

Το μέλι σαν... φάρμακο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Το μέλι αποτελεί εδώ και χιλιετίες ένα σπουδαίο φάρμακο της φύσης και οι κυψέλες είναι ένα από τα πλέον θαυματουργά φαρμακευτικά εργαστήρια.

Από την αρχαιότητα οι Αιγύπτιοι, οι Σουμέριοι, οι Βαβυλώνιοι, οι Σύριοι και οι Χετταίοι είχαν εντάξει το μέλι στη διατροφή τους ως θεραπευτικό μέσο. Ο Ιπποκράτης αναφέρει ότι οι άνθρωποι που τρώνε μέλι αποκτούν πιο ζωηρό χρώμα, ενώ ο Πυθαγόρας διαπίστωσε ότι το μέλι εξαφανίζει τη σωματική κόπωση. Ο Δημόκριτος, ο οποίος έζησε μέχρι τα βαθιά γεράματα, απέδωσε τη μακροβιότητά του στο μέλι λέγοντας ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άνθρωποι που το τρώνε διατηρούν το νεανικό σφρίγος τους.

Τόσο οι αρχαίοι Έλληνες όσο και οι Ρωμαίοι βουτούσαν το μέλι σε ζωικό λίπος για να φτιάξουν φάρμακο για τη θεραπεία μολυσμένων πληγών. Αλλωστε, τόσο ο Αριστοτέλης όσο και ο Διοσκουρίδης το θεωρούσαν εξαιρετικό φάρμακο για τον σκοπό αυτό.

Στον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο, τέλος, το μέλι χρησιμοποιήθηκε ευρύτατα από τους τραυματίες του ρώσικου στρατού για την επούλωση των πληγών τους.

Με το πέρασμα των ετών και την πρόοδο της επιστημονικής έρευνας επιβεβαιώθηκε ότι το μέλι έχει σημαντικές θεραπευτικές ιδιότητες.

Αν και σε καμία περίπτωση τα προϊόντα της μέλισσας δεν είναι φάρμακα, ούτε

μπορούν να τα υποκαταστήσουν, έχουν τη δυνατότητα να δράσουν συμπληρωματικά βοηθώντας τον οργανισμό να καταπολεμήσει την ασθένεια που τον ταλαιπωρεί.

ΑΝΤΙΜΙΚΡΟΒΙΑΚΟ

Αρχικά, το μέλι έχει σημαντική αντιμικροβιακή δράση. Η ιδιότητά του αυτή έχει καταγραφεί σε αρκετές επιστημονικές μελέτες και αποδίδεται στην υψηλή οσμωτικότητα, το χαμηλό pH και την περιεκτικότητά του σε υπεροξείδιο του υδρογόνου και άλλες ενώσεις. Το μέλι δεν είναι βιομηχανικό προϊόν και ως εκ τούτου η χημική σύστασή του διαφέρει ανάλογα με την πηγή από την οποία προέρχεται. Επιπλέον, επηρεάζεται από τις συνθήκες συλλογής του, την κατάσταση του μελισσιού και άλλους περιβαλλοντικούς παράγοντες.

Τα παραπάνω σημαίνουν ότι δεν είναι όλα τα μέλια ίδια σε ό,τι αφορά την αντιμικροβιακή τους δράση. Αυτά που έχουν χαμηλές συγκεντρώσεις σε φαινολικά συστατικά καθυστερούν περισσότερο την ανάπτυξη των μικροβίων, ενώ όσο αυξάνεται η συγκέντρωση των συστατικών αυτών τα μικρόβια θανατώνονται. Πρέπει να επισημανθεί επίσης ότι, λόγω της χαμηλής του περιεκτικότητας σε νερό, το μέλι αναστέλλει την ανάπτυξη βακτηρίων και μυκήτων. Όταν τοποθετείται σε πληγές βοηθά τον μολυσμένο ιστό να αφυδατωθεί αποτρέποντας την ανάπτυξη μολυσματικών παραγόντων.

ΕΠΟΥΛΩΤΙΚΗ - ΑΝΑΠΛΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ - ΔΕΡΜΑΤΙΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ

Όπως προαναφέρθηκε, η αναλγητική, επουλωτική και αντιφλεγμονώδης δράση του μελιού ήταν γνωστή στους αρχαίους, οι οποίοι το χρησιμοποιούσαν για να θεραπεύσουν κάθε είδους τραύμα είτε από ασθένεια είτε από τραυματισμό. Από τη δεκαετία του 1930 έχουν παρουσιαστεί έρευνες οι οποίες δείχνουν ότι η επάλειψη μελιού ήταν επιτυχής σε ασθενείς που έπασχαν, μεταξύ άλλων, από αποστήματα, πληγές κατάκλισης, έλκη, φλύκταινες, λέπρα κ.λπ. Τα τελευταία χρόνια, το μέλι «manuka» («ιατρικό» μέλι), το οποίο προέρχεται από το φυτό *Scorarium leptospermum*, χρησιμοποιείται σε χειρουργικές γάζες για την επούλωση πληγών από πλαστικές επεμβάσεις.

ΑΝΤΙΦΛΕΓΜΟΝΩΔΕΣ

Η φλεγμονή αποτελεί φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού σε κάθε πληγή. Αν, ωστόσο, είναι εκτεταμένη ή παραμένει για μεγάλο χρονικό διάστημα μπορεί να προκαλέσει σοβαρές επιπλοκές στην υγεία. Το μέλι καταπολεμά τις φλεγμονές χωρίς να προκαλεί παρενέργειες στον οργανισμό. Η αντιφλεγμονώδης δράση του έχει αποδειχθεί με βιοχημικές αναλύσεις, έρευνες σε πειραματόζωα και κλινικές

έρευνες. Με την επάλειψη των πληγών με μέλι παρατηρείται υποχώρηση της φλεγμονής, υποχώρηση του οιδήματος γύρω από την πληγή και μεγάλη ελάττωση του πόνου.

ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΟ

Το επιστημονικό ενδιαφέρον επικεντρώνεται, τα τελευταία χρόνια, στην επίδραση που έχουν στον οργανισμό οι ελεύθερες ρίζες. Από την έρευνα έχει προκύψει ότι αυτές παίζουν ρόλο στην εκδήλωση σοβαρών ασθενειών όπως ο καρκίνος, οι καρδιοπάθειες, η αρθρίτιδα και άλλες. Ο ανθρώπινος οργανισμός έχει σύστημα άμυνας το οποίο αποτελείται από αντιοξειδωτικές ουσίες, ένζυμα και άλλες, που περιορίζουν ή εκμηδενίζουν τη δράση των ελεύθερων ριζών. Το μέλι περιέχει μεγάλο αριθμό συστατικών με ισχυρή αντιοξειδωτική δράση. Η ποσότητα και το είδος τους εξαρτάται από τη φυτική και γεωγραφική προέλευση του μελιού. Σε γενικές γραμμές, πάντως, τα μέλια με πιο σκούρο χρώμα περιέχουν μεγαλύτερες ποσότητες αντιοξειδωτικών ουσιών.

Πηγή: ethnos.gr