

"PROPOLIS"

und seine Verwendung:



Propolis:

Propolis, auch Kittharz, Bienenleim oder Bienenharz genannt, ist ein Bienenprodukt,

das in der Volksmedizin seit Alters her Beachtung findet.

Wissenschaftliche Analysen ermöglichen einen neuen Blick auf diesen wertvollen Naturstoff.

Propolis wird von Bienen aus Knospen

und teilweise aus der Rinde verschiedener
Bäume

(hauptsächlich Birken, Buchen, Erlen,
Fichten, Pappeln, Rosskastanien und
Ulmen) gewonnen.

Es handelt sich um ein Kittharz, das für
den Bau des Bienenstocks zum Abdichten
verwendet wird.

Mit Propolis werden einerseits Spalten,
Ritzen und Eingänge verklebt,
andererseits dient das Material auch dazu,
Viren, Bakterien und Pilze,
die in den Stock eingeschleppt werden
könnten, abzutöten.

Diese Wirksamkeit ist in Anbetracht der
keimfreundlichen Temperaturen
in einem Bienenstock (35-36°C) und der
zahllosen durch
die anfliegenden Bienen eingeschleppten
Krankheitserreger
durchaus bemerkenswert und deshalb

auch aus
medizinisch-pharmazeutischer Sicht von
Bedeutung.

Altes Heilmittel, neu entdeckt

Das Wort Propolis kommt aus dem
Griechischen und heißt so viel wie “vor
der Stadt”.

Das von den Bienen selbst produzierte
Kittharz hält nachweislich Viren,
Pilze und Bakterien aus dem Stock fern.

Man kann es deshalb als natürliches
Antibiotikum bezeichnen,
denn seine antivirale, antimykotische und
antibakterielle Wirkung
entfaltet Propolis auch beim Menschen.

Aufgrund dieser Wirkung gegen Bakterien
verwendeten die Ägypter Propolis
bereits vor Tausenden von Jahren zum
Mumifizieren ihrer Leichen.

Im antiken Griechenland und Rom wurde
Propolis hauptsächlich

für medizinische Zwecke verwendet.

So schätzte Aristoteles die heilenden
Eigenschaften der Propolis besonders
bei Quetschungen, Hautkrankheiten und
eitrigen Wunden.

Die antibiotische Wirkung war auch den
Inkas bekannt,
die Propolis als bei fiebrigen Infektionen
einsetzten.

Als Wunddesinfektionsmittel wurde
Propolis sowohl von röm. Militärärzten,
als auch in den Napoleonischen Kriegen,
im Burenkrieg und in Rußland
im Zweiten Weltkrieg verwendet.

Der wissenschaftlichen Erforschung von
Propolis schenkte man in Rußland,
Rumänien und Bulgarien viel früher
Beachtung als in Mitteleuropa.

Wissenschaft und Forschung interessiert

an Wirkungsweise von Propolis

Als Naturmedizin wurde Propolis vor der Einführung der synthetischen Antibiotika bei der Wundbehandlung, gegen Geschwüre, Warzen und Akne eingesetzt.

Weltweit beschäftigen sich heute Wissenschaftler mit den medizinischen Eigenheiten

dieses Baustoffs der Bienen: Propolis stärkt tatsächlich das Immunsystem, wirkt gegen Schleimhautentzündungen und Hauterkrankungen.

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte empfiehlt Propolis als Homöopathikum bei nicht eitrigen Entzündungen der Schleimhäute, wie Zahnfleisch- und Rachenentzündungen, und bei verschiedenen Hauterkrankungen.

Doch Propolis ist nicht gleich Propolis –

vielmehr unterscheidet es sich von
Bienenwachs

zu Bienenwachs hinsichtlich der
Zusammensetzung, die zudem je nach
Pflanzenart, Erdregion,
Jahreszeit, Wachsbeimengungen usw.
variiert.

Wegen dieser schwankenden Wirksamkeit
eignet sich Propolis nur bedingt zur
Verwendung

als Arzneimittel, weil das
Arzneimittelgesetz eine Standardisierung
der

Wirkstoffzusammensetzung vorschreibt.

Propolis wird jedoch nach Auffassung
österreichischer und deutscher Behörden
primär nicht als Lebensmittel, sondern
wegen der arzneilichen Wirkungen
verwendet:

Es unterliegt in Deutschland hinsichtlich
Herstellung, Vertrieb und Verkauf dem
Arzneimittelgesetz.

Durch die Entwicklung synthetischer
Desinfektionsmittel und Antibiotika,
ist Propolis aus medizinischer Sicht in
Vergessenheit geraten,
neue Forschungsergebnisse geben
allerdings Anlaß zur Vermutung,
dass Propolis in Zukunft auch gegen
Krebserkrankungen wirksam eingesetzt
werden könnte:

Nach einer im Fachmagazin Journal of the
Science of Food and Agriculture
veröffentlichten

Studie der Universität von Zagreb von
2004, zeigten Versuche an Mäusen,
bei denen künstlich Krebstumore erzeugt
wurden, dass Propolis das Wachstum
schon bestehender Tumore zu hemmen
vermag.

Die Forscher testeten auch andere
Bienenprodukte, die sich – zumindest bei
den Versuchstieren

– ebenso als wirkungsvoll bei der
Vorsorge oder Behandlung von Krebs
erwiesen.

Honig und Gelee Royale scheinen nützlich
für die Krebsvorsorge zu sein

(u.a. Hemmung von bösartigen
Geschwüren bzw. deren Ausbreitung)

. Bienengift, das direkt in Tumore injiziert
wurde, ließ die Geschwülste

schrumpfen und wirkte im weiteren
Verlauf deutlich wachstumsverzögernd.

Anwendungsgebiete

Zwei Anwendungsmöglichkeiten sind zu
unterscheiden:

einmal die Verwendung von Propolis beim
gesunden Menschen zur

Unterstützung und Verstärkung der
körpereigenen Abwehrkräfte
(Immunsystem)

und zur äußeren Behandlung bei der

Mund- und Körperpflege;
andererseits beim kranken Menschen:

Äusserlich

- * Wundbehandlung / Wunddesinfektion
kleinerer Schnitt- oder Schürfwunden
 - * Aknebehandlung
 - * Sonnenbrand
 - * Zahnhygiene

Innerlich

- * Erkältungskrankheiten
- * Stärkung der Immunabwehr

Bedeutung der Inhaltsstoffe für den
Menschen

- * bakterizid: vor allem gegen gram-

positive Eiterbildner, hemmt
auch den Helicobacter pylori, der Gastritis
auslösen kann.

Propolis kann ohne Übertreibung als
natürliches Antibiotikum bezeichnet
werden,

mit dem Vorteil, das keine
Resistenzbildung zu erwarten ist.

Propolis stört die körpereigene
Darmbakterienflora aber nicht.

* fungizid: das heißt gegen
Pilzkrankungen aller Art (z.B. Candida)

* antiviral (z. B. gegen Herpes)

* antioxidativ

* immunmodulierend

* schmerzstillend

* durchblutungsfördernd

* gewebbildungsanregend

ACHTUNG: Relativ viele Menschen (> 10
% der Bevölkerung) haben Propolis-
Allergien.

In Zusammenhang mit Propolis sind sowohl bei Anwendung als Arzneimittel als auch bei äußerlicher Anwendung in kosmetischen Mitteln

(kontakt)allergische Reaktionen beschrieben worden.

Darum sollten Propolis-Salben-/ oder Tinkturen vorher

an einer unauffälligen Körperstelle, beispielsweise in der Armbeuge, auf Verträglichkeit getestet werden.

Apitherapie

Es gibt eine Reihe von Produkten der Honigbiene, die der Mensch als Arznei oder Nahrung verwenden kann: Bienengift (Apitoxin), Propolis und Wachs werden therapeutisch genutzt, sowohl Heilmittel als auch Nahrungsmittel sind dagegen Honig,

Bienenpollen und Gelee Royale. In letzter Zeit hat das Interesse an Behandlungen mit Bienenprodukten stark zugenommen. Verschiedene wissenschaftliche Institute und Heilanstalten

– vor allem in Osteuropa und China – haben sich die Aufgabe gestellt, die seit Jahrtausenden von der Volksmedizin verwendeten Bienenprodukte auf wissenschaftlich fundierten Grundlagen zu stellen.

Dieser neue Zweig der modernen Medizin

–

die Behandlung von Krankheiten mit Bienenprodukten – wird Apitherapie genannt.

Einer der engagiertesten Experten in diesem Bereich, ist der rumänische Arzt

Dr. Stefan Stăncăciu. Seiner Ansicht nach stärken Apitherapie

und andere Bienenprodukte die gesunden Zellen,

diese geben ihre gesunde Information
weiter an die kranken Zellen,
bis zuletzt wieder alle Zellen gesund sind.

Die Medizin in West- und Osteuropa ist in
den vergangenen Jahrzehnten
verschiedene Wege gegangen: Während
im Westen milliardenschwere
Forschung durch die bekannten
Pharmafirmen betrieben wurde
um immer kompliziertere künstliche
Medikamente zu entwickeln,
hat man im Osten versucht die bekannten
Wirkungen von Naturheilmitteln
wissenschaftlich
zu untersuchen. Besonders in der
ehemaligen UdSSR und in Rumänien
hat man dabei das Augenmerk auf die
Apitherapie
– die Heilung durch Mittel aus dem
Bienenvolk – gerichtet.
So wird in Rumänien seit 50 Jahren und in
Rußland seit 60 Jahren Apitherapie

praktiziert.

In Japan betreibt man seit 1920
Apitherapie, dort hat man mit
Bienenstichbehandlungen

an Akupunkturpunkten begonnen, man
nennt diese Vorgehensweise dann
Apipunktur.

In Rumänien, wo die Apitherapie neben
anderen Naturheilverfahren,

wie der Phyto- und Aromatherapie,
gleichberechtigt neben der Schulmedizin
besteht,

existieren nach Auskunft von Dr. Stăncu
ngaciu auch einige Apitherapie-Kliniken,
so z.B. in Bukarest.

Aus: [http://gesund.co.at/propolis-
heilmittel-aus-der-natur-11887/](http://gesund.co.at/propolis-heilmittel-aus-der-natur-11887/)



Die Bezeichnung Propolis stammt aus dem Griechischen und bedeutet pro = vor, polis = Stadt. Feinde und Krankheiten müssen vor der Stadt bleiben.

Es handelt sich also um eine Substanz welche das Bienenvolk vor schädlichen Krankheitserregern schützt.

Propolis ist eine kittähnliche braune Substanz, mit welcher die Bienen ihren Stockeingang, die Stockwände und die Waben überziehen.

Die Bienen sammeln von Knospen und Rinden verschiedener Bäume Harz ein, welches sie dann mit Sekreten aus ihrem Körper zu Propolis aufwerten.

Die chemische Analyse zeigt eine große Anzahl

von interessanten Stoffen mit den verschiedensten Heilwirkungen:

Vitamine, zahlreiche Säuren, Fettsäuren, Zimtsäure, Zimtalkohol, Mineralstoffe, viele Spurenelemente, Harze, Balsame und Wachs, ätherische Öle, Enzyme und Flavone. Propolis ist auch für den Menschen nützlich.

Die Heilkraft der Propolis war vielen Gelehrten im Altertum (z.B. Plinius, Aristoteles...)

und im Mittelalter bekannt. Auch die Inkas kannten die Verwendung von Propolis.

In unserer Zeit wird Propolis neu entdeckt.

Propolis hat eine antibiotische Wirkung auf zahlreiche Bakterien,

z.B. Staphylokokken, Streptokokken, Salmonellen, Bazillus subtilis,

Colibakterien. Propolis hat weiter eine pilzhemmende Wirkung auf eine

Reihe von Pilzen, also auch Hauterkrankungen (Mykosen).

Propolis wirkt schmerzlindernd und entzündungshemmend.

Es fördert die Gewebsregeneration und die Narbenbildung.

Auch antirheumatische Eigenschaften und eine stimulierende Wirkung

auf Immunisierungsvorgänge wurden untersucht und bestätigt.

Folgende Heilanzeigen sind zu nennen:

Wirksam auf Bakterien und Pilze. Bei

manchen Bakterien ist die Wirkung unterschiedlich.

Es kommt zu keiner Gewöhnung (Resistenz), keiner Darmschädigung oder sonstiger Nebenwirkung. Wirksam gegen Virusinfektion wie Grippe, Schnupfen, Gürtelrose, Lippenherpes und andere Herpeskrankheiten.

Propolis kann sehr vielseitig helfen. Bei Akne, bei Nerven- (z.B. Ischias)

bei Sehnenscheiden- und Schleimbeutelentzündungen.

Bei Magengeschwüren, bei Muskel- und Skeletterkrankungen und bei Frauenkrankheiten.

Propolis hat aber noch viele weitere hilfreiche Wirkungen.

Bei regelmäßiger Einnahme nimmt man täglich. 10 Tropfen auf etwas Wasser od. Tee,

od. auf einem Stück Zucker, ein. Bei akuten Fällen nimmt man

15 bis 20 Tropfen mehrmals am Tag.

Angina: 1/2 Glas mit warmen Honigwasser und 5-10 Propolistropfen gurgeln od. trinken.

Anti-Erkältungs- und Schlaftrunk: 1 Tasse heißes Wasser, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Honig, 10 Propolistropfen, 1 TL Rum oder Arrak (nur bei Erwachsenen) gut mischen und langsam trinken.

Blähungen: 10 Propolistropfen 2 x tägl.
Blasenleiden (für Frauen): Rindentee d. Silberweide

(auf 1 Tasse Wasser 1 TL Tee geben). Mit 10 Propolistropfen trinken.

Bronchitis, Bronchialkatarrh: Eberwurztee, 1-2 TL auf 1 Tasse Wasser kalt ansetzen und langsam zum Sieden bringen. Den Tee mit Honig süßen und 10 Propolistropfen begeben.

Tägl. bis zu 3 Tassen gut warm trinken.

Brustfellentzündungen: Neben ärztl.
Maßnahmen,

Propolistropfen auf Würfelzucker zur
Bekämpfung der Entzündung.

Chronische Bronchitis: Eine Handvoll
Petersilie gehackt, 1 EL Honig,
1 Likörglas Zitronensaft und 20
Propolistropfen. Dieses Mixgetränk
tagsüber einnehmen.

Darmentzündungen: Jeweils eine halbe
Stunde vor den Mahlzeiten

5 Propolistropfen in einem halben Glas
warmen Wasser trinken.

Durchfall: Lindenholzkohle mit
Propolistropfen. Auf 100 ml Wasser od.
Tee

etwa 1 TL Holzkohlenpulver mit 10
Propolistropfen vermischen. Schluckweise

trinken.

Eingewachsene Fußnägel: Betupfen mit Propolistropfen.

Einnahme für Kinder: Propolistropfen auf Würfelzucker. Getränkten Würfelzucker über Nacht offen auf Heizkörper. Über Nacht verdunstet Alkohol und Propolis bleibt im Zucker.

Erkältungskrankheiten, Vorbeugung: Vor dem Schlafengehen 1/2 TL Butter (erwärmen)

mit 2 TL Honig und 10 Propolistropfen verrühren und langsam einnehmen;

oder tagsüber ab und zu mit Honigwasser gurgeln und runterschlucken.

1/8 l Milch, 1 Ei, 1 TL Fenchelöl, 2 EL Honig und 10 Propolistropfen verrühren und trinken; oder Saft einer Apfelsine, Saft einer Zitrone, 2 EL Honig, 10 Propolistropfen, etwas Rum in heißem

Wasser verrühren und vor d.
Schlafengehen trinken; oder Eine
mittelgroße, zerkleinerte Zwiebel mit einer
Tasse Wasser aufkochen, Zwiebelsud
durchsieben, 1 EL Honig und
10 Propolistropfen zugeben und heiß
trinken; oder 1 TL frisch geriebener
Meerrettich und 1 TL Honig und 10
Propolistropfen vermischen. Täglich
einnehmen.

Fingernagelbetteiterung, -Entzündung:
Honigauflagen od. Zwiebelsaft mit
Honig und Propolistropfen vermengen und
wiederholt auflegen od. kurzes
und schnelles eintauchen in sehr warme
Propolislösung.

) Fleisch- und Wurstvergiftung: 10
Propolistropfen und 1 TL Honig
in eine Tasse warme Milch geben und
schluckweise trinken.

Frostbeulen: Je 1 TL Terpentinöl,
Lorbeeröl, Honig und 10 Propolistropfen
zu gleichen Teilen mischen und damit gut
einreiben.

Fußpilz: Propolistropfen mit einem
Wattestäbchen morgens und abends
nach dem Fußbad auf die entsprechenden
Stellen auftragen.

Grippe: Folgenden Trank möglichst warm
und schluckweise einnehmen:

In d. Saft v. 3 Zitronen verrührt man 2 EL
Honig, 10 Propolistropfen
(und 1 EL Kognak) füllt das Ganze mit 1/4
Liter heißem Wasser auf

und trinkt dieses warm und schluckweise.
Je nach Grad d. Erkältung öfter
wiederholen;

oder Propolistropfen, etwa 10 ml mit
gleicher Menge 30% Schnaps (je nach

Geschmack)

verdünnen und bis zu 20ml über d. Tag
verteilt einnehmen.

Hämorrhoiden: 10 Tr.

Rosskastanientinktur mit 5 Propolistropfen
vermischen,

3x tägl. behandeln; oder 1 EL Schlehensaft
mit 5-8 Propolistropfen verrühren, 3x tägl.
auftragen.

Hexenschuss: Mehrere Male tägl. mit
Propolistropfen d. schmerzende Stelle
einreiben.

Magenleiden: Bei
Magenschleimhautentzündungen und bei

Magenverschleimung trinkt man
Brennnesseltee mit etwa Honigzusatz,
pro Tasse 1/2 TL und 10 Propolistropfen;
oder Tausendguldenkraut,

1/2 TL auf eine Tasse kalt ansetzen, 8

Std. ziehen lassen, lauwarm mit
10 Propolistropfen schluckweise trinken.
Höchstens 2 Tassen am Tage.

Mandelentzündung: Kamillentee mit
Propolistropfen.

Mundgeruch: Bockshornklee, 1 Tasse mit
10 Propolistropfen; 2x tägl. trinken.

Eine Mundspülung mit Essigwasser und
Propolis schützt gegen Mundgeruch,
hemmt die Entzündung der
Wangenschleimhaut und d. Zahnfleisches,
wirkt gegen Zahnfleischbluten und
Zahnsteinbildung

(1-3 EL Essig und 5 Propolistropfen auf 1
Glas Wasser).

Nagelbetteiterung, -Entzündung:
Propolislösung (Betupfen mit verdünnter
od. unverdünnter Lösung):

1 ml Propolistropfen, 2ml Glyzerin.

Parodontose: Zahnfleisch mehrmals tägl.
mit Propolistropfen massieren

Rachenkarrtah: Propolistropfen,
Kamillentea mit reichlich Honig 2x tägl.
einnehmen.

Sodbrennen: Brennnessel-,
Tausenguldenkraut-, Wermut- od.
Wacholderbeertea und füge einige
Propolistropfen bei.

Tennisarm: Mind. 3x tägl. mit
Propolistropfen einreiben od. Mischung
aus

Ringelblumentinktur und Propolistropfen
herstellen, mehrmals tägl. einreiben.

Unfallschmerzen: Öfters mit
Propolistropfen einreiben.

Verbrennungen, Verbrühungen:
Propolistropfen unverdünnt, Hautstellen

betupfen (bildet Schutzfilm).

Verdauungsbeschwerden: Vollwertkost,
3x tägl. 10 Propolistropfen.

Verrenkungen, Verstauchungen: Mit
Propolistropfen einreiben od. Umschlag
machen

Warzen: Hauswurz-, Ringelblumen- und
Schellkrautsaft mit Propolistropfen
mischen.

Mehrmals tägl. mit Wattestäbchen
auftragen od. mit Propolistropfen längere
Zeit betupfen.

Wunden: Kleinere, offene Wunden lassen
sich behandeln mit einer Mischung aus:
6 Tr. Lebertran, 6 Propolistropfen, 1 TL
Honig



Aus: <http://www.bee-info.de/propolis/rohpropolis.html>

Rohpropolis ist die reine Form, in welcher der Imker Propolis aus der Bienenstock entnimmt.

Das Rohpropolis ist in der Regel noch mit ein paar Stoffen

(Holz, Insekten, wie Bienen, etc.) verunreinigt. Wird das Propolis einfach nur von

den Waben oder Zargen (Holzkisten) gekrazt kann der Imker das Mass der Verunreinigung mindern.

Propolis Extrakt

Um Propolis Extrakt herzustellen verwendet der Imker kein Rohpropolis, sondern meist gereinigtes Propolis Pulver, welches man im Handel kaufen kann.

Das Propolis Pulver ist frei von den oben angesprochenen Verunreinigungen.

Die Herstellung von Propolis Pulver ist sehr einfach:

1. (gesäubertes) Rohpropolis wird grob zerkleinert und gereinigt
2. Rohpropolis in ein Gefrierfach legen
3. Rohpropolis in einer geeigneten Mühle mahlen
4. Ergebnis: Propolis Pulver

Das Propolis Pulver wird zu einer Tinktur angesetzt.

Das Pulver wird in einem Gefäss (z.B. einer Glasflasche) mit Alkohol angesetzt.

Dieses wird für einige Wochen an einem warmen Standort stehen gelassen.

Weitere Verwendung

Das Propolis Extrakt in einer hohen Konzentration von mehr als 90% dient als Ausgangsstoff z.B. von Propolis Creme.

Beispiel-Rezept:

- * 25 ml Propolis Extrakt
- * 50 g Glycerin (Fett-Grundsubstanz) oder Tensid
- * 25 g Betanin
- * Duft- u. Aroma Stoffe nach Bedarf

Weg vom Ausgangsstoff: Rohpropolis »
Propolis Pulver »
Propolis Extrakt / Tinktur » Propolis Salbe

. -

