

世界中で話題の成分。 CBD 旋風が日本にも!?

「ぐっすり眠れた」「体が緩んでいくのがわかる!」そんな声が多数の注目のナチュラル成分カンナビジオール (CBD)。「大麻から抽出」と聞くとドキッとしますが、幻覚症状などを引き起こすとされるテトラヒドロカンナビノール (THC) とは異なり、世界アンチドーピング機構 (WADA) の禁止表国際基準から除外された安全性の高い成分。世界で話題の CBD、その効果とは?

NEXT COMING IS CBD

CANNABIDIOL
no.1 INTRO

Photograph: KIM YANSU, Text: NATSUME MINOMURA

監修: 持田 騎一郎

株式会社 RCT ジャパン
代表取締役社長

薬事法、機能性表示食品、医療コンサルタント。機能性表示食品検定協会会長。2018 年、2019 年、理化学研究所の健康食品講座の講師をつとめる。現在、月間 100 社以上の化粧品、健康食品、医療機器の薬事案件をコンサル。米国 BSCG 社と組みスポーツドーピング、大麻 CBD/THC の分析事業を受託。海外の大麻医療、ビジネス情報に精通。rctjapan.org



WHO が認めた 驚きの可能性

世界保健機関 (WHO) は、不眠症や、頭痛・胃痛などの痛み、さらに、パーキンソン病、アルツハイマーなど数多くの疾患に関して、CBD が治療効果を有する可能性があると評価。大麻由来サブリを摂取する人は少ない人と比べて、医療費が 2 ~ 3 割少ないというデータまで。これからの研究を期待される注目の成分だ。

心身を緩める リラックス効果

「頑張らない」が苦手な私たちはいつだってストレスフル。心身に常に力が入っている状態は、頭痛や免疫の低下を引き起こすなど、深刻な症状を呼び込むことも。CBD には、過剰になった神経をなだめる働きがあるため、心身を緩める効果が。気が張ってなかなか休めない、眠れない人は力を借りて、リラックスしてみても?

ツライ PMS の 救世主に

腹痛にとどまらずイライラや眠気、憂鬱な気分など、自分ではコントロールが難しいとされる PMS (月経前症候群)。CBD は身体調整機能を活性化させる効果に加えて鎮痛作用も。そして嬉しいのは、摂取すると心拍数が低下して不安を感じにくくなる効果までであるということ。PMS に悩む女性の救世主になるかも。

アンチエイジング にも!

細胞同士の伝達能力を正常化させる、という効果にも優れた CBD は、加齢とともに衰える肌修復 (ターンオーバー) をサポートしてくれる。古い角質が除去され、くすみを一扫して透明感もアップ! さらにビタミン C・E よりも高い抗酸化作用を持っているため、美肌や若々しさを保つアンチエイジングにも期待大。

アメリカのカンナビジオール事情

眠れない、食欲がわからない、ストレスを軽減したい、そんな現代人たちの悩みを解決する可能性を秘めたカンナビジオール (CBD)。医療・ウェルネス効果が注目される中、スキンケア商品や内服のオイルなどが爆発的に増えた。とはいえ、CBD にはカンナビス由来のものとヘンプ由来のものがある。



<2019 年 9 月号より>