

**Zeitschrift:** Revue suisse d'apiculture  
**Herausgeber:** Société romande d'apiculture  
**Band:** 143 (2022)  
**Heft:** 11-12

**Artikel:** La pharmacie des abeilles : des soins simples pour le quotidien  
**Autor:** Balzani Dirren, Tatjana  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1068375>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# La pharmacie des abeilles – des soins simples pour le quotidien

Tatjana Balzani Dirren, présidente de la section alémanique de l'Association suisse d'apithérapie, t.balzani@apitherapie.ch

*Traduit de l'allemand par Silvia Favre, adapté par Isaline Bise*

**Qui n'a jamais pris une cuillère de miel pour calmer une gorge irritée ? Pas besoin de grands maux pour utiliser les grands remèdes de la ruche. Le dossier que propose ce mois-ci l'Association suisse d'apithérapie cherche à transmettre à l'apiculteur comment de manière simple il peut utiliser la pharmacie des abeilles au quotidien. Loin d'être exhaustif, ce bref aperçu des nombreux atouts de l'apithérapie bénéficiera d'un approfondissement à l'aide d'ouvrages spécialisés ou d'articles précédemment parus dans la Revue suisse d'apiculture, le tout disponible en prêt à la médiathèque de Sion<sup>1</sup>.**

*Isaline Bise*

### Pour aller plus loin

- « La santé naturelle avec l'apithérapie : miel, propolis, pollen, gelée royale... », Guy Avril, Terre vivante, 2014
- « L'apithérapie : médecine des abeilles », Théodore Cherbuliez, Amyris, 2012
- « Guide pratique de la médecine des abeilles : miel, pollen, propolis, gelée royale... au quotidien », Roche Domerego, Baroch, 2016
- Les ouvrages d'Yves Donadieu
- Série d'articles « Les produits de la ruche », Peter Gallmann, Revue suisse d'apiculture, 2019

## Le miel

Miel signifie la vie en abondance. Il n'est pas seulement un produit plus ou moins liquide de Mère Nature, mais aussi un aliment apprécié depuis des milliers d'années, riche en ingrédients qui ont reçu les honneurs médicaux.

Déjà dans la médecine des Égyptiens, des Romains, ainsi que du docteur grec Hippocrate, le miel jouait un rôle de premier plan en tant que remède déclaré. Swissmedic (Institut suisse des produits thérapeutiques) a classé notre miel comme aliment. Il fait partie de nos préparations culinaires où, bien qu'il soit encore extrêmement savoureux, il est souvent dégradé en pur édulcorant en raison d'une surchauffe (à partir de 40°C). Des ingrédients précieux tels que des polyphénols (antibiotiques et antioxydants), des enzymes et autres sont sensibles à la chaleur et à la lumière et sont donc perdus.

Mais le miel promet et offre plus que la somme de ses ingrédients. Le miel appartient définitivement à notre armoire à pharmacie des abeilles et doit toujours être bien conservé à portée de main.

<sup>1</sup> Plus d'informations concernant la médiathèque sur [www.abeilles.ch/formation-et-connaissances-scientifiques/bibliotheque](http://www.abeilles.ch/formation-et-connaissances-scientifiques/bibliotheque)





Source Silvia Favre

À l'intérieur de la ruche le miel est gardé à l'abri de la chaleur et de la lumière, il faut donc veiller à sa bonne conservation après extraction afin de préserver ses propriétés.

## Utilisations thérapeutiques du miel

### En forme et en bonne santé pendant l'hiver

Hippocrate le pensait: la mort est dans l'intestin. Entre autres choses, le miel a un effet stabilisant et calmant sur la production d'acide dans l'estomac et les intestins. « Devient malin en mangeant » ou « notre cerveau est ce qu'il mange » sont des termes issus d'une branche relativement nouvelle de la connaissance: la neuro-nutrition. Du miel à la place de la confiture, du pollen frais ou sec, du pain d'abeille à la place de la viande.

Le miel est une source de santé et d'énergie dans toutes les phases de la vie. Pour renforcer le système immunitaire, les miels foncés sont souvent préférés; pour la prophylaxie de toutes sortes d'inflammations, ce sont les miels clairs. L'apiculteur est probablement celui qui a le plus de facilités à avoir toujours son propre miel à disposition.

Pour les adultes de tous âges et les sportifs, la dose quotidienne est de 40 à 60 g, ce qui correspond à environ deux cuillères à soupe. Il faudrait prendre cette quantité avant les repas et la laisser fondre lentement dans votre bouche. Ainsi les substances actives du miel sont absorbées par la muqueuse buccale afin d'être rapidement libérées dans le sang. Pour les enfants, une moitié maximum (1 cuillère à soupe) est suggérée. Ne pas donner de miel aux nourrissons avant l'âge d'un an à cause du risque de botulisme.

### En résumé

- **Miel foncé:** renforce le système immunitaire
- **Miel clair:** inflammations
- **Dose quotidienne:** 40-60 g (2 c à s)
- **Pansement au miel:** pour petites blessures sans gravité



## L'utilisation du miel pour la cicatrisation des plaies

L'efficacité du miel repose sur quatre propriétés: il protège la plaie, la nettoie, la maintient humide et guérit; cela signifie qu'il a un effet antibiotique.

Dans un pansement, le miel visqueux forme un film sur la zone blessée, ce qui forme une barrière contre les nouvelles bactéries. De plus, sa teneur élevée en fructose et en glucose favorise la formation de sécrétions de plaies nettoyantes. Le liquide sucré prive, par osmose, les germes d'eau: ils ne peuvent plus se multiplier. Des substances telles que le peroxyde d'hydrogène et les polyphénols tuent les bactéries dans la plaie et sont décisives pour l'effet cicatrisant direct du miel (selon l'état actuel des connaissances). La fonction du pansement est l'absorption du sang et des liquides de la plaie, ainsi que la protection mécanique. Pour qu'aucune abeille ne soit attirée, le pansement doit être bien fermé. Sous le pansement se déroulent de nombreux processus: élimination des déchets, division cellulaire et formation de nouveaux tissus.



Source Getty Images/Stockphotos

Le miel monofloral de Manuka vient de la plante *Leptospermum scoparium*, endémique de Nouvelle-Zélande.

Pour les cliniques et les hôpitaux, l'utilisation du miel dans le traitement des plaies devient de plus en plus intéressante car jusqu'à présent les bactéries ne semblent pas avoir développé de résistance contre le miel. Ce qui est un grand avantage à une époque où de nombreux antibiotiques conventionnels ont perdu leur efficacité contre les germes hospitaliers courants. Les hôpitaux utilisent du miel de Manuka Medihoney™, qui est stérilisé par les rayons gamma, et qui coûte CHF 12.- les 20 g. Pour un usage domestique normal, pour

des plaies simples, le miel local est tout à fait suffisant. Pour des blessures plus importantes, comme ci-après en utilisant l'exemple de la jument Peggy, il est conseillé qu'un médecin (vétérinaire dans le cas ci-dessous) supervise le processus de guérison.

Des études chez l'homme confirment que les brûlures au 2<sup>e</sup> degré, traitées avec du miel, guérissent environ 4 à 5 jours plus rapidement qu'avec des pansements conventionnels. De même que le miel est plus efficace pour la cicatrisation des plaies infectées après des interventions chirurgicales que les antiseptiques avec pansement absorbant.

### Expérience

L'apicultrice Margit Siegrist, de Liebistorf FR, est membre du conseil d'administration de l'association des apiculteurs Deutschfreiburger Seebezirk, guérisseuse de sabots et ostéopathe énergétique du cheval.

En utilisant l'exemple d'une plaie estivale (habronemose cutanée) de la jument Peggy sur le sabot avant gauche, elle montre comment agit le miel. Ces plaies sont causées par les larves de mouches, qui s'installent dans la peau. Elles se développent durant la saison chaude et provoquent des plaies



cutanées à forte granulation qui guérissent difficilement. Les chevaux concernés frottent l'endroit affecté, ce qui aggrave le tableau clinique. L'enflure de la plaie de la taille d'un œuf de poule en est le résultat. Les infections bactériennes des plaies entraînent d'autres complications.

Après seulement 4 semaines de pansement au miel, la plaie avait déjà guéri. Surtout pour les plaies enflammées qui guérissent lentement, le miel est très approprié. Et changer un pansement au miel est bien moins douloureux qu'avec un pansement conventionnel car le pansement au miel ne colle pas à la plaie.

## **Le pollen et la propolis**

### **Rhume des foins – 20 % de la population est concernée**

Elle est bien connue sous le nom de rhume des foins dans le langage populaire, mais en langage technique on l'appelle rhinite allergique. Environ 20 % de la population suisse est allergique au pollen. Le nombre de personnes souffrant de cette maladie augmente chaque année.

Cela commence par le noisetier au printemps, puis l'aulne, le frêne et le bouleau, et continue plus tard avec les graminées, puis l'armoise et l'ambrosie sont prêtes à intervenir. Ce sont les allergènes les plus répandus parmi les pollens de fleurs. Les personnes concernées souffrent généralement d'autres allergies, d'allergies croisées et d'intolérances telles que les aliments, les animaux, les champignons, les acariens, le latex, les médicaments et les venins d'insectes.

### **Effets liés au contact avec le pollen**

L'inhalation ou même l'ingestion inconsciente et involontaire de l'allergène pollinique provoque une douleur, des larmes, un gonflement des yeux et un écoulement nasal. Une sensation de sécheresse dans la gorge et une envie de tousser, des troubles gastro-intestinaux ainsi que des migraines, de la fatigue, des troubles de la concentration et des troubles du sommeil peuvent également survenir. Chez les enfants, cela peut même entraîner une diminution de la capacité d'apprentissage.

### **Traitements**

Dans la médecine occidentale classique, le traitement de l'allergie au pollen repose sur trois piliers :

1. l'évitement de l'allergène
2. la thérapie pharmacologique avec des médicaments (comme les antihistaminiques, les sprays à la cortisone, les gouttes nasales, etc.)
3. l'immunothérapie spécifique dans laquelle les allergènes sont injectés sur une période pouvant aller jusqu'à 5 ans

Alors, que peuvent nous offrir les remèdes de la ruche ?

Le miel et la propolis nous permettent de prévenir les réactions physiques déclenchées par les pollens de fleurs et de graminées. La propolis et le pollen améliorent la réaction du système immunitaire. La pommade au venin d'abeille et la cire

### **En résumé**

- **Prévention des allergies saisonnières avec le miel:** mélange miel-pollen 2:1 macéré 3 semaines – prendre 1 c. à c. 30 min. avant les repas dès la fin de l'automne
- **Prévention des allergies saisonnières avec la propolis:** 4 capsules 250 mg de propolis par jour – prendre 1 à 2 semaines avant le début de la présence du pollen



d'opercule favorisent la circulation sanguine locale. La propolis et la thérapie de « l'air de la ruche » sont responsables de l'amélioration de la structure et de la fonction de la muqueuse nasale.

Il existe quelques études sur le traitement du rhume des foins par le miel. Il est recommandé de commencer à prendre une ou deux cuillères à café dès la fin de l'automne. Pour ce faire, on mélange du miel de fleurs avec du pollen dans une proportion de 2:1 et on laisse reposer cette masse crémeuse pendant trois semaines dans l'obscurité et au frais. Le meilleur effet est obtenu en prenant le mélange 30 minutes avant les repas.

## Expérience

**Matthias Holeiter est médecin et président de l'Association suisse d'apithérapie. Il relate une expérience vécue dans son cabinet.**

Son patient, un jeune entrepreneur jardinier, souffrait d'un rhume des foins sévère. Dès la première année d'utilisation des produits de la ruche, ses troubles se sont considérablement améliorés sans aucun effet secondaire, après toutes les thérapies qu'il avait essayées jusqu'alors. Le jardinier a obtenu le plus grand succès au bout de 3 ans.

La thérapie suivie était la suivante : Propolair (diffuseur de propolis, présenté dans une édition précédente de la Pharmacie de l'Abeille) à la maison et dans la voiture, ainsi que 4 capsules de propolis de 250 mg par jour, à prendre 1 à 2 semaines avant le début de la présence du pollen.

## La cire

La cire d'abeille (*cera* en latin): nous connaissons tous l'utilisation la plus connue et la plus visible; les bougies roulées ou moulées en cire d'abeille dans toutes les variations possibles. Dans de nombreuses églises chrétiennes, les cierges d'autel sont en cire d'abeille pure. La lumière parfumée de cire est appréciée dans le monde entier.

Mais la cire d'abeille est également utilisée dans de nombreux autres produits, par exemple en médecine, dans la production alimentaire, dans l'industrie cosmétique ou dans le traitement de surface du bois et du cuir. En Suisse et dans l'UE, la cire d'abeille est connue comme additif alimentaire E901.

D'un point de vue historique, la cire d'abeille remonte à l'époque où Hérodote, l'écrivain voyageur grec du Ve siècle avant J.-C., parlait de peuples qui conservaient les corps de leurs défunts dans de la cire d'abeille.

### Le rôle de la cire dans la médecine

Les propriétés de la cire d'abeille pure sont les suivantes: elle a un effet chauffant, nourrissant, protecteur, anti-inflammatoire, antibactérien et ne provoque pas d'allergies.

Traditionnellement, la cire d'abeille est utilisée en médecine et en physiothérapie sous forme de cataplasme ou d'enveloppement en



*La cire d'opercule peut être facilement fondue par l'apiculteur et stockée sous forme de petits pains de cire.*



cas de toux, de rhume, de maux de tête, de bronchite, de douleurs musculaires, tendineuses et articulaires et de maladies rhumatismales. Elle aide en cas d'agitation et de troubles du sommeil, ainsi qu'en cas de douleurs lombaires et dorsales. Elle déploie particulièrement bien ses effets lorsqu'elle est mélangée à la propolis.

D'une part, la peau absorbe les principes actifs de la cire et, d'autre part, elle extrait les toxines, les déchets et autres résidus des tissus. La chaleur propre du corps qui se développe lors d'une application d'enveloppement entraîne des processus de guérison.

On trouve sur le marché de nombreux produits cosmétiques à base de cire d'abeille sous forme de pommades et de crèmes.

Moins connue, la cire peut être utilisée en usage interne. Par exemple, la cire d'opercule, conditionnée dans des pots et stockée au congélateur, peut être mâchée toute l'année. Elle élimine les substances nocives et renforce les gencives.

### **Dans la pharmacie de l'apiculteur : des cataplasmes de cire faits maison**

Le point de fusion de la cire d'abeille se situe entre 61 et 65°C. La température idéale pour les cataplasmes de cire d'abeille se situe aux alentours de 40°C. À partir de 32°C, elle perd sa consistance friable et devient facilement malléable. Trempez un tissu en coton dans la cire chauffée et suspendez-le pour le faire sécher. Pour le conserver, l'envelopper dans un film plastique ou du papier sulfurisé. Le tissu de cire d'abeille doit être conservé dans un endroit frais, sec et sombre. Il peut être utilisé plusieurs fois et n'a pas de date de péremption.

Enveloppé dans un tissu intermédiaire (de la laine brute pour les enfants), il peut être chauffé à l'aide d'une bouillotte et appliqué directement sur la zone concernée. La compresse reste appliquée tant qu'elle est ressentie comme agréable et chaude, pendant des heures, toute la journée ou la nuit.

### **La gelée royale**

Elle grandit plus vite, éclot plus tôt, n'est pas seulement beaucoup plus grande que ses collègues, mais vit bien plus longtemps, en plus elle pond environ 2000 œufs par jour pendant la saison chaude : la Regina apis. Le miracle de la nature, aussi appelée mère de ruche ou reine. Elle est le seul insecte femelle sexuellement mature dans la colonie des abeilles mellifères. C'est son alimentation qui fait la différence, car si les abeilles se voient servir de la bouillie de pollen et de miel à manger dès le troisième jour de vie larvaire, la reine est nourrie toute sa vie par les abeilles nourricières avec de la gelée royale.

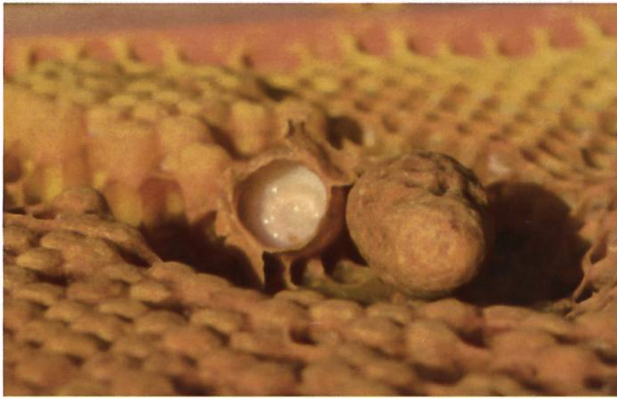
### **La gelée royale et ses composants : substance mystérieuse, voire mystique ?**

Elle est composée de 60 à 70 % d'eau, de 11 à 23 % de glucides, de 9 à 18 % de protéines et d'acides aminés, de 3 à 8 % de lipides, de 1 % de minéraux et d'oligo-éléments, de 2 % de vitamines, d'acides nucléiques et d'autres substances actives, ainsi que d'exactly 2,8 %

### **En résumé**

- **Applications de cataplasmes de cire d'abeille :** toux, rhume, maux de tête, bronchite, douleurs musculaires, rhumatismes
- **Procédure :** Imbiber un tissu de coton dans la cire fondue, laisser sécher. Envelopper dans un tissu intermédiaire et chauffer avec une bouillotte, appliquer le tout sur la zone concernée.





Cellule royale avec larve reposant sur sa nourriture spéciale : la gelée royale.

de substances qui n'ont pas encore été identifiées et que les scientifiques appellent le facteur R, la part de substances inconnues.

### Les domaines d'application de la gelée royale

Des études scientifiques ont confirmé les effets anti-inflammatoires, antibactériens et antioxydants de la gelée royale. Il ne s'agit toutefois pas d'un médicament, mais d'un précieux complément alimentaire naturel. Elle ne guérit donc pas les maladies, mais constitue

un excellent moyen de prévention et de renforcement pour les personnes stressées, les sportifs, les enfants fragiles et les personnes âgées. Même en période de maladie, il n'est pas rare que la gelée royale puisse atténuer les symptômes, accélérer la guérison et aider le patient à se rétablir.

De nombreuses études d'observation et d'application ont montré que la prise de gelée royale était bénéfique et positive dans les cas suivants : allergies, vieillissement rapide, Alzheimer, perte d'appétit, arthrite, maladies auto-immunes, taux de cholestérol trop élevé, fatigue et épuisement chroniques, dépression, diabète, désintoxication, vieillissement de la peau et sa protection, maladies cardio-vasculaires, immunodéficiência, cancer, maladies gastro-intestinales, hygiène buccale, diminution de la masse musculaire liée à l'âge, maladies nerveuses, neurodermite, ostéoporose, sexualité, ménopause.

La meilleure pharmacie apicole se trouve dans les ruches de l'apiculteur : Qu'est-ce qui s'oppose donc à la consommation directe de gelée royale, avec ou sans protéines ? Est-ce que le courageux apiculteur se transforme en végétarien ? Les cellules royales sont prêtes à être consommées entières ou peuvent être stockées congelées. Un produit extrêmement précieux de notre gamme de produits apicoles. Il est important de savoir que la gelée royale est très sensible à la lumière et à la chaleur. Pour les produits à base de gelée royale achetés, il faut impérativement veiller à leur qualité, à leur stockage et à leur origine. Pour une cure il faut compter une dose journalière d'au moins 200 milligrammes de gelée royale, l'idéal étant de 600 à 1000 milligrammes, pendant 3 semaines.

### En résumé

- **Cure de gelée royale en cas de :** Allergie, fatigue, arthrite, maladies auto-immunes, hypercholestérolémie, cystites chroniques,...
- **Procédure :** 600 à 1000 milligrammes par jour pendant 3 semaines. Veiller au bon stockage de la gelée !

### Expérience

**Tatjana Balzani Dirren est kinésiologue et présidente de la section suisse allemande de l'Association suisse d'apithérapie. Elle témoigne :**

« Mon succès personnel avec la gelée royale, ce sont les cystites chroniques et pénibles (mentionnées en passant par mes clientes lors de l'anamnèse dans le cabinet de kinésio-logie) qui ont disparu miraculeusement après une cure de gelée royale. »



Quoi qu'il en soit cet élixir de vie est très recommandé lors de changements de saison et particulièrement au printemps, notamment pour lutter contre la fatigue printanière.

## **L'air de la ruche**

En entrant dans chaque rucher, nous sommes accueillis par cette magie qui s'empare de tous nos sens. Elle est probablement due à la curiosité et à la fascination de l'apiculteur, qui font battre notre cœur plus fort pendant un court instant. En raison de ce parfum unique et reconnaissable qui s'empare de nos narines et nous séduit définitivement il n'y a plus d'échappatoire : celui qui entre est tombé sous le charme de ce monde merveilleux des abeilles.

### **Origine de la thérapie par l'air de la ruche**

Dans les années 1920, un Russe a remarqué les effets positifs de l'air de la ruche lors de la transhumance. Ce produit apicole a été discuté publiquement pour la première fois dans le cadre du troisième symposium d'apithérapie en 1970. En 1987, la famille d'apiculteurs H. Hüttner en Autriche a découvert les effets positifs de l'air des abeilles et a construit son propre centre de cure en 1989. En Slovénie, pays des amis des abeilles, les cabanes d'apiculteurs, équipées de chaises longues confortables, ont une tradition bien plus ancienne. En Suisse, cette forme d'apithérapie reste aujourd'hui encore une rareté.

### **Qu'est-ce que l'air de la ruche ?**

L'air de la ruche signifie en particulier l'air des abeilles qui est inhalé directement à la ruche. Avec une température de l'air d'environ 35° à l'intérieur de la ruche, l'humidité relative de l'air se situe en moyenne entre 60 et 70 %. Dans une ruche comptant environ 30 000 à 50 000 abeilles, les produits récoltés tels que le miel, le pollen, la cire, la propolis, les résines et autres produits naturels précieux sont transformés. Le battement des ailes des abeilles, nécessaire à l'évacuation de l'eau et au séchage du miel, produit un précieux mélange d'air auquel on attribue des vertus curatives. Le mélange de vapeur qui ne se trouve que dans la ruche est composé de pollen, de propolis, de résines, de miel, de cire et d'autres substances naturelles comme les huiles essentielles et les flavonoïdes.

### **Bénéfices et applications**

Les flavonoïdes protègent par exemple contre les influences nocives de l'environnement et peuvent neutraliser les radicaux libres dans le corps humain et on leur attribue des effets antibactériens. Avec les huiles essentielles, l'air de la ruche est idéal pour soulager les inflammations des voies respiratoires. L'air chaud et humide des ruches aurait un effet bienfaisant et bénéfique sur la santé. Des chimistes de l'Université technique de Dresde, sous la direction du Professeur Karl Speer, ont étudié en détail l'air de la ruche et ont réussi à identifier plus de 50 composants différents. Il s'est avéré que ces substances ne sont pas seulement bénéfiques pour la santé des voies respiratoires supérieures, mais aussi pour le système cardiovasculaire. L'inhalation d'air de la ruche est recommandée pour les pathologies suivantes : bronchite, asthme, allergies telles que rhume des foins, pseudo-croup, sensibilité aux infections, maux de tête chroniques, migraines, dermatite atopique, BPCO (broncho-pneumopathie chronique obstructive), rhume chronique et rhino-sinusites. L'apithérapie aurait également un effet



positif sur les dépressions et les troubles du sommeil. Selon le Professeur Speer, on ne sait pas encore dans quelle mesure cette thérapie ou son environnement sont bénéfiques pour le patient. Quelle est l'influence positive du calme et de la sérénité de la campagne où se déroule la thérapie? Le rôle de la respiration calme et la part des substances contenues dans l'air de la ruche dans la thérapie doivent encore faire l'objet d'études approfondies. Ils ont pu démontrer que les composés de l'air de la ruche proviennent principalement de la résine d'abeille (propolis) et de la cire d'abeille, tandis que le miel stocké dans les rayons n'apporte qu'une faible contribution à l'air de la ruche.

### Quelques centres de thérapie

- Le centre respiratoire par l'air des ruches, Viesville, Belgique
- SPA des abeilles, La Coudre, Vaud
- Le miel et l'eau, Clermont Dessous, France

### Comment cela fonctionne-t-il?

Un appareil permet d'inhaler l'air de la ruche. Il est placé sur la ruche au-dessus d'une grille. L'air de l'intérieur est aspiré doucement par un ventilateur et conduit par un tuyau jusqu'au masque d'inhalation. Pour que l'air chaud et humide ne se condense pas, le tuyau est chauffé. Une valve dans le masque empêche l'air expiré de retourner dans la ruche. Il est très important qu'aucun patient ne soit piqué pendant le traitement. L'apithérapie par la ruche peut normalement être réalisée entre mai et août, lorsque la température extérieure est d'au moins 18 degrés Celsius. Durant cette période, les abeilles sont en saison et l'air chaud de la ruche peut se développer de manière optimale. Une thérapie avec l'air de la ruche dure en général 2 x 15 minutes. Après les 15 minutes, la ruche est changée. L'air expiré par le patient n'entre

toutefois pas dans la ruche. Il est aspiré vers l'extérieur par une valve.

Jusqu'à présent, la thérapie par inhalation de l'air de la ruche n'était utilisée que comme « bien-être », sans qu'on puisse prétendre à un bénéfice médical ou à une thérapie médicale. Avec le Beecura BSC-IH16 (de Jürgen Schmiedgen D), le système de thérapie par l'air de la ruche est apparu sur le marché comme le premier produit médical certifié. Dans un rucher plus grand, il suffirait d'installer une couchette et de laisser les personnes respirer cet air merveilleux pendant une heure en toute tranquillité. Même ceux qui ne seraient pas convaincus par les effets positifs décrits apprécieront le bourdonnement relaxant à basse fréquence qui s'échappe de la ruche.



Source SPA des abeilles.

*Des respirateurs permettent de gérer efficacement les flux d'air de la ruche inspirés et expirés, comme ici au SPA des abeilles à La Coudre VD.*