Propolis: Anwendung und Inhaltsstoffe

**Inhaltsstoffe von Propolis**

Je nachdem, zu welcher Jahreszeit und in welcher Region die Bienen ihr "Kittharz" einsammeln, verändert sich die Zusammensetzung und damit auch die Wirksamkeit. Wegen dieser schwankenden Wirksamkeit eignet sich Propolis nur bedingt zur Verwendung als Arzneimittel, weil das Arzneimittelgesetz eine Standardisierung der Zusammensetzung von Wirkstoffen vorschreibt. Es wird als Nahrungsergänzungsmittel verkauft.

Flavonoide: Gefäßverstärkend, antiviral, antioxidativ

Zwischen 150 und 200 Inhaltsstoffe wurden bisher in Propolis identifiziert. Dazu zählen chemische Elemente wie Zink, Eisen, Silizium, Kupfer, Vitamine, Öle mit pilztötender Wirkung und, ganz wichtig, die Flavonoide. Diese wasserlöslichen Pflanzenfarbstoffe haben zum Beispiel gefäßverstärkende Wirkung, helfen gegen Entzündungen und wirken antiviral. Immer besser erforscht wird die antioxidative Wirkung der Flavonoide: Viele Studien sprechen für ihre krebsbekämpfende Wirkung.

**Gewinnung von Propolis**

Imker gewinnen die Propolis, indem sie den Bienen ein Plastikgitter in den Stock legen. Wenn die Bienen die Löcher mit Propolis abgedichtet haben, werden die Gitter entfernt und in den Gefrierschrank gelegt und eingefroren. Die Propolis lässt sich im gefrorenem Zustand leichter Malen. In 96-prozentigem Alkohol wird das geriebene Propolis gelöst.Man benötigt etwa 300 Gramm Propolis pro Liter. Bei 15°C ist Propolis brüchig und hart, bei 30°C geschmeidig, darüber wird es klebrig und sehr weich. Ab 65°C wird es flüssig, schmilzt aber erst bei über 100°C vollständig.

**Propolis: Anwendung bei Vielzahl von Beschwerden**

Propolis dient als Homöopathikum bei nicht eitrigen Entzündungen der Schleimhäute, wie Zahnfleisch- und Rachenentzündungen, und bei verschiedenen Hauterkrankungen. Es soll die körpereigene Abwehr stärken, bei regelmäßiger Einnahme die Verdauung harmonisieren. Propolis hilft bei Entzündungen im Mund und Rachen, es lindert Verletzungen und Verbrennungen, Akne, Neurodermitis, Geschwüre und Warzen. Es unterstützt die Behandlung bei Fußpilz, wirkt gegen Müdigkeit und bei rheumatischen Beschwerden.

Propolis ist hellgelb über braun bis hin zu schwarz. Sein Geschmack ist bitter und scharf, der Geruch meist süßlich, schwankt aber je nach Herkunft. Propolis als Tropfenzum Einnehmen, fünf bis zehn Tropfen einmal täglich als Dosierung. Siehe Beschriftung am Propolisflascherl.

**Bei Rückfragen :**

*Facharbeiter für Bienenwirtschaft*

**Feichtner Kurt**

Am Ipfbach 110

4490 Sankt Florian

[www.inku-imker.com](http://www.inku-imker.com)

T: 0677 / 61800569

M : inku-imker@utanet.at