

Klaus Nowottnick

Propolis



Klaus Nowottnick

Propolis

Gewinnung – Rezepte – Anwendung
Heilkraft aus dem Bienenvolk

Leopold Stocker Verlag
Graz – Stuttgart

Umschlaggestaltung:

DSR Werbeagentur Rypka GmbH, 8143 Dobl/Graz, www.rypka.at
Titelbild: Bilderwerk (Wien)

Bildnachweis: Sämtliche Abbildungen wurden freundlicherweise vom Autor zur Verfügung gestellt.

Der Inhalt dieses Buches wurde vom Autor und vom Verlag nach bestem Gewissen geprüft, eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Die juristische Haftung ist ausgeschlossen.

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Hinweis: Dieses Buch wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. Die zum Schutz vor Verschmutzung verwendete Einschweißfolie ist aus Polyethylen chlor- und schwefelfrei hergestellt. Diese umweltfreundliche Folie verhält sich grundwasserneutral, ist voll recyclingfähig und verbrennt in Müllverbrennungsanlagen völlig ungiftig.

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne kostenlos unser Verlagsverzeichnis zu:

Leopold Stocker Verlag GmbH
Hofgasse 5 / Postfach 438
A-8011 Graz
Tel.: +43 (0)316/82 16 36
Fax: +43 (0)316/83 56 12
E-Mail: stocker-verlag@stocker-verlag.com
www.stocker-verlag.com

ISBN 978-3-7020-1285-4

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Film, Funk und Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, auszugsweisen Nachdruck oder Einspeicherung und Rückgewinnung in Datenverarbeitungsanlagen aller Art, sind vorbehalten.

© Copyright by Leopold Stocker Verlag, Graz, 3. Auflage 2019
Layout und Repro: DSR Werbeagentur Rypka GmbH, 8143 Dobl/Graz
Druck: Livonia Print SIA, Lettland

Inhalt

Vorwort	9
Einführung in die Propolis-anwendung	11
Herkunft und Bedeutung der Propolis.....	11
Sammeln der Propolis	14
Propolis und Öffentlichkeit	16
Geschichte der Propolis	19
Sammelstrategie der Bienen	25
Welche Bienen sammeln Propolis und wie gehen sie dabei vor?	26
Zusammensetzung der Propolis	29
Wirksame Bestandteile	31
Auflistung der Bestandteile	31
Physikalische und chemische Eigenschaften	32
Weitere Eigenschaften	32
Standard für die Propolis	33
Gewinnung der Propolis	35
Allgemeiner Überblick	35
Bedeutung der Propolis für die Biene	37
Wie viel Propolis kann man ernten?	37
Techniken der Propolisgewinnung.....	38
Bei Reinigungsarbeiten.....	38
Planmäßige Propolisgewinnung	40
Propolis in der apitherapeutischen Praxis	53
Propolis aus den Tropen.....	55
Verträglichkeit der Propolis.....	56
Wirkungsweise.....	57
Anwendungen der Propolis	58
Äußere Anwendung	58
Innere Anwendung	59
Propolis als Allheilmittel?	61
Bei Krebserkrankungen	68
Antioxidative Wirkung	69

Anwendungsmöglichkeiten der Propolis	73
Bei Angina pectoris	73
Bei Arteriosklerose	75
Als schmerzstillendes Mittel	77
Zur Hals- und Rachenraumbehandlung	77
Bei Bronchitis	77
Bei Asthma	79
Bei Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis)	80
Bei Viruserkrankungen	82
Zur Herpesbehandlung	82
Bei grippalen Infekten	82
Zur Wundbehandlung	83
Bei Frauenkrankheiten	83
Bei Scheidenentzündungen	84
In den Wechseljahren	85
Bei Männerkrankheiten	86
Krankheiten der Prostata	86
Apitherapeutische Behandlung bei Prostataerkrankungen	88
Bei Gelenksbeschwerden	91
Bei Hämorrhoiden	91
Bei Beschwerden rheumatischer Ursache	92
Für die örtliche Betäubung (lokanästhetisierende Wirkung)	92
Förderlich für das Immunsystem	92
Zur Körperentgiftung	93
Antikrebswirkung	93
Zur Geweberegeneration	93
Die antioxidativen Eigenschaften	94
Verwendung als Adjuvans bei konventioneller Behandlung	94
Allergien	95
Rechtliche Situation	99
Deutschland	99
Einschätzung der Propolis durch das BfR	100
Österreich	102
Schweiz	103
Europäisches Recht	104
Zulassungsbestimmungen für Arzneimittel	105
Rezepturen mit Propolis	107
Vorbereitungen	107
Dazu gibt es mehrere Verfahren	107
Herstellung von Propolistinkturen mit Alkohol (Äthanol)	108
Erforderliche Gerätschaften	109

Herstellung von Tinkturen	110
Tinktur-Rezept 1	112
Tinktur-Rezept 2	113
Tinktur-Rezept 3	113
Tinktur-Rezept 4	113
Tinktur-Rezept 5 (nach Grohmann, 1988)	113
Tinktur-Rezept 6	113
Tinktur-Rezept 7 (nach DANILOW)	115
Tinktur-Rezept 8 (nach George TAMAS)	115
Tinktur-Rezept 9 (nach DRESCHER)	115
Herstellung von Propolisextrakten mit Alkohol (Äthanol)	115
Rezept 1: Zweistufenverfahren (nach GROHMANN)	115
Rezept 2: Eindickung durch Verdunstung	116
Propolistinkturen ohne Alkohol	117
Tinktur-Rezept 1 (ohne Alkohol)	117
Tinktur-Rezept 2 (ohne Alkohol)	117
Tinktur-Rezept 3 (ohne Alkohol)	117
Propolisöl (nach Karlheinz GRAF)	118
Propolisöl-Rezept	118
Herstellung von Propolisalben	119
Einführung	119
Benötigte Materialien	120
Salben-Rezept 1	121
Salben-Rezept 2	121
Salben-Rezept 3	122
Salben-Rezept 4	122
Salben-Rezept 5	122
Salben-Rezept 6	122
Salben-Rezept 7	123
Salben-Rezept 8	123
Salben-Rezept 9 (Extraktionssalbe nach POCINKOVA)	123
Salben-Rezept 10 (Propolisalbe mit Salicylsäure nach POCINKOVA)	123
Salben-Rezept 11 (Propolis-Heilsalbe nach WHITE)	124
Salben-Rezept 12 (nach GROHMANN)	124
Salben-Rezept 13 (nach NEUHOLD)	126
Salben-Rezept 14	128
Herstellung von Propoliscremes	128
Einführung	128
Creme-Rezept 1 (nach DRESCHER)	129
Creme-Rezept 2	129
Pflaster	132
Puder	132

Propolishonig	132
Gesichtsmasken	133
Rezept 1	133
Rezept 2	134
Rezept 3	134
Propolis für die Haare	134
Haarpflegemittel (gegen fettiges Haar nach C. KROCHMAL)	134
Mund- und Lippenpflege	135
Propolis-Lippenbalsam	135
Propolis-Mundwasser (aus der TV-Sendung Hobbythek)	135
Propolis in der Veterinärmedizin	135
Haus- und Nutztiere	135
Bienen	137
Hühner	137
Hunde.....	138
Zusammenfassung	139
Literaturnachweis	141
Register	147

Vorwort

Inzwischen ist das Propolisbuch bereits seit 23 Jahren und zuletzt in der 3. Auflage erfolgreich auf dem Markt. In all der Zeit hat sich viel getan in der Apitherapie und damit auch hinsichtlich der Propolis. In die vergangenen Auflagen sind immer wieder Aktualisierungen eingeflossen, aber der Umfang des Büchleins grenzte den Spielraum für eine erweiterte Informationsvermittlung ein.

Der Leopold Stocker Verlag hat deshalb entschieden, den werten Lesern diesen inzwischen ziemlich komplex gewordenen Themenbereich ausführlicher vorzustellen. Dazu muss jedoch gesagt werden, dass der gesamte Erkenntnisstand niemals fassbar und in diesen Rahmen integrierbar ist. Dazu gibt es weltweit zu viele Untersuchungs- und Forschungsergebnisse.

Ein Studium dieses immensen Informationsberges kann nur punktuell und gezielt geleistet werden. Viele Untersuchungen stehen noch am Anfang und können daher noch keine konkreten Ergebnisse vorweisen. Ich habe deshalb versucht, die wesentlichen Erkenntnisse einfließen zu lassen und die bereits vorhandenen und immer noch aktuellen Daten bzw. deren Evaluierungen erneut vorzustellen.

Erweitert wurde auch die gegenwärtige, rechtliche Situation, die sich in Österreich verändert hat, während sie in Deutschland auf dem letzten Stand geblieben ist. Ich glaube, dass diese Informationen sehr wichtig für alle Imker sind, die sich mit der Propolisverarbeitung beschäftigen. Wir befinden uns in keinem rechtsleeren Raum, sondern es gibt Gesetze und Verordnungen, an die man sich zur eigenen Sicherheit und aus der Verpflichtung zum geltenden Recht halten muss. In Deutschland gibt es viele verschiedene Propolispräparate, die in Apotheken erhältlich sind und die zum großen Teil in pharmazeutischen Firmen im Ausland hergestellt werden, wie z. B. in Dänemark, Italien usw. Diese Präparate sind vom

Bundesgesundheitsamt zugelassen und werden, wie schon erwähnt, von namhaften Herstellern produziert. Obwohl die Propolis und damit auch die zugelassenen Präparate als Arzneimittel eingestuft sind und zum größten Teil über Apotheken vertrieben werden, stehen sie außerhalb der Kassenleistung. Das hindert aber nicht daran zu erkennen, dass die Propolis unter der Bevölkerung einen wachsenden Bekanntheitsgrad genießt.

In der schon mehrere Jahre zurückliegenden Sendung eines TV-Senders (MDR Thüringen Journal am 3. September 1996) beschäftigte man sich mit der Propolis, ihrer Gewinnung und Anwendung. Prof. Dr. Gerhard Reuter vom Institut für Pharmazie der Universität Jena sagte auf Befragen dazu, dass heute die meisten Krankheiten noch nicht erforscht sind und nur 25 % überhaupt ursächlich zu heilen sind. Er gibt der Naturmedizin deshalb zukünftig große Chancen.

Die Propolis ist ein Naturprodukt der Zukunft und es ist nur eine Frage der Zeit, bis die wissenschaftlichen Ergebnisse den Weg für eine andere Gesetzeslage freimachen, zum Vorteil der Imker und der vielen Menschen, denen mit diesem Naturprodukt Heilung, Genesung und Linderung zuteil werden können.

Der werten Leser- und Imkerschaft wünsche ich viel Freude mit meinem Buch. Ich wünsche mir von Ihnen Anregungen und Hinweise, um sie vielleicht in die nächste Auflage einfließen zu lassen. Denn ein großer Erfahrungsschatz schlummert draußen bei Ihnen und wir sollten ihn nicht verkümmern lassen.

Im Verlaufe der Durcharbeitung werden Sie wiederholt auf meinen eindringlichen Rat stoßen, die Propolis nicht als eine „Wunderwaffe“ gegen alle gesundheitlichen Probleme zu betrachten. Nehmen Sie diesen Satz bitte sehr ernst und fragen Sie in jedem Fall immer Ihren Arzt um Rat und Hilfe.

Dem Verlag danke ich an dieser Stelle sehr herzlich für die Bereitschaft, diese neue Version eines schon lange erfolgreich auf dem Markt vorliegenden Buches mit einem neuen Erscheinungsbild zu editieren. Ich hoffe, dass es viele Leser erreicht und dass es Ihnen hilfreich sein möge.

*Klaus Nowotnick
Floh-Seligenthal, im Januar 2019*

Einführung in die Propolis-anwendung

Herkunft und Bedeutung der Propolis

Zum Schutz vor der Witterung produzieren viele Pflanzen einen harzigen Stoff, mit dem sie insbesondere Blatt-, Blütenknospen und auch Früchte schützen. Dieses Harz stammt überwiegend von den Knospen und aus Rindenrissen der Birken, Pappeln, Erlen, Kastanien, Weiden, aber seltener von Koniferen wie z. B. Fichten, Kiefern, Tannen und Lärchen.

Es besteht aus einer Vielzahl phenolischer Komponenten. Davon sind in der Regel etwa 95 % Flavonoide (sekundäre Pflanzenstoffe), der Rest besteht vorwiegend aus Zimtsäurederivaten. Die chemische Zusammensetzung von Propolis ist sehr variabel, je nachdem, von welchen Pflanzen die Bienen diese Harze sammeln. Mittels Raman-spektroskopischen Analysen (durchgeführt am Institut für physikalische Chemie der Universität Würzburg, <http://www.phys-chemie.uni-wuerzburg.de/kiefer/People/jpopp/home.html>) konnte gezeigt werden, dass Bienen Propolis zum Wachs dazumischen bzw. auf die Waben auftragen.

Die Bienen produzieren die Propolis nicht für den Imker, sondern dieses Verhalten ist ein Ergebnis der Evolution, ohne das die Biene die vielen erdgeschichtlichen Veränderungen, die bis in die Neuzeit reichen, nicht überlebt hätte. Es ist das Produkt zu ihrer Überlebenssicherung.

Herkunft und Bedeutung der Propolis

Sammeln der Propolis

Propolis und Öffentlichkeit





Durch die bakteriziden und bakteriostatischen Eigenschaften vermag die Propolis die Gesundheit des Bienenvolkes ausschlaggebend zu beeinflussen.

Blattaustrieb (links) und Fruchtstand (rechts) bei der Erle

In der Beute (Bienenstock) verwenden die Bienen die Propolis zum Glätten und Einebnen von Beutenteilen und zum Abdichten und Verkitten undichter Stellen. Zusätzlich zum Bienenwachs steht den Bienen auch Propolis als Baumaterial zur Verfügung, das in unterschiedlichen Anteilen dem Wachs beigemischt wird. Zu welchen Anteilen Propolis zugemischt wird und welchen Einfluss die Zumischung auf die physikalischen und mechanischen Eigenschaften des Wachses hat, ist bis heute ungeklärt. Möglicherweise werden dadurch die Wachseigenschaften an die Kommunikationsbedürfnisse unter unterschiedlichen Temperaturbedingungen angepasst (FRÖHLICH, Dr. B., 2001).

In den tropischen und subtropischen Regionen unserer Erde errichten die Bienen Barrieren und sogar Irrgänge aus Propolis am und hinter dem Flugloch, um sich auf diese Weise vor Feinden schützen zu können bzw. deren Eindringversuche kontrollierbarer zu machen. Wissenschaftler in den USA beobachteten Völker der *Apis mellifera*, die aus Propolis Barrieren auf dem Beutenboden errichteten, hinter die sie die Beutenkäfer drängten und die Ausgänge bewachten, damit keiner entweichen konnte.

Die frühere Annahme, dass die Propolisierungstendenz im gemäßigten Klima ausschließlich eine Abwehrreaktion gegenüber Kälte, starkem Wind oder Zugluft ist, hat sich nicht bestätigt, son-

Zum Schutz vor Eindringlingen verkleinern die Bienen häufig ihr Flugloch mit Propolis.

(Foto: Nowotnick)





*Bienen errichten Barrieren aus Propolis zur Arrestierung der Kleinen Beutenkäfer.
(Foto: Ellis, J. D.)*

dem sie erfüllt darüber hinaus wahrscheinlich den gleichen Zweck wie in den warmen Klimaten.

Können die Bienen eingedrungene Feinde, die getötet wurden, wegen ihrer Größe und Masse nicht aus dem Stock schaffen, überziehen sie die Leichen mit Propolis.

Auf diese Art mumifizierte Tiere – wie Mäuse, Eidechsen und Großfalter – sind hermetisch von der Außenwelt abgeschlossen und die Entwicklung und Ausbreitung gefährlicher Krankheitserreger wird eingedämmt bzw. ausgeschlossen.

Bruder ADAM machte auf seinen Reisen auf der Suche nach den besten Bienenrassen die Feststellung, dass die Bienenrassen Kleinasiens ein ausgeprägtes Kittverhalten besitzen.

Bis vor wenigen Jahren fehlte noch immer eine einheitliche und endgültige wissenschaftlich nachgewiesene Erklärung zur Entstehung der Propolis. Die altertümliche Version beschreibt den Eintrag der Propolis ähnlich wie beim Polleneintrag. Die pflanzliche Herkunft der Propolis beschrieben bereits Aristoteles in seinem Werk „Tierkunde“, Plinius in „Naturalica historia“ und Dioskorides.

KÜSTENMACHER (1911) vertrat die Ansicht, dass die Propolis zum größten Teil von der klebrigen Oberschicht der Pollenkörner stammt, die bei der Pollenverdauung unter dem Einfluss von Wasser und Fermenten ausgeschwemmt und in Form von Tröpfchen über den Rüssel ausgespuckt wird. Auch PHILIPP (1928) war der Ansicht, dass die Propolis ein Verdauungsprodukt der Bienen sei. Heute weiß man, dass diese Vorstellung nicht korrekt war. Die Propolis wird als Pflanzenharz von den Bienen gesammelt und in den Stock getragen, wo es, angereichert mit körpereigenen Substanzen, ganz nach Bedarf verarbeitet wird.



Propolis sammelnde Biene an einer Blattknospe.

Propolis ist eine Mischung aus Harzen

Sammeln der Propolis

Propolis ist eine Mischung von Harzen, die von den Bienen von Pflanzen, insbesondere von den Blattknospen, eingesammelt werden. Da es fast unmöglich ist, die Bienen auf ihren Sammelflügen zu verfolgen und zu beobachten, bleibt dem Imker oft die Kenntnis von der tatsächlichen Propolisquelle verschlossen. Man nimmt an, dass die Biene der Propolis bereits während der Sammeltätigkeit Speichel und andere Körpersekrete der Mandibulardrüsen hinzufügt. In der Beute mischen sie dem Wachs kleine Mengen von Propolis während der Verdeckelung der Brutzellen hinzu.

Diese Art der Propolis-Verwendung hat einen antibakteriellen und gegen Pilze gerichteten Effekt zum Schutz des Bienenvolkes. Die Zusammensetzung der Propolis hängt von der Art der besuchten Bäume und anderen Pflanzen ab.

Propolis ist deshalb abhängig von der Quelle und der Jahreszeit und variiert in Farbe, Geruch und einigen medizinisch relevanten Eigenschaften.

Der Propoliseintrag ist nur von unserer westlichen Honigbiene *Apis mellifera* bekannt und von den Meliponen, den stachellosen Bienen. Dem Imker liegt allgemein selten etwas daran, stark propolisierende Völker zu besitzen, weil dadurch die Mobilität des Wabenbaues und der Beutenteile eingeschränkt ist. Besonders stark davon betroffen ist die Bienenhaltung in Hinterbehandlungsbeuten. Da kann die Völkerführung zu einer wahren Qual für Imker und Bienen ausarten. Wer allerdings Propolis gewinnen möchte, dem kommen diese Völker sehr entgegen.

Das Kittverhalten ist auch zwischen den einzelnen Bienenrassen sehr unterschiedlich ausgeprägt. Bei der in unseren Breiten überwiegend züchterisch bearbeiteten Carnica tritt dieses Verhalten nicht so gravierend zutage wie bei der Landrasse und einigen fremden Herkünften, die aber recht selten und deshalb für unsere Imkerei nicht von so großer Relevanz sind. Inzwischen hat die Propolis nicht nur in Imkerkreisen, sondern auch in der nichtimkernden Bevölkerung an Popularität gewonnen. Das ist teilweise durch die bewussteren Lebensweise und die vielfältigen Publikationen und Informationen in den Medien zum Thema „Propolis“ zustande gekommen.

Die Kenntnis um die Heileigenschaften dieses Bienenproduktes führt vermehrt dazu, dass sie für den eigenen Gebrauch und darüber hinaus sogar kommerziell gewonnen wird.

Für den zuletzt genannten Berufsimker im Besonderen und sicherlich für alle Imker interessant ist eine schon etwas zurückliegende, aber dennoch immer noch aktuelle Rentabilitätsberechnung von OGREN aus den USA. Wir wissen, dass die jährlich in großen Mengen anfallenden Wachsenbauten, die von den Rähmchen und Beuten abgekratzt werden, noch reichlich Propolis enthalten. Dieses Wachs und damit auch die Propolis werden unsortiert der Verarbeitung zugeführt, sei es durch das Einschmelzen des Wachses in der eigenen Imkerei oder durch



Biene beim Sammeln von Propolis auf einem propolisierten Innendeckel.

(Foto: Nowotnick)

Hier das Beispiel für ein stark propolisierendes Volk. Die Rähmchen können erst entnommen werden, wenn das Kittharz entfernt ist.

(Foto: Wiki)

