Apitherapie – was können Bienenprodukte?

Kundeninformation · wissenschaftlich orientiert · Stand Oktober 2026

Apitherapie nutzt Produkte und Einflüsse aus dem Bienenvolk. Dazu gehören Honig, Propolis, Gelée Royale, Pollen/Bienenbrot, Wachs, Bienengift, Apilarnil (Drohnenbruthomogenat) und Bienenstockluft. Die Forschung entwickelt sich dynamisch – die wissenschaftliche Evidenz ist jedoch je nach Anwendung sehr unterschiedlich.

Bereich	Was wird untersucht?	Evidenz*
Honig	Vor allem Wundversorgung und Schleimhaut; medizinischer, standardisierter Honig ist für einzelne Anwendungen klinisch gut untersucht.	●●●
Propolis	Mund-/Zahnfleisch- und Schleimhautbeschwerden; antimikrobielle, antioxidative und entzündungsmodulierende Eigenschaften.	●●■
Gelée Royale	U. a. Beschwerden rund um die Menopause, Stoffwechsel und Wohlbefinden; aktuelle klinische Meta-Analysen zeigen interessante Signale.	●●■
Bienengift	Vor allem muskuloskelettale Schmerzen; außerdem Forschung zu entzündlichen und neurologischen Erkrankungen. Klinische Daten vorhanden, aber noch heterogen.	●●■
Bienenpollen / Bienenbrot	Nährstoff- und bioaktivstoffreiche Produkte; klinische Evidenz für konkrete therapeutische Indikationen bislang begrenzt.	●■■
Apilarnil	Drohnenbruthomogenat mit Proteinen, Lipiden/Fettsäuren, Vitaminen, Mineralstoffen und hormonell aktiven Bestandteilen. Forschung u. a. zu Reproduktion und Stoffwechsel; belastbare Humanstudien sind noch rar.	●■■
Bienenstockluft	Warme, feuchte Stockluft mit zahlreichen flüchtigen Verbindungen. Untersucht vor allem im Kontext Atemwege; chemische Grundlagen belegt, therapeutischer Nutzen noch nicht ausreichend klinisch nachgewiesen.	●■■
Bienenwachs	Vor allem Bestandteil äußerlicher Pflege- und Schutzprodukte; eigenständige therapeutische Evidenz begrenzt.	●■■

* ●●● = vergleichsweise gute klinische Evidenz für einzelne konkrete Anwendungen · ●●■ = klinische Hinweise/vielversprechende Evidenz, aber noch Einschränkungen · ●■■ = frühe, begrenzte oder überwiegend präklinische Evidenz. Die Einstufung gilt nicht pauschal für alle behaupteten Wirkungen eines Produktes.

Bienengift – was sagt die Forschung?

Bienengift enthält biologisch aktive Peptide und Enzyme, darunter **Melittin**. Besonders weit fortgeschritten ist die klinische Forschung zur sogenannten Bee Venom Acupuncture (BVA): Dabei wird **gereinigtes und definiert verdünntes Bienengift** iniiziert. Das ist wissenschaftlich nicht mit einem unkontrollierten Stich einer lebenden Biene gleichzusetzen.

Aktueller Überblick: Eine systematische Übersichtsarbeit und Meta-Analyse von 2025 schloss 20 randomisierte kontrollierte Studien mit insgesamt 1'399 Patientinnen und Patienten mit muskuloskelettalen Schmerzen ein. Untersucht wurden unter anderem Nacken- und Rückenschmerzen, Schulterbeschwerden, Bandscheibenprobleme, Kniearthrose, rheumatoide Arthritis und Sprunggelenksverletzungen. In den Meta-Analysen zeigte BVA gegenüber Scheininjektionen eine statistisch signifikante Schmerzreduktion. Die Autoren warnen jedoch vor zu weitgehenden Schlussfolgerungen, weil Stichproben teilweise klein, Dosierungen unterschiedlich und viele Studien methodisch eingeschränkt waren.

Einordnung: Für muskuloskelettale Schmerzen kann man heute von einem klinischen Wirksamkeitssignal sprechen. Für entzündliche, immunologische und neurologische Anwendungen existiert zusätzliche Forschung, sie reicht jedoch noch nicht für eine pauschale therapeutische Empfehlung.

Sicherheit: Bienengift kann lokale und systemische allergische Reaktionen bis hin zur Anaphylaxie auslösen. Deshalb sind Anamnese, individuelle Risikoabwägung und geeignete medizinische Sicherheitsvorkehrungen zentral.

Apilarnil – Drohnenbrut als Bienenprodukt

Apilarnil ist ein Homogenat aus Drohnenlarven und deren Nährsubstrat. In der Literatur wird es auch als *drone brood homogenate* bezeichnet. Analysen beschreiben ein nährstoffreiches Produkt mit Proteinen, Lipiden und Fettsäuren, Kohlenhydraten, Vitaminen und Mineralstoffen. Zudem wurden Steroidhormone bzw. hormonell aktive Bestandteile beschrieben.

Die Forschung diskutiert mögliche Wirkungen unter anderem im Zusammenhang mit **männlicher und weiblicher Reproduktionsfunktion, Stoffwechsel, Vitalität und Ernährung**. Ein wissenschaftlicher Review kommt jedoch ausdrücklich zum Schluss, dass weitere Forschung notwendig ist, um pharmakologische Wirkungen zuverlässig zu bestimmen. Ein erheblicher Teil der publizierten Daten stammt aus Tier- oder experimentellen Studien; hochwertige, größere Humanstudien fehlen.

Für Kundinnen und Kunden bedeutet das: Apilarnil ist ein interessantes, biologisch aktives Bienenprodukt – therapeutische Aussagen sollten derzeit aber vorsichtig formuliert werden. Insbesondere Aussagen zu Hormonen, Fruchtbarkeit oder Sexualfunktion sind nicht als klinisch gesicherte Wirkung zu verstehen.

Bienenstockluft – das Mikroklima des Bienenvolkes

Bei der Stockluftanwendung wird warme, feuchte Luft aus dem Bienenstock über ein geeignetes System eingeatmet, ohne direkten Kontakt zu den Bienen. Chemische Untersuchungen zeigen, dass die Stockluft zahlreiche flüchtige organische Verbindungen enthält. Forschende der TU Dresden identifizierten bereits über 50 Substanzen und fanden, dass viele Verbindungen vor allem aus **Propolis und Bienenwachs** stammen. Neuere Analytik konnte eine noch größere Vielfalt flüchtiger Verbindungen in der Stockatmosphäre nachweisen.

Stockluft wird insbesondere im Zusammenhang mit **Atemwegen und Wohlbefinden** eingesetzt. Eine in Deutschland registrierte randomisierte, placebokontrollierte Studie untersuchte die Anwendung bei Asthma und COPD anhand von Lungenfunktion und Lebensqualität. Der wissenschaftliche Gesamtstand bleibt jedoch zurückhaltend: Reviews betonen, dass bislang **nicht genügend klinische Evidenz für die therapeutische Wirksamkeit** vorliegt.

Deshalb wichtig: Stockluft kann als ergänzende bzw. wellnessorientierte Anwendung beschrieben werden; Aussagen wie „behandelt Asthma oder COPD“ wären nach der heutigen Datenlage nicht gerechtfertigt. Bei Atemwegserkrankungen und Allergien gehört die Anwendung medizinisch abgeklärt.

Ausgewählte wissenschaftliche Quellen

• Sung SH et al. *Bee venom acupuncture for musculoskeletal pain conditions: an updated systematic review and meta-analysis.* BMC Complement Med Ther. 2025;25:161. PMID 40295986.
• Sidor E et al. *Drone Brood Homogenate as Natural Remedy for Treating Health Care Problem: A Scientific and Practical Approach.* Molecules. 2020;25:5699. PMID 33287191.
• *Bee products: An overview of sources, biological activities and advanced approaches used in apitherapy application.* Biotechnology Reports. 2024; Review mit Abschnitt zur Beehive-Air-Therapie.
• TU Dresden, Fakultät Chemie und Lebensmittelchemie: Untersuchungen zur chemischen Zusammensetzung der Bienenstockluft.
• Deutsches Register Klinischer Studien DRKS00012661: randomisierte, placebokontrollierte Studie zur Bienenstockluft bei Asthma/COPD.

Grundsatz: Apitherapie versteht sich als ergänzender Ansatz. Sie ersetzt bei Erkrankungen keine notwendige ärztliche Diagnostik oder Behandlung. Auch Naturprodukte können Allergien, Wechselwirkungen und Nebenwirkungen verursachen.