Ako svakodnevno koristimo med i druge pčelinje proizvode, osigurat ćemo sebi bolje zdravlje. To je mišljenje stručnjaka zasnovano na nizu iscrpnih znanstvenih studija. Med, pelud, propolis i matičnu mliječ su odlična preventiva i prirodni lijek za mnoga oboljenja. A u tekstu koji je pred vama možete pročitati zašto je to tako.

Med

Med možemo opisati kao slatku, aromatičnu materiju, guste, sirupaste strukture, za čiji su nastanak zaslužne pčele. One prerađuju cvjetni nektar i ostale slatke sokove biljaka i kao rezultat te prerade nastaje med.

Brojne znanstvene studije odavno su potvrdile ljekovitost meda i dokazale da njegovom redovnom upotrebom osiguravamo našem organizmu prevenciju od mnogih bolesti i tako ustvari produžavamo sebi život.

Med ima mnoštvo blagotvornih utjecaja na naš organizam. Prije svega, on jača naš imuni sistem. Djeluje antibakterijski, antigljivično, antiupalno. Također, med je jako koristan za naš krvotok, jer ima hemopoetično djelovanje, potiče formiranje krvi i pravilan rad srčanog mišića. Dalje, ovaj dragocjeni pčelinji proizvod potpomaže regeneraciju stanica, ublažava i otklanja razne bolove i djeluje blagotvorno kod opsipacije. Najzad, med uništava toksine u našem organizmu i tako ga pročišćava.

Zbog svih ovih zdravstvenih benifita, liječnici savjetuju svakodnevno, umjereno konzumiranje meda, uz upozorenje da med ne treba davati djeci mlađoj od jedne godine , jer može izazvati alergijske reakcije.

Cvijetni (polenov) prah

Riječ je ustvari o muškim spolnim stanicama biljaka koje cvjetaju. To su sićušne, golim okom nevidljive čestice smještene u prašniku biljke koje su bogate bjelančevinama, ugljikohidratima, vitaminima, lipidima, enzimima, hormonima itd. Sastav polenovog praha može biti manje ili više različit, ovisno o tome iz koje je biljke, o zemljopisnompodručju na kojem ta biljka raste, kao i o klimatskim uvjetima.
Pelud ima višestruku ljekovitost. Jako je koristan u liječenju raznih bolesti crijeva i dijabetesa, jer u blagoj mjeri povećava koncentraciju inzulina u organizmu. Pored toga, blagotvorno djeluje i kod arteroskleroze, obzirom da utječe na smanjenje kolesterola. Najzad, zahvaljujući bogatom sadržaju nekih minerala (kalija, magnezija i željeza), polenov prah godi srcu i krvnim sudovima, zbog čega se njime učinkovito liječe malokrvnost i ženske zdravstvene smetnje u menopauzi.

Matična mliječ

Matična mliječ predstavlja gustu, kašastu masu koja je bjelkasta ili žuta, ima prepoznatljiv miris i nakiselo-slatkas okus. Nastaje lučenjem pčela radilica, a njegova svrha je prehrana larvi. Bogat je bjelančevinama, aminokiselinama, ugljikohidratima, mastima, vitaminima, različitim mikroelementima.

Znanstvenici su utvrdili da matična mliječ poboljšava metabolizam i doprinos normalnom funkcioniranju središnjeg živčanog sustava. Ublažava umor, jača apetit i poboljšava san, zbog čega je jako korisna za rast i razvoj. Ima izuzetno blagotvorno djelovanje i na krvotok i rad srčanog mišića, regulira krvni tlak, potiče stvaranje eritrociata, utječe na porast koncentracije hemoglobina u krvi, pročišćava i proširuje krvne žile. Također, matična mliječ regulira razmjenu masti u organizmu i tako štiti jetru od degeneracije izazvane mastima, a sprečava i arterosklerozu. I to nije sve – dokazano je da matična mliječ ima pozitivno djelovanje na žlijezde u ljudskom organizmu, potiče spolnu aktivnost i poboljšava laktaciju kod rodilja.

Propolis

Propolis predstavlja tamnožutu ili sivozelenkastu materiju smolaste strukture, čiji miris i kemijska svojstva mogu biti različiti, ovisno o biljkama čiju eksploataciju vrše pčele.

Propolis sadrži flavonoide, aktivne tvari koje imaju ljekovito djelovanje kod različitih bolesti. Flavonoidi su blagotvorni za kapilare, poboljšavaju prokrljvenost i reguliraju lučenje nekih žlijezda: pankreasa, štitnjače, timusa i nadbubrežne žlijezde. Znanstvenici su također utvrdili da propolis pozitivno djeluje u liječenju dermatitisa, upale mokraćnih kanala, bolesti prostate, kod zacjelivanja rana itd.

Napisao: Dragan Antić