

# Hanf enthält sehr viele verschiedene Terpene

Verantwortlich für Geruch und Geschmack, haben aber auch eigene Wirkungen

## **a-Pinen**

antibakteriell, entzündungshemmend, Gedächtnis verbessernd

## **Linalool**

schmerzlindernd, krampflösend, angstlösend, entzündungshemmend, gegen Hautirritationen z. B. Akne

## **$\beta$ -Caryophyllen**

entzündungshemmend, schmerzlindernd, schützt den Magen und Verdauungstrakt, hilft bei Arthritis oder Geschwüren

## **Myrcen**

Einschlafhilfe, muskelentspannend, krebshemmend, gegen Depressionen

## **Limonen**

antidepressiv, angstlösend, antibakteriell, gegen Pilzkrankungen, krebshemmend, gegen Sodbrennen & Gallensteine, bei Magen-Darm-Beschwerden

## **Humulen oder $\alpha$ -Caryophyllen**

antibakteriell, entzündungshemmend, Appetit steigernd oder zügelnd (regulierend)

## **Borneol**

antibiotisch, beruhigend