

Regelmäßiger Cannabis-Konsum, geringere Entzündungsprozesse

Datum: 30.10.2025

Original Titel:

Cannabis use is associated with less peripheral inflammation but similar insulin sensitivity as non-use in healthy adults

Kurz & fundiert

- Welchen Effekt hat Cannabis auf Inflammation und Insulinempfindlichkeit?
- Studie über 4 Wochen mit 125 gesunden jungen Erwachsenen
- Regelmäßige, langfristige Cannabis-Nutzer versus Nicht-Konsumenten
- Niedrigere Entzündungsmarker-Spiegel bei Cannabis-Konsumenten
- Kein Effekt auf Insulinempfindlichkeit
- THC: CBD-Verhältnis über 4 Wochen ohne Einflüsse

MedWiss – Regelmäßiger Cannabis-Gebrauch bei metabolisch gesunden jungen Menschen, zeigte eine Studie mit 125 Teilnehmern, war mit niedrigeren Entzündungsprozessen im Vergleich zu Nicht-Konsumenten assoziiert, allerdings ohne Einfluss auf die Insulinempfindlichkeit. Zudem zeigte sich über 4 Wochen kein unterschiedlicher Effekt von Cannabis-Produkten mit mehr THC, mehr CBD oder ausgeglichenem Verhältnis beider Inhaltsstoffe.

Frühere Studien fanden ein geringeres Risiko für Typ-2-Diabetes und Adipositas bei Cannabis-Konsumenten. Dem zugrundeliegend werden Effekte auf Entzündungsprozesse und die Insulinempfindlichkeit vermutet. Welche Rolle verschiedene Inhaltsstoffe von Cannabis wie THC und CBD spielen, ist bislang unklar.

Welchen Effekt hat Cannabis auf Inflammation und Insulinempfindlichkeit?

Die vorliegende Studie untersuchte, ob sich Cannabis-Gebrauch auf Entzündungsprozesse (Inflammation) und die Insulinempfindlichkeit auswirkte. Zudem ermittelten die Wissenschaftler, ob solche Effekte mit dem Verhältnis der Konzentrationen von THC und CBD (THC:CBD-Verhältnis) in Zusammenhang stehen. Gesunde Personen zwischen 21 und 40 Jahren ohne Diabetes wurden zur Teilnahme gewonnen. Die Studie verglich Blutwerte von Personen, die seit mindestens einem Jahr wenigstens wöchentlich Cannabis nutzten, mit Teilnehmern, die seit mindestens einem Jahr kein Cannabis konsumierten. Die Cannabis-Nutzer sollten 1 bis 3 Cannabisblüten-Produkte frei über 4 Wochen nutzen. Dies umfasste ein THC-dominantes Produkt (23 % THC, 0 % CBD), ein Produkt mit THC+CBD (10 % THC, 8 % CBD) oder ein CBD-dominantes Produkt (20 % CBD, 1 % THC). Mögliche Entzündungsprozesse wurden anhand von Blutspiegeln der Zytokine TNF- α , IL-1 β , IL-4, IL-6, IL-12,

IFNG, IL10 und des Chemokins MCP-1 ermittelt. Blutwerte zu Inflammation und Insulinempfindlichkeit wurden zu Beginn der Studie sowie nach 4 Wochen bestimmt.

Studie über 4 Wochen mit 125 gesunden jungen Erwachsenen

Insgesamt nahmen 125 Personen an der Studie teil, von denen 97 regelmäßig Cannabis konsumierten, 28 nutzten kein Cannabis. Der Cannabis-Gebrauch verglichen mit Nicht-Konsumenten war mit niedrigeren Spiegeln von Entzündungsmarkern im Blut assoziiert ($p < 0,001$). Das THC:CBD-Verhältnis der Produkte, die über 4 Wochen genutzt wurden, hatte jedoch weder einen Effekt auf die Entzündungsmarker noch auf die Insulinempfindlichkeit im Vergleich zu Nicht-Konsumenten.

Niedrigere Entzündungsmarker-Spiegel bei Cannabis-Konsumenten, kein Effekt auf Insulinempfindlichkeit

Regelmäßiger Cannabis-Gebrauch bei metabolisch gesunden jungen Menschen war demnach mit niedrigeren Entzündungsprozessen im Vergleich zu Nicht-Konsumenten assoziiert. Es konnte kein Hinweis zum Einfluss auf die Insulinempfindlichkeit festgestellt werden. Zudem zeigte sich über 4 Wochen kein unterschiedlicher Effekt von Cannabis-Produkten mit mehr THC, mehr CBD oder ausgeglichenem Verhältnis beider Inhaltsstoffe. Längere Studien müssen demnach die Rolle dieser Substanzen klären.

Referenzen:

Bryan AD, Skrzynski CJ, Giordano G, Yang J, Stanger M, Bidwell LC, Hutchison KE, Perreault L. Cannabis use is associated with less peripheral inflammation but similar insulin sensitivity as non-use in healthy adults. Am J Med. 2025 May 3:S0002-9343(25)00281-5. doi: 10.1016/j.amjmed.2025.05.002. Epub ahead of print. PMID: 40324550.