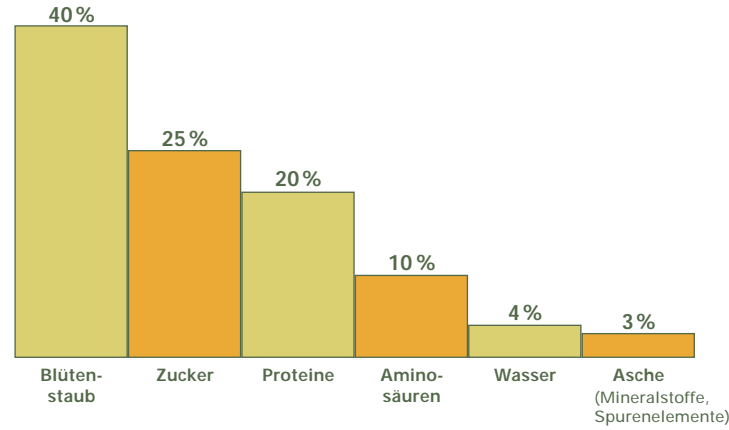


Die Zusammensetzung von Blütenpollen



stoffe, Spurenelemente und gesundheitlich wertvolle mehrfach ungesättigte Fettsäuren.

All diese Vitalstoffe tragen dazu bei, dass Pollen die Widerstandsfähigkeit steigert, durch Nährstoffmangel bedingten Erkrankungen vorbeugt und neue Lebenskräfte weckt. Menschen mit erhöhtem Nährstoffbedarf wie chronisch Kranke, Schwangere und Stillende, geistig und körperlich hart arbeitende sowie ältere Menschen profitieren besonders von den kleinen Körnchen mit der großen Energie.



Blütenpollen schützen vor Stress und Abgeschlagenheit.

Das bewirkt Pollen

- > Stärkung des Abwehrsystems
- > Verbesserung des Allgemeinbefindens
- > Anregung des Appetits
- > Regulierung der Darmtätigkeit (vor allem bei Durchfall)
- > Unterstützung bei durch erhöhte Cholesterinwerte ausgelöste Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- > Förderung der Leberfunktion und -entgiftung
- > Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- > Aktivierung von Selbstheilungskräften
- > Auffüllen der Vitalstoffdepots bei Nährstoffmangel



Täglich viel Gesundheit naschen

Um Nährstoffmangel auszugleichen und fit für den Alltag zu sein, sollten Sie zweimal pro Tag jeweils einen Kaffeelöffel Blütenpollen verzehren. Diese Menge deckt den täglichen Eiweißbedarf eines Erwachsenen. Achtung: Pollenallergiker sollten von der Einnahme absehen und auch bei dem Genuss anderer Bienenprodukte Vorsicht walten lassen.

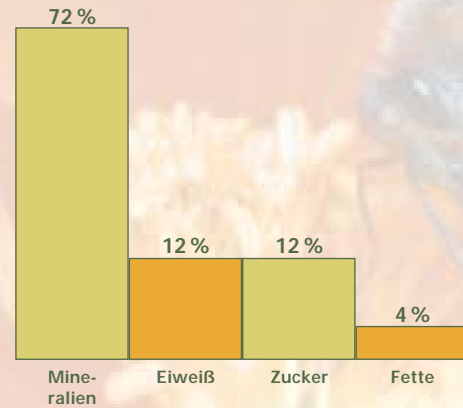
<<< TIPP

Pollentrunk nach Stress

Wollen Sie nach einem anstrengenden Tag Energie tanken, probieren Sie folgende Rezeptur aus: Lösen Sie einen Kaffeelöffel Blütenpollen mit einem Esslöffel Honig und einem Esslöffel Apfelessig in einem Glas lauwarmem Wasser und trinken Sie das Ganze schluckweise.



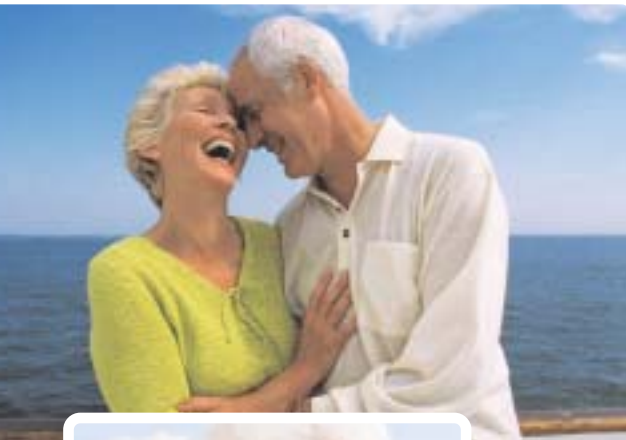
Die Zusammensetzung von Gelee Royal



Geheimnisträger Gelee Royal

Zwar weiß man um die Wirkstoffvielfalt von Gelee Royal, indes bleiben seine Wirkmechanismen zum großen Teil ein Geheimnis des Bienenvolkes, denn nicht alle Substanzen des kostbarsten aller Bienenprodukte wurden

bislang identifiziert. Bekannt ist, dass Gelee Royal besonders reich an Mineralstoffen und Spurenelementen ist und Enzyme, weitere wertvolle Eiweiße beziehungsweise ihre Bausteine, die Aminosäuren, sowie Fette und Zucker enthält. Darüber hinaus weiß man, dass das Azetylcholin des Gelee Royals besonders gut für die Nerven und das Gehirn ist. Die positive Wirkung bei Impotenz und Beschwerden in den Wechseljahren führen Mediziner und Wissenschaftler auf die hormonähnlichen Substanzen in dem Eli-



Gelee Royal unterstützt die hormonelle Umstellungsphase in den Wechseljahren.

um

xier zurück. Zudem finden sich Vitamine – vor allem der B-Gruppe – in der königlichen Kost. Beispielsweise die Panthotsäure (Provitamin B₅). Sie wird als Schönheitsvitamin gehandelt, das Haut und Haare pflegt, Hautreizungen und -rötungen lindert, die Abwehrkraft der Schleimhäute steigert und die Wundheilung beschleunigt. Kein Wunder also, dass Gelee Royal bei vielen Hautproblemen hilfreich sein kann.

Das bewirkt Gelee Royal

- > Steigerung der Abwehrkräfte
- > Anregung des Appetits
- > Unterstützung bei nervösen Erschöpfungszuständen
- > Erhöhung der Gedächtnisleistung
- > Hautpflege
- > Harmonisierung des Hormonhaushalts
- > Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- > Positive Wirkung auf die Libido
- > Vorbeugung von Nährstoffmangel
- > Verbesserung der Regeneration nach Krankheiten
- > Erhöhung der Widerstandskraft bei Stress
- > Steigerung von Vitalität und Wohlbefinden

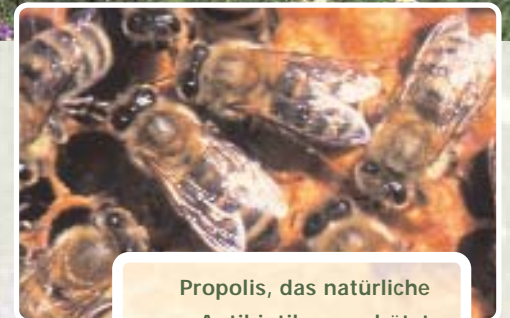


NATÜRLICHES ANTIBIOTIKUM PROPOLIS

BOLLWERK GEGEN
UNGEJETENE GÄSTE

Als echte Selbstversorger produzieren Bienen nicht nur ihre Nahrung, sie haben auch ein Universal-Mittel zum Bauen und gegen Eindringlinge in den Bienenstock: Propolis. Propolis ist von grünlichbrauner bis rötlicher Farbe und klebriger Konsistenz, angemischt aus Wachs und Harz. Honigbienen bilden es aus dem Harz von den Rinden sowie Knospen der Bäume und eigenen Körpersekreten. Beim Bauen dient Propolis als Kitt, mit dem die Waben des Bienenstocks verklebt und Ritzen abgedichtet werden. Überlebensnotwendig für die Bienen ist eine weitere Eigenschaft von Propolis. Die Substanz wirkt antibiotisch und macht den Bienenstock keimfrei. Damit ist gesichert, dass sich bei Zehntausenden von Bienen, die in dem Stock auf engstem Raum zusammenleben, Infektionen nicht epidemieartig ausbreiten und somit ein ganzes Volk innerhalb von kürzester Zeit dahinraffen können.

Die konservierende Eigenschaft von Propolis haben sich bereits die alten Ägypter zunutze gemacht. Sie verwendeten den Kitt zum Einbalsamieren ihrer Toten und sorgten auf diese Weise dafür, dass die Pharaonen



**Propolis, das natürliche
Antibiotikum, schützt
Bienen wie Menschen
vor Erregern.**

DIE WICHTIGSTEN BESTANDTEILE VON PROPOLIS

>>> Bis zu 55 % Harz und Balsame >>> bis zu 40 % Wachs >>> bis zu 10 % ätherische Öle >>> etwa 5 % Blütenpollen >>> Aminosäuren >>> Mineralstoffe und Spurenelemente (Eisen, Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen, Zink) >>> Vitamine A, C, E, H und B-Vitamine >>> antibiotisch wirksame Stoffe, darunter Flavonoide

der Nachwelt als Mumien erhalten blieben. Neben Bakterien hält Propolis Pilze fern und dank seiner Flavonoide vermag es die Vermehrung von einigen Virenarten einzuschränken. Mit diesen Merkmalen ist die Substanz das stärkste natürliche Antibiotikum. Bereits der Name deutet das an. Im Griechischen heißt Propolis vor (= pro) der Stadt (= polis), oder, in einen klaren Hauptsatz gegossen: Unerwünschte Keime müssen draußen bleiben.

Und das funktioniert wunderbarerweise auch beim Menschen. Natürliches Propolis ist kraft seiner Abwehr von Krankheitserregern ein ideales Mittel zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungen und wirkt Entzündungen entgegen – und das ohne die Nebenwirkungen herkömmlicher Antibiotika.

Seine entzündungshemmende Eigenschaft übersteigt wissenschaftlichen Untersuchungen zufolge die der Acetylsalicylsäure – das ist der Wirkstoff des Aspirins – um das Doppelte. Aufgrund der antibiotischen und entzündungswidrigen Wirkungen sind die Einsatzmöglichkeiten von Propolis im Dienste der Gesundheit äußerst vielfältig.

Hier hilft Propolis

- > Geschwächte Abwehr
- > Bindehautentzündungen
- > Entzündungen der Nasennebenhöhlen
- > Entzündungen der Ohren
- > Entzündungen des Mund- und Rachenraums
- > Entzündungen der Harnwege
- > Erkältungskrankheiten
- > Gelenkbeschwerden

- > Hautkrankheiten (Akne, Abszesse, Ekzeme, Fußpilz, Herpes, Gürtelrose, Warzen)
- > Mit Entzündungen und Infektionen einhergehende Magen- und Darmbeschwerden
- > Leichte Formen der Neurodermitis und Schuppenflechte
- > Verletzungen der Haut (leichte Schürf- und Schnittwunden)
- > Zahnfleischentzündungen

Propolis kann äußerlich und innerlich angewendet werden. Es kommt in vielerlei Form in den Handel. Naturbelassen, mit Honig gemischt, als Salbe oder Spray bei Problemen der Haut und Gelenkschwellungen, als Granulat, Kapsel und Pulver gegen innere Beschwerden, als Tinktur und Tropfen zum Gurgeln gegen Entzündungen im Mund- und Rachenraum sowie als Hauttonikum und als Zahncreme gegen Zahnfleischerkrankungen. Auch Bonbons und Kaugummi mit Propolis sind erhältlich.

<<< TIPP

- > Bei Gelenkschwellungen und -schmerzen wirken Umschläge mit Propolissalbe lindernd.
- > Propolis – zum Beispiel in Verbindung mit Aloe-Vera-Gel – eignet sich hervorragend zur Mund- und Zahnpflege. Kauen von Rohpropolis wirkt gegen Zahnfleischerkrankungen.
- > Bei Hautunreinheiten und leichten Verletzungen hilft es, Propolistinktur oder -creme je nach Bedarf ein- bis mehrmals täglich auf die betroffenen Stellen aufzutragen.
- > Achtung! Propolis kann wie alle anderen Bienenprodukte allergische Reaktionen auslösen. Pollenallergiker sollten daher auf die Anwendung von Propolis verzichten.

MEHR ALS BROT- AUFSTRICH: HONIG

ARZNEI, DIE NICHT
BITTER SCHMECKT

Honig, diesen klebrig-zähen und süßen Saft, lassen sich Erwachsene wie Kinder genüsslich auf der Zunge zergehen. Bevor er uns als Aufstrich auf dem Frühstücksbrötchen anlacht und uns Tees und Nachspeisen versüßt, haben Zehntausende emsiger Bienen hart an seiner Herstellung gearbeitet. Um 500 Gramm Blütenhonig zu produzieren, müssen die Arbeitsbienen eines Stockes mehr als 50 000 Kilometer zurücklegen und den Nektar von bis zu 10 Millionen Blüten sammeln. Mit Enzymen, organischen Säuren und weiteren Stoffen verfeinert wird er in den Waben des Bienenstocks gelagert. Außer aus Nektar wird Honig auch aus Honigtau, den süßen, meist kristallklaren Tropfen auf Blättern von Bäumen oder Tannennadeln, gewonnen. Auf diese Weise entsteht Waldhonig.

BLÜTENHONIG: aus dem Nektar von Blütenpflanzen; weiß bis braun und fest.

HONIGTAUHONIG: Ausscheidungen von Blattläusen auf Nadeln und Blättern; braun bis schwarz und flüssig; herber als Blütenhonig.



Qualitätshonig
enthält mehr als
hundert Wirkstoffe.