



## Unter dem Pflaster liegt der Strand!

Erich Conradi, NZN-Nutriologisches Zentrum Nord

**Hanf ist anders.** Die Pflanze heißt *cannabis sativa* und wird seit 10 000 Jahren für verschiedene Zwecke gezüchtet. Sie produziert auf den Blütenblättern ein cannabinoidhaltiges Öl. Das bekannteste und gefährlichste Cannabinoid ist THC. Es kann rauschartige Zustände hervorrufen, Schmerzen verringern, Anfälle vermeiden, Entzündungen hemmen, Appetitstörungen beheben und Krebsbehandlungen unterstützen. 66 Cannabidiol sind bekannt, viele in ihrer Wirkung noch unerforscht. Einige beeinflussen das Bewußtsein. Die Pflanze hat heilkräftige Wirkung. Nebenwirkungen können Mundtrockenheit, Appetitsteigerungen mit Süßverlangen, Rededrang sein. Dosisabhängig können Visusstörungen, Halluzinationen, Stimmungsaufhellung bis Kontrollverlust auftreten. Es sind in vielfältigem Einsatz bisher keine Leberstörungen, Nierenschädigungen, Blutzersetzung oder neurologische Läsionen dokumentiert; Todesfälle wie unter Kokain oder Alkohol sind völlig unbekannt. Als Einsteigerdroge gilt es nicht. Suchtmedizinische Untersuchungen finden regelmäßig die Abhängigkeit von Zucker als Auslöser einer Heroinsucht. Allerdings kann festgestellt werden, daß Marihuananutzer weniger zur Verwertung im herrschenden globalisierten Raubtierkapitalismus taugen und eher Beschäftigung auf alternativen Feldern suchen. Die Verachtung dieser Medizindroge kann aus therapeutischer Sicht nicht verstanden werden.

**Hanf ist Kultur.** Aus den Fasern werden die reißfestesten Pflanzenseile der Welt gemacht, haltbarer als Plastik. Die Autoindustrie nutzt Hanffasergebinde zur Dämmung und Isolierung. Gehäckselte Stengel ergeben mit Kalk und Wasser gemischt einen überaus haltbaren und leicht zu bearbeitenden Stein für den Hausbau mit überragenden Dämmeigenschaften. Hanftextilien werden hauptsächlich in China hergestellt, wo die Ernte weitgehend von Hand eingebracht wird und altes Knowhow für die Fertigung technologisch umgesetzt wird. Hanf war bis 1945 weltweit etabliert. An vielen Feldern ließ man die einjährige, schnell wachsende Pflanze als Windschutz und gegen den Wildverbiß wachsen. Hanf braucht keinerlei Pestizide und keinen Dünger. Es wertet den Boden auf und lockert auch tief verfestigten Boden. Es lohnt sich als Zwischenfrucht auf allen kommunalen und landwirtschaftlich genutzten Böden. Die wachsende Pflanze reinigt ölverpestete Flächen. Nutzhanf darf in Deutschland seit 1996 wieder legal angebaut werden, vorausgesetzt man ist Landwirt und kann dem Landwirtschaftsamt in Berlin die Anbaufläche und die Sorte melden. Jedem anderen kann aus dem Aufziehen einer Cannabispflanze ein Strick gedreht werden. Aus den Samen wird ein sehr wertvolles Öl gewonnen, geröstet schmecken die Nüßchen köstlich. Gekeimte Samen sind der Rohstoff für eine gesundheitsfördernde Pflanzenmilch, die Cholesterin im Blut senkt und damit das Arterioskleroserisiko verringert.

Das Mehl eignet sich zum Brotbacken und Herstellen glutenfreien Gebäcks.

Aus den Blättern wird ein milder Magen- und Darmtee zubereitet.

12/2017 wird fortgesetzt