec les processus naturels. En exploitant la façon dont nous fonctionnons biologiquement à un niveau profond, le CBD peut soulager la douleur chronique, l'anxiété, l'inflammation, la dépression et de nombreuses autres conditions.

Des recherches scientifiques approfondies, dont la plupart sont parrainées par le gouvernement américain, et des rapports anecdotiques de plus en plus nombreux émanant de patients et de médecins soulignent le potentiel du CBD en tant que traitement d'un large éventail d'affections, notamment (mais pas exclusivement):

- Maladies auto-immunes (inflammation, polyarthrite rhumatoïde);
- Affections neurologiques (maladie d'Alzheimer, démence, maladie de Parkinson, sclérose en plaques, épilepsie, chorée de Huntington, accident vasculaire cérébral, traumatisme crânien); • Syndrome métabolique (diabète, obésité);
- Maladies neuropsychiatriques (autisme, TDAH, PTSD, alcoolisme);
- Troubles intestinaux (colite, maladie de Crohn);
- Dysfonctionnement cardiovasculaire (athérosclérose, arythmie);
- Les maladies de la peau (acné, dermatite, psoriasis).

Le CBD a démontré des effets neuroprotecteurs et ses propriétés anticancéreuses sont étudiées dans plusieurs centres de recherche universitaires aux États-Unis et ailleurs. Une étude menée en 2010 par des scientifiques californiens sur le cancer du cerveau a révélé que le CBD "renforce les effets inhibiteurs du THC sur la prolifération et la survie des cellules de glioblastome humain". Cela signifie que le CBD rend le THC encore plus puissant en tant que substance anticancéreuse. En 2010 également, des chercheurs allemands ont signalé que la CBD stimulait la neurogenèse, c'est-à-dire la croissance de nouvelles cellules cérébrales, chez les mammifères adultes.

## COMMENT FONCTIONNE LE CBD?

Le CBD et le THC interagissent avec notre corps de différentes manières. L'un des principaux moyens consiste à imiter et à renforcer les effets de composés présents dans notre organisme appelés "cannabinoïdes endogènes", appelés ainsi en raison de leur similitude avec les composés présents dans la plante de cannabis. Ces "endocannabinoïdes" font partie de ce que les scientifiques appellent le "système endocannabinoïde".

La découverte du système endocannabinoïde a considérablement amélioré notre compréhension de la santé et des maladies. Elle a des implications importantes pour presque tous les domaines de la science médicale et contribue à expliquer comment et pourquoi le CBD et le THC sont des composés si polyvalents et pourquoi le cannabis est une plante si largement consommée, malgré son statut illégal.

Le système endocannabinoïde joue un rôle crucial dans la régulation d'un large éventail de processus physiologiques qui affectent notre expérience quotidienne : notre humeur, notre niveau d'énergie, la force intestinale, l'activité immunitaire, la pression sanguine, la densité osseuse, le métabolisme du glucose, la façon dont nous ressentons la douleur, le stress, la faim et bien d'autres choses encore.

Que se passe-t-il si le système endocannabinoïde ne fonctionne pas correctement? Quelles sont les conséquences d'un système endocannabinoïde chroniquement déficient ou hyperactif? En un mot, la maladie.

La science de pointe a montré que le système endocannabinoïde est dérégulé dans presque toutes les conditions pathologiques. Il est donc logique que "la modulation de l'activité du système endocannabinoïde puisse avoir un potentiel thérapeutique dans presque toutes les maladies affectant les humains", comme le suggère une publication de 2014 de Pal Pacher et George Kunos, scientifiques aux Instituts nationaux de la santé (NIH) des États-Unis.

En



modulant le système endocannabinoïde et en améliorant le tonus endocannabinoïde, le CBD et le THC peuvent ralentir, ou dans certains cas arrêter, la progression de la maladie.

**QI OIL**

QUANTITÉ ÉQUILIBRÉE **CBD**



## AVANTAGES DE L'HUILE DE QI OIL MHZ+ CBD

Plusieurs propriétés thérapeutiques ont été attribuées au CBD. Certaines d'entre elles sont largement étayées par des recherches scientifiques, d'autres sont le fruit de l'expérience de consommateurs du monde entier qui sont convaincus de ses qualités...

**Propriétés analgésiques et anti-inflammatoires:** il réduit la perception de la douleur grâce à son action sur le système endocannabinoïde du corps humain. Les cannabinoïdes se lient aux récepteurs du cerveau et stimulent les réponses dans différentes zones du corps, favorisant des mécanismes neurologiques bénéfiques..

**Propriétés anxiolytiques:** il a été démontré qu'elle atténue les symptômes associés au syndrome de stress post-traumatique (SSPT) et au trouble obsessionnel compulsif (TOC), qui, selon plusieurs études, sont également causés par une déficience en anandamide dans le système endocannabinoïde humain.

**Propriétés antipsychotiques:** Certaines preuves scientifiques suggèrent que le cannabidiol aide à traiter la schizophrénie et d'autres problèmes de santé mentale, comme le trouble bipolaire. **Propriétés antiémétiques :** les huiles de CBD peuvent facilement réduire cet inconfort, traitant efficacement les symptômes du rejet. Les huiles de CBD sont facilement digestibles, ne contiennent aucun produit chimique et ne dégagent pas le goût désagréable des médicaments antiémétiques normaux, qui sont riches en antiacides et en bismuth.

**Propriétés anticonvulsivantes:** Le CBD serait très efficace pour traiter certaines formes d'épilepsie infantile, dont le syndrome de Dravet.

**Propriétés énergisantes:** Connu pour ses effets calmants, le CBD offre également des propriétés énergisantes grâce à son action détoxifiante et sa capacité à renforcer les cellules du corps humain, contribuant à leur bonne régénération. C'est aussi un excellent antioxydant, encore meilleur que les vitamines C et E, selon une étude de 2008.

## CE QUE SIGNIFIE LE CBD À SPECTRE COMPLET

Le CBD à spectre complet est dérivé du chanvre et contient de nombreux cannabinoïdes en plus du CBD seul, y compris le THC, ainsi que d'autres éléments de la plante de chanvre, notamment des terpènes naturels, des vitamines essentielles, des acides gras, des protéines et plus encore.

La plante de cannabis contient plus de 100 composés connus sous le nom de cannabinoïdes, dont l'un est évidemment le cannabidiol (CBD). D'autres cannabinoïdes courants que vous pourriez rencontrer sont:

**Cannabichromène (CBC):** propriétés anti-inflammatoires, antidépressives, antifongiques et anticancéreuses  
**Cannabidivarine (CBDV):** des propriétés anti-convulsives, anti-inflammatoires et anti-nauséuses, ainsi que son impact sur la douleur et les troubles de l'humeur. Il est particulièrement efficace pour soulager les symptômes de la maladie de Crohn, du VIH/SIDA et de la SEP.

**Cannabigérol (CBG):** des propriétés anti-inflammatoires, antifongiques et anticancéreuses. Le CBG a montré des effets positifs sur le cancer, le glaucome, l'inflammation et les maladies de la peau. **Cannabinol (CBN):** effet sédatif, ainsi que des propriétés anticonvulsivantes et anti-inflammatoires.

L'avantage principal de l'huile de CBD à spectre complet est l'effet positif lorsque tous les composés travaillent à l'unisson.

Le CBD à spectre complet contient également des vitamines, des graisses essentielles et des protéines. Les vitamines A, C, E et B se trouvent en abondance dans le CBD, ainsi que jusqu'à 20 acides aminés et acides gras essentiels, tels que les oméga 3 et les oméga 6. Ces acides aminés accélèrent la capacité de votre corps à produire des protéines, améliorant ainsi le temps de récupération, et les acides gras sont excellents pour la

## LES MÉTHODES DE PRISE D'HUILE DE CANNABIDIOL (CBD) SONT :

1. Par voie orale
2. Par application sur la peau

### ADMINISTRATION ORALE INGESTION OU APPLICATION SOUS LA LANGUE

L'administration orale implique l'ingestion et, comme pour toute chose, il faut garder à l'esprit que la substance passe d'abord par le foie où, inévitablement, une partie du cannabidiol (CBD) est métabolisée.

Par conséquent, il faut tenir compte d'une augmentation de la dose absorbée, car la quantité de cannabidiol réellement absorbée peut être réduite à la fin du processus métabolique.

Une façon plus efficace de prendre du CBD par voie orale est d'appliquer les gouttes d'huile sous la langue. Cela permet à l'huile de passer directement dans la circulation sanguine, par les capillaires de la bouche et sous la langue (une zone fortement vascularisée). Le cannabidiol ne se "dissipe" pas et exerce ses fonctions en un minimum de temps, presque immédiatement..

### L'UTILISATION TOPIQUE DE L'HUILE DE CBD

L'huile de CBD est utilisée dans les cosmétiques pour différents types d'activité. Il a un effet protecteur sur l'épiderme et une forte fonction antioxydante. L'huile de cannabidiol (CBD) est généralement mélangée à d'autres crèmes ou produits cosmétiques pour être appliquée localement sur la peau afin de traiter une affection dermique particulière.

L'huile de CBD, en plus de présenter des caractéristiques antioxydantes, a également une fonction antiséborrhéique (agissant sur les peaux particulièrement grasses) grâce à ses capacités antibactériennes. Il est toujours utile de rappeler que le cannabidiol (CBD) pris par voie aérienne (c'est-à-dire vaporisé ou fumé) n'a aucune action sur la peau.

L'huile de CBD, dans ce cas, doit être appliquée directement (ou diluée dans d'autres crèmes) sur la zone de peau affectée. On applique l'huile en douceur et on la laisse agir. La quantité à utiliser est variable et dépend de l'individu. Pour apprécier les bienfaits de l'huile de CBD, il ne s'agit pas d'une question de "minutes" mais plutôt d'une utilisation à long terme..

## COMMENT PRENDRE LE CBD



### ORAL

Appliquez les gouttes d'huile sous la langue.

Le cannabidiol ne se "dissipe" pas et exerce ses fonctions en un minimum de temps, presque immédiatement..



### CUTANÉE

L'huile doit être appliquée directement sur la zone de peau affectée, ou elle peut être diluée dans d'autres crèmes, en évaluant les résultats à long terme.



## CERTAINS DES RÉSULTATS CONCERNANT L'EFFICACITÉ DU CBD POUR DES CONDITIONS SPÉCIFIQUES

**Le CBD contre la douleur:** la majorité des participants prenant du CBD contre la douleur ont rapporté un soulagement significatif. Un peu moins de 90% des participants de ce groupe ont fait état d'une certaine amélioration de la fréquence et de la durée de la douleur, 60% d'entre eux ayant déclaré que le CBD avait amélioré ces aspects "de beaucoup". Cependant, l'impact le plus significatif a été l'impact du CBD sur la perception de l'intensité de la douleur : avant la prise de CBD, le score moyen de la douleur était de 6,85 ; pendant la prise de CBD, le score moyen de la douleur était de 2,76, ce qui représente une diminution de 60% de l'intensité..

**Le CBD pour le sommeil:** Les participants prenant de la CBD pour dormir étaient plus susceptibles de déclarer avoir des difficultés à dormir qu'à s'endormir, bien que la plupart aient déclaré avoir des difficultés avec les deux. Les participants ont déclaré que le CBD les aidait à s'endormir plus rapidement, réduisant le temps moyen d'environ une heure à 20 minutes. Ils ont également déclaré se réveiller beaucoup moins souvent : 1,4 fois par nuit contre 4,3, soit environ un tiers du temps. Sans CBD, près des trois quarts des participants ont déclaré se réveiller fatigués avec CBD, 9% ont déclaré se réveiller fatigués. Les améliorations signalées dans la façon dont les personnes déclarent se sentir au réveil s'expliquent probablement par l'amélioration de la capacité à rester endormi. Les personnes prenant du CBD pour dormir étaient légèrement plus susceptibles de consommer également du THC que la moyenne des participants.

**Le CBD pour l'anxiété, la dépression et les autres troubles de l'humeur:** Près de 90% des participants utilisant le CBD pour un trouble de l'humeur ont déclaré souffrir d'anxiété. Pour la plupart, l'anxiété allait de pair avec la dépression. Les participants ont indiqué que le CBD avait un effet significatif en tant qu'agent anti-anxiété et antidépresseur. Il a particulièrement bien fonctionné pour atténuer les sentiments de nervosité 92% des participants ont ressenti un certain soulagement de ce symptôme et 68% ont déclaré que les sentiments de nervosité étaient "beaucoup mieux" avec le CBD. Le CBD s'est également avéré efficace pour soulager les crises de panique, atténuer les sautes d'humeur et supprimer les sentiments d'agitation, d'irritabilité et de tristesse. Le CBD s'est révélé moins efficace pour atténuer les difficultés de concentration, le manque d'intérêt pour les activités et les troubles digestifs ; près d'un cinquième des personnes n'ont signalé aucun changement dans ces symptômes. En outre, 3% des personnes utilisant le CBD pour un trouble de l'humeur ont déclaré que leur capacité de concentration s'était détériorée avec le CBD. .

**CBD pour les problèmes hormonaux:** Chez les personnes prenant du CBD pour le SPM, la ménopause ou d'autres troubles hormonaux féminins, le CBD semble être très efficace pour traiter les troubles de l'humeur et la douleur. Elle semble également contribuer à atténuer les sueurs nocturnes et, dans une moindre mesure, les bouffées de chaleur associées à la ménopause. Le CBD s'est avéré moins efficace pour améliorer les ballonnements liés aux menstruations et pour atténuer l'inconfort sexuel, la baisse de la libido et la sécheresse de la peau associés à la ménopause. Environ 5% des personnes ont déclaré que leur produit à base de CBD avait aggravé les envies de manger liées au syndrome prémenstruel, un effet qui pourrait être attribuable à la tendance bien connue du THC à provoquer des fringales. Munchies.

**Le CBD pour les troubles de stress post-traumatique:** Chez les personnes qui prennent du CBD pour traiter un trouble de stress post-traumatique, le CBD semble être très efficace pour traiter une série de symptômes, en particulier l'anxiété, la colère, l'irritabilité, la dépression, les sautes d'humeur et les attaques de panique. Le CBD semble également utile, bien que dans une moindre mesure, pour atténuer les pensées indésirables, les cauchemars et les palpitations cardiaques chez les personnes souffrant de stress post-traumatique.

**CBD pour les maladies gastro-intestinales:** Chez les personnes prenant du CBD pour des maladies gastro-intestinales, en particulier le SCI (syndrome du côlon irritable), le CBD semble être extrêmement utile pour soulager les crampes ou les douleurs abdominales, les nausées ou les vomissements et l'indigestion. De nombreux participants l'ont également trouvé utile pour la fatigue, bien que certains aient trouvé qu'il les rendait plus fatigués. Le CBD semble moins efficace pour aider les personnes souffrant de maladies gastro-intestinales à maintenir un poids sain ; la moitié des participants de ce groupe n'ont signalé aucun changement ou une aggravation de ce symptôme.



CBD

## CERTAINS DES RÉSULTATS CONCERNANT L'EFFICACITÉ DU CBD POUR DES CONDITIONS SPÉCIFIQUES

Le CBD pour le TDA / TDAH (trouble déficitaire de l'attention / trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention): Chez les personnes atteintes de TDA/TDAH, le CBD semble le plus utile pour rester concentré, minimiser la distractibilité et atténuer l'agitation ou l'irritabilité. Il semble moins efficace pour minimiser la tendance à manquer des choses et à procrastiner (commune aux TDA/TDAH) et a parfois aggravé ces symptômes.

Le CBD contre le cancer: Parmi les personnes prenant du CBD pour le cancer, le CBD a été très utile pour soulager les nausées et les vomissements. De nombreux participants l'ont également trouvé utile pour l'appétit, la neuropathie (engourdissement ou picotement) et la faiblesse. Comme indiqué plus haut, le CBD était nettement moins susceptible d'aider à lutter contre la constipation et la diarrhée liées au cancer. Les effets secondaires les plus importants étaient des problèmes de mémoire et de concentration. Les personnes prenant du CBD pour le cancer étaient plus susceptibles que la moyenne des participants de prendre du THC. Cela peut être dû à l'efficacité du THC en tant qu'analgésique ou à des données précliniques bien connues suggérant que le THC et le CBD peuvent avoir des propriétés anticancéreuses.

Le CBD pour le diabète: Les participants prenant du CBD pour le diabète ont été interrogés sur leur taux de glycémie moyen avant et après avoir commencé à prendre du CBD. Bien que les taux de glycémie moyens avec le CBD soient encore élevés, ils ont montré des améliorations significatives par rapport aux taux pré-CBD, diminuant en moyenne de 178 à 130. Les participants ont également fait état d'améliorations significatives des symptômes de type neuropathique (c'est-à-dire douleurs nerveuses, picotements ou engourdissements) et de certaines améliorations de leur capacité à maintenir un poids sain.

CBD pour l'alcoolisme/la toxicomanie: parmi les personnes utilisant le CBD pour la toxicomanie, la majorité (70 %) a cherché à s'abstenir de la substance dont elle abuse (au lieu de consommer moins ou de surmonter l'abstinence). Le CBD s'est avéré extrêmement utile pour atteindre et rester à l'écart des opioïdes. Ceci est cohérent avec les études d'observation qui ont noté que de nombreux patients diminuent volontairement le nombre d'opioïdes qu'ils utilisent, ou les éliminent complètement, lorsqu'ils les utilisent en conjonction avec le cannabis, ainsi qu'avec les études animales et précliniques suggérant que le cannabis et le CBD peuvent réduire le risque de rechute. Le CBD a également été signalé comme étant utile pour réduire ou éliminer la consommation d'alcool. Il était relativement moins utile comme aide au sevrage tabagique. 24 % des fumeurs n'ont signalé aucun changement et 4 % ont déclaré consommer davantage de tabac après l'introduction du CBD.

Le CBD pour les lésions cérébrales: Parmi les personnes utilisant le CBD pour une lésion cérébrale (généralement un traumatisme crânien), le CBD s'est avéré très utile pour soulager les maux de tête, l'irritabilité et l'agitation. Le CBD était moins utile pour les problèmes d'équilibre. Chez un petit pourcentage de participants, le CBD a semblé aggraver les problèmes de mémoire, de concentration et d'expression personnelle.

## CBD ET EFFETS SECONDAIRES ET INTERACTIONS

Le CBD n'a pas d'effets secondaires particuliers et est bien toléré par le corps humain, même à des doses élevées. Certaines contre-indications ont été signalées, telles qu'une légère baisse de la tension artérielle, une sensation de fatigue et d'étourdissement, et une sécheresse de la bouche, mais ces effets secondaires ne sont généralement pas débilitants.

À ce sujet, nous vous recommandons de lire une publication de [l'Organisation mondiale de la santé sur le cannabidiol](#). Le cas de la prise simultanée de CBD et de médicaments est différent. En particulier, certaines études ont examiné l'interaction entre le cannabidiol et certains médicaments pour le foie. Dans ces cas, et dans tous ceux où médicaments et CBD sont utilisés de façon concomitante, nous suggérons de demander un avis médical pour prendre le produit au profil le plus sûr..