



# - IMKEREI SCHACHTNER -

---

## - Info: Pollenhonig -

darauf hinweisen, daß unsere heutige vorbearbeitete Kost dem Körper nicht das an lebensnotwendigen Vitaminen, Enzymen, Hormonen und Eiweiß zuführt, was er braucht, um Schäden zu verhüten und die volle Gesundheit zu erhalten (für viele, Prof. Dr. W. Kollath, die Ernährung als Nahrungswissenschaft, 1967). Darum müssen wir es geradezu als ein Geschenk der Natur ansehen, daß sie uns mit Blütenpollen eine Nahrung anbietet, die in reicher Fülle die fehlenden Biostoffe besitzt. Nun liegt es nur noch an uns, durch regelmäßigen Verzehr von Pollenhonig die erforderliche Ergänzung unserem Körper zu geben, die er für die gesunde Aufrechterhaltung seiner Funktionen benötigt. Dann braucht uns auch vor dem Alter nicht bange sein. Blütenpollen macht unsere Ernährung vollwertig.

### **Wie nimmt man Blütenpollenhonig?**

Der Verzehr von Pollen ist für jedes Lebensalter geeignet, also auch für Kinder. Sie sollten Blütenpollenhonig zur Ergänzung Ihrer täglichen Nahrung 2 - 3 x jeden Tag je 1 Teelöffel Pollenhonig etwa 5 Minuten vor den Mahlzeiten nehmen, Sie können auch nach dem Essen den Pollenhonig zu sich nehmen. Eine andere Möglichkeit ist das in den lauwarmen Tee einen Teelöffel voll einrühren. Sie können auch den Pollenhonig als Brotaufstrich verwenden.

### **Blütenpollenhonig, das Aufbaumittel aus der Natur von den Bienen.**

### **Pollen mit Honig, getrockneter, gefriergetrockneter oder frischen Pollen erhalten Sie bei:**

## **- IMKEREI SCHACHTNER -**

HERBERT KAROSSER / IRENE SCHACHTNER

ABT-RUMPLER-STR. 30 - 94152 NEUHAUS AM INN / VORNBACH

TELEFON: +49 (0)8503 7619253 FAX: 7619254 ODER +49 (0)160 8459719

[WWW.IMKEREI-SCHACHTNER.DE](http://WWW.IMKEREI-SCHACHTNER.DE)

E-MAIL: [INFO@IMKEREI-SCHACHTNER.DE](mailto:INFO@IMKEREI-SCHACHTNER.DE)

### **Eine kleine Information über Blütenpollen-Honig**

Es sind über 150 Jahre vergangen, seit man in der Imkerei bewegliche Waben mit Rähmchen verwendet und die Honigschleuder erfunden wurde. Erst seit dieser Zeit ist der Imker in der Lage, die von Honig befreiten Waben dem Bienenvolk wieder zurückzugeben. Die Honigernte konnte dadurch wesentlich gesteigert werden und jeder Imker erntete nur noch Schleuderhonig. (Kaltgeschleudert)

Jahrtausendlang, ja bis zurück zur Steinzeit, gab es aber keinen Honig aus der Schleuder, sondern Bienenwaben, in denen Honig und Pollen gelagert war. Die Bienen brauchen den Blütenpollen als Eiweißquelle zur Aufzucht der Brut und zur Versorgung ihrer Drüsen, die Futtersaft und Wachs erzeugen. Pollennahrung veranlasst die Langlebigkeit der Winterbienen.

Der Urmensch, der Mensch des Altertums bis her zur Neuzeit, hat Honig mit Blütenpollen genossen, denn vor der Erfindung der Honigschleuder wurde der Honig meist aus den Waben gepreßt, dabei geriet reichlich Blütenpollen in den Honig.

### **Was ist Blütenpollen?**

Blütenpollen (auch Blütenstaub genannt) besteht aus den männlichen Keimzellen der Pflanzen, die von der Natur mit einem Übermaß biologischer Wirkstoffe ausgestattet sind. Das einzelne Pollenkorn ist so winzig, um es zu sehen, braucht man ein Mikroskop. Beim Blütenbesuch verfringt sich dieser feine Blütenstaub im Haarkleid der Biene, wird von ihr mit Hilfe der Beine zusammengestrichen, zu kleinen Pollenkörnern geformt und an den Hinterbeinen befestigt. Im Bienenvolk ist Pollen Eiweißnahrung zur Aufzucht der Nachkommen (Brut). Bei einem

Sammelflug bringt die Biene etwa 15 mg Pollen (Blütenstaub) in den Bienenstock.

### **Pollenquellen**

Pflanzengruppen, die auf die Bestäubung durch Bienen angewiesen sind:

#### **Obst- und Beeregehölze**

#### **Ölfrüchte:**

Raps, Rübsen, Sonnenblumen usw.

**Futterleguminosen und Gemüsearten** zur Saatgutgewinnung.

**Eberesche, Schlehe, Vogelkirschen, Heidelbeere, Preiselbeeren**

Andere Pollenquellen:

Eßkastanie, Rosskastanien, Rotbuche, Esche, Feldahorn, Birke, Akazie, Weiden, Linden, Ulme usw.

### **Was enthält Blütenpollen?**

Er enthält aktivierende Substanzen - Aminosäuren, Fermente und Hormone, die für den menschlichen Stoffwechsel und die Eiweißumwandlung unentbehrlich sind; dazu in konzentrierter Form die lebenswichtigen Vitamine des gesamten Vitamin B Komplexes, Vitamin C, Vitamin D, Karotin und Rutin, letzteres wird auch Vitamin der Jugend" genannt, weil es die Blutdurchlässigkeit in den Kapillaren erhöht und die Blutgefäße geschmeidig macht.

### **Wie wird Blütenpollen gewonnen?**

Den sammeleifrigen Bienen verdanken wir nicht nur den Honig, sondern auch das Zusammentragen des Blütenpollen, den sie noch mit eigenen Wirkstoffen anreichern.

Die Bienen ernten bei ihren Blütenbesuchen den Pollenstaub, den sie zu kleinen Bällchen geformt auf ihren perfekt für diesen Zweck ausgestatteten Hinterbeinen in den Bienenstock eintragen. Die Bienen sammeln diese Nahrung für die Aufzucht der Bienenbrut.

Eine Vielzahl moderner Wissenschaftler sind sich darin einig, daß auch für den Menschen Blütenpollen eine lebens- und kraftspendende Gesundheitsquelle ist.

### **Welche Wirkung hat Blütenpollen?**

In jüngsten wissenschaftlichen Veröffentlichungen russischer Genetologen wird über arme Imker berichtet, deren Hauptnahrung Wabenstücke mit Pollen und Honig waren. Viele von ihnen erreichten ein Alter von über 100 Jahren. Pollendiät hat sich bewährt bei Funktionsstörungen der Leber, da der in ihm enthaltene große Gehalt an Aminosäuren und B-Vitaminen die fehlende Eiweißmenge kompensiert. E. Herold (Heilwerte aus dem Bienenvolk 1970, S. 158) berichtet, daß bei regelmäßigen Pollenverzehr Müdigkeit verschwindet, die Konzentrationsfähigkeit erhöht wird und Lebensfreude sich einstellt.

Unsere hormonarme Zivilisationskost hat zur Folge, daß heute viele unter Potenzstörungen und Prostatabeschwerden leiden. Hormonreiche Nahrung dagegen regt die männlichen und weiblichen Geschlechtsdrüsen an, wodurch der Alterungsprozeß verzögert wird. Blütenpollen sind reich an Hormonen, sie enthalten ein Konzentrat aus Eiweiß, Fett, Kohlenhydraten, Vitaminen, Fermenten, Mineralstoffe und Spurenelementen.

Die beiden Schweden Dr. E. Ask-Upmark von der Universitätsklinik Uppsala und Dr. G. Jönsson von der Universitätsklinik Lund entdeckten, daß der Pollen bei den Störungen der Prostatafunktionen eine überaus wohltuende Wirkung ausübt (veröffentlicht in Svenska Läkertidningen Bd. 56 S. 1849-1959). Zu dem gleichen Ergebnis kommt auch der Franzose A. Caillias (20. Kongreß, Bukarest 1965).

Prof. Dr. Remy Chauvin hat umfangreiche Forschungsarbeiten über Pollen betrieben.

Dabei hat sich klar ergeben:

Pollen regelt die Darmtätigkeit, hartnäckige Verstopfung wird ebenso gebessert wie Durchfälle. Spektakuläre Erfolge wurden bei Darmentzündungen, bedingt durch Gärungs- und Fäulnisvorgänge, erzielt. Bei Blutarmut erreichte man durch eine Pollenkur eine Vermehrung des roten Blutfarbstoffes und eine deutliche Hebung des Allgemeinbefindens.

### **Pollen ist ein diätisches Nahrungsmittel.**

Als diätische Lebensmittel bezeichnet man solche, die einen Ersatz oder eine Ergänzung der normalen menschlichen Nahrung darstellen. Namhafte Wissenschaftler erheben warnend Ihre Stimme, indem sie