

# Die Apotheke aus dem Bienenstock

Ärzte wie auch Laien setzen Bienenprodukte seit langer Zeit als sanfte Medizin ein.



## Apitherapie

In Osteuropa wurde bereits vor rund 100 Jahren damit begonnen, die **heilsamen Wirkungen** von Stoffen aus dem Bienenstock wissenschaftlich zu erforschen. Diese Heilmethoden bekamen den Namen Apitherapie.

Das Wort leitet sich vom lateinischen „**apis**“ (Biene) ab. Inzwischen ist diese Heilkunde weltweit verbreitet. Es werden über 500 verschiedene Krankheiten damit erfolgreich behandelt.

Im Inneren des Bienenstocks überziehen die Bienen alle Flächen mit einer hauchdünnen Schicht Propolis, dem natürlichen Antibiotikum des Bienenvolks



## Durch und durch gesund

Ein Bienenvolk kann nur lebensfähig sein, wenn im Bienenstock grundlegend gesunde Bedingungen herrschen. Hier leben bis zu **50.000 Insekten** dicht zusammen, die in einem Sammelgebiet von über 25 Quadratkilometer auch mit ungesunden Stoffen in Berührung kommen. Bei 35 Grad Wärme im Bienenstock könnten sich zudem Krankheitserreger schnell vermehren. Bienen haben dagegen **allerlei gesunde Substanzen**, von denen auch der Mensch profitieren kann: Honig, Pollen, Wachs, Propolis, Gelée Royale und auch das Bienengift.

»Der Bienenstaat gleicht einem Zauberbrunnen, je mehr man daraus schöpft, desto reicher fließt er.«

Karl von Frisch

## Mit den Bienen atmen

Imker kennen die wohltuende Wirkung der Aromen aus dem Bienenstock schon lange. In der **Bienenstockluft** sind wohl verteilt viele Bienenstoffe enthalten. In der **Sommerzeit**,



wenn es nach **Wachs** und **Honig** duftet, helfen diese Düfte vor allem bei Atemwegserkrankungen, Infekten und Kopfschmerzen.

**Bienenstockluft wird ohne direkten Bienenkontakt wiederholt eingeatmet**

## Von Hippokrates über Kneipp bis zur Großmutter



Nicht nur Hippokrates, der bekannte Arzt aus dem alten Griechenland, verordnete **Honig** innerlich wie auch äußerlich. Auch Sebastian

Kneipp setzte Bienenprodukte zum Heilen ein, insbesondere den **Met**. Das Hausmittel der Großmutter, warme **Milch** mit etwas Honig zur Beruhigung als Schlaftrunk, kennen wohl viele. Die Milch darf dabei nicht zu heiß sein, ansonsten nehmen die wertvollen Stoffe des Honigs Schaden.

## Aufgepasst!



Obwohl die Bienenmedizin sanft ist, gilt es bei Honigunverträglichkeit, Allergien gegen Pollen oder Bienengift fachlichen Rat einzuholen.

Natürlich ersetzen Bienenprodukte auch keine medizinische Begleitung bei ernsthaften Erkrankungen.