

Verehrte Leserin,  
verehrter Leser,  
liebes Mitglied,



Qualitätsmanagement wird heutzutage überall groß geschrieben. Unternehmen müssen alles fein säuberlich dokumentieren, und ab und zu kommen Prüfer in die Betriebe, um die Qualitätsstandards zu überwachen. Alles ist mit sehr viel Zeitaufwand und hohen Kosten verbunden.

Doch wie sieht es in der Praxis aus? Nehmen wir einmal das Pflegepersonal in unseren Krankenhäusern. Dort sind die Krankenschwestern und Intensivpfleger nahezu 30% ihrer Arbeitszeit mit dem Dokumentieren beschäftigt, statt sich um ihre eigentliche Aufgabe - die Pflege kranker Menschen - zu kümmern. Die Rückmeldung von den vielen Patienten hinsichtlich der Zuwendung durch die Pflegekräfte ist - ob in Nord- Süd- West oder Ostdeutschland - gleich verheerend schlecht: Kaum ein nettes Wort oder ein kurzer Plausch ist möglich. Jeder rennt der Zeit hinterher. Ist das wirklich der Sinn eines Qualitätsmanagements, keine Zeit mehr für die eigentliche Arbeit zu haben?

Nehmen wir als nächstes Beispiel Industriefertigungen im Auto- oder Flugzeugbau. Dort musste man die traurige Erkenntnis gewinnen, dass Abläufe, die optimal liefen, keinem Qualitätsmanagement unterstellt werden sollen, denn die daraus resultierenden Konsequenzen wären katastrophal. Woran so etwas liegt, wird nun in so genannten Expertenkommissionen erarbeitet und ausgewertet. Ob man je hinter die wahre Ursache kommt, ist ungewiss. Vermehrt kann man den Eindruck bekommen, als ob immer öfters der gesunde Menschenverstand ausreichen würde, eine Sache erfolgreich zum Abschluss zu führen. **Doch das setzt voraus, Eigenverantwortung zu übernehmen, sich auf sein Wissen zu verlassen, sein Können zum Wohle der Sache einzubringen – den Verstand anzuwenden.**

Immer wieder berichten mir meine Patienten, dass genau das in der heutigen Zeit in den Großbetrieben gar nicht mehr gewünscht



*Erschöpfungszustände und Burn-Out: Immer mehr Menschen leiden an den Folgen von Überlastung.*

wird. Man könne sein Gehirn gleich morgens beim Umziehen mit in den Spind legen und abends wieder mit nach Hause nehmen. Man würde heute schon in der Ausbildung förmlich dazu erzogen, sich unterzuordnen, nicht aufzufallen und lernt, sich wie ein Roboter im Berufsalltag zu benehmen. Mitteleuropäische Höflichkeitsformeln wie „Guten Morgen“ bei einer Begegnung zu sagen und bei einem Fehler ein „Entschuldigung“ über die Lippen zu bringen, werden immer seltener. Eine Entschuldigung wird in gewisser Weise als ein Schuldeingeständnis gesehen und das scheuen nicht nur unsere Politiker, sondern auch die meisten aus den Vorstandsetagen von Banken, Versicherungen und dem Management in den Großkonzernen.

Nehmen wir nun den Dieselskandal. Ein vorsätzlicher Betrug wurde von sämtlichen namhaften Autokonzernen begangen. Die Arbeiter mussten die Anordnungen in die Tat umsetzen, und die Chefetage kann sich an nichts mehr erinnern, geschweige hierfür die Verantwortung übernehmen. Diese Situation macht viele Menschen krank. Lug und (Be)trug greifen um sich. Ein Gewissen, so scheint es, ist nichts mehr Wert. Und in meiner eigenen Praxis sehe ich immer mehr Patienten in den vergangenen Jahren, die unter einem Überlastungssyndrom leiden oder letzten Endes in einem Burn-out-Zustand landen. Diese Menschen, welche sich jahrelang für ihre Arbeit aufopferten, verstehen die Welt nicht mehr und benötigen Wochen, Monate oder gar Jahre bis sie wieder ihre alte Leistungsfähigkeit erreicht haben. Ihr Geist war überfordert und der Verstand konnte das alles, was Tag für Tag auf uns hereinprasselt, nicht mehr verkraften. Und das Dank eines modernen Qualitätsmanagements, welches eigentlich installiert wurde, damit die Arbeit für alle leichter und damit erträglicher würde. Wir müssen uns dringend der Frage stellen: Sind wir in manchen Bereichen mit der Qualitätssicherung - so wie wir sie betreiben - nicht über das Ziel hinausgeschossen?

Herzlichst Ihr



*Egal ob Behandlung, Pflege oder Betreuung: Immer weniger Zeit bleibt für das Wesentliche – das Wohl der Menschen!*

# Erkältungskrankheiten & Atemwegsinfekte erfolgreich behandeln mit Bienenprodukten



*Mühevollle Arbeit: Eine Biene verarbeitet Propolis im Stock – das kostbare Schutzharz wirkt gegen Bakterien, Viren und Pilze.*

Alles beginnt mit einem leichten Kratzen im Hals, einem Zwicken in der Nase, oder einem leichten Hüsteln... Und kaum dass wir uns versehen, hat uns das bunte Potpourri einer der unzähligen Varianten verschiedenster Erkältungssymptome fest im Griff und beeinträchtigt uns in unserem Alltag. Wenn es bei einem leichten Schnupfen oder Husten bleibt, so sind wir meist glimpflich davongekommen. Denn nicht selten ist unsere Immunabwehr – gerade in der kalten Jahreszeit – dann schnell geschwächt und es kommen Fieber, Kopf- & Gliederschmerzen hinzu. Im schlimmsten Fall setzt uns am Ende gar eine Mandelentzündung, eine Bronchitis oder eine echte Grippe schachmatt.

Wenn die Erkrankung sich einmal festgesetzt hat, können wir sie mit der Vielzahl angebotener Medikamente oft höchstens ein wenig lindern oder ihre Symptome unterdrücken. Für den Heilungsprozess selbst muss unsere körpereigene Immunabwehr nun auf Hochtouren arbeiten, um die im Organismus befindlichen Erreger erfolgreich zu eliminieren. Und vor diesen können wir uns im Alltag auch gar nicht verstecken; denn sie lauern eigentlich überall! Ob beim freundlichen Händedruck des Nachbarn, beim Berühren eines Türgriffes im Büro, oder wenn der Kunde hin-

ter uns in der Schlange im Supermarkt lauthals hustet: Erreger verfolgen uns im Alltag auf Schritt und Tritt. Ganz gleich mit welcher unliebsamer Krankheit sie uns aber auch auflauern – im Grunde stecken immer nur drei Kategorien von Erregern dahinter: Bakterien, Viren und Pilze.

**Bakterien** sind zwar für die meisten Erkrankungen verantwortlich, sie können jedoch oft auch am einfachsten bekämpft werden. Grippale Infekte

beispielsweise sind häufig lediglich bakteriell verursachte Erkältungsercheinungen, während eine echte Grippe – durch **Viren** verursacht – deutlich langwieriger und gefährlicher ist, weil die Gruppe der Viren für unsere Immunabwehr eine erheblich größere Herausforderung darstellt. **Pilze** befallen insbesondere unsere Atmungsorgane zumeist erst dann, wenn die Immunabwehr ganz gravierend geschwächt und aus dem Gleichgewicht gebracht ist. Mit ihnen haben wir es im Alltag glücklicherweise seltener zu schaffen.

Nun können wir uns vor allen bereits benannten Keimen und Erregern im Alltag zwar nicht verstecken; wir sind Ihnen jedoch weder gänzlich schutzlos ausgeliefert, noch müssen wir beim ersten Anflug der ein oder anderen Erkältungssymptome gleich zur chemischen Keule greifen. Denn es gibt auch aus der Natur eine Vielzahl verschiedener Stoffe, die durchaus sehr effizient gegen die einzelnen Gruppen von Erregern wirken. Viele Kräuter und Pflanzen beispielsweise besitzen ausgefeilte Abwehrmechanismen und produzieren Stoffe, welche Bakterien töten oder zumindest deren Wachstum hemmen. Einige wenige entfalten Ihre Wirkung auch gegen Viren oder Pilze – Pflanzen



*Das flüssige Gold ... Wegen seiner osmotischen Wirkung verschließt es die Biene mit dünnen Wachsdeckeln.*

mit dieser Wirkkraft sind jedoch deutlich seltener vorzufinden.

Ein äußerst effektives und ausgefeiltes Abwehrsystem existiert beispielsweise in einem Bienenstock. Dort ist es auch dringend erforderlich, denn die Lebensbedingungen sind hier eine ganz besondere Herausforderung an die Hygiene im Bienenvolk. Denn hier herrscht im Kern eine Temperatur von rund 35 Grad bei einer tropischen Luftfeuchtigkeit von gut 75%. Wenn man nun bedenkt, dass sich dazu dann auf engstem Raum noch bis zu 100.000 Bienen in diesem Stock befinden, welcher zugleich auch noch die Brutaufzucht und Vorratskammer beherbergt, so wird einem schnell klar, dass diese Bedingungen der ideale Nährboden für Keime und Erreger sind. Folglich hat sich gerade die Biene im Laufe der Evolution mit ganz besonders effektiven Abwehrmechanismen gewappnet, um sich auch unter diesen erschwerten Voraussetzungen erfolgreich zu behaupten. Dies ist folglich der Grund dafür, warum nahezu alle Produkte aus dem Bienenvolk eine mehr oder weniger intensive, keimtötende Wirkung besitzen.

## HONIG

Der Energielieferant der Biene war ursprünglich einmal ein flüssiger Nektar mit extrem hohem Wassergehalt. Erst die ständige Aufarbeitung durch die Bienen macht aus dieser wässrigen Flüssigkeit – angereichert mit eigenen Fermenten & Enzymen unter ständigem Wasserentzug – nach mühsamer Arbeit das, was wir als das „flüssige Gold der Bienen“ kennen: den Honig. Diesen schätzen die Menschen bereits seit der Antike längst nicht nur als delikates Süßungsmittel. Denn „Honig ist tatsächlich mehr, als die Summe seiner Teile“, wie dies auch der Tübinger Philosoph Hegel völlig zurecht konstatierte. Er enthält nämlich nicht nur eine Vielzahl verschiedenster Zucker und Mehrfachzucker, sondern beinhaltet neben Vitaminen und Mineralstoffen auch diverse Enzyme; so zum Beispiel ein besonderes Bienenenzym, genannt Glukose-Oxidase. Dieses Enzym fördert die Bildung von Wasserstoff – welcher für Bakterien tödlich ist. Dazu kommt, dass echter, naturbelassener Bienenhonig mit seinem niedrigen Wassergehalt von nur rund 18% grundsätzlich eine



*Die gefürchtete Waffe der Bienen: Ihr Gift ist zugleich ein potentes Heilmittel.*

osmotische Wirkung besitzt. Dies bedeutet, dass er Fremdstoffe und Wasser in sich aufnimmt, welcher er der Umgebung entzieht. Damit dieser Vorgang unterbunden wird, soll ein Honig bekanntlicher Weise ja stets trocken und gut verschlossen gelagert werden. Die Biene selbst verschließt die Zellen der Honigwaben aus genau diesem Grund mit dünnen Wachsdeckeln, um ihn für den Winter haltbar zu machen. Bakterien wiederum können ohne Wasser nicht leben. Wenn Sie mit Honig in Verbindung kommen und er Ihnen diese Lebensgrundlage mit seiner osmotischen Wirkkraft entzieht, sind sie ebenfalls erledigt.

**Tipp: Ein täglicher Löffel besten Bienenhonigs ist also nicht nur ein köstlicher Energielieferant, sondern gleichzeitig eine Wohltat für Hals & Rachen.**

Geben Sie Ihrer Nasenspülung einen halben Löffel reinen Bienenhonigs zu und sie schmeckt nicht nur angenehmer, sondern unterstützt zusätzlich den reinigenden Effekt.

## PROPOLIS

Das Schutzharz der Biene ist die besonders effiziente Keimabwehr und damit der Hygienegarant des gesamten Bienenvolkes. Kostbare Blüten- & Knospentarze, mit denen etliche Pflanzen ihre Knospen & Triebe vor Pilzbefall und Käferfraß schützen, werden von den Bienen hierzu in mühevollster Arbeit gesammelt und mit eigenen Fermenten aufbereitet. Hinzu kommen noch die mikrofeinen Harz- & Wachstumshüllungen, welche die eiweißhal-

tigen Pollenkörner vor dem Verderben schützen und welche die Biene bei der Verfütterung an die kleinsten Larven vorab entfernt und auch diese in die Rezeptur der Propolis beimischt. Mit diesem klebrigen „Kittharz“ wird die Biene stets sämtliche Ritzen und zugige Stellen abdichten und sie vom Flugloch bis zum obersten Wabenkamm im gesamten Bienenstock ausbringen. Mühevollste Arbeit, die sich auszahlt: Denn trotz hoher Temperaturen und der enormen Luftfeuchtigkeit im Stock, bleibt es – dank der Propolis – im Bienenvolk steriler als im vorbildlichsten, chemisch gereinigten Krankenhaus. Denn das besondere Harz besitzt eine seltene Dreifach-Wirkung: Es bekämpft effizient Bakterien, aber auch selbst Viren und Pilze! Diese Schlagkraft sichert dem ganzen Stock spätestens dann das Überleben, wenn sich im Winter beispielsweise eine Maus verirrt hat und im Volk verendet. Dann hüllen die Bienen diese mit einer Ummantelung von Propolis ein, und dessen starke Wirkkraft verhindert, dass Bakterien und Pilze den kleinen Kadaver zersetzen können und mit den Fäulnisregnern gleichzeitig auch den Tod über das gesamte Bienenvolk bringen würden. Folglich trocknet dieser einfach nur aus – er dehydriert. Dieses erstaunliche Vorgehen hatten schon die alten Ägypter aufmerksam beobachtet, weshalb in der Balsamierung ihrer Mumien auch die Propolis der Bienen schon vor rund 5000 Jahren Verwendung findet.

Die gleichzeitige Wirkung gegen Bakterien, Viren und Pilze macht die Propolis damit zu einem perfekten Allround-Begleiter in der Erkältungszeit. Pur ver-

wendet desinfiziert sie nicht nur kleine Wunden und Verletzungen äußerlich, sondern haftet dank ihrer harzigen Eigenschaften auch ideal im Hals- & Rachenbereich, wo sie eine langanhaltend desinfizierende Wirkkraft entfaltet. In Honig eingerührt eingenommen, unterstützt sie auch innerlich unser gesamtes Immunsystem und ist eine Wohltat für unsere Atmungsorgane. Auch bei Herpesviren, Aphten und Lippenbläschen ist Propolis das Hausmittel erster Wahl.

**Tipp: Propolis kann bereits prophylaktisch in der Erkältungszeit eingenommen werden. Drei mal täglich 10 Tropfen Propolistinktur pur, oder in Honig eingerührt, langsam im Mund zergehen lassen.**

Das klebrige Schutzharz der Biene nach dem abendlichen Zähneputzen angewandt, haftet auch auf den feuchten Schleimhäuten und entfaltet seine Wirkung während dem Schlaf.

Achtung: Die Propolis-Lösung niemals in Wasser einnehmen – das Harz flockt am Glas aus. Achten Sie auch unbedingt auf beste Qualität vom Imker Ihres Vertrauens! Gute Propolis erkennen Sie an der bräunlichen Färbung – Wirkungslose Billigware aus Fernost erscheint fast schwarz.

## BIENENGIFT

Das Gift der Biene ist eigentlich zu deren Verteidigung als hochpotenter Abwehrmechanismus gedacht. Durch den Stich und die Injektion in den Feind verursacht er primär Schwellungen und Schmerzen und kann äußerst unangenehm sein. Aber das Gift der Biene ist gleichzeitig auch eine hochkomplexe Zusammensetzung feinstofflicher und hochaktiver Bestandteile, die in Ihrer Gesamtkomposition ebenfalls gegen Bakterien, Viren und Pilze wirksam ist. **Wichtig ist hierbei der Grundsatz: Die Dosis macht das Gift!** Wirkt eine hohe Dosis schlicht giftig, so kann eine niedrig eingesetzte Dosierung das Gift schnell in ein äußerst effektives Arzneimittel verwandeln.

Herausgeber des ENB-Einhefters & Redaktionsanschrift:

Europäischer Naturheilverband e. V.  
Christophallee 21  
D-75177 Pforzheim  
Peter Emmrich (Verantw.)

Redaktion: Andreas Jung  
Bildnachweis: Shutterstock, Wikipedia



*Die wohl bekanntesten Gifte sind:*

**Tollkirsche** (Belladonna) verwendet bei grippalen Infekten, Fieber, Erkältungskrankheiten, uvm.

**Herbstzeitlose** (Colchizin) verwendet bei Rheuma, Arthrose, Gelenkentzündungen, u. a.

**Bienengift** (Apitoxin) verwendet ebenfalls bei Rheuma, Arthrose, Gelenkentzündungen aber auch bei Schwellungen, Muskelschmerzen, Zerrungen, Lungen-Bronchialbeschwerden, uvm.

Das Gift der Bienen wird bereits seit der Antike von fast allen Völkern der Erde mit großem Erfolg für die Gesundheit der Menschen eingesetzt. Vorwiegend im asiatischen und osteuropäischen Raum wird es bis heute in der Volksmedizin verwendet. Neueste Studien erforschen die Aktivität der im Bienengift enthaltenen Melittine, welche in der Lage sind, die Schutzhüllen von Viren zu zerstören und von denen sich die Forschung zukünftige Erfolge bei der Verwendung im antiviralen Bereich verspricht. Die besonders gute Nachricht aus der Neuzeit: Für die Gewinnung des Bienengiftes müssen die fleißigen Tierchen längst nicht mehr sterben! Moderne Gerätschaften ermöglichen eine schonende „Ernte“ des Bienengiftes in kleinsten Mengen, bei der keine Biene zu Schaden kommt.

Der große Vorteil in der angenehmen und schmerzfreien Anwendung von Bienengift in Form von Cremes & Salben ist die feinstoffliche Tiefenwirkung des Bienengiftes. Es erreicht auch das

darunter liegende Gewebe, Knochen & Gelenke sowie auch unsere Atmungsorgane.

**Tipp: Eine Salbe mit Kräuterölen und Bienengift ist also nicht nur hervorragend bei rheumatischen Beschwerden, Muskel- & Gelenkentzündungen, sondern gleichzeitig auch eine Erkältungssalbe mit Tiefenwirkung. Sanft im Brustbereich einmassiert sind die ätherischen Öle nicht nur eine Wohltat für die Atemwege, sondern das enthaltene Bienengift unterstützt zusätzlich die darunter liegenden Organe wie Lunge & Bronchien.**

Die Biene hat sich also im Laufe der Evolution perfekt an Ihre erschwerten Lebensbedingungen angepasst und sich im Kampf gegen Bakterien, Viren und Pilze optimal gerüstet. Damit profitieren wir Menschen in besonderer Weise bei den Produkten aus dem Bienenstock von einer Quelle vielseitigster Erzeugnisse und deren weitem Spektrum breit gefächelter Anwendungsmöglichkeiten.



**Daniel Stecher,**  
Geschäftsleitung

Seit 1844 Inhaber-  
Familie der  
Traditionsimkerei  
Schlosswald-Bienengut®  
74420 Oberrot  
[www.Schlosswald-Bienengut.de](http://www.Schlosswald-Bienengut.de)