

Propolis – natürliches Antibiotikum

Propolis – „der Wächter vor der Stadt“

Der Name stammt aus dem Griechischen und bedeutet „vor der Stadt“. Er veranschaulicht sehr gut eine der Hauptwirkungen dieses Stoffes und verhindert, dass Krankheitserreger in den Bienenstock eindringen, die unter Umständen das ganze Bienenvolk vernichten könnten.

Das Bienenkittharz Propolis gehört zu den wirksamsten natürlichen Antibiotika. Propolis hat sowohl eine antibakterielle als auch eine antivirale Wirkung; und im Gegensatz zu künstlichen Antibiotika wie Penizillin können Bakterien und Viren keine Resistenz gegen Propolis entwickeln. Zudem besitzt Propolis pilzabtötende Eigenschaften und stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte. Deshalb kann Propolis auch zur Krankheitsvorbeugung empfohlen werden.

Als Grundstoff für das Kittharz Propolis dienen zähe Pflanzenharze. Vor allem Birken, Buchen, Erlen, Pappeln und Nadelbäumen sind harzspendende Pflanzen. Diese Harze werden von den Bienen noch mit Wachs und Pollen vermischt und mit einem speziellen Speichelsekret geschmeidig gemacht. Propolis besteht zu 50 – 55% aus Harzen, 5 – 10% aus Pollen, 30% aus Wachs und aus Vitaminen (B, C, E, und Biotin(E) sowie aus Spurenelementen wie Eisen, Zink, Kupfer, Chrom, Silizium, Vanadium und Mangan. Zudem sind essenzielle Aminosäuren, Enzyme und Mineralstoffe wie Kalzium enthalten. Auf den großen Gehalt an Bioflavonoiden (Pflanzenfarbstoffe) wird auch die starke antibiotische Wirkung von Propolis zurückgeführt.

Heilwirkung von Propolis: hemmt Krankheitserreger in ihrer Aktivität oder tötet sie ab, kann Erkältungen und Grippe vorbeugen, hilft bei Infektionen mit Herpes Viren, wirkt gegen Entzündungen der Harnorgane, hilft bei Herz-Kreislauf-Beschwerden und bei Magen und Darmproblemen, unterstützt die Wundheilung und wirkt schmerzstillend, hilft bei Halsschmerzen, Husten, Zahnbeschwerden und stärkt das vegetative Nervensystem. Propolis dient zur innerlichen und äußerlichen Anwendung.

Propolis ist kein Arzneimittel und die folgenden Anwendungsempfehlungen beruhen auf gemachten Erfahrungen von Anwendern.

Anwendungsempfehlungen für 20% Lösung:

ACHTUNG! Propolistinktur ist sehr farbintensiv(dunkelbraun)und hat meistens einen herbsäuerlichen bis bitteren Geschmack.

Vorbeugen von grippalen Infekten

Nehmen Sie täglich morgens und abends jeweils 10 Gramm Propolispulver in Fruchtsaft oder Wasser ein. Diese Kur ca. 4 Wochen durchführen. Danach die Propolismenge halbieren und weitere 4 bis 8 Wochen durchführen.

Ekzeme behandeln

Tupfen Sie die betroffene Stelle bis zu 5-mal täglich mit einem Wattebausch ab. Die Watte vorher angenehm temperiert befeuchten und mit 2 bis 3 Tropfen Propolistinktur beträufeln.
ODER

Reiben Sie die betroffenen Stellen mit einer Propoliscreme bis zu 3 mal am Tag ein. Lindert auch Beschwerden bei Schuppenflechte.

Halsschmerzen

Auch bei Halsschmerzen hilft das Einreiben der Brust sowie des Hals und Nackenbereiches mit Propoliscreme.

Als hilfreich hat sich die Anwendung der Propolistinktur erwiesen.

Bei leichten Schmerzen 5 bis 10 Tropfen 2mal täglich auf Zucker oder einem Stück Brot verteilen und gut im Mund verspeichelt schlucken.

Bei stärkeren Schmerzen die Anzahl der Tropfen auf 10 bis 15 erhöhen und die Anwendung auf 3 mal täglich steigern.

Lippenbläschen

Ein Wattestäbchen mit handwarmem Wasser befeuchten und 3 bis 4 Tropfen Propolistinktur darübergerben. Tupfen Sie damit die betroffenen Stellen 3 bis 5 mal täglich ab oder verwenden die hochdosierte Propoliscreme.

Propolis als Prophylaxe

Propolis wirkt allgemein kräftigend auf den Organismus und stärkt das Immunsystem. Zur Vorbeugung gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist Propolis besonders gut geeignet, weil es aufgrund des hohen Anteils an Bioflavonoiden die Funktion und Leistungsfähigkeit der kapillaren Blutgefäße günstig beeinflusst.

Die im Fachhandel erhältlichen Propolismittel sind in der Regel gegen Allergien getestet. In wenigen Fällen kann es zu Unverträglichkeiten oder allergischen Reaktionen kommen. Die Wahrscheinlichkeit dafür ist bei Produkten mit mindestens 50% Propolisanteil am höchsten, da hier der Pollenanteil sehr hoch ist.

Sie sollten aber berücksichtigen das Propolis kein Wundermittel ist. Die positive Wirkung auf Gesundheit und Wohlbefinden ist jedoch durch viele wissenschaftliche Untersuchungen belegt.

Diese Empfehlungen sollen nicht die ärztliche Untersuchung, Beratung und Behandlung ersetzen.