

Памятка

«На чем основано лечебное действие мёда»

Лечебное действие меда основано на следующем:

1. Действие на центральную нервную систему. Комбинация химических элементов, витаминов в естественном пчелином меде приводит к уравниванию возбуждательных и тормозных процессов. Поэтому мед показан при неврозах, гипертонии, проблемах сердца, язвенной болезни, бронхиальной астме. Очень полезно давать мед подросткам "в переходный период", когда они становятся непослушными, дерзкими, вспыльчивыми. Применяется мед и в профессиях, связанных с постоянным перевозбуждением нервной системы: солдаты, учителя, исследователи, водители транспорта, студенты в период сессии.

2. Действие на сердечно-сосудистую систему. Мед не только снимает нервно-рефлекторный спазм сосудов, приводящий к стенокардическим приступам, отложению атеросклеротических бляшек, болям в конечностях, головным болям, но и содержит вещества, способствующие снижению холестерина в крови.

3. Действие на органы пищеварительной системы. Мед улучшает аппетит, сохраняет зубы от порчи, истребляет дурной запах изо рта. При заболеваниях желудка мед не только регулирует кислотность желудочного сока, но и способствует скорейшему затягиванию (заживлению) язв. Уменьшается изжога, газы, усиливается перистальтика желудка, кишечника. Мед усиливает выделение желчи, что целительно при разных видах желтухи, при холециститах и гепатитах. Усиливая перистальтику, мед устраняет вздутие

кишечника от газов, хронические запоры, положительно действует при геморрое. Не следует забывать и про прямое бактериостатическое действие меда ввиду наличия в нем фитонцидов. Хороши полоскания из меда полости рта при стоматитах.

4. Действие на органы дыхания. Фитонциды меда дают основание применять его при заболеваниях верхних дыхательных путей: гриппе, катарах. Мед способствует разрыхлению слизистых поверхностей дыхательных путей, лучшему отделению секрета, что благоприятно действует при ларингитах, фарингитах и бронхитах. Кроме того мед усиливает естественную перистальтику "волосков", покрывающих слизистые дыхательных путей, что обеспечивает лучшую эвакуацию накопившейся мокроты. Это особенно важно при хронических бронхитах, эмфиземе легких. Мед можно употребить и для ингаляций: 2 ложечки свежего меда на стакан воды. Раствор кипятить в специальном ингаляторе или обычном чайнике и дышать паром, выделяющимся из носика.

Кроме вышеперечисленного, мед и препараты из него рекомендуется употреблять при: головных болях, общем недомогании, хронических запорах, нервозности, кровоточивости из десен, носа.