Entgiftung mit Bienenprodukten

Was Propolis und Co. leisten können | Dr. Thomas Gloger

Honig ist nicht das einzige Bienenprodukt. Bienen sammeln Harze von Pflanzen, Propolis genannt, um damit ihren Bienenstock auszukleiden. Propolis ist antiviral, antibakteriell und wirkt gegen Pilze und Protozoen, außerdem ist es ein hervorragendes Antioxidans. Zudem produzieren die Bienen Bienenwachs und Gelee Royale. Alle diese Produkte können auch zur Entgiftung verwendet werden.

Honig, Propolis, Wachs und Gelee Royale sind wertvolle Bienenprodukte, die auch wohltuend auf unsere Gesundheit wirken – und durch ihre einzigartige Zusammensetzung unserem Körper helfen beispielsweise Schadstoffe auszuleiten.

Propolis

Propolis ist eine Mischung von Baumharzen. Es wird von speziellen Sammlerbienen an heißen Tagen gesammelt; in unseren Breitengraden sind die hauptsächlichen Quellen Pappeln oder Birken. Für die Bienen stellt Propolis eine Art Immunsystem dar. Sie kleiden damit ihren Stock aus und schützen sich gegen vielfältige mikrobielle, virale und andere Bedrohungen. Eigentlich greifen die Bienen auf die Evolutionserfahrung der Pflanzen zurück, von denen sie die Propoliskomponenten sammeln.

Propolis ist ein komplexes Gemisch von Flavonoiden. Insgesamt wurden bisher etwa 350 verschiedene chemische Substanzen identifiziert. Propolis variiert sehr stark von Ort zu Ort und vom Erntezeitpunkt. Das ist ganz natürlich, da die Bienen nur auf Pflanzen zurückgreifen, die sie auch erreichen können. Außerdem ist bekannt, dass die Bienen bei Erkrankungen im Bienenstock spezielle Pflanzen vermehrt anfliegen. Auch die Mischung ist das Geheimnis der Bienen. Allerdings macht eben genau diese komplexe Zusammensetzung die einzigartige Wirkung.

Propolis und seine phenolischen Komponenten haben eine hohe Affinität zu Schwermetallen. Die Polyphenole komplexieren Metalle und insbesondere Schwermetalle sehr gut. So kann man mit Propolis beispielsweise sehr gut Zink in den Körper einschleusen, aber eben auch Schwermetalle



Abb. 1: Bienen sind wichtig für die Umwelt – ihre Erzeugnisse unterstützen auch unsere Gesundheit.

Foto: shaiith – stock.adobe.com

wieder ausleiten. Deshalb ist es wichtig für eine Entgiftung Propolis zu verwenden, das in einer sauberen Umgebung gewonnen wurde. Industriebetriebe, die hohe Luftverschmutzung verursachen, oder auch Kaminöfen, die mit Holz oder Kohle befeuert werden, sind die Ursache für Schwermetall- und Dioxinkontamination.

Regelmäßige Propolisgaben entziehen dem Körper Schwermetalle. Diese Tatsache ist nachgewiesen für Quecksilber und andere Schwermetalle, aber auch für seltener vorkommende Gifte wie zum Beispiel Beryllium. Weiterhin unterstützt Propolis die Entgiftungsorgane Leber und Niere. Durch die enthaltenen Antioxidantien werden beispielsweise die feinen Strukturen, die in der Niere für die Filtration verantwortlich sind, flexibel und druckbelastbar gehalten.

Schwermetalle induzieren oder verstärken im Körper oxidativen Stress. Der führt zu oxidativen Schädigungen von Membranen oder auch der DNA. Propolis schützt das Gewebe und reduziert die Alterung, degenerative Krankheiten und andere Effekte, die in diese Oxidationsprozesse involviert sind. Das sind Effekte, die vor allem die Leber schützen. Ähnliches gilt für die Entgiftung von Dioxinen.

Zur Dosierung von Propolis

Für die Entgiftung sollte man mindestens 500 mg bis 1.000 mg Tagesdosis erreichen.

Sie wird auf die drei Mahlzeiten täglich möglichst gleichmäßig aufgeteilt. Diese hohe Dosierung erreicht man nur durch Einnahme von Pulver, Kapseln oder durch eine Mischung von Propolis in Honig.

Bei Schwermetallvergiftungen ist braune (europäische) Propolis zu bevorzugen. Bei Nierenproblemen ist auch grüne (brasilianische) Propolis sehr hilfreich.

Honigmassage

Eine unterschätzte Methode der Entgiftung ist die Honigmassage. Sie wird oft fälschlicherweise in Hotels als Wellnessbehandlung angeboten. Sie kann aber viel mehr.

Bei der Honigmassage wird, meist flüssiger Honig, durch eine spezielle Pumpsaugtechnik eingearbeitet. Der Honig wird im Laufe der Massage nahezu vollständig durch die Haut am Rücken aufgenommen. In einem zweiten Schritt öffnen sich die Talgdrüsen und der Körper gibt ein Exsudat frei. Das ist eine kaugummiartige Masse, die aus alten Hautzellen und Ausscheidungen von Talgdrüsen besteht. Bei Rauchern kann dieses Exsudat schon mal dunkel-gräulich sein.

Wird die Massage regelmäßig wiederholt, zum Beispiel zu Beginn zweimal wöchentlich, und dann später in größeren Abständen, können viele toxische Stoffe ausgeschieden werden. In einer ungarischen Stu-

CO.med Januar | 2021 35

die wurde beispielsweise Permethrin in hohen Konzentrationen im Exsudat festgestellt. Es stammte von einem Katzenhalsband gegen Zecken und hat sich quasi als unbemerktes Wohngift verbreitet und im



Abb. 2: Die Honigwaben werden bei der Ernte geöffnet. Die Wachsdeckel mit anhaftendem Honig werden abgehoben und getrennt verarbeitet. Foto: lantapix – stock.adobe.com

Körper der Katzenhalterin akkumuliert. Durch die Honigmassage wurde es ausgeschleust.

Die Honigmassage ist körperlich sehr fordernd und man sollte sich danach nicht mehr anstrengen. Die Ruhe unterstützt die Entgiftung im System.

Entdeckelungswachs

Wenn der Honig reif ist, versiegeln die Bienen die Honigwaben durch einen kleinen Wachsdeckel. Er schützt den Honig gegen Wasserdampf, Fremdgerüche und Verderbnis. Der Imker erntet den Honig, indem er diese kleinen Deckelchen abhebt und sammelt. Dadurch ist beim Entdeckelungswachs immer auch Honig dabei. Es handelt sich also eigentlich um ein Honigwachsgemisch. Imker sagen auch salopp "Imkerkaugummi". Man kann nämlich den noch enthalten Honig sehr schön durchkauen und dabei he-

m nig sehr schön durchkauen und dabei he-

Abb. 3: 0b Honig, Propolis oder Gelee Royale: Diese Produkte haben eine positive Wirkung auf unseren Organismus.

Foto: pilipphoto – stock.adobe.com



Abb. 4: Eine Honigmassage kann bei der Entgiftung helfen.

rauslutschen. Wichtig ist es, das durchgekaute Wachs auch zu schlucken und nicht auszuspucken.

Wachs enthält große Mengen Provitamin A, also die Vorstufe von Vitamin A. Es enthält aber auch viele, jedenfalls für den Menschen, unverdauliche Stoffe. Diese reinigen den Darm mechanisch: Da es sich um sehr fettige Bestandteile handelt, saugen diese entsprechende Hinterlassenschaften im Darm quasi wie ein Magnet auf. Das können zum Beispiel Mikroplastikteile sein, aber auch größere Plastikstücke.

Am Bienenwachs haften noch sehr viele Pollenkörner. Deshalb wird auch das Entdeckelungswachs gerne zur Desensibilisierung von Pollenallergie verwendet. Die enthaltenen Pollenkörner sind durch das Honigwachsgemisch sozusagen in der "richtigen Matrix". Der Körper erkennt also diese Stoffe als Nahrung und nicht als Fremdkörper. Das ist eine grundsätzlich andere Reaktion als das Einatmen von Pollen. Auch dieses Verfahren benötigt Zeit und wird durch die innerliche Gabe von Antioxidantien wie zum Beispiel Propolis stark unterstützt. Nach einer österreichischen Studie ist die Desensibilisierung durch Entdeckelungswachs genauso gut wie die Immunisierung durch eine Spritze.

Die Honigmassage lässt sich in speziellen Seminaren erlernen. Sie ist auch für Therapeuten sehr hilfreich, da die Stellen, an denen das Exsudat austritt, wertvolle Hinweise auf den gesundheitlichen Zustand des Patienten gibt. Die Interpretation erfolgt über die Headschen Zonen und die Erfahrungen des Therapeuten.

Erhältlich beim lokalen Imker

Entdeckelungswachs enthält man bei seinem lokalen Imker. Bei den meisten Imkern ist es kein normales Produkt. Am besten meldet man den Bedarf vor der Honigernte im Mai/Juni bei ihm an. Denn die meisten Imker schmelzen das Entdeckelungswachs für neue Mittelwände ein. Aber wenn man gezielt danach fragt, freut sich der Imker und kann, sofern man es rechtzeitig gesagt hat, auch in ausreichenden Mengen liefern.

Tipp

Übrigens, wenn man eine Nuss mitkaut, verteilt sich das Wachs auf kleinere Stücke und es lässt sich viel leichter schlucken.

Honiq

Honig hat eine hervorragende Konsistenz: Es ist eine Mischung von vielen verschiede-

36 Januar | 2021 **CO.med**

nen Zuckern und Spurenelementen, die bei der Verstoffwechselung von Zucker benötigt werden, wie zum Beispiel Chrom. Durch diese Zusammensetzung von Einfachzuckern, die nicht mehr gespalten werden müssen und auch von der Vielfalt der Zucker, die hintereinander verstoffwechselt werden und nicht gleichzeitig wie zum Beispiel bei einer Portion Nudeln, wird die Leber, die die Hauptlast dieser Umwandlung tragen muss, nicht belastet. Deshalb sollte eine Entgiftung immer mit einigen Teelöffel Honig unterstützt werden.

Gelee Royale

Das Futter der Bienenkönigin verleiht ihr einen einzigartigen Stoffumsatz vom zwei- bis dreifachen ihres Körpergewichts. Normalerweise steht diese aktivierende Eigenschaft im Vordergrund. Allerdings enthält Gelee Royale auch Flavonoide und weitere kurzkettige Proteine, die eine Entgiftung unterstützen.

Achtung bei Gelee Royale

Frisches Gelee Royale ist sehr empfindlich. Am besten soll es immer tiefgefroren oder zumindest im Kühlschrank aufbewahrt werden. Praktischer sind Trinkampullen, die dieses empfindliche Material haltbar halten.

Man sollte darauf achten, dass kein Alkohol enthalten ist und auch die Dosierung entsprechend hoch ist. Für eine Entgiftung von jemandem, der am Ende seiner Kräfte ist, ist eine Dosierung von mindes-

tens 1.000 bis 2.000 mg am Tag empfehlenswert. Die Dosis steigert man sukzessive, wie man das auch beim Propolis tun muss (einschleichen). Gelee Royale wirkt aktivierend; man nimmt es am besten vor dem Frühstück ein.

Fazit

Bienenprodukte bieten gute Entgiftungseigenschaften. Je nach individueller Anforderung kann man mit Gelee Royale aktivierend entgiften und andere naturheilkundliche Entgiftungen unterstützen. Oder man will speziell den Darm oder auch gezielt die Leber entlasten.

Propolis ist das wichtigste Bienenprodukt für die Entgiftung. Das liegt daran, dass es noch andere Eigenschaften hat:

- Es ist ein hervorragendes Antioxidans.
- Es unterstützt das Immunsystem.
- Es wirkt nämlich immunmodulierend.
- Nicht zu vergessen: Es wirkt gegen Bakterien- und Pilzinfektionen. Stark geschwächte Patienten haben dadurch oft Sekundärerkrankungen, die aber dann plötzlich im Vordergrund stehen.

Wichtig ist vor der Entgiftung ist zu wissen, wo die Quelle der Intoxikation liegt. Liegt eine Schwermetallvergiftung vor, wenn ja: welches Metall? Handelt es sich um ein natürliches Toxin, oder sind es Dioxine, Weichmacher oder Bisphenol A, die die Beschwerden auslösen. Oder sind es körpereigene Stoffe, die sich stauen, da die Entgiftungsorgane Lunge, Leber und Niere nicht richtig funktionieren.

Keywords: Schwermetallausleitung, Propolis, Bienenwachs, Gelee Royale, Immunsystem, manuelle Therapie, Massage, Forschung, Gastroenterologie, Allergie, Desensibilisierung



Dr. rer. nat. Thomas Gloger

Dr. rer. nat. Thomas Gloger studierte Chemie an der TU München und promovierte dort auch. Er ist Imker, Bienensachverständiger und Schulungsreferent. Zudem ist er beim Internationalen Verband der Bienenzüchtervereinigungen (Apimondia) Jury-Mitglied und hält auf dem Jahreskongress diverse Taqungsbeiträge.

Neben Gefriertrocknung und Sicherheitsbewertungen nimmt Dr. Gloger auch Zertifizierungen vor. Außerdem ist er Referent für Apitherapie und Bienengift.

Kontakt:

Dr. rer. nat. Thomas Gloger Westerkampstraße 9 44581 Castrop-Rauxel Tel.: 02367 181252

thomas.gloger@api-zentrum-ruhr.de