

Propolis - wundersames und wirkungsvolles Harz aus dem Bienenvolk

Daniel Stecher,
Imker – Fachrichtung Apitherapie
Traditionsimkerei Schloßwald-Bienengut



Die Gewinnung des zäh-klebrigen Kittharz ist für die kleinen Bienen ein großer Kraftakt.

Wenn sich eine Arbeitsbiene nach Leibeskräften abmüht um in den warmen Mittagsstunden einer Pappelknospe ihre zäh-klebrige Hülle abzuringen, so ist dies kein Bestandteil ihres täglichen Fitnessprogrammes, sondern ein extremer Kraftakt für das kleine Insekt. Es verbleibt ihr auch nur ein kurzes Zeitfenster von zumeist 10 bis 16 Uhr während der Frühjahrs- und Sommerzeit, wenn die warmen Sonnenstrahlen die Viskosität der Harze und Wachse von verschiedenen Pflanzenknospen für die Bienen bearbeitbar machen.

Denn diese haben großes damit vor: Sie sammeln den Hauptbestandteil der späteren PROPOLIS.

Die Blüten- und Knospenharze werden mühsam in den Stock geschafft und mit eigenen Fermenten verarbeitet. Eine weitere „Zutat“ kommt noch hinzu: Für die Zubereitung des Futters für die kleinen Bienenlarven müssen die Arbeitsbienen zuvor die Hülle eines jeden Pollenkorns entfernen, welches mit balsamhaltigen Stoffen und Ölen sowie Harzstoffen, sein kostbares Inneres vor dem Verderben schützt. Diese harte und unverdauliche Hülle wird gesprengt und findet sich in kleinen Propoliströpfchen wieder, welche mitsamt den gesammelten Harzen verarbeitet und im Stock ausgebracht werden.

Diesen immensen Aufwand betreiben die fleißigen Bienen jedoch nicht ohne Hintergedanken. PROPOLIS ist ihr Hygienegarant des gesamten Stockes, in welchem bis zu 100.000 Individuen auf engstem Raum beisammen sind. Hier sind die Brutstätte der Larven, Lebensraum und Vorratskammer kom-primiert und jeder eindringende Keim birgt Gefahren für die Existenz des gesamten Volkes. Es ist der vielseitigen Schlagkraft der PROPOLIS

zu verdanken, dass die Hygieneverhältnisse in einem Bienenstock – wissenschaftlich unbestritten – steriler sind als im vorbildlichsten Krankenhaus. Denn es wirkt als eines der wenigen Naturprodukte quasi dreifach: antibakteriell, antiviral und antimykotisch! Diese Kombination in einem einzelnen Stoff findet sich anderswo in der Natur selten wieder.

3 in 1: Propolis wirkt antibakteriell, antimykotisch und antibiotisch

Für die Biene unverzichtbar, denn ohne die PROPOLIS wäre ihr stets warmer und feuchter Bienenstock die ideale Brutkammer für sämtliche Erreger, Bakterien, Viren, Pilze und vieles mehr. Doch da die Bienen ihre gesamte Behausung aufwendig mit PROPOLIS behandeln, undichte Stellen verkitten und Zugluft unterbinden, sind sie vor dieser Bedrohung gefeit. Deshalb wird PROPOLIS auch als natürliches Antibiotikum bezeichnet, denn seine antivirale, antimykotische und antibakterielle Wirkung entfaltet es auch beim Menschen. An Inhaltsstoffen wurden bislang 130 biologisch wirksame Substanzen nachgewiesen, deren Verschiedenheit untereinander erst das breite Wirkungsspektrum begründet. So enthält Propolis große Mengen spezieller Flavonoide. Dies sind Wirkstoffe, die es nur in der Natur gibt und die (noch) nicht vom Menschen nachgebaut werden können.

Chemisch betrachtet werden Flavone und Flavonoide in der Medizin bereits seit Langem wegen ihrer Gefäß abdichtenden und entzündungshemmenden Eigenschaften angewendet. Darüber hinaus

wurde aus PROPOLIS Galangin, Quercetin und auch die Ferulasäure isoliert. Stoffe, die maßgeblich für die antibakterielle Wirkung dieses „Kittharzes“ verantwortlich sind. Kaffeesäure tötet Schmarotzerpilze und kommt ebenfalls in der PROPOLIS vor.

Die Gesamtkomposition stellt also eine natürliche Waffe gegen eine Vielzahl von Krankheiten dar: Sie stärken das Immunsystem durch Vernichtung freier Radikale und der Abwehr von schädlichen Krankheitserregern. Im Gegensatz zu regulären Antibiotika entwickeln die Krankheitserreger jedoch keine Widerstandskräfte gegen PROPOLIS. Und das hat einen simplen und dennoch überzeugenden Grund: Während beispielsweise pharmazeutische Antibiotika eine starre Rezeptur besitzen und zumeist gezielt gegen eine spezielle Gruppe von Bakterienstämmen aktiv sind, bilden sich hier im Laufe der Zeit automatisch Resistenzen. Bakterien, welche überleben, sich anpassen und deren Nachkommen dann gegenüber diesem einen Wirkstoff unempfindlicher werden bis dieser letztlich nicht mehr wirkt.

Anders bei PROPOLIS: Seit über 100 Millionen Jahren schreibt die Natur die Rezeptur dieses Stoffes in jedem Jahr neu! Denn: kein Jahr gleicht dem anderen und somit variieren stets die Anteile und die Gesamtkomposition, weil die Bienen stets unterschiedlich und nur bei Temperaturen über 20 Grad Celsius sammeln können.

Das macht die PROPOLIS so einzigartig: Zu den wichtigsten Bestandteilen (der rund 130!) von Propolis gehören:

- Organische Säuren

- Phenolsäuren
- Aromatische Aldehyde
- Pflanzliche Duftstoffe (Kumarine)
- Flavonoide
- Provitamin A, Vitamin B3, Vitamin C, ...
- Mineralstoffe und Spurenelemente – Magnesium, Kalzium, Eisen, Silizium ...

Zusammensetzung der Propolis*:

- 50 – 55% Harze und Balsame
 - 30 – 40% Wachs
 - 5 – 10% ätherische Öle
 - 5% Pollen
 - 5% Mineralstoffe und Spurenelemente
- *Es gibt keine standardisierte Zusammensetzung: Je nach Jahr und Standort der Bienen variiert die Gesamtkomposition im oben beschriebenen Rahmen.

Propolis hat sich über Jahrtausende bewährt

Bereits in der Antike befassten sich namhafte Persönlichkeiten wie Plinius oder selbst der Philosoph Aristoteles mit der Forschung an PROPOLIS und beschrieben die Vielzahl der Anwendungsmöglichkeiten des „wundersamen Wachses“: So beschrieb Aristoteles die PROPOLIS und seine heilenden Eigenschaften und empfahl es bei Hautkrankheiten, Quetschungen, Verbrennungen und eitrigen Wunden. Die Ägypter verwendeten es zur Mumifizierung ihrer Toten und auch in Persien und bei den Inkas wurde es genutzt. Auch die Wundärzte des Mittelalters verwendeten PROPOLIS ebenso wie die Feldärzte in den napoleonischen und den Burenkriegen. Noch im Ersten und Zweiten Weltkrieg setzten die Mediziner PROPOLIS in den Krankenhäusern und Feldlazaretten ein. Vor allem in Osteuropa spielt PROPOLIS nach wie vor eine bedeutende Rolle in der Behandlung verschiedenster Krankheiten.

Im Westen rückte der Wirkstoff aus dem Bienenvolk mit dem Aufstreben pharmazeutischer Konzerne in der Nachkriegszeit allmählich in den Hintergrund, bis er in Europa gegen Ende des 20. Jahrhunderts beinahe in Vergessenheit zu geraten drohte. Erst in den letzten Jahrzehnten ist PROPOLIS wieder vermehrt zum Gegenstand medizinisch-wissenschaftlichen Interesses geworden, nachdem

synthetische Arzneimittel sich nicht selten als problematisch erwiesen. Denn diese wirken zwar in der Regel schnell, oftmals jedoch nicht automatisch nachhaltig oder hinterlassen gar mit einer Vielzahl von Nebenwirkungen ganz andere Problematiken für den menschlichen Organismus. Produkte aus der Natur hingegen wirken zwar langsamer, zumeist aber dafür auch deutlich nachhaltiger und sind fast immer ohne gefährliche Nebenwirkungen problemlos anzuwenden.

Seit der Antike bis heute sind die beschriebenen Anwendungsgebiete von PROPOLIS äußerst umfassend und würden den Rahmen dieses Beitrages um ein vielfaches überbieten. Daher sind nachfolgende traditionelle Anwendungsbereiche auf die gängigsten und vielfach erprobten Einsatzbereiche von PROPOLIS in Kürze zusammengefasst. (In der praktischen Anwendung wird hier zumeist von einer alkoholischen Lösung in Form einer Propolistinktur ausgegangen.)

PROPOLIS wird traditionell angewandt bei:

Aften,
Darmproblemen,
Entzündungen innerlich und äußerlich,
Erkältungskrankheiten, grippalen
Infekten,
Hautkrankheiten und Hautproblemen,
Herpes,
Immunschwäche,
zur Intimpflege,
Nagelbettentzündung,
Rachenentzündung,
Wunddesinfektion und Wundreinigung,
Zahnfleischentzündungen und
vielen mehr.

Wie bei allen Stoffen dieses Planeten, so gibt es natürlich auch Menschen, die gegebenenfalls allergisch auf PROPOLIS reagieren können. Zwar sind diese Fälle glücklicherweise selten, dennoch sollte man bei der Vermutung einer Unverträglichkeit die Anwendung umgehend aussetzen und unbedingt mit seinem Arzt oder Heilpraktiker Rücksprache halten.

Ansonsten ist die Anwendung von PROPOLIS in Form einer Tinktur relativ simpel, wenn man eines beachtet: PROPOLIS ist ein Harz und nur durch die Lösung in Alkohol wird es flüssig. Daher immer pur, in Honig eingerührt oder auf

einem Löffelchen mit Zucker einnehmen – niemals jedoch in Wasser oder Tee geben, da die wertvolle PROPOLIS sonst lediglich ausflockt und Glas oder Tasse verklebt.

Auch der Kontakt mit Textilien sollte vermieden werden – aber wer schon einmal bei einem Waldspaziergang Begegnung mit einem Baumharz gemacht hat, der weiß, dass Harze nunmal schwer aus Kleidung zu entfernen sind.

Zu guter Letzt noch der wichtige Expertentipp: Achten Sie unbedingt auf hervorragende Qualität!!! Gute Qualitätspropolis erkennen Sie immer an der Farbe, diese kann von Gelbbraun über Rotbraun, Rostbraun bis Dunkelbraun variieren. **Achtung: Herkunft! PROPOLIS ist niemals schwarz!**

Halten Sie daher einfach das Braunglas-Fläschchen mit der Tinktur vor dem Kauf gegen eine Lichtquelle. Sehen Sie hindurch und es hat eine bräunliche Färbung, so können Sie von einer guten Qualität ausgehen. Mutet sein Inhalt jedoch schwarz an und Sie sehen nicht hindurch, so ist der Inhalt von minderwertiger Qualität und vermutlich billige und verunreinigte Massenware aus Fernost, welche auch hierzulande zunehmend den Markt überschwemmt. Diese minderwertige „PROPOLIS“ ist aufgrund der nicht artgerechten Gewinnung oft mit Teer kontaminiert und somit nahezu wirkungslos! Wenn Sie den Imker Ihres Vertrauens oder Ihre Bezugsquelle also nicht persönlich kennen, machen Sie unbedingt den soeben beschriebenen Licht-Test!

Denn nur mit hochwertiger PROPOLIS werden Sie auch von den vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten durch deren Erfolg begeistert sein.



Die Farbe von Propolis kann von Gelb- über Rot, von Rost- bis Dunkelbraun variieren. Niemals jedoch darf es schwarz sein.