MĚSÍČNÍK DIS ÚK n.s.,
KONOPNÉ ČÍSLO I. – BŘEZEN 2015

DIS ÚK

DEMOKRATICKÁ INFORMAČNÍ SKUPINA ÚSTECKÉHO KRAJE

SPECIÁLNÍ KONOPNÉ ČÍSLO

NENÍ KONOPÍ JAKO KONOPÍ
Bushka Bryndová
(str. 2)

ŽIVOTEM ZA ZDRAVÍM S KONOPÍM
Martina Stoklasová
(str. 3)

Jste pro legalizaci konopí?
OSOBNOSTI LIDEM
(str. 4)

Na co nového se můžete v novinách těšit?
(str. 5)

„Kdo dělá bubu, ten utře hubu!“

Halina Pawlowská

NENÍ KONOPÍ JAKO KONOPÍ

Bushka Bryndová

Víte, jaký je rozdíl mezi konopím a marihuanou? Marihuana je slovo pocházející ze slangu mexických přistěhovalců v USA, kterým označovali sušené vrcholíky (palice + trim) samičí rostliny konopí. Tuto sušinu kouřili, aby se po práci uvolnili, protože byli příliš chudí, než aby si mohli dopřát alkohol či jinou zábavu. Časem se ale tento zvyk rozšířil i mezi černošskou populaci a nakonec i mezi americké bělochy a dále do Evropy díky hnutí hippies. Slovo marihuana získalo hanlivý nádech coby zneužívaná droga a symbol společenského rozvratu. Nemělo by se tedy používat pro označení konopné sušiny, nebo dokonce celé živé rostliny – tou je vždy jen konopí! Zmínky o léčebném využití konopí najdeme ve všech velkých euroasijských civilizacích starověku, od Číny až po římské historiky, takže je doložené, že je lidstvo používá k léčbě již nejméně pět tisíc let.

Konopí je jednoletá rostlina, která má desítky tisíc odrůd, vyšlechtěných seed-bankami a pěstiteli technického konopí. Dělí se na několik základních druhů podle složení účinných látek a proto jsou jeho účinky velmi rozdílné, někdy dokonce až protichůdné. Aktivní látky, jedinečné pro rostlinu konopí se nazývají kanabinoidy (THC, CBD atd.) a působí podobně jako látky, které si přirozenou cestou vyrábí naše tělo – proto je konopí tak léčivé. Rozdíly v působení různých druhů konopí jsou málo známé, a přitom je to základní znalost potřebná pro efektivní léčbu touto bylinou. Často používaný termín „léčebné konopí“ je nicneříkající, protože prakticky každé kvalitní konopí se dá použít pro léčbu. Záleží na tom, jakou nemoc léčíme. Důležité je však, aby konopí pro léčbu bylo pokud možno vypěstované v čisté půdě venku nebo ve skleníku, a hlavně a bez použití chemických hnojiv a pesticidů. Je to rostlina, která se vám za péči bohatě odmění svými jedinečnými účinky.

Konopí je dvoudomá rostlina – má samčí a samičí rostliny, ale některé odrůdy technického konopí jsou hermafroditní. Pyl ze samců se přenáší vzduchem až do vzdálenosti 10 km. Díky tomu v posledních třiceti letech v Evropě i jinde ve světě došlo k masivnímu prokřížení konopí a původní botanické rozdělení na tři základní druhy (sativa, indica a rumištní) přestalo platit. Dnes se konopí dělí na legální technické a zakázané netechnické, které se pak dále rozděluje na další druhy.

Technické konopí

Legální, technické konopí má obsah kanabinoidu THC pod 0,2% a většinou se využívá jen pro průmyslové účely (vlákno a semeno). Některé jeho odrůdy se však dají využít i k léčbě některých nemocí, protože mají vyšší obsah kanabidiolu (CBD), látky bez omamných účinků, ale velmi léčivé. Takovými odrůdami jsou např. Carmagnola, Bialobrzieskie nebo Finola s obsahem CBD 2-3%. Denní dávka takového konopí v kvalitě herba (celé vrcholíky) je 2-3 gramy, nejlépe zpracovaného na výtažek. Nejvhodnější metodou pro získání výtažku z herby je extrakce ledovou vodou při teplotě 3-4° C.

Obsah kanabinoidů v rostlině konopí je jednak daný genetikou, ale dalším důležitým faktorem je sluneční svit během vegetace. Proto je možné vypěstovat se semen technického konopí samičí rostliny s velmi vysokým obsahem kanabidiolu (až 8%), jestliže zabráníme jejich opylení a pěstují se jako solitéry v mnohem větších rozestupech než na poli. Takové na pryskyřici vydatné konopí se může zpracovávat extrakcí rozpouštědly na klasický tuhý výtažek (fénixovy slzy). Výtažek se rozpustí na CBD olej, který se kape pod jazyk, nebo se přidá do čípků. Také se osvědčila kombinace tohoto výtažku v poměru 1:3 s výtažkem z indiky pro léčbu vážných nemocí včetně rakoviny. Léčebné využití je podobné jako u CBD odrůd, viz níže.

Netechnické, zakázané konopí

Podle dohod OSN hranice legálnosti u konopí končí při obsahu omamného THC vyšším než 0,3%. Nad tuto hranici je veškeré konopí zakázané, ačkoliv často nemá žádné nebo jen velmi slabé psychoaktivní účinky. Ty závisejí jednak na obsahu THC, který musí být nad 5%, ale rovněž na přítomnosti jiných kanabinoidů v rostlině, především kanabidiolu. Čím víc CBD, tím slabší je psychoaktivní účinek – proto také odrůdy s vyšším obsahem tohoto kanabinoidu nenajdete na černém trhu, nejsou totiž omamné. Konopí s obsahem THC 3-5% nemá omamné účinky, ale vyrábí se z něj kvalitní konopná mast s universálním účinkem - přesto je také zakázané.

Psychoaktivní konopí

Konopí s obsahem THC od 5% do 25% a s CBD v rozmezí 0-1,5% je omamné a vyhledává se nejen pro léčbu, ale i pro rekreační účely – především pro svůj relaxační účinek. Můžeme je rozdělit na hlavní typy sativa a indica, ale dnes se šlechtí především jejich hybridy (kříženci), které se pěstují venku nebo pod umělým osvětlením. Jejich účinky se liší podle poměru THC/CBD a obsahu dalších aktivních látek a proto je potřeba vybrat správnou odrůdu podle účelu, ke kterému chceme konopí použít. Pro léčbu většiny nemocí jsou vhodné odrůdy čisté indiky nebo hybridy. Takové kvalitní a potentní konopí je vhodné na výtažky všeho druhu, které se používají při léčbě rakoviny, bolesti a mnoha dalších zdravotních problémů. Dávkování je od 0,5 gramů sušiny (palice) denně až po 20 gramů (např. ve výtažku při léčbě rakoviny). Nevýhodou této léčby je vyšší obsah THC, jehož omamné účinky mnozí pacienti nesnášejí. Při léčbě tímto konopím je nutno vždy postupovat od velmi slabé denní dávky k vyšším, aby si organismus zvykl na jeho omamný účinek a vybudoval si na ně tzv. toleranci.

CBD odrůdy

Jako CBD odrůdy se označuje konopí s obsahem kanabidiolu nad 3% a s THC nad legální hranicí (více než 0,3%). Takové konopí nemá psychoaktivní účinek, ale působí na psychiku sedativně, proti úzkosti a nervozitě. Takové konopí se zpracovává buď extrakcí ledovou vodou, nebo rozpouštědly – záleží na obsahu pryskyřice. Často má vyrovnaný obsah THC/CBD (např. 5%:5%) a pak se jedná o konopí vhodné především pro léčbu roztroušené sklerózy, neurodegenerativních a autoimunitních nemocí i rakoviny. Existují však i jiné odrůdy přes 15% CBD při 1% THC, kterými se v USA s úžasnými výsledky léčí dětská epilepsie (např. slavná Charlotte's Web). V posledních letech byla vyšlechtěná celá řada CBD odrůd pro venkovní i indoor pěstování, takže jsou dnes dostupné ve většině obchodů se semeny.

Samonakvétací odrůdy

Samonakvétací neboli autoflowering odrůdy vznikly křížením sativy, indiky a rumištního konopí, aby se zkrátila doba vegetace na 3 měsíce. Rostlina se při kvetení neřídí délkou dne a noci jako u běžného konopí, ale vykvete už několik týdnů po vyklíčení a velmi rychle dozraje. V našich klimatických podmínkách jsou proto u samonakvétacího konopí možné dvě sklizně ročně při venkovním pěstování. Nevýhodou je velmi malý vzrůst rostlin a tím i malý výnos. Pěstují se nejlépe ve velkých květináčích, ve volné půdě často odspodu plesnivějí. Pro léčbu moc vhodné nejsou, ale je to dobré nouzové řešení.

ŽIVOTEM ZA ZDRAVÍM S KONOPÍM

Martina Stoklasová

Cestu léčby konopím jsem nastoupila o mnoho dříve, než jsem o této všestranné rostlině věděla něco víc. Pro mě to v té době byla pouze zakázaná, nebezpečná látka, droga.

K seznámení nás dvou došlo okolo mých 27 let, kdy lékaři stanovili mou novou identitu pro zbytek života – revmatoidní artritidu. Autoimunitní onemocnění, dle klasické medicíny nevyléčitelné. Neuvěřila jsem. Hodlala jsem tomu přijít na kloub a uzdravit se. Jinou možnost jsem si ani nepřipouštěla. Mé kroky zamířily k alternativám – léčitelé, kartářky, numerologové, astrologové, psychologové a knihy. Prokousávala jsem se pomalu k sobě, objevovala a nasávala svět bylinek, čísel, energií, čaker, pozitivního myšlení, barev, kamenů, vůní, kyvadel a svíček. Jednoduše se pro mě otevřel široký a pestrý svět alternativní medicíny. Mé tělo a má mysl se začaly postupně proměňovat. Z flamendra a kuřáka k vědomému člověku. Ovšem revmatoidní artritidu, tu jsme si udržovali – seronegativní, což v určité přesmyčce přesně vyjadřuje, co si o ní myslím. Příroda a pozitivní myšlení přinesly ovoce a já jsem si udržela velmi malé dávky methotrexatu. Methotrexat – cytostatikum, užívající se na léčbu rakoviny. Věděli jste, že medicína používá na autoimunitní nemoci léky původně vyvinuté pro zcela jiná onemocnění. Nemusíte mít rakovinu, abyste vyfasovali cytostatikum (methotrexat), které zdá se, zlepšuje průběh autoimunitního onemocnění. Myslím, že to může být cesta dost nebezpečná, připravující nové problémy. No ale jdeme dál, životem za konopím.

Po prozkoumání stohů literatury a seznámením se se spoustou léčitelů jsem došla k rozhodnutí, že pomoc potřebuje má psyché a vrhla jsem se na roční kurz při UK Praha – Psychologie pro každý den. Nádherná, široká oblast určená k dlouhému zkoumání. Po roce bádání mě oslovila psychoterapie a já absolvovala další večerní kurzy a přednášky na UK Praha. Ty dva roky mi pomohly hlouběji proniknout do mého nitra, cítila jsem se spokojenější a smířenější sama se sebou a rozhodla se k dalšímu pochopitelnému kroku a definitivně zahodila cigarety. Vybrala jsem si k tomu první letní den roku 2006 a od té doby jsem již nikdy nevzala cigaretu do pusy. Další 3 – 4 roky byly velmi náročné, dostávala jsem se ze své závislosti na nikotinu velmi pomalu a bolestivě. Během roku jsem přibrala 16 kilogramů a přidaly se různé zdravotní problémy a to včetně poruch spánku. Zvládla jsem to a vydržela. Někdy v té době jsem se dostala ke konopí.

Do mého života vstoupilo pomalu a nenápadně, jen jednou návštěvou malé vísky v Jižních Čechách u paní Bushky. Začala má další školní docházka, která trvá dosud. Seznamovala jsem se s konopím a jeho účinky, příbuzností s člověkem, mazáním a užíváním. Zamilovala jsem se do té rozmanitosti a věděla, že nastupuji studium a zájem mnohem delší, než jsem kdy mohla tušit. A tady také vzniklo mé nové přátelství s Bushkou, které stále trvá. Od té doby chovám ve velké úctě rostlinu konopí a stále společně se světem, objevuji její možnosti. A co má „revmatoidní artritida“? Začala jsem mazáním kloubů konopnou mastí a při tom jsem pilně studovala, abych si na jaře mohla zasadit svou první kytičku. A hned to první jaro poté jsem sázela, zalévala, hlídala před kočkou, mravenci, plísní, prostě hýčkala a milovala. Vyrostla krásná rostlina, kterou jsem zpracovala na listy, tinkturu a sušinu. Tinkturu jsem používala v případě zamoření okolí respiračními a jinými prskáním přenosnými chorobami. Má imunita oslabovaná methotrexátem mi za to byla vděčná. Sušinu jsem drtila do jogurtu a užívala v malé dávce před spaním. V této době jsem stále ještě trpěla jedním abstinenčním příznakem po vysazení nikotinu a to nespavostí. Zde se účinky konopí dostavily okamžitě a já zase spala jako miminko. Taková úleva. Také autoimunitní onemocnění se nijak nehlásilo, začala jsem pomalu ztrácet nabraná kila a cítila se lépe. Odhodlala jsem se k dalšímu kroku a znovu vysadila mehotrexát ze 7,5 mg týdně na nulu. Cítila jsem se báječně a 6 měsíců byla zcela bez problémů a potom jsem začala znovu otékat. Nerada, leč znovu jsem se vrátila k užívání methotrextu 10 mg týdně a pokračovala jsem s užíváním konopí do jogurtu. Můj stav se rychle zlepšil a opět stabilizoval. Po čtvrt roce jsem dávku methotrexátu snížila na 7,5 mg týdně. Vše bylo v pořádku, vrátilo se mi zdraví a radost ze života. Po čtvrt roce jsem opět snížila svou týdenní dávku methotrexátu na 5 mg týdně a postupně došla až k dávce 2,5 mg týdně = 1 pilulka týdně. Šťastný člověk, ale pořád tu byla ta jedna pilulka.

Rok 2014 se pro mě stal znovu objevným a do mého života se přihlásil kanabidiol – CBD – neomamná složka konopí, která rozkrývá postupně další zákonitosti rostliny konopí v léčbě. Začala jsem užívat kanabidiol s kakaovým máslem v 90% čokoládě. Páni, komfortnější a příjemnější léčbu vážně neznám, a tak chutnou.

Uplynulo 6 měsíců od chvíle, kdy jsem začala užívat CBD v čokoládě. K tomu si večer dávám drcené konopí z paliček do jogurtu, přidávám i sušené listy a loupané konopné semínko. Přestala jsem jíst maso a přidala jsem víc čerstvě odšťavněných šťáv z ovoce nebo zeleniny. Methotrexát neužívám 6 měsíců, cítím se dobře, klouby drží, tedy až na koleno, ale to je spíš příběh pádů než autoimunity. Vlasy mi podrůstají novými, krásně lesklými, mám pevné nehty a zpět svou váhu, kterou jsem měla před típnutím poslední cigarety. Klouby drží a neotékají.

Vím, ještě uběhla krátká doba, ale já věřím. Věřím v návrat a udržení si svého pevného zdraví třeba pod vedením konopí.

Děkuji přírodo.

OSOBNOSTI LIDEM!

Jste pro legalizaci konopí?

Jaroslav Doubrava,

senátor za Severočeši.cz

„Jen v případě, že by užívání bylo pod přísnou lékařskou kontrolou. To proto, že nepopírám léčebné účinky konopí. V takovém případě jsem i pro podstatně jednodušší možnost pořízení. Suma, která byla za dávku z lékárny stanovena je šílená, pro ty, kteří by ho potřebovali je nedostupné. Obávám se ale, že úplné uvolnění by vedlo ke zneužívání.“

Eliška Wagnerová,

senátorka za Stranu zelených

„Rozhodně pro léčebné účely.“

Pavel Poc,

europoslanec za ČSSD

„Legalizace pěstování pro vlastní využití ano. Legalizace léčivého konopí ano. Legalizace prodeje a distribuce drog, ne. Odlišit to lze myslím velmi snadno.“

Jana Černochová,

poslankyně za ODS

„Byla jsem jednoznačným zastáncem přijetí zákona o legalizaci konopí pro léčebné účinky. Co se týče jeho obecné legalizace, nemám ostře vyhraněný názor. Jsou zde jistě daleko škodlivější příklady návykových látek, proti jejichž legalizaci bych se vymezila.“

Na co nového se můžete těšit v našich novinách již od příštího čísla?

Naše noviny obohatí o články poslankyně Jana Černochová, se kterou pravidelně bude vycházet pořad *Jak to vidí poslankyně Černochová.* Dalším novým spolupracovníkem bude šéfredaktor Zdravotnického deníku a bývalý mluvčí ministerstva zdravotnictví Tomáš Cikrt, se kterým bude vycházet pořad *Ze světa zdravotnictví.* Pořad o konopí bude společně s Bushkou Bryndovou dělat podporovatelka konopné léčby, která má s touto léčbou vlastní zkušenosti, Martina Stoklasová. Do léta bude pokračovat pořad o metodě stravování – S.P.L.K. s Lenkou Holas Kořínkovou. Dále budou pokračovat tyto literární cykly\pořady: *Rozhovory s významnými osobnostmi, O Bibli, Povídky Sidonie Kermack, Studenti v právu!, Osobnosti lidem!, Teta Bushka – Jak léčit konopím, Jak by měl vypadat správný politik?, Fejetony Petry Kameničkové* aj.

Ondřej Spýťa Syrový

NA TOMTO SPECIÁLNÍM ČÍSLE SPOLUPRACOVALI:

BUSHKA BRYNDOVÁ, HOST REDAKCE

MARTINA STOKLASOVÁ, HOST REDAKCE

ONDŘEJ SPÝŤA SYROVÝ, ŠÉFREDAKTOR