Dr. Szalay László

MÉHDOKTOR

Hunga-Print Nyomda és Kiadó
Budapest, 1992

ELŐSZÓ

Az apiterápia kifejezés az Apis (=méh) és a terápia (=gyógyítás) szavak összevonásából származik, vagyis a méhészeti termékekkel való gyógyítást jelenti.

A méhészeti termékek egy része növényi eredetű (méz, virágpor, propolisz), más része állatoktól származik (méhpempő, méhméreg, méhviasz), mégis az apiterápia a természetgyógyászaton belül leginkább a fitoterápiával rokon.

Az apiterápia osztozik a természetgyógyászat sorsában. A „zöld hullám" ismét a felszínre hozta ezt az ősi gyógymódot. A köz- és szakvélemény szélsőségesen megoszlik hasznosságát és teljesítőképességét illetően. Hazai vonatkozásban ma még inkább alábecsülik.

Ugyanakkor sokan kiábrándultak a hivatalos gyógyászati eljárásokból. Gyakoriak a gyógyszeres mellékhatások (a toxicitási problémák). Ez általános jelenség. Az USA-ban minden ötödik kórházi ágyon valamilyen gyógyszerártalmat szenvedett beteg fekszik. Világszerte fokozódik az öngyógyítás (self-curing) igénye. Svájci helyzet:
a bőrbetegségek kezelése 75%-ban
a fertőző betegségek ellen 87%-ban
fájdalomcsillapításban 91%-ban tudnak segíteni magukon a betegek.

A fejlődés útját jelzi a nem vényköteles gyógyszerforgalom aránya (1987-ben):
NSZK: 18%
Anglia: 22%
Franciaország: 23%
Svájc: 33%

Természetesen az öngyógyításhoz fokozott hozzáértés szükséges. A többnyire agresszív kemikáliák szabálytalan alkalmazása veszélyes dolog. Ugyanez az apiterápiai anyagok és készítmények esetében sokkal kevésbé kockázatos.

A növényi és a méhészeti bioaktív anyagok jelentős része kísérője volt az emberiségnek a történelem folyamán.

Mindezek ellenére tanulnunk kell az apiterápiát, hogy figyelembe vehessük az egyéni reakcióképességet, különbségeket. Az emberre szabott gyógyítás nem fejeződhet ki általános sémákban. Csak a személyre szabott terápiák segítségével érhet el a beteg és gyógyító igazi eredményeket, gyógyulást.

T úlzás nélkül állíthatjuk, hogy az apiterápia egyidős az emberiséggel. A gyűjtögetésből élő ősember ismerte a méheket. Bizonyítja ezt a Valenciában (Spanyolország) található Arana barlang egyik rajza, ahol a Homo sapiens Cromagnon-i rasszához tartozó leány, látható, amint egy fa odvában lakó méhcsaládot foszt ki. Az ősember kirabolta a méhek fészkeit, elfogyasztotta az, összes méhészeti terméket, vagyis a mézet, virágport, méhkenyeret, propoliszt, viaszt éppúgy megette, mint a fiasítást a méhpempővel együtt, a méhméreg pedig az elkerülhetetlen szúrások alkalmával kapta meg. Valamennyi méh-termék használa vált az embereknek. Nem is feledkeztek meg róla soha.

4000 évvel ezelőtt *III. Ramszesz* és *Tutmozisz* fáraók a mézet lakomáik részévé tették. Már abban az időben a Nílus partvidékén a henger alakú agyag-kaptárakban tartott méhekkel méhlegelőre vándoroltak.

A sumérok ékírása néhány mézzel készült orvosság receptjét őrizte meg. Különös, hogy nem tüntették fel, hogy mire kell használni azokat. Ez bizonyára azért van így, mert azt Nippurban minden gyógyító ember tudta.

Az asszíroknál előfordult, hogy csataikban a méheket támadásra használták fel. Ennek egyik feltétele volt a hordozható méhlakás. 3500 éve a zsidók már méhészkedtek és mézzel kereskedtek. A Talmud (a zsidók szent könyve) többször megemlékezik a méhekről, a mézről és a viaszról.

A médek és a perzsák előkelő halottaikat viaszba, mézbe mártva, temették el.

A gyógyítás indiai rendszerében (Ayurveda, Unani) többféle mézet ismertek és sokféle mézes gyógyszert használtak. Ha a mézet kősóval együtt csepegtették a fülbe - csillapította a fájdalmat, a gyulladást és gyógyította a süketséget. Az indiai hagyományok alapján tudjuk ma is, hogy a lótusz-méz hatásos ellenszere a szembajoknak, enyhíti a sorvadást, javasolt torokfájásra, köhögésre, meghűlésre, székrekedésre.

Hagymalével együtt a szembe csepegtetve elmulasztja a hályogot és a farkasvakságot.

Ecettel és sóval kiegészítve és vízzel hígítva jó a veszett kutya harapása ellen.

Ha az állapotos nő korán reggel fogyaszt mézet, az szorító fájdalmat okoz, ami a terhesség megállapítására alkalmas.

A méz egyéb ismert tulajdonságai: könnyen emészthető, ízletes, étvágygerjesztő, erősítő, üdítő, nyálkaoldó, köhögéscsillapító, megerősíti a foghúst, a fogakat; használható sárgaság, lép-megnagyobbodás, mellkasi-bántalmak, nemi gyengeség, vese- és epekő, bélférgek, mérgezések, dadogás, szív-betegségek és lepra ellen.

2500 évvel ezelőtt a,föníciaiak Afrika partvidékein méhészkedtek, s a méhészeti termékekkel virágzó kereskedelmet folytattak.

Az ókori Hellas-ban előkelő látogatók megvendégelése méz nélkül nem volt elképzelhető. Ismerték és fogyasztották a mézből készült szeszes italokat. A halottak szájába mézeskalácsot tettek. A rómaiak mulsum, melitites és aquarnulsa néven fogyasztották összejöveteleiken a mézből készült szeszes italokat.

Plinius említést tesz mozgatható szerkezetű méhlakásokról is. 2100 évvel ezelőtt a mai Franciaország és Britannia területén élő emberek számos bizonyítékát hagyták hátra méhészeti tevékenységüknek.

Különféle bibliai szövegekben is szerepel a méz. Salamon mondta egykor: Egyed fiam a mézet, mert jó, és a színméz édes a te torkodban. Máshol hozzátette: Ha mézet találsz, egyél annyit, amennyi elegendő a számodra, hogy ne lakj túl jól és kiköpjed.

Ézsaiás: Vajat és mézet egyen, amikor csak tud, hogy a rosszat elűzze és a jót válassza.

Máté szerint Keresztelő Jánosnak szöcske és „vad" méz volt az eledele.

Lukács evangélista megírta, hogy Jézus kereszthe feszítése után megjelent tanítványai körében, akik úgy vélték, szellemet látnak, de a Mester azt mondta: Van valami ételetek? Erre sült hallal és mézzel kínálták. Ő elvette és megette előttük. (Ebben az esetben valószínűleg lépesmézről volt szó.)

A Korán 16. fejezetében a méhekkel foglalkozik. A 70-71. formula ezt tartalmazza: És tanítá az Úr a méhet: „Keresd lakásod a hegyekben és a fákon és mindott, amit ők (az emberek) építenek. Ezután táplálkozz minden gyümölcsből, és kövesd urad kényelmes útját." Testükből egy nedű (ital) jön, mely különböző színű, s melyben az ember számára gyógyszer található.

Ibn Sina (Avicenna) és az egész arab gyógyászat magas rangra emelte a mézet.

Ibn Battuta arab világutazó (XIV. század) naplójában írta, hogy muzulmánok lakta szigeten a helybeliek „mézből és kókusztejből egyfajta mézbort készítenek, amely bizonyos halakkal fogyasztva, amelyet főleg élveznek, egyedülálló, más népeknél nem tapasztalható férfiasságot kölcsönöz nekik. Ennek a szigetnek a lakói feleségüket meglepően nagy élményben részesítik." (Megjegyzem, hogy a halat, mint kitűnő fehérjeforrást, teljes értékűen helyettesíthetjük virágporral, aminek fogyasztása nem csak a férfiakra van jó hatással.)

A Föld egymástól távoleső pontjain a természeti népek mindegyike nagyra értékelte a méhészeti termékeket. Észak- és Dél-Amerika indiánjai, az új-zélandi maorik, a kalahári busmanok egyaránt nagyra becsülték a mézet és mindazt, amit azzal együtt találtak. Sokszor az volt az első étel, amelyet a csecsemő kapott. Ilyenkor a szülők és a törzs többi tagja lemondott az elosztásnál rájuk jutó adagokról. Azt nem tudták, hogy mitől jók a méhek termékei, de tapasztalták azok különleges hatásait és bölcsen a maguk hasznára fordították.

A középkorban azt hitték, hogy a méh a mézben a leghatásosabb, leggyógyítóbb növényeket hordja össze és ezért az alkimisták nagy mennyiségű mézet desztilláltak, hogy a növények quint-esszenciáját nyerjék ki belőle. A sűrítményt aranyfüsttel elegyítették. Ez volt az Aurum potabile (=iható arany), mely állítólag még a halottakat is feltámasztotta.

Edmund Herold pap, méhész írta, hogy egy korai keresztény legenda szerint a paradicsomból való kiűzetéskor a méh különleges kegyelemben részesült.

A középkori kolostorokban a méznek és a viasznak is nagy szerepe volt. A méz Szent Hildegard (1098-1179) gyógyászatában is fontos szerephez jutott (pl. gesztenyeméz és a szívbor).

Magyar méhész elődeink

Az ősmagyarok is ismerték a méhészkedést. A népvándorlás útján mindvégig volt kapcsolatuk a méhekkel. A letelepedés kedvezett a méhészkedésnek, mert voltak hagyományai és dús, változatos méhlegelő állt rendelkezésre. A méhészkedés az idők során többször vált történelmi jelentőségű. Néhány példa.

1564-ben a brassóiak *Sándor* moldvai fejedelemnek ajándékba mézet és mézeskalácsot küldtek, ami nagyon megnyerte a fejedelem tetszését.

1619-ben *Borsos Tamás* Konstantinápolyból *Bethlen Gáborhoz* írott levelében azt kéri, hogy minél több magyar mézeskalácsot küldjön és minél gyakrabban, mert ilyen apró ajándékokkal tartja fenn a török pasákkal a barátságot.

1686. január 20-án *Weber* német császári hadbiztos a kőrösiektől 200, a kecskemétiektől 200 oka mézet rekvirált és rá 10 napra Mehmed Tihaja budai pasa a kőrösiektől 1000, a kecskemétiektől 2000 oka mézet parancsolt Budára szállíttatni. Ebben az időben egy keresztény fogolynak az ára a pesti piacon 1 itce méz volt.

1707-ben *Rákóczi Ferenc* 109 itce mézet követelt Kassától és a szomszédos községektől.

Ekkortájt az egyik kassai mézeskalácsos 71000 db mézestésztát küldött segédjével az országos vásárra.

Gyakori volt a panasz a sokoldalú rekvirációk, tizedek, kilencedek, császári és fejedelmi dézsmák, az exekutorok zsaroló eljárásai miatt. Az erdélyi országgyűléseken minden alkalommal napirendi pont volt a méhtenyésztők panasza és annak orvoslása.

1771-ben az erdélyi gubernium (kormányzóság) értekezletre hívta össze a méhészeket. Ebben az évben nyílt meg Bécsben *Mária Terézia* rendeletére a méhészeti főiskola.

Mária Terézia a méhtenyésztők érdekében rendeletével intézkedett a tizedek és a vándoroltatott méhek után fizetendő vám eltörléséről. Kinevezte az első méhészeti felügyelőt, *Toldy Józsefet*.

Közben mégis hanyatlott a méhészkedés. A XVIII. században kezdett teret hódítani a gyári nádcukor. A cukor drágább volt ugyan a méznél, eleinte kimondottan divatos luxuscikk, fogyasztása növekedett, ára csökkent és elkezdte kiszorítani a mézet. Fokozatosan módosulnak a táplálkozási szokások is. A valaha nélkülözhetetlen méz, a méhészek és a népegészségügy érdekében szükségessé vált a felvilágosítás, a reklám. Úgy érzem, hogy még most is itt tartunk.

Az, hogy miként alakul a jövő - rajtunk áll. Remélem, hogy ez a könyv is elősegíti a helyesebb, egészségesebb életmód kialakítását, amelyben a méhészeti termékek visszakaphatják majd az őket megillető helyet és tiszteletet.

Hildegard korabeli receptek

Hildegard és Gottfried Hertzka idejéből erednek azok a népi gyógyászati eljárások, amelyek még helyenként máig fennmaradtak. A gyógyulni vágyónak magának kell elkészítenie ezeket az egyszerű gyógyszereket. Néhány közülük:

Végy nyolc (vagy több) petrezselyemgyökeret és rakd bele egy liter jó borba, s ehhez ízlés szerint 1-2 evőkanál borecetet.

Mindezt forrald fel és 10 percig főzzed. Vigyázat: habzik! Ezután tegyél bele jó fél font tiszta mézet és főzd tovább még egyszer 4-5

perceig kis lángon. Ekkor kész, forrón gondosan át kell szűrni és üvegpalackokba szétosztani.

Javaslat: szívszorulásnál, szív- és gyomorkörnyéki puffadásnál, vizességnél.

Uborkalé és méz az akné gyógyítására: 1 evőkanálnyi aprított uborkát leöntünk 2 dl forró vízzel, állni hagyjuk, majd leszűrjük és 1 kávéskanál mézet adunk hozzá. A lébe mártott vattapamacsokat 30-40 percig tartsuk az aknés bőrön.

Seborrheás bőrgyulladásra javasolt kezelés: Zsályalevelet kell egy pohár forró vízben áztatni, 30-40 perc után szűrjük le. Ehhez az oldathoz 1 kávéskanálnyi mézet kell adni. Naponta 2-3-szor pakolást teszünk a beteg bőrfelületre.

Ugyanígy lehet körömvirágos (Calendula) mézet készíteni.

Népi gyógyászat javaslata égési sebek, fekélyek és pioderma gyógyítására: fél pohár finomra reszelt krumplira tegyünk egy evőkanál mézet, csomagoljuk a pépet gézbe és készítsünk arcpakolást.

A tölgykéregkivonat mézzel, és a mézes-hagymás pakolás bőrgyógyászati készítmények. Érdekes a köhögésre javasolt mézes retekkivonat. Kivájt retekbe mézet tettek, 3-4 óráig tartották a kiüregesített retkeket. A retek-méz kivonatból minden étkezés előtt 1-1 kávéskanállal fogyasztottak.

Bélrenyheségre méz és tök volt a gyógyszer. Vénás érgörcsre, aggkori szívelégtelenségre mézes fokhagymát ajánlottak.

A MÉZ

A méz főbb alkotórészei

A méz táplálék és egyidejűleg gyógyszer is. Ez az édesség egyszerre hat kalóriahordozóival és bioaktív anyagaival.

A mézjelentős része víz (19-22 %), fő értékét képezik a szénhidrátok (monoszaharidok, diszaharidok, triszaharidok, poliszaharidok, dextrinek, keményítők) a nitrogénvegyületek (aminosavak, fehérjék, enzimek, fermentumok, vitaminok), savak, aromaanyagok, színanyagok, ásványi sók.

' A cukorkomponensek közül a legjelentősebbek az egyszerű cukrok közé tartozó szőlőcukor (glükóz) és gyümölcsukor (fruktóz). Ezek együttesen a méz szárazanyagának 85-95 %-át teszik ki.

A két alapvető összetevő aránya szabja meg a méz kristályosodási hajlamát. A szőlőcukor elősegíti, a gyümölcscukor gátolja a kristályosodást.

Az akácméznél a fruktóz-glükóz arány 1,4-1,7:1 között mozog, tehát ez a méz sokáig folyékony marad. A repceméznél ez az arány általában 1,02-1,16:1, vagyis ez a méz egy hónapon belül átkristályosodhat.

A napraforgóméz sajátossága, hogy álláskor két fázisra bomlik, különválik a kristályos és a folyékony réteg.

Tudnunk kell, hogy a kristályosodáskor a méz víztartalma nem változik. Éppen a gyorsan átkristályosodó repceméz a magasabb víztartalom miatt hajlamosabb erjedésre.

A fogyasztók a kristályosodást gyakran „cukrosodásnak" minősítik és megértő mosollyal mondják: tudták, hogy a méhész cukrot tett a mézbe, és lám, most be is igazolódott.

A méz kikristályosodását az emberek azóta ismerik, amióta a mézet. A keresztesvirágúak (pl. a repce) méze még a sejtekben is gyorsan kristályossá válik. Ezt a jelenséget Gáli Imre (1941) szakíró így magyarázza: "A kristályosodást a mézben előforduló szőlőcukor okozza. A szőlőcukor ugyanis vízben rosszabbul oldódik, mint a gyümölcscukor, s ha a méz vízben szegény, vagy kevés a gyümölcscukor tartalma, úgy a szőlőcukor oldatban tartására a folyékony anyag a mézben nem elegendő."

Meg kell még jegyeznünk, hogy a gyümölcscukor édesítő képessége kétszer akkora, mint a szőlőcukoré, ugyanakkor a gyümölcscukor, fruktóz felszívódása a bélben kétszer olyan lassú, mint a glükózé. A gyümölcscukor, amint áthalad a bélfalon, nagyrészt átalakul szőlőcukorrá.

A természetes eredetű nádcukor (szacharóz) aránya a virágmézekben maximum 5 %, édesharmat, akác és levendulamézben viszont 7-10 % lehet.

A nektár nem tartalmaz fehérjét. A méz nitrogén vegyületei főleg virágpor tartalmából származnak. A kimutatott 18 féle aminosav közül a prolin a legjelentősebb.

Az enzimek, fermentumok a méh garatmirigy-váladékaként kerülnek a mézbe. A sokféle hatékony anyag közül a legnevezetesebb a glükozoxidáz, amely a glükózt glükózsavra és hidrogénperoxidra bontja. A glükózsav hozzájárul a méz savasságához, a hidrogénperoxid viszont a méz antibiális hatásának legfőbb biztosítéka.

A méz vitaminokban szegény anyag. Előforduló vitaminok mennyisége 100 grammonként:
C vitamin 1-4 mg
B1-vitamin 0,002-0,004 mg
B2-vitamin 0,02-0,1 mg
nikotinsavamid 0,1-02 mg

Egyes mézekben zsírsavak is kimutathatók. Ebből a szempontból kiemelkedő jelentőségű a gesztenyeméz, amely éppen ezért alkalmas vérkeringési betegségek, trombózis, artritisz, nőgyógyászati betegségek és fertőzések gyógyítására.

Az aromaanyagok kölcsönzik a méz jellegzetes ízét. Eddig 120 féle aromaanyagot mutattak ki a különböző mézekből.

A méz színanyagai állandó változásnak vannak kitéve. A világosban tartott méz megsötétedik, ha felmelegítjük, hosszan tároljuk.

A sötét mézek több nitrogénvegyületet és több ásványi anyagot tartalmaznak. A nektár ásványielem-tartalma mindig magasabb, mint az abból készült méznek, mert a méhek a nektár érlelése közben bizonyos elemeket szervezetük számára kivonnak.

A Magyarországon (1988-ban) vizsgált almamézben 16 féle elem fordult elő. Legjelentősebb a kalcium-tartalom. Az ilyen méz gyerekek számára szükséges a csontképződéshez. Az almamézben a nátrium, foszfor, kálium és magnézium az emberi szervezet igényének megfelelő mennyiségű és arányú. Alumíniumból tartalmazhatná kevesebbet. Az almanektár mikroelem-tartalma ppm-ben:

Mn	0,3	Mg	25,9
Cu	0,6	K	21,9
Fe	4,0	P	36,5
Zn	4,8	Na	54,9
Al	,24,6	Ca	107,7

Az átlagos fogyasztó a méz összetételének ismerete nélkül a környezet hatása és saját ízlése alapján választja ki kedvenc csemegéjét. Az USA-ban 5000 mézfogyasztóval végzett felmérés olyan eredményhez vezetett, amely a mi viszonyainkat is jellemzi. Néhány fontosabb megállapítás a felmérésből:
az átlagos mézfogyasztó egyre idősebb lesz,
a 2-4 tagú családok a legnagyobb mézfogyasztók,
az egyedülállók fogyasztják a legkevesebb mézet,
a tanultság növekedésével egyenes arányban növekszik a mézfogyasztás,
a mézfogyasztás a téli hónapokban a legnagyobb,
a mézfogyasztók fele egész évben egyenletesen fogyasztja a mézet,
nagyon sokan fogyasztanak mézet betegség esetén,
az amerikaiak 73 %-a édesíti italait, legtöbbször a teáját mézzel.
Jó tudni, hogy magas, egészségügyi kultúrával rendelkező államokban, pl. a skandinávoknál az ún. krém-mézet részesítik előny-

ben, mert ebben a formában nincs szükség ismételt hőkezelésre, ez a méz nem folyik le a kenyérről, vastagabban kenhető és ezáltal is több méz fogy.

A lépesméz a mézfogyasztás legtermészetesebb formája.

Figyelemre méltó az NSZK-ban, 1987-ben, általános és belgyógyász orvosokkal készített közvéleménykutatás eredménye. A megkérdezettek a kenyér ízesítésére alkalmas hétféle termék közül egészségügyi szempontból a mézet tették az első helyre 93%-os arányban (második lett a sajt, harmadik a gyümölcsíz).

Arra a kérdésre, hogy szokták-e javasolni betegeiknek a méz fogyasztását a felmérésben szereplő orvosok 8,9%-a felelt igennel.

Hogyan gyógyít a méz

A méz gyógyászati alkalmazási lehetősége közül néhány:

A méz fontos terapeutikus hatása antibiális tulajdonságában rejlik. Ez a képesség az egyes fajtákban más és más.

Gyógynövény-mézekkel végzett kísérletek is bizonyították, hogy a különböző mézek eltérő mikrobaellenes tulajdonságokkal rendelkeznek. A termőhely, a tárolás, annak hőmérséklete ugyancsak hatással van a fertőtlenítő képességre.

A méz legismertebb tápláló és gyógyító hatása az erősítés. A méz főleg monoszaharidokból áll, amelyek azonnal felszívódhatnak, rögtön a véráramba kerülhetnek.

A kimerülést gyorsan, hatékonyan meg lehet szüntetni mézzel. Súlyos és hosszantartó száj- és garatgyulladásnál naponta egy kanál mézet ajánlunk, amit sokáig kell a szájban tartani. A sűrű, főleg kristályos méz mandulagyulladásnál baktériumölő, gennyeltávolító és gyulladáscsökkentő hatású.

A gyomorban a méz stabilizálja a savháztartást. A méz segíti az emésztést. Enyhe hashajtó hatása különösen az ülőfoglalkozásúak és az idős emberek számára kedvező.

A máj ellátása egyszerű cukrokkal erősíti szervezetünk legnagyobb mirigyét, ezáltal elősegíti tevékenységét, például a méregtele-

nítést. Így felbecsülhetetlen jelentősége van például gomba- mérgezés, altatás utáni méregtelenítés és egyéb mérgezések esetében.

A szervezet saját mérgei ellen is hatékonyan védekezhetünk mézzel. A terhességi vészes hányás káros következményei ellen is jó a méz, mert azt az anya csak ritkán hányja ki, de ha ez mégis megtörténne, akkor a mézoldatot beöntés formájában is be lehet a testbe juttatni.

Ugyancsak hasznos a méz a krónikus fémmérgezések (ólom, kadmium), a kolera, a vérhas, többféle tífusz és szalmonellózis gyógyításánál, mint kiegészítő anyag.

Egy müncheni orvos a méz hashajtó, méregtelenítő hatását a sárgaság (icterus) gyógyításánál tudta hasznosítani.

Az intenzív kórházi kezelések hatására terjedő vírusos hepatitis gyógyszeres kezelését érdemes kiegészíteni mézzel.

A méz nem csak a májra, hanem a vesére, a húgyhólyagra és a hasnyálmirigyre is kedvező, védő hatást gyakorol. Ez lehetővé teszi, hogy a cukorbetegek az engedélyezett szénhidrátbevitel határain belül mézet fogyasszanak és ezáltal olyan anyagokhoz jussanak, amit másból nem kaphatnának meg.

A mézet a természetes gyógymódokat alkalmazó klinikákon a következő esetekben alkalmazzák: koronáriás vérellátási zavarok, szívritmuszavarok, szívizomgyulladások, infekciós betegségek utáni károsodások, infarktusok, hipertónia és pótkezelés digitáliszok alkalmazása után.

Egyiptomban a mézet terhesség okozta magas vérnyomás és ödéma kezelésére is sikeresen alkalmazták.

Japánban a mézet több mint 2500 éve használják gyógyításra és most már bekerült a Japán Gyógyszerkönyv-be. Japán orvosok állítják, hogy a méz elismerten javulást biztosít az emésztési betegségek, bőrbetegségek esetében, javítja a légzőszerveket, a keringési szerveket, idegeket, érzékszerveket, fogakat, az anyagcserét stb.

Bolgár orvosok is elismerik a méz baktériumellenes, nyálkaoldó, érzéstelenítő, gyulladásellenes, biológiailag immunizáló, regeneratív, szívserkentő, nyugtató, idegerősítő hatását, de úgy tartják, hogy ezen tulajdonságok csökkennek a gyomorszekréciók hatására,

ezért nem csak szájon át, hanem aerosol és elektroforézis útján viszik be a szükséges mézmennyiséget. Eddig 15 000 pácienssnél kezelték a légzőrendszer bizonyos betegségeit (orrnyálkahártya gyulladás, torokgyulladás, orrmelléküreg-gyulladás, gégehurut, légcsőhurut, hörghurut) úgy, hogy a páciensek 92 %-ban visszanyerték egészségüket.

Magyar tapasztalatok a méz gyógyhatásáról

Magyarországon a régi népi gyógyászatban a mézet külsőleg és belsőleg is alkalmasnak tartották néhány betegség gyógyítására. Ha a kisgyerek köhögött, hólyagpapírra mézet kentek és a mellkasára borították. Valahol mézet és zsírt kentek egy rongyra és azt tették a beteg mellére. Egyes helyeken mézes tormalevelet vagy dohánylevelet tettek arra a helyre, ahol a tüdőszúrást érezték. A mézes borítást 1-2 óráig kellett azonos felületen tartani.

Kenőcsöket, flastromokat úgy készítettek, hogy mézet kevertek össze tört lenmaggal vagy gabonaliszttel és tojássárgájával vagy lenmagdarával és tejjel vagy viasszal és zsírral vagy viasszal és vajjal. Ezeket a keverékeket rákenték a torokra (kívülről), kelésekre, daganatokra, gyulladásokra.

Tiszta mézzel kenték be az égett vagy forrázott sebeket. Az emésztés Javítására és gyomorfájás ellen javasolták, hogy reggel színmézet egyen a beteg, vagy itala meleg-tejes méz legyen.

Lázas betegnek híg mézet adtak inni. Ennek haszna valószínűsíthető, hiszen a lázas embernek fokozottabb a vízvesztesége és emiatt a folyadékigénye, de étvágya nincs, viszont a méz kis mennyisége is jelentős kalóriát biztosít, erősíti a legyengült szervezetet.

Legáltalánosabban a mézet megfázás, köhögés, rekedtség ellen használták. Ették magában és teában vagy tejben feloldva.

Általános volt, hogy a méhesgazda a lépek elvétele után rokonainak, ismerőseinek küldött egy-egy darab lépesmézet. A gazdák, ha kaszáláskor vagy cséplőhez segítséget hívtak, kiöltek egy-egy család méhet és lépesmézzel kínálták meg a segítőket.

A századfordulón a méznek a táplálkozásban betöltött szerepe még jóval nagyobb volt, mint mostanában. Akkor a cukor volt a drágább. A falvakban sokkal többen méhészkedtek. Gyakran csak annyi családot tartottak, hogy a tőlük nyerhető méz a háztartás szükségleteit kielégítse. Így is takarékoskodni kellett ezzel a csak-nem egyetlen édesítőszerrel. A táplálkozási kultúra legszívósabb elemei az ünnepi ételek, ezért a méz korábbi jelentőségét is az ünnepi ételek őrzik - állapítja meg dr. Kotics József néprajztudós. Például a gömöri falvakban még a legutóbbi években is elmaradhatatlan része volt a karácsonyi böjti vacsorának a mákos guba. Ugyancsak mézzel ízesítették a mákos csíknak nevezett böjti eledelt is.

A mézes-mákos kukorica főképpen a lányok csemegéje volt a Luca-napi (december 13.) hagyományos táncos összejöveteleken, de a fonóban és kukoricafosztáskor is.

A mézes pálinka készítéséről Reguly Antal nyelvtudós (1857) is megemlékezik. Eszerint a mézet serpenyőben felolvasztották, majd miután kihűlt, pálinkát öntöttek rá, ismét a tűzre tették és összemelegítették. Ezt az édes italt főleg az asszonyok fogyasztották lakodalmakban.

A mézes bor és a mézes pálinka a disznótorok, a csigatészta-készítés alkalmával kialakult gyülekezetek kedvenc itala volt. Általános szokás volt, hogy a gyermekágyas asszonynak mézes pálinkát vittek ajándékba.

Az egykor híres mézsört a következőképpen készítették: a sonkolyra vizet öntöttek, majd a tűzhelyen vagy a kemencepadkán melegítették. A folyadék forrása közben keletkező habot szedőkanállal eltávolították. A letisztult folyadékot fahordókba vagy üvegekbe öntötték át és úgy erjesztették. Ezt két hét múlva, majd még négy alkalommal hetente átszűrték. Máshol, másképpen is készítettek mézsört, de az eljárások abban mind megegyeztek, hogy sonkolyos mézből indultak ki, tiszta mézet soha nem áldoztak erre a célra. A préseléssel vagy melegítéssel kinyert mézet ételízesítésre vagy igen gyakran gyógyításra használták.

A kiforrt mézsör virágillatú és igen zamatos ízü. Fogyasztását nagyon egészségesnek tartották. Nagy becsben tartották, csak jeles alkalmakkor és okos mértékkel fogyasztották. A megbecsülés jele volt az, ha valakit megkínáltak vele.

Nemesszeghy javaslatai

Nemesszeghy Kálmán, méhész és cukrász, 1907 márciusában „Méz a háztartásban" című könyvecskéjének előszavában így foglal-' ta össze véleményét: „Méz: a betegnek orvosság; csecsemőnek és gyermeknek jó tápszer, a testnek a fejlődését gyarapítja és szellemi erejét emeli; öregnek és gyenge gyomrúaknak könnyen emészthető és kitűnő eledel; végre a méz az emberi életnek a fenntartásához kellék, mert abban van balzsamos zsiradék, fehérje, növényi kivonatok stb., ami táplál és erőt ad, benne különböző savak vannak, melyek az ideges és heves vérű emberre csillapítólag hatnak."

Száznegyven receptje közül válogatva, olyanokat ismertetek, amelyek jellegzetesek vagy számunkra is hasznosak lehetnek.

Diótöltelék:
30 deka finomra őrölt dió, fél citrom reszelt héja, meleg mézből annyi, hogy sűrű, kenhető massza legyen a keverékből.
Máktöltelék:
egy edénybe teszünk 30 deka finomra őrölt mákot, fél citrom lereszelt héját, 3 gramm finomra őrölt fahéjat, 3 gramm finomra őrölt szegfűszeget, majd pedig meleg mézből annyit, amitől a keverék a tésztán könnyen kenhető lesz.

Ezeket a töltelékeket kell használni pozsonyi diós- és mákos-patkóhoz és még sok más esetben is.
Gyermek-kétszersült:
15 deka finom" liszt, 4 deka élesztő és 2 deciliter tejből kovászt készítünk és kelni hagyjuk. Ezután a gyúródeszkán 45 deka liszt, 15 deka méz, 12 deka vaj, 5 gramm só, 5 tojássárgájából, hozzáadva a kovászt és a szükséges mennyiségű tejet, belőle kenyérkemény-

ségű tésztát készítünk. A tésztát 3 darabra elvágjuk, cipóalakra gömbölyítjük és egy negyed óráig pihenni hagyjuk; azután a tésztát négy ujjnyi széles és két ujjnyi vastag rudakra kinyújtjuk, vajjal kent bádogra tesszük, kelni hagyjuk és világosbarnára megsütjük.

"A receptgyűjteményben mindenütt megfigyelhető, hogy a szerző óv attól, hogy a tésztát erősen megsüssük és ez ma is csak helyeselhető. Kevésbé lelkesítő, hogy abban a könyvben a méz mellett és olykor azzal együtt a gyári répacukrot is ajánlja az író. Ugyancsak érdekes, ahogy a mézes süteményekről ír: „Mézes sütemények élvezete, egy vagy néhány darab, naponta vagy időnkénti fogyasztása amint jól esik -jó étvágyat csinál, az emésztést elősegíti és a szék letételét rendben tartja stb. Az egészségre hasznos befolyással van,"

A méhészek általában nem foglalkoztak vele, mert külön foglalkozásnak minősült a mézeskalács készítése, ismertetését mégis fontosnak tartom. Bárki készíthet mézeskalácsot Nemesszeghy *Kálmán* (1909) receptje szerint:

50 deka lisztet, 42 deka főzött mézet, fahéj- és szegfűszegízt, 6 gramm finom porrá tört hamuzsírt, 6 gramm finom porrá tört szalalkárét, 1 tojást és 1 tojássárgáját tésztává gyúrunk. A tésztának keményebbnek kell lennie mint a kenyértésztának; ha nem lenne elég kemény, akkor még gyúrunk hozzá lisztet. A tésztát 2 cm vastagra kisodorjuk, belőle 10-12 cm hosszú és 3 cm széles szálakat vágunk ki, ezeket vajjal megkent és meglisztezett bádogra tesszük és világospirosra megsütjük, azután cukormázzal bekenjük és meleg sütőben megszárítjuk.

Nemesszeghy részletesen foglalkozik a gyümölcsök mézes befőzésével. Ezt írja: „A gyümölcs befőzéséhez tiszta akác vagy más gyenge ízű méz használandó, aképpen, hogy 2 rész méz és 1 rész mennyiségű vizet edényben jól felforralunk, azt lehabozzuk, a tűzről levesszük és ha kihűlt, a befőzendő gyümölcsre öntjük."

Az általános tanácson túl részletesebben foglalkozik az egres, ribiszke, meggy, cseresznye, eper, sárgabarack, őszibarack, ringló, szilva, körte, alma, birs, som, dió, dinnye, spárgatök, bodza befőzésével.

Ma már egészségesebben, nyersen tudjuk megőrizni a gyümölcsök értékes anyagait, de ne felejtsük el, hogy a mai eredmények a múlt igyekezetén alapulnak.

Figyelemre méltó, amit a régi méhész-cukrász a fagylaltról ír: „Gyümölcsfagylalthoz cukor helyett akác vagy más világos és gyenge ízű mézet használjunk. Tejes vagy tejszínes fagylalthoz mézet használni nem alkalmas, mert az főzés közben összefut. így az anyag élvezhetetlenné válnék."

Gyümölcsízek készítésénél különböző mennyiségű mézre van szükség a gyümölcs fajtája szerint. Sárgabarackhoz 1:1 arányban szükséges méz és gyümölcs, somnál egy és egynegyed, meggy és cseresznye esetében 50 dkg, ugyancsak ennyi kell a földibodza-ízhez, a birsalmakocsonyához, de már 60 dkg méz szükséges a ribiszke- és málnakocsonyához a gyümölcs 1-1 kg-ja után.

A gyümölcsborokhoz is sok mézet kell használni. Nevezetesebbek: ribiszke-, eper-, egres-, málna-, meggy-, cseresznyebor. A mézes borról részletesen ír Nemesszeghy. „A borba, annak édessége emelése végett, cukor helyett mézet vehetünk." Lehet a musthoz adni a mézet, vagy a kész bort lehetséges mézzel ízesíteni. A borhoz illatos, erős ízű mézet ne tegyünk, mert megváltoztatja a bor jellegét, amit pedig nem kívánunk.

Nemesszeghy-vel többé-kevésbé lehetett egyet érteni a sütemények, befőttek, szeszes italok vonatkozásában, amit viszont a méz gyógyító hatásáról ír, az teljes egészében ma is megszívlelendő. Ezért szövegének egy részét szó szerint közlöm és ajánlom az olvasó figyelmébe: „A méznek használata sok féle betegségből kigyógyította az embert, sőt még olyan esetek is fordultak elő, hogy akinél a gyógyszer nem használt, a méznek az élvezete állította helyre az egészségét.

Azért nagyon kívánatos volna az emberiségre nézve, hogy ha az igen tisztelt orvos urak a méznek használatával behatóan foglalkoznának, mert merem állítani, hogy meglepő eredményre jutnának."

Itt kell megemlítenen, hogy Hárskúton egy, a század első évtizedeiben tevékenykedő plébános a méz gyógyító erejéről is prédikált, hogy méhészkedésre serkentse híveit. Rászoruló beteg híveinek gyakran ajándékozott mézet is.

A vidéki gyógyszerészek gyakran ízesítették mézzel az orvosságokat, több falusi orvos is helyeselte a méz-kúrákat.

Még a cukrász is tudta, hogy cukor helyett jobb a méz. „Azért is, mert a gyermek a méztől nem kap gyomorrontást, ellenben a cukor élvezeténél mindennek ki van téve." Máshol: „Méz a gyermeknek könnyen emészthető kitűnő tápszer és orvosság: a testet fejlődésében elősegíti, különösen a csont és velő képződésére nagy hatással van és a szellemi képességet is emeli." Ajánlották papoknak, kántoroknak és katonáknak, „kiknek sok és hangos beszéddeljár hivatásuk teljesítése", hogy napközben többször fogyasszanak tiszta mézet vagy mézzel ízesített langyos vízzel öblögessék a torkukat.

Javasolták a mézet gyomorhurut és emésztési zavarok ellen, idegesség megszüntetésére, köhögés, rekedtség, vérszegénység, sápkór, sárgaság, asztma és álmatlanság ellen, de súlyosabb esetekben is hasznosnak találták ezt a legtömegesebb kaptárterméket. Utóbbiak közül emeljünk ki néhány figyelemre méltó példát.

„Méz torokgyík (difteritisz) *ellen:*

Az orvos érkezése előtt égy kendőt füstöljünk meg fenyőmaggal, ezt melegen tegyük a beteg nyakára, azután főtt vörösrépa levét édesítsük meg mézzel és ezzel langyos állapotban öblítse ki a beteg a torkát. Ha vörösrépalé nem volna, akkor langyos vízbe tegyünk kevés borecetet. Ha a betegnél a nyelés vagy a légzés nehézséget okoz, akkor adjunk neki kis adagban tiszta pergetett mézet."

„Méz mérgezés ellen:

...ásvány- vagy növényméreg ellen használjunk 3 deciliter tejbe kevert 6 evőkanál mézet. Azután forduljunk orvoshoz a további segélyért."

„Méz kemény székletétel ellen:

1. Naponta minél több mézet együnk.
2. Földibodza-lekvárt használjunk.
3. Almát vagy körtét együnk mézzel.
4. Szikfű-teát sok mézzel naponta langyosan többször igyunk, különösen gyermekeknél ajánlatos.
5. Hámozatlan fekete-retket mossuk meg és reszeljük le, mézzel jól édesítsük meg, együk meg és igyunk rá írót."

„Méz hasmenés ellen:

Mézbe vegyítsünk finomra törött muskat-diót és finomra törött fahéjat, ebből a szükségeshez képest vegyünk be."

Méz rekedtség ellen:

2 tojássárgáját keverjünk össze 2 evőkanál mézzel. Öntsünk reá fél csészényi forró feketekávét, kavarjuk össze és olyan forrón, ahogy bírjuk, igyuk meg. Ezt naponta legalább háromszor ismételjük meg, együnk naponta többször egy-egy szeletke lépesmézet.

Gégefőbetegségnél és bronchialkatarrhusnál:

Legjobban bevált a kakukkfű (thymian) gyógyereje mézzel való használata. Szamárhurutnál is kitűnő, mivel a köhögési ingert csillapítja, görcsöt csillapító és nyálkaoldó hatása miatt. Vegyünk kakukkfűteát, főzzünk meg egy csészére valót, leszűrjük, teszünk bele egy evőkanál virág- vagy hársmézet és jó forrón igyuk meg. Napjában legalább háromszor kell inni.

Köhögés ellerv

Vegyünk egy nagy feketeretket, tetejét vágjuk le, belsejét kalarábéfúró kanállal szépen szedjük ki, mint ahogy a tölteni való karalábénál szoktuk. Egy kis lábasba tegyünk 1 deciliter mézet, pirítsuk meg világosbarnára, vigyázni kell, hogy meg ne égjen, mert akkor keserű lesz. Öntsük azon forrón a retekbe, abban a pillanatban megjegecesedik, később azonban levet ereszt, ezt kell azután naponta többször leinni róla. Ugyanezt megtehetjük vastag sárgarépával is. Ez a legjobb nyálkaoldó és köptető úgy felnőtteknek, mint gyermekeknek.

Limonádé lázas betegeknek:

Egy pohárba csavard 1 citromnak a levét, tégy 1 evőkanál mézet hozzá, kavard jól össze, öntsd tele a poharat hideg vízzel. Meghűléskor kitűnő hatású.

Tüdőcsúcshurut ellen:

Egy darab tormát, egy bazsarózsagyökeret egyenlő adagban megreszelünk és annyi virágmézet öntünk reá, hogy összekavarható legyen. Meleg helyre tesszük, hogy jól összeérjen, reggel éhgyomorra és este lefekvés előtt egy teáskanállal kell bevenni. Aki türelemmel használja megszakítás nélkül, még a legmakacsabb idült bajnál is sikeres gyógyulást hoz.

Szamár- és hörghurut ellen:

Kitűnő gyógyhatása miatt nem győzöm eléggé dicsérni, mert amilyen egyszerű, olyan csodahatású. Gyermekek a legszívesebben beveszik. Két nagy fej fokhagymát megtisztítunk, táblácskán teljesen széjjel zúzzuk, bögrébe tesszük és annyi mézet öntünk rá, hogy könnyen összekavarható legyen. Folytonos kavargatás mellett szép világos barnára megpirítjuk, napjában többször adjunk belőle egy-egy jó késhegynyit.

Torokgyulladás ellen

Főzzünk fél liter kamilla-zsályateát, tegyünk bele 2 evőkanál virágmézet, céklalevet, 1 dkg porrá tört timsót, ezzel naponta többször öblítsük ki a torkunkat.

Szeplő ellen:

Ha meg akarsz szabadulni a csúnya szeplőktől, mely a legszebb arcot is elcsúnyítja, fehérhátú útilapulevelet kenjél be mézzel és éjjelre borogasd vele a szeplős részeket. Ha szorgalmasan megteszed, meglásd, megszabadulsz tőle.

Májfolt elleru

Egy kávéskanál reszelt tormát, 2 dl tiszta, erős mézecetet üvegbe teszünk, s azt 7-8 napon keresztül napos ablakba téve megeresztjük. Leszűrjük s finom vattával gyengén megmosogatjuk a májfoltos helyeket. Három-négyszeri használat után eltűnik a májfolt, ha azonban a kúra alatt a bőr sajogna, kend be egy kis vazelinnel.

Égési seb elleru

Ha gazdaszonykodás közben kacsódat meg találnád égetni, kenj reá gyorsan tiszta, finom mézet, fájdalmad azonnal csillapodni fog.

Krenniczkyné receptjei

Kremniczkyné Frölich Ilona 1913-ban így vélekedett a mézről: „A kik méhészettel nem foglalkoznak, nem is igen ismerik a mézes készítményeknek azon belső értékét, becsét, mely felül emeli a czukros készítményeken úgy gyógyhatása, mint egészségi és élvezeti szempontból,"

„Legfőbb tulajdonsága, mely utolérhetetlenné teszi: az állandósága. Összehasonlítva a czukros készítményekkel, míg ezek rövid időn belül élvezhetetlenné száradnak meg, addig a mézes tészták puhák, omlósak lesznek, fölmelegítés által pedig, ki úgy szereti, ismét ropogósakká tehetők és hónapokon át eltarthatók."

Feltétlenül megjegyzendő vélemény: „Mi teszi állandóan széppé az arcbőrt? Nem a kozmetikai szerek használata, de a rendes bélműködés, és azt a házi mézes tésztákkal tökéletesen el lehet érni." Vagyis: ételed az orvosságod elvét fogalmazza meg. Alapjában igaza van. Sajnos abban az időben a magyar nép egyoldalúan sokat fogyasztott cereáliákból. Óriási egészségi előnyt jelentett, ha a tésztafélékhez mézet is használt valaki.

Kremniczkyné néhány jellegzetes receptje:

Egészség csillaga

Fél kilogramm bármilyen finomságú liszt, két deciliter melegített méz, két fölvert tojás, kevés tört fahéj és reszelt narancshéj (lehet egy kanál czukrot is beletenni), egy késhegyni szódabikarbóna szitálva. Ezeket gyúrótáblán össze kell gyúrni, három-öt milliméter vastagságra kinyújtani, csillag vagy más alakkal kimetszeni, liszttel hintett bádogra rakva, fölvert tojással megkenve, forró sütőben kisütni.

Purim torta

56 dekagramm mézet kissé megmelegítünk, öt darab tojást fölverve hozzákeverünk, két kiskanál szódát s lisztet, amennyit fölvesz. Ezeket együttjól el kell keverni. Egy szűk félmarok mandulát, ugyanennyi diót és mogyorót vékonyra vagdalva beletenni, keskeny bádogot megkenve beleönteni. Ha kiöntöttük nem szabad bolygatni, egyenlő tüzelés mellett lassan sütni.

Gödöllői csók

Egy liter grízes lisztet (lehet másféle is), fél liter forró *mézzel* egy tálban jól elkeverve 24 órán át pihenni hagyjuk. Másnap gyöngén megmelegítve gyúrótáblára tesszük, s teszünk hozzá még négy tojássárgáját, fél czitrom héját, két késhegynyi szódát egy borsónyi szaliczilt papír közt megtörve, kevés fahéjat törve. Jól eldolgozzuk, kis diónyi darabkákat kéz közt meghengerelve, egy fél szem mandu-

lát nyomunk rá és nem igen forró sütőben megsütjük, ha kisült és kihűlt, a bádogról leszedve ruhával letöröljük a lisztet.

Várnagyné a mézről

Várnagy Miklósné (Rákoscsaba) 1938-as receptkönyvében 300 mézes receptet ismertetett. Érdemes idézeteket kiemelni ebből a műből.

„A mézet felbecsülhetetlen tápértéke és gyógyító hatása miatt minden háztartás nélkülözhetetlen használati cikké kellene, hogy tegye. Sajnálattal kell azonban elismernem, hogy ma a mézet a legtöbb háztartásban leginkább csak ínyenc nyalánkságnak tartják, pedig ez csak egy igen sajnálatos téves felfogás, mert a mai híres orvostanárok már sokszor bebizonyították, hogy bizony a méz nem csupán ínyenc nyalánkság, hanem a szervezetünknek felbecsülhetetlen tápértéke is."

Az igazsághoz hozzátartozik, hogy Várnagyné véleménye nem mindenben egyezik meg a mai ismereteinkkel, a valósággal. Az, hogy eltúlozza a méz vitamintartalmát, a kor értékítéletével és nagy igyekezetével magyarázható. Egyébként ilyen hibás véleményt még manapság is közzétesznek.

Még néhány figyelemreméltó megállapítása: „Különösen turistáknál, sportembereknél és erős izommunkát végző egyéneknél szinte nélkülözhetetlen élelmicikk kellene, hogy legyen, mivel a méz igen alkalmas arra, hogy közvetlenül és azonnal pótolja az elhasznált energiát."

„Vérszegény, csenevész gyermekeknél adagoljunk mézet. Nagy súlyt kell helyeznünk azonban arra, hogy a gyermek a méz túladagolásával meg ne utálja a mézet és gyomorrontást ne idézzen elő, mert ezáltal többet ártanak vele, mint amennyit használni szeretnénk. Ne kecsegtessük azonban magunkat vérmes reményekkel és ne várjunk csodát mindjárt 5-6 nap múlva. A kúrához szükséges a méz változatos adagolása is."

Az egész természetgyógyászat számára megszívlelendő gondolatok. A természetes hatóanyagokat túladagolni nehezebb és kevésbé veszélyes, mint a szintetikus gyógyszereket, de nem kizárt és ártalmas is lehet. Valószínűleg mindannyian ismerünk olyan eseteket, amikor valamilyen eredmény elérésére törekvő páciensünk egy kedvező hatásúnak mondott anyagot, szert, eljárást abszolutizált és ad absztrudum favorizált, amíg a várt kedvező hatás a visszájára fordult.

Az időtényező hibás megítélése is gyakran árt a természetgyógyászat hatásának. A kiméletes hatóanyagok érvényesüléséhez általában hosszabb időre van szükség, használatukhoz türelem, kitartás szükséges.

Várnagy Miklósné is vallja: „A gyermekeknél kúra alkalmával erős kitartás és nagy türelem szükséges, olyan, mint amilyenre csak egy gyermeke egészségéért rajongó szerető édesjó anya képes:"

Várnagyné az idősekre is gondolt: „Ki egészséges öreg kort akar elérni, az használja az ősei eledelét, a mézet!"

Id. Boczonádi a méz jelentőségéről

Id. Boczonádi Szabó Imre A méhek élete című művében (Újpest, 1913) így összegzi a méz jelentőségét: „A méz mint táplálék gazdag szénenytartalmánál fogva igen megfelelő eledel a méheknek és az emberre nézve is becses élelmi cikk az, nemcsak mint csemege, hanem mint könnyen emészthető és egészséges pótléka a szénenytartalmú táplálékféléknek, melyekből legtöbbet igényel az állati szervezet." '

Néhány egészségügyi megállapítása:

„Nagy cukortartalma folytán a méz sok hőt fejleszt és így emésztési zavaroknál, vérszegénységnél és sápkórnál kitűnő szolgálatot teljesít."

„Lomha emésztés mellett azonban könnyen szeszes erjedésbe megy át, hurutos gyomorbajokban pedig meg is ecetesedik, ily bajban szenvedőknek tehát nem ajánlatos."

„Orvosi célokra, belsőleg mint oldó, gyengén székeitető és mint a nedvek, nevezetesen a nyál- és a vizelet elválasztását előmozdító szert, sikerrel használják,..."

„Sok ember a csuklást mézzel csillapítja. ...antiszeptikus hatása is van a méznek és ezért különösen csecsemőknél sikerrel használják akkor, ha a szájgomba képződésére hajlandóság mutatkozik."

Id. Boczonádi Szabó Imre egyszerű mézes gyógyreceptjeket is ajánl:

„Köhögés ellen facsarjuk ki egy citrom levét, öntsünk hozzá forró vizet, édesítsük meg mézzel, igyunk belőle napjában többször."

„Torokfájás ellen a méz a legjobb gyógyszer. A mézet mérsékelten felmelegítve adjuk a betegnek. Azontúl egy darab vászonra kenve, bekötjük vele a beteg torkát." Mézes kötéseket ma már csak külső, felületi bántalmakra ajánlunk.

„Rekedtség ellen egy kávéskanálnyi finomra megtört és átszitált gummiarabikumot két evőkanálnyi folyékony mézzel keverjük össze s ebből vegyen be a beteg óránként egy kávéskanállal."

A többször előforduló mézszirup készítésére tett javaslata: „A jó hatású mézszirup így készül: 1 liter vízzel 4 kiló méz melegen elkevertetik. Ehhez 2-3 gramm eucalyptus-eszencia, mely minden gyógyszertárban kapható, kevertetik. A betegség szimptómája szerint még áztatott borics, narancslevél, hársfavirág vagy szeder leve adatik. Bronchitis, nátha, torokfájás stb. ellen ezen szirup gyógyhatása igen hatékony."

Ignácz Sándor tapasztalatai

Ignácz *Sándor* (1943) költői hangon írt a mézről: „...a méz csupa napsugár és napfény, amire az ember egészségének nagy szüksége van." Máshol: „A mézet, mint tudjuk, a növényzetnek a meghatottsággal lelket üdítő illatos virágaiból gyűjtik össze a méhek, amelyeknek kelyheibe nem juthat piszok és még ezt a csaknem egészen zárt helyen képződő nektárt is megszűri a méh az erősen szőrözött nyel-

vén. Tehát, ha az emberek nem keverik idegen anyaggal, a méznél tisztább táplálékot nem lehet termelni."

Gáli Imre (1941) viszont azt újságolta, hogy Hamburg környékén a német méhészek az ipari szennyezés, főként a „kőszénfüst" miatt egérszürke mézet gyűjtöttek be.

Azóta is több esetben kutatók, kutató-csoportok elemezték a különböző mézmintákban a szaprofita gombák és élesztőfajok szaporítósejtjeinek előfordulását. Sok mindent találtak a mézben, de az addig nem befolyásolta a minőségét, amíg eredeti állapotában maradt. Baj, káros elváltozás csak akkor következett be, ha véletlenül vagy tudatosan felhígították a mézet.

Ignácz Sándor (1943) figyelemre méltó-megállapításai a méz egészségügyi értékéről: „Igaz, hogy egy-két kilogramm méz elfogyasztása nem sokat ér, mert csak úgy van meg a hatása, ha naponta 12-15 dekát fogyasztunk."

„Aztán jó a méz retekhez, almával, dióval és mogyoróval. Vajas kenyérre mézet kenni szintén kitűnő."

„Fogyasszunk tehát mézet, mert akkor egészségesek leszünk. Mindamellett azonban mint mindent: túlzásba ezt se vigyük. Különösen gyermekeknél kell mértéket tartani; akiknél egyébként a csont- és vérképzésre vanjó hatással."

„Megjegyzem, akinek sok a gyomorsava, az nem tudja a mézet fogyasztani."

A mézet mindenütt ismerik

Nem állítjuk, hogy csak a mi méhünk (Apis mellifica) által készített méznek vannak csodálatos hatásai. Pakisztánban a keleti méh (Apis cerena) által készített a Justicia adhatoda cserjéről származó méz tapasztaltán használható mint erőteljes köptető (antipasmotikum), hatásos megfázás, köhögés és krónikus bronchitis ellen.

Brazil kutatók azt tapasztalták, hogy az afrikanizált európai méhek méznél hatásosabb a fullánktalan méhek készítménye. Az Apis-méz minimális baktériosztatikus hígítása 12,5%-os, a Melipo-

na-méznél ugyanez az érték 5,5%. A mézzel szemben a legérzékenyebb mikroorganizmus a Bacillus steanothermophylus, a legellenállóbb a Escherichia coli volt. Az Apis leghatásosabb méze Mimosa és Eucalyptus nektárból, a Trigona legaktívabb méze Borreria és Minosa szekrétumból készült.

Érdekes felismerésre jutott a kalocsai tüdőgondozó 1952-ben. Egy figyelmes méhész tiszta vöröshagymamézet juttatott az intézetbe, ahol kiderült, hogy ez a mézfajta elősegíti a tüdőbetegek gyorsabb gyógyulását.

A mézet nem csak belsőleg használhatjuk egészségünk védelmére, hiszen külsőleg is hasznos gyógyhatással rendelkezik. Horzsolásra, nagyobb felületű nyílt sérülésekre, égésekre, gennyesedésekre, karbunkulusokra, a hallójárat és az orr sérüléseire előnyösen használhatunk friss, folyékony mézet.

Német orvosok vágott sebeket kamillakenőccsel, bőrkenőccsel és mézzel kezeltek.

Minden esetben tapasztalták, hogy a méz elősegíti a vér- és limfocita képződést úgy, hogy egymás hatását támogató, erősítő jelenség (szinergizmus) jön létre a test saját védekező rendszerével.

Az asztma elleni küzdelem során is tapasztalták, hogy a méz a test saját védekezőképességére hat. A kúra naponta 1 teáskanál mézzel kezdődik és fokozatosan nő 10 kanálig.

Calabas-ban (Nigéria) az egyetemi kórház 1989-ben bevezette a mézzel való sebgyógyítást az égési sebek, felfekvések, fekélyek esetében. Tapasztalták, hogy a méz jó sebelzárást biztosít, hogy a méz ozmotikus ereje elősegíti az ödéma szövetek kiszáradását, hogy az elpusztult szövetek mézzel való kezelés hatására lebomlanak, hogy a méz hatására a bacilusok 1 hét után elhalnak. A méz hátránya viszont, hogy ragad és hogy nem gyógyszertári anyag.

Nem közvetlenül gyógyító szerepben is lehet egészségügyi jelentősége a méznek. Franciaországban a napraforgómézet flavonoidforrásnak tartják, mert bőségesen tartalmaz flavonokat és flavonolokat, amelyek félszintetikus gyógyszerek alkotórészei.

Jugoszláviában bélférgek petéinek kimutatásához akác, hárs és vegyes virágmézet használtak a szokásos gyógyszerek helyett.

Mézfajták

Bizonyos, hogy a mézfogyasztókat az is érdekli, hogy az egyes mézfajtáknak milyen sajátos gyógyhatásait értékesíthetnek. Ezért részletesebben jellemzünk néhány jellegzetes mézfajtát.

Az *akácméz* világos, sokáig folyékony, akácvirág illatú. Főleg köhögés ellen javasolják. Mint a virág teája, az akácméz is ajánlott a gyomorsav túltermelés miatt bekövetkező emésztési zavarok oldására.

A hársfaméz sötétebb az akácnál. Erős illatú, idegnyugtató és antiszeptikus. Idegesség, nyugtalanság, álmatlanság lekűzdésére javasolt. Jó hatást értek el vele bronchitis és köhögés ellen. Szoktak mézpakolásokat is készíteni hársmézzel. Lázas megbetegedésekre hatásosabb, ha hársfateával együtt fogyasztják.

A gesztenyeméz használható tromboflebitis, visszértágulat kezelésére. Jó a vérszegénység csökkentésére, kimerülésre, legyengült állapotban, étvágytalanság ellen.

Hajdina (pohánka-) méz erősítőszer, elősegíti a bőrképződést, csökkenti a gyerekek növekedési fájdalmát.

A levendulaméz Franciaországban mindennapos, újabban nálunk is előfordul. Nyitott sebekre kiváló, de ajánlják álmatlanságra, vesepanaszokra és férgességre is.

Eukaliptusz-mézet Spanyolországból szereztünk be. Fő felhasználási területe a légzőszerv minden része, de a gyomor- és bélműködés szabályozására is alkalmas. A spanyol természetgyógyászok féreghajtóként használják gyerekeknél.

A mézek többsége a méhek gyűjtési viselkedésének megfelelően vegyes összetételű, ami egyáltalán nem hátrány, hiszen többféle növényből származó nektár révén a méz hatásterülete is kiszélesedik.

Mézes kozmetikumok

A jelenleg legfrissebb méhészeti kozmetikai munka Connie Krochmal „Natural Cosmetics" című könyve (1991). Ebből idézek néhány részletet.

Ruby-féle mézes bőrtisztító

Ez a tisztító lotion elég finom ahhoz, hogy száraz bőrre használjuk-

Hozzávalók: 1/4 rész rózsavíz
1 evőkanál méz
1/4 csésze glicerin
2 teáskanál aloe vera gél.

Oldjuk fel a mézet a rózsavízben. Adjuk hozzá a glicerint és az aloe vera gélt és keverjük, amíg jól elegyednek.

Bodzavirág tisztítótej
1,5 csésze író
4 evőkanál szárított bodzavirág
2 evőkanál méz.

Melegítsük meg az írót forrásig és adjuk hozzá a bodzavirágot. Tartsuk forrón 30-40 percig, szűrjük le és távolítsuk el a virágokat. Tegyük hozzá a mézet és az egészet alaposan rázzuk össze.

Mézes habfürdő
Kiváló száraz bőr kezelésére a téli hónapokban.
1/4 csésze kamilla vagy hársfavirág
3/4 csésze forró víz
1/4 csésze méz
2/3 csésze növényi olaj
2 evőkanál aloe vera gél
2 evőkanál folyékony szappan

Dobjuk a virágokat a forró vízbe és hagyjuk ázni benne egy óráig, majd távolítsuk el a herbát. Ezután a teába vigyük bele a többi összetevőt. Az egészet rázzuk jól össze, mielőtt a fürdővízhez vagy a tusolóvízhez öntenénk. Egyszerre 4 alkalomra elegendő mennyiség készíthető el.

A mézet gyakran kombinálják más méhészeti termékekkel. E termékek gyógyhatásait külön fejezetben tárgyaljuk.

A VIRÁGPOR

A méz után a legnagyobb tömegű méhészeti termék a méhek gyűjtötte virágpor. A mézhez hasonlóan szintén növényi eredetű és ugyancsak felfogható táplálékként és egyúttal gyógyhatású anyagnak is.

A virágpor apró szemcsék formájában kerül a méhész birtokába, azáltal, hogy a pollengyűjtő méheket rakományuktól egy készülék segítségével megfosztja. így kapjuk az ún. korbikuláris pollent. Ezt szárítják, tisztítják és vagy természetes formájában forgalmazzák vagy őrlés után tablettázzák. Lehet, hogy nem önmagában, hanem más méhészeti termékekkel (leggyakrabban mézzel) keverve hozzák forgalomba.

A virágpor a nyitva- és zárvatermő növények hímivarsejtje, ami a szél vagy a rovarok (pl. méhek) segítségével megtermékenyítés céljából a bibére kerül. Kicsi, de koncentrált csomag igen értékes béltartalommal.

Apró volta miatt (14 000-300 000 db = 1 gramm) sokáig lebeghet a levegőben, a leggyengébb légáramlat is messze viszi, mindenüvé, még a lakásokba is eljut. Egyes növények (pl. Ambrosia elatior) virágpora a túlérzékeny szervezetben allergiát vált ki. Itt azonban meg kell említenünk, hogy a belélegezhető és a megehető virágpor fajii összetétele nem azonos, mivel a méhek nem gyűjtik a könnyen lebegő, kevésbé tartalmas virágporokat. Ennek ellenére, mint bármire, a fogyasztható virágporral szemben is jelentkezhet túlérzékenység, amit a természetgyógyászok maximálisan figyelembe vesznek.

A virágport joggal minősíthetjük szupertápláléknak, ami á nyersrost kivételével mindent tartalmaz, ami az élethez szükséges.

Sajnálattal el kell ismerni, hogy a virágpor elég hamar elveszíti kiváló tulajdonságait. Egy évnél tovább nem tárolható.

A virágpor romlékonyságát így jellemzi *Boczonádi Szabó Imre* (1913): „A virágpor nagyobb légenytartalmánál fogva a könnyen romló anyagok közé tartozik, ami nem kis baj a méhekre..."

Gáli Imre (1941) szerint: „A sejtekbe rakott virágpor elromlását a méhek azzal akadályozzák meg, hogy a sejtekben a virágport viaszlemezzerű anyaggal zárják és rá mézet hordanak." Ebből a virágpornak mézzel való keverése igaz, tehát a szakíró közelít a valósághoz, viszont „Méhészeti ismeretek kincsesháza" című munkájában átveszi elődei tévedését és azt állítja, hogy a méhmérget a méhek a virágpor eltartására használják fel.

A virágpor főbb alkotórészei:
Víz: 4-10%
Egyszerű cukrok: 8-40 %
Összetett cukrok: 0,1-19 %
Fehérjék: 7-35 %
Szabad aminosavak: 10%
Lipidek: 3-20 %
Vitaminok: ~7 %
Ásványi anyagok: 2-13 %

Az egyszerű cukrok közül említésre méltó a következők jelenléte: fruktóz, glükóz, laktóz, pentóz, raffinóz, riboz, dezoxiriboz. A poliszaharidok mennyisége a méhtevékenység következtében alacsonyabb, mint amilyen a virágpor eredeti összetétele szerint lehetne.

A virágpor legfőbb értékét az aminosavak - a proteinek alkotóelemei - jelentik. A pollenekben a 22 ismert aminosavból 20 félét találhatunk meg. A virágpor értékét felbecsülhetjük egy összehasonlítás révén (%-ban):

Aminosavak	Táplálék			Virágpor (átlag)	Napi igényünk (átlag) g
	marha-hús,	tojás,	sajt		
Isoleucin	0,93	0,85	1,74	4,5	2,7
Leucin	1,28	0,17	2,83	6,7	4,0
Lizin	1,45	0,93	2,34	5,7	3,0

Metionin	0,42	0,39	0,80	1,8	2,1
Fenilalanin	0,66	0,69	1,43	3,9	4,2
Tireonin	0,81	0,67	1,38	4,0	2,0
Triptofán	0,20	0,20	0,34	1,3	0,5
Valin	0,91	0,90	2,0	5,7	3,0

A kimutatásból leolvasható, hogy 100 g virágpor (aminosav szempontjából) egyenértékű 0,5 kg marhahússal vagy 7 db tojással, másrészt 30 g (2 csapott teáskanálnyi) pollen fedezi egy felnőtt ember egész napi fehérjeszükségletét.

Lengyel kutatók úgy találták, hogy a virágpor proteintartalma kétszer akkora, mint a búzáé; az aminosav-összetétele hasonló volt a szójáéhoz, de a metionin tartalom kétszeresen felülmúlta a szójáét.

Az allergének is fehérjeanyagok, amelyek szénhidrátokat és színanyagokat is tartalmaznak. A szélmegporzású növények (pázsitfűfélék) virágpora idézi elő leggyakrabban a szénanáthát, ezenkívül még a „vadkender" és a bodzapollen lehet veszélyes, de ezeket a méhek nem gyűjtik.

A virágpor lipidtartalma élettanilag sokkal jelentősebb a részarányánál. A lipidek között találhatók viaszok, gyanták, terpének, illóolajok, fitoszterinek stb.

Telítetlen zsírsavak a linolén-, a linol- és az olajsav.

Fitoszterinek: kampeszterin, koleszterin, metilkoleszterin stb. A virágporok színét karotionidok és flavonoidok adják.

A virágpor a vitaminokban leggazdagabb méhészeti termék. Magas a pollen B-, C-vitamin, rutin, folsav és biotin tartalma is. Ezenkívül sok más vitamin és provitamin is megtalálható a virágporokban.

A virágporok tartalmaznak hormonokat (gonadotróp és növényi növekedést szabályozó hormon) és enzimeket is.

A pollen gazdag ásványi anyagokban. Röntgen-fluoreszcens analízis módszerével 20 elemet mutattak ki a virágporból. Makroelemek közül feltüntetendő a K, Ca, P, S, Cl, Mg. Nyomelemek közül megemlítendők: Fe, Cu, Mn, Zn, Co, Se, Cr, Ni, Si. Ezeken kívül olykor egyéb mikroelemek is előfordulnak. A mennyiségi eltérések az elemek összetételében a növények fajtájától és származási helyétől függenek. Az mindenképpen igaz, hogy a virágpor nátriumfelesleg és kálium hiány esetén előnyös póttápláték.

A virágpor előnyei

A méhek gyűjtötte virágpor nagyon ajánlatos serdülő, növekedő gyerekek számára. A krakkói Állami Gyermekotthonban tapasztalták, hogy a méhpollen jótékony változást hozott a gyermekek

szervezetében. A vörös vértestek száma nőtt, a hemoglobin- és a hemokrita-szint emelkedett. A réz szintje a szérumban 32 %-kal nőtt. A vas szintje a vérplazmában csökkent, egyidejűleg nőtt ahemoglobinban. A perifériás vérképben a limfociták irányában növekedést, egyidejűleg a fehér vérsejtek számában süllyedést figyeltek meg. A vizsgált gyerekek állapota általánosan javult, csökkentek a megfázások.

A virágpor a sportolók számára is rendkívül hasznos táplálék. Lengyel sportolókkal 1985-ben végzett kísérlet során a résztvevők 6 héten át napi 30 g méhpollent fogyasztottak. Mint a gyerekeknél, itt is jelentkezett a limfociták és monociták megnövekedett száma által szegmentált növekedése a fehér vérsejtek fiatal formáinak, az indiferens vértestecskék számának csökkenése. Valamennyi divergencia a fiziológiai standardok normális mértékén belül volt.

Megállapíthatjuk tehát, hogy a virágpor 30-40 grammos napi adagokban alkalmazva azoknak, akiknek a munkája erős fizikai igénybevétellel jár, jó hatású.

Egy lengyel Geriátriai Klinika időskekkel végzett kéthetes pollentáplálási kísérletében tapasztalták, hogy a páciensek jól tűrték a diétát, többségük közérzete megjavult, de annak a pszichofizikális képességre nem volt döntő hatása.

A virágporszem burkának közismert ellenállóképessége miatt többen arra gondoltak, hogy a védőréteget őrléssel meg kell törni ahhoz, hogy a belső, értékes anyagok a felszínre, felhasználásra kerüljenek. Bulgáriában sérüléses kötőhártya bevérzéssel kezeltek betegeket úgy, hogy őrölt pollent fogyasztattak velük napjában kétszer (reggel és este) kávéban 1 kanálnyit étkezés előtt. A kontroll csoport Rutascorbint és C-vitamint kapott. A gyógyulást, a vérzés megszűnését a virágpor-kezelés 4-7 nap alatt biztosította. A kontrolinál ez az állapot csak 10-15 nap múlva következett be.

Az eredmény a pollen gazdag természetes rutin-tartalmával, P-vitamin, folsav, B6-vitamin, hormon, kalcium- és vastartalmával magyarázható.

Meg kell jegyeznem, hogy a pollenszemeket csak kolloidmalomban lehet megőrölni, ami egyébként felesleges, mert az empirikus

tapasztalat szerint a sértetlen pollen eredeti nyílásain át is értékesül annak gazdag béltartalma.

Kínai kutatók ezt a tényt makákókkal (Rhesus) etetett repcepollennel kapcsolatban tudományos igényű kísérlettel igazolták: az ozmózis-nyomás változására, az emésztőenzimek hatására a csírázási pólus felnyílik, a béltartalom hozzáférhetővé válik.-

Készítmények

A virágpor lehetséges allergizálását elkerülendő egyes országokban olyan virágporkivonatot készítenek, amiből ipari úton kivonják az allergen vegyületeket. Belgrádban (a Méhészeti Kombinát és az Egyetem).dolgozták ki a Kombipol-HG és a Kombipol-HL nevű készítményeket, amelyek veszély nélkül felhasználhatók az élelmiszer, a gyógyszerészeti és a kozmetikai iparban.

A Szovjetunióban zsíros és vizes pollenkivonatokat ismertek.

Legjobb, legegyszerűbb lenne a friss méhgyűjtötte virágpor. Puha, ízletes és így a legtermészetesebb, a leghatásosabb. Ilyesmihez főleg a méhész és családja jut. A nagyközönség szárított, szemcsés virágporhoz juthat a legkönnyebben. Ha kíméletesen szárították, akkor keveset veszít értékéből és keménységét is meg lehet szokni. Van aki szárazon összerágja, majd valamilyen itallal leöblíti. Aki ezt nem bírja, az fogyasztás előtt tejben feloldja. Gyerekeket mézzel ízesített tejbe tett virágporral lehet rászoktatni.

A natúr virágpor is szabályozza az emésztési tevékenységet. Egyaránt hatásos a hasmenés és a székrekedés ellen. Kedvező emésztési zavarok és hurutok esetében.

A pollen javítja az étvágyat, elősegíti a jobb tápanyaghasznosítást és javítja a szellemi képességet.

Svájcban „Apisflor" pollenpreparátumot használnak étvágytalanság, alultápláltság, általános gyengeség, kimerültség leküzdésére. Súlyos tüdőtuberkulózisos betegek jelentős részét (27-ből 24-et) három hónap alatt lábra tudtak állítani. Megjegyzendő, hogy volt

olyan beteg, akinek a gyomra nem bírta a virágport, és olyan is akinél allergiás ekcéma jelentkezett.

A virágport az orvosi gyakorlatban még a következő betegségek esetében tudták eredményesen felhasználni: szklerózis és a vele kapcsolatos öregségi-betegségek, májkárosodás, prosztata mirigydaganat, keringési és vérellátási zavarok (Raymund-kór), sugárzási ártalmak kobaltbesugárzás után.

Bizonyára már eddig is sokan tapasztalták, hogy a pollenfogyasztás jó közérzetet, fokozott aktivitást biztosít. A virágpornak ezt a tulajdonságát felhasználhatjuk hiánybetegségek, hormonális betegségek ellen.

A pollen jelentős triptofán tartalma miatt alkalmas a hajhullás ellen, egyúttal fokozza a szellemi teljesítményt, anélkül, hogy izgalmi állapotot idézne elő. Ez utóbbi tulajdonság alapján gyógyíthatók az „iskolafáradt" gyerekek. A pollendiétához türelem kell, mert több (10-12) hétig folytatandó.

Nem csak gyerekek, hanem öregek is hasznát vehetik a virágpornak. A rendszeres pollenfogyasztás az agyi szklerózis, a magas koleszterinszint, az emlékezetzavarok és a koncentrálási nehézségek ellen hat.

A Bécsi Egyetemi Klinika nőgyógyászati osztályának sugárrészlegén nemi szerveiken daganatos betegeket besugárzás mellett pollendiétában is részesítettek. (A kontroll-csoportot a szokásos módon, de virágpor nélkül kezelték.) Az orvosok a következőket tapasztalták. A pollen-fogyasztás növelte a vörösvértestek számát; a rosszindulatú folyamatokra jellemző összfehérje csökkenése kisebb mértékű lett; a szervezet ellenálló képessége stimulálódott a pollen hatására; a pollendiéta zsíranyagcserére gyakorolt hatására a koleszterin döntően csökkent.

Több svéd klinikán rendszeresítették a pollenfogyasztást a prosztata-adenomák utókezelésére. Ha 45 év felett a férfiak rendszeresen fogyasztanak virágport, akkor a prosztatitisz-veszélyt jelentősen csökkentik.

Milyen az igazi virágpor?

A fogyasztók nagy része a sárga színű virágport favorizálja, sőt meggyőződése, hogy csak a sárga az igazi. Ez tartalmatlan színformalizmus.

Igaz, hogy sok virágpor sárga (mogyoró, borostyán, baltacím; ezüstfa, japánakác, pohánka, hárs, gesztenye, szil stb.), de gyakori a fehér (kakukkfű, bazsalikom, málna stb.), van lila (bókoló bogánycs, ziliz, varfű), kék (facélia), sárgásvörös (körömvirág), sárgásbarna (szivarfa), vörösbarna (bokrétafa), zöldesszürke (szamárbogáncs), sötétszürke (pipacs).

A szín azért sem mérvadó,-mert a virágpor más színű frissen, mint kiszáradva. Pl. a napraforgópollen frissen halványsárgás, szárazon sötétebb sárga; a levendulapollen szárazon vörösessárga, egyébként fakósárgás, a kígyószisz virágpora szárazon kékes, egyébként fakósárgás stb.

Tovább bonyolítja a helyzetet, ha esetlegesen túlságosan magas hőmérsékleten szárították.

A virágpor színe mellett más értékmérő tulajdonságait is figyelembe kellene venni. Még az egyformán sárga virágporok sem egyenlő értékűek.

A méhek részben a virágpor fajsúlya és valószínűleg prolin-tartalma alapján értékelik a különböző növények pollenjét.

Sorrend fajsúly alapján: napraforgó 1,37
mogyoró 1,01
lucfenyő 0,55
kukorica 0,35

Lehetséges, hogy emiatt nem gyűjtik a méhek a tök virágporát (fajsúlya: 0,21).

Sorrend a prolintartalom alapján:

jók	(%)	közepesek	(%)	gyengék	(%)
pipacs	2,37	fehér akác	1,47	napraforgó	0,23
fecskefű	2,17	alma	1,65	sütőtök	0,18
nagylevelű hárs	2,22	gyermekláncfű	1,73		
vadrózsa	2,25	uborka	1,54		
mogyoró	2,28	dália (törpe)	1,46		
fehér fűz	2,80	lucerna	1,33		

Az egységesen sárga virágport, a piac igénye szerint, azért is nehéz tömegesen előállítani, mert a méhek mindig vegyesen gyűjtenek. Tapasztalataink szerint egy-egy család egyidejűleg legalább 9 féle növényről szerzi be - magának - virágpor szükségletét.

Javasoljuk, hogy a fogyasztó a virágpor íze alapján válasszon. Egyes növények virágpora méregkeserű lehet, de vegyes állományban a kellemetlen íz mérséklődik, ha esetleg nem eléggé, akkor a virágport mézzel lehet kiegészíteni. Az étkezésre szolgáló virágport lehetőleg hűvös, sötét, száraz helyen tároljuk. Hatékonysága így is gyorsan csökken. Egy évesnél idősebb virágport már alig érdemes fogyasztani. A másfél évesnek nincs értéke. Az állás során a virágpor burkában lévő viaszok, illóolajok és gyanták vegyi folyamatok következtében olyan védőréteget képeznek, ami az emésztésben szereplő enzimek mindegyikének ellenáll, a pollent akár évtizedekre megőrzi eredeti formájában, de nem eredeti összetételében.

A természetes formájú virágpor adagolásánál abból kell kiindulni, hogy az ember fiziológiás fehérjeminimuma 35-50 g fehérje/nap. Ennek kétszeresére van szükségünk a napi munkához,, tevékenységhez.

A *virágpor adagolásának gyakorlati mértékegységei:*
1 kávéskanálnyi kb. 5 g; 1 evőkanálnyi kb. 15 g
A *virágporfogyasztás általánosan gyakorolt mértéke:*
gyerekeknek 5-15 g/nap; felnőtteknek 15-20 g/nap; lökésszerű („stosz") terápia 30-40 g

Mindezek az adatok a méhek gyűjtötte, szemcsés virágporra vonatkoznak. Gyógyászati virágkivonat nálunk még nem kapható.

Virágpor a kozmetikában

Bemutatok néhány újkeletű kozmetikumot (az amerikai *Connie Krochmal* 1991-es műve alapján) mely a virágpor sokoldalúságát bizonyítja.

Méhpollen lotion
Ez egy kiváló hidratáló lotion szárazbőrűek részére

2 evőkanál méhek gyűjtötte virágpor
1/4 csésze mandulaolaj
1 evőkanál jojoba-olaj
1,5 evőkanál folyékony lanolin
1,5 evőkanál méhviasz

Tegyük a pollent, a mandulaolajat, a jojoba-olajat és a lanolint egy főzőedénybe. Mindezt együtt pároljuk lassú tűzön 10 percig. A keveréket átszűrjük, hogy eltávolíthassuk belőle a virágport. Adjuk hozzá a viaszt és keverjük mindaddig, amíg az el nem olvad. Vegyük le az edényt a tűzről és dermedésig keverjük az anyagot, ami általában 3-4 perc alatt bekövetkezik. Töltögessük ki az edényzetébe.

Afcpakolás száraz bőrre
Ezt a hidratáló kezelést megviselt bőrre használhatjuk
2 evőkanálnyi almaié
2 evőkanál méhgyűjtötte virágpor
2 evőkanál méz
1 tojás sárgája

Az almalét és a pollent üvegkorsóban összekeverjük. A korsóra feltesszük a fedőt és az anyagokat alaposan összerázzuk. Egy óráig pihenni hagyjuk. A keverékből szitával vagy tüll segítségével kiszűrjük a pollent. A virágport kidobjuk. A levet egyesítjük a maradék alkotórészekkel. A maszkot vattával visszük fel az arcra, és mielőtt a pakolás kiszáradna, langyos vízzel eltávolítjuk.

Méz-pollen ápolószer száraz hajra
Sok ápolószer tartalmaz száraz hajra ártalmas alkoholt, de ez a recept előnyösen hidratáló kezelést biztosít.
1/2 csésze méz
2 evőkanál méhgyűjtötte virágpor
1/3 csésze majonéz

Keverjük össze a mézet és a virágport egy serpenyőben, lassú tűzön melegítsük 5 percig. A keveréket a pollen eltávolítása végett átszűrjük szitán vagy gézen. A virágpor hulladékba kerül, a mixtúrát lehűtjük. A majonézt a hideg anyagba keverjük és a nedves hajat bekenjük vele. Negyed óra múlva samponnal lemossuk az ápolószert.

MÉHKENYÉR

A méhkenyeret viszonylag kevesen ismerik, ezért röviden be kell mutatnunk. A méhkenyér a virágpor módosult formája.

A méhkenyeret (bee bread) olykor „méhkaptárból való pollen", néha „léppollen" néven említik. Ezek a kifejezések jelzik, hogy a méhek gyűjtötte virágpor a pollencsapda ellenére, vagy annak híján a kaptár belsejébe került.

Id. Boczonádi Szabó Imre 1913-ban így írt a méhkenyérről: „A készletbe helyezett virágpor, vagyis a méhkenyér 18% fehérjét és emellett több mint 25% cukorfélét tartalmaz, tehát táplálóbb a jó búzakenyérnél."

A méhek a begyűjtött virágport a lépek sejtjeibe tömködik, ahol a rovar-enzimek hatására megindul az összetett cukrok hasítása, ugyanakkor elkezdődik a tejsavtermelő baktériumok és élesztőgombák szaporodása. Csökken az anyagban a pH-érték, savasabb lesz a sejttartalom. Később az élesztőgombák a tejsav egy részét felhasználják, de a méhkenyér íze, illata így is savanykás marad.

A kémhatás mellett természetesen a béltartalomnak is módosulnia kell. Lengyel kutatók 1985-ben 23 méhkenyér és 11 virágpor mintát vizsgálva úgy találták, az albumin-tartalom a méhkenyérben átlag 24,37 %, a pollenben 28,0 % volt. A méhkenyerekben a glutein részaránya 5,49 % volt, a prolin-é 4,36 %, ugyanez a virágpornál 5,2; illetve 6,12 volt. Az egyes méhkenyér mintákban az albumin-tartalomban igen nagy (olykor több mint 4-szeres) volt a szóródás.

Ha a méhkenyérben kevesebb is a nitrogén-tartalmú anyag, még is értékes táplálék, mert a virágpornál jobban, könnyebben értéke-

sülnek emészthető anyagai. Az ásványi anyagokat a **biokémiai** változások kevésbé érintik.

A virágporban igen magas lehet a vastartalom, közepes **mértékű** a cink és a mangán jelenléte, alacsony a réz és a **nikkel aránya.** Alacsony arányban előfordult még a méhkenyér-fajtákban **a kadmium,** kobalt, króm és az ólom is (1 ppm alatt).

A fehérjetartalmat a méhkenyér érési folyamatában **résztvevő** mikroorganizmusok tevékenysége befolyásolja, az ásványianyagtartalmat viszont elsősorban a talaj tulajdonságai határozzák meg.

A méhkenyér ugyanolyan régi méhtermék akárcsak a méz. **Az** emberek egyidőben és egyszerre fogyasztották mindkettőt. **Amikor** még az ember a medvéhez vagy a méhészborzhoz hasonlóan a kifosztott méhcsalád egész lépkészletét pergetés nélkül, **mindenestül** elfogyasztotta, akkor már méhkenyeret is evett.

Varró írásaiból tudjuk, hogy az ókori rómaiak már ismerték **a** méhkenyeret. Akkor is lényegesen drágább volt és többre is becsülték a méznél. Eritace-nek nevezték.

A méhkenyér ritkaságát és drágaságát azzal lehet **magyarázni,** hogy jóval kevesebbet készítenek belőle a méhek, mint pi. **a mézből,** másrészt kinyerni is nehezebben lehet. Pergetéskor továbbra **Is a** sejtekben marad. Kézi eszközzel egy dolgozó nyolcórás **munkaidőben** legfeljebb egy kilogramm méhkenyeret tud kinyerni.

A méhkenyér előnyei

A sejtekből kipiszkált méhkenyérből naponta elég fél **teáskanálnyi.** Legegyszerűbb, ha a méhkenyeres mezőt kivágjuk a léptből **és** egy falatnyi darabot addig rágunk, ameddig csak a viasz **marad a** szánkban. A viaszt kiköpjük vagy akár le is nyelhetjük, **nem árt,** nem lesz belőle baj, emésztetlenül kiválasztódik."

Gyógyászatilag a méhkenyérnek nagyjából azonos az **indikációja,** mint a virágpornak. Az új lehetőségek kikísérletezéséhez laborállatokat használnak.

Bulgár kutatók a méhkenyérnek az ödémás gyulladásos folyamatokra gyakorolt hatását vizsgálva azt tapasztalták, hogy apiterápiai úton is lehet gátolni a sejtburjánzást.

Kínai tudósok kobalttal besugárzott egereken figyelték a méhkenyér hatását.

A méhkenyér jelentőségét rendkívül megemelte az a felfedezés, amit bulgár kutatónők tettek 1980-ban. Ők különítették el a ménkenyérből az adolagin nevű anyagot, amely gyulladáscsökkentő hatású.

A méhkenyér szélesebbkörű apiterápiai felhasználását, ritka volta és ennek megfelelően drágasága akadályozza. Ezt a helyzetet meg tudnánk változtatni a biotechnika segítségével.

MÉHPEMPŐ

A méhpempőt, mint jelenséget régóta ismerik a méhészek. Hosszú időn keresztül különböző nevekkel illették, pl. méhtej, méhnyál stb., amíg Őrösi Pál Zoltán megalkotta a méhpempő kifejezést, ami kedves hangulati velejárója miatt is elterjedt és ma már teljes mértékben elfogadott.

A méhpempő állati termék. A fiatal, ún. dajkaméhek szervezete termeli. A pempő előállítása erősen igénybeveszi a méhek szervezetét. Még a nektárgyűjtés sem rövidíti meg az életüket annyira, mint a méhpempő kiválasztása.

Emberi használatra csak az anyaálca etetésére termelt pempőt tartjuk alkalmasnak, ezen belül is a 3-4 napos lárva táplálékát minősítjük igazán megfelelőnek. Kis mennyiségét kell aprólékos munkával kinyerni: 3-4 bölcső adhat 1 g pempőt. A pempőtermelő családok erősek, népesek kell legyenek. Egy lárva tápigényét 5 egészséges dajkaméh képes csak kielégíteni. Ha nincs elég jó hordás, a méhész kénytelen még nyáron is etetni ezeket a családokat. A méhpempővel foglalkozni mégis érdemes, mert rendkívül értékes, különleges anyag. Gondoljuk csak meg, hogy a csak pempőt fogyasztó álca 3 nap alatt súlyának 250-szeresére növekszik!

A friss méhpempő sárgásfehér, opálos, sűrű viszkózus folyadék. Illata szúrós. Ha napfény éri, kisárgul. Savas kémhatású.

Eredeti állapotában a pempő 65-70 %-a víz, a többi különböző ismert és még ismeretlen bioaktív anyag komplexuma.

A pempő legértékesebb anyagai a fehérjék, illetve az aminosavak, melyek a szárazanyag 12-12,5 %-át teszik ki. Eddig kimutatott aminosavak:

alanin, arginin, aszparaginsav, glutaminsav, cisztein, glikol, izoleucin, leucin, fenilalanin, szerin, taurin, tirozin, valin

A pempő szárazanyagának 29-30 %-a szénhidrátok. Ugyanazok, mint amelyek a mézben is megtalálhatók: fruktóz, glükóz, szaharóz, ribóz.

A pempő vitaminokban gazdag. Megtalálható benne az egész B vitaminsor (Bl, B2, B5, B6, B12) a C-, D-, E- és H-vitamin.

Jellegzetes zsírsavai: mirisztin, palmitrin, sztearin. (6-6,5 %)

Enzimjei: kolineszteráz, foszfatáz.

Főbb ásványi anyagai: vas, foszfor, kálium, kalcium, réz és szilícium, összmennyiségük csekély- 0,8%-os.

A még ismeretlen anyagok aránya 2-3%.

A méhpempő összetétele függ a virágpor- és nektárforrástól, a földrajzi környezettől, az időjárástól, de a dajkák és a lárvák korától is, sőt igen nagymértékben a kezelés és tárolási körülményektől.

Ugyanis ebben az anyagegyüttesben sok a könnyen bomló vegyület. Már a begyűjtésnél vigyázni kell, hogy be ne szennyeződjék. Csak fa vagy üveg eszközökkel szabad hozzáérni. A tároló üveget teljesen meg kell tölteni. A nyers pempőt 0-5 °C-on, alufóliával burkolt, jól lezárt üvegben kell tárolni. A pempős készítmények optimális tárolási hőmérséklete 14 °C.

Hat fős kínai team 5 %-os méhpempő-tartalmú mézzel és helybeli gyógynövényekkel ízesített, kiegészített preparátumot készített, amit állatkísérletekben kipróbálva bizonyították, hogy a termék nem mérgező a vér, a máj és a vese szempontjából, sőt segítségével ezek a szervek jobban hasznosítják a proteint és az aminosavakat. Növekedett a kísérleti állatok testtömege és ellenállóképessége a környezeti ártalmakkal szemben.

Ezek után áttértek készítményük humán alkalmazására. Felnőtteknek napjában kétszer 10 ml-t adtak, a 10 év alatti gyerekeknek ennek a felét. A tapasztalat szerint jobbá vált az alvás, és fokozódott a tápláték- és energiabevitel azonos idő alatt. A vérfesték koncentráció is nőtt.

Kashima és japán munkatársai azt tapasztalták, hogy a proteinuria és a hipertónia minden esetben gyógyítható volt méhpempővel, az ödéma többnyire szintén megszüntethető volt, de ha nem, akkor sem rontotta az állapotot. Felismerték, hogy a méhpempő kevéssé

hatékony á terhességi mérgezésre. Vagyis nem alkalmas akut szimptómák esetén.

E. Sputber (1981) előadása szerint Romániában méhpempő-oldattal kezeltek a felső légutak krónikus bántalmai ellen betegeket. A torok-spray-t naponta egyszer, összesen I0-szer alkalmazták. A vizsgálatok a torok fájdalmainak csökkenését, a váladékok kevésbedését, a légutak jobb átjárhatóságát (könnyebb légzés) állapították meg. A kezelés után a páciensek urai voltak a hangjuknak, ami nagyon fontos a színészek, énekesek, tanárok számára.

A sok helyen többek által folytatott kutatások eredményeként kialakult az a terület (indikáció), ahol a méhpempő hatásos apiterápiai szer lehet. A leggyakoribb alkalmazási területek: agyi szklerózis, más öregkori jelenségek, alultápláltság, szövethiányos megbetegedések, emésztési zavarok, mongolizmus, avitaminózis, mirigyzavarok, bőrbetegségek stb. Hosszabb időn át nagy mennyiségben méhpempőt fogyasztani nem ajánlatos.

A méhpempő hasznos voltát bizonyítja az, ahogyan fogyasztásának mértéke alakult - például Japánban.

Év	Évi fogyasztás
1959	100 kg
1962	1 500 kg
1972	8 867 kg
1981	10 225 kg

MÉHMÉREG

A nagyközönség a méhekkel kapcsolatban azonnal a mézre gondol, de közvetlenül utána arra, hogy szúrnak. Ezt az érzést fejezi ki Csokonai Vitéz Mihály Keserédes című versében.

„Ha mézet ád is a méh,
Fullánkja néha megcsíp."

Amíg a méhek szúrásának hatásával mindenki tisztában volt, addig a méreg mibenlétét sokáig nem ismerték. *Balogh Bálint* még 1915-ben így írt:„De nemcsak fegyverként használják a fullánkot, hanem a már teljesen beérett méz romlásának megakadályozása céljából a sejt befedése előtt egy kis hangyasavat eresztenek abba a fullánk segélyével."

Lassanként kiderült, hogy a méhméreg nem hangyasav. *László Márton* "Gyakorlati méhészet" című munkáját dátum nélkül adta ki, ilyen megjelöléssel: „Készült a szabadságharc 100-ik évfordulóján", vagyis 1048-ban. Ő már nem hiszi, hogy a méhek hangyasavat tennelnek. Ezt írta: „A méhméreg szaga és íze hasonló a hangyasavéhoz. A régieket valószínűleg ez a körülmény ejtette tévedésbe és ezért nevezték el azt hangyasavnak. Sőt, ezt a mérget a legtöbb méhész még ma is hangyasavnak nevezi, holott *dr. Longer* volt csehországi orvos és *Flury,* a würzburgi pharmacologiai intézet Igazgatója egybenangzóan megállapította, hogy ez a méhméreg alkotóelemeiben nem is hasonló a hangyasavhoz, hanem inkább a kígyóméreghez, leginkább a viperaméreghez áll közelebb, de ettől is különböző, egészen különleges antiszeptikum, amelynek a tapasz-

tálat szerint baktériumölő (fertőtlenítő) és konzerváló hatása jelentékeny mérvű."

László Márton tudta, hogy a méhméreg nem hangyasav, viszont olyan sajátosságokkal ruházta fel, ami szintén idegen attól. Többször említi a méhméreg fertőtlenítő hatását.

Gáli Imre (1941) így foglalja össze a méhméreg lényegét: „Fehérjékben elegyült hangyasav és viperakígyó méregéhez hasonló méreganyagot tartalmaz, amely a szúráskor fájdalmat és két nap alatt múló daganatot okoz. Csakis a dolgozóméhek választanak ki mérget, melyet önmaguk védelmére, lakásuk fertőtlenítésére és a méz, virágpor eltartására használnak fel."

Az idézetből látszik, hogy még 1941 táján sem ismerte mindenki a méheket (az anya is tud mérgezni, de fullánkját csak vetélytársnői ellen veti be) és a méhmérget.

Dr. Szövérdi Ferenc (Bukarest, 1949) írja: „Még a súlyos reumát is meggyógyítja a szúrásos kúra és ma már az orvosok is ajánlják."

A falvakban a méhszúrást, vagy ahogy több helyen is mondták a méhe csípést is gyógyító erejűnek tartották különféle ízületi bántalmakra. Népi javaslat: a beteg testrészt először egy, majd két, három, végül 12 méhhel kell megcsípetni, de nem egymás után, hanem szünetek közbeiktatásával.

A korszerű természetgyógyászok a méhek szúrását nem csak kellemetlennek tartják, hanem hasznosnak is. Nézzük meg, hogy mi is az a méhméreg, de főleg azt, hogy miként fordíthatjuk a beteg ember hasznára.

A dolgozó méhek egyszerre 0,1-0,25 mg mérget tudnak kibocsátani. A méhméreg szárazanyagának 50%-a a mellitin, 3 %-a az apamin nevű polipeptid, 14 %-a foszfolipáz és 2%-a hialuronidáz enzim. Van benne még proteináz-inhibitor, hisztamin és más biogén aminok.

A méhszúrást követő gyulladás elsődleges kiváltói a méhméregben található enzimek. A hialuronidáz például a kígyóméregben is előfordul. Az élő szervezetben a folyadékelosztásnál van szerepe. Az enzimegyüttes fellazítja a bőr alatti kötőszöveti réteget, áttételesen feloldja a vörös vértesteket, valamint a kötőszövetek anyagát. A károsított szövetek nem képesek meggátolni, hogy a méhméreg akadálytalanul szétterjedjen a szervezetben. A méhméreg más alkotórészei a sejtmembránt és a központi idegrendszert támadják. Vagyis a hialuronidáz az enzimek azon csoportjába tartozik.

amelyek depolimerizálják a hialuronik-savát. Ez a sav egy poliszacharid-komplex, a kötőszövet alapvető anyagainak egyike, amelyik kitölti az intercelluláris üregeket. A méhméreg, mivel hialurodináz-t tartalmaz, a kötőszövet fő anyagát feloldja, miáltal az elveszíti viszkozitását. A károsított szövet nem képes gátolni a méhméreg behatolását, az tehát akadálytalanul szétterjedhet a szervezetben.

A mellitin a sejtmembránokat támadja meg. Az apamin a központi idegrendszert támadja meg. A mellitin és az apamin együttesen erősen serkenti a neuro-hormonális rendszert közvetlenül az injekciózás után. A hisztamin emelkedésével együtt emelkedik az epinephrin és a norepinephrin szintje, azután, gyorsan (5 perc alatt) leszáll a normális szintre. Ez a jelenség hasonlít a „stressz válaszra". A kétjellegzetes méregkomponens között az a különbség, hogy az apamin ezt közvetlenül kiváltja, míg a mellitin több fokozaton keresztül, de végül magasabb szinten. *C. S. Pace* (1988 Alabama) szerint a mellitin képes hatást gyakorolni a hasnyálmirigy B-sejtjeire, az inzulinkibocsátásra a táplálkozási metabolizmustól függetlenül.

Az Apamin vegyi szerkezetét *Pease* és *Wemmer* határozták meg 1988-ban (Berkeley-ben).

A foszfolipáz megakadályozza a trombokináz működését és ekképpen hátráltatja a vér-koagulációt így a szervezeten kívül, mint a vérrendszerbe bevezetve. A foszfolipáz és a hialuronidáz gátolják a dehidrogenázt. A foszfolipáz legkellemetlenebb tulajdonsága az, hogy képes akadályozni a légzési központ működését. Ha ezt kivonnánk a méhméregből, akkor ke-' vésbé kellene óvatoskodnunk az apiterápiával.

A proteináz-inhibitor védi a méhméreg hatóanyagait a megszúrt enzimjeinek lebontó aktivitásától.

A hisztamin okozza a vérnyomás gyors csökkenését. A különböző úgynevezett biogén aminok váltják ki a szúrást követő tüneteket (duzzadás, hőemelkedés, színváltozás, fájdalom), ugyanakkor serkentik a szervezet saját védekező mechanizmusát.

A méhek szúrásának kellemetlen voltát az ősemberek is ismerték, de hamar felfedezték kedvező hatását is. Az első feljegyzések az egyiptomiaktól származnak. Ők holt méhet dörzsöltek a fájó testfelületre vagy élő méhhel szúratták meg a fájó pontot.

Nálunk is közismert a méhméreg reumaellenes hatása.

Az első gyógyhatású kombinációs méhméregkészítményt 1935-ben *Forapin* néven hozta forgalomba a német *Forster.* Würzburgban előállított kenőcse tubusonként 80 méh mérgét tartalmazta. Ezt a dörzskenőcsöt főleg reumás megbetegedések ellen javallották. A második hasonló indikációjú készítményt Bázelben a *Hoffman-La Roche*

cég állította elő még az 1930-as években. Neve: *Apicúre* volt. Ez 12-15 000 méh mérgét tartalmazta 1 cm³-ben.

Azóta többféle medikum került forgalomba. Pl. Romániában az *Apireven* kenőcs és az *Apireven limenes.* Ezek külsőleg használatosak, de létezik már méhméreges elektroforézis, injekció, inhalátum, tabletta és akupunktúrás méregbevitel.

A régi klasszikus kínai orvoslás a méhmérget és az üres mézes lépeket 'impotenciabetegségekre javasolta. Állítólag, amikor a vad méhek elhagyják fészkelő helyüket, valamennyi mérget hagynak vissza.

A régi tudás elveszett volna, ha egy kínai orvos nem vette volna észre, hogy egyik páciense - akit belül a bokáján megszúrt a méh - hirtelen meggyógyult.

A Rangú és a Taixi akupunktúra és moxibució a belső bokát fontos kezelési pontnak tekinti. Ezek alapján a szemfüles orvos 1966-tól 3015 impotens beteget kezelt csupán méhméreggel. Egy kúra hét napig tartott. A legsúlyosabb esetekben két vagy több kezelési sorozatra volt szükség. Naponta háromszori adagolásban 3 mg méhmérget juttatott a bokánál a szervezetbe. Az eredmény 98,5%-os volt.

Megfigyelte, hogy a közvetlen méhszúrás az aktív pontban hatásosabb volt, mint a méhméreges injekció.

Japánban az apitoxiterápiát már 1920 körül összekapcsolták a hagyományos akupunktúrával. A méh-akupunktúrás terápia sikeres volta miatt széleskörűen elterjedt, ezért 1979-ben megalakították a Japán Méh-akupunktúra Gyógyászati Stúdiók Szövetségét.

Yoshimoto a mén-akupunktúrát eredményesen alkalmazta ízületi gyulladás felületi gennyesedéssel járó betegségek, lumbágó, különböző neuralgiák és herpes (övsömör) ellen. Érdekes megfigyelése, hogy azoknál a pácienseknél, akiknél érzékenységi tünetek jelentkeztek, jobbak voltak a klinikai hatások.

Potcsinkova Bulgáriában *Apisorthron* és *Melivonon* készítményeket használt. 1977-78-ban óvatos klinikai megfigyeléseket folytattak, hogyan alakul az ágyékcsigolyák ízületi gyulladása méhakupunktúrás kezelés folyamán. Kiderült, hogy a kétféle eljárás (az

apitoxiterápia és az akupunktúra) együttes alkalmazása eredményesebb, mint ugyanazok külön-külön. (Bulgáriában a méhméreg bevitelére mikroelektroforézist és mikrofonoforézist is igénybevesznek.)

Lengyel orvosok figyelmeztetnek arra, hogy a méhméreg injekció helyei a betegség fajtájától függenek. 325 méh-akupunktúrával kezelt gerincbeteg páciensük közül 216 teljesen rendbejött, 17 fő esetében a javulás nem volt kielégítő, vagy hatástalan maradt a kezelés (heten érzékenyek voltak a méhméregre).

A francia *Forestier* 1600 megfigyelés alapján elismeri, hogy a méhméreg az idült reumatikus fájdalmakat is enyhíti.

A méhméreg fájdalomcsillapító hatását gerinc-csípőcsont környéki bántalmak esetén is vizsgálták.

Mraz (USA) kiderítette, hogy a méhméregnek közvetlen hatása van a degeneratív betegségek széles skálájára, és nem csak a reumára, de a szív-érrendszeri és malignus betegségekre is.

Természetesen a méhméregnek nem csak kedvező hatásai vannak a sejtekre szövetekre, hiszen méreg.

Az egyéni érzékenység rendkívül eltérő. Léteznek méhméregre túlérzékeny emberek, akik akár egyetlen méhszúrástól (anafilaxiás) túlérzékenységi sokk következtében életveszélyes állapotba kerülnek. Valamivel többen vannak azok a túlérzékenyek, akik évente csak egy szúrást képesek elviselni. A második szúrás végzetes következményeitől az ORFI-ban sem tudnák megmenteni.

Az elsősegély antihisztamin, adrenalin injekciót jelent. A biztonságosabb jövő érdekében a túlérzékeny számára ajánlatos minél hamarabb megkezdeni a fokozatos hozzászoktatást (hiposzenzibilálást). Az így szerzett védettség pár évre elegendő. Megjegyzem, hogy egyeseknél még ez az eljárás sem alkalmazható.

Az emberek többsége csak átlagos mértékben reagál a méhméregre. Minimálisan 800 szúrás képes elpusztítani egy 75 kg-os, nem allergiás személyt. Megtörtént, hogy 5 ember egyenként több mint 1000 szúrást kapott afrikanizált méhektől. A legidősebb (74 éves) meghalt, a többi két hónapig vesebántalmaktól szenvedett a támadás utóhatásaként.

Érdekességként megemlítem, hogy *George Bush,* az USA elnöke, ugyancsak érzékeny a méhméregre. Balkezes, márpedig ők gyakrabban allergiásak általában és a méhméregre is azok.

A méhméreg alkalmazása kockázatos, nagy hozzáértést, az egyéni tulajdonságok figyelembevételét igényli (különösen áll ez a megállapítás a méh-akupunktúra igénybevételére).

A szív ritmuszavarai ellen alkalmazhatunk még rövidhullámot, infravörös és ultraibolya besugárzást, ultrahangkezelést, iontophoresis-t. Ezeknek a nem toxikus eljárásoknak a kombinálása apiterápiával eddig nem is remélt hatást kelt, eredményt ad.

Az embereket nagyon érdekli, hogy miként lehet védekezni a méhszúrás ellen, hogyan lehet a várható fájdalmat és feldagadást elkerülni? Számtalan javaslat született már. Például *dr. Szövérdi Ferenc* (1949) javaslata: „A szúrás helyét, ha hozzáférünk, szívjuk ki és kenjük le oltott mésszel vagy szalmiákszesszel." Máshol: „A szúrás helyét szokták megnedvesített háziszappannal bekenni vagy szeszes aloé oldattal."

Valószínű, hogy minden dörzsölés hozzájárul a mérgek szétterjedéséhez, felhígulásához, helyi hatásának csökkentéséhez. A könnyen elérhető anyagok közül a méhészeknek rendszerint rendelkezésükre áll a legjobb szer: a propolisz.

A tudomány közben fontos ellenszereket talált.

A foszfolipáz-t hatékonyan gátolja a manoalide, egy természetes tengeri termék. A méhméregből származó foszfolipáz A2-t teljesen hatástalanítja. A manoalide kötéshelyét a foszfolipáz A2-ön Glasernek és munkatársainak 1988-ban (az USA-ban) sikerült meghatározniuk.

Most már az apaminnak is van ellenszere. Chicchi és társai 1988-ban az USA-ban egy skorpió (Leiurus quinquestriatus hebraeus) mérgéből háromlépcsős kromatográfiai eljárás eredményeként olyan vegyülethez jutottak, amelyik gátolja az apamin hatását. Ezt a peptidet a kutatók leiurotoxin néven számos fiziológiai preparátumban alkalmazták.

MÉHVIASZ

A viasz nélkülözhetetlen a méhek számára. Viaszból épült sejtekben fejlődnek ki a családot alkotó egyedek, sejtekben tárolják a mézet és a méhkenyeret. A méhek, mondhatni, viaszvárosban élnek.

A méhviaszt az ember is felhasználja a saját céljaira.

A méhviasz színe halványsárga (gyakran sötétebb), íze enyhén édeskés, jellegzetes szagú. Szobahőmérsékleten szilárdan törik, a kéz melegétől meglágyulva gyúrható.

A méhviasz eléggé drága, ezért előfordul, hogy olcsó adalékanyagokkal növelik a tömegét, ezért tudnunk kell a hamisítatlan termék főbb jellemzőit.

A valódi méhviasz rágáskor nem tapad a fogra; a meggyúrt viaszból nem lehet szálat húzni (ha faggyú van benne, igen); a vékony lap áttetsző, de nem átlátszó (ha igen, parafinnal kevert); ha valódi méhviasz felületén vékony csíkot húzunk egy kemény tárggyal, a kaparás nem hagy fényes nyomot; olvasztott viaszcsepp az itatóspapíron nem okoz kiterjedt zsíros foltot (ha igen, mesterséges szénhidrogénnel szennyezett).

A tiszta méhviasz olvadáspontja 62-65 °C. Az ettől a hőmérséklettől lényegesen eltérő olvadáspont hamisításra utal.

Kémiailag a méhviasz zsírsavaknak alkohollal történt észterezése. Tartalmaz még propoliszt, színanyagot és viszonylag sok A-vitamint.

A viaszt ősi idők óta használja az emberiség világításra, holtak balzsamozására, modellezésre. A faggyúgyertya, a gyantás fenyő-

fáklya csípi a szemet, míg a viaszgyertya nem izgatja a szemet és emellett illatos.

A legvilágosabb, legtisztább méhviaszra a mézes lépek fedelezésével lehet szert tenni. Az így nyert viasz szájüregi bántalmaknál, garat-mandula gyulladásnál, a felső légutak különböző gyulladásainál a betegek 35-55%-ánál minden más kezelés nélkül biztosíthatja a gyógyulást.

Az apiterápia a viaszt súlyosabb esetekben is használhatja. Például Lublinban az I. számú Sebészeti Nőgyógyászati Klinikán 1960-1985 között 349 esetben alkalmaztak viasz-pesszáriumot hüvelyelőreesés gyógyítására. A viasz elmulasztotta az alkalmi hüvelynyálkahártya-érzékenységet, csökkentette ennek gyulladását, elősegítette a hüvely összehúzódását. A viasz-pesszárium hatásosabb és még olcsóbb is mint a hüvelyelőreesés gyógykezelésére bevezetett egyéb eljárások. Ambuláns betegeknél is alkalmazható.

Christova Szófia 2. Poliklinikáján viasztapaszt helyezett 25-30 percre a mozgás összerendezetlenségében szenvedők és a perifériás idegrendszerében károsodott betegek fájdalmas testrészére. A teljes kezelési folyamat 10-12 alkalmazást jelentett. A viaszt 10-20 %-ban propolisszal gazdagította. A gyógyhatás kiváló volt. Visszaesést egy évig sem tapasztaltak.

A lépes méz fogyasztásánál a méz és a viasz együttes hatása az, ami olyjól érvényesül a száj-garatüreg és a gége megbetegedéseinél, a nátha, a köhögés, torokfájás, bronchitis ellen, a foghúsvérzéssel szemben.

Mint már tudjuk: a viaszt akár le is nyelhetjük, nem árt, változatlanul kiürül.

Külsőleg is alkalmazható az apiterápiában a méhviasz. Vivőanyaga és hígítója lehet nagy hatású méhészeti termékeknek (propolisz, méhméreg). Jobb mint pl. a vazelin, hisz egyesek erre is érzékenyek, de a méhviaszra nem.

A kozmetikában a viasz az arcmaszkok és szőrtelenítő szerek kiegészítésében használatos. Néhány példa:

Méhviasz-rózsavizes kézkrém
A rózsavíz kellemes illatot kölcsönöz ennek a krémnek.

1/2 csésze mandulaolaj
1/4 csésze rózsavíz
1/2 teáskanál glicerin
1/3 csésze méhviasz forgács

Egy serpenyőben öntsuk össze az olajat, a glicerint és a rózsavizet. Lassan melegítsük a keveréket, míg egész tömegében átmelegszik. Adjuk hozzá a viaszt és keverjük annak elolvadásáig. Öntsük a keveréket a tartóedényeibe. Ne fedjük le kihűlés előtt, mert különben pára csapódna le a fedele alatt.

Viszketés elleni krém megviselt bőrre és rovarcsípésekre
A méhviasz biztosítja a krém vízellenállóságát, ezért az sokáig hatásos.
1/4 csésze glicerin
1 evőkanálnyi kalamin-lotion (kalamin kovacinkérc)
4 evőkanál zabliszt
3 evőkanál méhviasz forgács

Egy nyeles serpenyőben összekeverjük a glicerint és a kalamin-lotion-t, 5 percig kíméletesen melegítjük. Hozzáadjuk a zablisztet és lassú tűzön pároljuk 2 percig. Hozzáadjuk a viaszt és keverjük az anyagot, míg a viasz el nem olvad. Elvesszük a tűzről a serpenyőt és mintegy 2 percig tovább keverjük az egyveleget, amíg meg nem alvad. Ezzel kész, a krémet tartályaikba töltjük.

Gyógykrém
Különösen a téli hónapokban, a szélkifújta bőrre jó.
4 evőkanál mandulaolaj
2 evőkanál méhviasz
2 evőkanál kókuszvaj
1/4 teáskanál kámfor-szesz
1/4 teáskanál kristályos mentől

A glicerint és a mandulaolajat összeöntik egy serpenyőbe, lassú tűzön fokozatosan felmelegítik 5 percre, hozzáadják a viaszt és a kókuszvajat, addig keverik, amíg a viasz és a vaj el nem olvad. A mentolt a kámforszeszben oldják fel és ezt a mentol-kámfor keveré-

ket töltik a forró mixtúrához. Amikor a melegítést megszüntetik, még 5 percig keverik az egyveleget, amíg az meg nem sűrűsödik, akkor szétadagolják az anyagot.

Kutikula-krém
Ez nagyon hatásos, ha a bőrön hagyjuk egész éjszaka.
2,5 evőkanál jojobaolaj
2 csepp E-vitamin (olajban)
1 evőkanál méhviasz

Az összes alkotórészt egyszerre beletesszük egy főzőedénybe és lassú tűzön addig melegítjük, amíg a viasz el nem olvad. Ezután-a melegítést megszüntetjük, de a keverést még 2-3 percig folytatjuk, a mixtúra besűrűsödéséig és ekkor kitölthetjük.

Rovarűző krém
A méhviasz biztosítja ennek a krémnek a víz-ellenállóságát.

Ez a készítmény a méhviaszon kívül olyan összetevőkből áll, amelyeket az USA-ban sem lehet egykönnyen megszerezni: Mi ebben a vonatkozásban nem követhetjük az ifjú kozmetikus tanácsait, csupán azt jegyezzük meg, hogy a méhviasz ebben az esetben is nélkülözhetetlen kellék.

Kézvédő krém
Connie Krochmal méhész és kertész (Észak-Carolina, USA) ezt a kozmetikumot akkor szokta használni, amikor kerti munkára készül. Alkalmazása megakadályozza szennyeződések bejutását a bőr pórusaiba, a viasztartalom pedig megvédi kezét a víztől.
1/4 csésze mandulaolaj
1,5 evőkanál méz
1 evőkanál méhviasz

A mandulaolajat és a mézet összekeveri egy nyeles serpenyőben. Óvatosan felmelegíti, néhány percig lassú tűzön párolja, egy kicsit kevergeti, hogy a méz felolvadjon. Hozzáadja a viaszt, ami keverés közben elolvad. Leveszi a kályháról a serpenyőt, de a keverést addig

folytatja, amíg lehet, amíg a massza meg nem dermed. Erre elég 3-4 perc. Ezután az anyagot kiporciózza.

Méhviasz-méz kézkrém
Használd a kezeidre mielőtt gumikesztyűt húzol az edénymosogatáshoz. A forró víz elősegíti a krém bejutását a kézbe.
1/2 csésze méz
1 evőkanál olaj
1/4 csésze méhviasz

Töltsd a mézet egy serpenyőbe és lassan melegítsd fel. Töltsd hozzá az olajat és főzd együtt mintegy 2 percig. Add hozzá a viaszt és keverd annak elolvadásáig. Vedd le az edényt a fűtőtestről és keverd az anyagot, amíg meg nem dermed kb. 4-5 perc alatt. Töltsd a mixtúrát a tartályaiba.

Arcpakolás zsíros bőrre
A propolisz antibakteriális képessége segíti a zsíros bőrt.
1/4 csésze író
1 teáskanál propolisz
3 evőkanálnyi méz
2 teáskanál citromlé

Egyesítjük az írót és a propoliszt. A mixtúrát serpenyőbe tesszük és alacsony hőfokon melegítjük. Lassú tűzön pároljuk mintegy 5 percig, amire a propolisz elolvad. Levesszük a serpenyőt a tűzről és beletesszük a maradék összetevőket. Hagyjuk a keveréket kihűlni, azután vattatamponnal felvihetjük az arcbőrre. Az arcpakolást langyos vízzel távolíthatjuk el.

Viaszból készült háziszerek voltak egykor a hajkenőcs, a bajuszpedrő, a padlófénymáz és az oltóviasz.

Kaptárlevegő

A kaptár belvilága meglehetősen állandó fizikai tulajdonságokkal rendelkezik. Hőmérséklete és páratartalma csaknem független a

külvilágtól. Amint a lóistálló vagy tyúkól felismerhető a szagáról, úgy a kaptáraknak is megvan a maguk jellegzetes illata. Ez kaptárbontáskorjól érzékelhető.

Egy időben divatos volt az olyan méhesház, amelyiknek déli fala kaptárakból állt, bent asztal, szék és heverő biztosította a kényelmet. A tulajdonos és olykor a vendégei is órákat töltöttek ott beszélgetéssel, olvasással. A sajátos légtérben lélegeztek, ami a légzőszervekre hasonló hatással volt, mint a barlangi levegőkúra.

Előfordult az is, hogy egyetlen mély szippantás a kaptárlevegőből valakinek elmulasztotta a szénanátháját.

A tapasztalt jelenségeknek az lehet a magyarázata, hogy az ilyen kezelések olyanok, mint valami inhalálás a méhméreg és főleg a propolisz párájával, illóolajaival.

Vegyes anyagok

A kaptárban, a lépekben vegyesen vagy közeli szomszédságban együtt találhatók az apiterápiában használható anyagok. Az emberiség az együttes előfordulás természetes formájában egyszerre fogyasztotta a lépek minden anyagát. A technikai fejlődés lehetővé tette a termékek egyre tökéletesebb elkülönítését, ma viszont ismét az együttes, de a határozott arányban összeállított komplex anyagokat javasoljuk a hatásfok növelése, a hatásspektrum szélesítése érdekében.

Gyakran összekeverjük a virágport és a mézet. Ez mindkét termék javára válik. A méz vitaminokkal dúsul, a virágpor pedig tovább megőrzi értékes anyagait. A virágpor érzékeny a szárításra. A mézes virágport kevésbé szükséges légszárazra szikkasztani. A méz elzárja a virágportól a levegőt, ozmózis útján elvonja a maradék nedvességet, vagyis hathatósan konzerválja.

Az üvegbe töltött virágporra szakaszosan annyi folyékony mézet töltünk, amennyit már éppen nem tud beszívni. Ebből a sűrű masszából elég naponta 1 kávéskanálnyi az egészség, az aktív életmód fenntartásához.

Erinek az egyesítésnek az az előnye is megvan, hogy a kellemetlen, keserű ízű virágporok is élvezhetőbbekké válnak.

A mézet előnyösen keverjük propolisszal. Ehhez folyékony mézet és cseppfolyós, tiszta propoliszt kellene felhasználni, de az utóbbi hiányában előfordul, hogy aprított nyerspropoliszt vagy alkoholos propoliszkivonatot tesznek a mézbe. Ezek a primitív eljárások kerülendők.

A propolisz nem befolyásolja a méz tápértékét, viszont jelentősen fokozza sterilizáló képességét; Heveny torokbántalmaknál kiválóan használható.

Olyan készítmény is van, amiben virágpor és propolisz szerepel együtt. Ilyen a Romániában készült Mipropol végbélkúp. Ezt a szuppozitort a prosztata jóindulatú hámdaganataira és krónikus prosztatagyulladásra javasolják. Először 1975-ben próbálták ki 275 olyan nem operált betegen, akik közül 6 hónapja szenvedett a legrövidebb ideje és 8 évig a legrégebb ideje beteg páciens. Az összes páciens közül 19 fő mutakozott túlérzékenynek a végbélkúppal szemben.

Más kísérletben méhpempőt vitaminokkal dúsítottak és akkor 74,4%-ban kaptak kielégítő eredményt.

Lehetséges keverni propoliszt és növényi kivonatokat, méhkenyeret növényi kivonatokkal, pollent és propoliszoldatot.

A *Melbrosia executive* és a *Melbrosia pour les domes* nevű készítmények pollent és méhpempőt tartalmaznak. Az arány, valószínűleg, 500 mg pollen és 50 mg méhpempő. Kapszula formában forgalmazzák. A szarajevói egyetem orvosi fakultásán ezekkel a készítményekkel megkísérelték az asszíriai megtermékenyítési rituálét helyettesíteni fáradt, szexuálisan közömbös, terméketlen és impotens férfiaknál. Az orvosok három összefüggő területen vizsgálták a hatást: vágyakozás (libido), a nemi aktus végrehajtására való képesség (potencia coeundi) és termékenyítési képesség (potentia generandi).

A virágpor fruktóztartalma biztosíthatja a spermiumok energiaellátását, aminosavai (főként az argirin, hisztidin és glicin) a herék spermiumtermelését serkentik.

A 38 férfi *Melbrosia* executive-kapszulából naponta 2 db-ot kapott. A hatás már néhány nap múlva megmutatkozott a-vizsgált területek mindegyikén. Öt kezeltnél gyenge, a többieknél különböző mértékbenjó eredményt értek el a gyógyításban.

A *Melbrosia pour les dames* nevű készítményt a férfiak is fogyaszthatják, de igazán jó hatást csak a nőknél lehet elérni vele. Ebben a készítményben a pollen és a méhpempő mellett propolisz is található. A kapszulát a nyelv alá kell helyezni (sublingualis alkalmazás).

Oszmanagics professzor olyan fiatal lányokat gyógyított vele, akiknek fájdalommal járt a menstruációjuk, azt gyakran fejfájás, hányinger, hányás kísérte. Náluk a méh és más női szervek fejletlenek voltak.

Valamennyien naponta egy kapszula *Melbrosia-t* kaptak 60 napon át.

Dr. Téka Vicsics a ljubljanai Nőgyógyászati Klinikán folytatott gyógyítást Melbrosia-val. A betegei részben aszténiások voltak, de valamennyien rendszertelen és fájdalmas havi vérzésben szenvedtek. A lányok két hónapon át napi egy Melbrosia kapszulát kaptak. A kúra végén az aszténia 78,5%-ban, a menstruációs fájdalom 85,7%-os arányban gyógyult, szűnt meg. *

Az eredmények alapján a kutatók a *Melbrosia pour les dames* gyártmányt hatékony gyógyszerként ajánlják kimaxos panaszokra is. Ezek után *dr. Solomon* nőgyógyász (Hamburg) változó korban lévő asszonyokra is kiterjesztette a Melbrosia-val történő gyógykezelést. Páciensei 48-65 év közöttiek voltak, akiknek leggyakoribb panaszai: hőhullámok, koncentrálási gyengeségek, idegesség, álmatlanság, éjszakai izzadás.

Dr. Solomon érdekes megfigyelése, hogy a dolgozó nőkjobban reagálnak az apiterápiai kezelésre (82,8 %-os gyógyulás), mint a nem dolgozók (53,4 %-osjavulás). A kúra 30 napig tartott, de már a 10. napon mutatkozott a *Melbrosia* kedvező hatása.

Dr. Franz Klement Feiks belgyógyász (Klosterneuburg) kipróbálta a pollen méhpempő tartalmú preparátumot a sugárbetegség leküzdésére.

A sugárterápiában részesülő betegek egy idő után elvesztették az étvágyukat, sokszor hánytak, súlyos rosszullétre panaszkodtak. Náluk a szokásos gyógyszeres támogatás nem használt. *Dr. Feicks,* kísérletképpen, 17 nőnek naponta 3 kapszula *Melbrosia pour les dames* kapszulát adott 3 héten keresztül. Ennek hatására a sugárbetegség szimptómái mindenkinél eltűntek. Később *Feiks* doktor 37 nőt már a sugárkezelés előtt ellátott Melbrosia-val. Ezek közül idővel, csak egynél léptek fel a sugárbetegség tünetei.

A besugárzott rákos betegeknél mellékhatásként rendszeresen jelentkezik a súlyvesztesség. Ez a *Melbrosiás* csoportban 0,3 kg-nak mutatkozott a kontroll-csoport 1,2 kg-jával szemben.

Indonéziai orvosok (Dzsakartai Egyetemi Sebészeti Klinika) megismerkedve az idézett eredményekkel véletlenszerűen kiválasztottak 60 rákos beteget (52 nőt és 8 férfit) a betegség különböző stádiumaiban: besugárzottak, operáltak, operálhatatlanok, reménytelenek. Naponta háromszor kaptak Florapoll-kapszulát (ez is pollen méhpempő keverék). A 8 hónapos kezelés a következő eredményekkel járt: a Florapoll-kezelésben részesültek nem fogytak, sőt 0,6 kg-ot híztak, a páciensek 70%-a szubjektíve jobban érezte magát. A betegek 90%-ának javult az étvágya, míg 10%-uk mindvégig étvágytalan maradt (a legsúlyosabb esetek), a bélműködés 70%-nál javult, normalizálódott. A kezeltek 60%-a közölte, hogy jobban alszik (ez rákos betegeknél nagyon fontos).

A *Florapoll* a rosszindulatú tumort nem önállóan támadja meg, hanem a szervezet támogatásával, az immunrendszer serkentésével éri el a tapasztalt eredményeket.

A pollen-méhpempő preparátumokról megállapíthatjuk, hogy azok rendkívüli méregtelenítő, regeneráló és roboráló hatással rendelkeznek, szemben a röntgensugárzással és a citosztatikumokkal, melyek nemcsak a rákos, de az egészséges sejtek szaporodását, növekedését is gátolják és sok kellemetlen mellékhatást idéznek elő.

Megjegyezni kívánom, hogy a pollen-méhpempő preparátumnak nem kell feltétlenül gyári készítménynek lennie. Kellő képzettséggel rendelkező méhészek és több természetgyógyász is képes hatásos apiterápiai preparátumot készíteni. Elsősorban arra kell ügyelni,

hogy az alapanyagok tiszták és frissek legyenek és akkor a remélt hatás bizonyára bekövetkezik.

A méhpempőt igen erős hatása miatt és azért, hogy biztonságosabban adagolhassák, gyakran hígítják különböző anyagokkal. Az ultraposztőrözött tej csakis a. hígítást szolgálja, míg a főként távolkeleten szokásos ginzeng-méhpempő együttes fokozza a készítmény hatékonyságát és szélesíti hatásterületét, mivel a két fontos drog kiegészíti egymást.

A méhpempőt nálunk is néha máshol is, olykor mézzel keverik. Ez a legrosszabb megoldás, mert a méz erőteljes enzimtevékenysége gyorsan lebontja a méhpempő bioaktív anyagait. Az ilyen készítményeket nem szabad sokáig tárolni. Az elegyítés után hamarosan fel kell használni, el kell fogyasztani.

Eddig megtárgyaltuk a méz, a virágpor, a méhkenyér, a méhpempő, a méhméreg és a méhviasz apiterápiai felhasználási formáit és megemlítettük a propoliszt. Van azonban olyan anyag, ami speciálisan csak az apiterápiában fordul elő. Ez a herefiasítás. A hereálcákat kiszedik, fagyasztva tartósítják, tisztítják egy román szabadalom alapján, majd különböző méhészeti termékekkel egyesítik. Ezt *Apilamil* néven hozzák forgalomba. Ha még propolisz is járul hozzá, akkor *Apilarnilprop* a fantázianeve. Mint a keverékanyagoknak általában, ezeknek is igen széleskörű az alkalmazási területük.

Eva Pantea az *Apilarnil-ból* és az *Apilarnilprop-ból* klimakterikus válság (menopanza) idejére 2-3 hónapon át napi 4-6 drazsét javasol. A hatás főképpen a pszichikai állapot javulásában nyilvánul meg.

Anna Popescu a két készítményt sikerrel használta szopós gyerekek rosszultápláltságának és alultáplált kisgyerekek ellenállóképességének fokozására.

Voica Foisoreanu pszichomotrikusan későn fejlődő gyerekekkel folytatott kísérletet. A 2-6 éves gyerekek egy részét (30 főt) 4 hónapig napi 2-4 drazséval látta el. Az azonos létszámú kontrollcsoport tagjai *Encephabol* gyógyszert kaptak. A kísérleti csoportban a mozgás koordináltságának hiánya (ataxia), valamint a zárőizmok ellen-

őrzése területén a javulás a 10-20. nap után kezdődött, míg a kontrolinál ez csak a 3-4. hónap után mutatkozott.

N. Ardeleanu az előrehaladott korúak szomatikus neuraszténiájánál, idegbetegség és agyérelmeszesedés ellen használta az újféle tablettákat.

A kezeltek a napi 6-8 drazsét jól tűrték. Javulás az állapotukban a 20. naptól volt megfigyelhető. Az *Apilamil* és *ApiLarnilprop* haszna abban nyilvánul meg, hogy kevesebb gyógyszerrel lehetett a betegséget eredményesen kezelni.

Radu és *Iliescu* krónikus májbajok ellen próbálták ki a két román készítményt.

Roselia Speteanu az *Apilarnil.* kozmetikai készítményekhez használta azon az alapon, hogy ez az apiterápiai anyag gazdag aminosavakban. Tapasztalata szerint az Apilamil felhasználható kopaszság, szőrtüszőgyulladás és bizonyos allergiák ellen. Az általa kialakított Acaniha-vonal különböző bőrápoló szereket, sampont és hajápolót jelent.

Apilamil és *Apilamilpropot* román licenc alapján csak Romániában gyártanak, de a hereálca anyagaiban kínálkozó lehetőséget más országok kutatói is elismerik és megkísérlik kihasználni, az apiterápia szolgálatába állítani.

A pro-polisz = város előtt, ógörög eredetű szó. Metaforikusán értjelenthet, olyat, amelyik védi a mögöttes területet, a méhcsaládot vagy a méhállamot. Ez a gondolat már az anyag szerepére is utal: megakadályozza a fertőző betegségek bejutását.

Ilyen szubsztanciára nagy szüksége van a népes méhcsaládnak. Nincs a világon olyan nagy istálló, amelyikben annyi állat volna együtt, mint amennyi egyed van egy népes méhcsaládban, s mégis ritkábbak a járványok. A csupasz testű hangyák valamiféle nyállal tisztogatják egymást. A szőrös méhek csak a fizikai szennyeződéstől tudnak megszabadulni tisztálkodásuk során, a káros mikroorganizmusok ellen csak propolizálással védekeznek.

A propolisz ma már nemzetközi fogalom. Minden nyelvben ismert, emellett vannak a fogalomra sajátos nemzeti szavak is. Például magyarul még méhszuroknak is nevezik; az angolok bee glue, a németek Kittharz néven is emlegetik.

A propolisz fogalmát így határozzák meg: „A méhszurok vagy propolisz a méhek tömítő vagy ragasztóanyaga, melyet növények mézgás anyagából, rügyek ragadós váladékából gyűjtenek össze. Ezt az anyagot a kaptár repedéseinek betapasztására, felületi egyenetlenségek, idegen maradványok bevonására használja. A fiasításra használt bábinges sejteket is vékonyan bevonja propolisszal, mert a méhanya különben nem petézne bele. Az összegyűjtött méhszurok viaszt és egyéb idegen anyagot is tartalmazhat.*

A PROPOLISZ TULAJDONSÁGAI

A propolisz származása

A propolisz eredete sokáig vitatott volt. Az ókorban *Pliniusz* és *Dioszkoridesz* vitatkoztak arról, hogy honnan gyűjtik a propoliszt a méhek. *Pliniusz* szerint a propolisz a fűz, a nyár és a vadgesztenye rügyeiről származik, míg *Dioszkoridesz* szerint a propolisz eredete a benzoefafélékkel (storaxfa) hozható összefüggésbe.

Mintegy kétezer év múlva még mindig dúlt a vita a propolisz származását illetően. *Dr. Küstenmacher* 1907-ben adta közre elméletét, ami szerint a méhek a virágporból nyerik a propoliszt: A bélcsatorna sajátságos szakaszában a „chylus Magen"-ben a pollen elfogyasztása után megül, vízfelvétel után felpukkad, béltartalmát a méhek a fiasítás táplálására használják, míg a propolisz a virágporszemcsék héjából képződik. A kiürített propoliszt a méhek különféle szemettel és viasszal keverik, amíg úgy besűrűsödik, hogy széthordása és felhasználása lehetővé nem válik.

Tisztázódott a propolisz alkotórészeinek növényi eredete, egyúttal sokasodtak a fényképekkel igazolt megfigyelések, ahogy a kijáró dolgozók rágójukkal összekaparják a melegtől megpuhult balzsamot a rügyek felszínéről, lábaikkal a hátsó láb kosárkáibajuttatják, majd a kaptárban társaik segítségével megszabadulnak ragacsos terhüktől.

A propolisz fizikai tulajdonságai

A propolisz színe általában sárgásbarna, márványozott. A különböző fafajok rügyeiről származó propolisz-rakományok eltérő színű-

ek (tölgy és gesztenye piros, nyár barna, fűz sárga stb.), azok a raktározás helyén egymástól összeomlásra és így adódik a makrónyos tarkaság.

A propolisz szaga ámbrához hasonló, balzsamos. Csaknem azonos a balzsamos nyírfarügyével illatával. A kaptárnak, a méhészházak jellegzetes illatú levegőjét főképpen a propoliszrnak köszönhetjük.

A propolisz fajsúlya: 1,033–1,145. A hőtől és a fénytől, fel és le-ruhától, szélvihár egy fénél és egy állati ízző rétegre. A mindig jelenlévő méhviasz kivédik és a felszínre emelkedik.

A propolisz olvadáspontja 81-83 °C. Hidegen ridog, kagylósan törik, melegen nyúlósan nagyadás.

A propolisz kémhatása savanyú: pH = 3,5–4.

Ha nem tudnánk a propolisz sokirányú kívánt felhasználását, akkor kellemetlen, a méhész munkáját akadályozó anyagnak tekintenénk. Sokáig így is volt. A méhészek nehezen tudták megjósztani a propolisz kaptárt és annak részeiben, amiről kellett. (Hanemann-rácsi helgetők), a kaptárban mozgását egészen eldöntik, aztán vigyáztak, hogy bele ne lépjenek.

Normális viszonyok közt a méhész fokozott mértékben gyűjteni a propoliszt, azután gondosan kinyeri és hasznosítja kivá lónyagait.

…*.

fűlapokat, és némelyik évben még októberben is gyűjthetnek propoliszt.

A propolisz alkalmazásának történelmi áttekintése

A propolisz gyógyhatását az emberiség a legrégibb idők óta ismerte. Okkal feltételezhető, hogy a neolit-korszakban propoliszszal láttuk el a sebeit. A propolisz elősegítette a koponyalékeletek életbenmaradását.

Az ógörögök ismerte a propoliszt. A "fák könyvének" tartotta, ami elsősorban a fűzfára és a szállóra vonatkozott. *Virró, Plinius* és *Dioskoridesz* valamennyien azt írták, hogy a propolisz már régóta használatos. *Varro* tudta, hogy a nektárt, a varjúport és a propoliszt a méhek nem ugyanazokról a növényekről gyűjtik. Többek között így írt: „Propolisznak nevezik azt az anyagot, amelyből ők (t. i. a méhek) a nyár közepén a méhkaptárban a szelet védelmet építenek. Ezt az anyagot az orvosok ugyanazon a helyen kenőcsként használják, ezért drágábbi, mint a Via Sacra-ban kapható méz."

Plinius háromféle propoliszt használó anyagot különböztet meg, s mindháromfajtát orvosi gyógyszernek minősítette. Tudta, hogy ezek az anyagok kenőcsként csökkentik a fájdalmat. Használta a begyulladt tőkék eltávolításánál.

Dioskoridesz megírta, hogy a propolisz sárga és illatos, puha és ragadós. Kenőcse megszünteti a sömört, gége jó a köhögés ellen. A méhsarok nyílásánál találhatód és a viaszhoz hasonló természete van."

Abu Ali Ibn Sina (Avicenna) „Az orvostudomány kánonja" című híres munkájában tiszta és fekete viaszról ír. Szerinte: „A tiszta viasz alkotója a lépek falát, amiben a fiatalokat felnevelik és amiben a mézet tartják, míg a hőkben is megmarad a méz. Utóbbi lehet a propolisz. Nyilhegyek és tűskék sebből való eltávolításánál javasolja. Megjegyzi: „A fekete viasz átható szaga tüsszentésre készteti az embert".

Z. A. Makavii közli, hogy már az V. században számos gyár orvosi munkában gyakran javasolják a propoliszt. Pl. Tritivii beteg

A meleg (50–60 °C-os) vazelinhez adott, majd együtt (70–80 °C-on 8-10 percig főzött propolisz-kenőcsöt Magyarországon is készítenek. Eredményesen használják fekélyesedő és égési sebekre.

A propolisz felhasználási formái

A propolisz értékét nagy mértékben befolyásolják a termőhelyek eltérő fizikai tulajdonságai, a növények különbözősége, a begyűjtés és a tárolás körülményei, valamint a tisztításával járó ráhatások.

Vauthier (Svájc) a propolisz nyers, eredeti formában való alkalmazását javasolja azzal érvelve, hogy az illóolajok nincsenek magukban foglalt, amit csak tartalmazhat a propolisz. A javaslat hibája, hogy nem veszi figyelembe:

1. A nyál és a gyomornyar nem szabadít fel minden igényelt hatóanyagot,

2. a nyers propolisz ismeretlen összetétele miatt távolról sem lehet meghatározni adagolni a használandó mennyiséget.

Az igényes felhasználás megkívánja a szinvonalas feldolgozást. A legyakoribb feldolgozási módszer az oldat-készítés.

Különféle legkülönfélébb nemű folyadékban juttathatód a kezelendő felületre. Legegyszerűbben légpumpás szóróflakonból lehet a nagyobb felületről és érzékeny testekre juttatni a propoliszt.

G. G. Kocini (Szovjetunió) propoliszos kenőcsöt ajánl fel gennyes folyását gyógyította. Naponta tampont helyezett a beteg üllő hallójáratába. A fülnyílás 10-15 nap múlva zárva maradt. Az orvos fülgégi gyógászatban – különösen – külföldön használják a propoliszos kiválóan. *Baidan* és munkatársai Romániában 1971 óta használják a 2-5%-os propoliszos kenőcsöt sebgyógyításra és kőelhárítva-gyulladásnál, járványos szaru-kötőhártyagyulladás ellen, a szemhéj ekcémájánál stb.

A propoliszkivonatokat használják gargalizálásra és aeroszolos irrigálásra is. A csehszlovák *Matel* a szájüreg és a gége betegségeit 3-5%-os alkoholos propolisz-oldatos aeroszolos inhalió segítségével gyógyította (8–12–szer egymás után naponta vagy másnaponként.

hígítsánál figyelembe kell vernii a kezelendő felület érzékenységét. A fluonoid-komplexum polivalens alkóija fokytán számos bántalomnál alkalmazhatód: reumatikus fájdalmak megszüntetésére, ekcémák, bőrgombásodások, szőrtüszőgyulladás ellen, vérzéscsillapítás, sebferdítésére, bőrregeneráláshoz stb. Lágy propoliszból bármikor készíthetünk *belsőleg is kenhetőt is. Hőnk, sőtt helyen tárolva hatását két évig megtartja.*

Propolisz kenőcsök

A kenőcs lágy-propolisz és semleges zsírszerű anyagok keverése. Alhigítás á felhasználó és annak testfelülete szerint változó. Hígítósalkalmazásodnak a felsudotokor, pl. egy kisbaba ekzémájához 2-3%-nyi lágy-propoliszt keverhetünk bőgyúgyász javaolta kétrnécz. Felnőttek gerincfájdalmainak csillapítására vazelinbe 10%-nyi lágypropoliszt keverünk.. Ezt a kenőcsöt állandó érzékenység esetén másnaponként este használjuk. Bedörzsöljük az érzékeny felületet és környékét, puha ronggyal letakarjuk és átkötjük (hogy ő ne mozdulj-jon a takaró). Időnként jelentkező fájdalmak esetén azonnal, de ha lehet, a rohamot megelőzően kenjük fel a kevertet.

A reumatikus fájdalmak ellen már a 10-12%-os kenőcs is hatásos. Összömörre (hosszabb időn át) 12–15%-os, látgombkötőcsra (néhány napig a 25-40%-os, égési felületre (azonnal használva) az 50-75%-os kenőcsöt alkalmazzuk. A kézen lévő fertőzéseket özülka, tünke, mérges pattanás) akár hígítatlan lágy propoliszsal is be • lehet kenni.

A frissen gyűjtött propoliszban még jelentős mennyiségű flavonglikozárid található. Főleg kvercitrin, izokvercitrin, kvemérnitrin, robinin, rutin, szantorumtin.

Jelentőségben csaknem azonosak a flavonoidokkal a propolisz illóolajai: fenil-vinilétor, benzil-alkohol, gyapjkol-vinil-éter, benzil-benzoát, (3-szulemol, cikla-hexil-benzoát.

Kisebb mennyiségben előfordulnak, de fontos hatóanyagok még a következők:

Kalloncit: butein, koreopszin, *Dihidrokalkonok*: floretin, floritcin,

Ketőnvek: gyökkoritchin, epikatechin,

Vitaminok: B1, B2, B6, C, E, nikotinsavi,

Aminosavak.

Enzimek.

Cserzőanyagok.

Rezinok: gyantásszínek, pesanticinsidok, aszonok,

Aromás elemek: Ge, Ni, Mg, Al, Pt, Si, Va, Co, S, Si, Zn)

Az egyes hatóanyagcsoportokon belül még jelentősen gazdagodhat a lista, mert egyre többet ismerünk az anyagkutatás mai színvonalán, amelyet mert még nem minden vidék sajátos propoliszait vizsgáltuk kellő alapossággal.

A természetes főrokátorokat figyelembe vévw Magyarország különböző termőhelyeiről származó propoliszokat hasonlítottunk össze. Ezek már makroszkóposan is jellemzően eltérőek. Színük a világos sárgától a sötét vöröses-barnáig váltakozott. Általában a fényesebbről származó propoliszok sötétebb színűek, aromásabb illatúak és rugalmasabbak. A nyárfás területekről származó propoliszok aromája is szintén aromás illású. A legmagasabb flavonol-tartalom a nyárfás erdők környékéről származik. Az ártéri nyárfás-fűzfás ligetek közelében a propoliszokban szalicilsavat lehetett kimutatni, amiről eddig a szakirodalom nem tett említést. Hazai propoliszunkban kimutatható volt a ferula- és a kávésav is.

Az illóolajok mennyisége feoldíott koncetációt, mutatott a flavonid összetételtől. A fenyvesekből és az akácosokból származó propoliszok mutatták volt a legmagasabb az illóolajtartalom. GC-MS módszerrel végzett vizsgálatok szerint a nyárfásról származó propoliszokban fenilbenzoátot mutattunk ki. Az akácosokból, illetve a napraforgós vidékekről pl. Gödöllő-kasagi dombsági eudcemvel-t tud tuni kimutatni., ami a Compositae családjellemző szeszlo-terpén laktonja.

fogra propoliszból, kevés arzénből, cickafarkfehérből álló keveréket ajánlott olíva-olajjal és mézzel keverve.

Egy gallai szerzőkerszből (Sallhan-Sava Obeliani 1658-1729) encíklopédiájában ez olvasható: „A propolisz viaszhoz hasonló anyag, amit a méhhas fenekén találhatunk".

A görög népi gyógyászatban az ízszűlőtt kőldökére propoliszlapocskákat helyeztek, a gyerekjátékokat propolisszal kentek be.

Ukrajnában és Bazahiában is évszázadokkal ezelőtt ugyancsak használták a propoliszt gyógyításra. Ezt alkalmazták a vásári fogházőlő.

Olaszorszában Italiában és lakószobák részére való fiatólét készítettek propolisz felhasználásával.

A propolisz termeltetése, begyűjtése és tárolása

Fokozottabb propolisz termeltetéshez, mint már tudjuk, népes családokra, bőségesen virágzó növényzetre (pl. akácfa), valamint hatékony propolisz-gyűjtő eszközre van szükség. Utóbbiból már sokféle készült forgalomba.

Az általában elterjedt gyakorlat szerint a méhész egész évben folyamatosan termelteti a propoliszt, és azt egyszer, télen gyűjti ki. Igazán igényes propolisz termeltetéshéd a szitetet kétszer kell elvégeznie.

A frissen begyűjtött propoliszt hővös, sötét helyen kell kitenni. A felületi oxidáció miatt érdemes gömbölyíteni.

A propolisz szavatossági ideje

Mennyi ideig tartja meg hatékonyságát a propolisz? A nyers propolisz nem sokáig: saját magfagyéséből szerint. Egy csaknem vaskosra tozatlanul megmaradt az anyag baktériumokkal (baktericiő) hatása. Az apríttotság, a magasabb tárolási hőmérséklet és a napfény a hatástartam csökkenését okozza.

ként). A propoliszkivonatok hasonnal fordíthatók egészségünk használhatóságára is.

Ajánlják, hogy hónoldéba és tsiba cseppetesnék, cukorral és kenyérrel itassuk fel. Vannak, akik így fogyasztják, mint az orvosságot. Korszerű formában zsetatinkapszulában adagolják a tinktúrát, hogy elkerüljék az alkoholnak a szá nyálkahártyáján gyakorolt kedvezőtlen hatását, valamint egyrészt *averzációt* a propolisz távol tesznek.

Az általunkbővő méréseken beszűrtett propolisz kivonatot zsíros vízlányagokkal keverjük össze, balzsamot kapunk. Leggyakrabban használt lipidek: szezelin, lanolin, vaj, őszibarack-, kajszibarack-, napraforgó-, lenolaj, Unguentum (Hypopthae marmelos) -olaj, fenyőolaj, borókaolaj stb. A kenőcsök gyakoribb alkalmazási területei: égések, fagyások, arnyirr, dőlmirigy-gyulladás (prostatitis-gyulladás), ekcémák, idegi eredetű fájdalmak, bőrsérülések, bőr- és könnyebben bőkodás, visszérgyulladás, arthritiszek, reumatikus fájdalmak és egyéb bőbetegségek, de a kutatókat alaqtján tovább bővítheti a kör. A Szovjetunióban, Romániában és másutt propoliszkenőcsöket tétek alkalmazzák az égési sebekre, a bőrátültetésekre. Ez nem más, mint propoliszkrémekre áztatott géz. Sok előnye révén minden más megoldásnál hatékonyabb. *Matel* (Csehszlovákia) a hüvelyi propoliszcsős gézt (tampont) is alkalmazott 5-10%-os spray-k mellett orrbántalmak gyógyítására.

Speciális készítmény az 5-10%-os propoliszos bőrkenőcs. A kenőcsök hatékony anyagait kakaóvaja kevesre szilárd gyógyszerformák készítettők. *Oshin* (Szovjetunió) végbélkúpot alkalmazott idülő dülmirigygyulladás ellen. Belegei teljesen meggyógyultak vagy jelentősen javult az állapotuk.

Iovan (Románia) hőnvlegyökkal 80%-nál nagyobb arányban ért el teljes gyógyulást 86 különböző nemű betegnél.

Külföldi hirdetésben propoliszos szörppel is találkozhatunk. Légzőutak bántalmaira javasolják. Ezt a formát nálunk a propolisznos méz helyettesíti.

Többféle propolisszos tabletta van már forgalomban. Általában 5%-nyi propolisszt tartalmaznak cukor, keményítő vívámyagban,

A baktériumok ellen 1,5-2 óránként lassan szopogassunk el naponta 4-5 oldatot. Az A2 vírus ellen akkor hatásos, ha belőle délelőtt, majd délután egymás után 2-3 szemet fogyasztunk el. Erre felszakad a légutakra telepedő nyálka, a légzés könnyebbé válik, a hőmelkedés megszűnik.

Propolisszos csokoládé

Tej-, vagy keserű-csokoládé 2-5% flavonoid-tartalommal. Helyileg kedvezően hat a gyomor- és nyombélfekélyre, a gyomor- és bélhurutra. Tanítsátsa a test immúnen pontján érvényesül. A hazai propoliszokban 19-21 féle flavonoid van és ezeknek legalább 40 féle gyógyhatásuk ismert. Értheti, hogy a propolisznos csokoládé egyszerre lehet élvágyserző, emésztést javító, vízletelítő, epeelvező, a cucsemő-, pajzs-, hasnyál-, mellékvese- stb. mirigyekre ható, értékű, vérnyomásszabályozó.

A propolisznos csokoládénknek nincs káros mellékhatása. A nálunk forgalmazott gyógyszerekkel nem lépnek káros interakciókba. A propolisznos készítmények fogyasztásával csökkenthetők a gyógyszerek dózisai.

Az APIKÉMIA *új termékei*

Az APIKÉMIA Kutató és Termelő GMK kutatási terveiben a propolisz lsó oldatlá hasznos hőtartósságának feltárása, termelési programjában pedig a megsikert lehetőségek gyakorlatba való átvitele szerepel. A propolisznban a vegyelemzés sokféle irányban hatott különböző bioaktív anyagot mutat ki. A kónynen bomló, a lámpafényben és általában a napfényben is meglehetős gyorsan elbomló tesz a propolisz kétségtelenül egyik legértékesebb szépségápoló anyagunk. A feladat azért nehéz, mert a propolisz hatóanyagainak a többsége hamar bekerül a vér- és nyirokkerin-

Azt, hogy a propolisz kivonat vírusellenes sajátságát milyen mértékben tartja meg,

Jalanov Zsuldan és munkatársai úgy állapították meg, hogy a kivonatot 3 hónapig 4 °C-on tárolták és különböző időkben teszkették.

A kimutatás szerint a vírusellenes hatás egy idegi nő, kb. 1 hónapig marand, de a 3. hónap végén jelentősen csökken, majd az a csökkent érték is stabilizálódik egy ideig. (A propolisz korát nem attól számítjuk, amikor a méhész kinzeli a kaptárból, hanem amikor begyűjtötték a méhek.) A nyers propolisz 2 évig lehet vesztség nélkül tárolni. Ezután az illóolajtartalom csökken, így csökken például a fájdalomcsillapító hatás is. Más alkotórészek „degenerálódnak" miatt a fertőtlenítő, vízetelítő, a fekélyt gyógyító és epehajtó, valamint vérnyomáscsökkentő hatás is kevésbé lesz hatékony.

A propolisz hatástartamának előnjeteszkor figyelembe kell venni a propolisz termőhelyét. A nyárfás területekről származó propolisz a legértékesebb. Ezután az illóolajtartalomban helyközzel vesztvég csökkent a fájdalomcsillapító hatásosságát és szeletkivesz az antibiotikus hatást. A fenyőerdők és kalkonok dagadásának tovább csökkentő a propolisz fertőtlenítő, vízetelítő, érvédő, dermatogén és epehajtó hatását. A szer-anyagok mindnak meg legtovább, vagyis a propoliszt továbbra is várhatód alsztrin-gens hatás. A mindig magmaradó fenyő-olványi anyagok miatt ilyen esetben felületgyúnni a nyers propoliszt.

A tinktúrából alakított propolisz hővös, sötét helyen változatlanság évtizedekig hatóképes marad, ám képességei a tárolással fokozatosan átrendeződnek.

A propolisz érzése a glikozidáknak angiokonzkidá alkalmával ér véget, mert kvalitív dagadásnak kezdi az egyes komponensek. Mindkét vegyületcsoport nagy bomlékonyságuk szemmelgyben előtvonnak vagy degenerálódnak, elsősorban a hatékonyság mértékre csökkennek, hatásspektrumuk szélesül kezd. A folyamat lassú és főként vízoldható vitaminok biztosításával fokozatosan fékezhető.

A magyarországi propoliszok illóolajtartalma 0,3–2,1 % között változik. Határozott összefüggés mutatkozott a mintát illóolajtartalma és az időjárási viszonyok között. Ahol a napsütéres órák száma és a 25 °C-nál melegebb napok száma magasabb és a csapadékmennyisége kevesebb, az illóolajtartalom nagyobb.

Gázkromatográfiás a következő komponensek voltak kimutathatók: fenil-vinil-éter, benzil-alkohol, gyapjkol-vinil-éter, benzilacetát, fehéjtidehid, vanilin, benzil-benzoát, P-kedimol, cildoheil-benzoát.

Az illóolajokra érzékenyek (20 mm-nél nagyobb gátlási zónát) voltak a Gram-pozitív Staphylococcus aureus SG311, Streptococcus faecalis, Bacillus cereus, Bacillus subtilis és a Gram-negatív, Klebsiella pneumoniae 92011. Mérsékelten érzékenyek a Gram-negatív Escherichia coli 13001, Pseudomonas aeruginosa 17001.

A gombák közül érzékenynek mutatkoztak: Aspergillus niger, Candida albicans és a Saccharomyces cerevisiae.

A propolisznak sajátságos előnyét jól példázza a következő kimutatás, melyben az olajos anyagokat elemeztük:

Minta sorszáma	Zsíros olaj. kinyerés %	Zsírsav-tartor kinyerés %	Illóolaj vyzőr
1.	13,11	11,47	0,412
2.	18,39	13,79	0,424
3.	13,45	13,63	0,435
4.	44,00	32,00	0,27
5.	48,9	48,9	0,04
6.	38,0	34,0	0,195

Az 1–4 minta Magyarországi eredetű, az 5-ös Algériából, a 6-os Taskenből származott. A részletesebb elemzés kimutatta, hogy a magyar propoliszmintákra zsírsav-összetétele jóval összetettebb, több komponenst tartalmaz, mint a vizsgált külföldiekét.

A propolisz alkalmazása a méhcsaládban

A méhek, akárcsak a mézet és a virágport, a propoliszt is magukknak hordják, maguknak készítik. (A növényi eredetű kátrányt

A kenőcskészítés ajánlott módja: a propolisz megtisztítják, zsámáncozott edényben 45-50 °C-os vízfürdőben tartott 80 g vazelinhez 20 g propoliszt adnak, addig keverik míg homogén keveréket nyernek, ezt gézen átszűrik és ülepítik. A kenőcsöt hővös, sötét helyen tartják zsírosított dugóju üvegben.

Alkalmazási területei: a bőr allergiás és fertőző betegségei, ekcémák, élettel, ellacsötött, klóoformot használhatjuk a propolisz oldására.

Oldószer	Idő (perc)	Forráspont (°C)	Megjegyzés
Aceton	45	56	tűzveszélyes
Diklórmetán	30	40	mérgező
1,2-dimetoxi-etán	15	83	drága, mérgező
Éter	15	36	tűzveszélyes
Etilacetát	30	78	emyhén mérgező
Kloroform	30	60	mérgező
Tetrahidrofurán	15	66	kissé mérgező, drága

Ezeken kívül még 10 féle oldószer alkalmazható a propolisz oldására, de azok a felsorolottaknál hátrányban oldanak. A drága és többnyire mérgező szerves oldószereket ajánlatos visszanyerni. Erre a célra talán a Büchi Rotvapour R vagy RE készülék a legalkalmasabb. Működésének elve: az oldószer forráspontjának a propolisz összetételét nem károsító hőmérsékletre történő csökkentésével, amit a legjobb helyiségben kell elvégezni.

A kezelő propolisz-feldolgozó lapos, zsírmentes tálban vagy nagyméretű petricsészében kevés oldószerben oldjanak. A drága és többnyire mérgező oldószereket állandó szellőztetés mellett az egyébként is értelmetlen oldószer-visszanyerés mellőzésével. Az ilyen lépésre nincs szükség.

A tisztított propolisz sűrítmény kívülő balzsamok készítésére körtevésnél is alkalmas, 70%-os alkoholban oldószavaa ismert hatóanyagtartalmú propolisz-tinktúrákat állítanak elő.

Tudvalevő, hogy egyes piaci propolisz-árusok azon állítása, miszerint az ő tinktúrájuk pl. 20%-os, ezt egy liter alkoholba 20 dkg nyersgyopolisat tettek, csak akkor lehetne igaz, ha a beadagolt anyag mind feloldódna. Ez sohasem következik be, tehát ilyen alapon bizony ismeretlen marad a kivonat hatóanyagtartalma.

PROPOLISZ AZ EGÉSZSÉGÉRT

Propoliszinktúra

Propoliszból készült alkoholos fővonású kivonat. Elsősorban belsőleg használják. Nagyon alkalmas nyomai, részei és hígítási fokozatok esetén: 15-25 cseppp, kb. 1 dl citromos teában vagy limonádéban. Sajátosságai: fájdalomcsillapító, vérnyomáscsökkentő, baktérium-szaporodást gátló, fitoáló. Rendszeres fogyasztása az általános szervezeti ellenállóképességet magas szinten tartja. Használható belső szervek lázas megbetegedésénél, pusztulgyulladás esetén, magas vérnyomás ellen, vese- és májgyulladásnál, mandulagyulladásho, torokfájás, meghűlés esetén. A tink-túrás melegvízzel inzulációt készítsünk gargalizálásra.

Fogfájás ellen propolisz-tinktúrába mártott tampont tesznek a fájós fogra. A propoliszinktúra gátolja a rosszindulatú daganatok növekedését.

Lágy propolisz

Nyers propoliszból készült kivonat, fluvonoid sűrítmény. A koncentrátumot kézzel, zárt, légmentes edényben, egyébként könnyen felszívódó anyagokba (vazelin, lanolin, semleges zsírokból kenőcsök) keverve használható égési és egyéb (főleg gyulladásos) sebek kezelésére. Elősegíti az esetek gyógyulását, mert hatásával elősegíti a sebbely mélyülő gyógyulását.

Azalennel keverve fogbetegségekhez ellen használható. Mandulagyúlásnál keverve gyúrhatunkal használható, gyulladásos ínyeknek, retenerálódó fogkivételnél gyógyítható szerként. Külső alkalmazásakor a

kaptárban alakul át méhészeti termékké: propolisszá.) A propolisz rendkívüli jelentősége akkor ér érvényesülni legjobban, amikor a méhek még az erdőben, fasodvakban laktak. Az odvas fatörzsek bevonása megakadályozta a fa elkorhadás romlását, elhalt szövetdarabok lelhalását. Propoliszos viaszsal szűkítették, szabályozták a röpnyílást. Minden a piszok fából vagy épített műanyagból készült mesterséges kaptárakban nincs szükség, a propolisz másik szerepe viszont továbbra is érvényben van. Ez a fertőtlenítés.' A tisztaság gondjaira a méhek még ma is nagy gondot fordítanak. Ezt a tulajdonságot használják ki a propolisz gyógyászatában is. Ma a virágpor, a pempő kitűnő táptalaja lehetne a mikroorganizmusok egész hadának. A kaptár belső felületének és a benne raktározott élelmiszernek a fertőtlenítését a propolisz gyűjtésnek az a nagyszerű tulajdonsága biztosítja, hogy a propolisz minden ismert gombát, vírust, baktériumot és protozoont elpusztít.

Az APIKÉMIA Kutató és Termelő GMK évekkel ezelőtt propoliszos védőkészítményt állított elő a propolisz csúnyán kifejezett, de annál jobban ható gyógyító hatásának kihasználásával. Ez a készítmény a propolisz-oldat. Használata: a propolisz-oldatot a szájüreg és a garat-üreg, valamint a felső légutak védelmét célzó, ill. enmél mélyebben csak gőz formájában juttathatjuk el a propolisz hatóanyagait. Ezért a célra szolgáló a propoliszos inhalátum. A propolisz gőzei való, majd lecsapódó hatóanyagai a tüdő legkisebb, legfinomabb hólyagocskáiba (alveolus-alba) is eljutnak aktívvánsak különösen nélkül. A propolisz összetevői ezt a különleges feladatot azért teljesíthetik, mert a szabadalmaztatott „gőzölő hideglélátás" maximális mértékben biztosítja közömbösítésük illőolajtartalmának mikrotest a mintallyaszerű feltüzött propolisz könnyen, gyorsan belélegezhető halmazállapotba kerül.

A fluvonoidok mellett az illőolajok mutatkoznak a propolisz legfontosabb értékű hatóanyagainak. Egyikes jelentős összetevő a propolisz-terpenoidek széles fertőtlenítő spektrumát. Ezekkel szemben a kórokozónk különböző, de nem változó az érzékenysége. Olyan törzsek is előfordulnak propoliszossal, amelyek a szokásos antibiotikumokkal szemben ellenállónak.

Az inhalációt 5-10 napig naponta vagy kétnaponta kell megismételni. A második vagy a harmadik inhalációt után az alkalmazási illúlhum meglkönnyebbülnek. A propolisszos inhalátum használható gyermekek előtt tűdőgyulladásnál. Az esetek súlyosságja szerint 5-20-szori kezelésre lehet szükség. A kezelések időtartama 1, 5, 10 perc. A kezelések száma 10–15 perc helybeni pihenőt kellbeitatani. Az inhalációs segítségével fel lehet venni a kiküzdelmet a bőrghurutos szerma ellen. Várható az asztmás rohamok ritkulása esetleg teljes megszűnése.

A propolisszos és kamillán (Chamomillae flos) kívül inhalátumunk megkülönböztetett más gyógynövényeket is tartalmaz a hatékonyság érdekében. A fellegá a kekvető vagy ligetvári ízes és illatú bürcsülása érdekében. A legfontosabb kiegészítő tea-komponenseink: martilapu (Farfarae folium), tűzlőfű (Pulmonariae folium), hársvirág (Tiliae officinalis

flos), bodzavirág (Sambuci flos), somkóró (Milloti herba), papsajtlevél (Malvae folium) és pipacsszirom (Papaveris rhoeadis flos). A propolisz inhalátum hatásos és kellemes.

Propoliszos hajsampon

Időnként-időnk ész ismert a propolisz gyógyító hatása a dekalmazását erdeken kezdtetta a természetes anyagokkal. Ennek eredménye a propoliszos hajsampon megakadályozza a fejbőr vesztes fertőzések kialakulását, sőt a kórokozókat is elpusztítja. A propoliszos hajsampon szerint a celra talán a Büchi Rotvapour R vagy RE készülék a legalkalmasabb. Működésének elve: az illóolajok forráspontjának a propolisz összetételét nem károsító hőmérsékletre történő csökkentésével, amit a legjobb helyiségben kell elvégezni. A tisztaság gondjaira a méhek még ma is nagy gondot fordítanak. Ezt a tulajdonságot használják ki a propolisz gyógyászatában is. Ma a virágpor, a pempő kitűnő táptalaja lehetne a mikroorganizmusok egész hadának. A kaptár belső felületének és a benne raktározott élelmiszernek a fertőtlenítését a propolisz gyűjtésnek az a nagyszerű tulajdonsága biztosítja, hogy a propolisz minden ismert gombát, vírust, baktériumot és protozoont elpusztít. A tisztaság gondjaira a méhek még ma is nagy gondot fordítanak. Ezt a tulajdonságot használják ki a propolisz gyógyászatában is. Ma a virágpor, a pempő kitűnő táptalaja lehetne a mikroorganizmusok egész hadának. A kaptár belső felületének és a benne raktározott élelmiszernek a fertőtlenítését a propolisz gyűjtésnek az a nagyszerű tulajdonsága biztosítja, hogy a propolisz minden ismert gombát, vírust, baktériumot és protozoont elpusztít.

annyira felhígulnak, hogy az aktív anyagok mennyisége a hatáskűzsöb alá kerül. A jelenséget úgy ellensúlyozzhatjuk, hogy a propolisz hetelőleg a hatást vívó terület közvetlen közelébe visszük. Ezt azzel a vastagbőrű és a medence övtájára nehéz alkalmazni. Az alulról felvitt kenőcsök kezelése nehézkes. Arról, hogy mióge muradjon ki ez a testű a propolisz nyújtotta védelemből, a propolisz kúpok gondoskodnak.

Az APIKÉMIA Kutató és Termelő GMK évekkel ezelőtt propoliszos végbélkúpot fejlesztett ki 2 és 3 g-os csomagolásban. Használatának javallata: aranyér, dülmirigygyulladás (prostatitis), vastagbélvérzés (haemorrhágiás eredű), vastagbélkelyhek, végbélrepedés stb. A propoliszos végbélkúpot esténként, a lefekvés előtti szükséglet elvégzése után a végbélnyílás közelébe, de hal hól 30 napon át folyamatosan. A végbélkúpban a propolisz mellett a különleges hígítóanyag is közrehat a gyógyításban. A propolisszos végbélkúpot esténként, a lefekvés előtti szükséglet elvégzése után a végbélnyílás közelébe, de hal hól 30 napon át folyamatosan. A végbélkúpban a propolisz mellett a különleges hígítóanyag is közrehat a gyógyításban. A propolisszos végbélkúpot esténként, a lefekvés előtti szükséglet elvégzése után a végbélnyílás közelébe, de hal hól 30 napon át folyamatosan. A végbélkúpban a propolisz mellett a különleges hígítóanyag is közrehat a gyógyításban.

Természetesen az időt zalárt gyulladásokat, a súlyos reumatikus bántalmakat, vagy a kiterjedt bőrgombásodásokat a propolisz-szos hubfürdő mellett érdemes a sebgyógyítás más módszereivel kombinálva kezelni. A propolisszos hubfürdő rendszeres élvezete nemcsak hálás, de nem különféle egészségügyi kellemetlenségektől is megóv.

Propoliszos hintőpor

A propoliszos hintőpor a felületi megbetegedések hatékony helyettesítő a cseresznyéseknél és a szemölcsöknél. A propolisz mennyiségi tulajdonságait a kicsinyeknek először hintőpor formájában nyújthatjuk, például akkor a cucsemőli fin- és comb-redőiben bőrpirosság jelenik meg. (Már az 1 hónapos cucsemőnk is részesíthetők propoliszos hintőpor-kezelésben).

Propoliszos hubfürdő

A „megszellőített" propolisz hubfürdőben is alkalmazható a propoliszmak tulajdonított kellemetlenségek (ragacsosság, sárga) is fa-

ölbélés után másodszor is bekenjük a fejbőrt propoliszos samponnal, alupszon bedörzsöljük és néhány percig nyíja hagyjuk. A magasítselt öblítés után a haj fényes, selymes és egészséges lesz.

A propolisz fahű-származék pattanás egyeseknél a bőrfelületen és a végbélnyílásban tünetként vált ki. Rítkábban előfordulhat hasmenés is. Ezek sohasem szabad megijedtenünk. A propolisz mellett vagy éppen azzal együtt érdemes más apiterápiai anyagokat (méz, virágpor, méhpempő, stb.) is fogyasztani.

Ha gyógyszerekkel együtt kerülnek alkalmazásra propoliszos készítmények, akkor az addítív hatás kiegyenesúlyozása végett az orvosságok dózisát arányosan csökkenteni kell.

Kétjük természetesen a propolisz-készítmények túlzásokat megtiltó propolisz-fogyasztás: a napi adagot, a kúra hosszát korai, testsúlyuk és életkoruk figyelembevételével kell megállapítanunk. Ennél sohasem szabad megfeledkezni

PROPOLISZ A SZÉPSÉGÉRT

A gyógyászati funkciókon túl a propolisz kozmetikai szerepet is betölthet.

A propolisz közismert fertőtlenítő hatása révén alkalmas a genynyesedő pattanások beszárítására. A hajszálerek tágítása a bőr jobb táplálását is elősegíti, a mirigyekre gyakorolt pufferoló hatása révén normalizálja az izzadtság- és a faggyúmirigyek működését.

Pavlek és munkatársai (1973) munkája nyomán Jugoszláviában a kozmetikai krémek, arcvizek, a mézfürdő, a mézsampon mind tartalmaznak propoliszt.

A propolisz szakszerű alkalmazása folytán a mechanikai és égési sérülések heg nélkül gyógyulnak, aminek ugyancsak nagy kozmetikai értéke lehet.

Az aphták és herpeszes foltok megszüntetése ugyancsak propolisszal megoldható szépészeti feladat.

Tágabb értelemben ide sorolható a bőrgyógyászati problémák megoldása. Pl. *BoLshakova* (1976) beszámol arról, hogy a propoliszt 1957-től alkalmazták több mint 1500 súlyos trichophytis-, tubercular lupus-, partial alopecia-, ekcémák-, psoriasis-, hiperketosis-, stb.-ben szenvedőnél. A legtöbb esetben jó eredményt értek el.

Pálos, Elena (1980) beszámol a Romániában használatos készítmények használhatóságáról. Pl. az Acneol szőrtüszőgyulladás ellen, különböző archántalmaknál használható. Regeneráló hatású. Van propolisztartalmú csírátlanító és szárító púderük is.

Romániában készített méhészeti kozmetikum pl. még a

Floral (propoliszos arckrém)

Leírás: A „Floral" arckrém lágy-propoliszból, lanolinból, méhviaszból, cetáceumból, stb. áll. A krém színe sárgás-zöld. Ez az éjszakai krém szabályozza az élettanilag fontos folyamatokat és a bőrnek üde, bársonyos felszínt kölcsönöz.

Javaslat: Hála az illóolajokban gazdag propolisznak és egyéb anyagoknak ez a preparátum rendkívüli antiszeptikus és fertőtlenítő (dezinficiáló) képességgel rendelkezik. A krém enyhülést nyújt a kiszáradt repedezett bőrnek.

Használat: A „Floral" propoliszos arckrémet kis mennyiségben visszük fel az arcbőrre és ujjunk hegyével egyenletesen elmasszírozzuk. Ezt megtehetjük este lefekvés előtt, vagy reggel, mintha púdereznénk. A krémet csak előzőleg letisztított arcbőrre használjuk. Tisztításhoz ajánljuk a „Floramin" arctejet, vagy a „Tenapin" arcvizet. A szappan kerülendő.

Csomagolás: 35 g-os tubus. Ha már itt tartunk, ismerkedjünk meg az ajánlott készítményekkel is.

Floramin (mézes arckrém)

Leírás: Puhító éjszakai krém.

Tartalma: Méhviasz és méz, cetáceum, sztearin és más, kozmetikában használatos anyagok. A méz gazdag fermentum, cukor, vitamin, ásványi anyag., stb. tartalmával táplálja a bőrt és üde, rugalmas megjelenést kölcsönöz annak.

Javaslat: A száraz, a normál és a zsíros bőr ápolására is javasolható. Regenerálja a bőrt, kisimítja a ráncokat.

Használat: A krémet előzetesen jól megtisztított bőrre (például kamillatea használata után) kell felvinni és módszeresen bemasszírozni. Ajánlható közvetlen éjszakai krémnek, vagy mint nappali púderalapozó is alkalmazható.

A „Floramin" arckrém különösen alkalmas érzékeny bőr ápolására.

Csomagolás: 25 g-os doboz.

Tenapin (éjszakai arcvíz)

Leírás: A „Tenapin" arctisztítószer méhpempőt, virágport tartalmaz, ezekkel együtt sokféle vitamint, hormont, enzimet és speciális

létfontosságú faktorokat, amelyek a bőr életfolyamataiban fennálló egyensúlyt biztosítják. A vitaminok hozzájárulnak ahhoz, hogy a bőr ne korpásodjék. A „Tanapin" lotion táplálja és zsírtalanítja a bőrt, eltávolít minden szennyező szemcsét és rugalmasan, frissen tartja a felületet. A „Tanapin" enyhe fertőtlenítő hatása révén megszünteti a pattanásokat, szűkíti a kitágult pórusokat és felfrissíti az epidermiszt.

Használat: Az arcot „Tenapin"-ba mártott vattapamaccsal a redők irányában óvatosan tisztogatjuk. A „Tenapin" lotion kellemes illatú. Használat előtt jól felrázandó.

Csomagolás: 100 ml üvegflakon.

Romániában kifejlesztett méhészeti kozmetikum még az *Apidermin* méhpempős arckrém; a *Matca* arckrém a normális arcszínt biztosítja (a szokásos kozmetikumokon kívül méhpempő tartalommal is rendelkezik); a Gelflor kézkrém mézzel készül; az *Antirid* arctej méhpempőt tartalmaz; a *Floral* propoliszos szájvíz; a *Practic* szőrtelenítőben méhviasz, propolisz és egyéb kozmetikai anyag található.

Amerikai kozmetikai termék:

Hajápolószer kizárólag zsíros hajra.

A propolisz segít eltüntetni a túl sok zsiradékot a fejbőrről és a hajról.

- 1/4 csésze tiszta joghurt
- 2 teáskanálnyi propolisz
- 1/2 csésze méz
- 1 tojás sárgája

Összekeverjük a joghurtot és a propoliszt, azután várunk egy óráig, míg a propolisz meglágyul. Beleöntjük a keveréket a nyeles serpenyőbe és kíméletesen melegítjük. Lassú tűzön addig pároljuk, míg a propolisz feloldódik. Levesszük a kályháról a keveréket, hűlni hagyjuk mielőtt a többi alkotórészt hozzáadjuk. Nedves hajra alkalmazzuk - 30 perc múlva samponnal távolítjuk el az ápolószert.

PROPOLISZ AZ ÁLLATOKÉRT

A humán gyógyászattal egyidőben állatokat is gyógyítottak propolisszal, együttal állatokon próbáltak ki újabb eljárásokat, rajtuk kísérletezték ki az új eljárások széleskörű alkalmazási lehetőségeit. Többféle kísérleti állat szerepelt a propolisszal kapcsolatos kutatásban.

A propolisz-kivonatok fájdalomcsillapító hatása közismert. A népi gyógyászat évszázadok óta támaszkodik a propolisz ezen hatására. A propolisz fájdalomcsillapító tulajdonságát tudományos alapossággal vizsgálták *Artur Stojko* és munkatársai 1985-ben.

PROVET tőgyinfúzió

Indikáció: PS2 - az azonnal felismert enyhe.akut mastitis-ek kezelésére, illetve megelőzésére.

PS6 - heveny és idült kevert fertőzésű mastitis-ek minden formájára.

Alkalmazásai: A PROVET tőgyinfúziót a tej csatornába, ill. a tejmedencébe juttatják a tőgykatéterben végződő speciális fecskendő segítségével.

Tárolás: Az alkalmazott anyagok ismeretében a hatékonyságot 2 évre biztosítottnak véljük. A hőmérséklet ingadozásait e készítmények tág határok között isjól tolerálják.

PROVET tőgyemulzió

(Propolisztartalmú emulzió ún. mastitis kezelésére)

Indikáció: Szarvasmarha fejés utáni tőgykezelésére, a tőgy-gyulladás megelőzésére, sertéstőgy-gyulladás kezelésére.

Alkalmazás; Fejés után a tehén tőgybimbóit, az alapi részig az emulzióba mártjuk! Az ilyen módon felvitt emulziót kézzel a tőgy teljes felületén szétkenjük. Sertés tőgy-gyulladás kezelésekor naponta egyszer az emulziót gumikesztyűvel vagy tiszta kézzel a tőgybe masszírozzuk.

Tárolás: Hűvös helyen vagy szobahőmérsékleten tartandó. 30 C felett az emulzió állománya megváltozik. Sugárzó hőtől óvjuk. Hat hónapig eltartható.

A propolisztartalmú emulzió értékelése:

Igen kedvező az emulziónak a tőgy bőrére gyakorolt hatása: a tőgy bőrét rugalmassá és puhává teszi. A sérüléseket látványosan gyógyítja. Az emulzió folyamatos használat esetén kiválóan alkalmas az un. mastitisek megelőzésére.

A tőgy és a tőgybimbó bőrén a csíraszám csökkentése, a bimbónyílás, a záróizom kis sérüléseinek gyors gyógyulása a fejés után ellazult bimbó-záróizom mechanikus védelme a propolisz tartalmú emulziónak olyan tulajdonságai, amelyek a kórokozók tőgybe jutásának lehetőségét csökkentik.

Sertéstenyésztésben napi egyszeri tőgykezelés a tőgygyulladások kb. 95%-át két nap alatt meggyógyította. A malacok nem kaptak hasmenést. Az emulzió bemasszírozása után a feszes, fájdalmas tőgy fellazul, a fájdalom csökken és a koca engedi a malacokat szopni.

A propolisztartalmú emulzió hiánypótló a koca mastitis gyors kezelésében. .

PROVET sebspray

Propolisztartalmú alkoholos oldat állatok sebkezelésére

Indikáció: Felületi sérülések, fekélyek, fertőzött sebek, gyulladásos felületek kezelésére.

Alkalmazása: Ecsteléssel, vagy spray formában a beteg testfelületet egyenletesen fedjük naponta 1-2 alkalommal.

Tárolás: Fénytől védve, sötét üvegben tárolandó. Szobahőmérsékleten 1 évig eltartható. Sugárzó hőhatástól védjük.

A propolisztartalmú alkoholos oldat: antibiotikumot és szulfonamidot nem tartalmaz, viszont agensei olyan bioaktív anyagok, amelyek ellen a mikroorganizmusokban, nem alakul ki rezisztencia. Az antibakteriális hatás mellett fájdalomcsillapító képessége is jelentős.

(1987-ben készített termékek.)

PROVET *kenőcs*

Propolisztartalmú kenőcs juhok büdös-sántaságára

Indikáció: Ajuhok büdös-sántaságának kezelésére, fekélyek, fertőzött, gyulladásos sebek kezelésére. Sebgyógyító, szárító kenőcs.

Alkalmazásai: A beteg testfelületet naponta egyszer egyenletesen kenjük be.

Tárolás: Tubusban, szobahőmérsékleten vagy hűvös helyen 1 évig eltartható.

A kenőcs értékelése: A csülökszaru faragása után a kenőcsös kezelés á büdös-sántaságot, az ún. panaritium felületi formáit 2-3 nap alatt, súlyosabb eseteit a második kúra után teljes értékűen gyógyítja. A kezelt láb fedése nem szükséges. A kenőcs jól tapad a beteg testfelületen. Hatásos sebgyógyító és fájdalomcsillapító. A kenőcs hazai alapanyagból készült, ezért a kedvező gyógyhatáson túl jelentős importmegtakarítást is biztosíthat.

Az állatorvosok külföldön is használnak propoliszos készítményeket.

PROPOLISZ A NÖVÉNYEKÉRT

A propolisz alapanyagát képező balzsam eredeti feladata a növény védelme. Tapasztalati tény, hogy a nyárfa és a nyírfa fiatal hajtásait, amíg balzsam borítja felületüket, semmiféle kórokozó nem támadja meg. (A balzsam a levegőben és a napfényen hamar degradálódik, lebomlik.) Ebből a megfigyelésből kiindulva ma már több helyen használják a propoliszt a növényvédelemben, sőt a növénytermelésben is. Ezzel párhuzamosan egy- és többsejtű növények kísérleti alanyként gyakran szerepelnek az alapkutatásokban.

A propolisznak növényvédelemben való felhasználása nem egészen újkeletű. Először az olasz *Pecheri* alkalmazta sikeresen gombaés rovar-ellenes propoliszos készítményét gyümölcsösben, bur- gonyán és babon.

A német Bogislaw Tesmar von Bonin 1984 nyarán Schlezwig Holsteinban burgonya-vész (Phytophtora infestans) ellen eredményesen alkalmazta propoliszból és lecitinből készített preparátumát.

Cseh kutatók *Bojnansky* és *Kosljarova 25%-os etanolban 10% propoliszoldatot próbáltak ki növényi vírusokra. Ezek a következők voltak: uborka mozaikbetegségének vírusa, a dohányfoltosodas vírusa.*

Tapasztalataik: a legkisebb érzékenység az uborka mozaikbetegsége vírusánál jelentkezett, míg a legnagyobb a dohányelhalás vírusánál mutatkozott.

A leghatékonyabb védekezési eljárás az volt, amikor a növényi felületre először a propoliszt vitték fel, azután a vírus-szuszpenziót. Ebben az esetben a levelek fertőzöttsége 62-85%-kal csökkent.

A propolisz kiváltotta törpenövés nanizmus közvetlenül hasznosítható a bonzái növények kialakításában, viszont a növényvédelemben kétféle lehetősége van e nemkívánt hatás elkerülésének: -

1. A hígítás fokozása,
2. Növényi hormonos (auxinos) kompenzálás.

A nagyközönség előtt 1987. február 24-27-én Budapesten a „Tavasz a télben" c. kiállításon mutattuk be a propolisz alkalmazhatóságát a növényvédelemben, növénytermelésben.

Szálai Zitával az AKI Méhtenyészeti Osztály tudományos munkatársával lucemamagvakkal és napraforgó-kaszatokkal olyan sorozatot készítettünk, ahol különböző hígítású oldatokkal serkentettük, illetve emelkedő töménységgel fokozatosan gátoltuk a mag csírázását, majd pedig szabályoztuk a csíranövény növekedését.

Burgonyánál a gumócsírázás lassításának fokozatait sikerült előállítanom a teljes gátlásig bezárólag.

Dr. Tóthné dr. Zahorecz Erzsébet a GATE Növényvédelmi Tanszékének adjunktusa ugyanekkor petricsészében, táptalajon, csíktechnikával két növényi kórokozó gombafajon (Fusarium oxysporum, Septoria lycopersici) ugyancsak sorozathígítással demonstrálta a propolisz hatóanyagainak gombaölő voltát.

Az akkor még prosperáló Apikémia, GMK propoliszos „fa-spray" készítménye a fákon okozott sebek lezárására és fertőtlenítésére a gyakorlatban is bevált.

PROPOLISZOS KÉSZÍTMÉNYEK A SAJÁT GYAKORLATOMBAN

Minden cigány a maga lovát dicséri. Ha azt kérdezik sportolóktól, hogy milyen eredményeket értek el, akkor, kiderül, hogy mindegyik bajnok (volt valamikor). Ha írókat, színészeket, művészeket kérdeznek meg teljesítményükről, akkor mindenki zseni (többnyire meg- nem-értett). A vadászok, a halászok és a gyógyászok is - egy idő múlva - csak a sikerre emlékeznek. Érthető emberi magatartás, de tehetünk a valódi sikerekért nem is keveset.

A következő néhány konkrét, megtörtént és levéllel is bizonyított eset szolgáljon tevékenységem minősítésére. A példák propoliszos készítményekre (csepp, spray, balzsamok, propoliszos cukorka és propoliszos csokoládé) vonatkoznak.

A propoliszos készítmények használatát befolyásolja a.túlérzékenység és az ízlés. Ezeket a szubjektív tényezőket is figyelembe kell venni. íme néhány vélemény.

P. L.-né (Pécs, március 31.) A csokoládé nagyon finom, én egyébként is imádom a mézet meg egyáltalán a méheket... A csokoládéról ismét - nagyon kellemes közérzetet biztosít, úgy veszem észre, hogy élénkít is, fáradság ellen is nagyon jó, a másik hatása amit figyeltem, hogy nagyon jól túri az ember az éhséget mellette, nem fáj a gyomra így alkalmas fogyókúrázásra, merném is ajánlani bárkinek."

T. *I. (Baja, december 31.)* „Propolisz küldeményedből a mokkás cukrosat a rokonság, ismerősök körében többen fogyasztottuk. Én is ettem pár hétig. Közérzetben jót tett, normális vérnyomásom azonban alacsony lett." „A csokoládésat mintának kértem, 3 félét

küldtél, összesen 10 szemet. Egyet-egyet megkóstoltam, jó ízűek, már amennyire az lehetséges."

Sz. Á. (Budapest, április 3.) „A Propolis kúrát nem tudtam befejezni, mert nem tudom elviselni jellegzetes, mindenen átható szagát, hányingert kapok tőle."

A.-né M. Zs. (Pécs, április 9.) „Amint megkaptuk a küldeményt, azonnal megkezdtük a szedését. Egyik éjjel Enikőnek kezdődő laryngitises köhögése volt. Kapott egy plusz cukorkát s reggelre meg is szűnt. Azóta sem voltak betegek. A kicsi leányom is szívesen szopogatja, nem reklamál, hogy erős. Tehát valóban nagyon jó hatással van gyermekeimre."

Az „akadémikus" orvoslás gyakran fennen hangoztatja fölényét, ami elsősorban szervezettségéből valamint a jog, és a hatalom birtoklásából származik. A valóság árnyaltabb voltát bizonyítandó néhány példa.

Dr. S. F. (Siklós, január 10.) „Cs. József azóta is jól van dolgozik. Ha csuklanod kell, az azért van mert beszélgettünk rólad, mert amint ezt már nagyon sokszor mondta, „azt, hogy mit tett vele a Laci bácsi, azt nem fogja soha elfelejteni."

Egy siklósi asszony is kapott kenőcsöt a lábszárfekélyére. Átmenetileg volt javulás, de az orvosa megtudta és betiltotta a kezelést, rávette a műtétre. Azóta nem tudok róla.

L. M.-nak nagyon szépen javult a lába, de elment egy esedékes műtétre, ahol komplikációk léptek fel és az ágyában már láb nélkül ébredt."

F. Attila (Kassa, november 13.) „Egy használat után mintha egy kicsit - legalábbis látszólag -javult a helyzetem, határozottan segített, az a benyomásom, ha egy rendszeres kúrát használnék, vagy állandóan szedném, talán nem kellene megoperáltatni, amitől igen vonakodom, mert már 3-szor vágtak és utána mindig valami újabb nehézség merült fel..."

Dr. K. S. (Pécs, január 5.) „Régóta foglalkoztat a gondolat, hogy gyógyító munkámban esetleg lehetőség volna a propolisz felhasználására. Én ugyanis lábszárfekélyek gyógyításával foglalkozom és

egy igen nehéz kérdést kell megoldanom, nevezetesen egyrészről megfelelő antibiotikus hatást kell elérnem, amelynek megfelelő széles spektrumnak kell lenni, másrészről pedig ennek nem szabad érzékenyítő hatásúnak lenni sem lokálisan, sem általánosan. Sajnos ezeknek a követelményeknek a jelenlegi antibiotikumok alig felelnek meg, emiatt gondoltam a propoliszra. Egyébként már néhány esetben próbálkoztam vele lokális fekély kezelésében és egykét, addig befolyásolhatatlan fekélyt rövid idő alatt sikerült begyógyítani."

Április 30. „Sajnos van még egy nehézség, nevezetesen az, hogy az Egészségügyi Minisztérium egyenlőre igen tartózkodó a propolisszal szemben, tehát szélesebb körű kísérletekhez meg kell szerezni az Egészségügyi Minisztérium engedélyét."

Ez volt a helyzet egykor. Azóta javult. Az orvosok és a gyógyszerészek egyre nagyobb számban és mértékben elismerik a propoliszt, de milyen a viszonya a propolisznak a nem természetes eredetű gyógyszerekhez? Szerintem a viszony lehet harmonikus, kedvező szinergista hatásokkal.

Leveleimben ezt írtam:

„Ha a Lidokainnal nem lenne egészen megelégedve, megtehetné, hogy propoliszos kenőcsével enyhén megszínezi. A propoliszban levő flavonoidok hatása többirányú. Ezért lehet előnyös a kétféle szer együttes alkalmazása." (1984. június 1.)

„A körmök alatti gombásodásra is hat ez a készítmény, de hogy hogyan, az a gomba fajától is függ. A Mikrospórás gombák rendkívül ellenállók. Ezek ellen javaslom, hogy a propoliszt gyógyszerekkel együtt alkalmazza. Szinergista hatás várható az együttestől." (1984. április 3.)

„Áthidaló megoldásként javaslom, hogy igényeljen 33%-os krémet a gerincfájdalmak, stb. megszüntetésére és rendelkezésére álló Flucinár kenőccsel önmaga készítsen kb. 15%-os drogot, úgy, hogy a kétfélét azonos arányban rakja össze. (A propolisz keverhető Flucinar-ral.) Ily módon önmaga állíthat elő krémet a bőrbetegségére. (1984. március 12.)

„A propoliszkivonat addíciós előnnyel keverhető antibiotikumokkal és szalicilsav preperátumokkal. Ezt a lehetőséget ki is lehetne próbálni a lábszárfekély esetében." (1984. március 12.)

„Kenőcsünkkel az eddigi tapasztalatok szerint lehet ekcémát gyógyítani. A propolisz különösen az ún. nyílt ekcémákkal szemben mutatkozott hatásosnak. Azt is volt szerencsénk tapasztalni, hogy a bőrgyógyász általjavasolt receptre elkészített kenőcs önmagában hatástalan maradt, propolisszal dúsítva igen jó eredményt adott." (1984._március2.)

„A propoliszos cukorka mellett ajánlatos kevesebb gyógyszert fogyasztani. Nem az ellenhatás következtében, hanem ellenkezőleg - a hatások összegeződése miatt. Fogyasszon naponta 4-5 cukorkát és a szokásosnál 2/3-dal kevesebb gyógyszert. Ha márjól érzi magát, akkor előbb a gyógyszerfogyasztást függessze fel, együttal a cukorkaadagot is szállítsa le napi 2 darabra." (1985.)

„K e z d e m azzal - *B. I. (Szigetvár, május 28.)* -, hogy a 4%-os kúra nagyon bevált. Megszűnt a puffadás, a hasmenés, és az epének a fájdalma, annak kellemetlen kihatása. A kenőccsel sajnos ilyen szerencsém nincsen, ugyanis nem csillapította, vagyis abba kellett hagynom, mert olyan kellemetlen érzést keltett, mintha viszkednék.

És sajnos azt is meg kell írnom, hogy olyan állapotban kaptam meg a csomagot, hogy a postán rá is írták, hogy felbontva érkezett.:."

H. Dezsőné (...?) „Hálával tartozom önnek a küldött gyógyszerért. Nagyszerűen bevált és a seb szépen gyógyul. Sajnos még nem teljesen gyógyult be, de az is nagyszerű érzés, hogy nem fáj. Pedig az ön által küldött propolisz-balzsam használata előtt nagyon fájt is a seb. Állandó fájdalomcsillapítót szedtem."

K. Éva (Siklós) „Örömmel közlöm, hogy a sebem lassan javulni kezdett. Már kevesebb a váladék, a seb szép tiszta és kezd kisebbedni. Ma elfogyott a balzsam, ha lehet, kérem, hogy küldjön még egy adagot. Az árát is kérem, hogy írja meg."

P. S.-né (Martfű, december) „Én P... Sándorné Martfűről akinek tetszett a fekélyes lábamra küldeni propoliszos cseppet és balzsamot, nagyonjól és szépen feltisztult..."

Sz. L. (Zalaegerszeg, november 18.) „...Feleségem nyombélfekély betegségére ezen propoliszos csokoládét akarta kipróbálni - ami azóta meg is történt. Mi a 3%-os készítményt választottuk és az első

2-3 nap után kedvező véleményünk van róla. Közben sikerült feleségemnek a Parádfürdői Gyógykórházba beutalót kapni és Ő most ott van. Tegnap beszéltem feleségemmel telefonon és Ő tájékoztatott arról, hogy ott nem szedi (szedheti!?) a csokoládét, a gyógyszeres ivókúra pedig nem túljó és ezidáig nem segített semmit."

P. R. (Somberek, március ...) „Ezen kívül bőrbetegségem is jelentkezett egy injekció után, amelyet Flucinár kenőccsel kezelem négy év óta eredménytelenül. ...Annak érdekében kérem szíveskedjenek tájékoztatást adni, hogy a tizenegy készítményük közül betegségem gyógyítására melyik volna hatásos?"

Á. S.-né (Nagybaracska, november 10.) „Sajnos nagyon elhanyagoltam az írást, de most igen nagy szükségem van rá, mert a szokásos gyógyszerek mellett (Diaphilin, és Paxirazol) is szárazon folytosan köhögök. A cukorka fogyasztása viszont enyhíti a rohamokat."

Végül a „hivatásos" orvoslás nézőpontjára egy elbeszélt történet: B. Marika takarítónő édesapja csillapíthatatlan hasmenés miatt szenvedett. Orvosai (üzemorvos, körzeti orvos, kórházi orvosnő) egymással ellentétes utasításainak hiába igyekezett eleget tenni - helyzete nem javult. A propoliszos csokoládé a hasmenést megszüntette, amikor az orvosnőnél jelentkezett, ő felháborodottan kiabált: „Magának az a kötelessége, hogy szedje az előírt gyógyszereket és nem az, hogy meggyógyuljon!"

Van - természetesen - kivétel is.

P. H. (Hunya, szeptember 24.) Jsz orvosának megmutatta (ugyanis Neki adtam a magammal hozott Propolist) és azt mondta, nyugodtan használhatja, mert Ő is ismeri, s valóbanjó hatású."

Ilyesféle esetben írtam 1984. november 2-án a következő levelet (részlet):

„Kezelőorvosát ismeretlenül is üdvözlöm és a következőket üzenem neki. T. J. krónikus epegyulladására bizonyára jó a propolizált csokoládé, hiszen ez a készítmény általános gyulladásgátló.

Ugyanakkor gondolni kell arra is, hogy a flavonoidok kiválasztása jórészt a máj feladata. Flavonoid-sokktól a májban apró, mülékony

léziok keletkeznek. Emiatt ajánlatos a szünetek tartása, ami 2-3 naptól 10 napig is terjedhet. Egyéne válogatja.

Az biztos, hogy a propoliszban lévő kalkonok kolerikus hatása mindezideig felülmúlhatatlan. Szegeden uretán-narkózisban patkányoknak adtak be propolisz-kivonat-mintákat. Hatásukra általában kétszeresre nőtt az epekiválasztás (epehajtók). A kutatók szép, szabályos dózishatás-görbét kaptak."

Az is természetes, hogy nem mindenkinek és nem minden esetben hatásos egy-egy propoliszos készítmény.

S. M. *(Pécs, július 15.)* „A labdacsból kétszer fél elállítja a hasmenést, de nem olyan tartós a hatása. Még a régebben szedett 4%-os illetve 5%-os is volt - hajól emlékszem - huzamosabb tünetmentes napokat hozott."

Saját levelem (1984. május 1.) és a rá érkezett válasz.

„Amin bizonyosan tudunk segíteni, az a beleinek krónikus gyulladása. Tudtommal a strumára nincs kedvező hatása a propolisznak. Ön mit tapasztalt saját magán? Az egyéni érzékenység igen különböző, olyannyira, hogy akár az inverz hatás is előfordulhat. A biztonság kedvéért, most csak 3%-os csokoládést küldök. Ha biztos, hogy a beleire nézve hasznos propolisz más vonatkozásban nem káros, akkor ismét a nagyobb flavonoidkomplex-tartalmú változatra lehet áttérni."

R. E. (Leányesók, dátum nélkül) „Úgy érzem, hogy nekem jót tesz, és ezért rendszeresen használom de most már 4%-os töménységben. A levélben feltett kérdésre válaszolva úgy érzem, hogy a gyomor és bélműködését, illetve gyógyulását elősegíti, de a strummámra nem érzem, hogy különösebb hatással lenne. A nagybátyám részére küldött kenőcs enyhít, illetve elviselhetőbbé teszi fájdalmait. Összetétele isjó mert egyáltalán nem csíp."

Ezért fontos a személyre szóló differenciálás. Ezt gondos tájékozódással, jól megválasztott gyógymóddal el lehet érni.

A betegek gyakran előbb kérnek valamit és csak azután árulják el, hogy tulajdonképpen mi a bajuk, ezért sokszor óvatosan kell megközelítenünk a problémát. Levelezésemből egy példa:

„Levele gondolkodóba ejtett. Amit kér, az nekünk rendelkezésünkre áll, ám nem tudjuk, hogy mire kell, ezért most csak mintányi- mennyiséget küldünk, hogy ne nélkülözze ezeket a készítményeket. Egyezzünk nieg abban, hogy ha valamelyik valamire jó volt, abból majd még kér, mielőtt egészen elfogyna a készlete.

Nem vagyunk benne biztosak, hogy ismeri a cukorka és csokoládé felhasználási módját, célját. Ezért pár szóval ecsetelem. A propoliszos cukorka elsősorban a száj-garatüreg és a felső légutak gyulladásos, sérüléses bántalmai ellen készült. Mellékesen szívműködésre is kedvezően hat. Naponta 4-5 szem az átlagos adag. A cukorkák fogyasztása között legalább annyi idő teljék el, hogy az előző szemet követő csípős érzés teljesen elmúljék.

Túlfogyasztás esetén a szem és a száj körül kipirosodás, viszketés jelentkezik. Ekkor néhány (3-4) napra abba kell hagyni a propolisz-fogyasztást.

A propolizált csokoládé gyomor- és nyombélfekélyre, gyomor- és bélhurut ellen jó elsősorban. Távhatásként mindennemű gyulladást gátol a szervezetben. Tágítja az epeutat, szabályozza a gyomorsavtermelést, megszüntet bizonyos fejfájásokat, fokozza hajszálerek ellenállóképességét. Általában csökkenti a vérnyomást. Túlfogyasztás esetén nem gennyesedő apró pattanások keletkezhetnek a test bármelyik részén." (1984. április 9.)

Olykor a beteg majdnem egészen konkrétan kér valamit, de azt csak sejteni lehet, hogy milyen töménységre volna szüksége.

„Levelében közölte, hogy mennyit és milyen hatású anyagokból álló propoliszos kenőcsöt kér, de azt nem, hogy az milyen töménységű legyen. Az előzmények ismeretében most 15%-os krémet készítettem. Ez aránylag nem erős. Fokozni a propolisz hatását egyrészt a töménység növelésével, másrészt a beteg felület gyakoribb kezelésével lehetséges. A propolisz hatóanyagai (flavonoidok, kalkonok, illóolajok) egyébként is könnyen elterjednek a szervezetben, a vér és nyirok-keringés szétoszlatja az egy helyre került anyagokat. A gyakoribb bekenés, tehát mindenképpen indokolt lehet. Ezt az eljárást követő szárító hatást hidratáló krémmel ajánlatos ellensúlyozni. A helyes használatot, az egyensúly megteremtését

legjobb, ha ki-ki önmagán próbálja meg, alakítja ki. Remélem ez már sikerült Önnek." (1984. október 10.)

A helyes használat nem mindenkinek sikerül és ezért, szinte természetesen, a természetgyógyászt és/vagy készítményét okolja. Ilyen helyzet tükröződik (1984. május 3-án kelt) levelemben.

„Ilyet, vagy ehhez hasonlót eddig még nem tapasztaltunk. Azt tudjuk, hogy a hajszálereket a propolisz kitágítja, de nem annyira, hogy daganat keletkezzék ily kiterjedt mértékben a használat helyétől arányiag távol is. Ellenkezőleg: van rá eset, hogy a daganat, vizenyős lábfej lelohadt. Kérdés, hogy nem volt-e seb a kezelt területen? Ezen esetben a vivőanyag okoz kellemetlenséget. Ezeket a kenőcsöket nyílt sebre nem lehet használni. Ha van ilyen seb. azt előbb be kell gyógyítani (a propoliszos tinktúra is elősegíti), vagy csak a környékére szabad kenni a zsíros excipiens miatt.

Az a kérdés, hogy a propoliszos krémmel kezelt felület száraz legyen, csak a kenőcs hatékonysága érdekében hangzik el. A nedves felületre kent krém nem árt, de kevésbé is használ."

Volt aki pálinkával oldott propolisz-tinktúrát készített magának. Azután panaszkodott. Egyebek között ezt válaszoltam:

„Nagyon kevés értékes hatóanyagot feloldó pálinka helyett jobb lett volna naponta egyszer (estefelé) fél csokoládét elfogyasztani. Hetente 1-2 napos szünet mellett is biztosíthatta volna tünetmentességét."

K. Kálmánné (Baja) „Propoliszos csokoládét kérek még 3%-osat a férjem idült gyomorhurutjára. A múltkor vittem haza és használt neki. A 2%-osból is kérek szépen, használati tanáccsal együtt!"

O. Gy.-né (Pécs, január) „2 hetes használat után ismét rendbe jöttek a kezeim ami nagy örömömre szolgál. Az Ön által leírt mellékhatásokat nem észleltem, csupán azt, hogy a bőrt eléggé szárítja a propolisz, de ezt egy zsíros krémmel ellensúlyoztam."

S. Gy. (Komló, július 14.) „Hogy éjszakáim fájdalomnélküliek, pihenni tudok, ezt kizárólag az Ön által kreált, készített kenőcseinek köszönhetem. Ha nappal valahol kellemetlenkedik az érszűkületem, úgy az Ön intenciója szerint cselekszem. Ott kenem meg egy kicsit ahol nyom, ahol fáj. De ez is pillanatok alatt megszűnik. A megöre-

gedett, kikopott, elhasználódott szervezet váltóját megóvatolni, megújítani nem lehet, de a fájdalmat csökkenteni igen. Nekem akinek súlyos érszűkülete volt és van, csak hálával, elismeréssel tartozom Önnek, és a sok éjszakai stúdiumjainak, azok kutató eredményeinek köszönhetünk és köszönhetek. Nem tudom mi lett volna velem, ha a Dunántúli Naplóból (Pécs) nem ismerkedhettem volna meg az Ön propoliszos készítményeivel. Felelősségem tudatában ajánlom mindenkinek, akinek ilyen baja van."

A betegek is kísérletezhetnek:

L. *I. (Balf, április 23.)* „A kenőcsöt a mutató ujjamon (az első íznél) kijött reumatikus duzzanatra használtam, kb. 2 hétig kenegettem éjszakára és be is kötöttem, hogy ne kenjek vele össze semmit. A duzzanat elmúlt, de hogy attól-e biztosan nem tudom, mert közben Bl, B12 vitamin injekciókat is kaptam."

„Egy dolog biztos, hogy a fogínyvérzést megszüntette. Nem tudtam úgy fogat mosni, hogy ne vérzett volna a fogínyem és most nincs, mert azért eszegettem a csokiból és ahogy írtam már egy üveg propur mézet elfogyasztottam és a magam előállított tinktúrát is használtam."

O. Gy.-né (Pécs, február 28.) „Évekig küszködtem a kezeimen levő ekcéma miatt, míg egy betegünk, ugyanis egészségügyben dolgozom és végig próbáltam úgyszólván az összes kenőcsöt eredménytelenül, megszánt és hozott számomra propolisz kenőcsöt (úgy tudom Veszprémből szerezte be) kb. egy hét használat után a kezeimen lényeges javulás volt észlelhető. Azóta is a kenőcsöt használva, ha nem is teljes, de 80%-osjavulást eredményez. Sajnos akitől a kenőcsöt kaptam időközben exitalt és nem tudok propoliszos kenőcsöt beszerezni. A méhészek ugyan árusítanak de ez nem hatásos."

O. K.-né (Sopron, június 1.) „Úgy érzem a fájdalom megszűnt, főleg a középső és gyűrűs ujjak ízületei oly erősen fájtak, hogy érintésre és erős fogásra sírni tudtam volna. A mutató ujj 3-ik ízületénél nemcsak ferdülés, de erős mészlerakódások voltak, és mintha az is kisebb lenne, ugyanis a jobb kézen nem kentem be ezeket a csúnya, deformálódott ízületeket - hogy össze tudjam hasonlítani a bal kezem ízületével-amit bekentem."

Dr. T. L. (Pécs, december 20.) „Állapotomban annyi változás van, hogy a napokban jelentkező enyhe, gyanús jelek után (..) használtam a 4%-os készítményt... 10 hónapos tünet és panaszmentesség után úgy vélem, hogy nekem a preventive 6-8 hónaponként kellene megismételni e kúrát. Korábbi állapotomhoz képest a propoliszos készítmény hatásosnak bizonyult. Ezért kérem, küldjél újabb készítményt, hogy legyen tartalékom."

A kórtünetek enyhítése, vagy megszüntetése nagy hatással van a hangulatra.

K. M.-né (Debrecen, november 19.) „ Aztán megpróbáltam a cukorkát. 3 napon át napi 5 szem cukorkát szopogattam el, majd 2 napot kihagytam és újabb 2 napot át a még meglévő 5-5 db cukorkát.

Szinte napról-napra éreztem ezen idő alatt a javulást. Teljesen nem mulasztotta el az arcüreg-gyulladást, de már lényegesen kevesebb flegma jött le az üregekből. Vártam kb. 2 hetet, a két hét elteltével ismét éreztem, hogy csupa hurutos az arc- és orrmellék stb. üreg. Akkor elkezdtem a propoliszos csokit reggel és este amíg el nem fogyott. De csak 2%-ost ettem meg. Ez újra segített, szinte teljesen elmúlt a gyulladás. A kúrák alatt a közérzetem is sokkal jobb volt. Nem voltam fáradékony, tele voltam ambícióval. Aztán azóta, ha jól számolok kb. 1 hónap telt el. Most már újra érzek hurutot, kicsi légcső hurutot is. De ez úgy érzem nem olyan nagy mértékű amilyen volt. A 3%-os csoki még meg van, de magamtól nem merek hozzányúlni."

A természetes anyagokat alkalmazó gyógyászatnak szembe kell nézni saját természetéből eredő veszélyeivel, kudarcaival.

A természetes anyagok hatása hosszabb, rendszeresebb használat után jelentkezik. Az ehhez szükséges türelem, kitartás olykor hiányzik a beteg embereknél.

A propolisz alkalmazása esetében gyakran tapasztalható az aggodalomból fakadó „alul-fogyasztás", vagyis a hatásküszöb alatti adagok alkalmazása - ami természetesen csalódáshoz vezet.

A bizalmatlanság miatt a páciens az általunk javasolt paramedikumon kívül különböző gyógyszereket is fogyaszt, amivel ismeretlen mértékű additív, színergista, vagy éppen antagonista hatást vált ki.

A teljes bizalom, viszont oda vezethet, hogy „önállóan" arra is használják készítményeinket, amire nemjavasoljuk, ez rossz, mert tudjuk, hogy különböző dolgokra különböző anyagok hatnak és jó szerek, vagy eljárások egyes esetekben ellenjavaltak.

Mégis minden hibalehetőség és veszély ellenére vállaljuk a gyógyítást, ami többnyire sikeres, ami általában elismerést vált ki és jóérzéssel tölt el bennünket, például, ha ilyen levelet kapunk:

R. E. (Lányesók, október 5.) „Részemről annyit tudok írni, hogy a készítmény jó és szeretném ha többen megismernék."

ZÁRSZÓ

Egyelőre ennyit kívántam közölni-az apiterápiáról.

Lehetne írnijóval többet is, de talán ez is elég arra, hogy felhívja a figyelmet egy ősi gyógyítási formára és annak legújabb lehetőségeire.

Az apiterápia nem mindenható - ahogy a többi gyógyeljárás sem az - de bővíti a lehetőségek körét, tökéletesíti a többi terapeutikus beavatkozást, sőt az is lehet, hogy az egyéb eljárások közötti hézagokat kitölti, áthidalja a hiányosságokat.

Az apiterápiát alkalmazók igyekeznek minden gyógymódot megismerni, a természetgyógyászatiakat és a hivatalosakat egyaránt. Jó lenne, há ugyanez az érdeklődés viszont is meglenne. Mindannyian használt látnánk - a gyógyítani és a gyógyulni vágyók egyaránt. Ezt a célt kívánja szolgálni ez a mű, ami kedvet csinál az apiterápiához, bizalmat szeretne kelteni hozzá és bizonyítja annak reális értékét.

Ez a könyv nem teljes, mert nem tartalmaz mindent, amit már tudunk, és nem lehet teljes azért sem, mert ismeretanyagunk nem lezárt, nem végleges.

A többit majd az élet írja meg, a jövő.

Budapest, 1991. október 6.

Dr. Szalay László