

# Mleczko pszczele - na żołądek i dwunastnicę, dawkowanie, cena

Apiterapia to nauka zajmująca się leczeniem ludzi za pomocą produktów pszczelarskich, do których należą miód, mleczko pszczele, pyłek kwiatowy oraz kit pszczeli. Mleczko pszczele jest produktem o wysokiej wartości odżywczej dla organizmu, ze względu na dużą zawartość aminokwasów egzogennych, składników mineralnych, witamin oraz enzymów, które są dobrze przyswajane przez tkanki. Omawiany produkt pszczeli ma właściwości odnawiające i regenerujące tkanki m.in. błony śluzowej żołądka i dwunastnicy.

## Mleczko pszczele

Mleczko pszczele powstaje w gruczołach młodych pszczół i jest wykorzystywane jako pokarm dla larw pszczół i trutni przez pierwsze 3 dni ich życia oraz jedzenie dla matek pszczelich w okresie życia larwalnego i składania przez nie jajeczek. Mleczko ma barwę od jasno do ciemno żółtej i dosyć zróżnicowany skład biochemiczny, który w dużej mierze zależy od pory roku, urodzaju oraz gatunku pszczół. W smaku mleczko jest kwaskowe i dosyć cierpkie, odmiennie w stosunku do słodkiego miodu, z którym mleczko warto łączyć. Przeciętnie skład mleczka pszczelego przedstawia się następująco:

<b>Składnik odżywczy</b>	<b>Zawartość składnika w mleczku</b>
Energia	135 kcal
Białko	13,5 g
Węglowodany	12 g
Tłuszcz	3,7 g
Substancje organiczne	3 g
Składniki mineralne	1,2 g

Mleczko pszczele zawiera od 18 do 25 aminokwasów niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu, z czego aż 9 egzogennych, które powinniśmy dostarczyć organizmowi wraz z pożywieniem. Ponadto dostarcza rojazyiny, czyli substancje o działaniu przeciwdrobnoustrojowym. Substancje lipidowe zawarte w mleczku pszczelim to głównie kwasy tłuszczowe nasycone oraz nienasycone, fosfolipidy, sterole roślinne oraz woski, które podobnie jak aminokwasy, występują w stanie wolnym, dzięki czemu są znacznie łatwiej absorbowane przez organizm. Węglowodany zawarte w produkcie to w przeważającej mierze cukry proste: glukoza oraz fruktoza, które stanowią łatwe źródło energii. A jakie składniki mineralne znajdziemy w pszczelim produkcie? Z powodzeniem możemy szukać w nim potasu oraz cennej siarki, jak i cynku, żelaza, miedzi i manganu. Znajdziemy również kwasy organiczne, w których warto wyróżnić kwas mlekowy wspomagający pracę jelit oraz pirogronowy uczestniczący w procesie wytwarzania energii.

## Mleczko pszczele na żołądek i dwunastnicę

Mleczko pszczele wspomaga gojenie się ran, wspiera organizm w walce z nowotworami, wzmaga metabolizm organizmu oraz wzmacnia odporność. Wpływa korzystnie na

ośrodkowy układ nerwowy regulując czynności psychiczne oraz fizyczne człowieka. Dzięki temu odsuwa zmęczenie, poprawia nasz nastrój, wzmacnia koncentrację i polepsza ostrość wzroku.

Jaki korzystny wpływ wywiera mleczo pszczele na żołądek i dwunastnicę? **Z powodzeniem powinny stosować je osoby z nadżerkowym zapaleniem żołądka oraz wrzodami żołądka lub dwunastnicy.** W wymienionych schorzeniach dochodzi do nadtrawienia błony śluzowej żołądka, bądź pierwszej części jelita cienkiego, która staje się bardzo wrażliwa na napływający pokarm, co wywołuje uczucie bólu i pieczenia w klatce piersiowej. Dzieje się tak, gdyż po spożyciu posiłku w żołądku wydzielany jest kwas solny, niezbędny do strawienia produktów białkowych, jednak dodatkowo podrażnia on uwrażliwioną tkankę. Mleczo pszczele posiada stosunkowo wysokie pH (w żołądku panuje kwaśne pH), dzięki czemu neutralizuje kwas solny, który pogłębia problem związany z błoną śluzową żołądka. Reakcja zobojętnienia kwasu wpływa stymulująco na odbudowę i regenerację, przyspieszając tempo odnowy nadtrawionej tkanki żołądka lub dwunastnicy (wrzodów i nadżerek oraz gojenie się tkanek miękkich).

## Mleczo pszczele - dawkowanie

Mleczo świeże powinno być przetrzymywane w chłodniczych i zaciemnionych warunkach, ponieważ to gwarantuje maksymalne zachowanie jego wartości odżywczej. **Najkorzystniej dla zachowania drogocennych składników, smakowitości oraz dla wygodnego stosowania, warto przygotować mieszankę miodu z mleczkiem w proporcji: 2 g mlecza na 100 g miodu lub zakupić mleczo utrwalone alkoholem w formie kropli.** Jak zażywać powyższe preparaty? Zdecydowanie bardzo powoli, tak aby jak największy procent składników z mlecza mogło wchłonąć się do krwioobiegu przez błonę śluzową jamy ustnej. Świeże mleczo umieszczamy pod językiem, natomiast wymieszane z miodem lub w postaci kropli, staramy się dłużej przetrzymać w jamie ustnej. **Zalecana pora to czas przed śniadaniem lub ok. 20-30 min. przed posiłkiem.**

- **Mleczo z miodem:** zażyj 1-2 łyżeczki preparatu,
- **Mleczo pszczele świeże:** jeśli masz odpowiednie warunki do przetrzymywania świeżego mlecza, możesz skorzystać również z takiej wersji. Wówczas odmierzasz 100 mg mlecza i umieścisz go pod językiem.
- **Mleczo utrwalone alkoholem:** na łyżkę wody, dwa razy dziennie odmierzasz 15-20 kropli preparatu.

## Cena mlecza pszczelego

**Cena mlecza pszczelego uzależniona jest od wielkości opakowania. Za mniejsze o masie 25 g zapłacisz ok. 65-80 zł, natomiast za większe 100 g cena waha się w granicach 230-250 zł.** Warto ponadto zwrócić uwagę, czy produkt pochodzi z certyfikowanych upraw ekologicznych, gdyż wówczas jego koszt będzie wyższy.

Produkty pszczele charakteryzują się wysokim potencjałem prozdrowotnym. Pamiętaj, że wymagają one przechowywania w ściśle określonych warunkach: zaciemnionych oraz chłodniejszych. Jeśli zmagasz się ze schorzeniami żołądka lub dwunastnicy, warto wypróbować ten naturalny środek.

Literatura:

„Produkty pszczele w żywieniu i suplementacji diety”; Bogdan Kędzia, Elżbieta Hołderna-Kędzia; Borgis – Postępy Fitoterapii 4/2006, s. 213-222

Author: Martyna Jaros

Link do artykułu: <http://bonavita.pl/mleczko-pszczele-na-zoladek-i-dwunastnice-dawkowanie-cena>

