

ΜΕΛΙ

Φαρμακευτική και εναλλακτικές
θεραπείες με προϊόντα του μελιού

1



Η ερευνητική ομάδα

2

Οι μαθητές

Δημήτρης
Κουρκτσόγλου
Παναγιώτης Βέρροιος
Γιώργος Λυκουργιώτης

Η καθηγήτρια

- Μαριφίλια
Φιλοπούλου

ΟΡΙΣΜΟΣ

2

- Το μέλι είναι ένα αρωματικό, ιξώδες, γλυκό υλικό που προέρχεται από το νέκταρ των φυτών, το οποίο μαζεύουν οι μέλισσες και το μεταβάλλουν για την τροφή τους σε ένα πυκνότερο υγρό και τελικά το αποθηκεύουν στις κηρήθρες τους.
- Η χημική σύνθεση του μελιού ποικίλει από είδος σε είδος. Τα συστατικά που περιέχει είναι:
- Νερό 17%, Γλυκόζη 31%, Φρουκτόζη 38%, Μαλτόζη 7.5%, Σακχαρόζη 1.5 % και άλλα Ζάχαρα περίπου 12%.

ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ

3

- Φάρμακο το μέλι : Το μέλι είναι γνωστό από αρχαιοτάτων χρόνων για τις διαιτητικές, φαρμακευτικές, αντισηπτικές, απολυμαντικές και συντηρητικές του ιδιότητες. Η χρήση του σαν συντηρητικό, απολυμαντικό ή αντισηπτικό αποδεικνύεται από τη χρήση του στην ταρίχευση των νεκρών. Υπάρχουν αναφορές για τη διατήρηση της σορού του Πατρόκλου και του Αχιλλέα σε μέλι, καθώς και τοποθέτησης της σορού του Μ. Αλεξάνδρου σε πήλινη σαρκοφάγο με μέλι για να μεταφερθεί από τη Βαβυλώνα στην Αλεξάνδρεια.

ΙΑΤΡΙΚΗ

4

- Οι μελετητές και οι γιατροί της αρχαιότητας έδιναν πολύ μεγάλη σημασία στο μέλι και πίστευαν ότι η κατανάλωσή του συντείνει στην επιμήκυνση της ζωής. Μάλιστα, έχει παρατηρηθεί πως οι μελισσοκόμοι σε ολόκληρο τον κόσμο προσβάλλονται λιγότερο από τον καρκίνο, πράγμα που κάνει πολλούς να πιστεύουν ότι το μέλι δρα προληπτικά κατά του καρκίνου.



- Το μέλι είναι μία ουσία που έχει πολλές θεραπευτικές ιδιότητες. Μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης, έχει την ιδιότητα να καταπολεμά τα βακτήρια κι έτσι προστατεύει από ευρύ φάσμα λοιμώξεων. Επίσης το μέλι είναι ιδανικό για την καταπολέμηση του βήχα ακόμη και έχει αποδειχθεί ως ουσία που μπορεί να βοηθήσει στον ύπνο.



- Τα αποτελέσματα διαφόρων παρεμβατικών μελετών έδειξαν ότι το μέλι έχει μικρότερη επίδραση στην αύξηση της γλυκόζης πλάσματος και ινσουλίνης ορού. Προσφέρει άμεσα ενέργεια και πολλά αντιοξειδωτικά συστατικά, που καταπολεμούν την κούραση, ενώ παράλληλα ωφελούν τη μνήμη.



- Το μέλι χρησιμοποιείται για τη φροντίδα πληγών, καθώς έχει αντιβακτηριακές και αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες. Αυτές τις οφείλει κυρίως στη χαμηλή του υγρασία, στο υπεροξειδίο του υδρογόνου και την οξύτητά του που το κάνουν αφιλόξενο για τα βακτήρια. Οι αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες του μελιού πιστεύεται ότι οφείλονται σε αντιοξειδωτικές ουσίες που περιέχει, ανάμεσά τους η χρυσίνη, η βιταμίνη C και ένα ένζυμο, η καταλάση. Ένα φλιτζάνι χαμομήλι με μέλι ανακουφίζει τη δυσκοιλιότητα αλλά και το πρήξιμο και το φούσκωμα που μερικές φορές τη συνοδεύουν.

ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

8

- Τα στοιχεία δείχνουν ότι το μέλι μπορεί να αναστείλει την καρκινογένεση με τη διαμόρφωση των μοριακών διεργασιών στα στάδια έναρξης, προώθησης και εξέλιξης του καρκίνου.
- Μία πρόσφατη μελέτη στο ιατρικό περιοδικό *Molecules* αποδεικνύει ότι το μέλι είναι εξαιρετικά κυτταροτοξικό κατά των καρκινικών κυττάρων, ενώ είναι μη κυτταροτοξικό σε φυσιολογικά κύτταρα.

ΚΑΠΟΙΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΕΙΝΑΙ

9

- Σταματά την αναπαραγωγή των καρκινικών κυττάρων.
- Το μέλι προκαλεί μια διαρροή των πρωτεϊνών στο κυτταρόπλασμα η οποία οδηγεί στο θάνατο των καρκινικών κυττάρων.
- Ενεργοποιεί τον προγραμματισμένο κυτταρικό θάνατο για να προστατεύει από τον καρκίνο.
- Έχει την ικανότητα να δρα ως αντιοξειδωτικό, ελαχιστοποιώντας έτσι το οξειδωτικό στρες, το οποίο συνδέεται με τον καρκίνο.
- Ο καρκίνος συνδέεται με την αντίσταση στην ινσουλίνη. Το μέλι μπορεί να μειώσει την αντίσταση στην ινσουλίνη, μειώνοντας έτσι τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου.
- Το μέλι μπορεί να σταματήσει την παροχή αίματος στους όγκους.

ΜΕΛΙ ΚΑΙ ΜΑΚΡΟΖΩΙΑ

10

- Οι μελετητές και οι γιατροί, τόσο της αρχαιότητας όσο και σήμερα, συμφωνούν ότι το μέλι αποτελεί συντελεστή της μακροζωίας.

Οι αρχαίοι φιλόσοφοι, όπως ο Πυθαγόρας, ο Δημόκριτος και άλλοι, έζησαν μέχρι τα βαθιά τους γεράματα και δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι το μέλι αποτελούσε απαραίτητο στοιχείο της διατροφής τους. Από αυτό συμπεραίνουμε πως η κατανάλωση μελιού συντελεί στην επιμήκυνση της ζωής.

ΚΑΡΔΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ

12

- Καρδιά - κυκλοφορικό: η γλυκόζη, το βασικό σάκχαρο του μελιού, αποτελεί σημαντική πηγή ενέργειας για την καρδιά, ενισχύει τη διαστολή των αγγείων και μειώνει την αυξημένη πίεση.
- Μεταβολισμός: το μέλι συνιστάται κατά της παχυσαρκίας που οφείλεται στον ελαττωματικό μεταβολισμό.

ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

13

- Η Μελισσοθεραπεία ερευνά τη χρήση του μελιού, αλλά και των άλλων προϊόντων της μέλισσας ως θεραπευτικών μέσων. Περισσότερα δεδομένα της μελισσοθεραπείας προέρχονται από ιστορικές σειρές ασθενών ή προσωπικές παρατηρήσεις ιατρών και δεν υποστηρίζονται σθεναρά από ενδείξεις προερχόμενες από κλινικές μελέτες. Το εύρος των νόσων που έχουν αντιμετωπισθεί με τη μέθοδο αυτή ποικίλλει, από φαρυγγίτιδα μέχρι σκλήρυνση κατά πλάκας.

ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ ΠΟΛΤΟΣ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

14

Ο βασιλικός πολτός είναι ένας καταλύτης ο οποίος:

- εξισορροπεί τη λειτουργία του και βελτιώνει το μεταβολισμό.
- ρυθμίζει και εξισορροπεί τις λειτουργίες του οργανισμού,
- οξυγονώνει τα κύτταρα και αυξάνει τη φυσική αντίσταση στις εξωτερικές προσβολές αλλά και στις εσωτερικές ανωμαλίες.
- θεραπεύει τη δυσκοιλιότητα
- αντιμετωπίζει τη κόπωση
- καταπολεμά τον υποσιτισμό και τη νευρική ανορεξία
- αντιμετωπίζει το σακχαρώδη διαβήτη
- επιβραδύνει τη γήρανση



ΠΡΟΠΟΛΗ

15

- Οι θεραπευτικές ιδιότητες της πρόπολης ήταν γνωστές από την αρχαιότητα.
- Ο Ιπποκράτης την σύστηνε για την επάλειψη ελκών και εγκαυμάτων.
- Οι Ρωμαίοι στρατιώτες στις εκστρατείες τους είχαν πάντα στις αποσκευές τους πρόπολη.
- Οι Αιγύπτιοι την χρησιμοποιούσαν για την ταρίχευση των νεκρών.



ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΠΟΛΗΣ

16

Οι κυριότερες ερευνητικά τεκμηριωμένες ιδιότητες της πρόπολης είναι:

- Αντιφλεγμονώδεις
- Αντι-ικές ιδιότητες
- Αντιμυκητιακές ιδιότητες
- Ανοσοποιητική δράση
- Αντιισταμινική δράση: βοηθάει στην υποχώρηση των συμπτωμάτων των αλλεργιών και στην σταδιακή ανοσοποίηση.

ΓΥΡΗ

17

- Η χρήση της γύρης ήταν ευρέως διαδεδομένη από τα αρχαία χρόνια σε όλο τον κόσμο εξαιτίας των φαρμακευτικών της ιδιοτήτων. Κάποιες ασθένειες αντιμετωπίζονται με την χρήση της γύρης όπως το κρυολόγημα, η γρίπη, το έλκος, η πρόωρη γήρανση, η αναιμία και η κολίτιδα. Επίσης χρησιμοποιείται από πολλούς ανθρώπους ως συμπλήρωμα διατροφής και ως τονωτικό.



ΔΗΛΗΤΗΡΙΟ ΜΕΛΙΣΣΑΣ

18

- Το δηλητήριο της μέλισσας έχει πολλές θεραπευτικές ιδιότητες και στο εξωτερικό χρησιμοποιείται για την παραγωγή σκευασμάτων για να θεραπεύσουν τα αρθρικά και τις ρευματικές παθήσεις. Η θεραπευτική του ιδιότητα είναι γνωστή από πολύ παλιά. Όλα ξεκίνησαν από την παρατήρηση ότι οι μελισσοκόμοι δεν αντιμετώπιζαν επώδυνες ρευματοπάθειες και αρθρίτιδες, καθώς το δηλητήριο της μέλισσας θεραπεύει κάποιες μορφές αρθρίτιδας, όπως τη ρευματοειδή. Έρευνες αναφέρουν ότι μπορεί ακόμα να θεραπεύει τη σκλήρυνση κατά πλάκας, το γαστρικό έλκος, την αρτηριοσκλήρωση. Παρόλα αυτά η εφαρμογή του χρειάζεται προσοχή, ιδιαίτερα σε άτομα με καρδιοπάθειες, αρρώστιες του κυκλοφοριακού, των νεφρών. Στα αλλεργικά άτομα ένα κέντρισμα μπορεί να αποβεί μοιραίο.



ΕΙΔΗ ΜΕΛΙΟΥ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

19

- Μέλι θυμαριού και ανθέων: καταπολεμά τις φλεγμονές και βοηθά στην καλή λειτουργία της πέψης.
- Μέλι θυμαριού: καταπολεμά τον βήχα, έχει ηρεμιστικές ιδιότητες και βοηθά στην αντιμετώπιση γυναικολογικών παθήσεων και των παθήσεων του ανώτερου αναπνευστικού.
- Μέλι ανθέων: βοηθά στην καλή λειτουργία της πέψης και στη σωστή ανάπτυξη των παιδιών, δίνει ενέργεια και αντοχή, ρυθμίζει την εντερική λειτουργία και ενισχύει τη λειτουργία του συκωτιού.
- Μέλι πορτοκαλιάς: μειώνει το άγχος, επουλώνει τις γαστρίτιδες και βοηθά στην αντιμετώπιση της ημικρανίας.

- Μέλι καστανιάς: ενισχύει την πνευματική διαύγεια, βοηθά στην εγκυμοσύνη και στη φλεβική ανεπάρκεια και έχει αντιμικροβιακή δράση στο έντερο.
- Μέλι ελάτης: έχει αντισηπτική δράση σε επίπεδο αναπνευστικού συστήματος, ενώ επίσης δρα κατά της κακοσμίας του στόματος.
- Μέλι πεύκου: βοηθά στην αντιμετώπιση των φλεγμονών και στην ουρική αρθρίτιδα.
- Μέλι ερεικής: απολυμαίνει το ουροποιητικό σύστημα και λειτουργεί ως αντιρρευματικό.



Παστίλιες με μέλι:

- Μαλακώνουν το λαιμό.
- Έχουν ήπια αντισηπτική και αντιοξειδωτική δράση.
- Περιέχουν βιταμίνη C η οποία ενισχύει τον οργανισμό κατά τη διάρκεια του κρυολογήματος.



ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΟΜΟΡΦΙΑ

22

- Μάσκα ενυδάτωσης: Το μέλι έχει την ιδιότητα να απορροφά την υγρασία από τον αέρα και να την «κλειδώνει» στην επιδερμίδα.
- Για βαθύ καθαρισμό: Τα ένζυμα του μελιού καθαρίζουν σε βάθος τους πόρους του δέρματος. Παράλληλα, η αντιμικροβιακή του δράση αποτρέπει τη συσσώρευση βακτηρίων που συμβάλλουν στην εμφάνιση της ακμής.
- Για τα ξηρά μαλλιά: Το μέλι χαρίζει στα μαλλιά λάμψη χωρίς να τα βαραίνει.



- Απαλή απολέπιση: Τα αντιοξειδωτικά, τα πολύτιμα ένζυμα και τα άλλα θρεπτικά συστατικά του μελιού θρέφουν, καθαρίζουν και ενυδατώνουν το δέρμα.

- Καλλυντικό: Λόγω της υψηλής θρεπτικής του αξίας και της ιδιότητάς του να απορροφά και να διατηρεί νερό στα μόριά του, το μέλι θεωρείται εξαιρετική τροφή για το δέρμα και ειδικά για τις ξηρές και αφυδατωμένες επιδερμίδες. Επιπλέον, τα αντιοξειδωτικά του συστατικά καταπολεμούν τις ελεύθερες ρίζες, οι οποίες, μεταξύ άλλων, ευθύνονται για την πρόωρη γήρανση.



ΒΗΧΑΣ. (ΛΕΜΟΝΙ ΜΕ ΜΕΛΙ). Μια κρίση βήχα και το ενοχλητικό γαργάλημα στο λαιμό μπορούν να αντιμετωπιστούν με ένα φυσικό σιρόπι που θα φτιάξετε στο σπίτι.

Βάλτε ένα λεμόνι με τη φλούδα του σε ένα κατσαρολάκι με λίγο νερό και αφήστε το να βράσει για 5 λεπτά περίπου. Στη συνέχεια, βγάλτε το, κόψτε το στη μέση και στύψτε το. Όσο είναι ακόμα ζεστό, διαλύστε στο χυμό του 3 κουταλιές μέλι, ανακατέψτε καλά και πιείτε το σε δύο δόσεις μέσα στην ημέρα. Το μέλι δρα ως μαλακτικό στο λαιμό και έτσι μαλακώνει το βήχα.



ΒΗΧΑΣ. (ΤΣΑΪ ΜΕ ΛΕΜΟΝΙ & ΜΕΛΙ). Το μέλι μάς βοηθά επειδή απλούστατα μας κάνει να αποφεύγουμε τη ζάχαρη, που πάντα επιδεινώνει το κρύωμα, αφού ευνοεί τον πολλαπλασιασμό μικροβίων και ιών, μειώνοντας παράλληλα (άγνωστο γιατί) τις άμυνες του οργανισμού. Το μέλι με το λεμόνι είναι και από μόνα τους πολύ χρήσιμα.



Επούλωση πληγής με αλοιφή από μέλι

26

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ(Μελέτη περίπτωσης).

Η χρήση μιας νέας κρέμας με βάση το μέλι επούλωσε τη βαθιά πληγή ενός 43χρονου ασθενούς . Η περίπτωση του 43χρονου ασθενούς με βαθύ τραύμα στο δεξιό μηρό αποδεικνύει ότι το μέλι, γνωστό από την αρχαιότητα ως πολύ καλό επουλωτικό μέσο, μπορεί να αξιοποιηθεί για θεραπευτικούς σκοπούς σε συνδυασμό με τη σύγχρονη τεχνολογία. Όπως ανέφεραν οι γιατροί για την επούλωση της βαθιάς πληγής κατέφυγαν στη χρήση νέου υλικού με βάση το μέλι σε μορφή κρέμας και στην εφαρμογή δικτυωτού επιθέματος. Τρεις ημέρες μετά τη χρήση της κρέμας, ξεκίνησε η σταδιακή βελτίωση, ενώ είκοσι ημέρες μετά την έναρξη της θεραπείας η επούλωση ήταν ταχύτερη.

Πηγές

27

- Πηγή: <https://el.wikipedia.org/wiki/>
- Πηγή: <http://www.iatronet.gr/>
- Πηγή: <http://www.onmed.gr/omorfia/>
- Πηγή: <http://www.apivita.com/hellas/pastilles-meli>
- Πηγή: <http://diatrofika.blogspot.gr>
- Πηγή: <http://www.newsbomb.gr/oi-therapeytikes-idiotites-toy-melioy>