

# Bijen producten

De tweede aflevering in deze rubriek, verzorgd door het Bijkersgilde. Naast honing komt er meer goud uit de bijenkast. Neem bijvoorbeeld propolis, het geelbruine goud. Is dit een lastig goedje of een heilzaam middel? Oordeel zelf.

# 2

# Propolis, een last of een lust?

Tekst Annemieke Timmerman

Foto Peter Elshout

## Betekenis van het woord

Propolis is een lijmachtige substantie, gemaakt door honingbijen uit knoppen, sap van planten en bomen (meestal hars), en andere botanische bronnen en is vaak voor een klein deel gemengd met was. Dat pro 'voor' betekent en polis 'stad' is de meesten wel bekend. Propolis beschermt de stad (de bijenstaat) tegen invloeden van buitenaf. Minder algemeen is de interpretatie van 'voor de bouw': het plakkerige spul versterkt de wasbouw van de bijen. Het is een hulpmiddel bij de cellenbouw; zonder propolis is de was zwak en bros. Tot zover kunnen de imkers het aardig eens worden, maar dan lopen de meningen uiteen. De ene imker is het liever kwijt dan rijk en houdt graag volken waar de propolis-haaldrift uit geteeld is. De andere imker weet niet hoe de bijen zover te krijgen om maar vooral veel propolis aan te maken, want de substantie is prima te oogsten en te gebruiken. Hoe dan ook: propolis is een bijzonder bijenproduct, waar nog lang niet iedereen voldoende vanaf weet.

## Oeroude ervaring en wetenschappelijk onderzoek

Egyptenaren, Inca's en ook sjamanen en natuurgenezers gebruikten ver voor onze jaartelling al propolis. De traditionele kennis over propolis is echter helaas niet overal ononderbroken doorgegeven. Centra voor volksgeneeskunde en alternatieve geneeswijzen vind je nu onder meer

in landen als Roemenië, Rusland, Polen en Duitsland. In Nederland hebben met name Marieke Mutsaers en Elbert Hogendoorn, beiden recentelijk overleden, zich met propolis beziggehouden. Er zijn in Nederland ook andere sectoren geïnteresseerd. Zo heeft chemicus Annette van der Knaap op de afgelopen NBV-studiedagen haar bevindingen over de variatie van propolis van verschillende geografische herkomst met ons gedeeld. Een andere bekende op het gebied van propolis is medicus Wiebe Braam, die in zijn boek 'De geneeskraft van propolis' samenstelling, werking en toepassingen van propolis beschrijft. Uit onderzoek is duidelijk geworden dat de verschillende bestanddelen van propolis niet uitsluitend afzonderlijk werkzaam zijn, maar vaak elkaars werking versterken.

## Wettelijke bepalingen en allergie

Nuchtere Nederlanders zijn alert zodra het gaat over onze gezondheid: is aanprijzing van de geneeskrachtige werking van propolis geen kwakzalverij? Inderdaad voor bepaalde voedings- en gezondheidsclaims zijn er Europese regels die bepalend zijn voor het gebruik en voor het verkopen van geneesmiddelen is een handelsvergunning nodig. De Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit is hier vorig jaar strenger op geworden en heeft in diverse sectoren boetes uitgedeeld voor overtreding van de Geneesmiddelenwet.

Een waarschuwing van andere aard betreft de mogelijkheid dat iemand allergisch is voor propolis, hetgeen zich kan uiten van rode vlekken tot ernstige allergische reacties. Naar schatting 1 op de 2000 personen is allergisch. Dat zou betekenen dat er onder de imkers in Nederland zo'n vijf zijn die reageren op propolis. Omdat dit er in werkelijkheid meer zijn, is aannemelijk dat de overgevoeligheid voor propolis zich ook met de jaren kan opbouwen. De medische faculteit in Groningen doet momenteel onderzoek naar propolisallergie.

## Propolis in de bijenkast

De bijen passen propolis op velerlei wijze toe. Zo gebruiken ze propolis om de binnenkant van de kast glad te maken en te verzachten. Vooral desinfecteren is een bekende toepassing: lakken van broedcellen, conserveren van stuifmeel, afdekken van vervuiling en inkapselen van lijken. Verder brengen ze een laagje propolis op de vliegplank aan om de pootjes bij binnenkomst te desinfecteren. Bij de bouw gebruiken bijen ook propolis ter versterking van de aanhechting van de raat aan de bovenlat, ter versteviging van de raat zelf en gemengd met was voor het afdekken van gesloten broed. Bijen verdragen geen trillende kastonderdelen en zetten die dan vast met propolis. Ook gebruiken ze het om de ramen en latten te versterken en om kieren, gaten en scheuren dicht te maken tegen vocht en tocht.

Tenslotte gebruiken bijen propolis om het vlieggat te verkleinen om indringers te weren en voor een betere regulering van temperatuur.

Om propolis te kunnen oogsten kun je gebruik maken van de natuurlijke haaldrang van de bijen. Met speciale propolismatten kan de oogst flink oplopen. Ook de soort bijen maakt uit: *Apis caucasica* staat bekend om haar grote verzamelijver tot wel 2 kg per volk per seizoen. Veel minder halen *Apis mellifera ligustica* en *Apis mellifera carnica* (slechts 50-100 gram) en de Buckfastbij (bijna niets).

Iedere imker moet voor zichzelf maar uitmaken of de nadelen bij het imkeren opwegen tegen de voordelen voor de bijen. Je kunt je bijen makkelijk helpen door de propolis gewoon te laten zitten. Heb je het toch weggehaald, gebruik het dan opnieuw: houten kasten kun je goed flamberen met een oplossing van propolis in spiritus of bio-ethanol. Houten- en ook kunststofkasten kun je aan de binnenzijde wassen of beitsen

met een oplossing van sodawater met propolis. De bijen lijken deze bewerkingen wel te waarderen.

### Gebruik van propolis door de mens

Ruwe propolis uit de bijenkast is al na visuele zuivering te gebruiken. Een eenvoudige bewerking is het malen van ruwe propolis, waardoor je er meer vuiltjes en wasdeeltjes uit kunt zeven. Je kunt de propolis nog zuiverder krijgen door het na oplossen in (medicinale) alcohol te filtreren, waardoor tinctuur ontstaat. De tinctuur wordt vaak als ingrediënt toegevoegd aan een water- of vetoplosbare basis als honing, olie of vet. Er zijn vele recepten te vinden met propolis in de hoofdrol: als wondpasta bij boomchirurgie, opgelost in spiritus of met bijtende soda voor behandeling van imkermateriaal, in boenwas, houtcoating of beits (denk ook aan bewerking van muziekinstrumenten). Voor medisch gebruik (uitwendig en inwendig) zijn er pleisters, verbanden, zalven, tabletten en tincturen of sprays.

Het is makkelijk om een eenvoudige tinctuur te bereiden, maar er is kundigheid nodig voor het filtreren en concentreren. Door kennis en ervaring over propolis te bundelen probeert het Bijkersgilde ook dit vakmanschap in Nederland verder te ontwikkelen. ●

### Meer informatie

- Stichting Bijkersgilde, 'Apitherapie':
- [www.bijkersgilde.nl/publicaties](http://www.bijkersgilde.nl/publicaties)
- <http://library.wur.nl/ojs/index.php/bijenhouden/article/view/8430/7933>
- <http://bijenclub.com/imker-kennisbank/propolis/>
- [http://journeytoforever.org/farm\\_library/AD42.pdf](http://journeytoforever.org/farm_library/AD42.pdf)
- [www.fao.org/docrep/w0076e/w0076e00.htm](http://www.fao.org/docrep/w0076e/w0076e00.htm)
- <http://edepot.wur.nl/133658>
- [www.pentahof.nl/Brochures/boeken/De%20Geneeskraft%20van%20bijen%20Boek.pdf](http://www.pentahof.nl/Brochures/boeken/De%20Geneeskraft%20van%20bijen%20Boek.pdf)
- [www.ntvg.nl/artikelen/propolis-allergie/volledig](http://www.ntvg.nl/artikelen/propolis-allergie/volledig)
- <https://propolis.nl/informatie-propolis/>
- <http://bijenclub.com/propolis/propoliszalf-maken/>

