

Imkers kennen al heel lang het grote geheim van de bijen: propolis. Het mysterieuze, kleverige spul waarmee bijenvolken zich al miljoenen jaren tegen allerlei ziekten beschermen.

Bijen leven in grote volken van wel 50.000 bijen in een kleine ruimte, dicht bij elkaar. Zonder bescherming tegen binnendringende ziektekiemen zou een bijenvolk snel kunnen sterven.

Propolis

Het woord 'propolis' stamt uit het Grieks. Het is een samenvoeging van de woorden 'pro' en 'polis'. Pro betekent 'ten behoeve van' of 'ter bescherming van'. Polis betekent 'burcht' of 'stad'. Dus een stof ter bescherming van de woning en zijn bewoners.

De honingbij ontdekte de beschermende functie van hars en verwerkte dit tot propolis. De Grieken ontdekten de geneeskrachtige eigenschappen van propolis en verwerkten dit tot hun eigen medicijnen.

Propolis is de laatste jaren steeds meer bekend geworden als een natuurlijk middel tegen diverse ziekten en lichamelijke ongemakken. Er zijn steeds meer mensen die propolis gebruiken als hulpmiddel.

Wat is nu precies propolis en waar komt het vandaan? Hoe wordt het gemaakt en hoe kun je het gebruiken? De antwoorden op deze en andere vragen lees je hieronder.

Wat is propolis?

Verse propolis is een kleverige, geelbruine of roodbruine, harsachtige stof, gemaakt door de honingbijen. Propolis heeft de karakteristieke geur van populieren of berken, honing en was.

Hoe maken bijen propolis?

De bijen maken propolis uit de harsachtige substantie die zich bevindt op de knoppen, bladeren of de schors van verschillende boomsoorten. Deze plantaardige hars wordt door de bijen verzameld en dit is een langzame en tijdrovende klus. Hars is een taaie substantie, vooral als het nog niet zo warm is.

De bijen maken met hun kaken en voorpoten kleine stukjes hars los en kneden dit tussen hun voorpoten tot een klein balletje. Dit harsballetje wordt door de middenpoot van de bij in het 'pollenkorfje' van de achterpoot gestopt. Als de bij een aantal harsballetjes verzameld heeft, vliegt ze terug naar de kast, waar andere bijen de harsballetjes van haar overnemen om het in de kast verder te bewerken.

In de bijenkast wordt het kleverige harspakketje gemengd met stuifmeel en bijenwas en zo ontstaat propolis.

Wat zit er in propolis?

Propolis bestaat uit verschillende harsen, was, etherische oliën, pollen, vitaminen en mineralen.

Wat doet propolis in de bijenkast?

Propolis wordt door de bijen gebruikt voor het dichtkitten van gaten en kieren in de bijenkast. Ook de broedraat, de zogenaamde 'babykamers', worden gepolijst met een laagje propolis voordat de koningin de eitjes er inlegt.

De hars in de propolis is een natuurlijk beschermmiddel dat ook de bomen beschermt tegen infecties van buitenaf.

Wat doet propolis?

Uit vele onderzoeken is gebleken dat propolis een waardevol hulpmiddel kan zijn bij de bestrijding van ziekten, bij wondgenezing, bij pijnbestrijding en nog veel meer.

Hieronder lees je meest bekende toepassingen van propolis:

De lijst zal niet compleet zijn, maar het maakt wel duidelijk dat propolis niet alleen een veelzijdig natuurlijk antibioticum is, maar ook verlichting kan geven bij veel ziekten en klachten, zowel in- als uitwendig.

- door de antibacteriële en antivirale werking helpt propolis je weerstand te verhogen tegen infecties
 - keelontsteking, zweertjes in de mond, koortsblaar, problemen met tandvlees en tanden.
 - huidproblemen: eczeem, zwemmerseczeem, luieruitslag, acne, diverse soorten wonden, psoriasis, wratten, steenpuisten.
 - Neus: verkoudheid, holteontsteking en hooikoorts
 - Longen: astma, longontsteking en tbc
 - Oren: gehoorgangontsteking
 - Spijsverteringsorganen: maagzweer, diarree, ziekte van Crohn, aambeien, dikke darm ontsteking
 - Spieren en gewrichten: spierpijn, tennisarm, reuma, jicht
 - _ Zenuwziekten: multiple sclerose, parkinson en ook bij spierdystrofie zijn gunstige resultaten bereikt met het gebruik van propolis.
 - Bloedsomloop: slagaderverkalking en trombose
- Bovendien kan propolis de werking van antibiotica versterken en herstelt het de vitaliteit na ziekte.

Propolis wordt gezien als een aanvulling voor iedere medicijnkast. Propolis is officieel geen medicijn. Een farmaceutisch medicijn moet namelijk voldoen aan allerlei eisen en moet een vaste samenstelling hebben. Propolis is een natuurlijk product, een hulpmiddel en heeft geen vaste samenstelling.

Hoe gebruik je propolis tinctuur?

1-3 jaar	1 druppel
3-6 jaar	2 druppels
6-12 jaar	3 druppels
> 12 jaar	4 druppels
> 18 jaar	5 druppels

Baby's jonger dan 12 maanden geef je geen bijenproducten, dus ook geen propolis.

Het beste kun je de druppels onder de tong druppelen, op een stukje brood of op een beetje honing.

Allergie

- Bijwerkingen en klachten zijn weinig bekend en komen niet veel voor.

- Ongeveer 1 op de 1.000 mensen hebben een allergie voor propolis. Het is aan te raden om voor een eerste gebruik een druppel propolis op de holte van de elleboog aan te brengen.

Als de plek rood wordt of branderig aanvoelt wordt het gebruik van propolis afgeraden. Omdat de samenstelling van de harsen van boomsoort tot boomsoort kan verschillen, verschilt ook de samenstelling van de propolis van land tot land en zelfs van streek tot streek. Dit kan ook van invloed zijn op een allergische reactie.

Bewaren

Pure propolis is onbeperkt houdbaar. De propolistinctuur is 1 jaar houdbaar.

Extra informatie

- De propolis op Kreta is erg zuiver. Er is op het eiland geen monocultuur en ook hoeft men hier geen bestrijdingsmiddelen te gebruiken in de bijenteelt.

- Propolis kan de werking van bloedverdunners versterken. Mensen die deze middelen gebruiken wordt geadviseerd om bij gebruik van propolis hun bloed door de trombosedienst te laten controleren.

- Propolis kan bij diabetici de bloedsuikerspiegel beïnvloeden. Extra controle is aan te bevelen.

Raadpleeg bij twijfel altijd een arts of specialist!