

Die Apotheke der Bienen kennt viele Arzneien

Heilwirkungen von Bienenprodukten finden wissenschaftliche Bestätigungen

Der griechische Philosoph Pythagoras wurde sehr alt. Er ernährte sich hauptsächlich von Honig und war überzeugt davon, dass er diesem Elixier allein 40 Jahre seines Lebens verdankt. Der Vorsokratiker Demokrit, der im 5. Jahrhundert v. Chr. lebte und Verfechter einer immerwährenden Glückseligkeit war, sagt man nach, er habe, um seinen Töchtern einen Gefallen zu tun, mit Hilfe von Honig den Zeitpunkt seines Sterbens hinausgeschoben: Die Mädchen wollten auf dem Fest der Fruchtbarkeitsgöttin Ceres tanzen und dieses Vergnügen nicht durch den Tod des Vaters getrübt sehen. Der „heitere Philosoph“, der ungefähr 100 Jahre alt wurde, soll deshalb nochmals kräftig Honig gegessen und so die fühlbar nahe Sterbestunde bis nach dem Fest hinausgezögert haben. Heute weiß man, dass die Krankengeschichte des Demokrit gar nicht so unwahrscheinlich ist. Wissenschaftler haben im Honig einen cholinartigen Stoff nachgewiesen, der die Blutgefäße erweitert, damit die Durchblutung der Organe fördert und so bei Herz- und Kreislaufkrankungen stabilisierend wirkt. Aber auch der Zucker und andere im Honig enthaltene Substanzen wirken bei erlahmender Herztätigkeit den kardialen Ermüdungen entgegen.

Aber das ist nicht die einzige günstige Wirkung des Honigs auf die Gesundheit; und Honig ist nicht das einzige Produkt der Bienen, das für natürliche Heilverfahren genutzt werden kann. Die Lehre von der Heilkraft der Bienen wird, nach dem lateinischen Begriff *Apis* für Biene *Apitherapie* genannt. Sie hat sich inzwischen zu einer weit fortgeschrittenen Wissenschaft als Teilbereich der Naturheilkunde entwickelt.

In der Apitherapie werden, außer jener des Honigs, auch die Wirkungen der (verschiedenen Arten von) *Blütenpollen* und *Honigtau*, von *Propolis* oder *Kittharz*, von *Gelee Royal* (dem noch längst nicht völlig erforschten Drüsensaft der Bienenköniginnen) und von *Bienengift* erforscht. Als Grundlage für Salben und Pillen ist auch das *Bienenwachs* seit alters her zur Bereitung von Arzneimitteln und Kosmetika genutzt worden. Und schließlich wissen auch die homöopathischen und anthroposophischen Behandler die Heilkraft der Bienen zu nutzen, wobei die Medikamente aus den Körpern der ganzen Bienen gewonnen werden.

Mitte des 19. Jahrhunderts beobachtete ein New Yorker Arzt, dass sich der Zustand eines nierenkranken, wassersüchtigen Patienten besserte, nachdem er von einer alten Indianerin ein Pulver aus ausgeglühten Bienen bekommen hatte. Als homöopathisches Präparat wurde *Apis mellifica* zuerst von dem deutsch-amerikanischen Homöopathen Constantin Hering geprüft (nach: Gilbert Charette: „Homöopathische Arzneimittellehre für die Praxis“, Stuttgart 1982, in dem auch die Leitsymptome und die hauptsächlichsten Indikationen aufgelistet sind).

Die Weisheit der indianischen Heiler

Vor gut einem halben Jahrhundert behauptete der Indianerheiler Rolling Thunder vom Volk der Cherokees vor einem Gremium anerkannter Wissenschaftler, dass Bienenpollen alle Nähr- und Wirkstoffe enthalten, die Menschen zum Leben brauchen. Eine tägliche Beimischung von Pollen stärke die Abwehrkräfte und wirke einem weiten Spektrum von Krankheiten und Leiden entgegen. Bienenpollen seien ein wichtiges Mittel, um bei guter Gesundheit ein hohes Alter zu erreichen.

Die auf alter Heiltradition beruhenden Einsichten von Rolling Thunder konnten durch weltweite Forschungen inzwischen fast vollständig bestätigt werden. Das nationale Krebsinstitut der USA konnte an Versuchstieren nachweisen, dass Pollen das Wachstum von bösartigen Tumoren verzögern. Im kanadischen Winnipeg Hospital wurde die Erkenntnis gewonnen, dass Pollen Metastasenbildungen entgegenwirken. Amerikanische und schwedische Ärzte entdeckten unabhängig voneinander, dass sich Prostata-Vergrößerungen auf Grund von Zinkmangel bei gezielten Pollengaben zurückbildeten und Prostataentzündungen zu heilen vermögen. Letzteres wurde auch im Doppelblind-Versuch erhärtet.

Der französische Arzt Dr. L. Petin verabreichte anämischen (also unter Blutarmut leidenden) Kindern täglich einen Teelöffel Pollen und erreichte damit eine beträchtliche Vermehrung der roten Blutkörperchen. Die antibiotische Wirkung von Blütenpollen, die freilich von anderen Bienenprodukten ergänzt wird, ist seit den fünfziger Jahren des vorigen Jahrhunderts bekannt und wird unter anderem bei Darminfektionen sowie gegen chronischen Durchfall und gegen chronische Verstopfung gleichermaßen mit gutem Erfolg verordnet.

Auch die Hormonforscher haben sich inzwischen die Blütenpollen vorgenommen und darin die Sexualhormone Östrogen, Testosteron, Epitestosteron und Androsteron entdeckt. Der belgische Wissenschaftler Dr. J. Denis erzielte mit Langzeitgaben von Pollen bei Libido- und Impotenzstörungen gute Erfolge. Und – zum Teil mit dem Hormongehalt im Zusammenhang - ist in der internationalen Literatur vielfach die verzögernde Wirkung von Blütenpollen auf Alterungsprozesse beschrieben worden. Sicher ist das auch auf die weitreichende präventive Wirkung der Blütenpollen zurückzuführen, nach der einfachen Weisheit: Wer wenig krank ist, lebt länger.

Seit einiger Zeit haben sich auch die Allergieforscher der Blütenpollen angenommen, nachdem viele Menschen bei jährlichen Pollenflug im Frühling allergisch reagieren. Auch hier deuten viele empirische Erkenntnisse darauf hin, dass Blütenpollen Heilwirkungen entfalten können. Allerdings darf man sich bei bestehenden – akuten und chronischen – Krankheiten keine Wunderdinge im Sinne schneller Wirkungen von Pollen erwarten. Ihre Heilkraft beruht offenbar hauptsächlich auf einer Langzeitwirkung bei regelmäßiger Einnahme über Jahre hinweg.

Propolis – ein natürliches Antibiotikum

Ähnliches gilt für Propolis oder Kittharz, das die Bienen aus verschiedenen Baumharzen gewinnen und als Baustoff für ihre Waben verwenden. Erstaunlicher Weise nutzen die Bienen aber auch die *keimtötende (bakterizide, virozide und fungizide) Wirkung* von Propolis auf die verschiedenartigste Weise: So werden die Waben, in welche die Königinnen ihre Eier legen, vorher mit einer Schicht aus Kittharz ausgekleidet. Und Tiere (zum Beispiel Mäuse), die zuweilen in einen Bienenstock eindringen, werden nach ihrer Abtötung mit Kittharz regelrecht mumifiziert und damit vor der für den Bienenstock gefährlichen Verwesung bewahrt. Diese Wirkung haben vor Tausenden von Jahren

die Ägypter den Bienen abgeschaut und Propolis ihren Balsamierungsmitteln zugesetzt, mit denen sie die Pharaonen mumifizierten.

Gärungsvorgänge und Schimmelbildung werden mit Kittharz verhindert. Den Indianern diene das Mittel deshalb auch zur Konservierung von Fleisch. Tiermedizinische Forschungen lassen darauf schließen, dass Propolis in alkoholischer Lösung antibakteriell, fungizid und regenerativ wirkt, in nichtalkoholischen Extrakten hingegen Viren abtötet.

Das Spektrum der medizinischen Anwendungsmöglichkeiten von Propolis ist außerordentlich groß, wenngleich man auch hier vor der Erwartung schneller Heilungen warnen und viel mehr den Wert in der Langzeitwirkung sehen muss. Hoffnung auf Besserung mit Propolisalbe können vor allem Patienten mit einem Spektrum von Hautkrankheiten setzen, darunter Neurodermitis, Ekzeme und Geschwüre. Auch gegen Gürtelrose sind günstige Wirkungen nachgewiesen. Und für Bergsteiger, deren Herpes-labialis-Viren unter der Höhenstrahlung immer wieder zu lästigen Blasenbildungen rund um die Lippen aktiviert werden, ist Kittharz-Creme inzwischen eine Art Geheimtipp.

Allergiebehandlungen mit Propolispräparaten müssen sorgfältig geprüft werden. Denn es sind zwar günstige Wirkungen bekannt, aber auch gegenteilige, allergieverstärkende Reaktionen. Auch bei Heuschnupfen sind Besserungen mit Propolisbehandlungen beschrieben worden. Wegen des sehr geringen Gehalts an Wirkstoffen kann offenbar eine behutsame Desensibilisierung erreicht werden.

Propolis wird inzwischen Tinkturen, Salben, Cremes, Zäpfchen, Pillen, Kapseln und Tropfen zugesetzt und fast universell eingesetzt: Bei Herz- und Kreislaufbeschwerden, als Rheumamittel, bei Darmerkrankungen, zur Hebung des Allgemeinbefindens und bei Erkrankungen des Mundes (als Mundwasser), der Nase, des Halses und der Ohren. Dazu ein letztes Beispiel: Propolis vermag auch bei Schwerhörigkeit zu helfen. Dazu werden die Gehörgänge mit Hilfe von Wattestäbchen mit Propolistinktur behandelt. Aber auch hier muss die Therapie längere Zeit durchgehalten werden. Und ein Heilungsversprechen, das in keinem Fall gegeben werden kann, ist auch mit diesem Hinweis nicht verbunden.

Gelee Royal gegen Krankheitsanfälligkeit der Kinder

Gelee Royal, der Futtersaft der Bienenköniginnen, ist wohl der noch am wenigsten erforschte Wirkstoff der Bienen. Inzwischen weiß man aber, dass er – ebenso wie Propolis – *etwa 35 biologisch aktive Substanzen* enthält. Als sichere Erkenntnis kann gelten, dass eine Mischung aus Gelee Royal und Honig die Widerstandskraft bei Kindern stärkt. Auch seine vitalisierende Wirkung ist vielfach untersucht und bestätigt worden. Die Lebensdauer einer Biene soll sich von normalerweise 45 Tagen auf fünf bis sechs Jahre erhöhen, wenn deren Made statt der üblichen zwei ganze fünf Tage mit Gelee Royal ernährt werde. Sicher wäre es vorschnell, daraus auf eine lebensverlängernde Wirkung bei Menschen zu schließen. Inzwischen wird Gelee Royal auch als Krebsmittel getestet.

Ein altbewährtes Hausmittel: der Honig

Der Honig wird, als das Hauptprodukt der Bienen, seit alters her nicht nur als hochwertiges Nahrungs- und Genussmittel genutzt, sondern er hat sich auch als Haus- und Naturheilmittel bestens bewährt. Exemplarisch sei nur der Löffel Honig im Lindenblütentee genannt, mit denen Mütter den Husten ihrer Kinder zu mildern trachten. Bei der Untersuchung der Heilkraft ist es eigentlich unzulässig, von „Honig“ als Sammelbezeichnung zu sprechen, denn es gibt viele verschiedene

Honigarten, die sich in ihrer Wirkung zum Teil ganz erheblich unterscheiden. In Südamerika gibt es einen Honig von stachellosen Trigonon, der als Abführmittel gebraucht wird und in größeren Mengen ungenießbar ist. Einige Honigarten, zum Beispiel Rhododendron-Honige aus dem Schwarzmeergebiet, sind sogar giftig. Dass die in Deutschland heimischen Bienen unterschiedliche Sorten wie Akazienhonig, Salbeihonig, Apfelblütenhonig und andere „produzieren“, hängt wohl mit der unterschiedlichen Blütezeit der Pflanzen, vor allem aber damit zusammen, dass sich die Bienen beim morgendlichen Ausschwärmen jeweils jene Blütenarten suchen, die sie tags zuvor zuletzt angeflogen hatten. Um einen Honig als eine bestimmte Art bezeichnen zu können, muss ein genau festgelegter Mindestgehalt an Honig dieser Sorte enthalten sein.

Die hierzulande gebräuchlichen Honigsorten bestehen zu rund 70 Prozent aus Zucker (36 bis 39 Prozent aus Traubenzucker und 31 bis 34 Prozent aus Fruchtzucker) und zu 16 bis 18 Prozent aus Wasser. Außerdem enthält der Honig *organische Säuren* (unter anderem Apfel-, Milch-, Wein-, Oxal-, Zitronen- und Borsäure) und *Stickstoffverbindungen*. Lange Zeit war man der Auffassung, dass Honig keine *Vitamine* enthalte. Das musste inzwischen für einige Honigsorten korrigiert werden. Minzen- und vor allem Thymianhonig enthalten beträchtliche Mengen an Vitamin C, andere Sorten auch Vitamin A und B. Für die Heilkraft des Honigs besonders wichtig sind indes eine Vielzahl von *Enzymen*, die allerdings bei Erhitzung über 40°C zerstört werden. Honig enthält des weiteren sogenannte *antibakterielle Hemmstoffe*, so dass auch von ihm eine keimtötende Wirkung ausgeht. Erfahrene Naturheilkundige empfehlen deshalb auch die Applikation von Honig auf Brandwunden. Damit wird eine rasche Schmerzlinderung, ein Schutz vor Entzündungen sowie – oft besonders wichtig – eine schnelle narbenlose Heilung erreicht.

Mit Bienengift gegen Rheuma

Etwas aus dem Rahmen als Heilmittel fallen die *Bienengifte*, die sich bisher vor allem gegen Rheuma bewährt haben. Entdeckt wurde diese Wirkung auf ganz natürliche, empirische Weise: Rheumapatienten, die von Bienen gestochen wurden, fühlten plötzlich Linderung ihrer Schmerzen und der sonstigen rheumatischen Beschwerden. Wir wollen uns hier auf den Hinweis beschränken, dass Bienengift für pharmazeutische Zwecke auf eine schonende Weise gewonnen wird, bei der die Bienen nicht ihr Leben lassen müssen.

Bienengift hat eine gewisse Ähnlichkeit mit der sogenannten *Cantharidin-Gruppe*. Das ist eine Gruppe tierischer Stoffe, die blasenziehend wirken. Am häufigsten wird dazu das Gift der Spanischen Fliege *Lytta vesicatoria L.* verwendet, das aber strengen arzneimittelrechtlichen Beschränkungen unterliegt.

„In ein Land, das von Milch und Honig fließt“

Zu allen Zeiten und bei allen Kulturvölkern galt Honig als Inbegriff eines gesunden Nahrungs- und Heilmittels, oft als eine von Gott geschenkte und von ihm gesegnete Speise. Und im zweiten Buch Moses (3, 8) verspricht Gott, dessen Volk „aus Ägyptens Hand zu lösen und es aus diesem Land hinaufzuführen in ein Land, trefflich und weit, in ein Land das von Milch und Honig fließt“.

Die Naturheilkunde sollte sich weit mehr als bisher auf die Heilkraft des Honigs und der anderen Produkte der Bienen mit natürlichen Heilwirkungen besinnen. Vielleicht verfügen diese staatenbildenden Insekten darüber hinaus über ein natürliches und natürlich organisiertes Gesundheitswesen, von dem wir alle noch lernen können.

Christian Ullmann