

## عسل؛ تسکین دهنده گلودرد

یک متخصص تغذیه با بیان این مطلب که بعضی از باکتری‌ها در برابر درمان آنتی بیوتیک‌ها مقاوم هستند، گفت: مصرف عسل در برخی عفونت‌ها مانند گلودرد و باکتری‌هایی که در سینوزیت وجود دارد، منجر به مختل شدن رشد باکتری‌ها می‌شود.



همشهری آنلایین: یک متخصص تغذیه با بیان این مطلب که بعضی از باکتری‌ها در برابر درمان آنتی بیوتیک‌ها مقاوم هستند، گفت: مصرف عسل در برخی عفونت‌ها مانند گلودرد و باکتری‌هایی که در سینوزیت وجود دارد، منجر به مختل شدن رشد باکتری‌ها می‌شود.

دکتر کوروش جعفریان در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه عسل به عنوان یکی از داروهایی است که در قرآن از آن یاد شده است، گفت: از لحاظ فرهنگی و سنتی نیز از عسل به عنوان دارو در طب سنتی چه در ایران و چه خارج از کشور استفاده می‌شود.

وی اظهار کرد: به طور طبیعی عسل ماده پیچیده‌ای نیست و دارای قند از جمله گلوکز و املاح مانند منیزیم، آهن، کلسیم، پتاسیم و کلسیم است که هر چند سرشار از این مواد نیست، اما از نظر علمی می‌تواند درمان کننده باشد.

جعفریان با اشاره به اینکه در گذشته از عسل به عنوان پانسمان استفاده می‌کردند، گفت: در حال حاضر نیز در برخی از مکان‌هایی که حجامت انجام می‌شود، از عسل به جای پانسمان استفاده می‌شود.

این متخصص تغذیه در خصوص خواص عسل در درمان بیماری‌ها تصریح کرد: ترکیب عسل با لیمو و آب به عنوان کاهش دهنده و تسکین دهنده درد گلو مناسب است، زیرا نقش آنتی بیوتیکی دارد. عسل به دلیل داشتن آنتی اکسیدان می‌تواند در بیماری‌هایی که مقدار اکسیدان بدن را بالا می‌برد نیز کمک کننده باشد.

وی با اشاره به اینکه از عسل به دلیل دارا بودن قند به عنوان منبع انرژی استفاده می‌شود و خستگی را از بین می‌برد، توصیه کرد: باید دقت کنیم که به کودکان زیر یک سال تحت هیچ شرایطی عسل ندهیم، زیرا ممکن است عسل به اسید بوتولینم آلوده شده باشد که در این صورت سیستم گوارش کودک توان مقابله با این باکتری و سم را ندارد.