Мед - лучшее лекарство

С древнейших времен пчелиный мед широко использовался в народной медицине в качестве важнейшего лечебного средства. Старинные рукописные лечебники донесли до нас тысячи рецептов лекарств, в состав которых обязательно входил мед. Можно найти прописи меда в сочетании с различными травами — крапивой, лебедой, ромашкой, а также с луком, чесноком, горчичными семенами, хмелем, уксусом и многими другими компонентами. Причем уже тогда мед употребляли как средство, пригодное для лечения людей любого возраста — от младенцев до немощных стариков.

Применение меда как лекарственного средства известно со времен глубокой древности. Древние египтяне, по свидетельству авторитетного исторического источника — папируса Эберса (XVI век до н. э.), считали, что мед способствует ускорению регенерации ран. В качестве целебного средства его применяли древние евреи и греки.

В книге выдающегося средневекового армянского врача и естествоиспытателя Амирдовлата Амаснаци «Ненужное для неучей» есть немало упоминаний о лечении мегром (по-армянски мегр — мед). В частности, автор сообщал об использовании меда при начинающейся катаракте, а также для «очищения уха и улучшения слуха». Описаны его послабляющие свойства. Если «сварить мед со свежим укропом и смазать лишай, то поможет». Особенно полезен мед, по мнению А. Амаснаци, для стариков.

Гиппократ успешно применял мед при многих заболеваниях и сам постоянно употреблял его в пищу. Он справедливо указывал, что мед, принимаемый с другой пищей, не только целителен и питателен, но и придает хороший цвет лицу.

Успешно применялся мед в лечебных целях и на Руси. Он является излюбленным средством народной медицины при простудных заболеваниях. Кроме того, он дает хорошие результаты при лечении широкого спектра заболеваний и патологических состояний. Пчелиный мед выдержал многовековой экзамен, и его по праву называют ценным и безвредным лекарством. Преимущество меда как средства терапии заключается в том, что он питает и оздоравливает человека, его можно приобрести без рецепта (желательно по совету врача) и применять в домашних условиях.

По мнению медиков, лечебные свойства меда связаны с содержащимися в нем сахарами, которые повышают защитно-обезвреживающую функцию печени, тонус сердечнососудистой системы, общую сопротивляемость организма. Терапевтические свойства пчелиного меда также связаны с содержанием в нем разнообразных витаминов, микроэлементов, минеральных и антибактериальных веществ.

Легче усваиваемый организмом, чем обычный сахар, мед является ценным диетическим продуктом и по этой причине рекомендуется пациентам, требующим усиленного питания. Для таких людей имеется множество рецептов приготовления различных диетических блюд с медом. Надо только помнить о том, что самые ценные из них те, которые не требуют нагревания выше 60С. Можно, например, добавлять мед в уже готовые каши, что значительно повысит их калорийность и улучшит вкусовые качества.

Суммируя эффекты воздействия на организм пчелиного меда, можно выделить несколько наиболее важных лечебных свойств: он оказывает иммуностимулирующее действие, обеспечивает повышение защитных функций организма, обладает антибактериальными свойствами (препятствует размножению болезнетворных бактерий), облегчает процессы регенерации (восстановление пораженных вследствие болезни или травмы клеток и'тканей), оказывает противовоспалительное действие. Мед также уменьшает боли в пораженном месте, улучшает сон, снимает выраженность аллергических реакций, разжижает бронхиальные выделения, оказывает легкий послабляющий эффект.

Противопоказаниями к лечебному применению меда служат сахарный диабет и идиосинкразия (повышенная чувствительность) некоторых людей к этому продукту, которая проявляется аллергическими реакциями.

Существует несколько способов применения пчелиного меда: употребление внутрь, ингаляции, местное (наружное) использование, полоскание, промывание, а также некоторые специальные методики.

Применение меда при лечении ран

При помещении повязок (салфеток с медом) на раневую поверхность в ране происходит усиление кровотока и лимфообразования. Это создает благоприятные условия для улучшения трофики (питания) пораженных тканей в зоне раны, способствует механическому очищению раны. Мед действует бактериостатически и способствует отмиранию ряда микроорганизмов (стрепто- и стафилококки, возбудители некоторых кишечных инфекционных заболеваний). Превосходные результаты получены медиками при использовании меда в сочетании с рыбьим жиром, который является богатым источником витамина А. Такая смесь особенно показана при лечении вяло заживающих ран, трофических язв и других поражений кожных покровов и слизистых в связи со стимуляцией процессов репарации.

Отечественная фармацевтическая промышленность производит содержащую пчелиный мед мазь Конькова, эффективную при лечении ожогов, трофических язв и вяло регенерирующих ран. Народная медицина советует добавлять к меду отвары различных лекарственных трав, соки овощей с целью улучшения процессов заживления свежих ран и слабо репарирующих язвенных дефектов.

Приводим рецепты эффективных лечебных средств с медом, которые можно приготовить в домашних условиях.

* Репарационная (заживляющая) мазь. Для лечения длительно не заживающих ран и язв: 80 г пчелиного меда, 20 г рыбьего жира, 3 г ксероформа тщательно перемешать. Мазь накладывают на предварительно очищенную поверхность раны вместе с марлевой повязкой. Смена повязок производится каждые 2 — 3 дня.
* Сушенице-медовый настой. Одну столовую ложку сухой травы сушеницы топяной залить стаканом кипятка, настаивать в течение получаса; после процеживания необходимо добавить одну столовую ложку натурального меда. Применяют наружно для промывания ран и язв; внутрь — при язвенной болезни желудка по 1 — 2 столовые ложки за полчаса до приема пищи.
* Эвкалиптово-медовый раствор. В 0,5 л горячей воды засыпать 50 г сухих листьев эвкалипта и кипятить в течение 3 — 4 минут. После процеживания добавить 2 столовые ложки пчелиного меда. Используют в виде примочек и ванночек при лечении ран,
* Ромашково-медовый настой. Одну столовую ложку цветков ромашки заварить в стакане кипящей воды (как чай). После естественного охлаждения профильтровать раствор и добавить в него 1 чайную ложку меда. Применяется как полоскание при ангинах, стоматитах. Можно использовать отвар в составе лечебных клизм при хронических коликах.
* Картофельно-медовые аппликации. После тщательного промывания и очищения сырой картофель натирают на мелкой терке для получения картофельной кашицы. К 1Л стакана этой кашицы добавляют 1 чайную ложку меда и перемешивают. Смесь (слоем примерно 1 см) распределяют на марлевой салфетке и аккуратно прикладывают к пораженному участку кожи. Фиксируют бинтом и держат не менее двух часов, после чего салфетку можно снимать. Повязки рекомендуется делать в течение дня несколько раз. Снимая салфетку, каждый раз необходимо убирать просочившуюся на рану смесь. На ночь на пораженное место лучше наложить повязку с прополисной мазью, а днем медово-картофельные аппликации повторяют. Используют для лечения пиодермии, хронического фурункулеза, флегмонозных угревых высыпаний, мозолей, а также ожогов и хронической экземы.

Официальная медицина апробировала некоторые мази, содержащие мед. Доказан их положительный эффект при ряде заболеваний. В последнее время для усиления лечебного эффекта мед комбинируют с антибиотиками широкого спектра действия и стимуляторами регенерации. Из антибактериальных препаратов используют ампициллин, оксациллин и другие. Из стимуляторов регенерации с медом хорошо комбинируются нуклеинат натрия, метилурацил, оротат калия, экстракт алоэ.

Значительно ускоряет заживление трофических язв применение меда в сочетании с масляным раствором хлорофиллипта. Хлорофиллипт получают из листьев ценного лекарственного растения эвкалипта.

Влияние меда на систему органов пищеварения

Установлено незначительное местнораздражающее действие меда на слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, а также его легкий послабляющий эффект. Систематический умеренный прием в пищу пчелиного меда регулирует функцию кишечника, что очень важно для людей, ведущих малоподвижный образ жизни, и стариков.

Натуральный мед входит в состав знаменитого «венского пития», используемого как мягкое, нежное слабительное. Опытные врачи в прошлом широко прописывали мед в составе так называемых слабительных кашек.

Народная медицина советует для получения послабляющего эффекта принять внутрь 50 — 100 г меда (или в смеси с водой, или в чистом виде). В отдельных случаях в этих же целях можно поставить клизму с 10 — 20 г меда.

Мед в виде водного раствора снижает повышенную кислотность желудочного сока и поэтому с положительным терапевтическим эффектом используется как лечебное средство при гастритах и язвенной болезни желудка, сопровождающихся повышенной кислотностью.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки лучше всего мед принимать за 1,5 — 2 часа до завтрака и обеда и через 3 часа после ужина. Мед надо растворить в стакане теплой воды; в растворенном виде он будет способствовать разжижению слизи в желудке, снимать болевые ощущения, устранять тошноту и изжогу. В ходе наблюдений установлено, что у больных гастроэнтерологических отделений, регулярно употребляющих мед по такому способу, нарастала масса тела, улучшалась формула крови, понижалась возбудимость нервной системы, стабилизировались настроение и сон.

В тех случаях, когда пчелиный мед употребляют внутрь непосредственно перед едой, он, наоборот, способствует повышению секреции желез слизистой оболочки желудка и в связи с этим может применяться в терапии больных с низкой кислотностью желудочного сока. В таких случаях врачи-гастроэнтерологи рекомендуют использовать натуральный мед в виде холодного водного раствора (1 столовая ложка на 1 стакан воды).

Совершенно очевидно, что упомянутые заболевания требуют широких биохимических и других специальных методов лечения, а также терапии, направленной на различные звенья патологического процесса. Поэтому медолечение не должно рассматриваться как панацея, заменяющая все остальные виды лечебного воздействия на организм. В каждом конкретном случае решающее слово (принимать ли мед в качестве вспомогательного средства) остается за лечащим врачом.

Народная медицина использует обширный арсенал средств с применением меда в лечении гастроэнтерологической патологии. Вот некоторые из наиболее зарекомендовавших себя на практике рецептов:

* При гастритах с нормальной и пониженной кислотностью желудочного сока, при атонических коликах, энтероколитах эффективно такое средство. 500 г пчелиного меда смешивают с 500 мл сока подорожника и кипятят на слабом огне в течение 20 минут. По прошествии этого времени отвар охлаждают и принимают в охлажденном виде перед едой по 1 столовой ложке 3 раза в день. Хранят лечебный отвар в темном холодном месте.
* При гиперацидном гастрите (гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока) популярен следующий способ терапии. Одну столовую ложку натурального меда растворить в теплой воде и принимать внутрь за 1,5 — 2 часа до приема пищи. Курс лечения — 1,5 — 2 месяца.
* При гипоацидном гастрите (воспалении желудка с пониженной секрецией) применяют ту же дозировку и ту же пропись меда, но растворяют его в холодной воде. Курс терапии —1,5 — 2 месяца.

• Для стимуляции моторной функции кишечника применяют такой рецепт. Через мясорубку пропускают 400 г кураги, 400 г освобожденного от косточек чернослива и одну пачку листьев сенны. К полученной массе добавляют 200 г пчелиного меда в жидком состоянии и все тщательно перемешивают. Принимают смесь по 1 — 2 чайные ложки за ужином, запивая теплой водой. Обеспечиваются ежедневный стул и хорошее состояние кишечника даже при привычных запорах.

Отметим, что терапевтическая доза меда при язвенной болезни, по данным разных специалистов, различна. При подборе индивидуальной лечебной дозы необходимо помнить о том, что отдельные пациенты не могут переносить мед в относительно больших количествах (400 — 600 г в сутки) и, следовательно, не могут лечиться с помощью этого метода. У таких больных наблюдается рвота и может наступить отвращение к меду.

Мед и сердечнососудистая система

Глюкоза является необходимым энергетическим материалом для мышечной ткани, в том числе и для сердечной мышцы. Вот почему натуральный мед можно использовать при ослаблении функции мышцы сердца.

Но не надо увлекаться таким лечением, не следует принимать мед в больших количествах с горячим чаем, поскольку это приводит к повышенной нагрузке на больное сердце, что весьма нежелательно.

Рекомендуется принимать мед небольшими порциями (лучше по 1 чайной ложке 3 — 4 раза в день) с молоком, творогом, фруктами и другими пищевыми продуктами в пределах лечебного стола № 10 по Певзнеру (так называемый «сердечный» диетический стол). Желательно перед приемом растворить мед в небольшом количестве теплой воды.

Народная медицина советует принимать пчелиный мед. с овощными соками для лечения гипертонической болезни. В начальных стадиях заболевания хороший терапевтический эффект дают следующие медово-овощные смеси:

* Взять по 1 стакану морковного, свекольного соков и сока хрена (натертый хрен предварительно настоять с водой в течение 36 часов), а также сок одного лимона и смешать с одним стаканом меда в жидком состоянии. Смесь употреблять внутрь по одной столовой ложке 2 — 3 раза в день за 1 час до еды или спустя 2 — 3 часа после приема пищи.
* Взять стакан морковного сока, стакан хрена (тертый хрен настаивают на воде в течение суток), стакан меда и сок одного лимона. Тщательно перемешать все компоненты и принимать по одной столовой ложке 3 раза в день за час до или через 2—3 часа после еды. Смесь хранить в холодильнике в герметично закрывающейся стеклянной посуде.
* Одну столовую ложку сухих плодов шиповника залить двумя стаканами кипятка и кипятить в течение 10 минут. Охладить, процедить и добавить одну столовую ложку пчелиного меда. Этот витаминный напиток (богатый аскорбиновой кислотой) очень полезен для людей с ослабленной мышцей сердца. Принимать по V\* — 1Лстакана 2 —Зраза в день. Хранить в холодильнике в тщательно укупоренной посуде.

Мед и обмен веществ

При истощении организма, а также при ослаблении его главных функциональных систем (например, при хронических и длительно текущих заболеваниях) пчелиный мед применяется с большим успехом. Глюкоза содержится в печени в виде гликогена, а это приводит к возрастанию обезвреживающей роли «главной лаборатории» человеческого тела. Таким образом, усиливается общая резистентность (иммунобиологическая активность) и повышается устойчивость к инфекциям и токсинам. Под влиянием натурального меда общее состояние ослабленных и истощенных больных значительно улучшается, повышается уровень гемоглобина в крови; происходит нарастание массы тела.

Очень полезно принимать мед с парным молоком (100 — 150 г меда в день) при туберкулезе легких, поскольку энергетические траты при этом тяжелом заболевании резко возрастают. В этих случаях народная медицина рекомендует принимать мед с молоком (коровьим, козьим), а также с другими жирами животного происхождения (гусиным салом, барсучьим и медвежьим жиром, смальцем и сливочным маслом). Разработан и внедрен в клиническую практику метод лечения хронических форм туберкулеза с использованием кумыса из коровьего молока, который назначают вместе с медом. Данная смесь целительна, помогает защитить ткань печени, которая находится под непрерывным прессингом токсинов микобактерий и антибиотиков, в больших количествах назначаемых во фтизиатрии.

Приведем еще несколько рецептов применения меда в терапии больных туберкулезом. Их, кстати, можно использовать и истощенным людям, перенесшим другие болезни, когда необходимо высококалорийное, обогащенное витаминами питание.

* Берут 100 г меда, 100 г смальца или гусиного жира, 100 г сливочного масла (лучше деревенского, домашнего), а также 15 мл сока столетника (алоэ) и 100 г какао. Перемешать \ и разогреть, но не кипятить. Рекомендуется принимать по

1 столовой ложке на стакан горячего молока утром и вечером — дважды в день.

* Листья столетника (алоэ) в возрасте 3 — 5 лет выдерживают в темноте при температуре 4 — 8 °С (в холодильнике, завернув в черную фотобумагу) в течение 12— 14 дней. Потом листья промывают в воде, измельчают и заливают кипяченой водой в соотношении 1:3. Следует оставить данную смесь стоять при комнатной температуре в течение 1 — 1,5 часа. Полученный сок отжимают. К 100 мл сока алоэ добавляют 500 г измельченных грецких орехов и 300 г натурального меда. Способ употребления: по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до приема пищи.
* Взять 100 г меда, 100 г гусиного жира (или свиного сала), 100 г порошка какао и 15 мл сока алоэ. Смешать и принимать по столовой ложке со стаканом горячего (лучше экологически чистого, деревенского) молока.
* Данный рецепт рекомендуется лицам, не склонным к злоупотреблению алкоголем, поскольку в его состав входит вино. Взять выдержанные в темноте листья алоэ, промыть, измельчить и отжать сок. 150 мл полученного сока алоэ смешать с 250 г пчелиного меда и 350 мл вина (лучше кагор). Настой следует хранить в темной стеклянной посуде при температуре 4 — 8 °С в течение 4—5 дней (в холодильнике). Употреблять по одной столовой ложке три раза в день за полчаса до приема пищи.

Положительное влияние натурального меда на обмен веществ позволило применять его и в других формах. Известен способ употребления, меда с целью стимуляции обмена веществ с помощью питательных клизм (они содержат также яичный желток и лекарственные средства). При использовании таких питательных клизм необходимо помнить, что температура смеси не должна превышать 40 °С (лучше 37 — 38 'С), а объем их должен быть относительно малым (30 — 50 мл). Можно вводить и большее количество питательной смеси, но постепенно, капельным путем.

Чрезвычайно полезен мед детям. Обычно им достаточно вдень 1 — 2 чайные ложки (в зависимости от возраста). Медицинские литературные источники содержат сведения о благотворном эффекте натурального меда при энурезе (ночном недержании мочи) у детей, поскольку он оказывает общеукрепляющее и успокаивающее действие на нервную систему.

Ежедневная доза меда для взрослого здорового человека при обычных энергозатратах, по мнению большинства специалистов, составляет 50—100 г. Их традиционно делят на несколько приемов, чтобы пчелиный мед наиболее эффективно «работал» как пищевое и диетическое средство. Наиболее полезно применение меда с молоком, теплой кипяченой водой и чаем.

Методы определения натуральности пчелиного меда

Некоторые пчеловоды занимаются фальсификацией меда. С этой целью пчелам может скармливаться сахарный сироп; в уже откачанный свежий мед, для придания ему большего веса, добавляют сахарный песок. Для повышения вязкости меда в него иногда добавляют крахмал, мел, муку, патоку. Существует государственный стандарт на мед, согласно которому воды в нем должно быть не более 21%, сахарозы — не более 7%, диастазное число — не менее 5 единиц Готе, восстанавливающих Сахаров должно содержаться не менее 79%.

Наличие в меде крахмала или муки легко можно определить с помощью обычной 3- или 5%-ной настойки йода. Методика состоит в следующем: небольшое количество меда разбавляют малым количеством дистиллированной воды и в этот раствор добавляют 4 — 5 капель йода. Если мед содержит муку или крахмал, раствор посинеет.

Примесь мела можно определить следующим образом: к раствору меда добавляют несколько капель уксусной эссенции. Если примесь мела имеется, раствор зашипит с выделением углекислого газа.

Содержание в натуральном меде сахарного песка можно установить путем добавления к 5-10%-ному раствору меда небольшого количества ляписа. Если произошло выпадение белого осадка, мед содержит примесь сахара.

Для определения зрелости меда его набирают в ложку, которую потом надо повернуть; зрелый мед стекать не будет, а незрелый быстро стечет с ложки. Зрелый мед содержит, как правило, меньше 18% воды и его удельный вес при температуре 15°С будет составлять не ниже 1,429. При хранении натуральный мед способен кристаллизоваться (засахариваться). Это совершенно естественный процесс, не влияющий на качество меда.

Правила хранения продуктов пчеловодства

Выполняя несложные правила, можно всегда иметь доброкачественный мед, сохраняющий все ценные и полезные свойства.

Натуральный пчелиный мед необходимо хранить в сухом и проветриваемом помещении при температуре от 5 до 10С. Надо следить, чтобы мед не впитывал влагу, иначе он закиснет.

Мед весьма гигроскопичен и может впитывать не только влагу, но и различные посторонние запахи. Вот почему нельзя хранить рядом с медом стиральные порошки, мыло или парфюмерные и фармацевтические средства. Как правило, мед хранят в стеклянной посуде с хорошо пригнанной пробкой.

Лекарственные препараты на основе продуктов пчеловодства (таблетки, свечи, растворы для инъекций, мази id т. д.) необходимо хранить в темном месте, при комнатной температуре и в местах, недоступных для детей. По истечении срока годности препараты надо уничтожать.