



Propolis – Wächter der Gesundheit

Bienen sind nicht nur sprichwörtlich fleißig, sie „verstehen“ auch eine ganze Menge von gesunder Ernährung – man denke an die hochwertigen Blütenpollen und Gelee Royale – und von ihrem „Universal-Heilmittel“ Propolis könnte die moderne Pharmaindustrie noch eine ganze Menge lernen. Mit diesem vielseitigen Wirkstoff, der seit einigen Jahren zunehmendes Interesse findet, wollen wir uns jetzt näher beschäftigen.

Propolis – der „Wächter vor der Stadt“

Eigentlich ist Propolis nichts Neues, schon in der Antike kannte man diesen Wirkstoff. Nur geriet er – wie so viele andere wertvolle Naturheilmittel auch – im Lauf der Zeit nahezu in Vergessenheit. Der Name Propolis stammt aus dem Griechischen und bedeutet „vor der Stadt“. Symbolisch meinte man damit die Wächter, die rechtzeitig warnen sollen, wenn ungebetene Gäste in die Stadt eindringen wollen. Wer diese Bezeichnung prägte, ist nicht mehr bekannt, aber er muss schon sehr viel vom Bienenkittharz Propolis gewusst haben. Der Name veranschaulicht nämlich sehr gut eine der Hauptwirkungen dieses Stoffes: Er verhindert, dass Krankheitserreger in den Bienenstock eindringen, die unter Umständen das ganze Bienenvolk vernichten könnten.

Bienen sammeln Propolis vor allem von Birken, Buchen, Erlen, Pappeln, Roßkastanien, Ulmen und Nadelbäumen. Der Harzgehalt beträgt 10-70%, der Anteil der Wachse 5-40% und der Ölgehalt 2-10%; ferner sind in Propolis noch 5-25% unlösliche Bestandteile enthalten. Chemische Untersuchungen ergaben unter anderem, daß Propolis Aminosäuren (Eiweißbausteine), itamine, Spurenelemente, Enzyme, wertvolle Fettsäuren, Farbstoffe und antibiotisch wirkende Stoffe enthält.

Die Bienen gebrauchen das weiche, gelbe, wohlriechende Harz hauptsächlich, um ihren Stock auszukleiden, Risse zu verkitten, das Flugloch zu verengen und alle Fremdkörper im Bienenstock, die sie nicht hinausschaffen können, damit zu überziehen, so daß sie keine (mögliche) Infektionsgefahr mehr darstellen. Der Imker gewinnt Propolis, indem er ein Gitter im Stock aufstellt, das die Bienen als Fremdkörper mit Propolis überziehen.

Anwendungsgebiete von Propolis

In zahlreichen Untersuchungen erwies sich Propolis als hochwirksames natürliches Antibiotikum mit breitem Wirkungsspektrum. Unter anderem bekämpfte es zahlreiche Bakterien, Pilze und sogar verschiedene Viren, gegen die der Schulmedizin noch keine wirksamen Arzneimittel zur Verfügung stehen. Vor allem Eitererreger und Pilze, die Haut- und Schleimhautentzündungen hervorrufen, werden durch Propolis günstig beeinflusst. Ferner wurde nachgewiesen, daß Bienenkittharz Erkältungen und Grippe vorbeugen kann und sogar gegen Infektionen mit Herpes-Viren, die neuerdings insbesondere im Bereich der Geschlechtsorgane erheblich zunehmen, aber auch den unangenehmen Bläschenausschlag im Mund-Lippen-Bereich und auf der Mundschleimhaut sowie Gürtelrose hervorrufen, gut wirkt.

Ein weiteres wichtiges Anwendungsgebiet sind schlecht heilende Verbrennungen, Wunden, Geschwüre und Hautentzündungen, insbesondere auch die Akne, die nicht nur junge Menschen während der Pubertät stark belastet. In solchen wirkt Propolis oftmals



erstaunlich schnell, selbst dann noch, wenn die schulmedizinische Therapie durch Antibiotika und Cortison nicht zufriedenstellend hilft. Und selbst die hartnäckige Schuppenflechte spricht auf Propolis gut an, sofern man sie durch eine Spezialdiät ergänzt.

Gute Erfahrungen konnten inzwischen auch bei Erkrankungen im Hals-Nasen-Ohren- und Augenbereich gesammelt werden. Mundgeruch, Zahnfleischentzündungen und –schwund, Zahnschmerzen durch Karies (aber nur zur Soforthilfe bis zur Konsultation des Zahnarztes), Rachen-, Mandel- und Kehlkopfentzündungen gehören ebenso wie Entzündungen und Abszesse des äußeren Gehörgangs, Bindehaut-, Lidrandentzündung und das Gerstenkorn zu den Anwendungsgebieten. Zur Vorbeugung von Karies gibt es neuerdings auch eine Zahnpasta mit Propoliszusatz.

Damit ist die Palette der Heilanzeigen noch keineswegs zu Ende. Das Bienenkittharz hilft auch bei Durchblutungsstörungen der Haut und Gliedmaßen (vor allem der Beine), Krampfadern, Hämorrhoiden, rheumatischen Muskel- und Gelenkschmerzen, Beschwerden der Wirbelsäule und Bandscheiben, Sehnenscheiden- und Schleimbeutelentzündungen sowie bei Nervenschmerzen, beispielsweise Ischias oder Gürtelrose.

Schließlich kann Propolis auch noch bei zahlreichen inneren Erkrankungen allein oder ergänzend verwendet werden. Besonders gut wirkt das Kittharz auf den Darm. Viele Infektionen lassen sich dank der antibiotischen und entzündungshemmenden Wirkung heilen, ohne daß die Darmkeime zerstört werden. Aber auch zur Nachbehandlung des Darms nach Antibiotika- und Strahlentherapie, bei Darmträgheit, Durchfall oder häufigem Wechsel von Durchfall und Verstopfung bewährten sich die „Gesundheitswächter“. Ferner kommt Propolis bei Erkrankungen der Verdauungsorgane in Betracht, wie Entzündungen und Geschwüre des Magens, Leberentzündung, Gelbsucht und andere Leberleiden. Ebenso günstig werden Reizungen und Entzündungen der Nieren, Harnwege, Harnblase und Vorsteherdrüse beeinflusst. Für Frauen empfiehlt sich Propolis nach Erfahrungen, die bis in die Antike zurückreichen, bei Menstruationsstörungen, Entzündungen der Eierstöcke, Eileiter und Scheide (bakteriell oder durch Pilze) und gegen Ausfluss. Ganz allgemein wirkt Propolis kräftigend und mild anregend auf den gesamten Organismus, stärkt das Altersherz, beugt Aterienverkalkung und vorzeitigen Alterserscheinungen vor, normalisiert manchmal den Blutdruck, harmonisiert das Nervensystem, so daß Schlafstörungen, Nervosität, nervöse Erschöpfungszustände und chronische Abgespanntheit beseitigt werden, und steigert die Körperabwehr.

Im Prinzip gibt es eigentlich fast keine Krankheit, bei der Propolis nicht wenigstens ergänzend angewendet werden könnte. Nicht selten bringt erst das Bienenkittharz den Durchbruch in einer Behandlung, die vorher nicht richtig ansprach, weil es die wichtigen Selbstheilungsregulationen anregt. Dabei ist Propolis im allgemeinen ausgezeichnet verträglich. Nur etwa 1% der damit behandelten Patienten entwickeln eine Allergie, die sich meist aus dem Pollenanteil im Kittharz erklärt; in solchen Fällen muss die Behandlung leider sofort abgebrochen werden.

Propolis gibt es in verschiedenen Zubereitungsformen rezeptfrei in Apotheken und Reformhäusern zur innerlichen und äußerlichen Anwendung. (Siehe auch VG 11/82, S. 437, „Propolis-Baumharz lindert quälende Schmerzen“).

Rolf Zieger