

Liebe Leserin,
lieber Leser,
verehrtes Mitglied,



Über die Heilkraft der Eberraute

Der wissenschaftliche Name der Eberraute ist *Artemisia abrotanum* L., und sie gehört botanisch gesehen zu der Familie der Korbblütler (Asteraceae). Sie ist bei uns in Deutschland heimisch, kommt aber in ganz Europa vor, und seit Jahrtausenden schätzt man ihre Heilkraft. Da die Eberraute reich an Bitterstoffen ist, die sehr wichtig für unsere Verdauung sind, wurde sie schon immer bei einem trägen Verdauungsapparat mit Völlegefühl, Blähungen, unregelmäßigen und wechselhaften Stühlen wie Verstopfung, breiigen Stühlen und Durchfall traditionell angewendet. Neben ihrer anregenden Wirkkraft auf den Magen-Darm-Trakt beinhaltet die Eberraute ebenso entzündungshemmende Stoffe, welche gerade in der heutigen Zeit wichtiger sind denn je.

Immer mehr Menschen tragen eine „stille Entzündung oder silent Inflammation“ in sich, ohne es zu wissen. Das Auffallende bei diesen Patienten ist eine erhöhte Blutsenkung von beispielsweise 22 / 35 (Normalwerte: 1. Stunde < 10 mm – 2. Stunde < 20 mm), und sie klagen über die verschiedensten chronischen Krankheitsbilder, welche man sich überhaupt vorstellen kann. Von A wie Asthma bis Z wie Zungenbrennen kann sich alles zeigen, und viele Fachärzte werden von den Patienten kontaktiert, doch die wahre Ursache einer Entzündung wird nicht diagnostiziert. Und dabei ist es so einfach. Früher machte jeder Hausarzt bei einer Routineuntersuchung eine Blutsenkung mit. Mittlerweile gilt sie als veraltet, doch fatalerweise deckt sie Dinge auf, die mit den etablierten Laborparametern wie Leukozyten (weiße Blutkörperchen), CRP (c-reaktive Protein) oder hsCRP (hochspezifische CRP) nicht erfasst werden.

Interessanterweise wurde im Rahmen einer Doktorarbeit an der Universität Köln an Eishockeyspielern ihre immunstimulierende Wirkung untersucht, und man erhielt signifikante Messergebnisse, die selbst Wissenschaftler weltweit haben aufhorchen lassen. Sowohl die natürlichen Killerzellen (NK-Zellen) als auch die zytotoxischen T-Lymphozyten (gehören zu den weißen Blutzellen) und bestimmte Fresszellen (Makrophagen) haben sich unter der Anwendung der Eberraute erheblich im Blut erhöht. Die Folge war eine verbesserte Abwehrlage und eine Verbesserung der zuvor deutlich erhöhten Blutsenkung. Gerade Menschen, welche immer wieder unter Erkältungen wie Schnupfen oder Bläschen am Mund durch Herpesviren leiden, hatten in kürzester Zeit eine beträchtliche Verbesserung ihres Immunsystems erzielt. Patienten, die therapiebedingt im Rahmen



Egal ob als Tee aufgebriht oder als Tinktur eingesetzt: Die Eberraute enthält wichtige Bitterstoffe, die für unseren Magen-Darm-Trakt wahre Wunder wirken.

einer Krebsbehandlung immunsupprimiert infolge einer Chemo- und / oder Strahlentherapie waren und sich ständig schlapp und abwehrgeschwächt fühlten, profitierten ebenso durch die Heilkraft der Eberraute.

Man kann sich die Eberraute als Tee zubereiten. Dazu wird ein gestrichener Teelöffel Eberrautenkraut, am besten aus dem Bio-Anbau, mit ca. 200 ml kochendem Wasser übergossen und 5 Minuten ziehen gelassen, abgeseiht und schlückchenweise genossen. Oder man erwirbt sich eine Eberrauten-Tinktur, von welcher man täglich 3 x 20 Tropfen vor dem Essen in Wasser einnimmt.

Im Praxisalltag hat sich die Eberraute bestens bewährt in Kombination mit der **Engelwurz** (*Angelica archangelica* L.) und der **Meisterwurz** (*Imperatoria ostruthium*). Botanisch gesehen gehören Engelwurz und Meisterwurz zu der Familie der Doldenblütler (Apiaceae) und beinhalten ebenso viele heilsame Bitterstoffe wie die Eberraute. Eine in Kreisen von Kräuterheilkundigen geltende Empfehlung ist es, über den Zeitraum von acht Wochen vor dem Frühstück von allen drei Heilpflanzentinkturen 30 Tropfen, am besten nüchtern, in etwas Wasser einzunehmen und die erwärmenden Effekte im eigenen Bauch zu spüren. Viele Patienten haben mit dieser einfachen und doch sehr erfolgreichen Maßnahme ihre oftmals über Monate, Jahre oder gar Jahrzehnte bestehenden Magen-Darm-Beschwerden während dieser Acht-Wochen-Kur restlos beseitigen können. Wer lieber Tee trinken möchte, der besorgt sich das Kraut von diesen drei Heilpflanzen und bereitet sich einen Sud zu. Am besten wirken die Heilpflanzen, wenn sie frisch auf dem Feld geerntet und gleich zum Tee zubereitet werden. Die Leber wird auf natürliche Weise aktiviert, Gallensaft zu bilden, und auch die Bauchspeicheldrüse wird angeregt, entsprechend mehr Saft auszuschütten, welcher für die Verdauung wichtig ist. Mitunter profitieren auch Patienten mit einer Zuckererkrankung (Diabetes mellitus Typ 2) von diesem Mix aus Bitterstoffen, um ihren trägen Stoffwechsel zu mobilisieren. Möge dieses alte Kräuterverwissen zum Wohle der Menschheit nicht verloren gehen.

Herzlichst
Ihr



Die Eberraute (lateinisch: *Artemisia abrotanum*) ist ein unscheinbares und doch wirkungsvolles Heilkraut.

Apilarnil – mehr Apitherapie geht nicht



Die drei Bienen-Wesen im Vergleich: Königin, Drohne, Arbeitsbiene.

Während bei uns Insekten und deren But verschmäht wird, gelten sie in anderen Kulturen als Leckerbissen. Diese Erfahrung machte **Nicolae Iliesiu**, der Erfinder von Apilarnil. Als die Varroamilbe in den späten 70er Jahren in Rumänien die Bienenbestände dezimierte, wurde dort als eine Abwehrmaßnahme die Entfernung der Drohnenwaben mit den Milben zusammen eingeführt. Als sparsamer Imker fütterte Nikolai Iliesiu seine Hühner mit den entnommenen Rähmchen. Die jungen Küken stürzten sich mit Begeisterung auf die Drohnen und entwickelten sich besonders gut und schnell. Sein Forschergeist war geweckt, und er untersuchte das Phänomen. Das führte zur Erfindung von Apilarnil. Völlig außergewöhnlich für die Zeit des kalten Krieges wurde diese durch eine internationale Patentanmeldung geschützt. Es galt als das grüne Viagra und war unter der Nomenklatura sehr beliebt und knapp. Nikolai Iliesiu unternahm umfangreiche Forschungen und Studien. Vor allem das Problem des grassierenden Alkoholismus wurde gut untersucht. Auf der Apimondia in Istanbul 2017 wurden neuere türkische Forschungen dazu vorgestellt.

Unter Apilarnil verstehen wir heute die Drohnenbrut bis zu einem bestimmten Entwicklungsstadium. Das Standardmaterial ist lyophilisiert, also gefriergetrocknet. Gewonnen wird es durch das Auspressen der Larven.

Die ältere Brut kann man wie Shrimps verarbeiten und anrichten. Die bereits verpuppten Drohnen eignen sich wegen des guten Kau-

und Mundgefühls hervorragend für Feinschmeckermenus. In Finnland werden davon größere Mengen für Gourmet-Restaurants produziert.

Der Presssaft vom Apilarnil lässt sich sehr gut in vielerlei Rezepturen einsetzen. Er bindet gut und hat eine angenehme nussige Note. Im Gegensatz zu Honig ist der Presssaft allerdings sehr empfindlich und muss unter absolut hygienischen Bedingungen hergestellt werden. Wer hier nicht höchst penibel und zügig ar-

beitet, könnte sich schnell eine Lebensmittelvergiftung einhandeln. Auch das Einfrieren in haushaltsüblichen Gefrierschränken ist nicht rasch und kalt genug möglich.

Für die Apitherapie und deren Anwendung in der Praxis ist es daher sinnvoll, das Apilarnil als hochwertigstes, gefriergetrocknetes ApiDrohn®-Pulver* (*geschützte Marke Apizentrum Ruhr) zu verwenden. Dahinter steckt die umfangreiche Erfahrung von über einem Jahrzehnt. Dieses professionell hergestellte Pulver lässt sich gut in Honig einrühren und ist wie Astronautennahrung viele Jahre haltbar, wenn es trocken, kühl und dunkel gelagert wird.

Die Wirkungen von Apilarnil/ ApiDrohn® beruhen auf drei Effekten:

1. Zusammensetzung der Nährstoffe
2. Hormonelle Wirkung
3. Immunologische Wirkung

Entgegen der landläufigen Beschreibung, es handele sich um „eiweißreiche“ Kost, ist die Zusammensetzung von Apilarnil sehr ausgewogen. Es ist auf das Entstehen des neuen Organismus ausgerichtet. Und der besteht nun mal nicht nur aus Eiweiß. Es sind alle Aminosäuren, auch die essenziellen und eine Reihe von Peptiden vorhanden. Zusätzlich sind Energiereserven für den neuen Organismus und andere Bausteine, wie sie für die Zellen und Organellen benötigt werden, existent. Dies ist eine große Menge von Lipiden für Zellmembrane und Zucker für die DNA-Synthese.

Die genaue Analyse findet auch Hormone und Substanzen, die die Hormonbildung anregen. Sie steuern die Entwicklung der Drohne. Da Hormone generell in der Natur vorkommen, wirken sie auch auf den Menschen. So kann sich in so kurzer Zeit ein komplexes männliches Wesen entwickeln. Die Zellteilungs- und



Drohnenlarven: In vielen Ländern der Welt wird diese eiweißreiche Kost als Delikatesse sehr geschätzt.

Wachstumsraten auf den Menschen hochgerechnet wären beeindruckend. Der Stoffumsatz ist vergleichbar der Königin, wenn sie Eier legt. Die Hormongehalte sind etwa 10-mal höher als im Gelee Royale. Es sind männliche und weibliche Hormone vorhanden. Dies ist nicht überraschend, denn auch bei uns Menschen kommen sowohl männliche wie auch weibliche Hormone vor. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) erklärt das gut mit Wandlungsphasen bzw. Ying und Yang. Sie liegen eng neben einander, gehen ineinander über und sind miteinander verquickt. Die heilsame Wirkung beim Menschen ist der hormonelle Anschlag in verschiedenen Lebensphasen für beide Geschlechter und auch für Kinder.

Larven sind durch ihre Larvenhaut gut geschützt. Es ist eine Art Schutzschirm, der sich im Laufe der Evolution gebildet hat und die Larve vor vielerlei Angriffen von Bakterien und Viren schützt. Man kann das gut erklären, wenn man sich verdeutlicht, dass Insekten beispielsweise in ihrem Madenzustand im Boden für viele Monate überdauern können. Der sie umgebende Boden enthält reichlich Bakterien. Trotzdem können die Bakterien der Larve nichts anhaben. Diese Hülle ist als ein eigenes, eigenständiges Immunsystem anzusehen. Die Mechanismen und Signalproteine können offenbar unser menschliches Immunsystem aktivieren.

Aus diesen drei Säulen erklären sich die vielen Anwendungen von Apilarnil.

Leistungssteigerung und Stimmungsaufhellung: Ganz ähnlich, wie bei Gelee Royale, sind immungeschwächte und langjährig kranke Personen oft depressiv. Sie sind antriebschwach, melancholisch niedergeschlagen und chronisch müde. Die medizinische Ursachensuche fokussiert sich konventionell schnell auf diese vordergründigen Phänomene. Viele Patienten sind frustriert, weil sich die Ursachensuche damit erschöpft. Der ganzheitliche Ansatz von Apilarnil steigert die Leistung, stimuliert das Immunsystem und damit auch parallel die Befindlichkeit.

Bei **chronischen Nervenleiden und Gedächtnisproblemen** profitiert man von den Nerventransmittern, wie zum Beispiel dem Cholin.

Entwicklungsstörungen bei Kindern, wie Bettnässen und andere Erkrankungen, wie Epilepsie und Mukoviszidose lassen sich durch Apilarnil gut in Schach halten. Wird Apilarnil abgesetzt, setzen nach einiger Zeit die epileptischen Anfälle wieder ein.

Eine sehr große Anwendung ist die Milderung von **Wechseljahresbeschwerden**, wie zum Beispiel Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen und Gewichtszunahme. Bei jüngeren Frauen stehen Zyklusprobleme, PMS Fehlgeburt, Probleme beim Stillen im Vordergrund, wie auch die Entzündung der Geschlechtsorgane. Optimal kommt dabei Apilarnil in Kombination mit Gelee Royale und Pollen, wie in ApiClimax® zur Geltung.



Zur Leistungssteigerung beim Sport: Api-Drohn® enthält eine auf natürliche Weise perfekte Zusammensetzung für den Leistungssport.

Was heute seltener anzutreffen ist, ist klassische Mangelernährung, die durch Apilarnil gut in den Griff zu bekommen ist. Aktuell sind heute öfters **Fehlernährung** durch aggressive Diäten, Pubertätsstörungen oder Anorexie zu finden. Hier spielt der optimale Nährstoffmix von ApiDrohn® eine wichtige Rolle. Daneben ist wieder die aktivierende Komponente des Apilarnil wichtig, die die psychische Ebene durch eine stabilere Physiologie wirkungsvoll unterstützt. Die geringen benötigten Mengen suggerieren den an Anorexie leidenden Patienten eine „geringe Kalorienzahl“, was die Akzeptanz deutlich steigert. Übrigens eignet sich Apilarnil auch sehr gut beim **Abnehmen** als Supplement. So entstehen trotz Gewichtsreduktion keine Lücken bei wichtigen Vitalstoffen. Ob Apilarnil, wie von Gelee Royale bekannt, das Sättigungshormon Leptin aktiviert, ist noch nicht untersucht.

Klassisch galt Apilarnil in den Zeiten des Sozialismus als das „**grüne Viagra**“. Es war bei der dem Alkohol und dem Feiern zugetanen Nomenklatura sehr beliebt und wurde eigentlich nur unter dem Ladentisch verteilt und nicht verkauft. Für den Aufbau der Wirkung braucht es etwas Geduld. Er liegt im Bereich von mindestens zehn Tagen bis zwei Wochen bis sich allmählich eine Wirkung einstellt. Dies ist anders wie bei modernen blauen Pillen, die innerhalb von 30 Minuten wirken. In der Naturheilkunde wird generell eine längere Einnahme von einigen Wochen vorausgesetzt. Dafür gibt es keine schädlichen Nebenwirkungen bei dieser Behandlung von Impotenz und Erektionsproblemen. Sie hat auch den Vorteil, dass die Qualität und die Beweglichkeit von Spermien positiv beeinflusst wird. Die Spermienbildung benötigt beim Mann etwa 64 Tage. Dies ist zu berücksichtigen.



Nicht erfüllter Kinderwunsch? In der Praxis zeigt sich auffällig häufig, dass Bienenprodukte wie Gelee-Royale oder Apilarnil die Fruchtbarkeit erheblich steigern.

sichtigen, wenn man auf Verbesserungen wartet. Grundlegende Erfolge ergeben sich nur in einem Vielfachen dieser Zeitspanne. Apilarnil ist optimal für Paare mit unerfülltem Kinderwunsch, da hier rein auf natürlichem Wege die Fruchtbarkeit, sowohl beim Mann wie bei der Frau gesteigert wird. Unsere Erfahrungen haben gezeigt, dass es besonders wirkungsvoll in Kombination mit Gelee Royale eingesetzt wird. Am besten ist die Wirkung, wenn es bei beiden Partnern angewandt wird. Das steigert die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft stärker, als wenn man sich nur auf einen, den vermeintlichen schwächeren Partner, fokussiert.

Eine klassische Anwendung, die schon im Sozialismus sehr stark beforscht worden ist, sind **Alkoholprobleme, Entzündungen im Verdauungsbereich, Magengeschwüre** und damit verbunden Diabetes und Fettsucht. Apilarnil wirkt entlastend auf die Entgiftungssysteme, wie Leber und Niere. Dies bewirkt der optimale Mix von Nährstoffen, die nicht mehr in der Leber umgebaut werden müssen.

Ein bisher sehr verkannter Bereich ist der Sport. Sowohl beim **Ausdauersport** wie auch beim **Kraftsport** regt Apilarnil die Leistung sehr stark an. Selbstverständlich muss hier parallel eine entsprechende Wettkampfvorbereitung stattfinden. Unserer Erfahrung nach ist die Leistungssteigerung, ähnlich wie bei Gelee Royale, nach etwa zwei Wochen Einnahme spürbar.

Fehlt während oder nach einer **Krebstherapie** die Vitalität und der Antrieb, hilft ApiDrohn®. Es empfiehlt sich, durch Apilarnil die Krebstherapie zu unterstützen. Wie bei anderen Bienenprodukten schon wissenschaftlich nachgewiesen werden konnte, gibt es Synergien. Das bedeutet, dass der Krebs schneller verschwindet und der Körper nicht so angegriffen wird.

Die aktuelle Forschung aus der Türkei weist in eine ganz neue Richtung: Hier wurde an Mauszellen und auch im Tierversuch Apilarnil gegen Sepsis erfolgreich eingesetzt. Dies ist der Zustand, der sich bei Schwerverletzten oder Schwerkranken als „**Multioorganversagen**“ einstellt. In den entsprechenden Versuchen überlebten die mit Apilarnil versorgten Mäuse die sonst tödlichen Syndrome. Dies sollte uns den Hinweis geben, dass Apilarnil vor schweren Operationen oder für Schwerverletzte eine hervorragende unterstützende Maßnahme ist, um das Immunsystem entsprechend zu stärken.

Allgemein wird ApiDrohn® in Kuren mit bis zu 20 g pro Tag empfohlen, wie zum Beispiel in der aktiven Wettkampfphase von Leistungs-



Gerade bei zahlreichen Krankheiten der Atemwege sind Bienenprodukte wie Propolis und Api-Drohn® vorbeugend und im Akut-Fall eine hervorragende Unterstützung für das menschliche Immunsystem!

sportlern. Für die meisten Anwendungen reicht etwa 1 g am Tag ApiDrohn® aus. Dazu gehören Unterstützung einer Strahlen- oder Chemotherapie, Epilepsie, Leberprobleme und Diabetes Typ 2. Das entspricht je nach Körpergewicht ein oder zwei Kapseln morgens und mittags. Abends und am Nachmittag sollte ApiDrohn® wegen seiner aktivierenden Wirkung nicht genommen werden. Dies könnte den Schlaf stören, ähnlich wie bei Gelee Royale. Bei Kinderwunsch nimmt die Frau zusätzlich zum ApiDrohn® die doppelte Menge Gelee Royale und der Mann etwa die Hälfte. Bei Wechseljahrsbeschwerden oder Zyklusproblemen werden ebenfalls ein bis zwei Kapseln ApiClimax® jeweils morgens und mittags empfohlen.

Je nach Art einer Diät mit dem Ziel der Gewichtsreduktion empfiehlt es sich, über die Menge von 1 g pro Tag hinauszugehen.

Wie auch bei den anderen Bienenprodukten gibt es keine Gewöhnung bei einer dauerhaften Einnahme. ApiDrohn® kann über lange Zeit ohne Schaden eingenommen werden. Der Körper regeneriert sich permanent. Stehen ihm gute Bausteine zur Verfügung, ist diese Regeneration wesentlich besser. Mit anderen Worten: Der Körper bleibt jünger, selbst bei großer Belastung. Dies ist übrigens anhand der längeren Telomere in den Genen von Imkern wissenschaftlich bestätigt.

Zusammensetzung ApiDrohn® (gefriergetrocknet)

- ▶ ca. 40 % Proteine und Aminosäuren
- ▶ ca. 25 % Zucker: Glucose, Fructose, Furanose, Maltose, Trehalose, Isomaltose
- ▶ ca. 25 % Lipide darunter viele mehrfach ungesättigte Fettsäuren
- ▶ Mineralstoffe/Spurenelemente: Ca, P, Zn, Mn, Fe, Cu, K, Mg
- ▶ Vitamine A, β-Carotin, B1, B2, B3, B6, E
- ▶ Cholin, Poliphenole, Q10-α-Tocopherol
- ▶ Testosteron, Progesteron, Prolactin, Estradiol

Apilarnil wirkt unterstützend bei

- ▶ Depressionen, Melancholie, Nervenschwäche
- ▶ Müdigkeit, Nervosität, Antriebschwäche (Chemotherapie!!)
- ▶ Chronische Nervenleiden, Gedächtnisproblemen
- ▶ Epilepsie, Bettnässen, Mukoviszidose
- ▶ Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Gewichtszunahme
- ▶ Zyklusstörungen, PMS, Fehlgeburt, Stillproblemen, Unfruchtbarkeit
- ▶ Kraftlosigkeit durch Überlastung, psychischen Problemen
- ▶ Pubertätsstörungen, Anorexie, Mangelernährung
- ▶ Impotenz, Erektionsproblemen („biologisches Viagra“)
- ▶ Verbesserung des Spermatogramms (Beweglichkeit und Anzahl)
- ▶ Diabetes Typ 2, Gicht, Magengeschwüren und Leberentzündungen
- ▶ Sport (Ausdauer- oder Kraftsport)

Am besten in Kombination mit anderen Bienenprodukten wie Gelee Royale und Propolis.



Dr. Thomas Gloger
Vorstand
Api-Zentrum e.V

Api-Zentrum Ruhr
www.Api-Zentrum-Ruhr.de
Seminare & Schulungen international,
verschiedene internationale Kongresse.

Herausgeber des ENB-Einhefters & Redaktionsanschrift:
Europäischer Naturheilverband e. V.
Christophallee 21
D-75177 Pforzheim
Peter Emmrich (Verantw.)
Redaktion: Andreas Jung
Bildnachweise: Shutterstock