

BIENENPRODUKTE IM ÜBERBLICK

Im Bienenstock entstehen neben Honig noch viele andere Schätze, die einzigartig in ihrer Zusammensetzung und in ihrer Wirksamkeit sind. Häufig entfalten sie gerade dort ihre Stärken, wo andere Mittel an ihre Grenzen stoßen.



Ab dem Frühling laufen die Arbeiten für beste Bienenprodukte auf Hochtouren.

Kilometerlange Flüge, millionenfache Blütenbesuche: die emsige Biene wird ihrem Ruf gerecht, wenn es ums fleißige Sammeln ihrer Produkte geht. Doch mit dem Einbringen der Tracht allein ist es nicht getan: Bis zu fertigem Honig oder Propolis ist es ein langer Weg, der für die Bienen auch im Stock noch mit viel Arbeit verbunden ist. Wie machen sie diese unterschiedlichen Naturprodukte bloß?



Es gibt zwei Arten von Bienenprodukten:

- Die einen produziert die Biene direkt in ihren Drüsen, wie zum Beispiel Bienenwachs, Bienengift und Gelée Royale.
- Bei den anderen werden Rohstoffe aus der Natur gesammelt und von der Biene mit Hilfe von Drüsensekreten veredelt. Dazu zählen Propolis, Blütenpollen und Honig.

Bienenprodukt	Entstehung	Nutzen für den Menschen
Honig	Nektar und Honigtau werden in der Honigblase gesammelt und mit bieneigenen Enzymen versehen. Honig dient als Nahrungsreserve für den Winter.	Honig ist seit jeher ein beliebtes und gesundes Süßungsmittel und kann bei vielerlei Beschwerden als Haus- und Heilmittel eingesetzt werden.
Wachs	Die Bienen schwitzen das Wachs in ihren Wachsdrüsen und kneten anschließend Sekrete aus den Mandibeldrüsen, Blütenpollen und Propolis unter. Wachs dient als Baumaterial für Waben.	Wachs wird in der Kosmetik-, Pharma- und Lebensmittelindustrie in Salben, Cremes und als Trennungsmittel verwendet.
Gelée Royale	Die Bienen produzieren in ihren Futtersaftdrüsen das Gelée Royale. Es dient als Nahrung zur Aufzucht der Brut und als ständige Nahrung für die Königin.	Seine reichhaltigen Inhaltsstoffe wirken aufbauend und vitalisierend.
Blütenpollen	Die Bienen sammeln Pollen von den Blüten und kneten Nektar und Bienenenzyme unter. Blütenpollen dient der Aufzucht der älteren Brut und als Nahrung für die Ammenbienen, damit diese ausreichend Futtersäfte bilden können.	Blütenpollen enthalten viele Flavonoide, die sehr gesundheitsfördernd sind. Die Einnahme von Blütenpollen kann bei Pollenallergien mildernd wirken.
Propolis	Es entsteht aus gesammelten Pflanzenharzen, die die Bienen mit Wachs und Blütenpollen mischen. Ritzen und Spalten werden zum Schutz vor Kälte und Nässe damit abgedichtet. Propolis ist das natürliche Antibiotikum der Bienen.	Propolis hat eine antibiotische und schmerzstillende Wirkung, die bei Wunden und Erkältungskrankheiten lindernd wirkt.
Bienengift	Es wird in den Giftdrüsen am Hinterleib gebildet und in der Giftblase gesammelt. Es dient der Verteidigung des Volks und des Wintervorrats.	Bienengift wirkt heilend bei Gelenk- und rheumatischen Beschwerden.

WIRKUNG MEDIZINISCH ERWIESEN Bienenprodukte können bei einigen Erkrankungen gute Dienste leisten und werden in der Volksheilkunde zur Behandlung vieler Beschwerden eingesetzt. Neue Forschungsergebnisse bestätigen nochmals die Wirksamkeit von Bienenprodukten, die bereits unsere Vorfahren auch ohne wissenschaftliche Studien kannten und zu schätzen wussten.

Besonders der Umstand, dass Bienenprodukte bei Mikroorganismen *keine Resistenzen* ausbilden (so wie viele Antibiotika), rechtfertigt ihren jahrhundertelangen, erfolgreichen Einsatz. Viele Wissenschaftler hoffen darauf, Bienenprodukte als wirk-

Honig – eine gesunde Leckerei für Kinder ab einem Jahr.

VORSICHT VOR ALLERGIEN

Alle Bienenprodukte enthalten Eiweiß und können daher Allergien auslösen.

Honigallergien werden in erster Linie durch Proteine aus Drüsensekreten der Bienen ausgelöst.

Außerdem reagieren manche Menschen auf den im Honig enthaltenen Blütenpollen (vor allem Korbblütler) allergisch.

Bemerkenswert: Menschen, die an Heuschnupfen leiden, zeigen meist keine Reaktion auf Honig. Das mag vor allem daran liegen, dass die klassischen Pollenallergien vornehmlich durch Pollen von Windbestäubern wie Birke oder Gräser hervorgerufen werden.

same Mittel gegen multiresistente Krankheitserreger, die durch den häufigen Antibiotikagebrauch entstanden sind, einsetzen zu können.

Speziell in der *Krebstherapie* werden Honig, Propolis, Blütenpollen und Gelée Royale verstärkt mit guten Erfolgen gegen begleitende Beschwerden eingesetzt.

Besonders dem Honig werden viele gesundheitsfördernde Eigenschaften nachgesagt. So wird zum Beispiel berichtet, dass Honig positiv auf die Behandlung von *Magen- und Darmkrankheiten* wirkt, gegen *Helocobacter pylori*, den Verursacher von Magengeschwüren und bei Darmentzündungen nach der Strahlentherapie. Auch äußerlich angewendet soll Honig helfen, zum Beispiel bei Hauterkrankungen (Dermatitis, Neurodermitis) und Herpes-Viren. Seine heilende Wirkung bei Blasenkrebs und Röteln wurde nachgewiesen.

Daneben wird er zur Wundheilung und Kräftigung der *Immunabwehr* eingesetzt. Eine amerikanische Studie belegt, dass Honigkonsum zu einer Stimulierung und zum Anstieg der B- und T-Lymphozyten im Blut führt, was auf eine Aktivierung des Immunsystems schließen lässt.

Warum sollen Babys keinen Honig essen? Honig ist ein unbehandeltes Rohprodukt. Zwar können sich Krankheitserreger im Honig nicht vermehren. Aber es können Dauerformen, sogenannte Sporen, im Honig „ruhen“ und in günstiger Umgebung wieder „aufwachen“.

Ein besonders gefährlicher Keim ist das *Clostridium botulinum*. Dieses Bakterium kann als Spore sehr lange überleben. Wenn es dann keimt und sich vermehrt, bildet es ein Gift. Es heißt Botulinum-Toxin und ist heute besser bekannt als „Botox“. Gelangt dieses Gift in einer genügend großen Menge in unseren Körper, kann es sehr schnell zum Tod führen. Die ungekeimten Sporen des Erregers hingegen, die im Honig enthalten sein können, sind für Erwachsene völlig ungefährlich, denn sie können in unserem Magen und Darm nicht keimen und sich vermehren. Es wird dann also auch kein Gift gebildet.

Bei einem Baby ist das anders: Sein Magen-Darm-System ist noch nicht völlig ausgebildet. Deshalb können die Sporen hier ungehindert keimen und *Gift* produzieren. Sobald sich der Magen-Darm-Trakt auf normale Nahrung eingestellt hat (etwa ab einem Jahr), kann ein Kind unbedenklich Honig essen.

HONIG – SÜßES OHNE SÜNDE

Honig war für unsere Vorfahren jahrtausendlang das einzige Süßungsmittel. Doch der Honig kann viel mehr als süßen, was ihn zu einem wertvollen Naturprodukt macht.

Es gibt goldgelben Honig, es gibt fast weißen Honig, dunkelbraun ist er manchmal auch. Honig kann flüssig und durchsichtig sein, milchig, cremig oder fest. Er kommt in unzähligen verschiedenen Sorten vor, die sich unterscheiden in Geschmack, Aussehen, Aroma und Beschaffenheit.



Je nach Trachtquelle entstehen verschiedene Honigsorten.