

قوي ترين آنتي بيوتيك طبيعي

قوي ترين آنتي بيوتيك طبيعي..



خود درماني بوسيله عسل

قوي ترين آنتي بيوتيك طبيعي

در بين ملل مختلف، عسل همواره به عنوان داروي سنتي براي زخم و سوزش معده استفاده شده است. در حقيقت، تحقيقات نشان مي دهند که عسل رشد هلیکوباکتریلوري (باکتری بوجود آورندهی زخم معده) را متوقف می کند و اسید کافئیک موجود در عسل از بروز سرطان روده بزرگ جلوگیری می کند.

تنها نکته ای که باید در مصرف این مادهی شیرین و ضد باکتری، به آن توجه داشت این است که باید از خوردن آن به بچه های کمتر از یک سال پرهیز کرد، زیرا ممکن است باعث مسمومیت بوتولیسم (توسط باکتری کلستریدیوم بوتولینوم) در آنها شود.

اثرات دارويي عسل

چند مورد از ناراحتی های شایع که عسل در درمان آنها نقش زیادی دارد:

پیشگیری از سرماخوردگی: حل کردن یک قاشق مرباخوری عسل در نصف استکان آبلیمو و آب گرم، در آغاز پیدایش علائم سرماخوردگی، سبب بهبود سریع شما می گردد.

درمان زخم ها: می توان از گاز استریل آغشته به عسل برای درمان سوختگی ها و زخم ها استفاده کرد. همچنین برای تسکین درد ناشی از نیش حشرات و جلوگیری از بروز عفونت مفید است.

تسکین دهندهی درد گلو: می توانید با مصرف یک قاشق چای خوری عسل حل شده در آب ولرم و کمی آبلیمو، گلودرد خود را بهبود ببخشید.

علاجی برای آلرژی ها: مصرف روزانهی یک قاشق چایخوری عسل تازه و طبیعی، برای حساسیت ها بسیار مفید است.

قطع سرفه: پوست گلابی را جدا کنید و وسط آن را گود کنید. مقداری عسل در وسط گلابی بریزید و آن را به مدت 10 تا 15 دقیقه بخارپز کنید، یا به طور معمولی آن بپزید. سه مرتبه در روز از این ماده ی غذایی مصرف کنید تا ریه های تان قوت بگیرند. با این کار می توانید سرفه های آزاردهنده را مهار کنید.

در روشی دیگر، می توانید وسط شلغم را خالی کرده و مقداری عسل داخلش بریزید. بعد از 24 ساعت، محتویات داخلی آن را میل کنید. سرفه شما بهبود می یابد.

درمان بیبوست: بعد از اینکه صبح از خواب بیدار شدید، 12 روز آب ولرم را همراه با یک قاشق غذاخوری عسل، قبل از صبحانه با شکم خالی میل کنید.

موم کندو و عسل زنبور عسل، سلامتی را به ارمغان می آورند

این دو محصول زنبور عسل، شما را شگفت زده خواهند کرد.

عسل سرشار از ویتامین ها، مواد معدنی، آنزیم ها و آمینواسیدها است و نشاط و انرژی شما را دو چندان خواهد کرد. همچنین کبد را از تاثیر ترکیبات سمی حفظ می کند و برای مردان دارای بیماری پروستات بسیار مفید است.

پروپولیس، صمغی است که توسط زنبور عسل ترشح می شود و زنبور از آن برای ترمیم کندو استفاده می کند. همچنین این ماده به عنوان لایه ای محافظ در برابر هجوم میکروب ها عمل می کند. این ماده باعث مصونیت در برابر بیماری ها می شود. سرشار از فلاونوئیدها و آنتی اکسیدان ها است. همچنین دارای مقادیری Terpenoid است که خود نوعی ضد ویروس، ضد باکتری و ضد قارچ محسوب می شود.

مشابه تعدادی از آنتی بیوتیک هایی که توسط پزشک تجویز می شود، پروپولیس از تقسیم سلولی باکتری جلوگیری و دیواره ی سلولی میکروب ها را تخریب می کند. این ماده را می توان در عسل های غنی شده از پروپولیس یا کپسول های حاوی پروپولیس یافت.

از دیگر محصولات زنبور عسل، غذای ملکه (Royal Jelly) است.

غذای ملکه، در فرهنگ های آسیایی به عنوان افزایش دهندهی طول عمر شناخته می شود و باعث مصونیت، نشاط و شادابی در زندگی و افزایش نیروی مردانگی می گردد.

این ماده سرشار از ویتامین و کلاژن است. کلاژن پروتئینی است که با افزایش سن، از مقدار آن در بدن به طور پیوسته کم می شود.

همچنین این ماده در مبارزه با سرطان‌ها بسیار موثر است، به ویژه سرطان‌های بدخیم. این ماده حاوی پروتئینی ضد باکتری، به نام رویالیزین است. رویالیزین محافظی قدرتمند در برابر تعداد زیادی باکتری‌ها از جمله استرپتوکوکوس و استافیلوکوکوس است. غذای ملکه، با خاصیت درمانی فوق العاده مخصوص مصرف زنبورهای ملکه است. اما بخش جالب تر قضیه این است که زنبور ملکه، عمری به مدت 5 تا 7 سال دارد. در حالی که زنبورهای کارگر تنها 5 تا 7 هفته عمر می‌کنند. اگر زنبور ملکه مشابه زنبورهای کارگر تغذیه شود، همانند آنها طول عمری معادل 5 تا 7 هفته خواهد داشت. بنابراین تعجبی ندارد که غذای ملکه در آسیا به عنوان ماده ای برای افزایش طول عمر مقدس شمرده می‌شود! غذای ملکه را می‌توان به صورت مکمل در فروشگاه‌های مواد غذایی و همچنین در گل‌فروشی‌ها یافت.

تهیه و تدوین: دکتر سمیرا سرخوش