



100  
PERCENT

**CBD**

СВD ІНФО-ГАЙД

# Що таке CBD?

**CBD** (cannabidiol), **КДБ** (канабідіол) – це речовина з рослини Коноплі звичайні (*Cannabis sativa*). На відміну від інших компонентів канабіса, CBD не викликає змін свідомості, ейфорії або звикання, препарати CBD безпечно вживати дітям.

## Терапевтичні ефекти CBD

- нейрорепротектор
- антиконвульсант
- протизапальний
- анальгетик
- протинудотний
- анксіолітик

## 5 причин вживати CBD зараз:

1. CBD зменшує тривожність
2. CBD покращує сон
3. CBD допомагає забути негативний досвід
4. CBD має унікальний механізм дії
5. CBD не викликає залежності

## Визнання CBD у світі

У 2018 році Всесвітня організація охорони здоров'я оприлюднила звіт про CBD. У документі зазначалось: CBD — безпечна речовина і не спричиняє залежність.

Навпаки, CBD позитивно впливає на здоров'я організму. В тому ж році Всесвітнє антидопінгове агентство (ВАДА) видалило CBD з переліку заборонених для спортсменів речовин.

**З кожним роком все більше людей вживає CBD. В 2022 році кожний 4-й американець вживав CBD. В Європі — кожний 10-ий.**

**Вживати CBD — це корисна звичка, для якої потрібен час**



МІНІСТЕРСТВО  
 ОХОРОНИ  
 ЗДОРОВ'Я  
 УКРАЇНИ

## Клінічний досвід CBD в Україні

Центр психічного здоров'я та реабілітації «Лісова Поляна» МОЗ України провів вперше в Україні пілотне дослідження вживання CBD-олії ТМ «100 CBD» в Україні. Військовослужбовці під контролем лікарів вживали CBD-олію під час 3-х тижневого курсу реабілітації в центрі.

Лікарі-неврологи центру відмічають, що вживання CBD покращило самопочуття пацієнтів порівняно з іншими пацієнтами, які не вживали CBD.

**Результати клінічного досвіду в центрі «Лісова поляна» демонструють позитивний ефект CBD під час реабілітації військовослужбовців. Ба більш того, CBD рекомендовано вживати для подолання наслідків стресу та загальної підтримки організму.**

# CBD допомагає:

## Покращити роботу мозку та нервової системи

Всесвітня організація охорони здоров'я рекомендує CBD, як допоміжний нейропротекторний засіб за будь-яких неврологічних розладів. CBD зменшує втрату нейронів, нормалізує баланс нейромедіаторів, підсилює активність антиоксидантних ферментів та зменшує запалення в нервовій системі.

## Покращити якість сну

Завдяки своїй заспокійливій та знеболювальній дії CBD допомагає при безсонні, нормалізує тривалість і якість сну без звикання, психотропних та побічних ефектів.

## Зменшити відчуття стресу та втоми

CBD допомагає зняти надмірну психоемоційну напругу, впорядкувати активність нервової системи, та є ефективним проти різних форм тривожності (ГТР, ПТСР, панічних атак, тривожного розладу).

## Зменшити біль і запалення

CBD має виражену знеболювальну дію та здатен полегшити різні форми болю (хронічний, м'язовий, біль у спині, мігрень) при цьому не викликає звикання і не потребує збільшення дози при тривалому вживанні. CBD також ефективний для зменшення болю після фізичних навантажень.

## **Зменшити тривожність**

Результати доклінічних досліджень свідчать: CBD є ефективним проти різних форм тривожності (генералізованого тривожного розладу, панічних атак, соціальної тривожності). Разове вживання високих доз канабідіолу (300 мг) суттєво зменшує тривожність під час публічних виступів, а щоденне вживання невеликих доз CBD (25–75 мг/день) протягом місяця призводить до стабільного зменшення відчуття тривоги та покращення сну, без побічних ефектів.

## **Зменшити депресію**

Канабідіол полегшує симптоми депресії, зокрема, завдяки впливу на серотонінові рецептори. На відміну від звичайних антидепресантів, ефект CBD настає швидше та не має побічної дії.

## **Покращити роботу антиоксидантної системи**

CBD є потужним антиоксидантом, що зменшує утворення шкідливих вільних радикалів. Антиоксидантна активність CBD є вищою ніж у вітамінів С та Е.

## **Покращити стан серця та судин**

Канабідіол справляє кардіопротекторну дію, викликає релаксацію кровеносних судин, запобігає їхньому uszkodженню, нормалізує роботу серця під впливом стресу.

# Як вживати CBD?

## Базові рекомендації

- **Визначити своє ефективне дозування CBD.**  
Добова доза CBD залежить від сприйнятливості, очікуваного ефекту та особливостей фізіології організму людини (від маси тіла, наявного захворювання тощо).
- **CBD краще приймати під час або після прийому їжі (+/- 30 хв).**
- **Бажано, щоб продукти містили багато жирних кислот — це покращує всмоктування CBD** в травній системі. Доприкладу, такі продукти: рослинна олія, горіхи, жирна риба, молочні продукти, тощо.

## Як швидко діє CBD?

Ефект можна відчувати за кілька хвилин після вживання. Це заспокоєння, розслаблення м'язів, зменшення болю, тощо. **Найбільш ефективним CBD стає протягом тривалого щоденного вживання** — за словами експертів, іноді потрібно від двох до шести тижнів, щоб ефекти CBD проявили себе повністю.

## Побічна дія та токсичність CBD

У високих дозах (10-20 мг/кг/д) CBD може викликати: зниження апетиту, діарею, сонливість, втому, порушення сну, а також підвищення печінкових трансаміназ (АЛТ і АСТ). CBD має дуже низьку токсичність: LD 50 після внутрішньовенного введення мавпам-резус складає 212 мг/кг. За умови перорального LD 50 не встановлено.

## Більше не дорівнює краще

Розпочинайте вживання CBD з рекомендованої **початкової добової дози — 15 мг CBD і збільшуйте за потреби та поступово (не частіше ніж 1 раз на тиждень).**

Після того, як ви підібрали ефективне дозування для себе, не збільшуйте його без потреби. Більше дозування може бути менш ефективним для Вас.

## Фармакокінетика CBD

Середня біодоступність CBD після перорального вживання для людини складає  $\approx$  6%, хоча індивідуальна біодоступність CBD варіює. Максимальна концентрація CBD в плазмі настає через 2.5-5 годин після перорального вживання. Вживання CBD з жирною, висококалорійною їжею збільшує біодоступність CBD в 5 разів.

## Зберігання

CBD-продукти зберігають при кімнатній температурі в темному місці. Запобігайте нагріву, тривалому впливу світла і повітря на CBD-продукти. Не рекомендується заморозувати CBD-продукти.

# Українська ТМ «100 CBD»

**«100 CBD»** — перший доступний в Україні легальний «медичний» канабіс.

«100 CBD» вийшов на ринок України під час війни, коли зберегти спокій та стійкість критично необхідно всім нам.

Ми імпортуємо сертифіковану європейську сировину, залучаємо науковців до розробки ефективного складу та виготовляємо валідовану CBD-продукти на українському фармацевтичному заводі.

CBD-продукцію від ТМ «100 CBD» можна вживати вдень. Вона не містить додаткові компоненти, що можуть надати снодійний ефект чи змінити стан свідомості.

**«100 CBD» —  
стовідсотково  
якісний, ефективний  
та легальний CBD**

CBD — це зручне та корисне доповнення до вашого щоденного раціону харчування, яке, по-перше, надасть ментальний та тілесний спокій. CBD від ТМ «100 CBD» можна вживати вдень, цей продукт не містить додаткові компоненти, які можуть надати снодійний ефект чи змінити стан свідомості.

Обирайте продукти із CBD саме для себе: різні концентрації, форми, формати та смаки.

# Переваги ТМ «100 CBD»

## 0% НАРКОТИКІВ

- Якісна CBD сировина без сторонніх домішок
- Легальний імпорт CBD сировини

## UA ФАРМВИГОТОВЛЕННЯ

- Відповідність продукції чинним українським стандартам якості та безпеки
- Виготовлення на сертифікованих виробничих потужностях за стандартами GMP

## МСТ ОЛІЯ-НОСІЙ

- Сприяє кращому засвоєнню CBD
- Використовуємо для всіх продуктів

## КОНЦЕНТРАЦІЯ НА ЕТИКЕТЦІ

- Зазначаємо кількість CBD в порції та упаковці, адже саме кількість CBD надає терапевтичний ефект.
- Пропонуємо CBD-продукти з дієвою концентрацією CBD.

## ЗРУЧНЕ ВЖИВАННЯ

- CBD-олія у формі орального спрею — фіксована порція у одному вприскуванні (пшику).
- CBD-капсули — нова форма CBD-продукції українського виробництва з кількістю 15 мг, 30 мг, 50 мг та 100 мг CBD в порції (капсулі).

# Вперше CBD?

Простий і зрозумілий початок вживання CBD: спеціально розроблені продукти для першого вживання CBD — початкова доза — 15 мг CBD в 1 пшику або 1 капсулі.



## CBD-олія 10%

Початкова добова доза —  
15 мг CBD в 1 пшику

- ПРИСНІТЬ CBD-олію у ротову порожнину
- За хвилину ПРОКОВТНІТЬ



## CBD-капсули 900 мг

Початкова добова доза —  
15 мг CBD в 1 капсулі

- ПОКЛАДІТЬ 1 капсулу в ротову порожнину
- Та ОДРАЗУ ПРОКОВТНІТЬ

## Скільки вживати CBD?

Більшість експертів радить почати вживати CBD з 15 мг/день і поступово збільшувати порцію. CBD-олія 10% та CBD-капсули з 15 мг CBD в одній порції — простий і зрозумілий початок вживання CBD – спеціально розроблені продукти для першого вживання CBD. Початкова доза — 15 мг CBD в 1 пшику або 1 капсулі. Розпочніть з одного вприскування (пшику) або 1 капсули на добу вечері або зранку разом з їжею та вживайте щодня протягом тижня, бажано в однаковий час. Через тиждень за потреби — збільшіть: додайте 1 пшик або 1 капсули (завжди з їжею). Збільшуйте дозування лише за потреби, по 15 мг CBD, що відповідають 1 пшику або 1 капсулі цих двох продуктів, не частіше ніж раз на тиждень.

## Як розпочати вживання CBD

CBD має накопичувальний ефект, за словами експертів іноді потрібно від двох до шести тижнів, щоб ефекти CBD проявили себе повністю.

Тиждень вживання CBD	Кількість пшиків або капсул	Кількість CBD мг	Вживати в однаковий час, з їжею (+/- 30 хв)
1-й тиждень	1	15 мг CBD	15 мг CBD ввечері
2-й тиждень	2	30 мг CBD	15 мг CBD вранці та 15 мг CBD ввечері
3-й тиждень	3	45 мг CBD	30 мг CBD вранці та 15 мг CBD ввечері
4-й тиждень	4	60 мг CBD	30 мг CBD вранці та 30 мг CBD ввечері

Після того, як ви підбрали ефективне дозування для себе, не збільшуйте його без потреби. Більше дозування може бути менш ефективним для Вас.

# Що таке канабіноїди?

**Канабіноїди** (від латинської назви Cannabis) – це група терпенфенольних сполук, що виробляються рослиною канабіс. Психоактивна дія канабіса залежить від канабіноїда ТГК ( $\Delta^9$ -тетрагідроканабінол, дронабінол). Різні сорти конопель містять від 0.08% (технічні коноплі в Україні) до 30 - 40 % ТГК. Окрім психотропної дії, ТГК має виражені медичні властивості (анальгетик та антиміметик).

## Як діють канабіноїди?

Пошук клітинних рецепторів, від яких залежить психоактивна дія ТГК, призвів до відкриття однієї з найважливіших регуляторних систем організму – ендоканабіноїдної системи (ЕКС).

## Серед функцій ендоканабіноїдної системи:

- підтримка гомеостазу;
- регуляція сну, апетиту, харчової поведінки та енергетичного обміну;
- нейрогенез і нейропротекція;
- регуляція настрою, пам'яті, навчання, тривожних та депресивних станів;
- знеболення;
- модуляція імунної системи;
- регуляція фертильності, вагітності, пре- та постнатального розвитку.

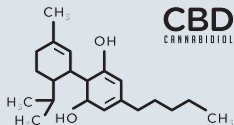
CBD модулює активність ЕКС, проте майже не взаємодіє з канабіноїдними рецепторами.

## «Розслабся, їж, спи, забудь і захисти» — зміст «повідомлень» ендоканабіноїдів

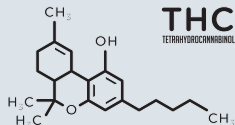
Канабіс (Cannabis) — латинська назва роду однолітніх квіткових рослин.

### Відомо > 60 канабіноїдів

Відомо понад 60 видів канабіноїдів  
(THC, CBD, CBN, CBC, CBN, CBG, тощо).



не психоактивний



психоактивний

# CBD та ліки

## Ліки з канабіноїдами

---

Канабіноїд	Торгівельна назва препарату	Призначення
ТГК	Марінол, Набілон	лікування нудоти, пов'язаної з хіміотерапією, та для стимуляції апетиту при ВІЛ/СНІДі.
ТГК+CBD	Сатівекс	лікування центрального невропатичного болю при розсіяному склерозі та непереборного болю при онкологічних захворюваннях.
CBD	Епідіолекс	зменшення епілептичних нападів при деяких рідкісних формах дитячої епілепсії

---

## Сумісність CBD із лікарськими засобами

Приклади лікарських засобів, на які може вплинути вживання CBD	Механізм взаємодії лікарського засобу із CBD	Результат взаємодії лікарського засобу із CBD
бупропіон, ефавіренз	↓ активності CYP2B6	↑ експозиції лікарського засобу, в наслідок чого можливе збільшення побічних наслідків його дії.
діфлунізал, пропофол, фенотіолат	↓ активності УДФ-ГТ	Рекомендовано зменшити дозування субстратів ферментів, активність яких пригнічує CBD
гемфіброзил, ламотриджин, морфін, лоразепам	↓ активності UGT2B7	
фенітоїн	↓ активності CYP2C8, CYP2C9	
діазепам, клобозам	↓ активності CYP2C19	↑ концентрації препарату в плазмі крові
еверолімус	↓ активності Р-глікопротеїн та CYP3A4	↑ в 2,5 разів максимальної концентрації еверолімусу в плазмі та площі під кривою (AUC)
сіролімус, такролімус, дигоксин	↓ активності Р-глікопротеїн	↑ експозиції вказаних ліків
вальпроат	-	↑ концентрації печінкових ензимів

# Питання та відповіді

## CBD викликає залежність?

НІ! Тривале вживання CBD не викликає негативних наслідків та вважається безпечним. Експерти радять починати з 15-30 мг/добу та поступово (щотижня) збільшувати. Деякі терапевтичні ефекти CBD стають помітними лише при тривалому, регулярному вживанні.

## Можна приймати CBD дітям?

ТАК! Висока якість, відсутність домішок та вміст канабідіолу є важливими факторами при виборі препарату CBD. Розчин чистого канабідіолу (Epidiolex) є зареєстрованим фармакологічним препаратом для лікування певних рідкісних форм епілепсії у дітей від 2-х років.

## Як поєднувати CBD з ліками?

Проконсультуйтеся із лікарем або експертом перед тим, як вживати CBD з медикаментами. CBD може підсилити ефект заспокійливих, снодійних, знеболювальних та інших лікарських засобів.

## Чим відрізняються CBD-олії?

1. Джерело CBD. Продукти на основі CBD- ізоляту (чистого порошку CBD) «чисті» і не містять інших компонентів канабісу. Натомість олії full spectrum або broad spectrum можуть містити THC, а також інші канабіноїди (крім THC їх понад 60 видів).
2. Концентрація CBD у готовому продукті. Саме кількість CBD надає ефект.
3. Олія-носіє (або олія-розчинник). Ним може бути олія (конопляна, оливкова, МСТ, тощо) або спирт. Також відрізняється вміст додаткових речовин (терпени, ароматизатори, вітаміни тощо).

## CBD-олія НЕ конопляна олія

Це зовсім різні продукти. Конопляну олію отримують з насіння коноплі, вона не містить канабіноїдів, оскільки останні містяться лише в листях та суцвіттях. CBD-олія – це розчин CBD-ізоляту (концентрату) в олії-розчиннику, яким може бути конопляна, кокосова, МСТ-олія або інші.

## Відмінність CBD та THC

THC викликає ейфорію, і хоча має чимало терапевтичних ефектів, є забороненим в багатьох країнах світу. В Україні обіг THC дозволено та обмежено.

Натомість CBD не психоактивний (в будь-якій кількості), не викликає залежності.

CBD — легальна речовина як у більшості країн світу, так і в Україні.

## Ефективність CBD доведена?

Так. Ще у 1940 році було отримано CBD майже за 25 років до відкриття ТНС. Саме відсутність «хай» ефекту залишало CBD «непотрібним», а зараз «розчаровує» споживачів.

Вони не відчують змін стану свідомості від речовини з канабісу, тому схильні вважати, що CBD «не діє». Проте є чисельні наукові дослідження, що пояснюють механізм дії CBD та підтверджують його терапевтичний вплив на організм.

Ефективність CBD доведено науково, підтверджено експертними установами та визнано споживачами.

## CBD — це медичний канабіс?

Так. Терапевтичні властивості CBD науково обґрунтовані та визнані. Не очікуйте «хай» ефекту від CBD, канабідіол не психоактивний.

## Що таке медичний канабіс?

Насправді, медичного канабіса не існує, натомість, є канабіс, що використовують з медичною метою. Іноді під терміном «медичний канабіс» розуміють непсихоактивні сорти конопель (CBD), але це помилково, адже психоактивний канабіс (ТГК) також має медичні властивості.

## **CBD під час надмірного стресу та тривожності**

CBD має заспокійливу дію та здатний зменшити симптоми тривожності. Ряд наукових публікацій свідчить про ефективність CBD у лікуванні генералізованого тривожного розладу, соціальної тривожності та посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

### **Як швидко діє CBD?**

CBD має індивідуальний вплив. Ефект можна відчути за кілька хвилин після вживання. Найбільш ефективним CBD стає протягом тривалого щоденного вживання — за словами експертів, іноді потрібно від двох до шести тижнів, щоб ефекти CBD проявили себе повністю.

### **Чи можна сідати за кермо після вживання CBD?**

Так. Адже CBD – непсихоактивна речовина, що не змінює стан свідомості.

### **Чи покаже CBD позитивний слід вживання «наркотичних речовин» при аналізі в поліції?**

Ні. Адже cbd (канабідіол) не є наркотичною речовиною і має іншу хімічну формулу ніж психоактивний канабіноїд thc (тетрагідроканабінол).

**100** PERCENT  
**CBD**  
EST. 2021

Ми на зв'язку у будні з 9.00 до 18.00  
+38-066-466-00-12 / all@100cbd.com.ua



[100cbd.com.ua](https://100cbd.com.ua)

СКАНУЙ І ЗАМОВЛЯЙ  
CBD ПРОДУКТИ  
НА САЙТІ



[100cbd.com.ua](https://100cbd.com.ua)

СКАНУЙ І ЧИТАЙ  
НАУКОВІ ФАКТИ  
ПРО CBD