



有哪些載體油？

原則上，大麻二酚 (CBD) 可以溶解在所有食用油中，但是質量存在巨大差異。這已經在生產過程中開始了：精煉油的營養價值遠不及受控有機栽培的冷榨油所提供的營養價值。因此在購買之前了解載體油的質量是有道理的，以實現 大麻二酚 (CBD) 產品的最佳健康價值。

MCT (中鏈三酸甘油酯) 油

中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油由椰子油或棕櫚油組成。從化學上講，它含有大量來自中鏈脂肪酸的甘油三酯，如己酸、辛酸、癸酸和月桂酸，由於鍊長有限，它們是水溶性的特征可以更快的由肝臟吸收或代謝。

MCT (中鏈三酸甘油酯) 油的優缺點

優點

快速能量分配

抗菌、抗真菌、抗病毒

強化神經

促進身心耐力

刺激淋巴活動

減少充血作用

鎮痛

抗過敏

具有高增溶作用，使高效的大麻二酚 (CBD) 油可以被消化道快速有效地吸收[2]。

缺點

缺乏其他載體油中存在的其他草藥物質和抗氧化劑

幾乎沒有味道

通常經過高溫加工

根據來源，棕櫚油的使用在生態上是有問題的。

大麻籽油

與大麻油不同，從大麻植物種子中提取的油不含大麻素或萜烯。然而，它可以通過大麻植物的花和葉中不存在的那些植物物質的隨行效應來增強大麻二酚 (CBD) 的作用。

這就是為什麼這種油也經常用於全譜產品的原因。此外，這種油富含 omega-3 脂肪酸，對大腦、關節、皮膚和免疫系統的功能特別有益。



大麻籽油的優缺點

優點

omega-3 與 omega-6 脂肪酸的最佳 3:1 比例
含有 70 - 80% 的多不飽和脂肪酸以及大量的必需脂肪酸
對心臟、循環系統和血管疾病有益處
消炎
富含抗氧化劑，如維生素 B1 和 B2、維生素 E、類胡蘿蔔素
含有鈣、鎂、鉀、鐵、鋅、磷、錳、銅和鈉
富含其他大麻物質，如萜烯
獨特的草本風味[3]。

缺點

增溶效果略低於中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油
比中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油貴

如何識別好的載體油？

基本上，每種油都有其優點和缺點。個人和客觀因素對選擇合適的油品具有決定性作用，例如：

- 過敏
- 個人口味偏好
- 油的生物利用度
- 原材料提取對環境的影響

過敏

特別是對堅果過敏的患者應避免購買和服用以堅果油為載體油的大麻二酚 (CBD) 產品。例如，中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油是棕櫚仁和椰子油的混合物。對於過敏患者，這種混合物可能很棘手。

味道

每種油自然都有自己的味道，它並不總是適合所有人的口味。中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油被認為在很大程度上是中性的。椰子油和橄欖油有其獨特的風味。大麻籽油有輕微的堅果味，這就是為什麼它也用於沙拉上。如果你不喜歡油或大麻二酚 (CBD) 的味道，你也可以使用所謂的“食品”。這些是含有大麻提取物的藥用食品，例如餅乾、飲料或糖果。這些製劑通常具有原始味道，只是它們含有大麻二酚 (CBD) [6]。



生物利用度

術語“生物利用度”來自藥理學。它表明活性物質被吸收到血液中的速度和範圍。中鏈甘油三酯特別適合人體有效吸收。特別是中鏈三酸甘油酯 (MCT) 油的含量特別多，一般被認為是生物利用度最好的載體油。當然，提到的其他油也很好吸收。