

Propolistinktur - Die Kraft der Bienen in fluessiger Form

Propolis, auch 'Kittharz' genannt, ist das natürliche Schutzmittel der Bienen gegen Keime, Pilze und Bakterien im Bienenstock. Seit Jahrhunderten schätzt der Mensch diese Substanz wegen ihrer antibakteriellen, antiviralen und entzündungshemmenden Eigenschaften.

Eine Tinktur daraus ist einfach herzustellen und vielseitig anwendbar - ein kleines Wunderfläschchen für deine natürliche Hausapotheke!

Wofür kann man Propolistinktur verwenden?

- Zur Stärkung des Immunsystems - ein paar Tropfen in Wasser oder Tee
- Bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum - als Gurgellösung oder direkt auftragen
- Zur äußerlichen Wundbehandlung - bei Insektenstichen, kleinen Schnittwunden oder Hautunreinheiten
- Bei Herpes, Zahnfleischproblemen oder Hautpilz
- Zur Desinfektion - ein natürliches Mittel ganz ohne Chemie

Zutaten für die Propolistinktur:

- 30 g gereinigtes Propolis (aus der Imkerei oder Apotheke)
- 100 ml hochprozentiger Alkohol (mind. 70 %, am besten Weingeist oder Korn)
- Dunkles Schraubglas
- Kaffeefilter oder Mulltuch
- Braune Tropfflasche zur Aufbewahrung

Schritt-für-Schritt Anleitung zur Herstellung:

1. Propolis zerkleinern: Falls du ein größeres Stück Propolis hast, zerkleinere es so fein wie möglich.
2. Glas befüllen: Gib das Propolis in ein sauberes, dunkles Schraubglas und gieße den Alkohol darüber. Gut umrühren.
3. Ziehzeit: Stelle das Glas für 2-4 Wochen an einen dunklen, kühlen Ort. Einmal täglich schütteln.
4. Abseihen: Nach der Ziehzeit durch ein feines Sieb oder Filterpapier abseihen.
5. Abfüllen: Die fertige Tinktur in eine dunkle Tropfflasche füllen. Kühl und lichtgeschützt lagern.

Anwendung & Dosierung:

- Innerlich zur Immunstärkung: 5-10 Tropfen in Wasser oder Tee, 1-3x täglich

- Gurgellösung: 10 Tropfen in ein halbes Glas Wasser
- Äußerlich auf die Haut: Ein paar Tropfen direkt auf die betroffene Stelle
- Bei Insektenstichen oder Herpes: Wattestäbchen mit Tinktur betupfen

Achtung: Propolis kann allergische Reaktionen auslösen - bei Unsicherheit erst klein testen!