



Renaissance der Apitherapie

Bereits seit Jahrtausenden bildet die Apitherapie, die Therapie mit Produkten aus dem Bienenvolk, einen festen Bestandteil der Naturheilkunde. „Api“ hat seinen Ursprung im lateinischen Wort „apis“ und bedeutet „Biene“.

Honig als Heilmittel wird erstmals auf einer aus der Zeit um das Jahr 2000 v. Chr. stammenden alten Sumerischen Tontafel erwähnt. Darauf wird die Herstellung einer Heilsalbe mit Bienenhonig beschrieben. In weiterer geschichtlicher Folge wird Honig in Schriften fast aller alten Kulturen hervorhebend erwähnt. In den indischen Veden wird über Honig als Energielieferant für Geist und Körper sowie als Schönheitsmittel berichtet. Genauso bildet „das flüssige Gold“ einen fixen Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin. Die Ägypter verwendeten Honig vor allem als Wundheilmittel, insgesamt wurden unter anderem im Papyruskalender fast 200 Rezepte für äußere und innere medizinische Anwendungen mit Honig überliefert. Auch die alten Griechen und die Römer wendeten die Apitherapie mit Honig gezielt bei Wunden, Geschwüren, Entzündungen und sogar Schlangenbissen an. Über alle Religionsgrenzen hinweg wird Honig sowohl in der Bibel (vgl. Lukas 24, 42...) als auch im Talmud und Koran an mehreren Stellen er-

wähnt (vgl. 16. Sure des Koran). In der arabischen Medizin hat Honig bis heute einen sehr hohen Stellenwert.

Doch leider erlebte die Verwendung dieser sanften und doch hochwirksamen Therapieform gerade in Europa im Mittelalter einen starken Rückgang und ist in Vergessenheit geraten. Vor einigen Jahrzehnten wurde jedoch vor allem in Osteuropa begonnen sich der alt bekannten Wirkungen von Naturheilmitteln zu besinnen. Im zweiten Weltkrieg verwendeten die russischen Heeresärzte Honig um die Wunden ihrer Soldaten zu heilen. Rumänien verfügt sogar über eigene Apitherapiekliniken. Bereits seit 1920 wird in Japan die Apipunktur zur Anwendung gebracht, eine Bienenstichbehandlung an Akupunkturpunkten.

Seit einigen Jahren erleben wir erfreulicherweise eine wahre Renaissance der Apitherapie. Diese kommt vor allem daher, dass es in den Spitälern bei der Wundbehandlung zu immer mehr Resistenzen bei der Anwendung von antibakteriellen Medikamenten kommt. Bei der Anwendung von Honig als Wundheilmittel sind hingegen keine Resistenzen zu beobachten. So wurden bereits hunderte Patienten in Frankreich und der Schweiz erfolgreich mit Honig behandelt.

Honig besteht hauptsächlich aus Glukose, Fruktose, Mineralien, Enzymen, Antibiotika, Säuren, Vitaminen und Aromastoffen. Laut Bogdanov (2010) tragen vor allem die folgenden Eigenschaften zur einzigartigen Heilwirkung von Bienenhonig bei. Er schützt die Wunde optimal vor einer Kontamination durch seine zähflüssige Konsistenz und hält sie durch seine Wasseranziehungskraft feucht. Durch die Schaffung einer Wunddrainage beschleunigt er den Abfluss der Wunde. Weiters beugt er unangenehmen Wundgeruch vor, da die Honigkohlehydrate gutriechende Bakterienabfallprodukte produzieren, und stimuliert die Wundheilung durch spezifische Wundeffekte. Er wirkt antientzündlich und antibakteriell.

Natürlich machen all diese Eigenschaften Honig nicht nur auf Wunden anwendbar, sondern auch höchst wirkungsvoll bei Herpes, Furunkeln, Prellungen, Quetschungen, Beulen und Muskelkrämpfen. Weiters schafft er bei unreiner Haut Abhilfe.

Auch die Einnahme von Honig bei Verdauungsstörungen hat sich als höchst wirkungsvoll erwiesen. So hemmt er das Wachstum des Bakteriums *Helicobacter pylori*, das zu Magenentzündungen und Magen- und Darmgeschwüren führen kann. Weiters gibt es bereits klinische Studien aus den USA, die den positiven Ein-

fluss von Honigeinnahme bei Husten beweisen. So wirkt Honig sogar besser als herkömmliche Hustenmittel.

Ein bahnbrechendes Experiment zur prophylaktischen Einnahme von Honig zum Schutz vor Infektionskrankheiten wie der Grippe und Erkältungen wurde im Jahre 2006 von den ukrainischen Ärzten Frolov und Peresadin an der Medizinischen Universität Luganska publik gemacht. Die 26 Mitarbeiter der Abteilung für Infektionskrankheiten hatten über Zeiträume von fünf bis 20 Jahren dreimal am Tag 40 bis 45g Honig in lauwarmen Tee zu sich genommen. Sonst wurden keinerlei Prophylaxe gegen Infektionskrankheiten verwendet. Während des Experiments hatten die Ärzte engen Kontakt mit Personen, die unter Influenza, Entzündungen der oberen Atemwege, Hepatitis, Ruhr und sogar Cholera litten, dennoch erkrankte im gesamten 20-jährigen Zeitraum des Experiments kein Mitarbeiter an irgendeiner der erwähnten Erkrankungen. In Folge wurden immunologische Untersuchungen durchgeführt, die zeigten, dass sowohl Haut als auch Blut eine erhöhte bakterizide Aktivität aufwiesen. Die Hautkeimzahl stellte sich als sehr gering heraus und im Bereich der oberen Atemwege konnten keine Krankheitserreger nachgewiesen werden. In der Kontrollgruppe hinge-



Tanja Luftensteiner

Bienenzucht- und Lernstation, Camica Singer, A-3251 Flugstall an der Erlauf
Web: www.camica-singer.at • Mail: luftensteiner@vsn.net.at

gen – einer medizinischen Abteilung in unmittelbarer Nähe – hatte jedes Mitglied drei- bis viermal pro Jahr mit Grippe oder Erkältung zu kämpfen. Das Experiment beweist, dass langfristige tägliche Honigeinnahme die anti-infektiöse Immunität erhöht. Weitere Anwendungsmöglichkeiten von Bienenhonig, die zwar noch nicht hinreichend klinisch bestätigt sind, aber weitreichend in der Apitherapie beschrieben werden sind Kreislauferkrankungen, Zahnleiden, Heuschnupfen, Impotenz und Hepatitis A.

Auch die übrigen Produkte aus dem Bienenvolk sind hochwirksame „Gesundmacher“. Blütenpollen ist ein wahrer Vitamincocktail. Er enthält neben fast allen in der Natur vorkommenden Vitaminen unter anderem Mineralstoffe, Spurenelemente, Proteine, Fermente, antibiotische Substanzen, Aminosäuren und Hormone. Das Zusammenwirken aller Inhaltsstoffe genau wie beim Honig macht Blütenpollen zu einem extrem wertvollen Produkt aus der Apotheke der Natur. Wirkungen, die mit Blütenpollen erzielt werden können, sind ein verbessertes Allgemeinbefinden, eine bessere Durchblutung und Darmtätigkeit, ein ausgeglichener Stoffwechsel, eine bessere Entgiftungsfunktion der Leber, eine gesteigerte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie eine Potenzsteigerung.

Gelée Royale, der Weiseluttersaft, erlebte gerade in letzter Zeit in der Kosmetik- und Beautyindustrie eine Renaissance. So wird der „königliche Saft“ in diversen Cremes und Shampoos beworben und gilt als der Jungbrunnen schlechthin in der Kosmetikindustrie. Allerdings kann diese weißliche Substanz, die der Bienenkönigin ein 40 mal längeres Leben als den Arbeiterinnen ermöglicht, noch viel mehr. Auch wenn bis heute noch nicht alle Inhaltsstoffe von Gelée Royale erforscht werden konnten, steht fest, dass es sich um einen wahren Gesundheitscocktail handelt. Die Kombination aus Proteinen, lebenswichtigen Aminosäuren, Enzymen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Vitaminen, Hormonen und antibiotischen Stoffen wirkt auf den Organismus allgemein stärkend und energisierend.

Propolis, das natürliche Antibiotikum, ermöglicht den Bienen durch seine keimtötenden Eigenschaften ein Überleben im Bienenstock. Die Bienenbehausung mit rund 50.000 Einzelbienen und einer Temperatur von circa 35 °C und 70% Luftfeuchtigkeit ist der ideale Nährboden für viele Krankheitserreger. Dennoch ist der Bienenstock dank Propolis frei von Bakterien, Viren und Pilzen. Auch auf den Menschen hat der harzähnliche Stoff beeindruckende Wir-

kungen. So wurde beispielsweise die entzündungshemmende Eigenschaft von Propolis mit der von Acetylsalicylsäure (Aspirin) verglichen und herausgefunden, dass Propolis doppelt so stark entzündungshemmend wie Acetylsalicylsäure wirkt.

Propolis besteht unter anderem aus Harzen, ätherischen Ölen, Aminosäuren, Mineralstoffen, Spurenelementen, Vitaminen und Inhibinen. Es wirkt antiviral, fungizid, bakterizid und entzündungshemmend. Anwendungsgebiete reichen von jeglichen Infektionskrankheiten über Allergien und Durchblutungsstörungen bis zu Akne.

Laut Bogdanov (1999) sind viele Propoliswirkungen auf die darin enthaltenen Flavonoide, sogenannte sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe, die gesundheitsförderliche Eigenschaften haben, zurück zu führen. Propolisflavonoide wirken vor allem antioxidierend und antibiotisch und sie binden freie Radikale. Sie machen Propolis zum stärksten natürlichen Antibiotikum, gegen das es im Gegensatz zu synthetischen Antibiotika keine Resistenzbildungen gibt.

Bienengift ist ebenfalls ein sehr wirksames Naturheilmittel. Neben seinem Hauptinhaltsstoff Miltin enthält es 26 Aminosäuren, Proteine, Enzyme und Histamine. In der Apitherapie wird

Bienengift vor allem gegen Rheuma, Gefäßerkrankungen und Nervenerkrankungen eingesetzt. Doch auch die Schulmedizin bedient sich vor allem bei der Immunesensibilisierung bei Bienengiftallergien der therapeutischen Wirkung des Stoffes. Jedoch ist es gerade bei der Therapie mit Bienengift wichtig, vor Beginn der Behandlung entsprechende Allergietests durchzuführen, um etwaigen allergischen Reaktionen vorzubeugen. Eine besondere Therapiemethode im Bereich der Apitherapie stellt die Apipunktur dar. Bei der als Japan kommenden Akupunkturform wird Bienengift entlang der Akupunkturpunkte injiziert.

Bienenwachs wird in der Apitherapie ausschließlich äußerlich angewendet. Es entfaltet auf der Haut seine positive Wirkung und hat unter anderem antibiotische Eigenschaften. Bei Erkältungskrankheiten wirken wärmende Bienenwachsplatten auf die Brust gelegt, wohltuend für die unteren Atemwege. Sonst wird Bienenwachs vor allem in der Kosmetikindustrie als Cremegrundlage eingesetzt.

Literatur: Bogdanov, Stefan (2010): Der Honig in der Medizin: Altes und Neues. Bienenaktuell, 12/2010, S. 15-19.
Bogdanov, Stefan (1999): Propolis. Schweizerisches Zentrum für Bienenforschung.