

nature

„Medicus curat, natura sanat” – hangzik az ókori bölcselet: vagyis az orvos kezel, a természet gyógyít.



A méhek ajándéka

A természet kincsei v.

Ez a mondás már számtalanszor beigazolódott az emberiség történetében és napjainkban is megállja a helyét. Tény, hogy egészségünkért mintegy 80 százalékban magunk vagyunk felelősek, mi tehetünk legtöbbet azért, hogy minőségi életet élhessünk. Az egészséges életmód számos fontos összetevője – egészséges ételek, optimális testsúly, jó levegő, tiszta víz, rendszeres testmozgás, elegendő alvás, pozitív gondolkodás és a káros szenvedélyek mellőzése – mellett nagyon fontos szerepet töltenek be a jó minőségű, biológiailag aktív, organikus és természetes alapanyagból készült, komplex étrend-kiegészítők. Közülük is kiemelkedően fontos szerepet játszanak a méhkaptár termékei: a propolisz, a vele kevert méz, a virágpór és a méhpempő. Ezeket a hatóanyagokat a világ legokosabb vegyészé állította össze: a természet.

A kaptár kisebb-nagyobb részeinek betapasztásához és belsejének fertőtlenítéséhez a méhek a propoliszt használják. A propolisz görög szó: a polisz városállamot jelent. A méhek városának láthatatlan védelmét képezi ez az anyag: egy erős, nagy mennyiségű propoliszt termelő családban gond nélkül elpusztítja a vírusokat és baktériumokat. Magas antioxidáns-tartalma van: antibiotikumként működő (de azok mellékhatásaival nem rendelkező) és hámosító hatású flavonoidokat, valamint ferulasavat tartalmaz, de a táplálék felszívódását segítő enzimek, aminosavak, B1-, B2-, B6-, C- és E-vitamin és a szervezet számára nélkülözhetetlen ásványi anyagok is találhatóak benne.

Napjainkban sajnos gyakran alkalmazzák a szervezetben zajló gyulladásos folyamatok csillapítására az egyébként bizonyos esetekben életmentő antibiotikumokat. A nem megfelelő használat azonban a baktériumok többségét ellenállóvá tette e készítményekkel szemben. Nem mellékesen az antibiotikumok a normál bélflóra pusztításával számtalan további problémát okoznak. Tekintettel arra, hogy manapság a civilizáció „áldásaként” forgalomba

kerülő, finomított és tartósítószerrel dúsított élelmiszerek miatt az emberi szervezet folyamatos gyulladásban van, a természetes gyulladásgátlás soha nem volt fontosabb, mint ma. Az úgynevezett civilizációs ártalmak és betegségek – mint a szív-ér rendszeri, daganatos, anyagcsere- és mozgásszervi problémák – hátterében többnyire lappangó gyulladásos folyamatok állnak. Az emberi szervezet évmilliók alatt kifejlődött táplálkozási szokásait a korszerűsödő élelmiszer-feldolgozás az utóbbi évszázadban megzavarta, és a finomított szénhidrátok – cukor, édességek, fehér búzalisztból készült pékáruk és tésztafélék, cukros üdítők –, valamint a tejtermékek egy része miatt a szervezet küszködik, az immunrendszer kimerül, és egy idő után az ember mindenféle „nyavalyát” elkap.

Ezért a propolisz, illetve a többi méhtermék kúraszerű, évente akár többször megismételt fogyasztása mindenképpen előnyös egészségünk karbantartása szempontjából.

Mielőtt azonban kipróbálna valamilyen propolisz-készítményt, bizonyosodjon meg róla, hogy nem allergiás rá! A készítmény szedését kis adagokban – fél tableta, illetve mokkáskanál – kezdje. Ha allergiás tüneteket észlel – felduzzadt szemhéj, csalánkiütés, vérnyomáscsökkenés – a készítmény szedését függesse fel. Az esetek túlnyomó többségében a propolisznak normális adagolásban semmilyen mellékhatása nincs, túladagolás esetén 4-5 napig szüneteltetni kell a termékek fogyasztását.



nature



A PROPOLISZ FELHASZNÁLÁSI TERÜLETEI

- Használható légcsőhurut és allergiás jellegű asztma esetében.
- Vírus-, baktérium- és gombaölő, használatos például influenza, herpesz és egyes bőrbetegségek ellen.
- Növeli az erek rugalmasságát.
- Segít megfázásos megbetegedések esetén.
- Vérnyomáscsökkentő hatású.
- Fekélyek, vérkeringési és szívbetegségek kiegészítő kezelésére használják.
- Sebgyógyításra, reumatikus bántalmakra, ízületi, derék- és gerincfájdalmakra alkalmazzák.

PROPOLISZOS MÉZ

A propolisz és a méz minden egészségügyi előnyét ötvözi a propoliszos méz. Ajánljuk torokfájásra – egy nap alatt elmulasztja –, valamint egyéb gyulladások kezelésére. A drága gyógyszereknél sokszorosan hatékonyabban gyógyítja a tüneteket napi 2-3 kiskanállal fogyasztva. A természet antibiotikuma, a propolisz pedig még hatékonyabban fejti ki jótékony hatását, mivel mézzel vegyítve lassabban, alaposabban terül szét torkunkban, és hosszabb ideig érintkezik a gyulladt felülettel.



Dr. Bakanek György
orvos, az FLP független
életmód-szaktanácsadója

VIRÁGPOR ÉS PEMPŐ

Az immunrendszer támogatásának egyik leghatékonyabb eszköze a virágpor és a pempő. Különösen a téli-tavaszi, illetve az őszi-téli évszakváltás idején alkalmazott kúra előzi meg eredményesen az ilyenkor tömegesen jelentkező megfázásos, influenzás tünetek kialakulását. Köszönjük meg a méheknek áldásos tevékenységüket, és használjuk ki az általuk az egészségünk karbantartására biztosított természetes és hatékony készítményeket!

IRODALOMJEGYZÉK:

- Dr. Szalai László: Méhdoktor, Hungarprint, 1992
- Propolisz, Szerkesztett kiadvány, Apimundia, 1982
- Apiterápia ma, Apimundia, 1982
- D. C. Jarvis: Méz és más természetes készítmények

