

ОДЕСЬКА МІЖНАРОДНА АКАДЕМІЯ

Академія Післядипломної Освіти Управління Охорони здоров'я

«УКРАЇНСЬКА МЕДИЧНА АСАМБЛЕЯ»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Ректор Одеської міжнародної академії

А. ПАХЛЕВАНЗАДЕ

« »

2024 р.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Ректор Української Медичної Асамблеї

Г. Н. СЕРДЮК

« »

2024 р.

НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН і ПРОГРАМА НАТУРОПАТІЯ

з нормативної навчальної дисципліни підготовки підвищення кваліфікації
з елементами дистанційного навчання

ОСВІТНЬО-НАУКОВОЇ ПРОГРАМИ

третього (освітньо-наукового) рівня

галузь знань _____ 22 « Охорона здоров'я»

спеціальність _____ 222 Медицина

ОДЕСЬКА
МІЖНАРОДНА

АКАДЕМІЯ
(Ідентифікаційний код 42400178)

Одеса 2024

Тема: «Апітерапія та її використання народною та традиційною медициною»

Мета: ознайомити студентів із змістом поняття «апітерапія»; систематизувати та поглибити знання студентів про цінний продукт харчування – мед.

Розвивати в студентів стійкий інтерес до природничих наук, створити основу для вмілого використання знань у майбутній професійній діяльності.

Сприяти формуванню валеологічних компетентностей студентів, свідомого ставлення до вибору способу життя, дбайливого ставлення до власного здоров'я.

Забезпечення заняття: відеопроєктор, комп'ютер, екран, презентація, виставка продуктів бджільництва, буклети.

I. Розкриття змісту поняття «апітерапія».

Апітерапія - лікування хвороб із застосуванням живих бджіл і продуктів бджільництва.

А зараз приготуйтеся – буде цікаво. Ми ознайомимо Вас з інноваційними технологіями... лікування.

Сон на вулику с бджолами - чудова комплексна терапія на цілий організм людини, що базується на її близькому контакті з бджолою сім'єю. Це величезне біологічне магнітне поле, під дією якого відбувається вирівнювання порушень електромагнітного поля людини, внаслідок яких виникають різні захворювання.

На організм людини великий позитивний вплив має не лише ``живе`` тепло бджолої сім'ї, але й мікровібрації, які створюються змахами крилець бджіл, що діють як вібромасаж, що, у свою чергу, позитивно діє на нервову, кровоносну, м'язову систему, створюючи умови для самокорегування функцій внутрішніх органів.

Вуликотерапія покращує діяльність серцево-судинної системи (відбувається стабілізація артеріального тиску, покращення мозкового та периферичного кровообігу, збільшення серцевого викиду), нервової та ендокринної системи (гармонізація балансу симпатичної та парасимпатичної нервової системи, оптимізація обмінних процесів), дихальної системи (за рахунок інгаляцій вуликового повітря, насиченого фітонцидами, прополісом, воском). Крім того, покращується психоемоційний стан людини, що відображається у знятті фізичної й емоційної втоми, підвищенні працездатності, посиленні очищення й регенерації тканин, підвищенні імунітету та реактивності й адаптогенності організму.

Показання Основні показання: знижений імунітет, порушення кровообігу, захворювання ендокринної та нервової систем, підвищений або

знижений артеріальний тиск, серцево-судинні і захворювання опорно-рухового апарату, стрес і депресія.

Апітерапія, це ніщо інше, як лікувальний вібромасаж. А вплив мікрівібрацій є життєвою необхідністю, додають лікарі. Сенс полягає в тому що від бджолиного рою у вулику виділяється природне тепло (приблизно 35 ° C), а гудіння бджіл і невелика вібрація вулика позитивно позначаються в цілому на організмі.

Сон на вуликах добре діє на суглоби і кровоносні судини, вони самі прочищаються, сон на вуликах підвищує чоловічу потенцію.

І хоча сон на вуликах не панацея від усіх хвороб, однак відповідний вплив на організм людини сон на вуликах таки має. Тим більше, під час апітерапії використовуються лише сильні і здорові бджолині сім'ї. Спати на вуликах можна починати з березня і до кінця вересня, говорять пасічники Львова. Лікування бджолами корисне для людей любого віку, Під час такої процедури, відновлення організму відбувається практично за 2-4 годин. Мікрохвилі слабо відчутні. Ефект м'який.

Користь. Лікування бджолами відновлює кровообіг і стабілізує тиск; сон у приміщенні, де активно працюють бджоли, відновлює сили і імунітет. Через дрібну сіточку з бджолиного житла виходить чисте і цілюще повітря. Воно відмінно підходить для інгаляції. За десять хвилин його вдихання в бронхах і легенях людини гине більшість мікробів. Біля самого вулика повітря високоіонізоване, завдяки чому, потрапляючи в організм людини, він знижує рівень вільних радикалів. А ще від бджолиної сім'ї виходить сильне біомагнітне поле, яке нормалізує всі функції організму і покращує імунітет. За якихось годину-дві на вуликах можна повністю відновити свої сили. Та й монотонне бджолине дзигчання чудово заспокоює психіку.

Бджоловжалення.

Бджолина отрута — це сильно-діюча речовина, яка вимагає уважності при призначенні. Бджолина отрута призначається людині виходячи з чутливості до дії отрути, тяжкості і виду захворювання.

Бджолина отрута є безбарвна густа рідина із запахом меду. Введення бджолиної отрути в організм людини може здійснюватися за допомогою укусу, втирання, електрофорезу, інгаляції і вживання всередину. Найефективнішим і часто використовуваним способом є спосіб бджоловжалення. Дія бджолиної отрути на організм людини залежить від кількості укусу і від індивідуальної реакції організму на бджолину отруту. У терапевтичних дозах бджолина отрута є хорошим лікувальним засобом при багатьох захворюваннях, він має протизапальну і знеболюючу дію. Дуже часто бджолина отрута використовують для зменшення болю і запалення в суглобах і м'язах, при ревматизмі, невралгіях, гіпертонічної хвороби т. д. За допомогою бджолиної отрути можна зняти навіть гострі болі в суглобах і відновити їх рухливість.

Метод бджоловжалення.

Перед тим як почати процедуру бджоловжалення обов'язково необхідно перевірити чутливість людини до бджолоїної отрути. Для цього найчастіше проводиться біологічна проба. У поперекової області шкіру ретельно очищають і до цього місця прикладають бджолу для укусу. Жало витягають дуже швидко, для того щоб в організм потрапила мінімальна доза бджолоїної отрути. На наступний день проводиться аналіз сечі, який досліджується на вміст білка і цукру. Потім роблять другу біологічну пробу, під час якої жало бджоли витягується приблизно через хвилину. На наступний день знову проводять аналіз сечі. Якщо ніяких змін з боку організму не спостерігаються, то можна починати лікування. Для проведення процедури бджолу беруть спеціальним пінцетом за спинку і прикладають черевцем до необхідного місця. Обраний ділянку шкіри перед процедурою повинен бути ретельно очищений. Після укусу жало витягується через 5 — 10 хвилин. Після проведення процедури хворому рекомендується полежати 20 — 30 хвилин. Під час курсу лікування 1 раз на тиждень хворий повинен здавати аналізи крові і сечі для контролю за своїм станом.

Найчастіше лікування проходить за наступною схемою: у перший день проводиться укусу тільки однієї бджолою, у другий день проводиться укусу двома бджолами і в кожний день для ужалення додається по одній бджолі. Такий курс лікування звичайно становить 10 днів, після якого необхідно зробити перерву в 3 — 4 дні. Потім курс можна повторити, а бджіл брати в три рази більше. Усього за два курсу можна використовувати до 200 бджіл. Якщо після проведення курсів одужання не настає, то бджоловжалення більше не проводять.

Вибір місця для укусу залежить від характеру захворювання. Найчастіше укусу проводять в зовнішні поверхні плечей і стегон, місця змінюються щодня так, щоб повторні ужалення в одне і теж місце проводилося через 4 — 5 днів.

Бджолину отрута не рекомендують використовувати при гострих інфекційних захворюваннях, цукровому діабеті, злоякісних новоутвореннях, туберкульозі, гепатиті, вагітності і т. д.

Пилок.

За зовнішнім виглядом пилок — дуже дрібний порошок. Це продукт пильників, які оточують маточку квітки. Які лікувальні властивості пилку?

Досліди показали, що пилок має всі незамінні амінокислоти, які повинні надходити в організм людини з їжею. В природі не існує харчового аналогу, рівного пилку за концентрацією всіх складових компонентів, які необхідні для нормального розвитку і функціонування організму. У квітковому пилку виявлено 14 вітамінів, 18 мінералів, 30 мікроелементів, 22 амінокислоти, білки, цукор, жири, вуглеводи, нуклеїнові кислоти, ферменти, фітонциди, гормони, антибіотики та інші важливі для організму речовини. Усі ці компоненти органічно пов'язані і збалансовані між собою.

Пилок стимулює ріст і регенерацію пошкоджених тканин, наприклад, кровотворних. Тому його використовують при анеміях. Особливо ефективну дію має суміш пилку з медом при різноманітних захворюваннях печінки.

Пилок нормалізує і діяльність нервової та ендокринної систем. Активізує процес виділення інсуліну клітинами підшлункової залози, у зв'язку з чим його застосовують при лікуванні цукрового діабету. Крім того, пилок зміцнює капіляри, знижує вміст холестерину в крові, має антисклеротичні властивості (тому його використовують, наприклад, при лікуванні ішемічної хвороби серця), має жовчогінну, сечогінну, радіпротекторну, протипухлинну дію, затримує ріст мікроорганізмів кишківника і регулює його функцію. Пилок стимулює імунну систему, підвищує апетит, нормалізує вагу тіла, підвищує розумову і фізичну працеспроможність, посилює статевий потяг і чоловічу статево активність.

Також цей продукт бджільництва посилює дію багатьох медикаментів. Так, вживання його разом з антибіотиками дає змогу зменшити їх дозу; більше того, пилок іноді замінює антибіотики. До того ж пилок не викликає алергічні реакції. Однак, біологічна активність пилку доволі швидко знижується при зберіганні. Так, уже через два-три місяці після збору він втрачає значну частину вітамінів та ферментів. Законсервований з медом та цукровою пудрою зберігається краще. Однак, пилок у натуральному вигляді засвоюється не повністю.

Бджолина Перга.

Продукти бджільництва унікальні за своєю біологічною цінністю. Вони найбагатші щодо біологічно активних сполук з усіх відомих натуральних продуктів.

Одним з таких найцінніших продуктів є перга - це продукт переробки бджолами пилку. Останній, в свою чергу, збирається бджолами з квіток рослин, заноситься у вулик і складається в комірки. Далі під дією складних біохімічних процесів та безпосередньою участю бджіл пилок законсервовується і утворюється перга, яка за своїми лікувальними властивостями та біохімічним складом значно переважає пилок. Бджолиний хліб, так ще називають пергу, відіграє велику роль у житті бджіл. Вона необхідна для розвитку нормальних фізіологічних процесів, є незамінним джерелом амінокислот та вітамінів. Адже перга містить всі незамінні амінокислоти, які необхідні і для організму людини, ліпіди, багато вітамінів: А, Е, С, групи В. Перга багата на мінеральні речовини, такі як калій, кальцій, фосфор, магній, та інші. Вона містить унікальний комплекс білків, вуглеводів, жирів, мінеральних солей, ферментів, фітогормонів, природних антибіотиків. Усі вони збалансовані і органічно зв'язані між собою, що пояснює її високу цілющу дію.

Пергу застосовують для лікування цілого спектру захворювань – анемії, серцевої недостатності, інфарктів, інсультів, гепатитів, виразок шлунку, гастритів, порушення потенції, чоловічого безпліддя, патології вагітних, гінекологічних захворювань. Бджолиний хліб відновлює кровообіг мозку при черепно-мозкових травмах та інсультах, розсмоктує доброякісні пухлини (міома, фіброма).

Найчастіше пергу застосовують для підвищення імунітету організму як у дітей так і дорослих!

Перга є профілактичним засобом по запобіганню інфекційних захворювань, позитивно впливає на серцево-судинну систему. За мікробіологічним складом бджолиний хліб немає аналогів – за короткий час відновлює травлення, лікує дизбактеріоз.

Перга сприяє утворенню нових клітин в організмі, тобто проходить омоложення організму в цілому, швидше загоюються рани. Пергу вживати по 0,5-1 чайній ложечці 1-2 рази на день за 20 хв. перед їжею. Рекомендовано споживати зранку натщесерце та на ніч перед сном повільно розсмоктуючи не запиваючи.

Жодна лабораторія неспроможна створити такі продукти, які людство отримує від неугамовних трудівниць-бджіл. Будь-які штучні суміші вітамінів чи мінеральних речовин ніколи не замінять те, що пропонує нам природа.

Настойка прополісу на спирту.

Прополіс — смолиста речовина зеленувато-бурого або коричневого кольору з приємним запахом бруньок тополі, меду, воску і ванілі. Завдяки антибактеріальним, антибіотичним властивостям, ранозагоювальному ефекту, багатосторонній імунологічній та антисептичній дії прополіс широко використовується в практиці. Крім цього, він ефективно застосовується в якості допоміжного засобу при лікуванні ран, захворювань системи дихання, ротової порожнини, очей, в профілактиці і лікуванні захворювань простати, при захворюваннях серцево-судинної системи та легень. Він покращує зір, позитивно впливає на нервову систему, покращує пам'ять і загальний фізичний стан, допомагає при опіках шкіри, екземі. Науково доказана ефективність вживання протягом місяця прополісу у людей старшого віку для покращення пам'яті. Прополіс збуджує у клітинах синтез нуклеїнових кислот і тим самим протеїнів.

Спиртовий розчин прополісу приймають до їди за 1 годину з сирим яйцем або звареним леном а від всего іншого або для профілактики після їди (від 5 до 30 крапель щоденно 2-3 рази на день, капати на воду або на молоко), особливо при ангінах. Спиртовий розчин прополісу вживається для лікування виразки шлунка і 12-палої кишки на настої льняного насіння протягом 3-5-тижневого курсу. Позитивний ефект спостерігається при геморої з періодичною кровотечею. Вживається в краплях і місцеве, в суміші з маслом какао.

Спиртовим розчином прополісу можна змочити льняну ганчірку і накладати її на збільшені вузли, розширені вени гомілки.

Прополіс з бруньок тополі, берези, осики та інших рослин бджоли збирають клейкі смолисті речовини. Принісши їх у вулик, вони змішують їх з воском та виділеннями внутрішніх залоз. Так утворюється прополіс. Саме він є причиною того, що різні мікроорганізми у вуликах майже не зустрічаються. Цю властивість помітили давно – ще в Древньому Єгипті прополіс використовувався при виготовленні ліків.

Прополіс – найсильніший природний антибіотик. Він знищує понад 100 видів бактерій, грибків і вірусів (а серед них збудників туберкульозу, сифілісу, дифтерії, грипу та ін.). Якщо до синтетичних антибіотиків мікроби рано чи пізно звикають, то звикнути до прополісу їм не вдається. Крім того, синтетичні антибіотики знищують не тільки шкідливу, а й корисну мікрофлору, що може викликати нові захворювання. Зате при лікуванні прополісом цього не спостерігається.

Прополіс – надзвичайно сильний знеболювач. За силою дії він перевищує новокаїн у 5 разів. Він містить до 30% фенольних сполук, які запобігають старінню, онкологічним захворюванням. Прополіс ефективний при лікуванні аденоми простати, геморою, простатиту та багатьох інших хвороб.

II. Його Величність Мед. (Інтерв'ю наших дослідників.)



Відомі цілителі та лікарі визнавали мед лікарським препаратом від багатьох хвороб. Напоєм молодості називав його Піфагор, а Авіценна казав, що мед - це ліки від 100 хвороб.

Тисячоліттями мед використовує людина і в їжу, і як лікувальний засіб. У наш час наука довела, що мед по праву вважається королем біологічно активних продуктів.

Мед - це єврейське слово, яке можна дослівно перекласти як чари чи щось, наділене магічними властивостями. Спочатку мед використовували лише в кулінарії як підсолоджувач, поки не відкрили його лікувальних властивостей, тому він входить у більшість засобів медикаментозного лікування.

Найбільше у світі меду отримують у Китаї. Причому найпопулярніший китайський мед - гречаний.

Найдорожчий мед у світі родом із Ізраїлю. Виходець із Радянського Союзу, який виїхав пізніше на свою історичну батьківщину, Олександр Горошит здогадався годувати медоносних бджіл екстрактом сибірського женьшеню. Результати перевершили всі очікування.

КОЖЕН СОРТ ХОРОШИЙ ПО-СВОЄМУ

- Незважаючи на те, що будь-який мед має цілющі властивості, в кожного різновиду меду є свої особливості. Враховуючи їх, можна підвищити ефективність медової терапії в кілька разів.

- **Чому мед називають, наприклад, липовий, акацієвий, гречаний, адже бджола могла збирати нектар із безлічі різних квітів?**

- Мед вважають зібраним з однієї рослини, коли відсоток вмісту нектару цієї рослини в меду становить понад 60. Якщо бджоли збирали нектар із безлічі

різних квітів, то такому меду дається назва «квітковий».

- У яких районах збирають найчистіший мед? Правда, що бджоли не живуть там, де погана екологія?

- Мед - унікальний продукт, і він завжди чистий, якщо його зібрано з культур рослин, які не піддавалися хімічній обробці. При цьому місцевість збору значення не має, оскільки нектар, зібраний із квіток, бджола пропускає через себе, перетворюючи його в мед. Якби екологія була критичною, бджола б не вижила.

«ТРАВНЕВИЙ»

- Розкажіть про травневий мед. Його чомусь у народі вважають найкориснішим.

- Травневий мед має цінні лікувальні якості, його рекомендують приймати як протизапальний і болезаспокійливий засіб, а також для лікування внутрішніх крововиливів. Травневий мед добре діє за головного болю, гарячкового стану й перевтоми. У разі зовнішнього застосування травневий мед корисний для зміцнення волосся та догляду за шкірою голови.

- Але мед із квіток акації теж вважають корисним за деяких захворювань...

- Безумовно, цей сорт меду використовують як зміцнювальний і протизапальний засіб у разі захворювань горла. Крім того, він має послаблювальну дію. Акацієвий мед - чудовий зміцнювальний засіб, він корисний у разі безсоння та нервових хвороб, а також шлунково-кишкових захворювань.

- Кажуть, що той, хто одного разу спробував чистий липовий мед, ніколи його із жодним іншим не переплутає.

- Липовий мед має виражений та приємний аромат квітучої липи й специфічний смак, який легко розпізнати навіть у суміші з іншим медом. Колір меду білий, іноді абсолютно прозорий, нерідко світло-бурштиновий, рідше жовтуватий чи зеленуватий. Липовий мед має відхаркувальну, протизапальну, жарознижувальну та потогінну дію. Його застосовують для лікування застудних захворювань (ангіни, ларингіту, риніту, бронхіту, трахеїту). Використовують як засіб, що зміцнює серце, а також у лікуванні запалення травного тракту, за хвороб нирок і жовчного міхура, застосовують для загоєння гнійних ран та опіків.

ДЖЕРЕЛО МІКРОЕЛЕМЕНТІВ

- Гречаний мед теж із жодним іншим не переплутати.

- Гречаний мед має темно-коричневий колір, швидко кристалізується. Цей мед вирізняється дуже високим вмістом білка й заліза. Крім того, в його складі можна виявити широку гаму мікроелементів і вітамінів. Тому гречаний мед рекомендують у разі авітамінозів, а також для лікування внутрішніх крововиливів і для поліпшення проникності капілярів. Також цей мед корисний гіпертонікам, бо знижує тиск. Крім того, гречаний мед підвищує гемоглобін, допомагає роботі нирок і шлунка.

- А чому соняшниковий мед не так високо цінують, як інші сорти?

- Його ціна на ринку завжди нижча за інші. Насправді це дуже цінний сорт.

Адже цей мед має одну унікальну та чудову властивість: він виводить з організму шлаки. А ще цей сорт меду корисний для тих, хто страждає від порушень роботи щитоподібної залози. Соняшниковий мед має потужні бактерицидні властивості, й у ньому багато вітаміну А. У народній медицині використовують за хвороб застудного характеру, грипу та катару верхніх дихальних шляхів, також його вживають у разі захворювань печінки, шлунково-кишкових кольок, невралгії, захворювань серця та атеросклерозу.

КРОВ РОЗРІДЖУЄ Й ЗАПАЛЕННЯ ЗНИМАЄ

Розкажіть про мед із буркуну. Чим він корисний?

- Він належить до кращих сортів меду, має білий чи світло-бурштиновий колір, вирізняється ніжним смаком та ароматом із відтінком ванілі. Застосовується як сечогінний, відхаркувальний, болезаспокійливий та антибактеріальний засіб. Мед із буркуну розріджує кров, посилює кровообіг, знімає запалення внутрішніх органів.

- Якось на ринку бачила в продажу ріпаковий мед. Які в нього відмінні властивості?

- Ріпаковий мед корисний за легеневих захворювань, бронхітів, астми, захворювань серця й судин, не спричиняє алергійних реакцій, легко перетравлюється шлунком і рекомендований у разі виразкової хвороби шлунка та дванадцятипалої кишки. Ріпаковий мед має слабкий аромат і засолодкий смак, може мати колір від білого до яскраво-жовтого, він густий, швидко кристалізується. Цей мед погано розчиняється у воді й під час тривалого зберігання швидко закисає.

- А чим корисні рідкісні сорти меду - розмариновий і коріандровий?

- Розмариновий мед чинить цілющу дію на печінку й одночасно стимулює та тонізує весь організм. Розмариновий мед особливо рекомендують хворим на астму, за звичайного та спазматичного кашлю, а також за нервозності й дратівливості. Мед із коріандру застосовують у разі захворювань травного тракту, печінки жовчовивідних проток, паразитах, а також як засіб ароматичний та який поліпшує апетит.

III. Медовий масаж.



Медовий масаж і його дивовижні властивості — найприємніша процедура

Про корисні властивості медового масажу відомо здавна. Ця общеоздоровительная процедура має безліч переваг в порівнянні з класичним масажем, так як мед дуже швидко вбирається в шкіру, і все його біологічно активні компоненти швидко потрапляють у кров і включаються в обмін речовин. Як відомо, мед містить велику кількість мікроелементів і вітамінів, необхідних для здоров'я людини, і організм не витрачає енергію на їх

засвоєння, оскільки раніше вони вже були перероблені ферментами бджіл і готові до засвоєння.

Ось лише деякі достоїнства медового масажу:

- ✓ розблокує і стимулює функцію лімфатичної системи;
- ✓ покращує терморегуляцію шкіри;
- ✓ позитивно впливає на нервову систему;
- ✓ знімає запалення і сприяє релаксації;
- ✓ покращує кровообіг.

Медовий масаж спини і живота допомагає зняти напругу і вивести токсини з організму. Медовий масаж збільшує дихання через шкіру і покращує кровотік. Мед глибоко проникає в поверхневі тканини тіла, вбирає в себе всі накопичені там шлаки, внаслідок чого через 15-20 хвилин медового масажу прозорий мед, нанесений на тіло, набуває темний, іноді сіруватий, відтінок. В результаті медового масажу підвищується еластичність і тургор шкіри, руйнуються підшкірні жирові відкладення.

Антицелюлітний медовий масаж

Медовий масаж — одне з кращих і найбільш ефективних засобів боротьби з целюлітом. Він надає дивовижне омолоджуючу лікування, стимулює обмінні процеси в тканинах, сприяє очищенню організму від токсинів, тонізує м'язи і коригує фігуру, усуваючи підшкірні жирові відкладення.

Нанесіть на проблемну зону тонкий шар меду (вам буде потрібно 2 чайні ложки меду для зони стегон і сідниць). Легкими рухами долонь (руки повинні бути сухими) натиснете на поверхню шкіри.

Спочатку руху повинні бути легкими, коли шкіра прилипає до долонь, можуть з'явитися хворобливі відчуття. Справа в тому, що ваші рухи створюють своєрідний «вакуумний ефект», який якраз і допомагає зруйнувати жирові відкладення під шкірою. Продовжуйте масаж, не звертаючи уваги на дискомфорт і можливі неприємні відчуття. В остаточному підсумку мед повинен залишитися на руках і придбати сірий відтінок або білуватий відтінок (такий відтінок дають витягнуті зі шкіри шлаки і солі). Після масажу шкіра червоніє, виникає легке печіння. Крім того, не виключена поява невеликих синців, які скоро зникнуть. Тривалість медового масажу — 5-10 хвилин. Після закінчення масажу змийте залишки меду теплою водою без мила і нанесіть на шкіру зволожуючий крем або антицелюлітний крем.

Повторюйте масаж через день протягом 1 місяця (для досягнення бажаного ефекту потрібно 15 процедур). Перші результати помітні вже після другої процедури.

Медовий масаж протипоказаний жінкам, у яких є алергія на мед, а також майбутнім матерям. Крім того, медовий масаж не рекомендований при варикозному розширенні вен на проблемних ділянках.

IV. Лабораторна робота «Визначення якості меду»



Щоб визначити, чи хороший мед, можна провести кілька простих дій, використовуючи такі методи:

1. Органолептичний метод

Органолептичний аналіз проб.

✓ Визначення кольору

Хід аналізу: колір меду визначити візуально при денному освітленні з використанням шкали Градера.

✓ Визначення консистенції меду (зрілість).

Хід аналізу: занурити шпатель в пробу з медом. Вийняти шпатель з меду і оцінити характер стікання меду:

- рідкий — на шпателі мед, який стікає дрібними, частими краплями;
- в'язкий — на шпателі мед, що стікає крупними, рідкими, витягнутими краплями;
- дуже в'язкий — на шпателі мед, який, стікаючи, утворює довгі тяжі;
- щільна консистенція — шпатель занурюється в мед під тиском.

(Опустіть ложку в мед, потім підніміть її над медом і, повернувши боком, наvertsаються струмінь меду на ложку. Хороший мед досить довго наvertsається безперервною стрічкою. Поганий мед цією властивістю не володіє.

Тепер знову опустіть ложку в мед і підійміть її. Мед повинен стікати у вигляді безперервної стрічки, утворюючи гірку на поверхні. Якщо при цьому утворюються всередині бульбашки повітря — це нормально.)

✓ Визначення запаху (аромату)

Хід аналізу: в хімічний скляний стакан помістити 10-20г меду; закрити щільною кришкою; поставити на водяну лазню (45-50°C) на 10хв; зняти кришку і відразу ж визначити запах меду.

✓ Визначення смаку меду

Хід аналізу: пробу меду (30гр) нагріти на водяній лазні до 30°C; спробувати мед на смак. Визначити смак меду, відзначити смакові дефекти.

2. Фізико-хімічні методи

Тест на натуральність меду. Виявлення якості меду проводиться за допомогою хімічного олівця.

Хід аналізу: в пробу досліджуваного меду опустити заточений кінець хімічного олівця на 15-20 секунд; провести олівцем по стрічці фільтрувального паперу; спостерігаємо 5-10 секунд.

Якщо в мед цукор не додавали, то лінія на папері буде чорного кольору, як від простого олівця, і з нею під час експерименту нічого не станеться. Якщо в мед

додавали цукор, то лінія буде фіолетово - чорнильного кольору та розливається широкою смужкою. Це пояснюється тим, цукор неможливо розчинити у меді, через це його спочатку розчиняють у воді, а потім змішують з медом. Хімічний олівець реагує на воду.

✓ **Визначення механічних домішок**

Хід аналізу: помістити в пробірку 20г меду і додати 20 мл дистильованої води; добре перемішати.

При відсутності домішок розчин меду прозорий і не містить зважених і осілих на дно сторонніх частинок.

✓ **Визначення крохмалю (муки)**

Хід аналізу: помістити в пробірку близько 10г меду і додати 20 мл дистильованої води; підігріти розчин до 20°C; додати 4 краплі розчину йоду.

Слідкуємо за появою синього забарвлення

✓ **Виявлення домішок крейди в меді**

Хід аналізу: 20 г меду розвести в дистильованій воді; додати декілька крапель хлоридної кислоти (HCl). Слідкуємо за виділенням бульбашок вуглекислого газу, про що свідчить наявність крейди в досліджуваному зразку.

✓ **Визначення домішок желатину чи клею**

Хід аналізу: приготувати лужний розчин меду (1:2); нагріти розчин до кипіння; змоченим водою лакмусовим папірцем визначити реакцію парів. Спостерігаємо за зміною кольору універсального індикаторного папірця. При наявності желатину(клею) при кипінні виділяється амоніак, який викликає почервоніння індикаторного папірця.

✓ **Виявлення в меді цукрової патоки.**

Хід аналізу: 2г меду розчинити у 10 мл дистильованій воді; додала 2-3 каплі аргентум нітрату. Спостерігаю за утворенням білого сирнистого осаду, який вказує на наявність в меді цукрової патоки.

✓ **Визначення ознак бродіння чи підвищеної кислотності меду**

Хід аналізу: до 2мл 10%-вого розчину меду додати 5 крапель 1%-вого спиртового розчину фенолфталеїну і 0,5 мл 0,1%-вого їдкого натрію. Спостерігаємо за зникненням малинового забарвлення, що говорить про підвищену кислотність меду і про наявність ознак бродіння.

V. Рецепти народної медицини.

При сильній сінній гарячці народна медицина радить:

1. За 3 місяці до ймовірного початку захворювання вживати по 1 ст. ложці меду після кожного споживання їжі.
2. За 2 тижні до очікуваного початку захворювання вживати суміш із 2 ч. ложок меду і 2 ч. ложок яблучного оцту на 0,5-1 склянку води до сніданку і на ніч. Вживати, поки не зникнуть симптоми захворювання.
3. За потреби жуйте забрус якомога частіше протягом дня, щоб не було нежитю.

Цей продукт не викликає алергії. Жування забрусу поліпшує секреторну і моторну діяльність шлунка, обмін речовин, кровообіг, підвищує фізичну працездатність, зміцнює ясна.

Для того, щоб у дітей не було хронічного нежиття, сінної гарячки, від осені до весни їм слід жувати забрус. Якщо забрус стане сухуватим (з нього витече мед), можна додати до нього рідкого меду.

Лікарі радять жувати по 1 столовій ложці забрусу протягом 5-10 хв. 4 рази на день. Передозування не спричиняє негативних наслідків, як і випадкове проковтування — забрус легко перетравлюється і корисний для слизової оболонки шлунка.

Ішемічна хвороба серця, міокардія, порок серця

Приймати пилок по 0,5-1 ч. л. 2-3 рази на день за 30 хв. до їди. Дуже корисна також суміш пилку з медом (на 1 ч. л. пилку - 0,5 ч. л. меду). Приймати її перед їдою по 1 ст. л. (тримати в роті до розчинення) 2-3 рази на день.

Поєднувати лікування з прийомом прописаних від цих хвороб настоїв трав.

Виразка шлунка і 12-палої кишки, гастрит з підвищеною кислотністю

Змішати квітковий пилок у співвідношенні 1:1, розвести десертну ложку суміші в 50 г кип'яченої води і настоювати 2-3 год. Приймати настій теплим (це сприяє зниженню підвищеної кислотності) по 1 десертній ложці 3-4 рази на день. Курс лікування - 3-4 тижні. Результат буде кращим, якщо приймати додатково настої з лікувальних трав, які показані при виразковій хворобі і гастриті з підвищеною кислотністю.

...зі зниженою кислотністю

Змішати квітковий пилок з медом у співвідношенні 1:1 і розвести 1 десертну ложку суміші в 50 г теплої кип'яченої води, настоювати 2-3 год. Пити цей розчин холодним, що сприяє виділенню шлункового соку і підвищенню кислотності, 3 рази на день перед їдою. Курс лікування - 1 місяць. Після 10-денної перерви курс повторити. Можна підсилити результативність лікування прийманням настоїв трав, які показані при гастритах зі зниженою кислотністю.

Цукровий діабет

0,5 ч. ложки квіткового пилку приймати 3 рази на день за 15-20 хв. до їди. Найкраще - потримати в роті до повного розчинення. Через 20 хв. після вживання випити відвар із суміші таких трав: кульбаба, корені - 35 г; чорниця звичайна, листя - 35 г; кропива дводомна, листя - 30 г. Збір подрібнити, перемішати, 2-3 ст. л. цієї суміші залити 0,5 л окропу, настояти 2-3 год., пити по 0,5 склянки через 20 хв. після прийому квіткового пилку і за 30 хв. до їди.

Хронічні захворювання нирок

Змішати квітковий пилок з медом у співвідношенні 1:1. Приймати по 1 ч. ложці 3 рази на день, розсмоктуючи в роті. Курс - 1,5 місяця, після 2-тижневої перерви курс лікування повторити. Дуже добре одночасно пити збори з лікувальних трав, показаних при цих хворобах.

Струс мозку, порушення мозкової діяльності

Приймати пилок по 0,5 ч. л. 3 рази на день перед їдою і пити настоянку глodu по 1 ч. л. 3 рази на день.

Захворювання органів дихання

Розмoктувати в роті по 0,5 ч. л. пилку, змішаного з 0,5 ч. л. меду, 3 рази на день до їди. Одночасно (але тільки через 30 хв. після прийому суміші) пити відвар мати-й-мачухи, липового цвіту, коренів алтеї. Трави взяти в рівних пропорціях, подрібнити і перемішати. 3 ст. л. суміші залити 1,5 л окропу і настояти 3 год., приймати настій бажано теплим по 0,5 скл. перед їдою.

Коліт, хронічні закрепи, проноси

В емальовану посудину залити 800 мл холодної кип'яченої води, розчинити в ній 180 г натурального меду і, постійно помішуючи, додати 50 г квіtkового пилку. Отриману суміш витримати кілька днів (до появи ознак бродіння) при кімнатній температурі.

Вживати по 1/2-2/3 склянки суміші тричі на день перед їдою протягом 1—1,5 місяця. Можна вживати самий пилок - по чайній ложці тричі на день перед їдою протягом 1—1,5 місяця.

Гіпертонія

Квіtkовий пилок і натуральний мед, взяті у співвідношенні 1:1 або 1:2, добре змішати і вживати по десертній ложці, розмoктуючи в роті, за півгодини до їди тричі на день протягом 1,5-2 місяців.

Хронічний гастрит, дуоденіт, холецистит, спастичний коліт, функціональні порушення серцево-судинної і вегетативної нервової системи

Вживати по 10 г пилку за 20—30 хв. до їди 3 рази на день протягом 20 днів.

Захворювання печінки

Чайну ложку квіtkового пилку змішати зі столовою ложкою меду і вживати після їди в обід. Тривалість лікування — 1—1,5 місяця.

ОДЕСЬКА
МІЖНАРОДНА

АКАДЕМІЯ
(Ідентифікаційний код 42400178)