

Propolis-Creme ist eine Creme, die Propolis-Extrakt oder Tinktur enthält. Da solch eine Creme außerdem sehr unterschiedliche Bestandteile enthalten kann, ist ihre Beschaffenheit und teilweise auch ihr Einsatzgebiet entsprechend verschieden. Eine Creme enthält immer einen gewissen Wasseranteil. Je nachdem, wie viel Wasser in einer Creme enthalten ist, kann sie leicht und weich oder relativ dick und fetthaltig sein. Daraus ergibt sich die unterschiedliche Nutzung einer Propolis-Creme. Generell sind Propolis-Cremes zur Hautbehandlung geeignet. Man kann sie vor allem für Hautprobleme einsetzen, bei denen Infektionen und Entzündungen eine gewisse Rolle spielen, beispielsweise Ekzeme.

Eine **Propolis-Salbe** ist eine fetthaltige, verstreichbare Zubereitung mit Propolis. Man kann eine Propolis-Salbe ähnlich einsetzen wie eine Propolis-Creme, vor allem für Einsatzzwecke, bei denen ein hoher Fettgehalt erwünscht ist, z.B. bei trockener Haut.

Weitere mögliche Darreichungsformen:

Rohpropolis / Harz
Gereinigtes Propolis
Propolis-Kaugranulat

Propolis-Pulver
Propolis-Extrakt
Propolis-Kapseln

Propolis-Bonbons
Propolis-Mundwasser/
Propolis-Zahnpasta

Propolis

ein Produkt der Bienen



Herkunft

Die harzige Substanz Propolis wird von den Bienen aus der Rinde und aus Knospen verschiedener Pflanzen, vorzugsweise Bäumen hergestellt. Es dient der Abdichtung des Bienenstocks sowohl in physischer, als auch in medizinischer Hinsicht gegen Krankheitserreger. Sein Geschmack ist bitter und scharf, der Geruch meist süßlich, schwankt aber je nach Herkunft.

Inhaltsstoffe

Nach und nach werden immer mehr Inhaltsstoffe beim Propolis entdeckt. Noch sind Forscher nicht fertig mit der vollständigen Analyse. Propolis kann je nach Herkunft des Ausgangsmaterials (Pflanzenart) sehr unterschiedlich beschaffen sein:

Zusammensetzung:

50% Harze
30% Wachs
10% ätherische Öle
5% Pollen
3% organische Stoffe
2% Mineralstoffe

Inhaltsstoffe:

Vitamin A	Kalzium
Vitamin B3	Kobalt
Vitamin E	Kupfer
Flavonoide	Magnesium
Koffeinsäure	Mangan
Benzykumurat	Selen
Pinocembrin	Silizium
Pinobanksin	Zink
Eisen	

Eigenschaften

Propolis ist vor allem wegen seiner antibiotischen Fähigkeiten bekannt und beliebt. Anders als chemische Antibiotika wirkt Propolis jedoch nicht nur gegen Bakterien, sondern auch gegen Viren und Pilze. So wird Propolis zu einem Mittel gegen Krankheitserreger jeder Art.

Die antibiotische Wirkung des Propolis wird vor allem durch die Flavonoide ermöglicht, die im Propolis enthalten sind. Außerdem gibt es weitere Substanzen mit antibiotischer Wirkung.

Die Propolis-Wirkung geht jedoch weit über eine reine antibiotische Wirkung hinaus.

Die im Propolis enthaltenen Vitamine, Spurenelemente, ätherischen Öle und sekundären Pflanzenwirkstoffe fördern Heilungsvorgänge im Körper.

Die Krankheitserreger werden also vom Propolis abgetötet oder gebremst und dann hilft das Propolis dem Körper bei den Reparaturvorgängen an den kranken Geweben.

Dadurch ist Propolis eine Allround-Medizin für sehr viele Einsatzzwecke.

Anwendungen

Innerlich kann man Propolis als Tinktur, Granulat oder Pulver einnehmen. Äusserlich kann man kleine Stückchen des Harzes mit der Hand aufwärmen und direkt auf betroffene Hautstellen legen. Oder man wendet die Tinktur auf betroffenen Hautstellen an. Man kann auch eine Salbe mit Propolis herstellen.

Bei einer Tinktur wird Propolis in Alkohol angesetzt und ganz oder teilweise gelöst, so können sie unterschiedlich konzentriert sein. Eine Tinktur mit 96% Alkohol enthält das komplette Propolis-Harz in gelöster Form. Propolis-Tinktur kann man pur oder verdünnt sowohl innerlich als auch äußerlich anwenden.

Man kann Propolis-Tinktur wahlweise mit Wasser, Kräutertee oder Milch verdünnen. Auf ein Glas Flüssigkeit nimmt man 10 bis 50 Tropfen Propolis-Tinktur, je nachdem, wie intensiv man das Propolis anwenden will. Durch den hohen Harzgehalt in der Propolis-Tinktur werden Wasser und Tee meistens weißlich trübe, wenn man die Tinktur hinein gibt. In Einzelfällen bleibt auch ein Teil des Propolis-Harzes an der Glaswand kleben. Ob das geschieht, hängt von der Konzentration der Tinktur und dem Alkoholgehalt ab. Wenn man eine Propolis-Tinktur hat, bei der es bei der Wasserverdünnung zu störenden Anhaftungen im Glas kommt, kann man die Tinktur stattdessen mit Milch verdünnen. Mit Milch verbindet sich die Propolis-Tinktur besser. Zur Behandlung innerlicher Erkrankungen oder zur Stärkung der Abwehrkräfte trinkt man ein bis drei Mal täglich ein Glas verdünnte Propolis-Tinktur.

Verdünnte Propolis-Tinktur kann man auch äußerlich anwenden:

Je nach Anwendungszweck bereitet man die Propolis-Verdünnung konzentrierter oder stärker verdünnt zu. Für eine Pinselung oder eine Kompresse braucht man beispielsweise eine relativ konzentrierte Mischung, für ein Teilbad reicht eine stark verdünnte Mischung. Mit Pinselungen kann man kleine und mit Waschungen größere Hautbereiche reinigen und leicht desinfizieren. Kompressen und Umschläge eignen sich unter anderem für schlecht heilende Wunden, Geschwüre oder Furunkel. Mit Teilbädern kann man größere Hautbereiche mit Propolis behandeln, beispielsweise zur ergänzenden Behandlung bei Fußpilz. Die unverdünnte Propolis-Tinktur kann man auftragen, wenn man eine kleine Stelle besonders intensiv behandeln will. Wunde Stellen im Mund, Herpesbläschen, Warzen oder Insektenstiche sind Anwendungsgebiete, bei denen die unverdünnte Tinktur zum Einsatz kommen kann. Bei der Anwendung der unverdünnten Tinktur sollte man jedoch vorsichtig sein, denn sie ist meistens harzig klebrig und durch den hohen Alkoholgehalt auch stark hautreizend. Je nach Konzentration der Tinktur können diese Effekte jedoch unterschiedlich stark ausfallen.