CannaZen®

EVIDENZ- UND DATENBERICHT

Nachbarthemen im Überblick: Leitlinien, Senioren, Hanf, Psychedelika, Kratom und Kava, Europa, Edibles, Eigenanbau

Acht kompakte Lageberichte zu Themen rund um Cannabis. Je Thema: Befund und Verlässlichkeit der Quellen. Stand 11.11.2026. Keine Rechts- oder Medizinberatung.

Art der Arbeit	Rechercheübersicht auf Basis von Quellen, nicht fachjuristisch oder fachärztlich geprüft
Version	1.0
Stand	11.11.2026
Reihe	CannaZen Evidenz- und Datenberichte
Zitierhinweis	CannaZen (2026): Nachbarthemen im Überblick: Leitlinien, Senioren, Hanf, Psychedelika, Kratom und Kava, Europa, Edibles, Eigenanbau. Version 1.0, 11.11.2026.

Interessenhinweis. Herausgeber und Interessenhinweis: Dieser Bericht wurde im Auftrag von CannaZen erstellt. CannaZen ist ein Anbieter im Cannabis-Markt (Shop, Plattform, Rezeptvermittlung) und hat ein wirtschaftliches Interesse am Thema. Die Auswertung wurde mit KI-Unterstützung erstellt und ist nicht unabhängig begutachtet. Die Zahlen sind Momentaufnahmen mit den genannten Grenzen, sie ersetzen weder ärztliche noch rechtliche Beratung.

Auf einen Blick



Infografik zum Bericht

Kurzfassung

- Edibles (Cannabis zum Essen): Die Wirkung setzt oft erst nach 30 bis 90 Minuten ein. Wer in dieser Zeit nachlegt, riskiert eine Überdosierung. Der Wirkungshöhepunkt liegt bei etwa drei Stunden, die Wirkung kann bis zu zwölf Stunden anhalten.
- Leitlinien: In einer einzelnen Recherche wurde keine AWMF-S3-Leitlinie zu medizinischem Cannabis bei Schmerz, Spastik oder Übelkeit gefunden; das AWMF-Register wurde nicht systematisch durchsucht. Eine vorhandene Leitlinie behandelt cannabisbezogene Störungen (Konsum und Abhängigkeit).
- Senioren: In der PubMed-Abfrage vom 11.11.2026 sind 14 von 2.922 Treffern als kontrollierte Studien (RCT) indiziert, davon 0 zu Schlaf und 2 zu Schmerz. Der Bericht definiert die Altersgruppe "Ältere" nicht näher.
- Nutzhanf: Rekordfläche 2024 mit rund 7.100 Hektar und 623 Betrieben (BLE-Zahlen laut topagrar). Zahlen für 2025 und 2026 haben wir nicht gefunden.
- Psychedelika: Psilocybin, LSD und MDMA bleiben in der strengsten Liste des Betäubungsmittelgesetzes. Ein Härtefallprogramm für Psilocybin bei therapieresistenter Depression startete im Juli 2025, der aktuelle Stand ist unklar.
- Kratom und Kava: Kratom ist laut Pharmazeutischer Zeitung nicht als Betäubungsmittel gelistet, das BfArM warnte im Juli 2025 vor medizinischer Anwendung. Eine aktuelle Rechtslage 2026 ist nicht belegt.
- Europa: Das Bild ist uneinheitlich. Tschechien hat laut mehreren Quellen Besitz und Eigenanbau zum 1. Januar 2026 entkriminalisiert, Einzelheiten sind unbestätigt. Freizeitcannabis darf laut ADAC überall nicht über Grenzen mitgenommen werden; für verordnetes Medizinalcannabis gelten eigene Bescheinigungsregeln (siehe Ratgeber-Bericht).
- Edibles: Die Verzögerung bis zur Wirkung führt zum Nachlegen und damit zu Überdosierung.
- Eigenanbau: In der EKOCAN-Befragung (nicht repräsentativ, kleine Stichprobe) bezogen 21,4 % der Befragten im zweiten Halbjahr 2025 ihr Cannabis hauptsächlich aus Eigenanbau, im ersten Halbjahr 2024 waren es 5,4 %. Die Erfassung wurde 2025 geändert, die Werte sind keine Zeitreihe.

1. Leitlinien und Fachgesellschaften

- Die S3-Leitlinie (Leitlinie der höchsten Qualitätsstufe) zur Behandlung cannabisbezogener Störungen betrifft Konsum und Abhängigkeit, nicht medizinische Indikationen. Kennung und Stand stehen im Quellenverzeichnis.
- Zu Fibromyalgie nennt der Bericht eine AWMF-Leitlinie, die Cannabinoide nicht empfiehlt. Ein Schmerzspezialist kritisiert das als zu kategorisch, weil schwache Evidenz nicht negative Evidenz bedeute.
- Die Deutsche Gesellschaft für Schmerzmedizin hat eine Praxisleitlinie, die Cannabis-Indikationen in drei Evidenzgrade einordnet. Sie ist keine AWMF-Leitlinie, kann aber im Kassenantrag zitiert werden.

- Ein Ärzteblatt-Artikel von 2017 nennt als etablierte Indikationen chronische, insbesondere neuropathische Schmerzen, Spastik bei Multipler Sklerose sowie Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen. Das THC/CBD-Mundspray für MS-Spastik ist seit 2011 zugelassen.
- Eine kanadische Praxisleitlinie (2018) fand für die meisten Indikationen nur sehr begrenzte randomisierte Evidenz.

Verlässlichkeit: mittel, weil teils Primärquelle (AWMF), teils Fachpresse, und die Recherche auf eine Anfrage begrenzt war. Das AWMF-Register wurde nicht systematisch durchsucht.

2. Cannabinoide bei älteren Menschen

PubMed-Abfrage 11.11.2026 (Eigenauswertung)	Treffer
Ältere, alle Studientypen	2.922
Ältere, kontrollierte Studien (RCT)	14
Ältere, Übersichten und Metaanalysen	11
Ältere, Stürze	11
Ältere, Schlaf (RCT)	0
Ältere, Schmerz (RCT)	2

Einordnung: Älteren Menschen werden häufig mehrere Medikamente verordnet, was Wechselwirkungen und Sturzrisiko wichtig macht. Die kontrollierte Studienbasis ist dagegen sehr klein: 14 von 2.922 Treffern, das ist weniger als 1 von 200. Verlässlichkeit: niedrig, weil es eine reine Zählung ist. Ein Treffer bedeutet nur, dass die Begriffe im Abstract stehen, die Suchbegriffe sind englisch und eng. Null Treffer bei Schlaf heißt: nicht gefunden, nicht: wirkt nicht. Der Bericht definiert 'Ältere' nicht näher.

3. Nutzhanf in Deutschland

- 2024 wurden rund 7.100 Hektar Nutzhanf angebaut, etwa 1.300 Hektar mehr als im Vorjahr, ein Rekordhoch (topagrar nach BLE-Zahlen).
- 623 Betriebe bauten 2024 Nutzhanf an, 40 weniger als 2023. Größte Flächen je Betrieb: Brandenburg 38 ha, Sachsen-Anhalt 32 ha, Thüringen 22 ha.

Verlässlichkeit: mittel, weil Sekundärquelle (topagrar). Zahlen für 2025 und 2026 wurden nicht gefunden, hier steht der Stand von 2024.

4. Psychedelika: Weiter in der strengsten Verbotsliste

- Nach einer Übersicht vom 30. April 2026 ist kein klassisches Psychedelikum in Deutschland zugelassen. Psilocybin, LSD, MDMA und DMT bleiben in der strengsten Liste des Betäubungsmittelgesetzes, eine routinemäßige Verschreibung ist nicht vorgesehen.

- Ein Härtefall-Programm für Psilocybin bei therapieresistenter Depression startete am 11. Juli 2025 (Standorte Mannheim und Berlin). Ob es über Juli 2026 hinaus verlängert wurde, ist nicht klar.
- Zum Vergleich: Tschechien hat nach Medienberichten (ungeprüft) medizinisches Psilocybin ab 1. Januar 2026 erlaubt.

Verlässlichkeit: niedrig, weil überwiegend Nachrichtenseiten und Preprints (noch nicht begutachtete Studien) vorliegen.

5. Kratom und Kava

- Kratom ist laut Pharmazeutischer Zeitung nicht als Betäubungsmittel gelistet. Das BfArM warnte im Juli 2025 vor medizinischer Anwendung: Es ist nicht als Arzneimittel zugelassen, Sicherheit und Wirksamkeit sind nicht ausreichend geprüft.
- Die Behauptung, Kratom sei 2026 unter ein Gesetz gegen neue psychoaktive Stoffe gefallen, stammt aus einer nicht verifizierbaren Quelle und wird hier nicht übernommen.
- Zu Kava haben wir keine verlässliche aktuelle Rechtsangabe gefunden.

Verlässlichkeit: niedrig bis mittel. Den aktuellen Gesetzestext kann der Leser auf gesetze-im-internet.de selbst prüfen.

6. Cannabis in Europa: Uneinheitliches Bild, Mitnahme über Grenzen verboten

Land	Stand laut Quellen	Verlässlichkeit
Tschechien	Besitz und Eigenanbau für Erwachsene seit 1. Januar 2026 entkriminalisiert (nicht automatisch erlaubt), Anbau und Handel im größeren Stil verboten; genannte Details wie drei Pflanzen und 100 g zu Hause sind unbestätigt.	Mehrere Quellen, Details unbestätigt
Malta, Luxemburg, Niederlande, Schweiz	Angaben nur aus Ratgeberseiten, ungeprüft; Einzelheiten werden hier nicht genannt.	Ungeprüft
Weitere Länder	Belgien, Dänemark, Griechenland, Italien, Kroatien, Rumänien, Schweden, Spanien weitgehend verboten oder eingeschränkt (ADAC-Liste); Frankreich und Polen für Freizeitkonsum illegal.	ADAC, institutionell

Wichtig für Reisende: Freizeitcannabis darf laut ADAC überall nicht über Grenzen mitgenommen werden, und eine Genehmigung in einem Land gilt in anderen nicht. Die Regeln gelten am Aufenthaltsort. Für verordnetes Medizinalcannabis gelten eigene Bescheinigungsregeln (siehe Ratgeber-Bericht). Verlässlichkeit: niedrig für die Länderangaben, hoch für die Aussage zur Mitnahme, weil sie vom ADAC stammt. Nur ADAC und EUDA (die EU-Drogenagentur) sind

institutionelle Quellen, die übrigen Länderangaben stammen überwiegend aus Shop- und Ratgeberseiten.

7. Edibles: Spät, lang, schwer einzuschätzen

- Im Vergleich zum Inhalieren liegt der Wirkungshöhepunkt bei etwa drei Stunden, die Wirkung kann bis zu zwölf Stunden anhalten (CMAJ-Übersicht). Andere Quellen nennen 30 bis 90 Minuten bis zum Wirkungseintritt. Daher gilt: nicht nachlegen, nur weil noch nichts zu spüren ist.
- Die Verzögerung führt zu Dose Stacking: Konsumierende nehmen nach, bevor die erste Dosis wirkt, und überdosieren.
- Rohes Cannabis wirkt kaum, erst die Decarboxylierung aktiviert die Wirkstoffe. Der Wirkstoffgehalt schwankt zwischen Chargen stark.
- Kinder und Haustiere sind gefährdet, weil viele Edibles Süßigkeiten ähneln.

Verlässlichkeit: mittel, weil das Wirkungsprofil aus CMAJ belegt ist, viele Treffer aber von Händlern stammen und Notfallhinweise in den Quellen fehlen. Der Bericht gibt keine mg-Empfehlungen.

8. Eigenanbau: Anteil laut Befragung gestiegen

- EKOCAN (April 2026), Befragung DEBRA (ungewichtet, kleine Stichprobe, nicht repräsentativ): 5,4 % der Befragten bezogen ihr Cannabis im ersten Halbjahr 2024 hauptsächlich aus Eigenanbau, 21,4 % im zweiten Halbjahr 2025. EKOCAN spricht von zunehmender Bedeutung. Die Erfassung wurde 2025 geändert, die beiden Werte sind deshalb nicht als Zeitreihe lesbar.
- Anbauvereinigungen spielen eine kleine Rolle: rechnerisch höchstens 3,5 % der Konsumierenden konnten Mitglied sein (Obergrenze laut EKOCAN), als Hauptquelle nannten 1,4 % der Befragten einen Verein.
- Kosten- und Ertragsrechnungen mit belegten Zahlen wurden nicht gefunden.

Verlässlichkeit: mittel, weil EKOCAN eine Primärquelle ist, die Stichprobe aber nicht repräsentativ. Siehe den Bericht 'EKOCAN in 10 Punkten'.

Grenzen der Auswertung

- Alle Teile sind Momentaufnahmen vom 11.11.2026. Wo nur Nachrichten-, Händler- oder Ratgeberseiten vorliegen, steht das im Text.
- Die PubMed-Zählungen sind Eigenauswertungen mit engen englischen Suchbegriffen und bewerten keinen Inhalt.
- Die Befragungszahlen zum Eigenanbau lassen keinen Schluss auf alle Konsumierenden zu.
- Die Auswertung wurde mit KI-Unterstützung erstellt und ist nicht fachjuristisch oder fachärztlich geprüft. Sie ersetzt keine Rechts- oder Medizinberatung.

Quellen

- AWMF 076-005, S3-Leitlinie Behandlung cannabisbezogener Störungen (Version 2.0, Stand 01.12.2025; DG-Sucht, DGKJP, DGPPN); AWMF-Leitlinie Fibromyalgiesyndrom; Ärzte Zeitung zu DGS-Praxisleitlinie; Deutsches Ärzteblatt 2017.
- PubMed (NCBI E-utilities), Eigenauswertung, Abfragen am 11.11.2026.
- topagrar: Hier wird am meisten Nutzhanf angebaut (Zahlen der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung, BLE, 2024).
- Pharmazeutische Zeitung und Apotheke Adhoc zu BfArM-Warnung vor Kratom (07/2025); Betäubungsmittelgesetz Anlage I und NpSG nur als Gesetzestext, nicht geprüft.
- ADAC: Cannabis-Konsum und -Besitz in Europa; EUDA Europäischer Drogenbericht 2025.
- CMAJ: More than 40 % of North American nonmedical cannabis users consume edibles (2020).
- EKOCAN-Verbund: 2. Zwischenbericht, Universität Hamburg 2026, DOI 10.25592/uhhfdm.18530.

Herausgeber, Haftung und Kontakt

Dieser Bericht ist eine Auswertung und Zusammenfassung auf Basis der genannten Quellen. Er stellt keine Rechts-, Medizin- oder Anlageberatung dar und bewirbt kein verschreibungspflichtiges Arzneimittel. Maßgeblich sind jeweils die Originalquellen. Die Zahlen sind Momentaufnahmen und können überholt sein.

Herausgeber: CannaZen. Fragen, Hinweise und Korrekturen zu diesem Bericht nehmen wir gern entgegen.

Mehr zu CannaZen: Cannabis Rezept & Apotheken

Partner und weiterführende Angebote

Kooperation: CannaZen arbeitet mit den folgenden Angeboten zusammen. Die Links sind Partnerlinks zu allgemeinen Informationsseiten und keine Empfehlung einzelner Produkte oder Behandlungen.

Anbauvereine CannaSocialClub: Verzeichnis der Anbauvereine	**Cannabis Preise** CannaPreis: Preisvergleich	**Cannabis Apotheken** Doktorfy: Apothekenverzeichnis

Zitierhinweis: CannaZen (2026): Nachbarthemen im Überblick: Leitlinien, Senioren, Hanf, Psychedelika, Kratom und Kava, Europa, Edibles, Eigenanbau. Version 1.0, 11.11.2026. Online: https://cannazen.de/cannabis-nachbarthemen-leitlinien-senioren-hanf-psychedelika-kratom-europa/