

Wissenswertes über Propolis (Bienenkittharz)

Propolis (Kittharz)

Unsere Bienen sammeln neben Blütenstaub und Honig auch Harzstoffe von Blatt und Blütenknospen. Die Harze werden von einer kleinen Gruppe Sammelbienen von harzspendenden Pflanzenteilen - insbesondere von Knospen - abgenagt und in den Stock gebracht. Diese Harze werden von den Bienen noch mit Wachs und Pollen vermischt und mit einem speziellen Speichelsekret geschmeidig gemacht. Die fertige Propolis besteht dann aus etwa 50 bis 55 Prozent Harzen, fünf bis zehn Prozent Pollen und bis zu 30 Prozent Wachs: etwa zehn Prozent der Inhaltsstoffe machen ätherische Öle aus.

Die Honigbienen verwenden Propolis zum einen als Baustoff für den Bienenstock. Mit dem Kittharz werden Wachsplättchen zusammengefügt, Risse und Sprünge in den Zellen repariert sowie der gesamte Stock gegen Hitze, Kälte und Feuchtigkeit isoliert. Mit Propolis wird auch bei Bedarf das Einflugloch des Stocks verengt, um äußeren Feinden das Eindringen zu erschweren. Für die Bienenvölker ist *Propolis* ein wichtiger Schutzstoff. Ein Volk von 80.000 Bienen hat etwa 0.75m² Wohnfläche zur Verfügung. Daher braucht es zum Überleben einen besonderen Schutz gegen den Befall von Krankheitserregern. Dieser besondere Schutzstoff war schon den alten Griechen bekannt. Das Wort *Propolis* ist griechischen Ursprungs (pro = vor, polis = Stadt) und bedeutet „Verteidigungswerk einer Stadt“. Die griechischen Ärzte und Philosophen kannten bereits das wertvolle *Propolis* und verwendeten es in der Medizin. *Propolis* ist auch bereits seit langem fester Bestandteil in der Volksmedizin unseres Raumes.

Erst in der Neuzeit wurde es von durch synthetische Mittel verdrängt und kam immer mehr in Vergessenheit. In den sechziger und siebziger Jahren dieses Jahrhunderts wurde über *Propolis* auf den internationalen Kongressen referiert und über Heilerfolge von diesem Naturstoff ausführlich berichtet. Vor allem bei den Kongressen in den Oststaaten wurde ersichtlich, dass ein sehr reges medizinisches Interesse an der Anwendung und wissenschaftlichen Erprobung von natürlich vorkommenden Pharmaka, die der Volksmedizin seit langem bekannt sind, bestand. Neben der Entwicklung und industriellen Produktion moderner synthetischer Präparate beschäftigte man sich in Instituten mit der systematischen Untersuchung solcher Volksmittel. Vor allem die Bienenprodukte *Honig*, *Blütenpollen*, *Bienenwachs*, *Gelee Royal* (Königinnenfuttersaft) und eben auch *Propolis*, wurden Gegenstand mehrerer wissenschaftlicher Veröffentlichungen.

Bei all diesen Versuchsreihen, die mit *Propolis* durchgeführt wurden, kann gesagt werden: *Propolis* ist sehr wirksam gegen verschiedenartige Bakterienstämme. Es kann äusserlich und innerlich eingesetzt werden. Bei Atmungsorganen, vor allem bei Verkühlungen, bei Pilzkrankheiten, bei Verletzungen und Schmerzen verschiedenster Art. Dieses Naturheilmittel hat ein grosses Anwendungsgebiet in der Altersheilkunde sowie in der Nachbehandlung von Genesenden. Regenerierende und stabilisierende Wirkung wurde dem *Propolis* nachgewiesen. Es steigert die Abwehrkräfte des Körpers und beugt Infektionen vor, auch ist es ein vorzügliches Antibiotikum, es hemmt zahlreiche Bakterien- und Virusinfektionen, wie umfangreiche Bakteriologische Versuche belegen. Neben den antibiotischen Wirkstoffen hat es hochdosierte Flavonoide. Diese sind für Menschen mindestens ebenso wichtig, wie

Vitamine und Minerale, sie üben einen stärkenden Einfluss auf das Herz-Kreislaufsystem aus, indem sie das Bindegewebe und die Blutgefäße festigen. Bei schweren Krankheiten kann *Propolis* zusätzlich gebraucht werden. Überdies gibt es heute schon sehr viele Ärzte die *Propolis* zeitbewusst einsetzen!

Die wissenschaftliche Erforschung der Inhaltsstoffe von *Propolis* ist noch längst nicht beendet. Bisher hat die medizinische Forschung Folgendes herausgefunden *Propolis* ist ausgesprochen reich an Vitaminen und Spurenelementen. Vor allem enthält das Kittharz Vitamine der B-Gruppe, aber auch die Vitamine C, E und Biotin (Vitamin H) sind vorhanden. An wichtigen Spurenelementen enthält *Propolis* Eisen, Zink, Kupfer, Chrom Silizium, Vanadium und Mangan. Zudem sind essentielle Aminosäuren, Enzyme und Mineralstoffe wie Kalzium enthalten. Auf den hohen Gehalt an Bioflavonoiden wird auch die starke antibiotische Wirkung von *Propolis* zurück geführt. Diese in der Medizin auch als Vitamin P bezeichneten Wirkstoffe lindern Schmerzen, hemmen Entzündungen, binden Giftstoffe und kräftigen das Immunsystem.

"Propolis hemmt nicht nur das Wachstum von Bakterien, auch die Vermehrung von Pilzen und von einigen Virenarten ist unter dem Einfluss des Bienenharzes eingeschränkt. Damit ist Propolis das stärkste natürliche Antibiotikum, das wir kennen." (ein Auszug aus dem Buch "Nutzen Sie die Schätze Ihres Imkers" v. Jutta Oppermann)

Gesund im Mund

Vor allem in der Zahnheilkunde Asiens und in den osteuropäischen Staaten wurde schon vor geraumer Zeit bewiesen, dass *Propolis* auch eine stark anästhesierende (schmerzstillende) Wirkung besitzt. Dadurch können nicht nur herkömmliche chemische Schmerzmittel bei Zahnschmerzen ersetzt werden, sondern es wird auch der Heilungsprozess bei Entzündungen im Zahn- und Rachenbereich - beispielsweise bei Zahnwurzelbehandlungen - durch die Anwendung von *Propolis* positiv beeinflusst. Karies und Parodontose gehören inzwischen auch zu den Anwendungsgebieten von *Propolis*. In den letzten Jahren bekam *Propolis* eine immer größere Bedeutung in der Stomatologie, ein Gebiet der medizinischen Wissenschaft, das sich mit dem Mund und Rachenraum beschäftigt. Entzündungen der Mundschleimhaut, des Zahnfleischs sowie im Zungen- und Mundbereich konnten dabei mit *Propolis*konzentraten erfolgreich behandelt werden.

Propolis ist auch gut für die Haut

Medizinisch bestätigt wurde die Wirksamkeit von *Propolis* auch bei zahlreichen Beschwerden und Erkrankungen der Haut. Dies gilt insbesondere für Abszesse, Akne, Furunkel und Geschwüre, leichte Brandwunden und Sonnenbrand, Schnitt- und Schürfwunden, über- mäßige Hornhautbildung (Hühneraugen) und Warzen.

So gut wie keine Nebenwirkungen

Die im Fachhandel erhältlichen *Propolis*mittel sind in der Regel gegen Allergien getestet. In wenigen Fällen kann es jedoch trotzdem zu Unverträglichkeiten oder

allergischen Reaktionen bei Anwendungen mit Propolis kommen. Am größten ist die Wahrscheinlichkeit von allergischen Reaktionen bei einem naturreinen Propolisextrakt, das mindestens 50 Prozent Propolis enthält, da hier der Pollenanteil sehr hoch ist - sprechen Sie vor der Anwendung mit Ihrem Arzt. Im Gegensatz zu synthetischen Antibiotika sind jedoch die antibiotischen Stoffe, die in Propolis enthalten sind, frei von Nebenwirkungen. Außerdem können die Krankheitserreger gegen diese natürlichen Antibiotika keine Resistenz entwickeln.

Hinweise, wie Sie Propolis verwenden sollen!

Propolis – Tropfen: Bei äusserlicher Anwendung einige Tropfen auf die verletzte Stelle bringen oder auf Insektenstiche tupfen. Bei Pilzkrankungen mehrere Tropfen auftragen und einige Tage hindurch verwenden. Bei Anwendung infolge Verkühlungen und Heiserkeit 10 bis 15 Tropfen auf ein Stück Brot möglichst lange kauen, hilft *Propolis* mit, die kalte- bzw. Grippezeit besser zu überstehen. Ist Ihnen *Propolis* pur zu scharf (vor allem für Kinder) möchten wir **Propolis in Blütenhonig** empfehlen!

Bei akuter Erkrankung kann die Anzahl von *Propolis* – Tropfen ohne Bedenken erhöht werden.

Quellen:

www.bio-bienengarten.com

www.hummelsum.ch