

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

продукты пчеловодства

природные лекарства



Юрий Константинов
Продукты пчеловодства.
Природные лекарства
Серия «Карманный целитель»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6706316

*Юрий Константинов. Продукты пчеловодства. Природные лекарства:
Центрполиграф; Москва; 2014
ISBN 978-5-227-04935-3*

Аннотация

О полезных свойствах продуктов пчеловодства слышаны все. Они давно используются как в традиционной медицине, так и в официальной, являясь компонентами множества лекарственных препаратов. Мед – настоящий клад здоровья. В нем содержатся практически все микроэлементы, углеводы, аминокислоты, белки, ферменты, витамины. Пыльца является источником белков, жиров и витаминов. Перга – концентрат важных микроэлементов. Прополис издавна применяется в народной медицине при различных заболеваниях. Маточное молочко – мощный биостимулятор. Пчелиный подмор – сила жизни, обладает биологически активным комплексом. Пчелиный воск является биологически активным продуктом, обладающий бактерицидными свойствами. Медовый забрус содержит ферменты, смолы, эфирные масла... Все компоненты

дополняют и усиливают свойства друг друга. Яд пчелиный обладает неоценимой пользой для здоровья человека. Как правильно лечиться всеми этими природными лекарствами, вы узнаете из нашей книги.

Содержание

Предисловие	6
Пчелиный мед	8
Виды меда и их польза	10
Способы применения меда	17
Рецепты применения меда в лечении для поддерживания жизненного тонуса в любом возрасте	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Юрий Константинов

Продукты пчеловодства.

Природные лекарства

Пчела даёт возможность излечивать наши болезни. Это лучший маленький друг, какой только имеется на свете.

Д. Мор

Охраняется законодательством РФ о защите интеллектуальных прав. Воспроизведение всей книги или любой ее части воспрещается без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

Предисловие

Пчелы с древнейших времен являются неизменными спутниками жизнедеятельности человека. О полезных свойствах продуктов пчеловодства наслышаны все. Они давно используются как в традиционной медицине, так и в официальной, являясь компонентами множества лекарственных препаратов. Обычно, когда речь заходит о продуктах пчеловодства, большинство из нас сразу же вспоминает мед. Вместе с тем, прочие продукты не менее важны и целебны.

Цветочный мед обладает множеством полезных свойств, это настоящий клад здоровья. Уникальность меда в том, что в нем содержатся практически все микроэлементы, а также углеводы, аминокислоты, белки, ферменты, витамины.

Пыльца растений является незаменимым источником белков, жиров и витаминов в корме для пчел.

Перга – это концентрат жизненно важных микроэлементов. Только представьте себе, за три дня питания пергой, личинка увеличивает свой вес более чем в тысячу раз.

Прополис (пчелиный клей) издавна применяется в народной медицине при различных заболеваниях.

Маточное молочко – мощный биостимулятор, имеет богатый и сложный состав, в который входят: протеины, углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза); витамины А, Д, С, В₁,

В₂, В₃, В₄, В₁₂, В₁₅, И, Е, РР, гормоны; свободные жирные кислоты, незаменимые аминокислоты; минеральные соли.

Пчелиный подмор – сила жизни, обладает ценнейшим биологически активным комплексом.

Пчелиный воск является биологически активным продуктом, обладающий бактерицидными и консервирующими свойствами.

Медовый забрус содержит ферменты, смолы, эфирные масла, витамины А, В, С, Е, микро– и макроэлементы, аминокислоты, жирные кислоты, углеводы. Все компоненты дополняют и усиливают свойства друг друга.

Яд пчелиный обладает неоценимой пользой для здоровья человека.

Наша книга о пользе продуктов жизнедеятельности этого удивительного создания природы.

Пчелиный мед

Мед – это продукт, создаваемый пчелами в результате процесса пищеварения, при котором цветочный нектар подвергается ферментации с испарением излишков воды.

Мед одновременно является продуктом питания и лекарственным средством. Лечебные свойства меда широко используется в народной медицине для лечения различных заболеваний. В медицине даже есть целый раздел, посвященный лечению медом – апитерапия. Поэтому вред мед вам принести не может, если его употреблять в разумных количествах.

Мед обладает антибактериальными, бактерицидными, противовоспалительными и противоаллергическими свойствами. Лечебному эффекту меда способствуют его богатый состав: мед содержит сахара, минеральные вещества, микроэлементы, витамины, ферменты, биологически активные вещества, витамины Н, К, пантотеновую и фолиевую кислоты, хлор, цинк, алюминий, бор, кремний, хром, литий, никель, свинец, олово, титан, осмий, так необходимые организму.

Полезными свойствами обладает только натуральный мед, не прошедший различных технологических обработок. При термическом нагревании мед теряет все свои достоинства, потому что при этом меняется молекулярная структура меда, и он превращается в подобное клею вещество, которое

может даже отрицательно повлиять на самочувствие.

Мед лучше покупать на рынках, так как в магазинах в красивых баночках продается термически обработанный мед с химическими добавками и консервантами, а то еще хуже – искусственный мед, который кроме вреда, не несет никакой пользы нашему организму.

Сахарный мед не хранится, быстро закисает и совершенно лишен лечебных свойств. Для хранения меда лучше использовать стеклянную посуду, но подойдут и осиновые, липовые бочки, а также тара из тополя и ольхи. Не рекомендуется использовать дубовые бочки, потому что мед в них темнеет. Мед нельзя оставлять в железной, алюминиевой, оцинкованной, жестяной посуде, потому что в этом случае происходит образование ядовитых веществ.

При условии правильного хранения, а также благодаря сильно выраженному обеззараживающему действию натурального меда может сохранять свои уникальные свойства чрезвычайно долго: в течение столетий и тысячелетий.

Противопоказаний для применения меда очень мало. Основные противопоказания меда – это индивидуальная непереносимость и аллергические реакции.

Виды меда и их польза

Мед может быть падевым и цветочным.

Падевый мед получается в том случае, когда пчелы собирают медвяную росу (падь), выступающую на листьях клена, дуба, орешника, тополя, березы и других растений, а также сладкие выделения некоторых насекомых, например листо-блошек, тли, червеца, щитовки и др.

Этот вид меда более темного цвета и обладает слабым ароматом. Он содержит большее количество минеральных веществ по сравнению с цветочным медом. Падевый мед используется преимущественно в пищевой промышленности.

Определенные сорта падевого меда могут быть ядовитыми. Встречаются образцы падевого меда, имеющие очень неприятный вкус, они долго не растворяются во рту. Другой вид меда – цветочный. Его пчелы получают из нектара медоносных растений. Редко бывает так, что полученный мед – результат сбора нектара только с одного вида растений. В этом случае можно говорить о монофлерном меде. Но чаще этот продукт получается в результате сбора нектара с разных видов растений. Такой мед принято называть полифлерным, причем его сорт определяют по преобладанию входящего в него нектара медоносного растения (кленовый, люцерновый, акациевый, липовый, донниковый, гречишный и др.).

При приеме внутрь «пьяного» меда все неприятные симп-

томы отравления (головокружение, рвота, судороги) проходят через 48 часов. Ускорить выздоровление можно с помощью промывания желудка и приема слабительного.

Табачный мед получается в результате ферментации собранного пчелами нектара табачных цветов. Этот темно-коричневый вид меда источает запах табака. Его неприятный вкус немного горьковат. В пищу табачный мед не употребляют, но он служит в качестве подкормки пчел на пасеках.

Кроме падевого и цветочного меда, встречается так называемый пьяный, или ядовитый, мед. Его вырабатывают пчелы, собирая нектар с растений, относящихся к семейству вересковых (рододендрон, азалия, болотный вереск, багульник и др.)

Акациевый мед собирается пчелами с цветков желтой и белой акаций. Он долго не кристаллизуется, потому что содержит много фруктозы. При кристаллизации этот мед становится мелкозернистым и приобретает белый или бело-желтый цвет.

Мед белой и желтой акаций применяется как успокоительное средство при нервных заболеваниях, при бессоннице, в диабетическом и детском питании. В нем много витамина А (каротина), поэтому он применяется при лечении глазных болезней. Также он обладает противомикробным действием, применяется в качестве общеукрепляющего средства и при желчных, почечных и желудочно-кишечных заболеваниях.

Ценно то, что акациевый мед обычно не вызывает аллергии.

Гречишный мед – один из самых известных сортов. Его цвет может варьироваться от светло-коричневого до коричнево-красного. Он содержит наибольшее количество белка и железа, поэтому особенно полезен при анемии и малокровии. Мед гречихи очищает сосудистое русло, способствует восстановлению поврежденных тканей, повышает уровень гемоглобина в крови. Именно поэтому он может быть полезен беременным женщинам и людям, страдающим хроническими гастритами с повышенной кислотностью желудочного сока. Кроме того, гречишный мед прекрасный антисептик.

Донниковый мед – светло-янтарного или белого цвета с очень тонким приятным ароматом, напоминающим запах ванили. Донник является лекарственным растением, поэтому донниковый мед обладает особыми лечебными свойствами. Этот мед обладает успокаивающим, мочегонным, отхаркивающим, антибактериальным, противовоспалительным, болеутоляющим действиями и стимулирует выделение молока у кормящих матерей. Он рекомендуется при заболеваниях органов дыхания, простудных заболеваниях, головной боли, бессоннице. Также полезен при заболеваниях сердца: способствует расширению коронарных сосудов, улучшает кровоснабжение, снижает отеки сердечного происхождения, стабилизирует давление. Еще этот сорт меда обладает сильными антисептическими свойствами, использу-

ется в компрессах при гнойных ранах и фурункулах.

Каштановый мед имеет специфический аромат и горьковатый вкус, из-за этого его не все любят. Однако в Европе он очень популярен, особенно во Франции. Этот мед исцеляет желудочно-кишечные и почечные заболевания, обладает выраженным антимикробным действием. Мед каштана рекомендуется при сердечно-сосудистых заболеваниях, поскольку оказывает благоприятное влияние на всю кровеносную систему.

Кориандровый (коляндровый) мед содержит большое количество эфирных масел, поэтому обладает специфическим, достаточно резким пряным ароматом.

Этот мед обладает желчегонным эффектом, улучшает пищеварение, полезен при потере аппетита, поэтому применяется при различных заболеваниях желудка, двенадцатиперстной кишки, печени, поджелудочной железы. Кроме того, мед кориандра активизирует умственную и физическую деятельность, благодаря мягкому возбуждению центральной нервной системы (поэтому будет необходим при стрессах и хронической усталости), обладает антисептическим, болеутоляющим, бронхолитическим действием (полезен при бронхиальной астме, хронических бронхитах), замедляет сердечный ритм (может применяться при тахикардии и экстрасистолии), а также повышает потенцию, благодаря чему издавна считается «мужским» медом.

Липовый мед бесцветный или слегка желтоватый, про-

зрачный. При кристаллизации он превращается в плотную белую или бело-желтую мелкозернистую массу. Вкус острый, очень сладкий.

В липовом меде много органических кислот, которые уже во рту человека вызывают рефлекторные реакции соко- и желчеотделения. Поэтому рекомендуется не проглатывать мед сразу, а подержать его во рту до полного растворения. Также он создает мощную антимикробную защиту, хорошо лечит раны, снижает отеки, усиливает восстановление тканей.

Липовый мед незаменим при лечении ангины, насморка, ларингита, бронхита, трахеита, туберкулеза легких, бронхиальной астмы. Хорош как сердечно-сосудистое укрепляющее средство. Он применяется при воспалении желудочно-кишечного тракта, почечных и желчных заболеваниях. Этот мед снижает депрессию, улучшает настроение и общее самочувствие.

Полевое разнотравье пчелы делают из нектара, собранного с самых разных полевых цветов. Этот мед очень ароматен и долго сохраняет запах полевых (лесных, горных) цветов. В таком сборном продукте очень много самых разных биологически активных компонентов (аминокислот, витаминов, макро- и микроэлементов и т. д.) поэтому он обладает выраженными общеукрепляющими свойствами, способствует нормализации обмена веществ, усиливает иммунитет. Сборный цветочный мед обладает выраженными бак-

терицидными свойствами.

Прополисный мед имеет сильные антисептические и спазмолитические свойства. Он повышает устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, восполняет недостаток микроэлементов и витаминов в организме.

Мед с прополисом может применяться наружно, внутрь и для ингаляций. Наиболее часто прополисный мед используется внутрь для укрепления иммунитета и лечения различных заболеваний.

Шалфейный мед вырабатывается из нектара цветков шалфея аптечного. Этот мед светло-янтарного или темно-золотистого цвета, обладает нежным ароматом. Имеет выраженные антимикробные и противовоспалительные свойства, полезен при заболеваниях почек, кашле, неврозах, болезнях сердца, неврастении, желудочно-кишечных заболеваниях, способствует регуляции менструального цикла, обладает потогонным действием.

Эспарцетовый мед пчелы делают из нектара розовых или красных цветков многолетнего растения эспарцет посевной или виколистный, которое растет в диком виде в средней полосе России, в Сибири и на Украине. Этот мед очень ценится в странах Европы. Он улучшает кровообращение и укрепляет капилляры, обладает мочегонным и потогонным действием, укрепляет иммунитет и усиливает потенцию.

Мед в сотах намного полезнее откачанного, поскольку

натуральный воск, из которого состоят соты, сам по себе обладает лечебными свойствами, в сочетании же с медом эти ценные качества проявляются еще больше. К тому же, мед в сотах лучше хранится и не кристаллизуется в течение всего года. В сотовом меде содержится больше витамина А, чем в моркови, поэтому его пережевывание очень полезно для глаз. Мед в сотах – признанное средство при лечении заболеваний дыхательной системы.

Способы применения меда

Взрослому здоровому человеку можно с пользой принимать не более 100 – 140 г меда в день. Оптимальное количество меда в качестве укрепляющего и лечебного диетического пищевого продукта должно составлять 50 – 60 г. Эту дозу лучше употребить в жидком виде в несколько приемов. Курс лечения следует проводить 2 месяца.

Детям мед рекомендуется давать по 1 ч. ложке (не более) три раза в день, то есть всего 30 – 50 г в сутки.

Летом ежедневную порцию меда сокращают вдвое, потому что в этот период повышается потребление фруктов и ягод, в которых содержится много сахаристых веществ и фруктозы. Мед можно есть в неразбавленном виде (это особенно полезно при склонности к простудным заболеваниям) или с добавлением к нему воды.

Рекомендуется принимать мед за 1,5 – 2 часа до еды или спустя 3 часа после еды. Хорошо съедать немного меда на ночь. При соблюдении этих условий происходит наиболее полное усвоение продукта и максимальное проявление его положительного влияния на организм.

В пожилом возрасте, при отсутствии физических нагрузок, достаточно ежедневно съедать 1 – 2 ч. ложки меда. Это количество соответствует суточной дозе потребления легкоусвояемых углеводов. Вместе с тем следует исключить из ра-

циона употребление сахара и прочих сладких продуктов: пирожных, конфет, мороженого, варенья и др. Дело в том, что злоупотребление углеводами при малой подвижности приводит к увеличению веса и вредит здоровью. Излишнее количество сладкого может привести к развитию многих заболеваний – таких, как гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемия сердечной мышцы, а также сахарный диабет. Чрезмерное употребление сахарозы приводит к повышению сахара в крови, на что поджелудочная железа вынуждена реагировать выработкой гормона инсулина, который регулирует усвоение углеводов. Такая нагрузка приводит к истощению клеток поджелудочной железы. В результате возникает максимальный риск развития сахарного диабета.

Несмотря на то что долгое и чрезмерное употребление углеводов повышает риск возникновения этого заболевания, все же мед очень осторожно, в минимальных количествах, под контролем врача и соблюдая назначенный режим питания можно принимать и больным, страдающим этим недугом. Дело в том, что опасность таит не мед, а очень большое количество легкоусвояемых углеводов.

Рецепты применения меда в лечении для поддержания жизненного тонуса в любом возрасте

- 3 ст. ложки земляники размять до образования однородной массы, добавить 1 ст. ложку цветочного меда и 1 стакан теплого молока, хорошо размешать. Полученную смесь принимать в качестве профилактического средства 3 раза в день в течение 1 недели с перерывом в 2 недели. Затем прием повторяют. Детям следует принимать по 2 ст. ложки, взрослым – по 5 – 6 ст. ложек в день.

- 1 пучок зелени (петрушки, укропа, кинзы) мелко порубить и смешать со 100 г нежирного творога, добавить 2 ст. ложки гречишного меда. Это блюдо особенно полезно пожилым и людям с пониженным иммунитетом.

- Взять 500 г очищенного, измельченного в мясорубке репчатого лука, 400 г сахара, 1 л холодной воды, 50 г меда. Лук, воду, сахар смешать в эмалированной кастрюле, поставить на горячую плиту и выдержать до закипания. После того как смесь закипит, огонь убавить до медленного и кипятить еще 3 часа. Снять с плиты, остудить до +60 – 70 °С и только потом добавить мед (его нельзя сильно нагревать, иначе он

теряет лечебные свойства). Не процеживать. Пить теплым по 1 ст. ложке 2 – 3 раза в день за 15 – 20 минут до еды.

- Для нормализации иммунитета при диатезе, ангине, синусите, колите, аллергии поможет прием 20 – 50 г меда утром натощак, запивая его отваром барбариса, кукурузных рылец, плодов шиповника либо одной из следующих трав: бессмертник, зверобой, тысячелистник, пижма, полынь горькая, укроп, трилистник и цветки ромашки.

- Весной поможет такая смесь: взять по 1 стакану изюма, грецких орехов, кураги пропустить через мясорубку и добавить 2 – 3 ст. ложки меда. Принимать каждый день по 2 ст. ложки.

- Смешать 40 г липового меда и 0,5 стакана несладкого яблочного сока. Принимать 3 раза в день, детям – по 2 – 3 ст. ложки, взрослым – по 5 – 6 ст. ложек.

- Возьмите траву душицы обыкновенной (1 ст. ложку), травы пустырника пятилопастного (1 ст. ложку), плодов шиповника коричневого (1 ст. ложку), листьев мяты перечной (2 ч. ложки), листьев ежевики сизой (2 ч. ложки). Тщательно измельчите все компоненты, затем возьмите 2 ст. ложки лекарственной смеси двумя стаканами кипятка, оставьте на 2 часа, чтобы отвар мог настояться, после чего обязательно

процедите, а затем добавьте две ст. ложки меда. Принимайте лекарство по 4 ст. ложки за полчаса, перед тем как ложиться спать.

- **Полезный чай:** кусочек корня имбиря длиной 3 см, долька лимона и 1 ч. ложка меда. Имбирь натереть или растереть в ступке. К нему добавить остальные ингредиенты и залить кипятком. Настаивать не меньше 30 минут. Полезно пить утром натощак.

- Возьмите 1 ст. ложку меда и залейте одним стаканом кипяченой воды (можно использовать молоко). Принимать лекарственное средство за полчаса перед сном. Это эффективное средство для лечения бессонницы. Мед является самым безобидным и успокаивающим снотворным средством, который способствует укреплению не только нервной системы, но и всего организма.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.