

Propolis



Wat is Propolis en waar komt het vandaan?

Propolis is samengesteld uit harsen, wassen en gommen die de bijen aan hun pootjes meebrengen van de bomen. De boom gebruikt dit om gaatjes in de bast te dicht en om blad- en bloemknoppen te bedekken met een dun, kleverig laagje. Dit laat geen vocht en lucht door. Zo kunnen ziektes de boom niet binnen en bloemknoppen niet beschimmelen of rotten. Harsen kunnen uitvloeien en sluiten zo de ziektekiemen in. Hierdoor verschrompelen bacteriën, schimmels, gisten en ook virussen.

Nadat de bijen de harsen van de knoppen van bomen (vooral van populieren, kastanjes en naaldbomen) hebben verzameld, noemen we het "propolis". Er is dan ook speeksel en bijenwas bijgemengd. Het is een bruin, geurend, en vanaf zo'n 20 graden kleverig goedje. De bijen beschermen hiermee hun broednest tegen ziektekiemen en ze dicht er gaatjes in de wand van de kast of korf mee. Zo kunnen ze een goede temperatuur voor het broednest bewaren.

Wat is de Samenstelling?

De gehaalde harsen, gommen en botanische wassen zijn een mengsel afkomstig van verschillende boomsoorten, die elk hun eigen typische harsen hebben. Daardoor verschilt dit per gebied en vegetatie. Potente bestanddelen van propolis zijn: harsen, flavonoïden, ferulazuren en aromatische oliën.

Wat zijn de Eigenschappen?

Propolis is bloedzuiverend, balsemend en antibiotisch tegen schimmels, gisten, bacteriën en virussen. Doordat propolis een veelvoudig mengsel is, werkt zij over een breed spectrum. Propolis is huidvriendelijk, balsemend, pijnstillend en helend. Bij allergie voor propolis wordt de huid echter rood en schilferig. Bij ongeveer één op de 2000 mensen komt dit voor. Dit kan een paar dagen tot een week duren.

Hoe Gebruik je Propolis ?

Propolis wordt gebruikt als natuurlijk antibioticum en weerstandverhogend middel ter ondersteuning van antibiotica. Bij bot- en spierproblemen en slijmbeursontsteking kan propolis helpen . Propolis is weldadig voor de huis en kan daarvoor zowel uitwendig als inwendig worden toegepast. De stof bevordert verder de reinheid van de mond- en keelholte en zorgt voor een goede bloedcirculatie. Ook draagt propolis mild en natuurlijk bij aan het behoud van een goede blaas-, nier- en prostaatfunctie, helpt het bij ongemakken rond de menstruatie en houdt het spieren en gewrichten soepel en sterk. Uit onderzoek in Japan (Bijen, maart 2001) is de werkzaamheid van propolis gebleken voor het opruimen van vrije radicalen, de werking tegen kankercellen en het beschermend effect op cellen bij schadelijke chemische invloeden.

Inwendig Gebruik.



Om in te nemen zijn er capsules, tabletten, hoestdrank en tinctuur (in verschillende concentraties). De tincturen zijn plakkerig en niet in water oplosbaar. Voor het innemen is het daarom raadzaam om deze op een stukje brood te druppelen of in een beetje water te druppelen en snel op te drinken (oud kopje gebruiken). Er is geen vaste dosering aan te geven. Aanbevolen wordt om met een lage dosering te beginnen.

4x per dag 5 druppels is voldoende, maar grotere hoeveelheden zijn naar behoefte mogelijk (tot 15 druppels per keer) waarvan de laatste inname voor het slapen gaan.

Uitwendig gebruik.



naast zalf of crème kunt U ook heel goed propolis olie nemen. Dit brengt de propolis dieper in de huid dan de tinctuur.

Tot slot enkele opmerkingen:

Propolis kan vlekken op uw kleding maken bij uitwendig gebruik. Doe een verband om de behandelde plek, of gebruik een oud T-shirt of een oud kussensloop. Bij kleding die u kunt wassen op 90° kunnen de vlekken worden verwijderd.

Propolis kan de werking van bloedverdunnende middelen (acenocoumarol, sintrom, fenprocoumon, marcoumar) versterken, zo waarschuwt de trombosedienst. Dit is gebleken bij regelmatig bloedonderzoek bij gebruikers van bloedverdunnende middelen. De trombosedienst adviseert gebruikers van bloedverdunnende middelen om na een week propolis gebruik hun bloed te laten controleren door de trombosedienst.

