

# **Propolis ein natürliches Antibiotikum**

(Biologische Eigenschaften, Nowottnik K. 2010, Schw. Bienenbuch VDRB, Band 4))

- Antimikrobiell
- Antioxidativ, strahlen- und leberschützend
- Antikanzerogen, antimutagen
- Antienzündlich
- Stärkt die Immunabwehr
- Entspannt die Muskeln
- Antidiabetisch
- Schützt das Herz
- Lokal anästhetisch
- Regenerierend

## **Antimikrobielle Wirkung**

Die wichtigste biologische Wirkung von Propolis ist seine antimikrobielle Wirkung gegen Bakterien, Pilze, Parasiten. Propolis tötet Mikroben ab und hemmt das Virenwachstum.

Propolis wirkt gegen eine Anzahl von Viren, besonders erwähnenswert ist das Influenza Virus.

Propolis wirkt gegen einige Pilze. Viele von ihnen sind pathologisch, meistens für Haut- und Schleimhaut, andere verderben Lebensmittel.

Propolis bekämpft auch eine Anzahl Parasiten, vor allem im Verdauungstrakt.

Die antimikrobielle Aktivität von Propolis ist auf verschiedene Stoffe und Mechanismen zurückzuführen, deshalb sind keine Resistenzen zu erwarten.

## **Antioxidative Eigenschaften und andere damit verbundenen biologischen Wirkungen**

Im Vergleich zu anderen Lebensmitteln und Nahrungsergänzungen hat Propolis eine aussergewöhnlich starke antioxidative Wirkung, die vergleichbar ist mit derjenigen von Vitamin C. Die antioxidative Wirkung neutralisiert die freien Radikale, die schädliche Entzündungsprozesse auslösen. Dies wirkt der Entwicklung von verschiedenen chronischen Krankheiten entgegen.

## **Immunaktivierende Wirkung**

Propolis stimuliert die Immunabwehr durch Aktivierung der Killerzellen (MAKROPHAGEN). Andererseits stimuliert es auch die Bildung von Antikörper durch Lymphozyten. Die Wirkung ist auf Propolis-polyphenole zurückzuführen.

## **Propolis in der Medizin**

Schon im Altertum war seine Anwendung bekannt. Der altrömische Naturhistoriker Plinius sagte:» Die Ärzte benutzen Propolis, weil es bei der Resorption von Insektenstichen hilft, es reduziert Schwellungen, erweicht Härtingen, beruhigt Sehnschmerzen und heilt Wunden.« Der altgriechische Arzt Dioscorides schrieb:» Propolis wirkt wärmend und wird gebraucht beim Ziehen von Dornen und Splintern, und beim Verdampfen wirkt es gegen alten Husten und Hautflechten.«

Propolis hat sehr viele biologische Eigenschaften und deswegen ein grosses Potential für Anwendungen in der Medizin.

## **Propolis in der Zahnheilkunde**

Diese Anwendung von Propolis ist in seinem antimikrobiellen und antientzündlichen Eigenschaften begründet. Propolis wird vor allem für die Mundhygiene sowie für die Vorbeugung und Bekämpfung von bakteriellen Infektionen angewendet. Mund- und Zahnfleischentzündungen, Aphten, Parodontose und Paradontitis (Entzündung und Lockerung des Zahnhalteapparates), sowie Zahnüberempfindlichkeit können behandelt werden. Es trägt auch zur Härtung des Zahnschmelzes bei. Regelmässiges Spülen mit Propolistinktur vermindert die Plaquebildung und somit auch Zahnkaries.

Propolis wird als Tinktur (direkt applizieren oder gurgeln), Gel, Mundspray und in Zahnpasta verwendet. Proxipulpine sind Präparate mit Propolis. Der Zahnarzt wendet sie bei schwierigen Zahnfüllungen, bei tiefer Karies und bei der Eröffnung des Wurzelkanals an.

## **Hals-Nasen-Ohren Heilkunde**

Die Anwendungen von Propolis beruhen auf seinen antimikrobiellen und antientzündlichen Eigenschaften: Gegen Erkältung und Grippe (Schnupfen, Stirn- und Nebenhöhlenentzündung), Angina (Mandelentzündung, Rachenschleimhautentzündung), Bronchitis (Entzündung der Bronchialschleimhaut), Asthma und Mittelohrentzündung.

## **Äussere Anwendung bei Wunden,**

Geschwüren, Verbrennungen, Hautinfektionen, Ekzemen und in der Urologie:

Es gibt zahlreiche klinische Versuche, die eine positive Wirkungen von Propolis bei Wunden und Verbrennungen belegen. Auch diese Anwendung beruht auf seinen antimikrobiellen und antientzündlichen Eigenschaften.

Propolis wurde erfolgreich bei Hautvirusinfektionen angewendet: gegen Hautläsionen, die von Herpes simplex verursacht werden, und gegen Gürtelrose (Herpes Zoster). Auch bei der Behandlung von Warzen, Vaginalentzündung und Hautinfektionen wie z.B. Psoriasis, wurde Propolis erfolgreich eingesetzt. Propolis wirkt erfolgreich gegen Magen- und Darmgeschwüre sowie -entzündungen, weil es das Bakterium Helicobacter pylori hemmt, einen kausalen Faktor dieser Erkrankung.

## **Einnahme und Anwendungsform**

Erwachsene sollten in der Regel 100-300 Milligramm Propolis pro Tag einnehmen, maximal bis 1 Gramm, Kinder die Hälfte. Er kann als Alkoholtinktur (in Wasser) oder als Tablette eingenommen werden.