

Angstlinderung abhängig vom Cannabidiol-Gehalt

Datum: 13.07.2026

Original Titel:

Therapeutically Motivated Cannabis Use for Anxiety: Daily and Longitudinal Reductions Vary Between Flower and Edible Products

Kurz & fundiert

- Täglicher Cannabiskonsum zur Angstlinderung – produktabhängig?
- Naturalistische Studie über 30 Tage mit 345 Teilnehmern
- Unterscheidung je nach Inhaltsstoffen Cannabidiol (CBD) und Delta-9-Tetrahydrocannabinol (THC)
- Randomisierte Zuweisung zu Produkten mit THC vs. THC + CBD vs. CBD
- Blüten versus essbare Produkte (freie Wahl zu Studienbeginn)
- Angstlinderung abhängig vom Cannabidiol-Gehalt

MedWiss – Eine naturalistische Studie über 30 Tage untersuchte mit 345 Teilnehmern, welchen Einfluss täglicher Cannabiskonsum mit unterschiedlichen Produkten auf Ängste hat. Demnach sind angstlindernde Effekte primär abhängig vom Cannabidiol-Gehalt der konsumierten Produkte.

In Cannabis enthaltene Substanzen können auf Ängste einwirken, zeigten frühere Studien. Demnach ist THC aus Cannabis (Delta-9-Tetrahydrocannabinol) mit verstärkten Ängsten assoziiert. Cannabidiol (CBD) hingegen gilt als eher mit angstlösenden Effekten verbunden. Welchen Effekt täglicher Cannabiskonsum auf Ängste hat, war jedoch bisher nicht geklärt.

Täglicher Cannabiskonsum zur Angstlinderung - produktabhängig?

Wissenschaftler untersuchten nun in einer naturalistischen Studie über 30 Tage Cannabiskonsum mit unterschiedlichen Cannabisprodukten. Teilnehmen konnten Personen, die Cannabis zur Angstlinderung einsetzten. Die Teilnehmer wurden zufällig Gruppen mit Produkten unterschiedlichen Substanzgehalts (CBD, THC oder THC + CBD) zugewiesen. Ob Blüten oder essbare Produkte genutzt wurden, konnten die Teilnehmer zu Beginn der Studie frei entscheiden. Der Konsum erfolgte frei nach Bedarf (ad libitum). Die Teilnehmer berichteten ihren Cannabiskonsum über die letzten 24 Stunden und schätzten ihre Angstsymptome ein. Die Analyse betrachtete Veränderungen der Ängste mit der Zeit je nach Cannabinoid-Gruppe und konsumiertem Produkt.

Naturalistische Studie über 30 Tage mit 345 Teilnehmern

Insgesamt nahmen 345 Personen (Frauen: 61,3 %; Männer: 36,0 %) an der Studie teil. Blüten wurden von 228 Personen ausgewählt, 117 Personen nutzten essbare Produkte. Die Ängste der Teilnehmer nahmen signifikant im Studienverlauf ab, sowohl in der Gruppe mit Blüten als auch mit essbaren Cannabisprodukten. In der Blütengruppe sanken Ängste stärker, wenn CBD enthalten war (THC + CBD: 39,5 %; CBD: 34,8 %), als nur mit THC (7,8 %). Mit essbaren Cannabisprodukten mit CBD sanken Ängste im Schnitt um 24,9 % über 30 Tage.

Angstlinderung abhängig vom Cannabidiol-Gehalt

Demnach können Cannabisprodukte über 30 Tage angstlindernde Effekte haben, jedoch abhängig vom CBD-Gehalt.

Referenzen:

Rosa L, Lisano JK, Skrzynski CJ, Bryan AD, Bidwell LC. Therapeutically Motivated Cannabis Use for Anxiety: Daily and Longitudinal Reductions Vary Between Flower and Edible Products. *Int J Environ Res Public Health*. 2026 Feb 10;23(2):224. doi: 10.3390/ijerph23020224. PMID: 41752306; PMCID: PMC12941097.