

Handleiding inname cbdolie

Bij iedere nieuwe spuit/zending met de eerste druppels/het eerste beetje altijd voorzichtig zijn. We werken met planten en op kleine schaal en er kunnen zich altijd afwijkingen voordoen.

Voor een goede dosering doe je een druppel vanuit de pipet op je wijsvinger en deze druppel veeg je af in je wang zodat het direct in je slijmvlies/speeksel opgenomen kan worden. Doe de druppels vanuit de pipet niet gelijk in de mond want dat geeft heel snel overdosering. Je kunt ook een druppel op een hapje eten doen.

Start altijd met een kleine dosis. 1 druppel per keer 1 of 2x per dag. Ervaar of dit genoeg is, wacht 2-3 dagen en ervaar of dit genoeg is. Zo niet volgende dag 2 druppels 2x p.d. Zo vind je voor jou de juiste dosering.

Om te slapen 1 druppel vlak voor het slapen gaan, pas de volgende dag 2 druppels proberen als 1 druppel te weinig effect heeft. enz.

Drink veel water, zet de eerste keer een glas water bij je bed want veel mensen krijgen een (extreem) droge mond.

Een flesje van 5 ml bevat 150+ druppels.

Bij ernstige kwalen: vindt jouw bovengrens (neem zoveel druppels waarbij je je goed voelt en geen bijwerkingen krijgt die je vervelend vindt). Neem wat je lichaam vraagt en aankan.

Als het flesje leeg raakt blijft er soms dikke olie aan zij- en onderkant kleven. Als je het flesje in heet water zet dan wordt de dikke olie meestal weer vloeibaar, je kunt er wat hennepzaadolie of olijfolie aan toevoegen en goed schudden.



