



- » Działa regenerująco i wzmacniająco w okresie rekonwalescencji, w spadku odporności, w stanach chronicznego zmęczenia.
- » Zapobiega anemii
- » Reguluje funkcje układu trawiennego (np. przy biegunkach).

PROPOLIS

Uzdrowiająca moc propolisu

Pszczoty przynoszą do ula żywice i olejki eteryczne z pąków drzew. Substancje te mieszają w ulu z woskiem, pyłkiem i śliną, tworząc pachnącą masę, zwaną propolisem (inaczej kit pszczeli).

Masa ta służy pszczołom do uszczelniania ula oraz zabezpiecza je przed chorobami.

Skład: złożony i dość skomplikowany. Zależy od pory zbioru oraz rodzaju rośliny, z której jest zbierany. Związki fenolowe stanowią największą grupę składników propolisu. Należą tu fenolokwasy, alkoholofenole, estry aromatyczne, aldehydofenole, ketofenole, estry aromatyczne i kumaryny.

W propolisie wyodrębniono dotąd ok. 300 substancji aktywnych. Są w nim biopierwiastki (m.in. wapń, mangan, miedź, cynk, kobalt, krzem, aluminium, chrom, tytan, ołów, nikiel, witaminy, m.in. B1, B2, B3, PP, E, H, kwasy organiczne, flawonoidy).



Barwa: różnorodna, brązowa, szara, brunatna, a nawet czarna, często z żółtymi i zielonymi wtrętami.



Główną właściwością propolisu, powszechnie stosowaną w praktyce lekarskiej, jest działanie bakteriobójcze i bakteriostatyczne. Stosowanie propolisu działa hamująco na rozwój drobnoustrojów i niszczy wiele z nich, w tym: prątek gruźlicy, wirusy, pierwotniaki (*Trichomonas*), grzyby (*trichophytosis*), kandydozę, wirusy powodujące grypę i zapalenie wątroby. Ponadto, propolis niszczy i usuwa obce komórki, a macierzystą mikroflorę organizmu gospodarza pozostawia całą i nienaruszoną.

Propolis szeroko oddziałuje na całe nasze ciało, na wszystkie jego narządy i układy.

1. Dlatego przy stosowaniu propolisu **mikroflora jelitowa** pozostaje nienaruszona, nie może być też mowy o dysbakteriozie, w przeciwieństwie do skutków, jakie powoduje działanie antybiotyków. Takie właściwości ma zarówno roztwór alkoholowy propolisu, jak i wodny.
2. Propolis **hamuje rozwój wirusów** (ospy, opryszczki, grypy grupy A, zapalenia wątroby typu B). Nie tylko hamuje ich wzrost, ale także jest w stanie zapobiec infekcji wirusowej w organizmie.
3. Zażywanie propolisu w połączeniu z antybiotykami (streptomycyna, tetracyklina) **wzmacnia działanie tych antybiotyków**, a w połączeniu z penicyliną i chloramfenikolem nie okazuje takiego działania.
4. Jednoczesne stosowanie antybiotyków i zażywanie propolisu jest właściwe, ponieważ propolis zarówno wzmacnia działanie antybiotyków, jak i **zachowuje właściwą mikroflorę organizmu w jelitach gospodarza**. Jest to dobra profilaktyka przy dysbakteriozie w przypadku ciężkiego zakażenia, kiedy zażycie antybiotyków jest konieczne.
5. Propolis wpływa nie tylko na mikroorganizmy, ale

równocześnie zwiększa fagocytozę, to znaczy proces usuwania ciał obcych z organizmu przez specjalne komórki - fagocyty, co przyczynia się do zmniejszenia zatrucia organizmu, już i tak chorego. Gdy



organizm jest chory i walczy o swoją „integralność”, może on nie zareagować natychmiast. Propolis pomaga organizmowi wyjść ze stresu spowodowanego infekcją i szybciej wydalić na zewnątrz ciała obce.

6. Propolis w połączeniu z działaniem antybiotyku ma **właściwości przeciwzapalne**, co uniemożliwia, ogranicza i hamuje rozwój zapalnej reakcji organizmu na wprowadzenie obcego czynnika.
7. Propolis wzmacnia odporność, zwiększa poziom gamma globulin w organizmie (zwiększa tak zwaną swoistą odporność na niektóre czynniki). Bardzo dobrze jest stosować go przy wirusowych infekcjach (opryszczka, grypa, zapalenie wątroby, zapalenie mózgu, itp.).
8. Wpływa na **wirusowe zapalenie wątroby typu B** - jest stosowany przy jego leczeniu i aby zmniejszyć powikłania po tej niebezpiecznej chorobie.
9. Ma **właściwości antytoksyczne**. Stosuje się go przy różnego typu zatruciach. Nawet dysbakterioza i wiele innych chorób może być porównanych z zatruciami. Każda infekcja jest intoksykacją dla organizmu. Propolis sprzyja uregulowaniu procesu krzepnięcia krwi, co ma szczególnie znaczenie przy leczeniu i profilaktyce powikłań po zawałach i wylewach, przy leczeniu żyłaków, ponieważ w tych stanach bardzo często ma się do czynienia ze zwiększoną krzepliwością krwi i może to



doprowadzić do wielu powikłań.

Propolis zmniejsza swędzenie przy łuszczycy i innych zmianach skórnych, łagodzi świąd i ból po ukąszeniach owadów, po oparzeniach oraz przy chorobach grzybiczych stóp.

10. Ma dermatoplastyczne działanie: stymuluje regenerację (gojenie się) prawidłowej tkanki, stymuluje jej samoodnawialność. Zapobiega powstawaniu rozległych blizn po różnych urazach, jak np.: rany, oparzenia, odmrożenia, szwy chirurgiczne. Pomaga w leczeniu trudno gojących się ran.
11. Sprzyja powstaniu normalnej przezroczystości soczewki ocznej przy zaćmie. Propolis przywraca elastyczność, wytrzymałość i elastyczność włókien tkanki łącznej, chrząstkowej i stawów. Jest to bardzo ważne dla sportowców, dla osób po urazach i osób starszych. Propolis ma unikalne właściwości przeciwnowotworowe i przeciwutleniające.

Maść propolisowa - robiona na gorąco
(podane przez prof. Jasińskiego)

Na 100 cm³ oliwy z oliwek - czubata łyżka stołowa suchego propolisu. Olej nalewamy do naczynia, które można grzać, podgrzewamy tak długo, aż pojawi się dymek nad olejem, w tym momencie dodajemy propolis (wytworzy się piana). Po upływie 40 sekund-1 min zdejmujemy z ognia i przelewamy przez gazę. Następnie studzimy w temp. pokojowej. Maść przechowywać w lodówce.

Maść na nagniotki (dr E. Kałużny)

Włożyć do emaliowanego kubka 50 g kitu pszczelego, 20 g wosku i sok z 1 cytryny, ucierając na ciepłej blasze tak długo, aż powstanie jednolita masa.

Stosować: Cienką warstwę maści na kawałku płótna przykładana się codziennie na nagniotek do czasu, aż zbieleje. Po wymoczeniu, można nagniotek wyjąć razem „z korzeniem”.

