

Öffentlicher Informationsabend

über

Api-Therapie

von

PD hol. med. W. Leonhard
Dipl. ethic phil.

Restaurant Rosengarten
Widnau

28. April 2009



Etwas zur Geschichte des Honigs

Das Wort Honig entstammt aus dem althochdeutschen „Honang“, was soviel heisst wie „der Goldfarbene“.

Etwa 12'000 Jahre alte Felsmalereien, die in einer Höhle in Spanien gefunden wurden, zeugen von der Kenntnis und Verzehrung des Honigs der damaligen Bewohner.

Lange vor unserer Zeitrechnung wurde die Heilkraft des Honigs von den Ägyptern, Sumerern, Babyloniern und Chinesen genutzt und geschätzt.

Noch bis ins hohe Mittelalter war Honig das einzig gebräuchliche Süssungsmittel.

Schon zu Zeiten der Römischen Herrschaft wurde in Mittel- und Südeuropa reger Handel mit Honig betrieben. Man züchtete und hielt sich schon damals eigene Bienenvölker.

Der griechische Arzt Hippokrates (460 – 370 v. Chr.) verwendete Honig als Medizin zum innerlichen und äusserlichen Gebrauch.

Schon die alten Ägypter kannten und schätzten die desinfizierende und antibakterielle Wirkung des Honigs bei äusserlichen Anwendungen. Sie setzten deshalb den Honig auch bei ihren Balsamierungen mit ein!

Wie Honig entsteht

Nachdem die Bienen sich beim Sammeln der Pollen an Nektar und Honigtau gütlich getan haben, sorgen im Magen körpereigene Säfte mit der Vermengung der gesammelten Stoffe.

Nektar ist eine Drüsenabsonderung der Pflanzen, das zur Anlockung von Insekten dient, die die Pflanze dann durch Pollenübertragung bestäuben soll.

Pflanzensauger, vor allem Schild- und Blattläuse, scheiden nach dem Verzehr von zucker- und eiweisshaltigen Pflanzensäften eine zuckerhaltige Flüssigkeit aus: den sog. Honigtau. Verschiedene Zucker, Säuren, Minerale, Stickstoffverbindungen, Vitamine und andere Stoffe des Nektars bestimmen die Eigenschaften des Honigs.

Interessant zu wissen ist, dass Bienen quasi Umweltgifte filtern! Kommen Bienen mit Giftstoffen auf Pflanzen (Abgase, Pflanzenschutzmittel, Pestizide usw.) in Berührung, sterben sie daran, noch bevor sie den Rückweg zu ihrem Bau schaffen. So verhindern sie auf natürliche Weise ein Einschleppen von Giftstoffen in den Bau!

Was enthält Honig?

Honig enthält hauptsächlich (70 – 80%) verschiedene natürliche, einfache Zuckerarten (Kohlehydrate). Die grössten Anteile sind vor allem Frucht- und Traubenzucker. Aber auch geringe Mengen an Mehrfachzuckern wie Saccharose, Rohrzucker und Dextrose sind in Honig vorhanden.

Der Traubenzucker wird nach der Einnahme sofort ins Blut übernommen und ohne eigene Umwandlungsprozesse des Körpers sofort in Energie umgewandelt. Deshalb ist der Honig ein „Sofort-Energie-Spender“.

Enzyme sorgen für die Aufspaltung der verschiedenen Zuckerarten, die so für den Körper leichter bekömmlich sind.

Der Wassergehalt eines fertigen Honigs liegt meist unter 20%. Dies ist abhängig von Faktoren wie: Klima, von der sog. Tracht und so weiter. Je weniger Wasser der Honig enthält, umso länger ist die Lagerfähigkeit bestimmt.

Weitere wichtige Bestandteile des Honigs:

Mineralstoffe wie Kalzium, Kalium, Natrium, Magnesium, Silikate, Eisen, Kupfer, Chlor, Mangan, Phosphor, Selen, Schwefel; Proteine, Vitamine und Spurenelemente.

Der Geschmack wird entscheidend durch die – obwohl nur in geringen Mengen vorhandenen – Säuren beeinflusst.

Blütenhonig enthält weniger als 1%, Waldhonig unter 2% an Säuren.

Bis 500 verschiedene Aromastoffe, die nur in Spuren vorkommen, beeinflussen den Charakter eines Honigs.

Die Anwendung von Bienenprodukten in der Medizin

Honig hemmt das Wachstum von Bakterien und vieler weiterer pathogener Stoffe.

Dank des hohen osmotischen Drucks im Honig können eingedrungene Mikroorganismen sich nicht mehr vermehren. Deshalb findet man in reinem Honig weniger Bakterien, als in allen anderen rohen Tierprodukten. Durch ein Enzym (Glukose Oxidase) entsteht Wasserstoffperoxid im Honig, der antibakterielle Wirkung aufweist.

Des Weiteren sind die Honigsäuren massgeblich an der antibakteriellen Wirkung beteiligt. Beide „Systeme“ sind von der Art der Lagerung und des Licht- und Temperatureinflusses abhängig.

Wird Honig in hellem Glas bei Licht gelagert, verliert er schnell seine antibakterielle Wirkung.

Für den medizinischen Einsatz eignet sich der frische, naturbelassene Honig am besten.

Honig ist schon seit Urzeiten ein natürliches Wundbehandlungsmittel, dessen Bedeutung aber im Zuge der chemischen Entwicklung moderner Medikamente an Terrain verloren hat. Allerdings wird heute in vielen Kliniken bei gewissen oberflächlichen Wunden wieder vermehrt Honig zur Unterstützung des Heilprozesses eingesetzt. Dieser Honig unterliegt aber vor der Anwendung einer speziellen Behandlung (Sterilisation) und wird als „Medizinischer Honig“ deklariert.

Dank seiner osmotischen Wirkung entzieht der Honig der Wunde das Wundwasser (Wundödem), stimuliert die Neubildung von Gewebe und reinigt die Wunde von abgestorbenen Zellen. Zudem verhindert der Peroxidanteil eine Vermehrung der Bakterien.

Die richtige Anwendung von Honig bei Wundbehandlungen ist aber von grosser Bedeutung, um den Erfolg zu maximieren und Risiken zu minimieren.

Der erste und wichtigste Punkt dabei ist die Verträglichkeit des Honigs!

Klären Sie unbedingt vorher eine eventuelle Allergie auf Honigprodukte ab!!

Diese Angaben beziehen sich auf oberflächliche und kleinflächige Wunden, die nicht zwingend auf ärztliche Behandlung angewiesen sind:

Wunde bei starker Verschmutzung leicht reinigen, aber nicht vorab desinfizieren, da der Honig selbst desinfizierend wirkt.

Auf eine Gaze oder ein sauberes Baumwolltuch soviel Honig auftragen, dass die Wunde damit vollständig abgedeckt werden kann.

Den Verband am besten täglich wechseln, spätestens jedoch nach 2-3 Tagen.

Beim Wechseln eines Honigverbandes muss die Wunde nicht zwingend vom Honigrest gereinigt werden, da dieser sich mit der Zeit selbst auflöst und am Verbandstoff hängen bleibt. Entfernen Sie vorsichtig mit einer sauberen Pinzette die Krusten am Wundrand, sowie das sich in der Wunde lösende Material. Unter sauberem, fließendem Wasser kann die Wunde zusätzlich gereinigt werden, um die Wunde von abgestorbenem Zellmaterial zu befreien.

Verwenden Sie reichlich Gaze, damit die Wundflüssigkeit vollständig aufgesogen werden kann.

Einmal wöchentlich kann die Wunde z.B. mit flüssigem Betadine zusätzlich ausgetupft werden. Danach wieder mit frischem Honig bestreichen und verbinden.

Durch die hohe Zuckerkonzentration kann sich anfänglich einer Behandlung ein leichtes Ziehen oder ein Schmerz bemerkbar machen. Diese lassen aber durch die Verdünnung mit Wundwasser relativ rasch nach.

Honig kann auch bei **verschiedenen Beschwerden** erfolgreich eingesetzt werden:

Bei Herpes, Furunkeln, Muskelkrämpfen, Blutergüssen, Prellungen oder Quetschungen.

Zur Behandlung eines **Furunkels** mischen Sie je 1 EL Mehl und Honig mit etwas warmem Wasser zu einem Brei, streichen es auf die betroffene Stelle. Abdecken und über Nacht einwirken lassen.

Bei **Muskelkrämpfen** betroffene Partien mit Honig bestreichen, mit einem Tuch abdecken und fixieren. Mit einem Wolltuch darüber wärmen und mind. 2 Stunden einwirken lassen.

Mischen Sie bei **Prellungen, Blutergüssen** oder **Quetschungen** je 2 EL Honig mit Olivenöl. Auftragen, mit Gaze abdecken und mind. 4-6 Stunden einwirken lassen.

Honig nie in kochendes Wasser geben (z.B. zum süßen von Tees), da bei Temperaturen über 40° die wichtigen Eigenschaften und der Gehalt an Vitaminen des Honigs verloren gehen.

Die wichtigsten Anwendungsgebiete von Honig in der Apotherapie

Zur Überwindung von Erkältungskrankheiten

Zur Behandlung von leichtem Fieber, Schlafstörungen, Zahnfleischentzündungen und Heuschnupfen

Bei Magen-Darmbeschwerden

Bei Haut-, Herz-, Nieren und Nervenerkrankungen

Honigmassagen

Wichtig dabei ist immer die vorgängige Abklärung der Verträglichkeit von Honig!

Honigmassagen fördern die Durchblutung, sorgen für die Entschlackung und Entgiftung über die Haut und vitalisieren den gesamten Organismus.

Man sollte die Honigmassage bei folgenden Punkten nicht anwenden:

- bei bekannter Honigallergie
- bei Infektionskrankheiten wie Grippe usw., um eine Überlastung des Organismus zu vermeiden
- bei offenen Wunden, Ekzemen, Ausschlägen am Rücken
- bei Einnahme von blutverdünnenden Mitteln wie z.B. Marcumar, Heparin, Aspirin cardio etc.
- chronischer Hypertonie (Bluthochdruck)
- bei Schwangerschaft
- bei inneren Blutungen
- bei akuten Herz- und Kreislaufproblemen
- bei Thrombosen

Ein bis zwei TL Honig reichen für eine Massage völlig aus. Dieser wird durch eine spezielle Roll- und Knettechnik auf dem ganzen Rücken verteilt tief in das Bindegewebe eingearbeitet.

Dabei entsteht mit der Zeit eine klebrige, weisse, gummiartige Masse, die unter anderem die Schlacken- und Giftstoffe enthält, die sie dem Körper nach und nach entzogen hat. Die Haut nimmt eine teilweise intensive Rötung an, die auf eine vermehrte Durchblutung hinweist. Nach etwa einer Stunde wird der Rücken mit lauwarmem Wasser abgespült.

Wichtig ist zu beachten:

Trinken Sie viel Wasser, um dem Körper die Ausscheidung von gelösten Schlackenstoffen zu erleichtern.

Benutzen Sie nach einer Massage bis 48 Stunden keine Duschhilfsmittel wie Seife, Duschmittel etc.

Bei kranken und geschwächten Personen sollte die Massagezeit 20 Minuten nicht überschreiten.

Pollen

Pollen bestehen hauptsächlich aus Proteinen und Kohlehydraten, wovon ein grosser Anteil Polysaccharide wie Stärke, Pektin und Zellulose ausmachen. Weitere Anteile sind Fructose, Glucose und Saccharide.

Sie enthalten kleine Anteile an Lipiden, Mineralien, Hormonen und Spurenelementen. Die Anteile sind sehr schwankend, jedoch weist Kalium der höchste Anteil aus.

Ein hoher Gehalt an Beta-Carotin (Vorläufer des Vit. A) ist bemerkenswert.

Der Polleninhalt wird von einer starken, zähen Zellwand geschützt. Diese ist von den Verdauungssäften oft nur schwer aufzulösen, um an den eigentlichen Inhalt zu kommen. Deshalb kann der Verzehr von Pollen zu Blähungen und Magen-Darmbeschwerden führen.

Für eine bessere Verdaulichkeit werden Pollen deshalb vorher aufgeschlossen und z.B. in Kapseln abgefüllt.

Anwendung von Pollen in der Api-Therapie

zur Vorbeugung chronischer Krankheiten

Prostataleiden, Sterilität und Libidoschwäche bei Männern

zur Stärkung der Gedächtnisleistung

bei Appetitlosigkeit bei Kindern

bei chronischer Hepatitis, Kolitis, Gastritis und Obstipation (Verstopfung)

als Stimulans in der Gerontologie

Pollen werden meist in Pulver-, Tabletten-, oder Kapselform eingenommen. Die Pollen wurden vorher in aufwändigen Verfahren aufgeschlossen und gefriergetrocknet.

Interessant ist der Umstand, dass eine Allergie - im Gegensatz zu den in der Luft übertragenen Pollen - nicht häufiger als bei anderen Lebensmitteln auftritt!

Gelée Royale

Mit diesem Futtersaft werden ausschliesslich Königinnen aufgezogen. Diese erreichen im Lauf ihres langen Lebens die doppelte Körpergrösse und werden dadurch flugunfähig. Um dem gewaltigen Aufwand der Nachwuchsproduktion (eine Königin legt täglich bis 2000 Eier) gerecht zu werden, braucht die Königin entsprechend stärkende Nahrung. Die Gewinnung von Gelée Royale ist äusserst aufwändig und ergibt pro Ernte nur bescheidene Ergebnisse. Ausserdem sollte einer Königin nicht der gesamte Vorrat an Futter weggenommen werden!

Für den Menschen ist Gelée Royale eine wertvolle Nahrungsergänzung und wird in der schweizerischen Lebensmittelverordnung als „Lebensmittel“ deklariert.



Propolis

Die Bezeichnung Propolis stammt aus dem Griechischen und bedeutet „vor der Stadt“. Bienen kitten mit Propolis Ritzen und Spalten in ihren Bauten und kleiden die Einschluflöcher zu ihren Stöcken damit aus. So verhindern die Völker ein Eindringen von Bakterien, Viren und anderen Krankheitserregern, die ihnen und ihrer Brut Schaden zufügen könnten. Bienen desinfizieren regelrecht ihre Innenbauten mit Propolis, das durch eine Mischung von Pflanzenharzen von Knospen und Wachs, sowie einigen Sekreten entsteht.

Imker sammeln mit speziellen Gittern oder Stofftüchern den wertvollen Propolis zur Weiterverwertung.

Propolis wird in der Apitherapie vor allem wegen seiner bakteriziden, antiviralen und fungiziden Wirkung geschätzt und eingesetzt.

Es eignet sich hervorragend als natürliches „Antibiotikum“, wirkt antioxidativ und immunmodulierend.

Zu den weiteren Wirkungen zählen die Entgiftung der Leber, Verbesserung der Durchblutung und die Koagulationshemmung (Verklumpung der Blutplättchen) des Blutes. Zudem wirkt es schmerzstillend und krampflösend.

Zum Einsatz kommt Propolis vor allem bei:

- entzündlichen Prozessen des Atem-, Magen- und Darmtraktes
- gegen Herpesviren
- Fungiziden/Pilzerkrankungen
- Behandlung von Wunden, Verbrennungen, Hautgeschwüren und -Ekzemen
- degenerativen und entzündlichen Gelenkerkrankungen
- Entzündungen im Mund- und Rachenbereich

Propolis kann sowohl innerlich, als auch äusserlich angewendet werden.

Handelsübliche Anwendungsformen sind meist in alkoholischen Lösungen (Tinkturen), Tabletten, Dragées, Cremes, Salben und Sprays.

Bei äusserlicher Anwendung kann es bei empfindlichen Personen zu allergischen Reaktionen führen. Dies müsste vor einer Behandlung abgeklärt werden!

Bienengift

Bienen produzieren ihr Gift in dazu vorgesehenen speziellen Drüsen. Die erste Lebenshälfte verbringt eine Biene ausschliesslich im Bau und besitzt als Jungbiene noch einen getrennten Anteil an basischen und sauren Giften. Erst wenn sie den Wach- und Aussendienst antritt, vermengen sich die beiden Anteile und die Biene besitzt jetzt den grössten Teil ihrer Giftmenge.

Bienengift ist ein hochkomplexes Gemisch, das hauptsächlich aus Proteinen und Peptiden besteht. Die wichtigsten niedermolekularen Verbindungen sind die biogenen Amine und die „Alarm“-Pheromone.

Da auch das Gift – wie jedes natürliche Produkt – einer starken Schwankung der Qualität und Zusammensetzung unterliegt, gibt es auch bei diesem Produkt keine Standardisierung und gilt auch deshalb nicht als eigentliches Medikament.

Bienengift setzt biogene Amine frei und löst damit eine schmerzhaftige Entzündung aus. Es wirkt zytotoxisch und hämolytisch, beschleunigt den Herzschlag und wirkt Blutdrucksenkend, zudem erweitert es die Blutgefässe. Es vermindert die Atmung, wirkt Allergen, und Immunsuppressierend.

Es hemmt die Blutgerinnung, senkt den Cholesterin und wirkt auf das Zentrale Nervensystem (ZNS). Es stimuliert die Bildung von körpereigenem Cortison.

Die Verabreichung von Bienengift erfolgt üblicherweise durch Injektionen oder von direkten Bienenstichen. Darüber hinaus werden auch Formen wie Tropfen, Salben oder als Inhalationsstoffe angewendet.

Anwendung findet das Bienengift in der Apitherapie bei:

- Gelenkentzündungen, Rheuma und Bronchialasthma
- diverse Erkrankungen des Zentralen und peripheren Nervensystems
- Patienten mit geschwächtem Immunsystem
- Anämie
- Gürtelrose
- Verkleinerung von Narben

u.a.m.

Bienengift gilt als Hochallergen und sollte deshalb vor der Anwendung immer auf ihre Verträglichkeit geprüft werden!

Zu Therapiezwecken werden üblicherweise ein bis zwanzig Stiche appliziert. Eine gesunde, nicht allergisch reagierende Person kann bis zu hundert Stiche gut ertragen.

Nicht indiziert ist eine Bienengift-Therapie bei Leberinfektionen, Magengeschwüren, sowie Nieren- und Bauchspeicheldrüsen-Erkrankungen.

Normalerweise zeigt sich nach einem Bienenstich eine lokal begrenzte schmerzhaft Rötung und Schwellung. Diese biologischen Wirkungen klingen üblicherweise nach ein paar wenigen Stunden wieder ab.

Gefährdet sind allerdings allergisch reagierende Personen (rund 5% der Schweizer Bevölkerung), die mit teilweise heftigen, bis lebensbedrohlichen Anfällen reagieren.

Bedrohliche, toxische Reaktionen treten auch bei Nicht-Allergischen Personen auf, wenn die Anzahl der Stiche eine erträgliche Menge übersteigt:

Bei Kindern reichen 50 Stiche und mehr, bei Erwachsenen können ab rund 100 Stichen lebensbedrohliche Zustände eintreten.

Was tun bei einem Bienenstich?

1. Stachel entfernen

Nach einem Stich bleibt der Stachel mit der Giftblase in der Haut stecken. Dieser muss als erstes entfernt werden, indem man den Stachel seitlich mit dem Fingernagel wegwischt. Nie mit zwei Fingern anfassen, weil damit die Gefahr der vollständigen Entleerung der Giftblase besteht!

2. Kühlen

Kalte Umschläge mit Essigwasser (1 Teil Essig auf 2 Teile Wasser) sorgen für Kühlung und Herabsetzen der Schwellung. Auch Cold-Packs, Eiswürfel, Kältesprays oder Alkohol sorgen für entsprechende Kühlung. Auflagen von frischen Zwiebelscheiben oder Propolistinktur helfen genau so gut.

Betroffener Körperteil ruhig stellen und – wenn möglich - hoch lagern.

Treten grössere Schwellungen, stärkere Schmerzen, oder nach Tagen rote Streifen unter der Haut auf, ist ein Arztbesuch unerlässlich!

Bei allergischen Personen treten heftige Reaktionen schon nach wenigen Minuten auf und bedürfen rasch wirksamen Medikamenten, die Allergiker sowieso immer bei sich haben müssen.

Erste Hilfsmassnahmen in Notfällen

Nach Bienenstich sofort die vom Arzt mitgelieferten Tabletten verabreichen

Adrenalin bereitstellen, bei Auftreten von ernsthaften Allergiereaktionen wie extreme Schwellung und Rötung, Juckreiz, Schüttelfrost, Übelkeit und Erbrechen, sowie Atemnot sofort intramuskulär oder subkutan applizieren.

Ein Notarzt muss schon bei geringstem Verdacht auf heftige Reaktionen alarmiert werden, um spätere Komplikationen möglichst vermeiden zu können!

Schocklagerung des Patienten, warm zudecken. Bei Atemstillstand sofort künstliche Beatmung einsetzen, evt. Herzmassage einleiten.
Alle anderen Massnahmen ergreift der Notarzt.

Zu guter Letzt

Sowohl Konsumenten als auch Produzenten sind immer wieder verunsichert, da einige Bienenprodukte betreffend ihrer Wirkung sowohl als Heilmittel, als auch als Lebensmittel bezeichnet werden könnten.

Dazu gibt es einen Grundsatz:

Eine medizinische Zweckbestimmung und Anpreisung über medizinische Wirkung ist nur pharmazeutischen Arzneimitteln und -Produkten vorbehalten.

Wichtig sind folgende Unterscheidungspunkte:

Zum einen gehören alle pharmazeutisch hergestellten **Arzneimittel**, zum anderen **Lebensmittel** und **Nahrungsergänzungsmittel** oder **Gebrauchsartikel** für den täglichen Bedarf, wie: Hygieneartikel, Kosmetika, Fitness- und Wellnessprodukte

Alles, was unter das Lebensmittelgesetz fällt, darf nicht mit heilenden Wirkungen angepriesen werden.

Die Lebensmittelverordnung definiert drei der sechs Bienenprodukte als **Lebensmittel**.

Dies sind: **Honig**, **Gelée Royale** und **Pollen**.

Wachs ist rechtlich gesehen ein **Zusatzstoff** und kann deshalb in diversen Lebensmitteln eingesetzt werden

Bienengift und **Propolis** haben Heilmittelcharakter.

Verboten sind folglich Aussagen wie:

Produkt wirkt gegen bestimmte Krankheit

Bezug zu Symptomen oder Anzeichen

Bezug zu einem Artikel, der krankheitsbezogen ist

Der Gebrauch von krankheitsbezogenen Begriffen inkl. Bilder

Andeutung, dass es zu einer Klasse von Medikamenten gehört, oder Medikamente unterstützt

Das Lebensmittelgesetz lässt aber gewisse Hinweise auf Symptome der natürlichen Homöostase des Körpers zu, wenn diese nicht ungewöhnlich sind. Hinweise auf Unterstützung des Wohlbefindens sind erlaubt, wie zum Beispiel:

„Fördert das Wohlbefinden“

Kosmetika

Auch die Kosmetik-Industrie hat unlängst die vielen Einsatzmöglichkeiten von Bienenprodukten für sich entdeckt und preist diese in den höchsten Tönen an. In der Tat wussten aber schon die alten Ägypter die Vorzüge der Bienenprodukte auch in der Kosmetik zu verwenden.

Als kleines „Honig-Bonbon“ sozusagen finden Sie kurze Tipps zur Körperpflege mit Honigprodukten, die Sie selbst ganz einfach herstellen und anwenden können!

Honigmaske für normale Haut

Verrühren Sie *1 EL Honig* mit *1 Eiweiss* und *1 EL Trockenmilch* zu einem Brei. Auf dem Gesicht verteilen und ca. 30 Min. einwirken lassen. Danach erst mit lauwarmem, dann mit kaltem Wasser abspülen.

Honigmaske bei trockener Haut

1 Eigelb, je *1 TL Honig*, *Roggenmehl* und *Olivenöl* gut vermengen und Brei auftragen. Etwa 30 Minuten einwirken lassen. Danach lauwarm abspülen und trockentupfen.

Honigmaske gegen Hautunreinheiten

In einem Wasserbad *2 EL Honig* schonend erwärmen und verflüssigen (bei zu schneller und starker Erhitzung des Honigs werden seine wertvollen Inhaltsstoffe zerstört!) In den warmen, flüssigen Honig rühren Sie *2 EL Weizenkleie* und den *Saft einer halben Zitrone* ein. Tragen Sie das Ganze auf das vorher gereinigte Gesicht auf. Nach etwa 30 Minuten mit lauwarmem Wasser abwaschen. (Die Maske erhärtet sich inzwischen ein wenig)

Gegen Fältchen

1 TL Honig in einem Wasserbad schonend verflüssigen und zuerst mit *1 EL frisch gepressten Orangensaft* (gefiltert – am besten mit einem Kaffeefilter), dann mit *10g Milchpulver* und dann mit *1 EL Weizenkeimöl* verrühren. Füllen Sie das Ganze in einem gut verschliessbaren, sauberen Töpfchen für diesen Zweck ab und stellen Sie es kühl und dunkel ab. Aufgetragen als Nachtmaske kann es wunderbar einwirken.

Literaturnachweis

ALP Forum „Bienenprodukte und Gesundheit“
Prof. St. Bogdanov, Forschungsanstalt Agroscope Liebefeld-Posieux
„Sanft Heilen mit Bienenprodukten“
Dr. med. St. Stangaciu
Bildungsunterlagen zum Apitherapeuten aus eigenen Kompendien
Bilder: Jonas Zenhäusern

Alle Rechte vorbehalten. Über fehlende oder ergänzende Informationen kann keine Garantie gegeben werden.

Kontakt:

PD hol. med. W. Leonhard
Dipl. ethic phil.
Naturarzt für Komplementärmedizin

Praxis für Integralmedizin

Alte Haslenstr. 10

9053 Teufen/AR

Tel. 079/425 14 28

Praxisgemeinschaft 83

Schaffhauserstr. 83

8152 Glattbrugg

044/811 27 27

Klin. klass. Homöopathie
Psychotherapie
Naturheilkundliche Methoden wie Apitherapie und Myko-Therapie

Sprechstunden nach Vereinbarung

Definition Apitherapie

Unter Apitherapie versteht man eine **natürliche Heilmethode unter Berücksichtigung der ganzheitlichen Betrachtung des Menschen.**

Die apitherapeutische Diagnose geschieht nach ganzheitlich übergeordneten Gesichtspunkten und schliesst sowohl die Kenntnisse der Schulmedizin, als auch der Erfahrungsmedizin mit ein.

Apitherapiemassnahmen werden erst nach einer gründlichen Vorbereitung des Körpers eines Patienten – sprich Entgiftungs- und Fastenkur, sowie Diäten – eingeleitet.

Die hierfür verwendeten Bienenprodukte müssen frisch und organisch sein, denn industriell hergestellte Produkte haben oft durch Filterung, Überhitzung und Raffinierung einen Grossteil ihrer Wirkstoffe eingebüsst.

Bei der Verordnung von Bienenprodukten sind deren Herkunft, Zusammensetzung und pharmakologischen Eigenschaften zu beachten.

Die Wirksamkeit von Bienenprodukten ist stark von ihrer Qualität und ihrer Lagerung abhängig. Die Dosierungen werden schrittweise erhöht (einschleichen), um dem Körper ein „angewöhnen“ der verabreichten Produkte zu ermöglichen.

Apitherapie wird sinnigerweise oft in Kombination mit anderen Heilmethoden kombiniert, um eine möglichst effiziente Wirkung erzielen zu können.

Auch hier gilt der Grundsatz: Apitherapie ist keine Wundertherapie und nicht grundsätzlich für alle Krankheiten einsetzbar. Es kann aber mit gezielten Methoden und Einsatzmöglichkeiten innerhalb ihres Wirkrahmens für eine effiziente und dauerhafte Herstellung der natürlichen Homöostase sorgen und vorbeugend eingesetzt werden.

