

Die Biene als Therapeutin

Honig, Pollen und Bienengift: Mediziner entdecken ein fast vergessenes Naturheilverfahren neu, die Apitherapie. Denn die Honigbiene (*Apis mellifera*) ist eine nützliche Helferin bei der Behandlung von Wunden, Rheuma, Erkältungen und vielem mehr.

Von Angela Fässler

Behutsam wärmt Therese Hasler, 47, Honig mit ihren Händen. Sie lässt die klebrige Masse langsam auf den Rücken ihres Kunden auf der Massage liege tropfen und beginnt mit ihrer Arbeit. Zuerst klopft sie ihn mit Schröpfbewegungen ein. Sobald die gelbe Masse weisse Schaumkronen bildet, ändert sie die Technik und zupft die inzwischen gerötete Rückenhaut mit ihren Fingern.

«Die Honigmassage stammt ursprünglich aus Russland und ist eine typische apitherapeutische Anwendung», sagt sie. «Diese Behandlung regt den Stoffwechsel an, befreit den Körper von Schlacken und die Haut von Talg und Schweiß.» Die Bernerin aus Melchnau hat kürzlich ihre Ausbildung zur Apitherapeutin abgeschlossen. Doch für Honigbienen interessiert sich die Hobbyimkerin, vierfache Mutter und Naturkosmetikerin bereits seit ihrer Jugend. Und sie weiss einfach alles über die *Apis mellifera*, das kleinste aller Nutztiere.

«Bienenprodukte zählen zu den ältesten Nahrungs- und Heilmitteln der Menschheit», erzählt Therese Hasler. «Während wir in Westeuropa die letzten Jahrzehnte auf die Pharmaindustrie setzten, hat im ärmeren Osteuropa diese alte Volksmedizin überlebt.» So steht in Rumänien die Apitherapie mittlerweile fast



„Mich faszinieren Bienen seit meiner Kindheit jeden Tag von neuem.“

Therese Hasler, Apitherapeutin und Hobbyimkerin

gleichberechtigt neben der klassischen Schulmedizin und der Kräuterheilkunde.

Dort behandeln Ärzte in spezialisierten Kliniken von Allergie bis Zahnschmerz fast jede Krankheit mit Honig und Co. «Heute wissen wir, dass bei mindestens 500 verschiedenen Krankheiten Vorbeugung, Besserung und Heilung durch Bienenprodukte möglich ist», schreibt Dr. Stefan Stangaciu im Vorwort zu seinem Buch «Sanft heilen mit Bienenprodukten». Der rumänische Arzt befasst sich seit 18 Jahren mit der Apitherapie und gilt als einer der renommiertesten Experten.

Zahlreiche pharmakologische Studien belegen die Wirkung der sechs Bienenprodukte (siehe Box Seite 26). Laut Stangaciu existieren etwa 400 wissenschaftliche Untersuchungen allein über das Naturantibiotikum Propolis. Gemäss einer Studie der Universität Zagreb soll das Kittharz gar das Wachstum von Krebszellen hemmen.

Amerikanische Forscher fanden heraus, dass der Honig bei Kindern Hustenreiz besser unterdrückt als der populäre Antihustenwirkstoff Dextromethorphan. Diesen Effekt führen sie vor allem auf die antimikrobielle Wirkung des alten Hausmittels zurück. Die heilende Wirkung beruht auf einem Enzym, das ihm die Biene während der Erzeugung zusetzt. «Da die



Gelée Royale



Pollen



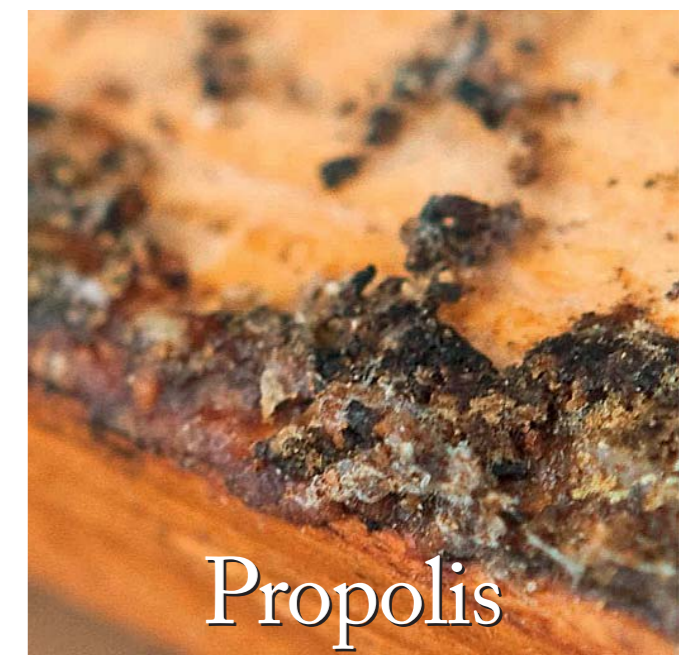
Bienenwachs



Honig



Bienengift



Propolis

Fotos: Christian Senti



HARTE HANDARBEIT. Apitherapeutin Therese Hasler bei der Honigmassage.

ses hitze- und lichtempfindlich ist, darf Honig nicht über 40 Grad Celsius erwärmt werden, und er muss dunkel gelagert werden», weiss Apitherapeutin Hasler.

Gute Erfahrungen mit Honig hat auch Dr. Matthias Holeiter, Präsident des Schweizerischen Apitherapie-Vereins, gemacht. Der Berner Hausarzt setzt ihn zur Wundheilung ein. So kurierte er kürzlich am Vorderarm eines Patienten eine handtellergrosse Verbrennung dritten Grades. «Nach zweieinhalb Monaten war die Wunde geschlossen und verheilt», sagt Holeiter. «Das Bienenprodukt wirkt desinfizierend, nimmt Wundabsonderungen auf und ernährt das Gewebe.»

Der Arzt aus Adelsboden setzt auf einheimischen Honig. Er rät jedoch nicht zu einer Selbstbehandlung ohne ärztliche Aufsicht. Denn längst nicht jedes Produkt ist geeignet. In der Medizin beliebt ist vor allem Manuka-Honig, der vom neuseeländischen Teebaum stammt und sehr starke antibakterielle Eigenschaften aufweist.

Deutsche Ärzte setzen Medizinprodukte, die mit sterilisiertem Manuka-Honig hergestellt werden, immer öfter zur Wundbehandlung in Spitälern ein. Denn Honig wirkt selbst dann noch gegen multiresistente Keime, wenn diese auf gängige Antibiotika längst nicht mehr ansprechen. Honig hilft, Infektionen zu verhindern.

Trotz solcher Heilerfolge ist die Apitherapie in der Schweiz nicht sehr verbreit-



Fotos: Christian Senti

SOBALD DER HONIG auf dem Rücken richtig eingearbeitet ist und sich weiss verfärbt, beginnt die Therapeutin mit ihren Fingern den Rücken zu zupfen.

tet. «Noch nicht», sagt Therese Hasler. Sie ist überzeugt, dass mit dem Trend zur Naturmedizin und mit der Diskussion um das mysteriöse Bienensterben auch die Apitherapie wieder neu entdeckt wird.

Erst Ende März kündigte die Eidgenössische Forschungsanstalt Agroscope Liebefeld-Posieux (ALP) eine Forschungsoffensive an, um den von der Varroamilbe geplagten Bienen zu helfen.

Denn ein noch stärkerer Rückgang der Bienenvölker hätte gravierende wirtschaftliche und ökologische Folgen. Gemäss einer ALP-Schätzung beträgt der Gesamtwert der Schweizer Frucht- und Beeren-

ernte 335 Millionen Franken. 80 Prozent gehen auf das Bestäubungskonto der Bienen. Und das ist nur ein kleiner Teil der Pflanzenwelt, die die fleissigen Insekten bewirtschaften.

Im Auftrag des Bundes haben Wissenschaftler des ALP-Zentrums für Bienenforschung bereits alle sechs Bienenprodukte untersucht und ihre Heilwirkungen bestätigt, obwohl Honig, Pollen und Gelée Royale dem Lebensmittel-Gesetz unterstellt sind. Propolis, Bienenwachs und Bienengift gelten als Naturheilmittel. «Ein Vorteil der Apitherapie ist, dass sie prak-

tisch keine Nebenwirkungen hat», erzählt die Apitherapeutin.

Doch auch hier gilt: keine Regel ohne Ausnahme. Therese Hasler: «So sind Honigmassagen für Patienten, die Blutverdünner einnehmen, ungeeignet. Diabetiker des Typs 1 sollten ohne ärztliche Rücksprache keinen Honig geniessen. Grösste Vorsicht geboten ist jedoch bei Allergien, speziell auf Bienengift und bei einer Unverträglichkeit auf Honig und Pollen.» ●

@ Weitere Informationen und Adressen: www.gesundheitsprechstunde.ch

Apitherapie – sechs Wirkstoffe aus dem Bienenhaus

GELÉE ROYALE

Das milchige, joghurtähnliche Sekret stellen Arbeitsbienen her, um aus einer normalen Biene eine Eier legende Königin wachsen zu lassen und diese zu ernähren. Der Weiselfuttersaft, wie Gelée Royale auch genannt wird, enthält 60 bis 70 Prozent Wasser. Der Rest besteht aus Kohlenhydraten, essenziellen Aminosäuren, Peptiden, essenziellen Fettsäuren, Enzymen, Vitaminen, Hormonen und Spurenelementen. In Studien verlängerte es das Leben von Laborratten und zeigte krebshemmende Eigenschaften. Es wirkt aufbauend und regenerierend. Anwendung in der Apitherapie: bei Immunschwäche, Appetitlosigkeit, rheumatoider Arthritis, Wechseljahresbeschwerden, Atemwegserkrankungen, Hormonmangel.

POLLEN

Dieser feine Blütenstaub verfängt sich beim Blumenbesuch im Haarkleid der Biene. Sie formt ihn zu Körnern und befestigt ihn an den Hinterbeinen. Im Bienenvolk dienen Pollen als Eiweissquelle für die Aufzucht. Sie enthalten Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente wie Kalium, Enzyme, Hormone und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Pollen sind leicht verderblich und werden getrocknet. Regelmässig konsumiert sollen sie laut Studien das Immunsystem stärken sowie gegen Krebs, Arterienverkalkung und Alzheimer vorbeugend wirken. Ärzte verschreiben klinisch geprüfte Präparate bei Prostata-Entzündungen. Über längere Zeit eingenommen können Pollen Heuschnupfen lindern.

BIENENWACHS

Es handelt sich um ein äusserst komplexes Material, zusammengesetzt aus über 300 verschiedenen Substanzen. Bienenwachs ist wegen seiner bindenden Eigenschaften ein beliebtes Mittel in Kosmetika und in Salben. Wachs verleiht der Haut eine Schutzschicht und provoziert keine allergischen Reaktionen. Es verstärkt die Wirkung von Seifen und erhöht die Schutzkraft von Sonnencremen. In der Apitherapie wirken warme Wachsplatten, auf die schmerzende Stelle gelegt, wohltuend bei Erkältungen, Entzündungen von Muskeln, Nerven und Gelenken. Kauen von Bienenwachs stärkt das Zahnfleisch. In kleinen Portionen geschluckt, soll es auch bei Entzündungen im Magen-Darm-Bereich helfen.

HONIG

Die wichtigste Nahrungsquelle der Bienen ist mehr als ein süsser Brotaufstrich. Neben verschiedenen Zuckerarten und rund 20 Prozent Wasser enthält Honig wertvolle Enzyme, Vitamine, Aminosäuren und Mineralstoffe. Er ist ein rasch wirkender Energiespender, gilt als antibakteriell und entzündungshemmend. Es gibt zahlreiche Untersuchungen. So fanden Ernährungswissenschaftler heraus, dass Honig in Barbecue-Saucen die Bildung von krebserzeugenden Stoffen beim Grillieren und Braten vermindern kann. In der Apitherapie wird Honig bei Erkältungen, Halsschmerzen, Fieber, Schlafstörungen, Magen- und Darmbeschwerden, bei Haut-, Herz-, Nieren- oder Nervenkrankungen eingesetzt.

BIENENGIFT

Bienengift ist gefährlich für Allergiker, deshalb zuerst immer testen! Es ist das am besten erforschte Bienenprodukt und geniesst auch in der Schulmedizin grosse Anerkennung. Viele Therapeuten verwenden nicht mehr den natürlichen Bienestich, um ihre Patienten zu behandeln, sondern verabreichen das Gift als aufbereitete Injektionslösung. In Asien nutzt der Arzt den Stachel der Biene als Akupunkturnadel (Apipunktur). Bienengift gibt es als Pillen, Tropfen, Salbe und als Apis-Präparate in der Homöopathie. Verwendung in der Apitherapie: bei Gelenkentzündungen, Rheuma, Erkrankungen des Nervensystems, Multipler Sklerose, Gürtelrose. Sein Hauptbestandteil Mellitin ist ein natürliches Antibiotikum.

PROPOLIS

Den Rohstoff liefern vor allem Nadelbäume. Die Bienen vermengen diesen mit Wachs, Pollen und Speichel. Sie verwenden dieses Kittharz als Baustoff, um damit den Bienenstock zu desinfizieren und gegen Zugluft, Feuchtigkeit sowie Mikroben zu schützen. Der Ertrag ist gering: Ein Bienenvolk liefert pro Jahr 100 bis 150 Gramm. Propolis zählt zu den wirksamsten natürlichen Antibiotika. Gemäss einer britischen Studie besitzt Propolis die ansonsten der Azetylsalicylsäure (Aspirin) zugeschriebenen entzündungshemmenden Eigenschaften – und zwar in doppelter Konzentration. In der Apitherapie gilt Propolis als Heilmittel bei Herpes, grippalen Infekten, Entzündungen, Parodontose, Wunden, Hauterkrankungen.