Полезные свойства меда.

Мед — ценнейший продукт, с непревзойденными питательными и вкусовыми качествами, подаренный нам природой, обладающий целым рядом полезных и лечебных свойств. Причем люди знали о целебных свойствах меда за много веков до того, как был сделан его химический анализ. Пчелы появились на земле на 50-60 тысяч лет ранее человека. А 6000 лет назад население Египта уже разводило пчел, о чем свидетельствуют многочисленные памятники истории. Древние египетские пирамиды и обелиски являются свидетельством того, что египтяне употребляли мед не только, как пищу, но использовали мед в качестве лечебного, косметического и консервирующего средства.

Но не только египтяне в древности занимались сбором меда. Пчеловодство было широко развито и в Ассирии около 3000 лет назад, причем они нашли применение не только меду, но и воску. Помимо употребления в пищу ассирийцы покрывали тела умерших сначала медом, а затем воском.

В Индии, Китае, Палестине, Аравии, Греции, Риме и многих других странах с глубокой древности использовали, как питательные, так лечебные и консервирующие свойства меда.

В настоящее время свойства меда изучены более детально, проведены множество клинических исследований эффективности применения меда при лечении различных заболеваний.

Говоря о свойствах меда прежде всего стоит отметить его питательную ценность. Мед — это высококалорийный продукт(315 Ккал на 100 гр), близкий по составу кровяной плазме человека, включающий в свой состав легкоусвояемые углеводы — глюкозу и фруктозу, белок, а также целый ряд, минеральных солей, микроэлементов, ферментов и витаминов: B2, B6, H, K, E, PP, C, пантотеновую и фолиевую кислоты.

Благодаря своему сложному составу, включающему более 100 веществ, мед обладает свойствами восстанавливать жизненную силу организма, улучшает обмен веществ.

Белки, входящие в состав меда, служат в качестве пластического вещества в организме и участвуют в образовании гормонов и энзимов. Минеральные вещества взаимодействуя в организме с ферментами, витаминами и гормонами оказывают влияние на возбудимость нервной системы, тканевое дыхание, процессы кроветворения.

Ферменты меда ускоряют пищеварение, стимулируют секреторную деятельность желудка и кишечника, а также помогают нашему организму усваивать полезные вещества из пищи.

Стоит отметить, что в отличие от других продуктов мед усваивается организмом на 100% Благодаря богатому составу одним из важных свойств меда является его омолаживающее действие на организм. Особенно важное значение мед имеет для развития детского организма, так как обладает свойством легко усваиваться и быстро включаться в жизненные функции организма.

Регулярное употребление меда детьми способствует их хорошему умственному и физическому развитию, росту, улучшению аппетита, повышению гемоглобина и кровяных клеток, улучшению защитных сил организма.

Помимо питательных свойств мед обладает обширным спектром фармакологических лечебных свойств.

Употребление меда рекомендуется при лечении язвы двенадцатиперстной кишки и при повышенной кислотности желудка, благодаря своему свойству снижать кислотность желудочного сока и повышать образование муцина.

По мнению советского профессора Г. Гуревича глюкоза входящая в состав меда эффективна как лечебное средство при декомпенсации сердца, аритмии, гипертонии, кардиосклерозе, при отеках, вызванных заболеваниями сердца и печени, как диуретическое, слабительное и тонизирующее средство, при токсических и инфекционных заболеваниях, при кровотечениях, как кровоостанавливающее средство. Мед содержит глюкозу в сочетании с минеральными веществами, энзимами, витаминами, органическими кислотами, поэтому она является более ценным лечебным средством, чем чистая лекарственная глюкоза.

Мед обладает и иммунобиологическими свойствами, то есть способностью укреплять иммунитет человека, усиливает защитные функции организма, помогает противостоять болезням, а заболевшему — легче переносить болезнь. Это доказывают клинические исследования. У пожилых людей 75-85 лет, принимающих мед в течении 1-2 месяцев по 100 грамм в день в сочетании с обычным пищевым режимом, наблюдалось улучшение сна, аппетита, настроения, нормализовался диурез, увеличилось количество гемоглобина, эритроцитов и фагоцитарная активность.

Уровень холестерина снизился с 245мг% в среднем на больного до 196мг%.

Из вышеописанных результатов, можно сделать выводы об омолаживающем действии меда на организм. Омолаживающие свойства меда подтверждают и статистические данные, говорящие о том, что люди регулярно употребляющие мед, живут в среднем на 10 лет дольше остальных людей.

С древности людям известны противомикробные свойства меда. Даже при хранении его в открытых сосудах мед не плесневел и не загнивал, что стало основанием использования его для лечения гнойных ран.

Еще в 1906 году было установлено, что в меде бактериальная флора незначительна, несмотря на благоприятные температурные условия для ее развития, а в 1923 году выявлено, что мед убивает бактерии, возбудители брюшного тифа, паратифа, дизентерии, а также яйца кишечных паразитов (глистов). В 1938 году Н. Дольд выразил мнение, что 17% раствор меда угнетает развитие тифозных и дизентерийных бактерий, сенных, кишечных и сибирской язвы бактерий. Причиной этого по мнению автора стали находящиеся в меде термо- и фотолабильные вещества типа ингибиторов Дольда.

Однако противомикробные свойства меда зависят от сорта, то есть от видов растений медоносов с которого он был добыт. Дальнейшие исследования свойств меда показали, что он обладает широким противомикробным действием, наиболее выраженным по отношению к грамположительным кокам (стафилококкам и стрептококкам), бактериям (дифтерийный бактерий) и бациллам . Грамотрицательные бактерии менее чувствительны к меду.

Помимо противомикробных свойств, мед обладает и протистоцидными и противопротозойные свойствами, то есть способностью убивать одноклеточные организмы животного происхождения( инфузории, амебы итд), останавливать развитие и убивать ряд протозоа, включительно и возбудителя трихомонадного кольпита у женщин.

С глубокой древности известны консервирующие свойства меда. В Египте, Ассирии и Древней Греции мед использовался не только для консервирования трупов, но и для сохранения семян, цветов, мяса и других свежих продуктов. Известно, что продукты щедро залитые медом могут годами сохранять свои свойства без помещения их в холод. Удивительный факт! Современными учеными проводился ряд экспериментов, в результате которых рыба, куриные яйца, лягушки, змеи, а также почки и печень помещенные в мед и хранившиеся при комнатной температуре в течении 4 лет по истечении этого времени были вынуты и имели при этом свежий вид, даже в разрезе. Бактериологическое исследование с целью обнаружения микроорганизмов дали отрицательный результат, то есть исследуемые объекты вполне годились в пищу.

По мнению ученых консервирующее свойство меда главным образом связаны с антибиотическими веществами растительного происхождения (фитонцидов), находящихся в меде

Мед — ценнейший продукт, с непревзойденными питательными и вкусовыми качествами, подаренный нам природой, обладающий целым рядом полезных и лечебных свойств. Причем люди знали о целебных свойствах меда за много веков до того, как был сделан его химический анализ. Пчелы появились на земле на 50-60 тысяч лет ранее человека. А 6000 лет назад население Египта уже разводило пчел, о чем свидетельствуют многочисленные памятники истории. Древние египетские пирамиды и обелиски являются свидетельством того, что египтяне употребляли мед не только, как пищу, но использовали мед в качестве лечебного, косметического и консервирующего средства.

Но не только египтяне в древности занимались сбором меда. Пчеловодство было широко развито и в Ассирии около 3000 лет назад, причем они нашли применение не только меду, но и воску. Помимо употребления в пищу ассирийцы покрывали тела умерших сначала медом, а затем воском.

В Индии, Китае, Палестине, Аравии, Греции, Риме и многих других странах с глубокой древности использовали, как питательные, так лечебные и консервирующие свойства меда.

В настоящее время свойства меда изучены более детально, проведены множество клинических исследований эффективности применения меда при лечении различных заболеваний.

Говоря о свойствах меда прежде всего стоит отметить его питательную ценность. Мед — это высококалорийный продукт(315 Ккал на 100 гр), близкий по составу кровяной плазме человека, включающий в свой состав легкоусвояемые углеводы — глюкозу и фруктозу, белок, а также целый ряд, минеральных солей, микроэлементов, ферментов и витаминов: B2, B6, H, K, E, PP, C, пантотеновую и фолиевую кислоты.

Благодаря своему сложному составу, включающему более 100 веществ, мед обладает свойствами восстанавливать жизненную силу организма, улучшает обмен веществ.

Белки, входящие в состав меда, служат в качестве пластического вещества в организме и участвуют в образовании гормонов и энзимов. Минеральные вещества взаимодействуя в организме с ферментами, витаминами и гормонами оказывают влияние на возбудимость нервной системы, тканевое дыхание, процессы кроветворения.

Ферменты меда ускоряют пищеварение, стимулируют секреторную деятельность желудка и кишечника, а также помогают нашему организму усваивать полезные вещества из пищи.

Стоит отметить, что в отличие от других продуктов мед усваивается организмом на 100% Благодаря богатому составу одним из важных свойств меда является его омолаживающее действие на организм. Особенно важное значение мед имеет для развития детского организма, так как обладает свойством легко усваиваться и быстро включаться в жизненные функции организма.

Регулярное употребление меда детьми способствует их хорошему умственному и физическому развитию, росту, улучшению аппетита, повышению гемоглобина и кровяных клеток, улучшению защитных сил организма.

Помимо питательных свойств мед обладает обширным спектром фармакологических лечебных свойств.

Употребление меда рекомендуется при лечении язвы двенадцатиперстной кишки и при повышенной кислотности желудка, благодаря своему свойству снижать кислотность желудочного сока и повышать образование муцина.

По мнению советского профессора Г. Гуревича глюкоза входящая в состав меда эффективна как лечебное средство при декомпенсации сердца, аритмии, гипертонии, кардиосклерозе, при отеках, вызванных заболеваниями сердца и печени, как диуретическое, слабительное и тонизирующее средство, при токсических и инфекционных заболеваниях, при кровотечениях, как кровоостанавливающее средство. Мед содержит глюкозу в сочетании с минеральными веществами, энзимами, витаминами, органическими кислотами, поэтому она является более ценным лечебным средством, чем чистая лекарственная глюкоза.

Мед обладает и иммунобиологическими свойствами, то есть способностью укреплять иммунитет человека, усиливает защитные функции организма, помогает противостоять болезням, а заболевшему — легче переносить болезнь. Это доказывают клинические исследования. У пожилых людей 75-85 лет, принимающих мед в течении 1-2 месяцев по 100 грамм в день в сочетании с обычным пищевым режимом, наблюдалось улучшение сна, аппетита, настроения, нормализовался диурез, увеличилось количество гемоглобина, эритроцитов и фагоцитарная активность.

Уровень холестерина снизился с 245мг% в среднем на больного до 196мг%.

Из вышеописанных результатов, можно сделать выводы об омолаживающем действии меда на организм. Омолаживающие свойства меда подтверждают и статистические данные, говорящие о том, что люди регулярно употребляющие мед, живут в среднем на 10 лет дольше остальных людей.

С древности людям известны противомикробные свойства меда. Даже при хранении его в открытых сосудах мед не плесневел и не загнивал, что стало основанием использования его для лечения гнойных ран.

Еще в 1906 году было установлено, что в меде бактериальная флора незначительна, несмотря на благоприятные температурные условия для ее развития, а в 1923 году выявлено, что мед убивает бактерии, возбудители брюшного тифа, паратифа, дизентерии, а также яйца кишечных паразитов (глистов). В 1938 году Н. Дольд выразил мнение, что 17% раствор меда угнетает развитие тифозных и дизентерийных бактерий, сенных, кишечных и сибирской язвы бактерий. Причиной этого по мнению автора стали находящиеся в меде термо- и фотолабильные вещества типа ингибиторов Дольда.

Однако противомикробные свойства меда зависят от сорта, то есть от видов растений медоносов с которого он был добыт. Дальнейшие исследования свойств меда показали, что он обладает широким противомикробным действием, наиболее выраженным по отношению к грамположительным кокам (стафилококкам и стрептококкам), бактериям (дифтерийный бактерий) и бациллам . Грамотрицательные бактерии менее чувствительны к меду.

Помимо противомикробных свойств, мед обладает и протистоцидными и противопротозойные свойствами, то есть способностью убивать одноклеточные организмы животного происхождения( инфузории, амебы итд), останавливать развитие и убивать ряд протозоа, включительно и возбудителя трихомонадного кольпита у женщин.

С глубокой древности известны консервирующие свойства меда. В Египте, Ассирии и Древней Греции мед использовался не только для консервирования трупов, но и для сохранения семян, цветов, мяса и других свежих продуктов. Известно, что продукты щедро залитые медом могут годами сохранять свои свойства без помещения их в холод. Удивительный факт! Современными учеными проводился ряд экспериментов, в результате которых рыба, куриные яйца, лягушки, змеи, а также почки и печень помещенные в мед и хранившиеся при комнатной температуре в течении 4 лет по истечении этого времени были вынуты и имели при этом свежий вид, даже в разрезе. Бактериологическое исследование с целью обнаружения микроорганизмов дали отрицательный результат, то есть исследуемые объекты вполне годились в пищу.

По мнению ученых консервирующее свойство меда главным образом связаны с антибиотическими веществами растительного происхождения (фитонцидов), находящихся в меде