

PROPOLIS

Door honingbijen worden voor verschillende doeleinden een viertal producten gehaald voor het volk. Dat zijn:

- nectar, om honing van te maken voor de energieproductie van het volk, merendeels ten behoeve van wasvorming, warmtevoorziening en broedverzorging;
- stuifmeel (ook wel pollen genoemd) tbv. aanmaak van basisvoedsel voor het broed;
- water tbv. voedselproductie voor het broed en om te kunnen koelen door middel van ventilatie;
- propolis om gaten en kieren van de korf of kast te dichtten, raat te verstevigen, en met name om het volk te desinfecteren.

In een normaal volk met broed is de temperatuur ruim 34° C. In de zomer bestaat zo'n volk uit 40000 tot 80000 bijen. In deze broeierig warme omgeving ontstaan gemakkelijk allerlei schimmels en infecties. Door de grote hoeveelheid dicht op elkaar levende insecten is de infectiekans bij een uitgebroken ziekte bijzonder groot. De bijen houden zich vrij van ziektekiemen door de gehele 'woonruimte' in te smeren met propolis.

Wat is propolis? Het woord stamt uit het Grieks en betekent: 'voor de stad' of 'voor het volk'. De bijen halen van de knoppen van bomen en heesters een harsachtige substantie. Door de bijen worden daar bij de verwerking via kauwen en bijenspeeksel stoffen aan toegevoegd. Het daarna ontstane product noemen wij 'propolis'. In ruwe propolis bevinden zich de volgende stoffen: 55% harsen, 30% was, 10% etherische oliën, 5% stuifmeel en daarnaast nog zeer veel soorten sporen, vitamines en mineralen. In gezuiverde propolis bevinden zich de volgende bestanddelen: etherische oliën, flavonoïden, lipoïden, eiwitten, suikers, vitamines en mineralen.

De eerste twee genoemde stoffen zijn in propolis ruim aanwezig. Daaraan wordt merendeels de geneeskrachtige werking van propolis toegeschreven, vooral aan de flavonoïden (meer dan 25 soorten). De overige stoffen zijn aantoonbaar, maar in zeer geringe hoeveelheden, waardoor er wordt verondersteld dat deze nauwelijks invloeden kunnen hebben. Vitaminen (circa 8 soorten) zijn bijvoorbeeld zo gering aanwezig, dat voor de dagelijks noodzakelijke hoeveelheid 100 tot 1000 gram propolis per dag zou moeten worden gebruikt als er geen andere bronnen waren.

Ook suikers komen in zeer geringe hoeveelheden voor. Het betreft: fructose, glucose, gulose, ramnose, sacharose, sorbitol en talose. Propolis is een bijenproduct. Voor bijen is honing de energiebron. De aanwezigheid van enige suikers is dus niet vreemd. De uitermate geringe hoeveelheden kunnen echter nauwelijks enige invloed hebben.

Aan propolis kunnen de volgende werkingen worden toegeschreven:

- anti-bacteriële werking, doordat het bacteriën doodt of hun groei remt;
- anti-virale werking door groeiremning van virussen;
- remt de groei van schimmels;
- versterkt de werking van antibiotica en remt ontstekingsreacties;
- werkt anti-reumatisch;
- remt slagaderverkalking en trombose, werkt waarschijnlijk bloedverdunnend en stimuleert de bloeddoorstroming;
- werkt tegen pijn en jeuk en is anti-allergisch;
- stimuleert de afweer van het lichaam tegen infecties;
- krampstillende werking op de darmspieren en stimuleert de galafvloed;
- versterkt de werking van vitamine C.

De gezuiverde propolis is opgelost in zuivere ethylalcohol 70%, die geschikt is voor consumptie. Een oplossing in alcohol wordt ook wel tinctuur genoemd. Deze tinctuur is een ± 10%-oplossing van propolis. De mate van verdunning is bij benadering bepaald. Deze tinctuur is in water niet oplosbaar. De tinctuur kan op twee manieren worden gebruikt:

1. Per dag 3 à 4 maal ca. 10 - 20 druppels in de mond druppelen (kinderen minder). Op een lepeltje innemen kan natuurlijk ook en dat is wat gemakkelijker. Het mondslijmvlies zal de propolis opnemen en verwerken. Indien de tinctuur als te sterk wordt ervaren, dan de dosering in aantal druppels iets terugbrengen. In het begin kunnen de klachten toenemen. Na 3 - 4 weken stoppen en kijken hoe het gaat. De eigen lichaamsfuncties moeten het dan weer kunnen overnemen.

2. Op de te behandelen huid of wond aanbrengen van enkele druppels tinctuur en de alcohol laten verdampen. Er ontstaat dan een dun laagje. Deze behandeling kan ook enkele keren per dag worden herhaald. Pas op voor kleding: het geeft nauwelijks (met spiritus of alcohol) te verwijderen vlekken !

De gebruiksmethoden van propolis moeten voor sommige klachten worden gecombineerd door zowel in te nemen (toepassing 1) als op de huid te smeren (toepassing 2). Zalf is bij mij niet te koop, wél tinctuur. Onderstaand worden diverse klachten/kwalen genoemd en de toepassingen van propolis aangeduid:

	<u>toepassing</u>
Koortsblaren op de lippen/ontsteking in de mond (herpes virus)	1,2
Aften, zweertjes op het mondslijmvlies (probeer ook aanstippen met wattenstokje)	1,2
Keelontsteking	1
Tandvleesontsteking	1
Neusbijholte-ontsteking	1
Gehoorgangontsteking	1,2
Maagzweer of zweer aan 12-vingerige darm	1
Ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa (dubbele dosering gedurende enkele weken)	1
Diarree	1
Aambeien (smeren met propoliszalf)	2
Huidverwondingen (probeer ook met tinctuur aan te stippen met wattenstokje)	2
Eczeem	1,2
Hooikoorts (tevens stuifmeel gebruiken)	1
Astma	1
Acné (jeugdpuistjes) en acné conglobata (op de kin), aanstippen met wattenstokje	1,2
Eeltvorming, likdoorns, wratten	1,2
Psoriasis (werkt niet bij iedereen, smeren niet persé nodig)	1,2
Steenpuisten	1,2
Problemen met zenuwstelsel/wervelkolom door spierverkramping, bijv. spit, ischias en dergelijke rugklachten (smeren met propoliszalf)	1,2
Spierpijn, spierkramp (smeren met propoliszalf)	1,2
Gewrichtspijn	1,2
Tenniselleboog	1,2
Prostaatontsteking (stuifmeelgebruik heeft ook positief effect)	1
Bal- en bijbalontsteking	1
Menstratiepijn	1
Menstruatiestoring (tevens stuifmeel gebruiken)	1

Bijwerkingen:

In het begin worden na het gebruik van propolis de klachten nog wel eens erger. In de homeopathische zienswijze duidt dit juist op de werkzaamheid van het toegediende product. Stop dus niet te vlug met een behandeling.

Eén op de 2000 personen is allergisch voor propolis. Dit uit zich door rode vlekken op de plaatsen waar is gesmeerd of door jeukende plekken over het gehele lichaam en/of rode plekken of bulten op 'zweetplekken' zoals binnenkant ellebogen, polsen, oksels, liezen, knieholtes, enkels en andere plekken, die wat vochtiger zijn. Deze reacties komen echter uiterst zelden voor.

Als positieve bijwerking heeft propolis een licht verdovende werking, zodat pijn minder wordt gevoeld en heeft het positieve effecten op de gehele lichamelijke conditie.

Succes met dit prachtige natuurproduct !

Kijk op de website van Dr. Wiebe Braam om goede leveranciers van propolistinctuur te vinden. Zelf ben ik in 2018 gestopt als imker en ik kan het product dus niet meer maken.