



Einführung Grundlagen der API-Therapie – Überblick

Produkte aus dem Bienenvolk und ihre Wirkstoffe

Wirkstoffe und Anwendungsgebiete

Honig: Inhaltsstoffe und ihre Bedeutung für die Gesundheit. Von der Wundheilung bis zum Immunsystem.

Blütenpollen: Die gesamten Inhaltsstoffe wie Proteine, Aminosäuren, Mineralstoffe, Flavonoide und ihre Wirkung auf unsere Gesundheit, wie z. B. Prostata & Pollenallergie, Darmgesundheit & Blutwerte, Leberwerte und im Krebsbereich.

Gelee Royal: Die gesamten Inhaltsstoffe wie Fermente, Inhibine, Hormone und die Wirkungen für unsere Gesundheit im Rahmen der API-Therapie, wie z. B. für die Blutwerte, Leberwerte, hormonelle Behandlungen, Demenz & Depressionen sowie im Sportbereich oder bei Schwächezuständen.

Propolis: Die gesamten Inhaltsstoffe und deren Wirkung auf unseren Körper, wie z. B. Entzündungsabbau, Wundbereich, Neurodermitis, Psoriasis, Blasenentzündung, multiresistente Keime und vieles mehr.

Bienengift: Inhaltsstoffe und Anwendungen in der API-Therapie bei Brust- und Hautkrebs sowie bei Muskelverspannungen.

Bienenproduktmischungen: Inhaltsstoffe, Wirkungsweisen und deren Anwendungen im gesamten Bereich der API-Therapie und im Sportbereich. In der prophylaktischen und begleitenden Therapie-Anwendung in der biologischen Krebstherapie.

Bienenprodukte & Heilpflanzen: Synergien von API-Therapie und Phytotherapie

inkl. Produktverkostung unserer Naturhonig Erzeugnisse aus dem Allgäu

Imkermeister Rainer Krüger - Fachimker für API - Therapie

Rainer Krüger ist als Imkermeister und Dozent tätig und bietet den zertifizierten Fachqualifikationskurs zum Thema „API-Therapie“ als Einstieg oder zusätzlich zur Weiterbildung an der Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg an.



Zu meiner Person

Ich bin seit 1.03.1974 Berufsimker

Kindheit und Leidenschaft

In den Adern meiner Familie fließt Honig statt Blut.

Schon mein Ur-Großvater war ein Pionier der Imkerei auf der schwäbischen Alp mit über 120 Bienenvölkern. Diese Tradition setzte sich fort bis zu meinem Vater, der es auf 150 Völker brachte. So wuchs ich, umgeben von summenden Bienen, schon früh in diese Welt hinein. Bereits mit 9 Jahren kümmerte ich mich um meine ersten 5 Bienenvölker. Es war mehr als nur ein Hobby, es war meine Berufung.



Die Anfänge als Imker (1974)

Die Entscheidung für die Imkerei war nicht nur ein Berufsweg, sondern eine Entscheidung für das Leben. 1974 begann ich meine Lehre und tauchte tief in die Welt der Apitherapie ein, geführt von Erhard Schehle, einem Vorreiter auf diesem Gebiet. An der Landesanstalt für Bienenzucht in Celle absolvierte ich sechs Monate Fachsemester und betreute im ersten Lehrjahr bereits schon 70 eigene Bienenvölker.

Ausbildung und Bundeswehrzeit (1974-1978)

Jede Herausforderung während meiner Ausbildung formte den Imker, der ich heute bin. Meine Ausbildung zum Imkergehilfen absolvierte ich bei der Berufsimkerei Schehle Maierhöfen, einem Spezialisten für Apitherapie. Selbst während meiner 15-monatigen Bundeswehrzeit ließ mich die Imkerei nicht los – ich versorgte in dieser Zeit etwa 250 Bienenstöcke.

Meisterprüfung und Expansion (1981 - 2000)

Meister zu werden, war nicht das Ziel, sondern der Beginn einer lebenslangen Reise. 1981 erlangte ich nach sechs Monaten an der Landesanstalt für Bienenzucht in Mayen meinen Meistertitel in Koblenz. Meine Völkerzahl wuchs in der Zeit auf 200-300. Vor ca. 20 Jahren beschloss ich, meinen Betrieb zu erweitern und zusätzlich auf Sardinien meine Bienen mit zu versorgen. So entstand ein weiterer Standort auf Sardinien – mit nun insgesamt bis zu 1050 Bienenvölkern.



Engagement und Gegenwart (2022 - Heute)



Ich bin Imker und Apitherapie-Experte, arbeite mit der Akademie in Heidelberg zusammen und teile mein Wissen auf Konferenzen. Die Allgäuer Wanderimkerei und ich haben gemeinsam über 1.050 Bienenvölkern im Allgäu und auf Sardinien. Das Team der Allgäuer Wanderimkerei, geleitet vom Betriebsleiter, sorgt dafür, dass unsere Bienenprodukte direkt vom Imker zu Dir nach Hause kommen. Die Imkerei ist mehr als mein Beruf – sie ist meine Berufung.



Schlusswort – Einleitung

In unserem Imkereibetrieb, der Allgäuer Wanderimkerei, produzieren wir ausschließlich in pestizidfreier Umgebung. Kein Raps- und kein konventioneller Obstanbau befinden sich im Radius von vier Kilometern. Des weiteren haben wir eine artgerechte Bienenhaltung mit eigenem Wachskreislauf, um eine Kontaminierung des Honigs mit Pestiziden und Medikamenten auszuschließen.

Wir haben keinerlei Zucker Zufütterung in unserem Betrieb, auch nicht in der Not- und Winterfütterung, um auszuschließen, dass Zucker in unsere Bienenprodukte gelangt. In der Weiterverarbeitung produzieren wir ausschließlich sogenannte „Rohhonige“. Das heißt, die Honige werden bei 40 Grad in der Verflüssigung erwärmt. Damit ist gewährleistet, dass die volle Fermentaktivität erhalten bleibt. Somit ist garantiert, dass unsere Produkte zu 100 % naturbelassen sind. Zudem sind diese für die API-Therapie bestens geeignet. Nichtsdestotrotz haben wir ein sehr großes Kontrollsystem mit Untersuchungen unserer Produkte auf Rückstände und Pestizide mittels Laboranalysen.



Inhalte Fachseminar Heidelberg

Tag 1 – Theorie API-Therapie



Einführung Grundlagen der API-Therapie – Überblick

Produkte aus dem Bienenvolk und ihre Wirkstoffe

Wirkstoffe und Anwendungsgebiete

Honig: Inhaltsstoffe und ihre Bedeutung für die Gesundheit. Von der Wundheilung bis zum Immunsystem.

Blütenpollen: Die gesamten Inhaltsstoffe wie Proteine, Aminosäuren, Mineralstoffe, Flavonoide und ihre Wirkung auf unsere Gesundheit, wie z. B. Prostata & Pollenallergie, Darmgesundheit & Blutwerte, Leberwerte und im Krebsbereich.

Gelee Royal: Die gesamten Inhaltsstoffe wie Fermente, Inhibine, Hormone und die Wirkungen für unsere Gesundheit im Rahmen der API-Therapie, wie z. B. für die Blutwerte, Leberwerte, hormonelle Behandlungen, Demenz & Depressionen sowie im Sportbereich oder bei Schwächezuständen.

Propolis: Die gesamten Inhaltsstoffe und deren Wirkung auf unseren Körper, wie z. B. Entzündungsabbau, Wundbereich, Neurodermitis, Psoriasis, Blasenentzündung, multiresistente Keime und vieles mehr.

Bienengift: Inhaltsstoffe und Anwendungen in der API-Therapie bei Brust- und Hautkrebs sowie bei Muskelverspannungen.

Bienenproduktmischungen: Inhaltsstoffe, Wirkungsweisen und deren Anwendungen im gesamten Bereich der API-Therapie und im Sportbereich. In der prophylaktischen und begleitenden Therapie-Anwendung in der biologischen Krebstherapie.

Bienenprodukte & Heilpflanzen: Synergien von API-Therapie und Phytotherapie, praktische Fallbeispiele mit Frau Gieringer





Inhalte Fachseminar Heidelberg

Tag 2 – Praxis API-THERAPIE



Herstellung & Anwendung

Salbenherstellung mit Bienenprodukten

Salbe bei Sonnenbrand

Salbe bei Gürtelrose

Honigmassage: Einführung & Praxis Wundheilung & Hautpflege mit Honig, Propolis und Gelee Royale

Praxisübungen: Bienenstich setzen bei Hexenschuss & Muskelverspannungen
Kombinierte Anwendungen von API-Therapie und Heilpflanzen

Vertiefung & Praxisbeispiele: Anwendung von Propolis und Gelee Royale bei Wechseljahresbeschwerden, Leistungssteigerung (Erkrankung & Sport), Erkältung, Husten, Sonnenbrand, Gürtelrose

Abschluss: Offene Fragerunde & Erfahrungsaustausch

Diskussion: Chancen und Grenzen der Apitherapie in der modernen Medizin





Lehrinhalte Teil 1

Honig in der API - Therapie

Inhaltsstoffe des Honigs

Die hauptsächlichen Inhaltsstoffe des Honigs sind im Wesentlichen von der Biene, diese sind aber je nach Pflanzenart und Sortenhonig starken Schwankungen unterlegen. Deswegen sind bei diesen Honigen sehr starke Unterschiede in den Werten vorhanden und entsprechend nur Durchschnittswerte möglich.

Circa 70 bis 75 % des Honigs bestehen aus Frucht- und Traubenzucker, circa 10 % sind andere Zuckerarten wie Maltose, Erlose, Palatinose, Melezitose, Saccharose, Turanose, Trehalose, Isomaltose. Circa plus/minus 18 % des Honigs bestehen aus Wasser. Honig enthält auch Vitamine, Aminosäuren, Blütenpollen, Aromen und Mineralstoffe. Honig enthält über 200 verschiedene Inhaltsstoffe. Ausgenommen von verschiedenen Zuckerarten und Wasser sind die anderen Stoffe mengenmäßig eher gering im Honig enthalten, außer verschiedene Enzyme, die sehr wichtig sind wie Invertase, Diastase, Katalase und Phosphatase. Auch diese sogenannten Inhibine haben eine starke antibiotische Wirkung und gehören zu den funktionellen Proteinen im Honig.

Außerdem finden wir organische Säuren bei einem Anteil von circa 0,6 % im Durchschnitt im Honig wie Gluconsäure, Zitronensäure, Apfelsäure, Bernsteinsäure, Essigsäure sowie Ameisensäure, die eine gewichtige Rolle spielen. Die Aminosäuren im Honig liegen bei 980 mg/kg, circa 0,1 %. Weil diese Aminosäuren über eine chemische Reaktion, die sogenannte Maillard-Reaktion, verfügen, dabei werden Farb- und Aromastoffe entstehen gelassen. Dies ist eine nicht enzymische Bräunungsreaktion, bei der reduzierte Zucker und Aminosäuren zu neuen Verbindungen umgewandelt werden.

Über 120 verschiedene Aromastoffe sind im Honig nachgewiesen. Acetylcholin und Cholin sind im Honig ebenfalls enthalten, und zwar bis zu 60 Milligramm auf das Kilo. Diese Zahlen unterliegen ebenfalls starken Schwankungen je nach Ernte, Region und sogar nach Bienenrassen (Valente et al. 1981).

Blütenpollenanteile sind im Honig in geringsten Mengen vorhanden, die aus gesundheitlicher Bedeutung eine untergeordnete Rolle spielen. Bei der Pollendesensibilisierung spielt Honig nach meiner Auffassung keine Rolle.





Vitamine im Honig: Es sind enthalten Vitamin A, B1, B2, B5, B6, C, E, H, K, Folsäure und Niacin. **Die Inhaltsmengen im Einzelnen betrachtet sind allerdings zu gering, um zum Beispiel einen Tagesbedarf zu decken.**

Mineralstoffe im Honig sind ebenfalls enthalten wie zum Beispiel Calcium, Kupfer, Eisen, Kalium, Magnesium, Mangan, Natrium, Zink, Chlor, Kobalt, Silizium, Molybdän. Allerdings sind auch hier die Inhaltsmengen zu gering, um Tagesbedarfe abzudecken. **Bei Wald- und Tannenhonigen** sind in der Regel wesentlich höhere Dosen an Mineralstoffen enthalten als in den meisten Blütenhonigen.

Allerdings muss einem bewusst sein, dass die Kombination dieser vielen Inhaltsstoffe aufgrund ihrer gesamten Komposition eine entscheidende Rolle für den Körper spielt.

(Literatur: Valente D., Marques LAC, Mendes EG, The acetylcholine contents of honey from different sources, Comparative Biochemistry and Physiology Part C, 1981; Bogdanov S., Jurentic T., Sieber R., Gallmann P., Honey for nutrition and health: A review, J Am Coll Nutr 2008.)

Das Fundament der Wirkung: Qualität und Herkunft

Industrieware (Das Problem)



- **Warnsignal:** „Mischung aus EU/ Nicht-EU“ deutet oft auf gepanschte Ware hin.
- **Hitzetod:** Industrielle Abfüllung erhitzt oft auf über 60°C. Ab 43°C sterben wertvolle Enzyme (Inhibine) ab.
- **Pestizide:** Hohe Belastung in Raps und Obstbau-Trachten (z.B. Bodensee, Altes Land).

Imker-Qualität (Die Lösung)



- **Rohhonig:** Abfüllung unter 42°C garantiert volle Enzymaktivität.
- **Standortwahl:** Ein guter Imker meidet gespritzte Kulturen und nutzt Naturschutzgebiete oder pestizidfreie Zonen.
- **Vertrauenssache:** Kaufen Sie direkt beim Erzeuger.

Tipp:

Achten Sie auf Kristallisation. Echter, unerhitzter Honig kristallisiert mit der Zeit. Flüssigbleibender Honig im Supermarkt ist oft totgekocht.

NotebookLM





Lehrinhalte Teil 2

Sortenhonige und ihre speziellen Wirkungen/ Honig ist nicht gleich Zucker

Diese etwas provokante Aussage ist absolut zutreffend. Dazu muss man wissen, dass der glykämische Faktor bei Honig sehr differenziert ist und je nach Honigsorte unterschiedlich ausfällt. Die Honige mit einem hohen Fruchtzuckeranteil haben allgemein einen wesentlich niedrigeren glykämischen Faktor als Honig mit einem hohen Traubenzuckeranteil.

Zum Beispiel der Rubinien- oder Akazienhonig hat einen sehr niedrigen glykämischen Faktor. Ein reiner Akazienhonig hat einen glykämischen Faktor von circa 25 bis 30. Rapshonig hat zum Beispiel als reiner Traubenzuckerhonig einen hohen glykämischen Faktor bei circa 60 bis 65. Die Blütenhonige liegen im Normalfall zwischen 40 und 45 glykämischem Faktor. Asphodelo-Honig hat ebenfalls einen niedrigen glykämischen Faktor, der ungefähr bei 30 bis 35 liegt. Wenn man also im diabetischen Bereich darauf Wert legt, einen niedrigen glykämischen Faktor zu wählen, ist der Rubinienhonig der für den Diabetiker am besten geeigneter Honig. Allerdings darf er nicht unkontrolliert eingenommen werden, da es sonst auch zu Problemen kommen kann.

Er sollte auf jeden Fall im Ernährungsplan mitberücksichtigt werden. Dieser glykämische Faktor hat eine Wirkung, und zwar bewirkt er, dass der vorhandene Kohlenhydratwert im Blut nicht in Fettzellen eingelagert wird.

Außerdem hat der Honig einen hohen Polyphenolgehalt, der bei 5 bis 6 liegt. Dieser schöne hohe Polyphenolgehalt bewirkt, dass in der Leber der Glykogenspeicher aufgefüllt wird und der Stoffwechsel dazu angeregt wird, die zu verbrauchende Energie aus eingelagerten Fettzellen zu verwerten. Aus diesem Grunde wird man auch nicht dick beim Honiggenuss. Allerdings ist das Maß der Dinge dort auch die Regel: **Wer am Tag 500 g Honig isst, braucht sich nicht zu wundern, wenn man trotzdem dick wird. Ein normaler Genuss von täglich 30 bis 50 g Honig ist auch über Studien belegt und senkt den Nüchternblutzucker, was auch ein Hauptgrund bei der Entstehung von Diabetes ist.**





Des Weiteren macht Honig beim Blutzuckerspiegel nicht diesen starken Anstieg und starken Abfall wie bei der Saccharose, also dem weißen Zucker, sondern Honig macht eine weiche Wellenbewegung, wodurch dieser Suchteffekt, den wir bei der Saccharose haben, so nicht auftritt. Es ist deshalb sehr zu empfehlen, wenn man auf Abnehmen und auf Gewichtsreduzierung Wert legt, den weißen Zucker gegen Honig zu ersetzen, unabhängig davon, welche weiteren Inhaltsstoffe, Antioxidantien und Wirkungen auf das Immunsystem Honig hat.

Studien wurden dazu gemacht von Professor Doktor Alois Berg, Universitätsklinikum Freiburg, Medizinische Klinik, Abteilung Rehabilitative und Präventive Sportmedizin. Dies wurde auch vom Diabetikerverband veröffentlicht. Insgesamt kann man deutlich sagen, dass Honig in einer reinen Zählung von Kalorien nicht mehr ganz richtig bewertet wird.

Ich kann nicht hergehen und Honig mit Saccharose vergleichen, weil die Verstoffwechselung in einem ganz anderen Verfahren stattfindet.

Man muss sich ebenfalls bewusst sein, dass unser Körper, den wir seit Zehntausenden von Jahren entwickelt haben, mit allen Erfahrungen des Lebens, sich auf natürliche Nahrung eingestellt hat. Er kennt nicht die hochverarbeiteten Nahrungsmittel. Dass sich unser Ernährungsproblem in unserer Gesellschaft und unser Gesundheitsproblem durch raffinierten weißen Zucker entwickelt hat, ist bekannt.

Unser Körper kennt diese Art der Verstoffwechselung so nicht. Er kennt das komplexe Nahrungsmittel Honig natürlich sehr gut und geht in der Verstoffwechselung deswegen ganz anders damit um.

Es ist leicht zu vergleichen mit einem Motor. Ich habe einen Benzinmotor, der verbraucht in der Stunde 20 Liter, und ich habe einen Benzinmotor, der verbraucht in der Stunde 5 Liter. Unser Stoffwechsel ist dieser Benzinmotor, doch Honig treibt diesen Benzinmotor an, dass er einen höheren Verbrauch hat. **Deswegen wird der Honig verbraucht und nicht in den Fettzellen eingelagert, weil auch unser Körper dieses natürliche Heil- und Nahrungsmittel Honig kennt, nicht aber die hochverarbeiteten Nahrungsmittel.**





Honig ist nicht gleich Zucker: Der Stoffwechsel-Motor

Ohne Honig (Ineffizient)

Mit Honig (Turbo-Stoffwechsel)

Mythos Kalorien: Weißer Zucker (Saccharose) ist ein isolierter Stoff. Honig ist ein **komplexes Lebensmittel**, das den Stoffwechsel aktiv antreibt. Er verwandelt den Körper in einen „20-Liter-Motor“, der Energie verbrennt, statt sie als Fett zu speichern.

- **Glykämischer Index (GI):**
 - Akazienhonig (hoher Fruktoseanteil): ~20 GI (Besser für Diabetiker, verhindert Fetteinlagerung).
 - Rapschönig (hoher Glukoseanteil): ~60 GI.
- **Herzgesundheit („Hafer für das Herz“):** Honig enthält Acetylcholin, einen wichtigen Neurotransmitter, und liefert schnelle Energie für den Herzmuskel.

Anwendung

Schlaf-Rezept: Ein Glas lauwarme Milch mit Honig. *Warum?* Die Kombination boostet Melatonin. *Pro-Tipp:* Milch von der Abendmelkung enthält natürlich mehr Melatonin.

NotebookLM

Sortenhonige und ihre speziellen Wirkungen

Wie schon erwähnt ist der neuseeländische Manuka Honig etwas ganz Außergewöhnliches und nimmt eine Sonderrolle der besonderen Art ein. Des weiteren wurde dies auch schon erwähnt in unseren Berichten im Wundbereich, dies ist ein reiner Wundhonig.

Chirurgische Präzision: Honig im Wundmanagement

Wirkungsweise: Honig desinfiziert, reinigt die Wunde mechanisch und fördert die Granulation (Hautneubildung). Das Ergebnis sind oft weiche, kaum sichtbare Narben.

Manuka (Neuseeland) vs. Heimisch:

- **Heimische Sorten:** Ideal für leichte Wunden, Kosmetik (Gesichtsmasken) und Halsweh.
- **Manuka (>500 MGO):** Der Spezialist für schwere Fälle. Zertifizierte Ware aus der Apotheke nutzen bei Verbrennungen, offenen Beinen oder tiefen Wunden.

Fallstudie: Verbrennung 3. Grades

Ein Patient (93 Jahre) mit schweren Verbrühungen durch kochendes Wasser.
Therapie: Ausschließlich Manuka-Honig dick aufgetragen, täglicher Verbandswechsel.
Ergebnis: Wunde nach 4 Wochen komplett geschlossen. Keine Narbenbildung.

NotebookLM



Der Rubinien- oder Akazienhonig wurde ebenfalls schon erwähnt und hat seine Spezialisierung als der für den Diabetiker am besten geeigneter Honig, genauso in der Wundbehandlung, speziell bei Brandwunden.



Der Thymianhonig oder auch der **Eukalyptushonig** hat seine Spezialisierung im Bronchialbereich, bei Husten und Erkältung, dort ist dieser Honig besonders geeignet.

Der Edelkastanienhonig hat aufgrund seiner Bitterstoffe eine besondere Wirksamkeit im Bereich des Blutbildes und ist dort ebenfalls sehr geeignet.

Der Asphodelo-Honig ist ebenfalls im Bereich des Diabetikers einer der für den Diabetiker am besten geeignete Honige.



Der Lindenblütenhonig enthält auch Stoffe, die sehr beruhigend wirken und somit sehr schlaffördernd und beruhigend sind.





Der Zystrosenhonig ist ebenfalls etwas ganz Besonderes. Die Zystrose ist die Königin der Heilpflanzen. Sie enthält tolle Inhaltsstoffe aus der Zystrose und zählt zu den extrem seltenen Honigsorten. Er wird sehr bereichernd im Bereich entzündungsabbauend eingesetzt und ist im Wundbereich besonders wirksam. Dieser Honig ist etwas ganz Außergewöhnliches.



Der Corbezzolohonig, auch Erdbeerbaumhonig genannt, ist ein Honig, der sehr bitter ist. Er enthält **das sogenannte Arbusteurin**. Das ist ein Stoff aus der Pflanze, der sehr stark entzündungsabbauend und antibakteriell wirkt. Dieser Honig nimmt ebenfalls eine Sonderrolle ein im Bereich der **Blutreinigung genauso wie im Wundbereich**.



Im Resümee kann man klar sagen, dass Honig ein Geschenk des Himmels und der Natur ist, etwas ganz Besonderes, das wir aus der Natur geschenkt bekommen haben.

Matrix der Sortenvielfalt: Jede Blüte eine eigene Medizin

ICON	HONIGSORTE	INHALT	NUTZEN (MEDIZINISCH)
	Akazie / Robinie	Hoher Fruktosegehalt (GI ~20).	Beste Wahl für Diabetiker (verstoffwechselt ohne Insulinspitzen).
	Edelkastanie & Erdbeerbaum	Bitterstoffe.	Blutreinigend, Leber-Support, entzündungshemmend.
	Thymian & Eukalyptus	Ätherische Öle.	Atemwege und Bronchien.
	Linde	Lindenblüten-Wirkstoffe.	Beruhigend (Sedativum).
	Lavendel	Ätherische Öle.	Beruhigung und Schlaf.

Schlussbemerkung

Dazu muss man wissen, dass in der Regel die wertvollen und heilenden Inhaltsstoffe des Honigs von der Biene kommen. Diese Fermente und Inhibine kommen von der Biene selbst, von Ausnahmen abgesehen auch von den Pflanzen. Diese Inhaltsstoffe sind sehr temperaturempfindlich und werden ab 42, spätestens bei 45 °C zerstört. Sogenannte Rohhonige werden nur bis 40 °C erwärmt, um die volle Fermentaktivität zu erhalten. Gepanschte Honige sind leider an der Tagesordnung und wurden durch neue DNA-Testverfahren aufgedeckt mit dem Ergebnis, dass 70 bis 80 % aller Importhonige gefälscht waren. Diese Honige wurden mit Zuckersirup gestreckt, und zwar so, dass es die Labore mit den herkömmlichen Testverfahren nicht herausfinden konnten. Der neue DNA-Test hat allerdings alles aufgedeckt. Dies hat man in den letzten zwei Jahren in den Medien und im Fernsehen überall gesehen und es wurde deswegen ein starker Vertrauenseinbruch bei den Verbrauchern bewirkt. Die absolut traurige Spitzenrolle über gefälschte Honige und gepanschte Honige hatte mit Abstand der chinesische Honig, allerdings waren ein großer Teil, der größte Teil der ausländischen Honige sehr stark belastet. Auch die deutschen Honige waren nicht frei von Verfälschungen. Es gilt also heute mehr denn je der alte Satz: Honigkauf ist Vertrauenssache. Meine Empfehlung als Fachmann: Kaufen Sie Ihren Honig beim Imker Ihres Vertrauens und die Nachfrage nach Produktionsstandard und konventionellem Obst- und Rapsanteil im Honig ist legitim und notwendig, wenn Sie letztendlich ein sauberes Produkt haben möchten. Hat der Honig die volle Gesundheit und Kraft der Natur.





Lehrinhalte Teil 3

Wundbehandlung/ Einsatz bei Schleim- und Hautreizungen, Strahlentherapien/ Bestrahlungstherapie der Brust/ Schwächezuständen/ Honig bei Magen- und Darmproblemen/ Halsschmerzen/ Schlafstörungen/ als Unterstützung für das Immunsystem/ Honig bei Viruserkrankungen und Erkältungskrankheiten, wie chronischem Husten

Honig in der Wundbehandlung?

Honig ist in der Wundbehandlung etwas ganz Besonderes, und man muss sich darüber im Klaren sein, dass man mit Honig in der Wundbehandlung keinerlei Fehler machen kann. **Es ist schon seit dem Altertum und seit Jahrtausenden bekannt, dass Honig dort eine ausgezeichnete Wirkung hat.** So werden auch ganz schwierige eitrige Wunden damit gelöst. Wenn nichts mehr hilft, hilft Honig.

Honig hat eine starke Ziehkraft, das heißt, **er zieht aus der Wunde den ganzen Dreck heraus.** Er hat eine stark antibiotische Eigenschaft und desinfiziert den Wundbereich. Des weiteren macht er weiche Narben und fördert in einem ganz besonderen Maß die sogenannte Hautgranulationsbildung. **Deswegen war Honig auch im Altertum einer der wichtigsten Kriegsbeuten.**

Bei Wunden wird täglich ein Verband gelegt, mit einem kräftigen Löffel Honig direkt auf die Wunde. Dieser Verband wird täglich gewechselt, sonst nichts. Die ersten Tage ist der Verband feucht, später wird er trocken, weil er das ganze Wundwasser und den ganzen Dreck aus der Wunde zieht. Nach ein paar Tagen fängt die Wunde an zu jucken, was ein sehr gutes Zeichen ist, und es bildet sich vom Rand her neues Gewebe. **Die Erfolge in diesem Bereich sind einfach phänomenal.**





Abb. 24
Oben: Spontannekrose
(Absterben des Gewebes)
durch Ernährungsstörung
nach Armbruch, am rechten
Daumenballen.

Mitte: Nach sechstägiger
Behandlung mit Honig-
lebertransalbe. Nekroti-
sches Gewebe abgestoßen,
schnelle und kräftige Gran-
ulation aus der Tiefe und
von der Seite her.

Unten: Nach weiteren 10
Tagen Behandlung völlige
Heilung zu markstückgro-
ßer Narbe.

Abb. 24 und 25 aus Lücke,
Med. Wochenschrift 1935



Abb. 25 Oben: Aufge-
schnittener Nackenkarkun-
kel, das breite und
tiefe Wundbett ausgefüllt
mit Honiglebertran. 48-
stündiger Verbandswech-
sel.

Mitte: Nach fünftägiger
Behandlung mit Honig-
lebertran sehr gute Granu-
lation aus der Tiefe und
von der Seite her. (Die
schwarzen Striche sind
herabgelaufene Bluttrop-
fen).

Unten: Volle Heilung zu
glatter Narbe nach weite-
ren 12 Tagen.





Der Manuka Honig aus Neuseeland nimmt eine Sonderrolle unter den Honigen ein. Dies ist ein ausgesprochener Wundhonig. Alle anderen ihm zugesprochenen Eigenschaften entsprechen einem normalen Honig. Halsweh zählt zu einer Wunde. Wenn man Manuka Honig nimmt, sollte man einen Manuka Faktor von **mindestens 500 mgo** benutzen. Des weiteren sollte er zertifiziert sein. Meine Empfehlung ist, ihn nur in der Apotheke zu kaufen. Aufgrund des hohen Preises sind Fälschungen an der Tagesordnung. Der Manuka Honig ist der einzig medizinisch anerkannte Honig. Dieser darf vom Arzt oder Krankenhaus verwendet werden. Alle anderen Honige sind Lebensmittel und dürfen nicht in der Medizin vom Arzt oder Krankenhaus verwendet werden.



Der Akazienhonig, auch Rubinienhonig genannt, ist eine Spezialisierung bei den Honigen, speziell bei Brandwunden. Dieser macht besonders **weiche Narben in der Narbenbildung**, was in diesem Bereich extrem wichtig ist. Die Grundeigenschaft in der Wundheilung haben alle gesunden, natürlichen Honige, und die Erfahrungsmedizin spricht eine klare Sprache.

Woher kommt das? Laut Kwakman et al. 2010 und Schulz 2004, Tanner et al. 1988 liegen die Ursachen wie folgt:

1. **Der osmotische Effekt:** Wenn Honig in eine bakteriell infizierte Wunde eingesetzt wird, entzieht er den Bakterien das Wasser, sodass diese nicht mehr lebensfähig und vermehrungsfähig sind. Der osmotische Effekt ist von größter Bedeutung und bei allen Honigen gleich, wie man aus Untersuchungen zu *Helicobacter pylori* unter anderem festgestellt hat.

Dieses Bakterium ist unter anderem für Magengeschwüre verantwortlich. Dies haben Osato et al. 1999 festgestellt.





Des Weiteren enthält Honig **Wasserstoffperoxid** in ganz geringer Konzentration. Er wird jedoch von dem Enzym Glukoseoxidase kontinuierlich nachproduziert, sobald sich der Honig entsprechend verdünnt. Dadurch wirkt der Honig wiederholt und gegen fast alle Bakterienarten. **Untersuchungen haben bestätigt, dass Honig eindeutig die Wundinfektion bekämpft** (Yoo & Huttenlocher 2009).

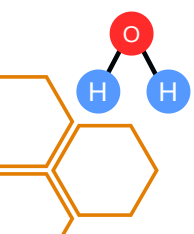
Diese Eigenschaft des Honigs, die Produktion von Wasserstoffperoxid, stellt damit einen wichtigen Mechanismus der antibakteriellen Wirksamkeit von Honig dar.

Methylglyoxal, auch 2-Oxopropanal genannt, ist eine reduzierte Form der Brenztraubensäure und entsteht als Nebenprodukt im Zuckerstoffwechsel der Zellen. Dieser Stoff ist für den Organismus giftig, weshalb der Körper Mechanismen entwickelt hat, durch die dieser Stoff wirksam abgebaut werden kann. Bei der Wundbehandlung bindet Methylglyoxal im Honig an die Erbsubstanz, die DNS der Bakterien, und **beeinträchtigt damit die Steuerung ihres Stoffwechselprozesses** (Ferguson et al. 1998).

Darüber hinaus spielt der neuseeländische Manuka Honig eine entscheidende Rolle. Er enthält einen großen Anteil an Methylglyoxal. **Dies ist der Stoff, der diesen Manuka Honig entscheidend macht.** Allerdings ist dieser Stoff im Nektar noch gar nicht vorhanden. Es ist das Dihydroxyaceton, das bei einer Lagerung von 37 °C in Methylglyoxal umgewandelt wird.

Des weiteren sind im Honig die **sogenannten Defensine** enthalten.

Defensine sind kleine Peptide aus 33 bis 47 Aminosäuren mit drei intramolekularen Disulfidbrücken. Defensine werden von der Honigbiene, aber auch von anderen tierischen Organismen gebildet. Zum Beispiel zerstören sie die Bakterienmembran oder behindern die Eiweißsynthese. Damit unterstützen Defensine die Abwehr von Bakterien und Viren. Sie lassen sich im Honig eindeutig nachweisen (Jenssen et al. 2006).

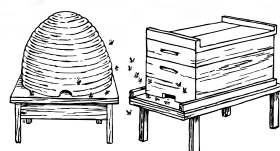
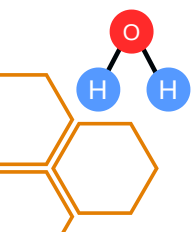




Der pH-Wert der Honige liegt im sauren Bereich zwischen 3,8 und 4,3, je nach Herkunft und Sorte. Für diesen Wert sind circa 30 verschiedene organische Säuren im Honig verantwortlich. **Die Säuren im Honig verhindern direkt oder indirekt über den pH-Wert das Wachstum von Bakterien in Wunden.**

Was ebenfalls sehr erstaunlich ist: **Eine Resistenzbildung von Bakterien gegen Honig wurde bis zum heutigen Tage nicht nachgewiesen. Auch erwähnenswert ist, dass europäische Waldhonigsorten ein ganz besonderes Wirkspektrum gegen Bakterien aufweisen** (Majtan & Majtan 2010).

Es gibt unzählige Studien, die diese Wirksamkeit von Honig im Wundbereich belegen. Dies würde jedoch den Rahmen sprengen, sie hier alle aufzuführen.





Honig bei Schleim- und Hautreizungen & bei Strahlentherapien

Bei der Strahlentherapie ist es leider nicht verhinderbar, dass gesundes Gewebe ebenfalls in Mitleidenschaft gezogen wird. Dies ist insbesondere im Mund-Rachen-Bereich oder in der Speiseröhre der Fall, genauso wie im Mund-, Kopf- und Halsbereich. Mehrere Studien belegen eindeutig, dass die Verträglichkeit bei der Strahlentherapie durch die Anwendung von Honig wesentlich gesteigert wird.

Die Mehrzahl der Studien beschäftigt sich mit Honig bei der Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich. Kleinere Studien mit jeweils 40 Patienten, die Honig mit der Gabe eines örtlichen Betäubungsmittels (Lidocain-Spülung) und Kochsalzlösung als alleinige Behandlungsform verglichen, kamen allesamt zu dem Schluss, dass die Behandlung mit Honig wesentlich besser war als die jeweils Alternative. Bei Honiggaben verringerte sich die Schwere der Schleimhautentzündung, die bakterielle Besiedelung, der ungewollte Gewichtsverlust sowie Verzögerungen bei der Bestrahlung (Kanal et al. 2010, Rashad et al. 2009, Biswal et al. 2003). Viele weitere Untersuchungen bestätigen dies.

Honig bei Bestrahlungstherapie der Brust



Eine Vielzahl an Studien belegt, dass bei der Strahlentherapie der Brust Verbrennungen und Verletzungen der Brustoberfläche auftreten können. Diese lassen sich mit Honig wesentlich besser behandeln als mit anderen Anwendungen. Dies belegt eine ganze Reihe von Studien, die hier nicht alle aufgeführt werden müssen. Die Ergebnisse zeigen eindeutig, dass die Behandlung dieser Irritationen durch Bestrahlung mit Honig sehr wirksam ist und daher sehr zu empfehlen ist.

Quelle:

www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/052-014_S1_S10

Supportive Maßnahmen in der Radiologie 2006 / 12 / 2011 / 01.pdf

Zur Beachtung: Bei Brustkrebs ist natürlich auch der Bereich Bienengift gesondert zu betrachten. Diese Sparte erweitert ebenfalls die Anwendungen der API - Therapie.





Honig bei Schwächezuständen

Honig ist ein sehr schneller und starker Energiespender und fördert in ganz besonderem Maße die Vitalisierung. Das heißt, eine sehr schnelle Kräftigung erreicht man mit mehrmals täglich einem kräftigen Löffel Honig.

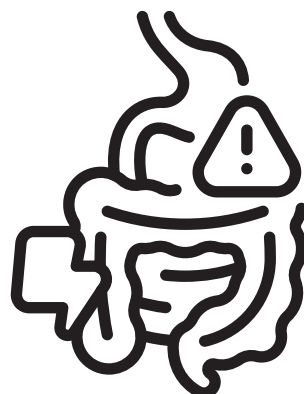
Wer über Kraftlosigkeit oder über einen akuten Schwächezustand leidet, für den ist Honig ein außergewöhnlich guter Ansatz, um eine schnelle Kräftigung zu erreichen. Dazu benötigen wir nicht allzu viele Studien, denn dies ist eindeutig bestätigt. Unsere Empfehlung ist klar: Wer über Schwächezustände verfügt, sollte die Bienenproduktmischung mit Honig, Pollen, Propolis und rotem koreanischem Ginseng einnehmen. Damit hat man die beste Wahl in der Vitalisierung.

Honig bei Magen- und Darmproblemen

Es wurde festgestellt, dass Patienten mit einem empfindlichen Magen, die dreimal täglich einen kräftigen Teelöffel Honig einnahmen, eine wesentliche Verbesserung verspürten. Des weiteren wurde festgestellt, dass Honig die Wirksamkeit von Medikamenten unterstützt und die Magenschleimhaut schützt.

Analysen mit 150 Patienten haben gezeigt, dass bei Menschen, die regelmäßig Honig konsumierten, das Bakterium *Helicobacter pylori* seltener nachweisbar war und ein schützender Effekt von Honig bestätigt wurde. Honig schützt die Magenschleimhaut zudem vor Alkohol (Gharzouli et al. 2001 und 2002 sowie Ali et al. 2003 und Boyanova et al. 2015).

Bei Erkrankungen des Darms, insbesondere bei Kindern, haben große Studien in vielen Entwicklungsländern gezeigt, dass Honiggaben bei Magen- und Darmentzündungen, besonders bei Gastroenteritis, den Flüssigkeitshaushalt des Darms wiederherstellen (Abdulrhman et al. 2010).





Diese Studie hat eindeutig belegt, dass diese Wirksamkeit des Honigs vorhanden ist und den Menschen sehr hilft.

Es wurde außerdem festgestellt, dass bei einer Einnahme von etwa 50 ml Honig alle vier Stunden – dies entspricht ungefähr einem kräftigen Teelöffel – die Wirksamkeit sowie die Schnelligkeit der Regeneration und Gesundung wesentlich schneller voranschritten.

Professoren und Ärzte haben zudem ausdrücklich darauf hingewiesen, dass der Prophet Mohammed Honig zur Behandlung von Diarrhö empfohlen hat, ebenso wie andere antike Ärzte, etwa der römische Arzt Celsus und der berühmte arabische Universalgelehrte Ibn Sina (Avicenna).

Diese Wirkung wurde bereits im Altertum festgestellt und stellt keine neue Erkenntnis dar, wurde jedoch durch die moderne Forschung eindeutig bestätigt.



Abb. 3 Altägyptische Imker bei der Entnahme von Honig. Bas-Relief an Grab von Pabusa.
Foto; Egyptian Expedition Metropolitan Museum of Art New York.





Abb. 1 Oberteil der Höhlenzeichnung von la Aranas (frei nach Obermaier, Urgeschichte, 1931)

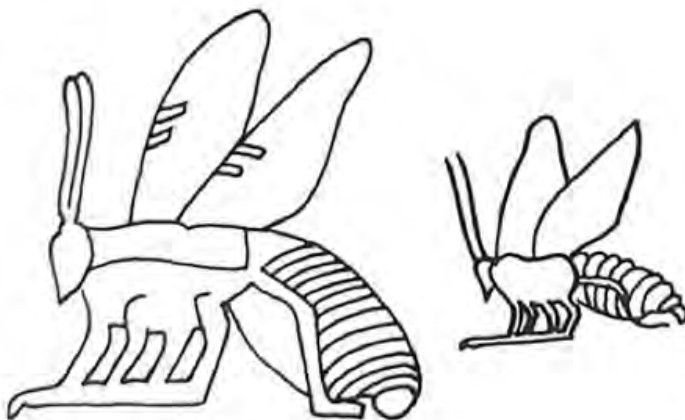


Abb. 2 Altägyptische Bildzeichen für König. Links aus der fünften, rechts aus der achten Dynastie. Nach Fraser, Beekeeping in Antiquity, S. 4

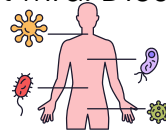


Honig bei Halsschmerzen

Bei Halsschmerzen ist Honig ein hervorragendes Linderungsmittel. Mehrmals täglich kleine Mengen Honig zu sich zu nehmen, schützt den Hals, bringt eine sehr starke Erleichterung und fördert ebenfalls den Heilungsprozess. Auch dies ist seit dem Altertum bekannt und durch viele Studien belegt. Die Erfahrungsmedizin zeigt dies ebenfalls eindeutig.

Honig bei Schlafstörungen

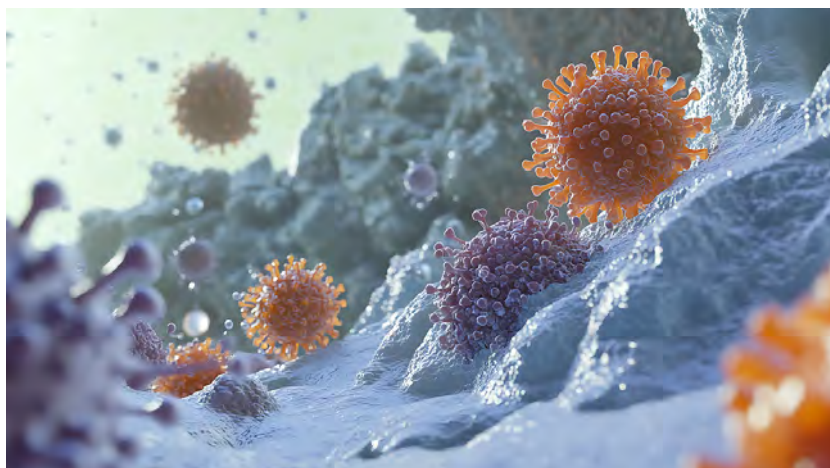
Ein altbekanntes Naturheilmittel ist warme Milch mit Honig. Dies ist sehr bekannt und kann nur empfohlen werden. Man nimmt am besten abends ein Glas Milch, gibt zwei kräftige Löffel eines **zb. guten Lindenblütenhonigs** hinein und trinkt dies vor dem Schlafengehen. Dies bewirkt, dass das in der Milch enthaltene Melatonin durch den Honig verstärkt wird, wodurch ein ruhiger und gesunder Schlaf gefördert wird. Dieses alte Hausmittel ist sehr bewährt.



Chronische Unterstützung für das Immunsystem

Wer über Jahre hinweg täglich Honig genießt, entwickelt ein ausgezeichnetes Immunsystem. Es ist allgemein bekannt und in der Erfahrungsmedizin eindeutig belegt, dass Honig einen sehr positiven Einfluss auf unser Immunsystem hat. In meinen Vorträgen berichten mir viele Menschen, dass sie sehr gesund sind und kaum krank werden. Wenn ich diese Personen frage, sind von zehn Personen mindestens acht regelmäßige Honigesser.

Ich persönlich kann ebenfalls sagen, dass ich mein Leben lang viel Honig esse und in meinem gesamten Leben keine Erkrankungen hatte. Jeder, der mich kennt, weiß dies. Es mag auch an guten Genen liegen, aber es ist unter anderem ein Beleg dafür, dass Honig bei langfristigem täglichem Verzehr ein ausgezeichnetes Immunsystem unterstützt.





Honig bei Viruserkrankungen und Erkältungskrankheiten, wie chronischem Husten

Honig ist wirksam gegen Viren. Beispielsweise konnte eine gute Wirksamkeit gegen Rötelnviren festgestellt werden. Allerdings ist dieser Bereich noch nicht ausreichend erforscht (Zeina et al. 1996).

In Kombination mit anderen medikamentösen Behandlungen ist Honig bei Husten, auch wenn dieser virusbedingt ist, sehr zu empfehlen. In der Volks- und Erfahrungsmedizin ist es sehr bekannt, abends vor dem Schlafengehen einen Teelöffel Honig einzunehmen, wodurch man oft die Nacht ohne Husten durchschlafen kann.

Eine Studie zeigte, dass drei verschiedene Sortenhonige – Eukalyptushonig, Zitrushonig und Lippenblütlerhonig – mit einem Placebo (Dattelextrakt) verglichen wurden. Als Arzneimittel wurden diese bei 270 Kindern mit Husten eingesetzt.

Hustenhäufigkeit und -schwere, die Beeinträchtigung des Durchschlafens des Kindes sowie die Schlafqualität der Eltern wurden abgefragt und verglichen. Alle drei Arten von Honig verbesserten die Beschwerden deutlich effektiver als der Dattelextrakt. Die Autoren der Arbeit (Cohen et al. 2012) betonen, dass Honig nach ihrer Ansicht zu den bevorzugten Methoden der Behandlung von Husten und Erkrankungen der oberen Atemwege bei Kindern zählt.



Lehrinhalte Teil 4

Blütenpollen/ Qualitätsstandard beim Blütenpollen/ Inhaltsstoffe des Blütenpollens/ Vitamine im Blütenpollen/ Mineralgehalt von Blütenpollen/ Wirkungen von Blütenpollen in der API - Therapie

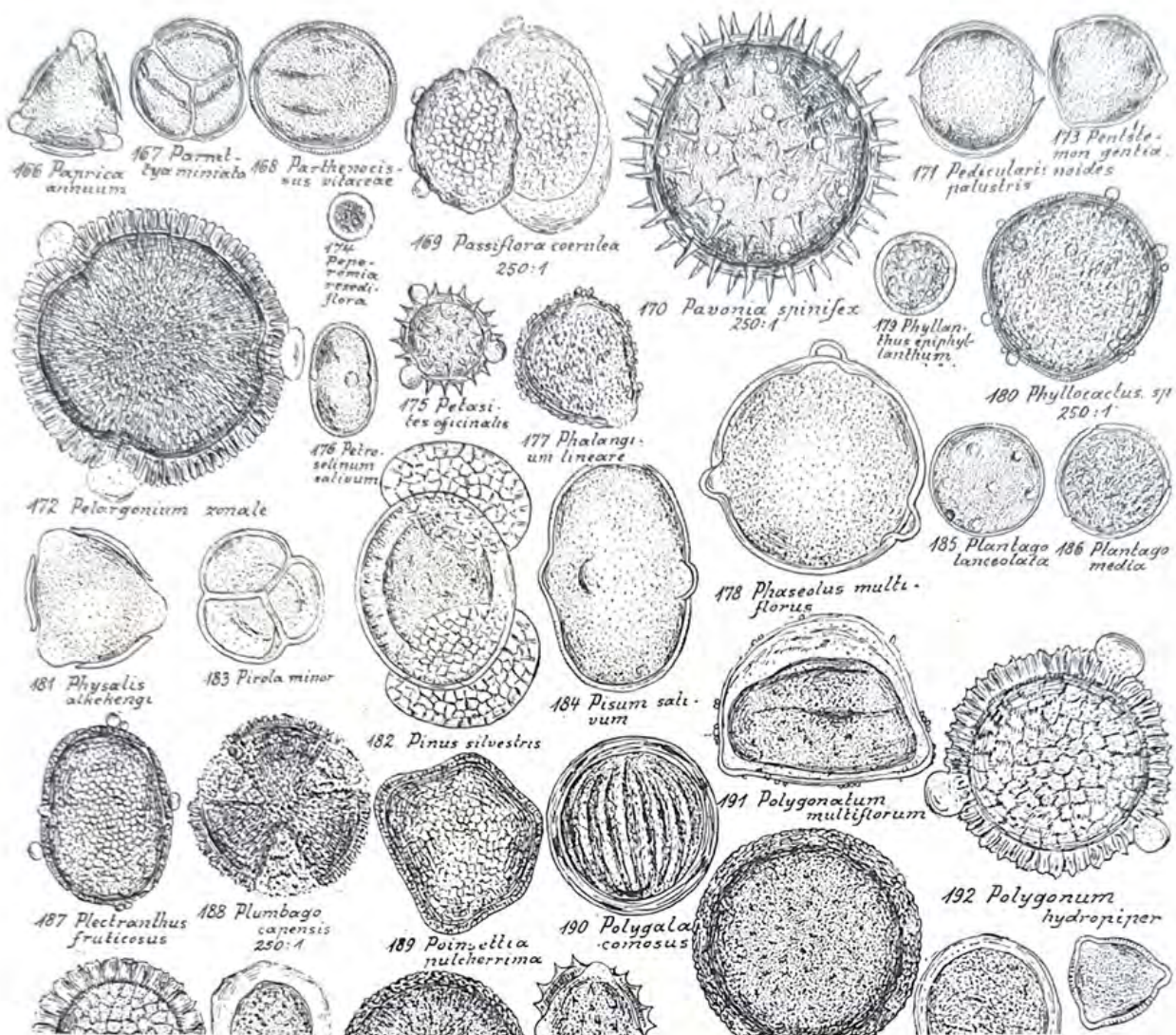


Abb. 30 Dieser Ausschnitt aus der Darstellung von annähernd 300 Pollenarten aus Armbruster-Jacobs, Pollenformen, 1935, zeigt ihre Vielgestaltigkeit. Es gibt keine Art, die völlig der anderen gleicht. Man kann aus den im Honig enthaltenen Pollen seine Herkunft von den Pflanzen und damit auch vielfach das Land seiner Erzeugung bestimmen. Wichtig für den Nachweis der widerrechtlichen Mischung von deutschem mit billigem Auslandshonig.



Blütenpollen

Pollen sind die männlichen Keimzellen der Pflanzen und werden von den Bienen zur Ernährung der Brut sowie als Vitamin- und Mineralstofflieferant gesammelt. Von Bienen gesammelter Pollen stammt in der Regel von insektenbestäubenden Pflanzenarten. Diese insektenbestäubenden Arten und der daraus gewonnene Pollen haben eine besondere Konzentration an Vitaminen, Proteinen und Mineralstoffen.

Woher kommt das?

Die Biene hat eine besondere Eigenschaft, die sogenannte Blütenstetigkeit. Das heißt: Eine Biene, die den Bienenstock verlässt, fliegt immer nur eine einzige Pflanzenart an. Sie kann während eines Sammelfluges nicht von einer Pflanzenart zur anderen wechseln. **Das hat zur Folge, dass Bienen essenziell für die Bestäubung sind und diese Aufgabe von anderen Insekten nicht übernommen werden kann.**

Über einen Zeitraum von über hundert Millionen Jahren haben die Pflanzen erkannt, dass sie die Bienen zur Bestäubung brauchen. Da die Bienen auch die Qualität, sprich den Proteingehalt des Pollens, feststellen können und dies über ihre Tanzsprache an andere Bienen kommunizieren, **haben die Pflanzen im Laufe der Evolution immer mehr Nährstoffe in das Naturprodukt Blütenpollen eingebaut, um einen Wettbewerbsvorteil gegenüber anderen Pflanzen zu haben. So ist im Laufe der Jahrmillionen ein absolutes Superfood entstanden: der von Bienen gesammelte Blütenpollen.**

Ihr werdet erstaunt sein, was im Blütenpollen alles enthalten ist und vor allen Dingen, welche Wirkung er auf den Körper hat.

Blütenpollen: Die Quelle des Lebens (Frisch vs. Getrocknet)



Das Problem: Bioverfügbarkeit
Blütenpollen sind ein Vitamin- und Proteinwunder (männliche Keimzellen). Doch **90% der Handelsware ist getrocknet**. Der harte **Zellulosemantel** bleibt im **Magen verschlossen**, der Inhalt kann nicht aufgenommen werden.

Die Lösung: Frischer Pollen
Wenn Pollen frisch tiefgekühlt wird, bleibt der Mantel durchlässig. Die Bioverfügbarkeit ist **5–6x höher** als bei getrockneter Ware.

Inhaltsstoffe:

- Alle Vitamine (außer B12)
- Hochwertige Proteine
- Flavonoide (Antioxidantien)

© NotebookLM





Qualitätsstandard beim Blütenpollen

Was allgemein im Handel vorhanden ist, ist sogenannter spanischer Pollen. Allerdings muss man wissen: Wenn schon Honig ein Problem mit Pestizidbelastungen hat, ist Blütenpollen wesentlich empfindlicher. Spanischer Pollen ist dafür bekannt, dass er stark pestizidbelastet ist. **Auch in Deutschland ist Pollen sehr häufig stark pestizidbelastet.**

Laut der Landesanstalt für Bienenzucht in Celle, die hierzu eine Studie durchgeführt hat, gibt es in Deutschland nur noch wenige Regionen, in denen man bedenkenlos Blütenpollen ernten kann. Das liegt im Wesentlichen daran, dass in Deutschland fast flächendeckend Raps angebaut wird. Rapspollen ist extrem pestizidbelastet, und die Blütezeit des Rapses ist gleichzeitig die Zeit der Pollenernte.

Geernteter Blütenpollen aus kommerziellem Obstanbau, zum Beispiel aus dem Bodenseegebiet, stellt ebenfalls ein großes Problem dar. Die Spritzungen während der Obstblüte sind extrem, und dieser Pollen kann schon fast als Sondermüll bezeichnet werden.

Nur wenige Imker ernten eigenen Pollen. Viele Imker, die Pollen verkaufen, haben keine eigene Ernte.

Der Grund dafür ist, dass die notwendigen Trocknungs- und Reinigungsanlagen sowie Pollenfallen sehr teuer sind und sich für kleine Imkereien wirtschaftlich nicht lohnen. Sie müssten über 20 Jahre Pollen verkaufen, nur um die Kosten wieder hereinzubekommen. Aus diesem Grund kaufen viele Imker Pollen zu. Dieser stammt in der Regel ebenfalls aus Spanien, das über 80 % Marktanteil in Deutschland hat.

Gute Erntegebiete gibt es in Deutschland nur noch in sehr naturbelassenen Gegenden ohne Rapsanbau, **zum Beispiel im Allgäu, sowie in Sardinien im Gebiet Monteferru, einem großen Naturschutzgebiet. Dort kann man bedenkenlos Blütenpollen in pestizidfreier Qualität ernten.**





Ein weiterer wichtiger Faktor ist, dass die im Handel angebotenen Blütenpollen – von ganz wenigen Ausnahmen abgesehen – fast ausschließlich getrocknet sind. Frischer Pollen ist jedoch fünf- bis sechsmal wirksamer als getrockneter Pollen. Warum ist das so?

Das Pollenkorn besitzt eine Zellulosewand. Wird es getrocknet, kann diese von der Verdauung nicht mehr aufgeschlossen werden, und ein Großteil der Inhaltsstoffe geht verloren. Beim frischen, nicht getrockneten Pollen ist diese Zellulosewand weich, sodass sämtliche Inhaltsstoffe freigesetzt und dem Körper zur Verfügung gestellt werden können. Deshalb ist absolut frischer Pollen im Verzehr zu bevorzugen.

Inhaltsstoffe des Blütenpollens



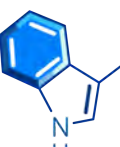
Zunächst muss man zwischen windbestäubenden und insektenbestäubenden Pflanzenarten unterscheiden. Die Bienen sammeln ausschließlich insektenbestäubende Arten. Diese liefern nährstoffreiche Blütenpollen. Windbestäubende Arten enthalten keine oder kaum Inhaltsstoffe – die Natur vergeudet nichts, und dies hat einen klaren Grund.

Ein weiterer wichtiger Faktor ist, dass jede Pflanzenart unterschiedliche Mengen an einzelnen Inhaltsstoffen enthält. Deshalb sind alle Angaben nur Durchschnittswerte, die je nach Pflanzenart stark nach oben oder unten abweichen können.

Der Eiweißgehalt des Blütenpollens liegt je nach Pflanzenart bei etwa 30 bis 40 %.

Entscheidend ist dabei die **Zusammensetzung der Aminosäuren.**

Insgesamt wurden im Blütenpollen 20 Aminosäuren nachgewiesen. Aus diesen lassen sich unzählige verschiedene Eiweiße aufbauen. Von den insgesamt 22 bekannten Aminosäuren sind 8 bis 9 essenziell, das heißt lebensnotwendig und nicht vom Körper selbst herstellbar. **Diese essenziellen Aminosäuren sind im Blütenpollen enthalten.**





Essenzielle Aminosäuren in Gramm je 100 g Blütenpollen (gemischter Pollen):

- Isoleucin: 4,5 g – Tagesbedarf: 2,7 g
- Leucin: 6,7 g – Tagesbedarf: 3,9 g
- Lysin: 5,7 g – Tagesbedarf: 3,0 g
- Methionin: 1,8 g – Tagesbedarf: 2,1 g
- Phenylalanin: 3,9 g – Tagesbedarf: 4,2 g
- Threonin: 4,0 g – Tagesbedarf: 2,1 g
- Tryptophan: 1,3 g – Tagesbedarf: 0,6 g
- Valin: 5,7 g – Tagesbedarf: 3,0 g

Nach A. Caillas, Vivez, S. 113, und Kühnau, Angewandte Chemie. **Man sieht also, dass man mit etwa 30 g Blütenpollen täglich seinen Bedarf an diesen Aminosäuren decken kann. Ein gehäufte Teelöffel entspricht etwa 10 g Pollen.**

Vitamine im Blütenpollen

Auch hier variieren die Mengen je nach Pflanzenart stark.

Die folgenden Angaben sind Durchschnittswerte (µg/g):

Vitamin A: 150–200
Vitamin B1: 10–13
Vitamin B2: 12–20
Vitamin B5: 12–20
Vitamin B6: 5–7
Vitamin C: 350–500
Vitamin D: 0,3–0,6
Vitamin E: 200–320
Vitamin H: 0,5–0,7
Folsäure: 5–10
Niacin: 80–110

Man sollte sich von den Tagesbedarfsangaben nicht täuschen lassen. Was den Blütenpollen gesundheitlich so bedeutsam macht, ist die Komposition und Gesamtheit dieses hochkomplexen und hochwertigen Natur- und Heilmittels.





Mineralgehalt von Blütenpollen (µg/g)

Calcium: 2.000–3.000

Kupfer: 10–16

Eisen: 100–170

Kalium: 10.000–20.000

Magnesium: 1.000–3.000

Mangan: 80–110

Zink: 150–250

Zur besseren Übersicht nach prozentualem Anteil im Aschegehalt (Vivino 1944, Ridi 1950, Nilsen 1957):

Kalium: 30–40 %

Magnesium: 8–12 %

Calcium: 0,05–0,08 %

Eisen: 5–12 %

Silizium: 5–10 %

Phosphor: 10–20 %

Schwefel: 1 %

Chlor: 0,8 %

Mangan: 1,4 %

Hauptinhaltsstoffe von Blütenpollen (g/100 g Trockengewicht)

Eiweiß: 30–40

Fette: 5–13

Kohlenhydrate: 30–55

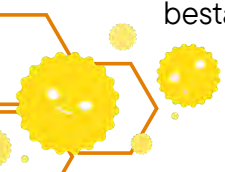
Pektin: 10–20

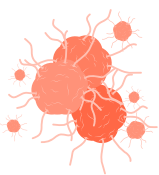
Polyphenole/Flavonoide: 0,25

Wirkungen von Blütenpollen in der API - Therapie

Blütenpollen bei Prostata:

Langjährige Erfahrungen aus der Erfahrungsmedizin zeigen, dass Schwellungen der Prostata bei Einnahme von Blütenpollen deutlich zurückgehen. Auch japanische Wissenschaftler bestätigten die Wirksamkeit bei chronischer Prostatitis (Murakami et al. 2008).





Viele Betroffene berichten, dass sich der Harnfluss bereits nach 8 bis 14 Tagen deutlich verbessert.

Bis sich die Prostata vollständig zurückbildet, ist jedoch ein längerer Zeitraum erforderlich. Die Erfahrung zeigt, dass sich ein Großteil der Prostataoperationen dadurch erübrigt. **Ursprünglich wurde diese Wirkung in Schweden entdeckt, unter anderem durch Dr. Erik Ask-Upmark (Universität Uppsala)** gemeinsam mit Gösta Jönsson (Urologische Abteilung), veröffentlicht in der Svenska Läkartidningen.

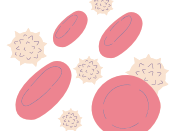
Blütenpollen bei schlechten Leberwerten:

Blütenpollen ist ein starkes Lebertonikum. Schlechte Leberwerte zeigen oft innerhalb von 8 bis 10 Tagen eine deutliche Verbesserung. Besonders wirksam ist die Kombination in einer **Bienenproduktmischung mit Pollen, Propolis, Gelée Royale und rotem koreanischem Ginseng.**

Auch im Bereich der Krebstherapie zeigt sich eine sehr gute Unterstützung, insbesondere bei Chemotherapien, da diese stark lebertoxisch sind. Der Blütenpollen ist dabei ein entscheidendes Element. Der Pollen unterstützt die Leber dermaßen stark, dass Chemotherapien, die von der Leber nicht mehr verarbeitet werden können und dadurch die bekannten Nebenwirkungen verursachen, die Leber wieder in die Lage versetzt wird, diese für den Körper starken Gifte abzubauen, was zur Folge hat, dass man die Chemotherapien sehr gut verträgt ohne diese bekannten Nebenwirkungen.

Blütenpollen und Blutwerte:

Auch bei stark beeinträchtigten Blutwerten, etwa im Rahmen von Chemotherapien, konnten innerhalb weniger Tage Normalisierungen erreicht werden. Das heißt innerhalb von 8 Tagen sind die Blutwerte im normalen Bereich. In der Chemotherapie, wenn sich die Blutwerte nicht mehr erholen, das heißt, wenn sich die Leukozyten Werte nicht mehr erholen, spricht man von „austherapiert“. **Auch austherapierte Patienten haben innerhalb von 8 Tagen normale Blutwerte.** Somit können weitere Chemotherapien ermöglicht werden. Diese Wirkung ist im Wesentlichen auf den Blütenpollen zurückzuführen, sollte aber im Rahmen der Bienenproduktmischung genommen werden, da sich die einzelnen Stoffe untereinander sehr stark ergänzen und Synergieeffekte hervorrufen. **Die Tagesdosierung sollte bei 3 Teelöffel erfolgen.**





Fruchtbarkeit:

Blütenpollen steigert die Fruchtbarkeit bei Männern und Frauen. Bei Männern erhöht er Anzahl und Beweglichkeit der Spermien, bei Frauen fördert er die Follikelbildung.

Darmgesundheit:

Blütenpollen wirkt positiv auf die Darmflora, baut Entzündungen ab und reguliert die Darmtätigkeit. Studien von Prof. Dr. Rémy Chauvin bestätigen diese Wirkungen.

Pollen-Therapie: Leber, Darm und Fruchtbarkeit

- **1. Leber & Chemo-Support**
Unterstützt die Leber beim Abbau von Toxinen. Hilft, Leberwerte während Chemotherapien zu stabilisieren und verbessert Leukozyten-Werte.
- **2. Darmgesundheit**
Reguliert die Darmflora. Da 80% des Immunsystems im Darm sitzen, ist dies ein Schlüssel zur allgemeinen Abwehrkraft.
- **3. Fruchtbarkeit & Prostata**
Männer: Erhöht Spermienzahl und -beweglichkeit. Reduziert Schwellungen der Prostata (besserer Harnfluss).
Frauen: Fördert die Follikelbildung.

**WICHTIG:
Einnahme-Regel:**

Nicht mit Milchprodukten (Joghurt, Quark) mischen!
Das Kasein in der Milch blockiert die Aufnahme der wertvollen Flavonoide.

Blütenpollen bei Pollenallergie:

Leider gibt es keine entsprechenden Studien, die diese Erfahrungsmedizin bestätigen. Wir haben aber im Laufe meines langen Berufslebens und durch die Erfahrungen unserer Kundschaft in diesem Bereich eindeutige Erkenntnisse erlangt.

Bei Pollenallergie wird Blütenpollen sehr gut zur Desensibilisierung eingesetzt.

Laut dem immunologischen Institut in München liegt der Desensibilisierungserfolg bei von Bienen gesammeltem Blütenpollen bei über 90 %, wenn man diesen mindestens 3 bis 4 Monate vor der betreffenden Blühperiode einnimmt. **Führt man die Einnahme bis zum darauffolgenden Jahr fort, ist die Allergie mit hoher Wahrscheinlichkeit verschwunden.**





Ein wichtiger Hinweis:

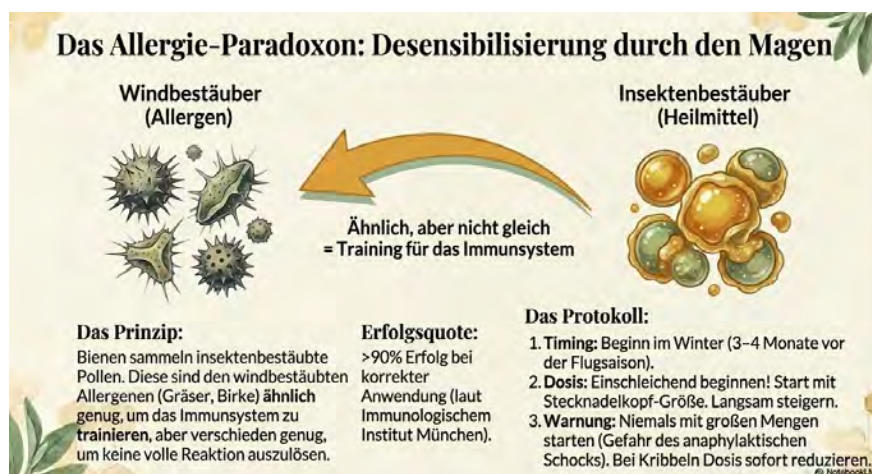
Der Pollenallergiker sollte, bevor er mit der Desensibilisierung beginnt, zunächst eine kleinste Menge – sprich ein nadelkopfgroßes Stück – auf der Zunge zergehen lassen. Wenn es juckt oder beißt, reagiert er darauf, und die Desensibilisierung mit Blütenpollen ist in diesem Fall nicht geeignet. Von geschätzt 50 Personen ist etwa eine dabei, die den von Bienen gesammelten Pollen ebenfalls nicht verträgt.

Der Pollenallergiker sollte daher unbedingt sehr vorsichtig sein und zuerst testen, ob er den Pollen verträgt. Ein anaphylaktischer Schock ist kein Spaß. Wird der Pollen vertragen, sollte die Dosierung bei einem halben haselnussgroßen Stück beginnen, maximal bei einem haselnussgroßen Stück liegen und dann täglich eingenommen werden.

Die Dosierung sollte nicht höher gewählt werden, da der Körper ohnehin bereits in Habachtstellung ist. Bei zu hohen Dosierungen kann es sein, dass der Körper nach einigen Monaten der Einnahme ebenfalls mit einer allergischen Reaktion reagiert. Dies soll durch die geringe Dosierung vermieden werden.

Die Erfahrungsmedizin zeigt uns hier eindeutig den Weg. Es ist nur eine Frage der Zeit, bis neueste Studien auch diesen Bereich belegen.

Erfahrungsmedizinisch wird Blütenpollen erfolgreich zur Desensibilisierung eingesetzt. Wichtig ist jedoch eine vorsichtige Testung vor Beginn, da in seltenen Fällen Unverträglichkeiten auftreten können.



Weitere Wirkungen:

Blütenpollen fördert Gewichtszunahme bei geschwächten und genesenden Menschen, verbessert die Sehkraft durch den Gehalt an Riboflavin und stärkt das allgemeine Wohlbefinden. Es hat zudem einen starken Einfluss auf die Regulierung der Darmflora.





Lehrinhalte Teil 5

Gelee Royal (Bienenmilch)



5.1 Was ist Gelee Royal?

Gelee Royal, auch als Bienenmilch bezeichnet, ist ein Drüsensekret der Ammenbienen. Diese produzieren Gelee Royal in der Regel am 4.–5. Lebenstag in speziellen Drüsen hinter der Stirnplatte, dem sogenannten Oberschlundganglion.

Die Ammenbienen können Gelee Royal nur dann produzieren, wenn sie große Mengen Blütenpollen aufnehmen. Aus diesem Grund finden sich im Gelee Royal dieselben Vitamine, Proteine/Aminosäuren und Mineralstoffe wie im Blütenpollen – jedoch in gelöster Form, in höherer Konzentration und mit sehr hoher Bioverfügbarkeit für den menschlichen Körper.

Zusätzlich enthält Gelee Royal große Mengen an Hormonen, darunter Acetylcholin, wachstumsfördernde Hormone sowie östrogenähnliche Substanzen. Diese Hormone ermöglichen es den Bienenlarven, in den ersten sieben Lebenstagen ihr Körpergewicht um das bis zu 500-Fache zu steigern. Alle im Honig enthaltenen Fermente und Inhibine, die von der Biene stammen, sind im Gelee Royal in nochmals höherer Konzentration enthalten.





Insgesamt wurden über 200 verschiedene Inhaltsstoffe identifiziert, darunter sehr seltene Aminosäuren.

Ein erheblicher Teil der Substanzen ist wissenschaftlich noch nicht vollständig erforscht.

In der Naturheilkunde besitzt Gelee Royal eine außergewöhnliche Bedeutung, deren Wirkung teilweise auch durch Studien belegt ist.



5.2 Inhaltsstoffe des Gelee Royal

Angaben in Gramm pro 100 g (von–bis):

- Wasser: 60–70 g
- Proteine/Aminosäuren: 12–18 g
- Fette: 5–9 g
- 10-Hydroxy-2-Decensäure (10-HDA): 4–6 g
- Kohlenhydrate: 10–23 g
- Mineralstoffe gesamt: 1–3 g

Ausgewählte Mineralstoffe und Vitamine (mg/100 g):

- Kalium: 400–500 mg
- Magnesium: 50–100 mg
- Calcium: 40–90 mg
- Eisen: 3–10 mg
- Niacin: 6–20 mg
- Pyridoxin (B6): 1,2–5,5 mg
- Thiamin (B1): 0,5–1,8 mg
- Pantothensäure (B5): 6–24 mg

(nach Bogdanov 2006)





Vereinfacht dargestellt besteht Gelee Royal aus:

- 60–70 % Wasser
- 10–25 % Kohlenhydraten
- 9–20 % Proteinen und Aminosäuren
- ca. 8 % Fetten und Ölen
- ca. 1 % Mineralstoffen und Spurenelementen
- ca. 2 % Vitaminen, Nukleinsäuren und weiteren bioaktiven Substanzen

Zusätzlich enthält Gelee Royal:

- Acetylcholin und Cholinesterase
- verschiedene Botenstoffe zur Zellkommunikation
- Wachstumsfaktoren
- Phytohormone mit regulierendem Einfluss auf den menschlichen Hormonstoffwechsel
- Flavonoide
- zahlreiche Enzyme

5.3 Allgemeine gesundheitliche Wirkungen



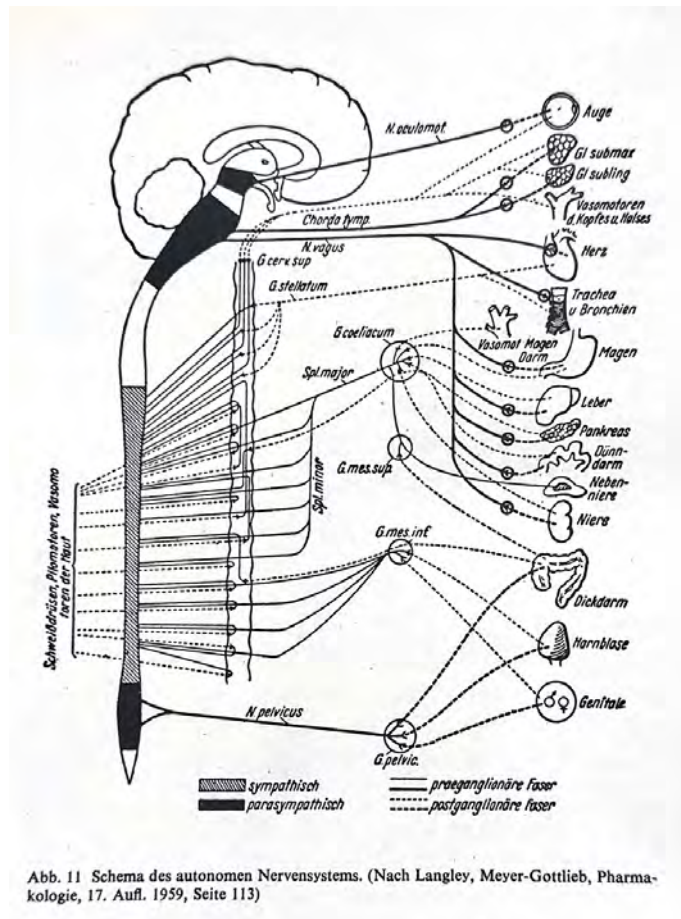
Die gesundheitsfördernde Wirkung des Gelee Royal ist seit Jahrhunderten bekannt. Bereits 1763 wurde es von Jan Swammerdam beschrieben. Seither gilt es insbesondere in der Naturheilkunde als hochwirksames Aufbaupräparat.

Zahlreiche Forschungen belegen:

- allgemeine Kräftigung
- Leistungssteigerung
- Unterstützung des Immunsystems
- positive Effekte bei Erschöpfung, chronischer Müdigkeit, Appetitlosigkeit und Stress
- Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
- Stabilisierung des allgemeinen Wohlbefindens

Gelee Royal stärkt den gesamten Organismus, **insbesondere das Nervensystem, fördert die Zellregeneration, den Zellstoffwechsel und die Zellerneuerung. Aufgrund dieser Effekte wird ihm eine verjüngende Wirkung zugeschrieben.**





Die hohe Wirksamkeit ist auf die außergewöhnliche Konzentration an Inhaltsstoffen zurückzuführen, die von den Ammenbienen aus großen Mengen Blütenpollen aufgeschlossen und für den menschlichen Körper optimal verfügbar gemacht werden.

Besonders bei geschwächten oder kranken Menschen ist die Bioverfügbarkeit ein entscheidender Vorteil (Bogdanov 1999).

Von besonderer Bedeutung ist die 10-Hydroxy-2-Decensäure (10-HDA). Diese Lipide spielen eine wichtige Rolle in der präventiven Unterstützung, wirken als potenzielle Inhibitoren von Krebswachstum und modulieren das Immunsystem.

Japanische Studien zeigten, dass Mäuse, die über 16 Wochen mit Gelee Royal gefüttert wurden, eine um etwa 25 % verlängerte Lebensdauer aufwiesen (Inoue 2003). Inwieweit diese Ergebnisse auf den Menschen übertragbar sind, bleibt offen.



5.4 Gelee Royal in der API – Therapie



5.4.1 Schwächezustände und Leistungssteigerung (Sport)

Gelee Royal erhöht die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Körperzellen. Sauerstoff ist ein zentrales Element des Zellstoffwechsels und damit entscheidend für Leistungsfähigkeit.

Eine aktuelle Crossover-Studie (Juli 2025) zeigte, dass die Supplementierung mit 1 g Gelee Royal pro Tag über zwei Wochen die Zeit bis zur Erschöpfung bei Laufbelastung signifikant verlängerte. Zudem wurde eine gesteigerte Expression des PGC-1 α -Gens festgestellt, welches die Bildung neuer Mitochondrien fördert.

Weitere Studien (u. a. Ovchinnikov et al. 2022) belegen, dass Gelee Royal – insbesondere in Kombination mit Coenzym Q10 – den Laktatspiegel senkt und Ermüdung verzögert.

In Kombination mit Honig, frischem (nicht getrocknetem) Blütenpollen, Propolis und rotem koreanischem Ginseng verbessert Gelee Royal die Sauerstoffbindung des Hämoglobins. Dadurch kommt es zu einer ausgeprägten Leistungssteigerung.





Erfahrungswerte:

- 2–3 Teelöffel täglich: deutliche Kräftigung innerhalb von 3–4 Tagen
- Hochleistungsbereich: Steigerung auf 4–5 Teelöffel täglich möglich

Diese Effekte werden sowohl von Leistungssportlern als auch von geschwächten Menschen regelmäßig bestätigt.



5.4.2 Muskelschutz

Systematische Übersichtsarbeiten (PRISMA-Methode) zeigen, dass Gelee Royal die Kreatinkinase (CK) im Blut senkt – ein zentraler Marker für trainingsbedingte Muskelschäden (DOI: 10.1002/fsn3.70497).

5.4.3 Fibromyalgie

Fibromyalgie wird häufig als unklare Erkrankung beschrieben. Aus erfahrungsmedizinischer Sicht handelt es sich um eine Stoffwechselstörung, bei der die Sauerstoffversorgung der Zellen unzureichend ist. Dadurch kommt es zu Übersäuerung und schmerzhaften Muskelzuständen. Gelee Royal verbessert die Sauerstoffaufnahme der Zellen und gleicht diesen Mangel aus.

Erfahrungswerte (über 20 Jahre):

- 2 kräftige Teelöffel täglich
- nach 4–8 Wochen:
 - ca. 60 % der Patienten schmerzfrei
 - 35–40 % ohne spürbare Verbesserung

Ich habe bereits in einer ganzen Reihe von Fibromyalgie-Selbsthilfegruppen Vorträge gehalten. Des Weiteren sind mehrere Fachartikel in Fibromyalgie-Zeitungen erschienen. Wir haben seit über 20 Jahren sehr großes Feedback und sehr gute Erfahrungen in diesem Bereich gesammelt.





Dazu muss gesagt werden: Woher kommt die Fibromyalgie?

Allgemein wird gesagt, man weiß nicht, woher diese Muskelschmerzen kommen. Ich sage, es handelt sich um eine Stoffwechselerkrankung, bei der der Körper und der Stoffwechsel die Zellen in den unterschiedlichen Körperbereichen unterschiedlich mit Sauerstoff versorgen. Sauerstoff ist das wichtigste Element im Zellstoffwechsel. Wenn dieser nicht mehr richtig funktioniert, können sich die Zellen nicht richtig ab reinigen, das heißt, sie verschlacken, verunreinigen und übersäuern. Dies verursacht eine Art Muskelkater.

Gelee Royal erhöht die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Körperzellen und gleicht diesen Mangel aus.

Heute können wir klar sagen, aufgrund des Feedbacks dieser Menschen, dass bei einer Einnahme von 2 kräftigen Teelöffeln pro Tag nach 4 bis 8 Wochen bei über 60 % der entsprechenden Patienten Schmerzfreiheit eintritt. Bei circa 35 bis 40 % der Patienten findet leider keine Verbesserung statt.

Dafür, dass es in diesem Bereich keine alternativen Behandlungsmethoden gibt, ist dies ein hervorragender Wert. Die Vitalisierung erfahren im Übrigen alle diese Menschen, was besonders wichtig ist, da Fibromyalgie auch die körperliche Leistungsfähigkeit beeinträchtigt.

Außerdem ist es wichtig, die Einnahme dauerhaft fortzuführen. Wenn die Körperschmerzen verschwunden sind, sollte täglich ein kräftiger Teelöffel eingenommen werden. Wird die Einnahme unterlassen, dauert es in der Regel zwischen 2 und 3 Wochen, bis die Körperschmerzen wieder einsetzen. Stoffwechselerkrankungen sind leider nicht sehr gut zu therapieren.

Da es kaum alternative Therapieoptionen gibt, stellt dies einen sehr hohen Erfolg dar. Die Einnahme sollte dauerhaft fortgesetzt werden.





5.4.4 Gelee Royal bei Depressionen

Gelee Royal bei Depression



Depression ist eine schwere Erkrankung. Diese Erkrankung ist nicht unerheblich, und die meisten Menschen schaffen es nicht aus eigener Kraft, sich aus diesem Tal der geistigen Leere herauszubewegen. Dazu muss man die Ursachen im Wesentlichen erkennen: Woher kommt die Depression?

Vereinfacht gesagt hat sie zwei Säulen: Zum einen einen stark nachlassenden Antrieb und Vitalität, also Antriebslosigkeit. Zum zweiten kann man keine Freude empfinden, egal was man sieht, die Freude kommt nicht auf.

Woher kommt das?



Wir haben hauptsächlich das Problem der Neurotransmitter. Es besteht ein Ungleichgewicht von Botenstoffen wie Serotonin, Noradrenalin und Dopamin, und dies stört die Signalübertragung im Gehirn. Auch eine genetische Form kann einen Ausschlag geben. Das Wesentliche ist das sogenannte Serotonin, ein Neurotransmitter. Dieser hat viele Funktionen im Körper, unter anderem ist es das bekannte Glückshormon.

Serotonin wird in der Hypophyse, der Hirnanhangdrüse, zu ungefähr 40 % gebildet und zu ungefähr 60 % in unserem Darm.

Die Blut-Hirn-Schranke verhindert, dass das Serotonin aus dem Darm ins Gehirn gelangt, wo es natürlich gebraucht wird. Wenn unser Stoffwechsel die Drüsentätigkeit in unserem Körper herunterfährt, entsteht ein Serotoninmangel. Das heißt, wir haben ein Ungleichgewicht zwischen Serotonin, Noradrenalin und Dopamin. Dies hat zur Folge, dass wir keine Freude empfinden können.

Gelee Royal hat die Eigenschaft, dass es die Drüsentätigkeit im Körper sehr stark anregt, unter anderem die Hirnanhangdrüse. Diese schüttet dann verstärkt Serotonin aus. **Des weiteren empfehle ich klar bei Depression die Bienenproduktmischung mit Honig, frischen, nicht getrockneten Blütenpollen, Propolis, Gelee Royal und rotem koreanischem Ginseng zu nehmen.**





Zusätzlich zu den morgens und abends eingenommenen kräftigen Teelöffeln der Bienenproduktmischung nimmt man circa 3 Gramm reines Gelee Royal dazu.

Dies regt die Drüsentätigkeit sehr stark an und bewirkt gleichzeitig eine sehr starke Vitalisierung, was die zwei hauptsächlichen Säulen der Depression wieder ins Gleichgewicht bringt.

Die Erfahrungen in diesem Bereich sind von unserer Seite sehr gut. Es gibt auch eine ganze Reihe von Studien, die die Auswirkungen auf die Psyche sehr eindeutig belegen.

Doping für Gehirn und Psyche



Gehirn & Demenz-Prävention:
Verbessert die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Zellen und fördert die Durchblutung. Hilft gegen „Plaques“-Bildung und Unterversorgung im Alter.

Psyche & Depression:
Wirkt auf zwei Säulen:
1. **Vitalisierung:** Bekämpft körperliche Antriebslosigkeit.
2. **Hormon-Balance:** Regt die Hypophyse zur Serotonin-Produktion an (Stimmungsaufheller).

Sport & Leistung:
Natürliche Leistungssteigerung und Muskelaufbau. Beliebt im Profisport (Eishockey, Fußball) für Ausdauer und Regeneration.

Anekdote:
Rainer Krügers 85-jährige Mutter erlangte durch Gelee Royal genug Vitalität zurück, um wieder selbstständig zu kochen, zu backen und Auto zu fahren.

NotebookLM



5.4.5 Gelee Royal bei Diabetes mellitus Typ 2

Beim Diabetes mellitus Typ 2 (sogenannter Altersdiabetes) konnte bei einer täglichen Einnahme von 3 g Gelee Royal über einen Zeitraum von ca. 8 Wochen ein antidiabetischer Effekt nachgewiesen werden. Dieser Effekt wurde im Rahmen vergleichender Provokationstests beschrieben (Morita et al. 2012; Münstedt et al. 2009).

Da Gelee Royal die Drüsentätigkeit stark anregt, kann sich die Bauchspeicheldrüse (Pankreas) im frühen Stadium eines Typ-2-Diabetes teilweise wieder erholen. Diese regenerative Wirkung ist jedoch zeitlich begrenzt. Wird dieses therapeutische Zeitfenster überschritten, ist eine Regeneration der Bauchspeicheldrüse nicht mehr möglich.

5.4.6 Gelee Royal bei Herzschwäche

Wie bereits beim Honig beschrieben, besitzt auch Gelee Royal eine ausgeprägte Wirkung bei Herzschwäche. Es enthält große Mengen des Neurotransmitters Acetylcholin, welcher eine zentrale Rolle in der Herzfunktion spielt.

Die Apotheke aus dem Bienenstock: Heilwerte der Apitherapie

Bienenprodukte als hochwirksame Naturheilmittel basierend auf der Expertise von Imkermeister Rainer Krüger.

Die vier Power-Stoffe und ihre Wirkung

Honig als „Hafer fürs Herz“



Acetylcholin und schnelle Zucker stärken den Herzmuskel und fördern die Durchblutung innerhalb von Minuten.

Propolis: Das natürliche Breitband-Antibiotikum



Wirkt gegen Bakterien, Viren und Pilze ohne die Gefahr einer Resistenzbildung.

Frischer Blütenpollen für Leber & Blut



Frischer (ungedörrter) Pollen ist 5- bis 6-mal wirksamer als getrockneter Handelspollen.

Vergleich der glykämischen Faktoren zur Verdeutlichung der Stoffwechselwirkung

Produkt	Glykämischer Index (GI)	Wirkung
Weißer Industriezucker	60 - 65	Fördert Entzündungen und Fetteinlagerung
Akazienhonig (Robinie)	20	Ideal für Diabetiker, da kaum Insulin benötigt wird
Wald- & Tannenhonig	30	Aktiviert den Stoffwechsel und die Fettverbrennung

Qualität erkennen und richtig anwenden

Die 42°C-Grenze für Rohhonig



Wertvolle Fermente und Inhibitoren werden zerstört, wenn Honig über 42°C erhitzt wird.

Gelee Royal zur Zellregeneration



Fördert Sauerstoffaufnahme und Konzentration; ideal bei Erschöpfung oder als Kur zur Vitalisierung.

Honig in der Wundversorgung



Reinigt Wunden, fördert die Gewebebildung und sorgt für eine elastische Narbenheilung.

NotebookLM



Empfohlen wird die Einnahme in Kombination als Bienenproduktmischung:

- initial: 3 Teelöffel täglich (morgens, mittags, abends)
- nach Stabilisierung: Reduktion auf 2 Teelöffel täglich

Diese Anwendung wirkt deutlich herzkstärkend. Die spezifischen Wirkungen von Acetylcholin wurden bereits im Abschnitt Honig ausführlich beschrieben.



5.4.7 Gelee Royal bei Autoimmunerkrankungen

Gelee Royal bei Autoimmunerkrankungen wie zum Beispiel: MS, Hashimoto, Morbus Crohn und viele andere

Prinzipiell gilt bei allen Autoimmunerkrankungen das Grundprinzip, dass das körpereigene Immunsystem körpereigene Zellen angreift. Je nachdem, in welchem Körperbereich und welche Organe betroffen sind, entstehen unterschiedliche Erkrankungen wie Diabetes Typ 1, Multiple Sklerose, Morbus Crohn, Hashimoto usw.

Dazu ist interessant: Auf der einen Seite greift der Körper eigene Zellen an und zerstört diese, auf der anderen Seite reagiert der Körper allerdings über seine Zellregeneration und Zellerneuerung mit Heilung. Das ist der Heilungsprozess, den der Körper jedoch nicht immer schafft.





Überall dort, wo etwas zerstört wird, reagiert der Körper mit Entzündungen, um das Immunsystem zu unterstützen, was aber bei Autoimmunerkrankungen gar nicht gefragt ist. Bei MS waren wir anfangs sehr vorsichtig, ob Gelee Royal überhaupt geeignet ist, weil auch die Bienenproduktmischung das Immunsystem aufbaut.

Die Blut-Hirn-Schranke verhindert nicht wirkungsvoll, dass das Immunsystem ins Gehirn gelangt, wo es die sogenannte Myelinscheide zerstört. Allerdings muss man wissen, dass wir bei den Patienten, die diese Produktmischung nahmen, festgestellt haben, dass die Blut-Hirn-Schranke ebenfalls mehr gestärkt wird, als das Immunsystem aufgebaut wird.

Des weiteren besteht die sogenannte Myelinscheide aus Schwanen -Zellen, und diese Schwanen -Zellen sind reparabel und auch teilbar, wobei die Zellregeneration und die Zellerneuerung durch Gelee Royal greifen. Aufgrund dieser Erkenntnis haben wir den Patienten empfohlen, die Bienenproduktmischung mit drei Teelöffeln pro Tag einzunehmen.

Das Feedback war hervorragend. Das Gleiche gilt ebenso für Parkinson, das ähnlich gelagert ist.

5.4.8 Gelee Royal für Haut, Haare und Fingernägel

Gelee Royal hat einen ausgeprägten positiven Einfluss auf Haut, Haare und Nägel. Wahre Schönheit kommt von innen – Hautbild und Haarqualität spiegeln insbesondere Blut- und Leberwerte wider.

Durch die innerliche Einnahme:

- wird die Haut gleichmäßiger und vitaler
- werden Haare kräftiger
- werden Fingernägel stabiler

Besonders empfohlen wird auch hier die Bienenproduktmischung, da sich die Wirkstoffe von Blütenpollen, Gelee Royal, Propolis und rotem koreanischem Ginseng optimal ergänzen.

Bei alleiniger Einnahme von Gelee Royal beträgt die empfohlene Dauer-Tagesdosierung ca. 2 g. Die Effekte sind bei kontinuierlicher Anwendung deutlich sichtbar.





5.4.9 Gelee Royal und Bienenproduktmischung bei Krebserkrankungen



Gelee Royal sollte im Krebsbereich grundsätzlich in Kombination innerhalb einer Bienenproduktmischung eingenommen werden. Diese Kombination wirkt dort besonders günstig auf die Blutwerte, die Leber, die Darmflora und das Immunsystem. Deshalb ist diese Mischung außergewöhnlich wichtig und sollte in diesem Bereich ganz klar bevorzugt werden.

Die einzelnen Produkte isoliert einzunehmen, ist bei diesen schweren Erkrankungen in keiner Weise zu empfehlen, da die Wirkung der Produktmischung in der Kombination wesentlich stärker ist. Gerade im

Krebsbereich benötigen wir alle positiven Effekte gebündelt.

Grundsätzlich kann gesagt werden, dass die Bienenproduktmischung – auf die wir hier nicht jedes einzelne Produkt erneut eingehen müssen – eine außergewöhnliche Wirkung auf die Blut- und Leberwerte hat. Chemotherapien werden aufgrund dieser Eigenschaften häufig sehr gut vertragen, da die Leber durch Bestandteile wie Blütenpollen und Gelee Royal gezielt unterstützt wird. Hier liegt eine ganz besondere Wirkung dieser Kombination.





Chemotherapeutische Medikamente sind nicht nur ein wichtiges Instrument für den Körper, sondern auch starke Gifte, die über die Leber abgebaut werden müssen.

Oft ist die Leber dazu jedoch nicht mehr ausreichend in der Lage, wodurch Nebenwirkungen entstehen. Mit dieser Bienenproduktmischung wird die Leber derart gut unterstützt, dass Chemotherapien in der Regel deutlich besser vertragen werden und bekannte Nebenwirkungen reduziert auftreten. Gleichzeitig wird das Immunsystem sehr stark unterstützt.

Das Immunsystem ist unsere stärkste Waffe gegen Krebs. Entartete Zellen entstehen täglich im Körper und werden normalerweise vom Immunsystem beseitigt. Ist dieses jedoch geschwächt, können sich Krebszellen stärker manifestieren. Je weiter fortgeschritten diese Manifestation ist, desto schwerer fällt es dem Immunsystem, diese Zellen wieder zu eliminieren.



Deshalb muss im Krebsbereich – sowohl in der Prävention als auch in der begleitenden Therapie – das Immunsystem möglichst hoch gehalten werden. Auch die Darmflora spielt dabei eine zentrale Rolle, da sie eng mit dem Immunsystem verbunden ist. Ein gesunder Darm ist eine wesentliche Grundlage für eine stabile Immunabwehr. Auch aus diesem Grund sollte die Bienenproduktmischung konsequent in dieser Kombination eingenommen werden. Einzelprodukte sind bei schweren Erkrankungen nicht empfehlenswert, da die synergistische Wirkung der Mischung deutlich stärker ist. Ein weiterer wichtiger Aspekt betrifft die Blutwerte.

Die positiven Effekte stammen hier vor allem aus Gelee Royal und Blütenpollen. Diese Kombination kann die Blutwerte erheblich verbessern. Gerade im Krebsbereich ist dies entscheidend, da es vorkommen kann, dass sich zwischen Chemotherapien die Leukozytenwerte nicht mehr erholen. In solchen Fällen spricht man von „austherapiert“, da keine weiteren Chemotherapien mehr möglich sind.

Bei der Einnahme der Bienenproduktmischung mit drei Teelöffeln pro Tag können sich innerhalb etwa einer Woche wieder normale Blutwerte, insbesondere die Leukozytenwerte, einstellen. Zusätzlich wird der Körper insgesamt stabilisiert und gestärkt, was entscheidend dazu beiträgt, dass Chemotherapien besser vertragen werden.





5.4.10 Gelee Royal bei Wechseljahresbeschwerden

Studien an insgesamt 120 Frauen zeigten, dass Gelee Royal aufgrund seiner östrogenähnlichen Substanzen Wechseljahresbeschwerden deutlich lindern kann

(Mishima et al. 2005; Suzuki et al. 2007; Taavoni et al. 2014).

Die Substanzen wirken regulierend auf den Hormonhaushalt und werden vom Körper in bestehende hormonelle Prozesse integriert. Diese Effekte werden auch durch umfangreiche Praxiserfahrungen bestätigt.

Empfohlene Dosierung:

- ca. 2 g reines Gelee Royal täglich
- bevorzugt in der Bienenproduktmischung zur zusätzlichen Vitalisierung

Abschließender Hinweis

Diese Seminarunterlage stellt eine fachliche Grundlage dar und ersetzt keine individuelle Diagnostik oder Therapieentscheidung. Zudem ersetzt dieser Leitfaden keinen Gang zum Arzt.

Die API - Therapie versteht sich als komplementärer Ansatz innerhalb einer ganzheitlichen medizinischen Betrachtung.





Lehrinhalte Teil 6

Was ist Propolis?



Propolis ist eine harzartige Substanz, die die Bienen an den Knospen der Bäume sammeln. Dieses Harz ist ein spezielles Harz, das den Pflanzentrieb vor Bakterien, Pilzen und Viren schützt. Die Triebe der Pflanzen sind das neue Leben, und die Natur schützt sich mit diesem Harz davor.

Jede einzelne Pflanzenart enthält ein arttypisches Antibiotikum, um den Trieb vor Bakterien, Pilzen und Viren zu schützen. **Der Name Propolis leitet sich aus dem Altgriechischen ab: Pro bedeutet „vor“ und Polis bedeutet „Stadt“ oder „Tor“, also „vor der Stadt“ oder „vor dem Tor“.**

Der Name wurde davon abgeleitet, weil die Bienen sehr häufig den Fluglochbereich mit Propolis verkleinern. Des Weiteren kleiden sie den gesamten Bienenstock lackartig mit Propolis aus. Der Bienenstock enthält hohe Zuckerkonzentrationen, Wärme und Feuchtigkeit – also einen idealen Nährboden für Bakterien, Pilze und Viren. Propolis ist ein von der Natur über mehr als 100.000 Jahre entwickeltes Desinfektionsmittel.

Propolis enthält über 20 verschiedene natürliche Antibiotika und ist hochwirksam gegen Bakterien, Pilze und Viren, auch gegen sehr hartnäckige Stämme wie zum Beispiel Helicobacter oder Tuberkulose.





Inhaltsstoffe von Propolis

Propolis ist ein Gemisch aus verschiedenen Harzen und vielen Inhaltsstoffen. Es ist bekannt, dass über 400 verschiedene Substanzen im Propolis enthalten sind, viele davon sind noch unbekannt und nicht erforscht.

Propolis enthält unter anderem:

Hydrochinone, Kaffeesäure, Quercetin, Flavonoide und Lignane
(Bankova et al. 2014; Huang et al. 2014)

Zusammensetzung nach Bogdanov

- Kohlenwasserstoffe, Wachse, hochmolekulare Ester, Ether und Ketone, höhere Fettsäuren, Steroide: 5–40 %
- Polyphenole, Chalkone, Dihydroxychalkone, Flavonoide: 5–50 %
- Aromatische Säuren, Ester, aromatische Säuren mit Alkoholen, Terpenoide, Aldehyde, Ketone: 1–25 %
- Aminosäuren, Zucker, Vitamine, Mineralstoffe: 1–10 %

Ein Problem in der medizinischen Anwendung und Klassifizierung ist, dass Propolis nie gleich ist. Es hat ständig veränderte Zusammensetzungen in Farbe und natürlichen Antibiotika. Propolis in alkoholgelöster Form sollte einen 30%igen Propolisanteil haben. Dies ist die wirksamste Form. Erstaunlich ist ebenfalls, dass auch altes Propolis, das mehrere Jahre alt ist, immer noch hochwirksam bleibt.

Rohpropolis, wie wir es direkt vom Imker kennen, ist für den Körper kaum oder gar nicht verwertbar. Propolis sollte je nach Einsatz entweder in alkoholgelöster Form oder in feiner Pulverform verwendet werden.

Anwendungsgebiete von Propolis in der Apitherapie

Die Propolis-Hausapotheke: Anwendungstipps

**Wundversorgung & Haut

Wirkt stärker anästhesierend als Kokain/Novocain – Schmerz verschwindet sofort.

- **Anwendung:** Tinktur auf Schürfwunden auftragen und *pusten* (Alkohol verfliegt, brennt nicht). Bildet einen „Sprühpflaster“-Schutzfilm.
- **Indikation:** Neurodermitis, Herpes (beim ersten Kribbeln), Schnittwunden.

**Innerliche Anwendung

- **Blasenentzündung (Rezept):** „Propolis-Cocktail“ (Lauwarmes Wasser + 20–30 Tropfen verrühren). 3x täglich trinken.
- **Halsweh / Angina:** Tropfen auf Zucker oder pur einnehmen. Alle 2 Stunden.
- **Wichtig:** Nur alkoholgelöste Tinktur nutzen (90% Wirkungsgrad) – wasserlöslich hat nur ca. 10% Wirkung.

© NotebookLM





Warzen

Warzen sind ansteckend, meist regional begrenzt und gutartige Geschwülste der oberen Hautschicht, verursacht durch Viren. Mehrmals täglich aufgetragene 30%ige Propolistinktur ist hochwirksam.

(Hellner et al. 2008)



Propolis bei Herpesinfektionen

Im Bereich der genitalen Herpesinfektion (HSV Typ 2) wurde Propolis in Salbenform aufgetragen und zeigte hervorragende Heilungsraten: innerhalb von 10 Tagen bei 80 %. Vergleichspräparate lagen nur bei 20–40 %. Bakterielle Infektionen der Scheide heilten in der Propolisgruppe bei über 55 %.

(Vynograd et al. 2000)

Bei Lippenherpes ist Propolis ebenfalls hervorragend wirksam. Propolis hat eine stark anästhesierende Wirkung, fünfmal stärker als Kokain und siebenmal stärker als Novocain. Aufgetragen auf die Herpesinfektion verschwindet diese in kürzester Zeit, gleichzeitig nimmt es den Schmerz.

Wichtig ist, dass man die Propolistinktur auf den Finger aufträgt, aufreibt und dabei leicht bläst, damit der Alkohol verfliegt und die anästhesierende Wirkung sofort einsetzt.

Bei Gürtelrose nimmt man eine schnell einziehende Creme als Basis und rührt alkoholgelöste Propolistinktur ein, bis eine dunkelbraune Farbe entsteht. Diese wird mehrfach täglich aufgetragen, damit das Propolis in die unteren Hautschichten eindringen kann.

Die Erfahrungsmedizin und unsere jahrzehntelange Erfahrung zeigen hier sehr gute Erfolge.

Propolis bei Sonnenbrand

Die gleiche Creme wie bei Gürtelrose verwenden. Der Sonnenbrand wird schmerzfrei, und am nächsten Tag ist er meist vollständig abgeheilt.





Propolis bei Asthma

Viele Asthmatiker berichten, dass bei täglicher Einnahme von 5–10 Tropfen Propolistinktur mehrmals täglich die Anfälle seltener und in abgeschwächter Form auftreten.

Propolis in der Wundbehandlung

Propolis hat eine stark antibakterielle Wirkung. Es desinfiziert die Wunde, und es kommt zu keinen Infektionen. Des Weiteren nimmt es durch seine stark anästhesierende Wirkung den Schmerz aus der Wunde, und es fördert in einem ganz besonderen Maße die sogenannte Hauptgranulationsbildung. Propolis macht zudem weiche Narben.

Allerdings sollte man Propolis nicht auf nässenden Wunden auftragen. Ebenso sollte man es nicht bei offenen Beinen, die zum Beispiel durch Diabetes entstanden sind, anwenden. Der Alkohol kann um die Wunde herum die extrem dünne Haut beschädigen, was zu ungewollten Problemen führen kann.

Des Weiteren bildet Propolis bei mehrfachem Auftragen mit dem Finger und anschließendem Blasen einen richtigen Schutzfilm auf der Wunde, der diese zusätzlich schützt. Bei offenen Beinen sollte man Propolis in Honig verwenden. Damit ist dieses Problem gelöst, und die Wundheilung wird sehr stark gefördert. Das hat auch eine große Studie belegt.

Henshaw et al. 2014

Bei Dekubitus ist Propolis absolut hervorragend und eines der besten Mittel, die man in der Behandlung in diesem Bereich einsetzen kann. Auch hier sollte Propolis in alkoholgelöster Form mit einem 30-%-Propolisanteil verwendet werden. Viele Studien belegen die hervorragende Wirkung von Propolis im Wundbereich.

Propolis bei Husten, Erkältung und Bronchitis

In diesem Bereich ist ganz klar Propolis in alkoholgelöster Form zu empfehlen. Mehrmals am Tag 5 bis 10 Tropfen in reiner Form einnehmen. Dies bringt den gesamten Bronchialbereich in eine absolute Ruhephase und fördert sehr stark die Abheilung des entzündeten Gewebes.





Propolis bei Husten, Erkältung und Bronchitis

Mehrmals täglich 5–10 Tropfen alkoholgelöste Propolistinktur pur einnehmen. Dies beruhigt den Bronchialbereich und fördert die Abheilung des entzündeten Gewebes.

Propolis bei Blasenentzündung (Zystitis)

In ein Glas lauwarmes Wasser (ca. 200 ml) 30–40 Tropfen 30%ige Propolistinktur einrühren. Dreimal täglich über ca. 10 Tage trinken. Auch hartnäckige Blasenentzündungen heilen in der Regel aus.

Propolis im Mund- und Zahnbereich

Bei Zahndruck, Zahnfleischentzündungen, Prothesendruckstellen und Parodontose ist Propolis hervorragend geeignet. Mehrmals täglich mit dem Finger auftragen. Studien zeigen sehr gute Ergebnisse auch bei Mundfäule. (Samete et al. 2007; Mahmoud et al. 1999; Almas et al. 2001)

Propolis als Entzündungshemmer

Propolis hat eine starke entzündungshemmende Wirkung, z. B. bei Schulterentzündungen, Arthritis, Tennisarm, rheumatischen Erkrankungen oder COPD. In diesen Fällen reicht oft der Propolisanteil in der Bienenproduktmischung mit zwei kräftigen Teelöffeln täglich.

Bei starken Entzündungen zusätzlich einen gestrichenen Mokkalöffel Propolispulver täglich über drei Wochen einnehmen.

(Cafarchia et al. 1999; Koo et al. 2000; Hegazi et al. 2000)

Propolis bei Tonsillitis

3–4-mal täglich ca. 10 Tropfen pur einnehmen. Bei Kindern auf einem Teelöffel verabreichen. Nach 5–6 Tagen ist auch eine starke Mandelentzündung meist abgeheilt.

Propolis bei Schrunden

Bei Schrunden hilft Propolis außergewöhnlich gut. Die Propolistinktur wird direkt auf die Schrunden aufgetragen. Diese heilen innerhalb weniger Tage von selbst ab, und zugleich wird der Schmerz genommen.





Propolis bei Neurodermitis

Bei innerlicher Einnahme können wir diese Stoffwechselerkrankung leider nicht beeinflussen. Äußerlich angewendet ist Propolis jedoch sehr hilfreich. Das, was bei Neurodermitis juckt und beißt, sind die offenen Wunden. Wird Propolis mit dem Finger aufgetragen und anschließend darauf geblasen, entsteht kein Schmerz, da sofort die anästhesierende Wirkung einsetzt. Zudem wird der Juckreiz sofort genommen.

Diese Anwendung sollte zweimal erfolgen. Danach sollten die Hautpartien um die offenen Stellen mit einer guten Propolissalbe eingecremt werden. Dies macht die dünne Haut geschmeidig und verhindert, dass sie erneut einreißt. Wenn man sich die Mühe macht, alle offenen Hautstellen mindestens einmal täglich so zu behandeln, kommt man in der Regel ohne den bekannten Juckreiz durch den Tag.

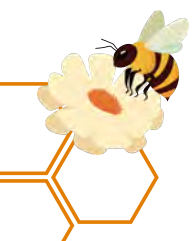
Gleichzeitig schützt Propolis die offene Wunde vor Entzündungen, baut diese ab und fördert in einem ganz besonderen Maße die Abheilung.

Juckreiz im Afterbereich und bei Hämorrhoiden

Einmal täglich den gestressten Bereich mit in Alkohol gelöstem Propolis mit dem Finger einreiben. Bei Verletzungen in diesen Bereichen kann es sein, dass es zunächst brennt, allerdings lässt der Schmerz sehr schnell nach, und es kommt sofort die anästhesierende Wirkung zum Tragen. Ich kann euch versprechen, es ist etwas ganz Außergewöhnliches, und ihr habt in diesem Bereich keine Probleme mehr.

Propolis bei Psoriasis (Schuppenflechte)

Wenn die betroffenen Hautpartien und Hautplatten mehrmals täglich mit einer guten Propolissalbe eingecremt werden, werden diese ebenfalls sehr weich, und die offenen Hautstellen heilen sehr schnell ab. Auch hier kann man in der sekundären Wirkung sehr viel erreichen.

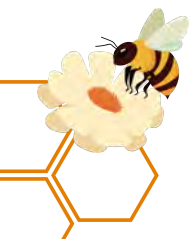




Propolis im Krebsbereich

Propolis wird zugeschrieben, die Krebsentstehung zu verhindern. Verantwortlich dafür sind Inhaltsstoffe wie Artepillin C, Clerodan-Diterpene, Kaffeesäure-Phenethylester (CAPE) und Benzofurane.
(Matsuno et al. 1995, 1997; Banskota et al. 2000; Jeng et al. 2000)

Propolis wirkt als Radikalfänger, reguliert intrazelluläre Glutathionspiegel und reagiert direkt auf Krebszellen. Zusätzlich stärkt es das Immunsystem in besonderem Maße, was im Krebsbereich ein entscheidender Faktor ist. Meine Empfehlung ist eindeutig: Wer Krebs hatte oder hat, sollte dauerhaft die Bienenproduktmischung mit Honig, Blütenpollen, Propolis und Gelee Royal einnehmen, morgens und abends jeweils einen kräftigen Teelöffel. Dies stabilisiert den Organismus, stärkt das Immunsystem und reduziert Entzündungen – alles entscheidende Faktoren in diesem Bereich.





Lehrinhalte Teil 7

Bienengift in der API - Therapie



Bienengift: Der schmerzhaft Heiler

****Indikation:**

- Hexenschuss, Ischias, Rheuma, Muskelverkrampfungen.

****Mechanismus:**

- Der Stich erzeugt extreme Durchblutung und Wärme. Die Verkrampfung löst sich, der eingeklemmte Nerv wird entlastet.

****Forschungsausblick (Experimentell):**

- Studien (z.B. aus Australien) zeigen Potenzial von Melittin (Bienengift-Bestandteil) bei aggressiven Krebsarten wie dreifach negativem Brustkrebs.

Hinweis: Dies ist ein begleitender Ansatz, keine alleinige Therapie.

© NotebookLM

Hauptbestandteile des Bienengifts

Der Hauptbestandteil des Bienengifts ist das sogenannte Melittin mit ca. 50 %.

Weitere Bestandteile sind:

- Phospholipase A2 ca. 12 %
- Apamin ca. 2 %
- Hyaluronidase ca. 2 %
- Peptid MCD ca. 2 %
- Tertiapin und Secamin
- Histamin
- Dopamin und Noradrenalin

Das Wesentliche und Wichtigste dabei ist jedoch eindeutig das **Melittin**.





Anwendungen des Bienengifts in der Apitherapie

Bereits Mitte des 19. Jahrhunderts, und wahrscheinlich auch schon wesentlich früher, wurde Bienengift bei rheumatischen Erkrankungen eingesetzt, ebenso bei Muskelzerrungen und Verspannungen. Bis zum heutigen Tag ist es in diesem Bereich ein ganz hervorragendes Mittel. Aus diesem Grund gibt es auch im medizinischen Bereich sehr viele Bienengiftsalben.

Bienengift und Brustkrebs – Studienlage

Eine Studie aus Australien am Institut für medizinische Forschung in Perth von Dr. Ciara Duffy belegt nach dem neuesten Stand eindeutig, dass das Melittin im Bienengift 100 % der dreifach negativen Brustkrebszellen sowie der HER2-angereicherten Brustkrebszellen innerhalb von 60 Minuten abtötete, während es lediglich minimale Auswirkungen auf normale Zellen hatte. Dr. Duffy verwendete hierfür das Gift von 312 Honigbienen.

Diese Studie wurde an Mäusen durchgeführt, ist aber auf den Menschen übertragbar. Weitere Studien sind bereits im therapeutischen Bereich am Laufen. Daraus ergibt sich ein klarer therapeutischer Ansatz bei Brustkrebs.

Bienengift bei Hexenschuss

Bei akutem Hexenschuss oder auch bei starken Muskelverspannungen macht es sehr großen Sinn, direkt eine Biene oder auch zwei Bienen anzusetzen und in diesem Bereich stechen zu lassen. Besonders bei Hexenschuss ist diese Maßnahme im Regelfall ein ganz hervorragendes Mittel.

Wird diese Behandlung gleich zu Beginn des Hexenschusses durchgeführt, lösen sich die Muskelverkrampfungen in der Regel innerhalb von 10 bis 20 Minuten. Dazu sollten im Bereich der Muskelverkrampfungen zwei Bienen gesetzt werden. Dabei sollte allerdings darauf geachtet werden, dass der Betroffene nicht unter einer sogenannten Bienengiftallergie leidet.





Der Wirkung nach ist ein Hexenschuss eine Verkrampfung der Muskulatur.

Diese drückt dabei auf einen Nerv und verursacht die starken Schmerzen. Das Bienengift löst durch die starke Durchblutung des Muskels die Muskelverkrampfungen wieder auf und entlastet dabei den Nerv.

Beim Setzen der Biene sollte darauf geachtet werden, dass sie nicht in den Finger sticht.

Man kann die Biene auch vorsichtig mit einer Pinzette am Thorax halten und dann auf die entsprechende Stelle aufsetzen, bis die Biene sticht. Der Stachel sollte dabei in der Wunde belassen werden, damit er sich vollständig entleeren kann und das Bienengift in die Haut eindringen kann. Nach etwa 10 Minuten kann der Stachel wieder entfernt werden.



Empfehlung aus der Praxis

Meine Empfehlung wäre bei einer akuten Erkrankung, die Brust zweimal täglich mit einer guten Bienengiftsalbe einzucremen. Nach überstandener Erkrankung empfehle ich prophylaktisch, dauerhaft einmal täglich die Brust mit Bienengiftsalbe einzucremen.

Diese Vorgehensweise ist noch nicht mit Studien belegt, stellt aber meine klare Empfehlung sowohl im präventiven als auch im begleitenden therapeutischen Bereich dar.

Darüber hinaus würde ich diese Anwendung aufgrund meines Wissens auch auf den Bereich Hautkrebs ausweiten. Die Wahrscheinlichkeit einer positiven Wirkung in diesem Bereich sehe ich als sehr hoch an, kann dies jedoch weder durch eigene Erfahrung noch durch Studien weiter belegen. Ich denke jedoch, dass in den nächsten Jahren in diesem Bereich noch einiges Neues auf uns zukommen wird.





Lehrinhalte Teil 8

Bienenproduktmischung in der API -Therapie

Zusammensetzung einer hochwertigen Bienenproduktmischung

Eine gute Bienenproduktmischung muss folgende Bestandteile enthalten:

- **Honig als Trägerstoff und Konservierungsmittel**
- **Auf 500 Gramm gerechnet sollten 150 g frischer, nicht getrockneter Blütenpollen aus pestizidfreier Produktion enthalten sein**
- **Der Honig muss Rohhonig sein, also Ferment -Aktiv**
- **Zusätzlich sollten enthalten sein:**
 - **20 g reines Gelee Royal**
 - **10 g roter koreanischer Ginseng**
 - **5 g Propolis-Extraktpulver**

Das muss in einer guten Bienenprodukt-Mischung enthalten sein. Alles andere hat keine so ausgezeichnete Wirkung.



Propolis



Pollen



Rohhonig



roter koreanischer
Ginseng



Gelee Royale





Ein Beispiel:

Gelee Royal erhöht die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Körperzellen. In der Mischung wird zusätzlich das Hämoglobin in die Lage versetzt, mehr Sauerstoffmoleküle zu transportieren – eine Wirkung, die Gelee Royal alleine nicht in diesem Ausmaß hat.



Bienenproduktmischung bei lymphatischer Leukämie

Bei lymphatischer Leukämie ist die Wirkung der Bienenproduktmischung sehr gut. Nach etwa 8 bis 12 Wochen bauen sich die Leukozytenwerte langsam ab. Am Anfang geschieht dies etwas schneller, im Laufe der Zeit wird der Abbau langsamer, je näher man dem Normalwert kommt. Dieser Prozess kann je nach Fall bis zu fünf Jahre dauern.

Menschen, die unter dieser Erkrankung leiden, sind körperlich sehr eingeschränkt. Nach etwa vier Wochen Einnahme erreichen viele ihre volle körperliche Leistungsfähigkeit wieder.

Wichtig ist dabei zu wissen: Diese Erkrankung hat ihre Ursache in der Leber und der Milz und nicht im Knochenmark. Genau hier greift die Bienenproduktmischung an. Die Einnahme sollte so lange erfolgen, bis sich die Leukozytenwerte allein durch die Einnahme auf den Normalwert reguliert haben.





Das Feedback der Betroffenen ist in diesem Bereich sehr gut. Wird die Einnahme zu früh beendet, steigen die Leukozytenwerte wieder an.

Wartet man jedoch ab und nimmt die Mischung dauerhaft, bis die Werte den Normalbereich erreicht haben, bleibt dieser Zustand in der Regel stabil.

Unterm Strich handelt es sich dabei nicht um eine chronische Erkrankung.

Dosierung:

- **Startphase: 3 Teelöffel pro Tag für 4 Wochen**
- **Danach regelmäßig morgens und abends je ein kräftiger Teelöffel**

Bienenproduktmischung im Sportbereich

Die Bienenproduktmischung erhöht die Sauerstoffaufnahmefähigkeit der Körperzellen, was zu einer deutlichen Leistungssteigerung führt. Zusätzlich wird das Hämoglobin in die Lage versetzt, mehr Sauerstoffmoleküle zu transportieren, was ebenfalls leistungssteigernd wirkt.

Diese Erfahrungen bestätigen viele Hochleistungssportler, darunter Nationalmannschaften, Fußballmannschaften der ersten und zweiten Liga, Eishockeyspieler, Radrennfahrer und viele andere.

Muskelaufbau und Regeneration

Auch im Muskelaufbau ist die Bienenproduktmischung hervorragend geeignet. Dies liegt an den enthaltenen Nährstoffen und Proteinen sowie den essenziellen Aminosäuren, die unter anderem für die Leber sehr wichtig sind. Dabei muss klar gesagt werden:

Die Bienenproduktmischung ersetzt keine gesunde, proteinreiche Ernährung. Diese muss gewährleistet sein – allerdings nicht durch Supplemente oder Eiweißpulver.

Sport steht in engem Zusammenhang mit Gesundheit. Er sorgt für sehr gute Blutwerte, gute Leberwerte und eine gesunde Darmflora. Gleichzeitig wirkt die Bienenproduktmischung stark leistungssteigernd und baut Entzündungen effektiv ab.





Beim Muskelaufbau entstehen sogenannte Muskelfaserrisse, die in der Regenerationsphase Entzündungen verursachen. Diese Entzündungen sind nicht erwünscht und werden durch die Bienenproduktmischung sehr schnell abgebaut.

Eine entzündete Schulter ist nach den Erfahrungen vieler Anwender innerhalb von 8 bis 10 Tagen beschwerdefrei. Das Gleiche gilt beispielsweise für einen Tennisarm.

Wachstumshormone und Leistungssteigerung

Das Gelee Royal in der Bienenproduktmischung enthält große Mengen an Wachstumshormonen. In Verbindung mit Training sind diese besonders wirkungsvoll im Muskelaufbau und in der Muskelbildung.

Die Bienenproduktmischung stellt damit eine gesunde Alternative zu chemischen Supplementen und Nahrungsergänzungsmitteln dar, die dem Körper oft nicht guttun.

Dosierung im Sportbereich:

- Unterer Leistungsbereich: morgens und abends je ein kräftiger Teelöffel
- Höherer Leistungsbereich: 3 bis 5 Teelöffel pro Tag
- Etwa 30 Minuten vor dem Training: 2 kräftige Teelöffel
- In der Pause (z. B. Fußball oder Eishockey): weitere 2 Teelöffel

Dies führt zu einer deutlichen Leistungssteigerung, einer verzögerten Ermüdung sowie zu einer starken Vitalisierung. Die Leistungskurve ist deutlich ausgeprägter, und Ermüdungserscheinungen treten wesentlich später auf – ein Effekt, der insbesondere im Bereich Gelee Royal durch zahlreiche Studien belegt ist.



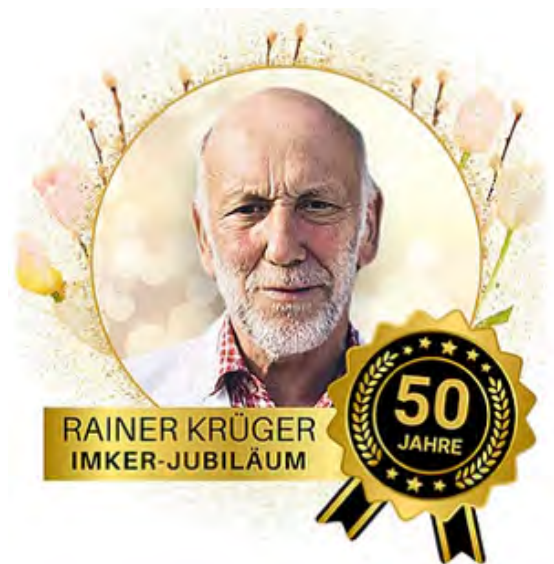


Als Schlusswort möchte ich ganz klar anmerken:

Das Bienenvolk ist die Apotheke der Natur, und die API -Therapie ist eine der wirkungsvollsten Therapieformen in der Naturheilkunde. Sie muss jedoch fachlich richtig begleitet werden.

Propolis und Co. sind nicht „für alles und für nichts“. Genau deshalb ist die fachliche Begleitung dabei ganz entscheidend. Sie entscheidet über Erfolg oder Nichterfolg.

Die Bienen und die Natur liefern uns dadurch außergewöhnliche Naturheilmittel in allerhöchster Qualität.



Imkermeister Rainer Krüger





Notizen:





Notizen:





Notizen:

