



## Nachfragen zum Artikel über Propolis in der Januar-Ausgabe

Die Autorin Nadine Kunz erhielt nach Erscheinen ihres Beitrags etliche Leseranfragen, die sie hier beantwortet. Einige bezogen sich auf die Berechnung der Propolis-Konzentration. Siehe dazu den Kasten rechts.

**Frage:** Ändert sich an der Rechtslage etwas, wenn nicht „Propolis“ auf dem Fläschchen steht, sondern z. B. Bienenharz, Bienenleim, Kittharz?

**Antwort:** Nein, das spielt keine Rolle.

**Frage:** Wird die Propolis in heißem Wasser oder heißem Alkohol nicht besser gelöst?

**Antwort:** Nein, unter Hitze über 80°C können die sekundären Pflanzenstoffe (vor allem Phenole) zerstört werden. Wasser kann zudem nur einen Teil der Substanzen lösen, daher sollte Alkohol mit 60 – 70 % verwendet werden.

**Frage:** Hängen allergische Reaktionen auf Propolis und Bienenstiche zusammen?

**Antwort:** Nein. Die Hauptallergene des Bienengiftes sind Toxine und Enzyme, die in Propolis nicht enthalten sind.

**Frage:** Kann der Arzt einen Propolis-Allergietest machen?

**Antwort:** Ja, es kann aber auch zuhause getestet werden: Propolispulver oder -lösung auf eine Hautstelle auftragen. Kommt es innerhalb der nächsten 48 h zu Hautausschlägen, liegt mit hoher Wahrscheinlichkeit eine Allergie vor. Die Ausschläge können in seltenen Fällen auch an anderen Stellen als der Kontaktstelle auftreten. Kontakt mit Propolis, auch die Einnahme von Tropfen, sollte dann gemieden werden.

**Frage:** Ist die gesundheitsfördernde Wirkung von Propolis nicht bewiesen?

**Antwort:** Zu vielen der in Propolis nachgewiesenen Substanzen gibt es Studien, die eine gesundheitsfördernde Wirkung belegen. Die meisten dieser Studien beschäftigen sich allerdings mit südamerikanischer Propolis.

### Gar nicht so einfach: Die Angabe der Propolis-Konzentration

Das stellte auch unsere Autorin Nadine Kunz (siehe Januar-Ausgabe Seite 11) fest, denn ihr selbst ist dabei ein Fehler unterlaufen.

*Richtig ist es so:*

In unserem Beispiel sind nach dem Filtrieren 7 g Propolis in 30 g Alkohol vollständig gelöst. Insgesamt erhalten wir also 37 g fertige Propolislösung. Nach einer einfachen Dreisatzrechnung ( $7 \text{ g} \times 100 : 37 \text{ g} = 18,9 \%$ ) entsprechen 7 g Propolis einer Massenkonzentration von 18,9 % (g Propolis pro 100 g Lösung). Soll angegeben werden, wie viel Propolis volumenbezogen in der Lösung enthalten ist, muss mit Hilfe eines Messzylinders das Volumen der Lösung bestimmt werden. Die fertige Lösung hat in unserem Praxis-Beispiel ein Volumen von 30 ml, in denen 7 g Propolis gelöst sind. Mit Hilfe der Dreisatzrechnung ergibt sich, dass 23 g Propolis in 100 ml Lösung enthalten sind ( $7 \text{ g} \times 100 \text{ ml} : 30 \text{ ml} = 23,33 \text{ g}$ ). Dies ist dann ebenfalls eine Möglichkeit, die Konzentration anzugeben, jedoch ohne Prozentangabe.

Nadine Kunz

[nadine.kunz@uni-hohenheim.de](mailto:nadine.kunz@uni-hohenheim.de)

## Propolis – kann die Anwendung auch schaden?

**Frage:** Beispielsweise bei Erkältungen nehme ich gern Propolistropfen, um damit meinen Körper bei der Krankheitsabwehr zu unterstützen. Bekanntlich hat ja Propolis u. a. antibakterielle Eigenschaften. Andererseits liest man immer wieder, dass Antibiotika die Darmflora beeinträchtigen würden. Meine Frage ist nun, ob dies auch für Propolis zutrifft und ob man die Einnahme daher in irgendeiner Weise begrenzen sollte.

*C. Neumann, 16321 Bernau*

**Antwort:** Unter Erkältungen versteht man akute Infektionskrankheiten der Nasenschleimhaut, deren Nasennebenhöhlen sowie von Hals und/oder Bronchien. In erster Linie erfolgt die Infektion durch Viren, die aber manchmal durch eine zusätzliche Infektion von Bakterien kompliziert wird.

Propolis hat vielfältige Wirkungen sowohl gegen Bakterien als auch gegen Viren. Insofern klingt die Anwendung

von Propolis gegen Erkältungen plausibel. Allerdings ist diese Behandlungsmöglichkeit bislang nicht in medizinischen Studien untersucht worden. Experimente an Mäusen zeigen Hinweise auf Wirksamkeit von Propolis. Leider gibt es zu der Frage, ob und inwieweit die Einnahme von Propolis auch die gesunde Darmflora beeinträchtigt, keine wissenschaftlichen Untersuchungen. Man muss allerdings davon ausgehen, dass dies der Fall ist. Da die Darmflora vielfältige Funktionen hat (Immunmodulation, Versorgung mit Vitaminen, Unterstützung der Verdauung von Nahrungsbestandteilen, Versorgung der Darmepithelschicht mit Energie, Anregung der Darmperistaltik, Produktion von kurzkettigen Fettsäuren, Entgiftung von unnatürlichen Substanzen), besteht bei andauernder Anwendung die Gefahr, dass Darmbakterien ihre wichtigen Aufgaben langfristig nicht in vollem Umfang wahrnehmen können. Auch ist es möglich, dass

schädliche Bakterien unempfindlich gegen Propolis werden. Wenn auch dazu bislang Studien fehlen, lässt sich diese Annahme aus dem Umstand ableiten, dass Bienenvölker an bakteriellen Infektionen, z. B. der Amerikanischen Faulbrut, leiden. Diese Bakterien dürften gegen die im Bienenstock allgegenwärtige Propolis resistent sein.

Ich halte es für sinnvoll, dass man die Anwendung von Propolis und auch anderer Bienenprodukte auf diejenigen Situationen beschränkt, in denen tatsächlich Beschwerden vorliegen. Im o. g. Fall wären dies Halskratzen, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden oder ein leichtes Frösteln. Eventuell wäre auch ein vorbeugender Einsatz bei einer aktuellen Grippeepidemie sinnvoll. Von einem generellen vorbeugenden Einsatz ohne jeglichen guten Grund würde ich allerdings abraten.

*Prof. Dr. Karsten Münstedt  
Universitätsfrauenklinik Gießen*