

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Herkunft und Bedeutung der Propolis</b> .....	11
<b>Einführung in die Propolis-anwendung</b> .....	11
<b>Sammeln der Propolis</b> .....	14
<b>Propolis und Öffentlichkeit</b> .....	16
<b>Geschichte der Propolis</b> .....	19
<b>Sammelstrategie der Bienen</b> .....	25
<b>Welche Bienen sammeln Propolis und wie gehen sie dabei vor?</b> .....	26
<b>Zusammensetzung der Propolis</b> .....	29
<b>Wirksame Bestandteile</b> .....	31
Aufistung der Bestandteile.....	31
<b>Physikalische und chemische Eigenschaften</b> .....	32
<b>Weitere Eigenschaften</b> .....	32
<b>Standard für die Propolis</b> .....	33
<b>Gewinnung der Propolis</b> .....	35
<b>Allgemeiner Überblick</b> .....	35
Bedeutung der Propolis für die Biene .....	37
Wie viel Propolis kann man ernten? .....	37
<b>Techniken der Propolisgewinnung</b> .....	38
Bei Reinigungsarbeiten .....	38
Planmäßige Propolisgewinnung .....	40
<b>Propolis in der apitherapeutischen Praxis</b> .....	53
Propolis aus den Tropen .....	55
<b>Verträglichkeit der Propolis</b> .....	56
<b>Wirkungsweise</b> .....	57
<b>Anwendungen der Propolis</b> .....	58
Äußere Anwendung .....	58
Innere Anwendung .....	59
Propolis als Allheilmittel? .....	61
Bei Krebserkrankungen .....	68
Antioxidative Wirkung.....	69

<b>Anwendungsmöglichkeiten der Propolis</b> .....	73
Bei Angina pectoris.....	73
Bei Arteriosklerose .....	75
<b>Als schmerzstillendes Mittel</b> .....	77
<b>Zur Hals- und Rachenraum-behandlung</b> .....	77
Bei Bronchitis .....	77
Bei Asthma .....	79
Bei Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis) .....	80
<b>Bei Viruserkrankungen</b> .....	82
Zur Herpesbehandlung .....	82
Bei grippalen Infekten.....	82
<b>Zur Wundbehandlung</b> .....	83
<b>Bei Frauenkrankheiten</b> .....	83
Bei Scheidenentzündungen .....	84
In den Wechseljahren .....	85
<b>Bei Männerkrankheiten</b> .....	86
Krankheiten der Prostata .....	86
Apitherapeutische Behandlung bei Prostataerkrankungen .....	88
<b>Bei Gelenksbeschwerden</b> .....	91
<b>Bei Hämorrhoiden</b> .....	91
<b>Bei Beschwerden rheumatischer Ursache</b> .....	92
<b>Für die örtliche Betäubung (lokalanästhetisierende Wirkung)</b> .....	92
<b>Förderlich für das Immunsystem</b> .....	92
<b>Zur Körperentgiftung</b> .....	93
<b>Antikrebswirkung</b> .....	93
<b>Zur Geweberegeneration</b> .....	93
<b>Die antioxidativen Eigenschaften</b> .....	94
<b>Verwendung als Adjuvans bei konventioneller Behandlung</b> .....	94
<b>Allergien</b> .....	95
<b>Rechtliche Situation</b> .....	99
<b>Deutschland</b> .....	99
Einschätzung der Propolis durch das BfR.....	100
<b>Österreich</b> .....	102
<b>Schweiz</b> .....	103
<b>Europäisches Recht</b> .....	104
<b>Zulassungsbestimmungen für Arzneimittel</b> .....	105
<b>Rezepturen mit Propolis</b> .....	107
<b>Vorbereitungen</b> .....	107
Dazu gibt es mehrere Verfahren .....	107
<b>Herstellung von Propolistinkturen mit Alkohol (Äthanol)</b> .....	108
Erforderliche Gerätschaften .....	109

Herstellung von Tinkturen.....	110
Tinktur-Rezept 1 .....	112
Tinktur-Rezept 2 .....	113
Tinktur-Rezept 3 .....	113
Tinktur-Rezept 4 .....	113
Tinktur-Rezept 5 (nach Grohmann, 1988) .....	113
Tinktur-Rezept 6 .....	113
Tinktur-Rezept 7 (nach DANILOW) .....	115
Tinktur-Rezept 8 (nach George TAMAS) .....	115
Tinktur-Rezept 9 (nach DRESCHER) .....	115
<b>Herstellung von Propolisextrakten mit Alkohol (Äthanol)</b> .....	115
Rezept 1: Zweistufenverfahren (nach GROHMANN) .....	115
Rezept 2: Eindickung durch Verdunstung .....	116
<b>Propolistinkturen ohne Alkohol</b> .....	117
Tinktur-Rezept 1 (ohne Alkohol) .....	117
Tinktur-Rezept 2 (ohne Alkohol) .....	117
Tinktur-Rezept 3 (ohne Alkohol).....	117
<b>Propolisöl (nach Karlheinz GRAF)</b> .....	118
Propolisöl-Rezept .....	118
<b>Herstellung von Propolisalben</b> .....	119
Einführung.....	119
Benötigte Materialien .....	120
Salben-Rezept 1 .....	121
Salben-Rezept 2 .....	121
Salben-Rezept 3 .....	122
Salben-Rezept 4 .....	122
Salben-Rezept 5 .....	122
Salben-Rezept 6 .....	122
Salben-Rezept 7 .....	123
Salben-Rezept 8 .....	123
Salben-Rezept 9 (Extraktionssalbe nach POCINKOVA) .....	123
Salben-Rezept 10 (Propolisalbe mit Salicylsäure nach POCINKOVA) .....	123
Salben-Rezept 11 (Propolis-Heilsalbe nach WHITE) .....	124
Salben-Rezept 12 (nach GROHMANN) .....	124
Salben-Rezept 13 (nach NEUHOLD) .....	126
Salben-Rezept 14 .....	128
<b>Herstellung von Propoliscremes</b> .....	128
Einführung.....	128
Creme-Rezept 1 (nach DRESCHER) .....	129
Creme-Rezept 2 .....	129
<b>Pflaster</b> .....	132
<b>Puder</b> .....	132

<b>Propolishonig</b> .....	132
<b>Gesichtsmasken</b> .....	133
Rezept 1 .....	133
Rezept 2 .....	134
Rezept 3 .....	134
<b>Propolis für die Haare</b> .....	134
Haarpflegemittel (gegen fettiges Haar nach C. KROCHMAL) .....	134
<b>Mund- und Lippenpflege</b> .....	135
Propolis-Lippenbalsam .....	135
Propolis-Mundwasser (aus der TV-Sendung Hobbythek) .....	135
<b>Propolis in der Veterinärmedizin</b> .....	135
Haus- und Nutztiere .....	135
Bienen .....	137
Hühner .....	137
Hunde .....	138
<b>Zusammenfassung</b> .....	139
<b>Literaturnachweis</b> .....	141
<b>Register</b> .....	147