

DEUTSCHE Heilpraktiker ZEITSCHRIFT



1. 2015 ▪ 10. Jahrgang ▪ www.haug-verlag.de

▪ **Stressforschung**
An- und Entspannung
im Rhythmus

▪ **Phytotherapie**
Stark verwurzelt
mit Stresspflanzen

▪ **Erfahrung**
Der wichtigste Mensch
für sich selbst sein



Stress Anspannung aushalten?



 **Haug**

Browser ein, und schon kann es losgehen!

Die Heilwerte aus dem Bienenvolk

Das Bienenvolk gilt als die Apotheke der Natur. Seit alters her kommen Bienenprodukte wie Pollen, Propolis, Gelée Royal und Honig in der Naturheilkunde mit großem Erfolg zum Einsatz.

Die Wirkungen wurden in zahlreichen wissenschaftlichen Studien und in der Erfahrungsmedizin bestätigt.

Blütenpollen

Blütenpollen enthalten die hochwertigsten pflanzlichen Eiweiße in der Natur und nahezu alle Vitamine, die der menschliche Organismus benötigt. Hervorzuheben ist der gesamte Vitamin B-Komplex inklusive Vitamin B₁₂ in hoher Konzentration. Blütenpollen sind blutbildend und wirken vitalisierend. Sie werden mit 90 %igem Erfolg bei der Pollenallergie zur Desensibilisierung eingesetzt.

Wichtig ist bei Blütenpollen die Herkunft, denn Importpollen und Pollen aus Obstbau-

gebieten sind sehr häufig pestizidbelastet. Außerdem soll frischer Pollen verwendet werden.

Gelée Royal

Gelée Royal, der Königinfuttersaft, auch Bienenmilch genannt, enthält die gleichen Vitamine wie Blütenpollen, nur in gelöster und konzentrierter Form. Mit der Einnahme von Gelée Royal wird die Sauerstoffaufnahme der Körperzellen erhöht. So erklärt sich die Anwendung im Hochleistungssport zur Leistungssteigerung. Eine Verbesserung der Gehirndurchblutung kann zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit führen. Gelée Royal wird eine nerven- und herzstärkende Wirkung zugeschrieben. Auch kann Gelée Royal eine Aufhellung der Stimmungslage bewirken, weil es die Produktion von Serotonin anregt.

Man hat festgestellt, dass Kleinkinder bei Einnahme von Gelée Royal besser gedeihen.

Die Dosis sollte bei etwa 1 g pro Tag liegen. Wissenschaftliche Studien zeigen außergewöhnliche Wirkungen von Gelée Royal in der Naturheilkunde.

In Blütenpollen enthaltene Vitamine und Aminosäuren

Neben dem stark vertretenen Vitamin-B-Komplex sind u. a. Provitamin A, Vitamin C, Vitamin E und Vitamin K in Blütenpollen enthalten. Blütenpollen haben antibiotische Wirkung. Folgende Aminosäuren sind in Blütenpollen u. a. enthalten: Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Threonin, Tryptophan, Histidin, Arginin, Tyrosin, Alanin, Asparaginsäure, Glutaminsäure, Prolin und Serin.

Propolis

Die aus dem Bienenstock gewonnene Propolis besteht aus Harz und ätherischen Ölen, Blütenpollen, für den Zellstoffwechsel bedeutsamen Mineralstoffen und Spurenelementen, Flavonen und Säuren. Propolis enthält über 20 verschiedene natürliche Antibiotika und kann im besonderen Maße das Immunsystem aufbauen. Dies findet in der alternativen Krebstherapie seine Anwendung. Auch kann Propolis zum Entzündungsabbau im Körper und zur Wundheilung beitragen.

Die Kombination von Honig, Pollen, Propolis und Gelée Royal bewirkt eine Potenzierung der einzelnen Wirkungen.

Weitere Informationen

Imkermeister und Fachimker für Apitherapie

Rainer Krüger

Untersteig 3

88167 Maierhöfen im Allgäu

Tel: 0049-(0)175/6 81 13 33

E-Mail: info@allgaeuer-wanderimkerei.de

www.allgaeuer-wanderimkerei.de



Wertvolle Inhaltsstoffe im Hercules Honig. Foto: © Allgäuer Wander-Imkerei Krüger