



Wortbildmarke gesetzlich geschützt!

Grüße aus dem Wienerwald

*Sylvia Hayden*

Austria Bio Garantie zertifiziert

Österreichischer Honig aus biologisch-ökologischer Imkerei

Sylvia Hayden, 3040 Neulengbach, Freudstraße 302, [www.nurhonigpur.at](http://www.nurhonigpur.at), [office@nurhonigpur.at](mailto:office@nurhonigpur.at)

## **Allgemeine Erklärung und Erläuterungen: Propolis Tropfen**

### **Propolis - Das natürliche Antibiotikum der Bienen**

Propolis (auch Kittharz oder Bienenkleber genannt) ist ein gummiartiges, klebriges, harzhaltiges, thermoplastisches Material. Bestimmte Arbeitsbienen sammeln Harz von Knospen, Blättern und Baumrinden. Den Rohstoff liefern vor allem Pappeln, Weiden, Kastanien, Tannen, Fichten und Lärchen. Im Bienenstock wird das Harz mit Wachs und Pollen vermengt und mit einem speziellen Speichelsekret geschmeidig gemacht. Die Honigbienen verwenden Propolis als Baustoff für Ausbesserungs- und Isolierarbeiten, und zur Desinfektion des gesamten Bienenstocks. Die Bienen schützen damit ihre Behausung gegen Zugluft, Feuchtigkeit und Mikroben. Propolis ist sogar ein bedingter Schutz gegen radioaktive Strahlung für die Bienen.

Am Eingang des Bienenstocks befindet sich eine Art Verteidigungsschranke aus Propolis, die den heimkehrenden Bienen gleichzeitig als desinfizierender Fußabstreifer dient. Diese Funktion hat dem Propolis auch seinen Namen gegeben. Das Wort Propolis stammt aus dem Griechischen und setzt sich zusammen aus dem Wort „Pro“, dt. „Vor“ und dem Wort „Polis“ dt. „Stadt“. Der Name bedeutet somit „(Verteidigungsanlage) vor einer Stadt“.

Das Propolis zählt zu den wirksamsten, natürlichen Antibiotika. Es besitzt antibakterielle, antivirale und fungizide Wirkung. Es bietet dem Bienenvolk Schutz vor Infektionen. Im Sommer leben 40.000– 60.000 Bienen auf engstem Raum zusammen. Dies erfordert peinliche Sauberkeit. So werden die Zellen vor jeder Eiablage mit einer mikroskopisch dünnen Schicht aus Propolis desinfiziert. Todgestochene Eindringlinge, die zu groß sind, um aus dem Stock getragen zu werden, wie z.B. Mäuse oder Schlangen, werden mit Propolis überzogen und mumifiziert, damit ihre Verwesungsgifte nicht die Gesundheit des Bienenvolkes gefährden.

### **Altbekannt und doch neu entdeckt - Geschichtliches**

Die Kenntnis, welche der Mensch von Propolis hat, reicht nicht ganz so weit zurück wie die des Honigs. Wir wissen aber, dass bereits mehrere Jahrtausende vor unserer Zeit die Priester des alten Ägyptens diesen Stoff kannten und ihn in großen Mengen in der Chemie und der Kunst der Mumifizierung ihrer Toten gebrauchten.

Auch bei den Inkas war die antibiotische Wirkung des Propolis bekannt.

Propolis war vor allem als keimhemmendes Heilmittel bekannt und wurde von den alten Griechen über Napoleon bis hin zu den Russen im 2. Weltkrieg bei Kriegsverletzungen als Wundheilmittel verwendet.

Bei uns war die Heilwirkung von Propolis weitgehend in Vergessenheit geraten. Bei manchen Imkern und einigen Naturheilkundigen ist das Wissen zum Glück erhalten geblieben. Seit einiger Zeit haben Propolistropfen wieder in vielen Hausapotheken ihren festen Platz.

Heute erfährt Propolis eine Renaissance. Im Zeitalter von Antibiotika, die ihren Siegeszug nach dem 2. Weltkrieg antraten, glaubte man Besseres zu haben als Propolis. Die antibiotischen Waffen sind stumpf geworden. Wir werden immer häufiger mit resistenten Keimen konfrontiert. Propolis hat von seiner Wirksamkeit nichts eingebüßt, schließlich stecken darin viele Millionen Jahre Evolutionserfahrung. Propolis ist ein Stoff, der sehr viele unterschiedliche Komponenten enthält, die variabel in ihrer Konzentration sind (deshalb lässt sich Propolis nicht standardisieren). Das erklärt jedoch die Tatsache, dass es gegen Propolis keine Resistenzen gibt. Propolis wirkt außerdem gegen Virus- und Pilzinfektionen. Das macht Propolis für die Forschung interessant und ein ganzes Heer von Wissenschaftlern versucht nun das Geheimnis seiner Wirksamkeit zu ergründen.

### **Die Gewinnung von Propolis**

Wenn Imker Propolis aus den Bienenstöcken herausbrechen und kratzen, müssen sie sehr behutsam vorgehen.

In einem gänzlich von Kittharz befreiten Bienenstock wären die Bienen Umwelteinflüssen schutzlos ausgesetzt und könnten nicht überleben. So ist man dazu übergegangen sehr engmaschige Gitter als Propolisfallen zu verwenden. Bienen füllen nämlich alle Löcher, die eine bestimmte Größe (3,7mm) nicht überschreiten mit Propolis aus. Größere Löcher versiegeln sie mit Wachs. Dennoch ist der Ertrag nur gering, pro Jahr und Volk können von unseren Bienen etwa 100 – 150 g Rohpropolis gewonnen werden.

Das meiste Propolis kommt aus Südamerika und aus dem asiatischen Raum zu uns auf den Markt. Dort erlauben andere Bienenarten und die klimatischen Verhältnisse das Sammeln von weit größeren Mengen Propolis.

Die harzigen Anteile machen die Propolistinktur recht klebrig. Flecken an Kleidung und auf der Haut kann man mit Nagellackentferner reinigen oder mit Reinigungsmitteln, die zur Entfernung von Kunstharzlacken geeignet sind.

### **Anwendungsform und Wirkung**

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. Hier kann Propolis aufgrund seiner natürlichen Bestandteile, je nach Schwere und Art der Erkrankung kombiniert mit anderen Therapien, in den Wirkungsbereich mit aufgenommen werden:

Propolis kann bei allen Krankheiten eingesetzt werden, die durch Bakterien, Keime oder Viren verursacht werden. Ist bei akuten Fällen nicht innerhalb von drei Wochen ein positives Anzeichen zu sehen, dann kann man annehmen, dass die Behandlung nicht helfen wird. Bei chronischen Fällen kann es jedoch weitaus länger dauern. Hier soll sich eine Kur deshalb über mindestens acht Wochen erstrecken.

### **Anwendung von Propolis**

**Dosierung:** Erwachsene nehmen ca. 1 Tropfen je kg Körpergewicht verteilt auf 3-4 Gaben pro Tag. Die Einnahme auf Brot oder Honig ist am Besten geeignet. Eher nicht in ein Glas Wasser Tropfen da die Propolistropfen „ausflocken“, das Propolis sich mit dem Wasser nicht vermischt, und daher ein Teil am Glasrand haften bleibt.

Bitte immer erst mit 2-3 Tropfen anfangen, da es allergische Reaktionen auf Propolis geben kann.

Propolis kann in speziellen Geräten vernebelt werden und findet in dieser Form Anwendung bei chronischen Erkrankungen der Atemwege (Asthma, Bronchitis, Allergien). Manche Wellness- Hotels bieten Inhalationen mit Bienenstockluft direkt aus dem Bienenvolk an.

Bei äußeren Anwendungen (z.B. Abszeß, Akne, trockene Ekzeme, Wunden, Juckreiz, Hühneraugen, Schuppenflechte) Propolistinktur mehrfach täglich auf die befallenen Stellen auftragen. Wegen der klebrigen Beschaffenheit ist Propolistinktur auch ein brauchbares Mittel, um Blutungen zu stillen.

## Welche Eigenschaften hat Propolis?

Für die heilende Wirkung von Propolis werden verschiedene Säuren (die bekannteste ist Acetylsalicylsäure - Aspirin) und die hohe Konzentration an Flavonoiden verantwortlich gemacht. Diese allein können aber nicht das Geheimnis der vielseitigen Wirkung sein. Vielmehr ist es wohl die noch lange nicht erforschte große Zahl von über 270 Inhaltsstoffen (Mineralien, Vitamine, Spurenelemente), die im Propolis in einer unnachahmlichen Kombination vorliegen

- **Antibiotische Wirkung**  
Die Propolis beinhaltet sogenannte Flavonoide, das sind natürliche antibiotische Stoffe, die das Wachstum von Bakterien, Viren und Pilzen verhindern.
- **Lokalanästhesierende, entzündungshemmende und desinfizierende Wirkung**  
Die Propolis wurde in verschiedenen Kriegen (Napoleonische Kriege, Burenkriege, 1. u. 2. Weltkrieg usw) zur Behandlung von Schuß- und Brandwunden eingesetzt, weiters zur Schmerzlinderung, vor allem aber zur Desinfektion und Wundheilung. Auch heute werden Wunden mit Hilfe von Propolislösungen und Cremes geheilt.
- **Antivirale und bakterielle Wirkung**  
Die Propolis wirkt gegen eine Vielzahl von Bakterienstämmen und Viren unter anderem auch gegen Salmonellen, Streptokokken, Tuberkelbazillen, Herpes-Viren und vielen mehr.
- **Neutralisierende Eigenschaften**  
Die Propolis weist neutralisierende Eigenschaften gegenüber Herbiziden, Hormonen, Antibiotika und Konservierungsgiften auf, bekämpft freie Radikale und bindet giftige Schwermetalle z.B: zur Verringerung der Nebenwirkungen von Chemo- und Radiotherapie
- **Stärkung des Immunsystems**  
Wird Propolis regelmäßig eingenommen (tägl. 10 Tropfen), kann das Immunsystem dementsprechend gestärkt und fiebrige Erkrankungen abgewehrt werden.  
Propolis unterstützt die Phagozyten (Fresszellen im menschlichen Immunsystem)
- **Stärkt Blutgefäße und Zellmembranen**
- **Schützt die Haut und die Schleimhäute**
- **Wirkt antidepressiv**
- **Konservierung**  
Die Propolis wird auch zur Konservierung verschiedener Lebensmittel (z.B. Fisch) eingesetzt.

## Anwendungsbereiche (Beispiele) von Propolis Tropfen

- Bei allen fiebrigen Erkrankungen 3x tgl. 30 Tropfen auf ein Stück Brot, Zucker oder auf einen TL Honig
- Bei Prostataentzündungen 1x tgl. 30 Tropfen.
- Im Klimakterium 1x tgl. 30 Tropfen 1 Jahr lang vor der Menopause
- Bei hohem als auch bei niederem Blutdruck 30 Tropfen tgl.
- Bei Nieren- und Leberentzündungen 2x tgl. 40 Tropfen
- Bei Katarrhen sowie Angina oder Halsentzündungen sowie bei Erkältungskrankheiten, um Folgeerscheinungen vorzubeugen, tgl. 40 Tropfen.
- Bei Magen- Darmgeschwüren 40 Tropfen in 100ml warme Milch geben und das Ganze auf nüchternen Magen einnehmen.
- Bei Hühneraugen und Hornhaut lege man eine in Lösung getauchten Wattebausch auf. Mehrmals wiederholen. Am Tag Propoliscreme.
- Bei Hautdefekten, welche Alkohol vertragen, reibe man die erkrankte Stelle mit Propolistropfen ein.
- Bei Pilzkrankungen zwischen den Zehen werden die befallenen Stellen mit den Propolistropfen eingerieben.
- Bei Magenschmerzen gebe man 50 Tropfen in 100ml Tee. Diese Lösung ist auch bei Darmparasiten mit Erfolg anzuwenden.
- Bei Zahnschmerzen und/oder Zahnfleischentzündungen einen kleinen Wattebausch mit Lösung tränken und auf den erkrankten Zahn oder auf die entzündete Stelle geben.
- Bei Tuberkulose 3x tgl. 30 Tropfen einnehmen und 2 x wöchentlich über Dampf inhalieren. Zu diesem Zweck gibt man 100 Tropfen in ¼ l heißes Wasser.
- Bei Husten und Halsschmerzen, Angina, Mundgeruch gurgeln Sie mit einer Lösung aus 15-20 Tropfen einer Propolistinktur in einem halben Glas warmen Wasser. Anschließend das Gurgelmittel schlucken oder 15-20 Propolistropfen mit Honig einnehmen.
- Bei Blasenentzündung, Nasennebenhöhlenentzündungen, Zahnfleischentzündungen oder Zahnschmerzen : 3x 15-20 Propolistropfen mit Honig einnehmen und vor dem Schlucken einige Zeit im Mund behalten
- Zur Vorbeugung gegen Karies und Plaque tgl. nach dem Zähneputzen 10 – 15 Tropfen in ¼ l Wasser auflösen und gurgeln /spülen.

## Wichtige Hinweise:

Ein geringer Prozentsatz der Bevölkerung kann auf Propolis allergisch reagieren. Diese Allergie tritt meist in Form eines Hautausschlages auf, der wieder verschwindet, sobald die Behandlung mit Propolis aufhört. Wenn Sie noch kein Propolis verwendet haben, sollten Sie vorher eine kleine Probe einnehmen oder auf der Haut testen.

**Bitte beachten Sie, dass die Einnahme von Propolis den Arztbesuch bei gesundheitlichen Beschwerden nicht ersetzt. Propolis kann neben anderen Medikamenten unterstützend eingesetzt werden.**

*Dieser Informationstext erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Angaben sind ausschließlich zu Informationszwecken bestimmt und stellen keine Kauf- oder Anwendungsempfehlung dar. Diese Informationen ersetzen auch nicht die Beratung durch einen Arzt oder Apotheker.*

Quelle:

Imkerei Produkte von Wolfgang Oberrisser  
Deutscher Apitherapie Bund  
Österreichische Gesellschaft für Apitherapie