

Mein Anliegen für dieses Buch	4	Propolis	26
Bienenprodukte in der Apitherapie	6	Das Wundermittel aus dem Bienenstock	26
		So entsteht Propolis	27
		Eigenschaften	28
		Propolis in der Naturheilkunde	30
Honig	8	Pollen	32
Vom Nektar zum Honig	8	Pollen – die Kraftpakete	32
Die Zusammensetzung von Honig	11	Die Aufgabe des Pollens für die Pflanze	32
Hauptbestandteil Zucker	12	So sammeln Bienen Pollen	33
Enzyme im Honig	14	Die Inhaltsstoffe von Pollen	34
Weitere Inhaltsstoffe	16	Pollen in der Apitherapie	35
Honigsorten und ihre spezifischen Eigenschaften	16	Pollen und Pollenallergie	36
Honig in der Apitherapie	19		
Extra: Honigmassage	24	Bienenwachs	39
		Ein körpereigener Baustoff	39
		Bienenwachs in der Apitherapie	40
		Extra: Rezept für Ringelblumensalbe	43
		Bienengift	44
		Giftige Abwehr	44
		Gewinnung von Bienengift	44
		Inhaltsstoffe und Wirkungsweise	45
		Bienengift in der Apitherapie	47

	Anwendung der Bienen- produkte in der Apitherapie	64
	Einige wichtige Hinweise vorab	64
	Atemwegserkrankungen	65
	Augenerkrankungen	67
	Erkältungskrankheiten	68
	Bewegungsapparat	72
	Gynäkologische Erkrankungen	74
	Hauterkrankungen	76
	Wundbehandlung	78
	Immunsystem	82
	Extra: Alles Gute für Ihr Immunsystem	83
	Leber- und Gallenerkrankungen	84
	Magen- und Darmerkrankungen	85
	Neurologische und psychische Erkrankungen	87
	Urologische Erkrankungen	89
	Service	90
Gelée Royal	49	
Der Saft, der Königinnen macht	49	Zum Weiterlesen 90
Inhaltsstoffe von Gelée Royal	51	Bezugsquellen 91
Gelée Royal in der Apitherapie	52	Hilfreiche Adressen 92
		Register 92
		Extra: Bienenprodukte, ihre Wirkung und Anwendung 96
Apitherapie und TCM	53	
Ganzheitlich heilen	53	
Der Fünf-Elemente-Kreis	53	
Extra: Die fünf Elemente	54	
Die Energien Qi und Wei-Qi	56	
Die Dualität von Yin und Yang	57	
Das Prinzip Fülle und Leere	59	
Die fünf Elemente und die Bienenprodukte	60	