

# Heilen mit Honig

Seit Urzeiten wird das „Gold der Bienen“ genutzt, um Krankheiten zu kurieren. Doch nicht alle Therapien sind wissenschaftlich nachvollziehbar. Wann Honig helfen kann – und wann es besser ist, die Finger davon zu lassen? Hier kommen die Fakten.







**D**ie Wundheilung fördern, die Abwehrkräfte stärken, Husten lindern, womöglich sogar der Potenz auf die Sprünge helfen: Dem Naturprodukt Honig werden zahlreiche heilsame Wirkungen zugeschrieben. Und das nicht erst in jüngster Zeit: Bereits im alten Ägypten gelangte Honig aufgrund seiner wundreinigenden Wirkung zu medizinischem Ruhm. Auch der griechische Arzt Hippokrates von Kos, Begründer der Medizin als Wissenschaft, verordnete

ihm schon 400 v. Chr. als Mittel zur Fiebersenkung, gegen eitrige Wunden und Geschwüre. In der Wundheilung spielte das „Gold aus dem Bienenstock“ jahrhundertlang eine Hauptrolle – und erlebt in jüngster Zeit ein medizinisches Comeback. Die Forschung über therapeutische Einsatzmöglichkeiten von Honig und anderen Bienenprodukten, zu denen unter anderem Gelée royale, Pollen und Propolis gehören, läuft seit Jahren international auf Hochtouren und hat gezeigt: Viele heilsame Wirkungen des Honigs, die schon unsere Vorfahren kannten, konnten in Studien bestätigt werden, andere erwiesen sich hingegen als haltlos – und können wissenschaftlich betrachtet getrost ins Reich

der Waffe“ zu bezeichnen, doch ist er bei manchen Indikationen zweifellos von gesundheitlichem Nutzen und kann – sinnvoll eingesetzt – eine Reihe medizinischer Behandlungen sinnvoll ergänzen und klassische Therapien gelegentlich vermutlich sogar ersetzen.

**Süßer Genuss** Natürlich: In erster Linie handelt es sich bei Honig nicht etwa um ein potentes Naturheilmittel, sondern um ein schmackhaftes Lebensmittel, das auf dem Frühstücksbrötchen, im Tee

Zucker – insbesondere Fructose und Glucose – besteht und dem Gaumen deshalb mit seiner intensiven Süße schmeichelt. Neben Frucht- und Traubenzucker sind unter anderem auch Saccharose, Maltose und Melezitose im Honig enthalten, darüber hinaus Enzyme wie Invertase, Diastase und Glucoseoxidase. Letztgenannte oxidiert Glucose zu Wasserstoffperoxid und Gluconsäure und sorgt dadurch dafür, dass Honig einen schwach sauren pH-Wert von 3,5 bis 5,5 bekommt. Wasserstoffperoxid verfügt über keim-

## Ist Honig ein Saft, der Wunder schafft? Sicherlich nicht, aber einige belegbare Wirkungen hat er durchaus.

und auf dem Eis, aber auch in Salaten, Saucen, Smoothies und Co. Hochgenuss verspricht. Dass Honig unseren Geschmack trifft, liegt daran, dass er zu etwa 80 Prozent aus

hemmende und keimtötende Eigenschaften. Aminosäuren wie Prolin, Glutaminsäure und Lysin stecken ebenso im Bienenhonig wie weitere organische Säuren (z. B. Ameisen- und Zitronensäure), die Einfluss auf den Geschmack und das Aroma haben. Besonders reich ist Honig an Duft- und Aromastoffen – circa 120 dieser Substanzen wurden nachgewiesen. Zudem liefert das Naturprodukt eine Vielzahl von Vitaminen und Mineralstoffen, allerdings in recht kleinen Mengen – zu gering, um behaupten zu können, Honig würde einen nennenswerten Beitrag zur täglichen Versorgung mit diesen Vitalstoffen leisten. Der nach Zucker mengenmäßig zweitbedeutendste Honiginhaltsstoff ist Wasser – der durchschnittliche Wassergehalt beträgt 15 bis 20 Prozent, Heidehonig darf bis zu 23 Prozent Wasser enthalten. Insgesamt steckt im

der Märchen verbannt werden. Das Zeug zum „Universalheilmittel“ hat Honig sicherlich nicht und wissenschaftlich nicht gerechtfertigt wäre es, ihn als „medizinische Wun-

der Waffe“ zu bezeichnen, doch ist er bei manchen Indikationen zweifellos von gesundheitlichem Nutzen und kann – sinnvoll eingesetzt – eine Reihe medizinischer Behandlungen sinnvoll ergänzen und klassische Therapien gelegentlich vermutlich sogar ersetzen.

### ZUM WEITERLESEN

Apitherapie nach wissenschaftlichen Kriterien bewertet – der Untertitel der 3. aktualisierten und erweiterten Auflage des Buches „Bienenprodukte in der Medizin“ (Shaker Verlag, 2018, € 24,80) ist Programm: Das informative, sachlich-fundierte, auch für das Apothekenteam interessante Werk gibt einen objektiven Überblick über den medizinischen Stellenwert von Bienenprodukten auf der Basis wissenschaftlicher Untersuchungen. In der Neuauflage wurden zahlreiche neue Studien berücksichtigt, die in den letzten Jahren veröffentlicht wurden.

Die Autoren sind nicht nur Wissenschaftler, sondern auch kompetente Bienenexperten: Professor Dr. Karsten Münstedt, Chefarzt am Ortenau Klinikum Offenburg, hat Studien zu Bienenprodukten durchgeführt und die Apitherapie analysiert. Der praktizierende Tierarzt Dr. Sven Hoffmann ist Hobbyimker und Bienenfachverständiger.



Honig eine beachtliche Anzahl von circa 200 verschiedenen Inhaltsstoffen, sehr viele davon sind allerdings lediglich in Spuren zu finden.

Die Farbe des Honigs reicht von nahezu farblos bis dunkelbraun, er kann von flüssiger, dickflüssiger oder kristalliner Beschaffenheit sein. Die Unterschiede in Geschmack und Aroma werden von der jeweiligen botanischen Herkunft der nektarliefernden Pflanzen bestimmt. Grundsätzlich unterscheidet man zwei wesentliche Honigarten: Blütenhonige aus dem Nektar blühender Pflanzen und Honigtauhonige aus Ausscheidungen von Insekten wie Blattläusen. Blütenhonige wie zum Beispiel Akazienhonig (Robinienhonig), Lavendelblüten- und Rapshonig, zeichnen sich durch einen eher milden Geschmack aus. Honigtauhonig mit seiner charakteristisch-würzigen Note wird auch Blatt- oder Waldhonig genannt. Grundsätzlich stammen die Rohstoffe für Honig immer von Pflanzen, auch wenn sie bei Honigtauhonig den Umweg über andere Insekten nehmen.

**Für Babys tabu** Wichtig zu wissen: Kinder unter einem Jahr dürfen grundsätzlich keinen Honig bekommen. Denn das Naturprodukt kann Sporen des Bakteriums Clostridium botulinum enthalten. Bei den Allerkleinsten, deren Darmflora noch nicht ausgereift ist, können die Sporen keimen, sich im Darm ausbreiten und das gefährliche Bakteriengift Botulinum produzieren. Es kann schlimmstenfalls zu einer Lähmung der Atemmuskulatur und damit zum Tod führen. Experten sprechen von Säuglingsbotulismus. Vor diesem Hintergrund versteht sich von selbst, warum Säuglingstee nicht mit Honig gesüßt und weder Schnuller noch Brustwarzen

stillender Mütter mit Honig bestrichen werden dürfen.

**Fleißig wie die Bienen** Für ein Kilogramm Honig müssen die fleißigen Bienen eine Wegstrecke zurücklegen, die dem Mehrfachen des Erdumfangs entspricht. Auf der Suche nach Nektar fliegt eine Biene so lange dieselbe Blütenart an, wie der Vorrat reicht – sodass letztlich ein mehr oder weniger sortenreiner Honig entsteht. Mit ihren Rüsseln saugen die Insekten den zuckerhaltigen Saft auf und speichern ihn in ihrem Honigmagen (Honigblase), wo er mit Enzymen angereichert wird. Im Bienenstock angekommen, würgt die Arbeiterin den Nektar wieder heraus und leitet den süßen Saft an ihre Kolleginnen weiter. Die Aufgabe der Stockbienen besteht darin, den Nektar – durch Anreicherung mit weiteren Enzymen und Entzug von Wasser – einzudicken und in leere Wabenzellen einzufüllen. Durch Fächern mit den Flügeln wird der werdende Honig nun belüftet, bis sein Wassergehalt auf etwa 20 Prozent gesunken ist. Nun verschließen die Insekten die Wabenzellen mit einem Wachsdeckel. Erst jetzt darf der Imker Hand anlegen und mit der Ernte des reifen Honigs beginnen. Abhängig davon, wo und unter welchen klimatischen Bedingungen die Pflanze gedeiht und von welcher Pflanzenart der Nektar stammt, aber auch von den individuellen Verarbeitungs- und Lagerbedingungen unterscheiden sich Honige erheblich voneinander.

„Im Hinblick auf eine medizinische Anwendung kann dies durchaus problematisch sein, denn von medizinischer Seite wird immer eine konstante Produktqualität und Zusammensetzung vorausgesetzt, die sicher nur schwer zu erreichen ist“, ►



Ab dem  
Säuglingsalter

## Augentröster

### WALA Euphrasia Augentropfen

Helfen bei geröteten, gereizten  
und tränenden Augen –  
ohne Konservierungsstoffe.

Wir erschließen Ihnen  
die Heilkräfte der Natur.

[www.walaarzneimittel.de](http://www.walaarzneimittel.de)

**Euphrasia Augentropfen**, 5 Einzeldosisbehältnisse, 10 Einzeldosisbehältnisse, 30 Einzeldosisbehältnisse à 0,5 ml Augentropfen. **Zusammensetzung:** 0,5 ml enthalten: Wirkstoffe: Euphrasia ferm 33c Dil. D2 0,05 g; Rosae aetheroleum Dil. D7 (HAB, Vs. 5a; Lsg. D1 mit Ethanol 94 % (m/m)) 0,05 g. Sonstige Bestandteile: Natriumchlorid, Natriumhydrogencarbonat, Wasser für Injektionszwecke. **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Strukturierung des Flüssigkeitsorganismus im Augenbereich, z. B. katarrhalische Bindehautentzündung. **Gegenanzeigen:** Keine bekannt. **Nebenwirkungen:** Es können Reizungen der Augen wie z. B. Brennen, Rötung, Juckreiz, Schwellung oder vermehrter Tränenfluss auftreten. Stand: 05/2016. WALA Heilmittel GmbH  
73085 Bad Boll/Eckwälden

► schreiben Professor Karsten Münstedt und Dr. Sven Hoffmann in ihrem Buch „Bienenprodukte in der Medizin“. In der jüngst erschienenen aktualisierten Auflage des Werkes geben die Autoren einen umfassenden, wissenschaftlich fundierten Überblick über den medizinischen Stellenwert von Honig und anderen Bienenprodukten.

ellen Eigenschaften werden bestimmte Honigsorten heute eingesetzt, um den Heilungsverlauf bei Problemwunden voranzutreiben und sogar antibiotikaresistente Keime unter Kontrolle zu bekommen. Studien bestätigen, dass Honig das Wachstum von Bakterien auf vielfältige Weise beeinflussen kann: Verantwortlich dafür ist einerseits

motische Effekt ist von größter Bedeutung und bei allen Honigen in etwa gleich.“ Wirkung bei Wunden entfaltet Honig auch aufgrund seiner Inhaltsstoffe. Unter anderem enthält das Bienenprodukt die antibakteriell wirksamen Substanzen Wasserstoffperoxid und Methylglyoxal, die aktiv gegen eine Vielzahl von Bakterien wirken.

nig wird solcher, der zu medizinischen Zwecken verwendet werden soll, mit Gamma-Strahlen behandelt, um Keime wie Hefen, Bakterien und Sporen abzutöten, die ein mögliches Risiko bei der Wundbehandlung darstellen. Zu medizinischem Honig auf Basis von Manukahonig liegen zahlreiche Studien vor, die dessen klinische Wirksamkeit bestätigen. Tiefe, nekrotische, infizierte, chirurgische und übel riechende Wunden gehören zu den Indikationen. Nach aktueller Studienlage kann medizinischer Manukahonig eine durchaus interessante Alternative zu konventionellen Möglichkeiten der Behandlung infizierter Wunden sein. Von selbst versteht sich, dass die Therapie von Problemwunden in die Hände des Arztes gehört und eine Behandlung in Eigenregie im Rahmen der Selbstmedikation nicht angezeigt ist. Außerhalb der Behandlung bakteriell besiedelter Wunden seien die Daten zu Manukahonig allerdings nicht so überzeugend, dass man sagen könne, er sei entschieden besser als andere Honige, so Münstedt und Hoffmann.

Auch zur Behandlung von Geschwüren aufgrund des diabetischen Fußsyndroms könnte Honig hilfreich sein. Erstmals berichteten Wissenschaftler 2005 über spektakuläre Therapieerfolge bei einem Patienten, der aufgrund ausgedehnter Geschwüre am Fuß vor einer Amputation stand. Nach dem Versagen anderer Behandlungen konnten die Geschwüre durch eine Honig-Therapie letztlich reduziert und schließlich zum Abheilen gebracht werden. Seither wurden zahlreiche Studien zur Behandlung des diabetischen Fußes mit Honig durchgeführt und 2016 gemeinsam analysiert. Zwar sei Honig sicher, so das Fazit der Forscher, jedoch fehle aufgrund der schlecht geplanten

### SUMM, SUMM, SUMM!

Am 20. Mai ist Weltbienentag! Die jahrelangen Bemühungen, einen Weltbienentag einzuführen, haben sich gelohnt. Ende letzten Jahres stimmten in New York 115 UN-Mitgliedsstaaten in der Generalversammlung für die Einführung eines solchen Tages, darunter alle EU-Staaten, die USA, Kanada, China, Russland, Indien, Brasilien und Australien. Jedes Jahr soll nun der 20. Mai weltweit dazu genutzt werden, um der Bevölkerung die Bedeutung der Bienen und anderer Bestäuber ins Bewusstsein zu rufen und konkrete Aktionen zum Schutz der Insekten durchzuführen. Begonnen hatte die Initiative bereits vor einigen Jahren in Slowenien. Der slowenische Imkerverband hatte die Idee, die von politischer Seite durch das Landwirtschaftsministerium maßgeblich unterstützt wurde. Es folgten weltweite Werbekampagnen. 2015 stimmte die Mitgliederversammlung auf dem Apimondia<sup>1</sup>-Kongress in Südkorea der Initiative einstimmig zu und reichte den Vorschlag bei den Vereinten Nationen ein, die nun positiv reagierten.

Auch der Deutsche Imkerbund e. V. (D.I.B.) begrüßt die Einführung des Weltbienentages. „Als Apimondia-Mitglied haben wir den Vorschlag Sloweniens unterstützt. Der 20. Mai bietet uns zukünftig sicherlich eine hervorragende Möglichkeit, insbesondere medial auf die Problematik der Verschlechterung der Lebens- und Nahrungsbedingungen aller blütenbestäubenden Insekten hinzuweisen“, so D.I.B.-Geschäftsführerin Barbara Löwer.

<sup>1</sup>Apimondia ist der Kurzname des Internationalen Verbandes der Bienenzüchtervereinigungen.

**Sinnvoll bei Problemwunden** Ein mittlerweile besonders intensiv erforschtes, auch von Schulmedizinern und in Kliniken genutztes medizinisches Einsatzgebiet von Honig ist die Wundbehandlung: Vor allem aufgrund der antibakteri-

sein osmotischer Effekt. „Honig in einer bakteriell infizierten Wunde entzieht den Bakterien Wasser, die dann nicht mehr lebensfähig oder vermehrungsfähig sind“, erläutern Münstedt und Hoffmann in ihrem aktuellen Apitherapie-Buch. „Der os-

Besonders reich an antibakteriellem Methylglyoxal ist neuseeländischer Manukahonig, der unter anderem in medizinischem Honig steckt, wie er als zugelassenes Medizinprodukt in Apotheken erhältlich ist. Im Gegensatz zu klassischem Lebensmittel-Ho-



Studien mit geringen Fallzahlen der letztendliche Beweis, dass Honig sinnvoll sei. Weitere Studien könnten künftig für mehr Klarheit sorgen.

**Hilfe bei Husten** Neben der Behandlung schlecht heilender Wunden gibt es auch viele weitere Indikationen, für die Honig als Therapieoption interessant sein könnte. Ein in der Volksmedizin seit Urzeiten bekanntes Einsatzgebiet des Naturproduktes ist der Erkältungshusten. Bei grippalen Infekten gehört Honig bei uns bis heute zu den beliebtesten Hausmitteln überhaupt. Ob das Bienengold hält, was es bei Husten verspricht, wurde mittlerweile wissenschaftlich untersucht. Gezeigt werden konnte in verschiedenen Studien mit Kindern, dass sich Honig als Hustenmedizin gegenüber ▶

## KANN HONIG VERDERBEN?

Honig kann sehr lange aufbewahrt werden, vorausgesetzt, das Naturprodukt wird richtig gelagert. Kühl (als ideal gilt eine Temperatur von 15 Grad Celsius), trocken und dunkel aufbewahrt, bleibt Honig ohne nennenswerte Qualitätseinbußen jahrelang haltbar. Dass Honig von Natur aus so gut vor Verderb geschützt ist, liegt an seinen Inhaltsstoffen: Der hohe Zuckergehalt wirkt konservierend, da die Zuckermoleküle das im Honig enthaltene Wasser binden. Zudem hemmen Säuren und Enzyme das Wachstum von Mikroorganismen wie Bakterien und Pilzen.

Honig kann allerdings verderben, wenn es zu einer Gärung kommt: Wärme und ein hoher Wassergehalt (z. B. durch hohe Luftfeuchtigkeit) begünstigen diesen Prozess. Bereits bei einer Raumtemperatur von etwa 20 Grad Celsius wird die Gärung des Bienenproduktes beschleunigt. Das unterstreicht die Notwendigkeit, Honig zu Hause kühl und luftdicht verschlossen zu lagern. Gegerenen Honig erkennt man an einer Blasenbildung. Im Gegensatz dazu ist eine sogenannte Phasentrennung – unten fest, oben flüssig – noch kein Hinweis auf Verderb. Allerdings sind entmischte Honige besonders gärungsgefährdet, was am hohen Wassergehalt der flüssigen Phase liegt.

Nach der Honigverordnung muss auf der Honigverpackung ein Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) angegeben werden. Die Festlegung des MHD liegt in der Verantwortung des Imkers oder Abfüllers. Häufig wird eine Mindesthaltbarkeitsdauer von zwei Jahren ab dem Zeitpunkt des Abfüllens angegeben.

Anzeige

**BAYER Bolfo® Spot-On**

**ZECKE-FF.**

**Bolfo® Spot-On Fipronil Lösung zum Auftropfen für Katzen, für kleine, mittelgroße, große und sehr große Hunde.** **Zusammensetzung:** 1 ml Lösung zum Auftropfen enthält als Wirkstoff: 100 mg Fipronil. Sonstige Bestandteile: Butylhydroxyanisol, Butylhydroxytoluol. Füllmengen: 0,5 ml, 0,67 ml, 1,34 ml, 2,68 ml, 4,02 je Pipette. **Anwendungsgebiete:** Katzen: Zur Behandlung von Katzen gegen Flohbefall (*Ctenocephalides felis*). Das Tierarzneimittel zeigt eine sofortige und bis zu 5 Wochen anhaltende insektizide Wirksamkeit gegen Neubefall mit adulten Flöhen. Das Tierarzneimittel zeigt innerhalb von 48 Stunden eine akarizide Wirksamkeit mit abtötender Wirkung gegen Zecken (*Ixodes ricinus*). Hunde: Zur Behandlung von Hunden gegen Flohbefall (*Ctenocephalides felis*). Das Tierarzneimittel zeigt eine sofortige und bis zu 8 Wochen anhaltende insektizide Wirksamkeit gegen Neubefall mit adulten Flöhen. Die akarizide Wirksamkeit gegen *Ixodes ricinus* hält bis zu 2 Wochen, gegen *Rhipicephalus sanguineus* bis zu 3 Wochen und gegen *Dermacentor reticulatus* bis zu 4 Wochen an. Sind Zecken dieser Arten zum Zeitpunkt der Anwendung vorhanden, werden nicht alle Zecken in den ersten 48 Stunden abgetötet, sondern möglicherweise erst innerhalb einer Woche. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Katzenwelpen im Alter unter 8 Wochen und/oder mit einem Körpergewicht unter 1 kg, da hierfür keine Untersuchungen vorliegen. Nicht anwenden bei Hunden mit einem Körpergewicht unter 2 kg. Nicht anwenden bei Hundewelpen im Alter unter 8 Wochen, da hierfür keine Untersuchungen vorliegen. Nicht bei kranken (systemische Erkrankungen, Fieber, etc.) oder rekonvaleszenten Tieren anwenden. Nicht bei Kaninchen anwenden, da es zu Nebenwirkungen, unter Umständen auch mit Todesfolge kommen kann. Die Pipetten für Hunde nicht bei Katzen anwenden, da dies zu einer Überdosierung führen kann. Nicht anwenden bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber dem Wirkstoff oder einem der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Nach Ablecken des Tierarzneimittels kann vorübergehend vermehrter Speichelfluss auftreten, hauptsächlich verursacht durch die Eigenschaften der Trägerstoffe. **Nur Katzen:** Nebenwirkungen sind äußerst selten zu erwarten; nach der Anwendung waren vorübergehende Hautreaktionen an der Applikationsstelle (Schuppenbildung, umschriebener Haarausfall, Juckreiz, Erythem) sowie generalisierter Juckreiz oder Haarausfall zu beobachten. In Ausnahmefällen wurden auch Speicheln, reversible neurologische Erscheinungen (Überempfindlichkeit, Depression, nervöse Symptome) oder Erbrechen beobachtet. Überdosierungen sind zu vermeiden. **Warnhinweise:** Lesen Sie vor der Anwendung die Packungsbeilage. **Apothekenpflichtig. Zulassungsinhaber:** Norbrook Laboratories Limited, Station Works, 11 Camlough Road, BT35 6JP Newry, Co. Down, Vereinigtes Königreich. **Vertreiber:** Bayer Vital GmbH, 51368 Leverkusen. Druckversion: 01/2017.

AWB-2111896885



**BOLFO® SPOT-ON.**  
Einfach wirksam gegen  
Zecken und Flöhe.

- Effektiver Zecken- und Flohschutz für Katze & Hund
- Einfache und gut verträgliche Anwendung
- Mit dem bewährten Wirkstoff Fipronil



© kalina / stock.adobe.com

*Der Honig wird meist in der zweiten Juli-Hälfte geerntet. Dann sind die Waben gut gefüllt und es bleibt noch genügend Zeit für die Bienen sich für den Winter zu bevorraten.*

► einigen natürlichen und chemisch-synthetischen Wirkstoffen als überlegen erwies. Wahrscheinlich kann Honig die Schwere und Häufigkeit des

Hustens bei Kindern verringern und den Schlaf der kleinen Patienten sowie der Eltern verbessern. „So scheint auf der Basis von nunmehr sechs Studien der

Einsatz von Honig bei Husten sinnvoll zu sein“, ziehen Karsten Münstedt und Sven Hoffmann in ihrem Medizinratgeber Bilanz. In Hustenpräparaten aus

der Apotheke wird Honig auch mit pflanzlichen Schleimdrogen wie Spitzwegerichkraut oder Eibischwurzel kombiniert.

### Mehr Forschung tut Not

Auch für andere medizinische Einsatzgebiete könnte Honig künftig möglicherweise an Bedeutung gewinnen. Studien aus den letzten Jahren deuten beispielsweise darauf hin, dass er zur Vorbeugung und Behandlung von Schleimhautentzündungen bei Strahlen- und Chemotherapie geeignet sein kann. Auch der Frage, inwieweit Honig für Heuschnupfen-Patienten, für die eine klassische Hyposensibilisierung nicht infrage kommt, eine potenzielle Alternative sein könnte, wird in Studien untersucht. Zudem stehen entzündliche Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes im Fokus der wissenschaftlichen Honigforschung. Schließlich deuten Untersuchungen darauf hin, dass das Naturprodukt vermutlich einen schützenden Effekt vor dem Magenkeim *Helicobacter pylori* hat. Dringend gewarnt werden muss hingegen davor, sogenannten Pontischen Honig aus der türkischen Schwarzmeerregion zu verzehren. Der Grund: Das auch als Türkischer Wildhonig oder Bitterer Honig bekannte Naturprodukt von bestimmten Rhododendrenblüten kann hohe Grayanotoxingehalte aufweisen, die zu akuten Vergiftungserscheinungen führen. Bei Menschen, die den Honig möglicherweise alternativmedizinisch als Potenzmittel nutzten, wurden schwere Vergiftungen mit Symptomen wie Schwindel, Blutdruckabfall, Erbrechen, Durchfall und Lähmungen beobachtet. ■

*Andrea Neuen,  
Freie Journalistin*

### ZAHLEN UND FAKTEN

- + Etwa 1,1 Kilogramm Honig verzehrt der Durchschnittsdeutsche im Jahr, der größte Teil wird importiert.
- + Circa 130 000 Imker mit insgesamt etwa 870 000 Bienenvölkern sorgen hierzulande für eine reich gedeckte Honigtafel.
- + 15 000 bis 25 000 Tonnen Honig ernten deutsche Imker jährlich, das entspricht etwa einem Fünftel des bundesweiten Verbrauchs.
- + Über 200 verschiedene Inhaltsstoffe enthält das Naturprodukt Honig, darunter allein mehr als 100 Aromastoffe.
- + Etwa 80 Prozent Zucker und rund 20 Prozent Wasser – das sind die Hauptzutaten im Honigglas.
- + 20 bis 30 Kilogramm Honig kann ein Bienenvolk im Jahr herstellen.
- + Seit etwa 90 000 000 Jahren besiedeln Bienen die Erde.
- + 9 Honigbienen- und über 20 000 Wildbienenarten werden weltweit unterschieden.
- + Etwa 50 000 Arbeiterinnen, einige hundert männliche Drohnen und eine Königin leben in einem Bienenstaat.





# AKTUELLE AUSGABE



auf [www.diepta.de](http://www.diepta.de) – Jetzt noch einfacher zu finden, ohne lange zu suchen.

Wissen Sie eigentlich, was genau sich hinter den Buchstaben **P**, **T** und **A** verbirgt? Bislang haben wir uns online immer an den Rubriken Praxis, Themen und Aktion aus dem Heft orientiert. Damit Sie künftig noch schneller unsere aktuelle Ausgabe direkt auf einen Blick und durch einen Klick finden, haben wir aus unseren Rubriken Praxis, Themen und Aktion die Rubrik **Aktuelle Ausgabe** gemacht. Hier finden Sie alle Artikel aus dem Heft in die jeweilige Kategorie sortiert, einfach und ohne lange zu suchen.

Informationen unter  
[www.diepta.de/aktuelle-ausgabe](http://www.diepta.de/aktuelle-ausgabe)

**PTA** 

DIE PTA IN DER APOTHEKE