

7. Nedostatek krevního barviva (hemoglobinu): doporučuje se *tmavý med, který obsahuje více železa, mědi a hořčíku. Dávat do mléka nebo čaje denně 2 ořechy, 2 mrkve a 2 lžice medu. Dobré výsledky při chudokrevnosti.*
8. Přecitlivěle nervy: *nejlépe lžici medu ráno na lačný žaludek a lžici medu večer před spaním.*
9. Pálení žáhy: *užívá se místo jedlé sody.*
10. Při zácpě: *před spaním kávovou lžičku medu – upravuje stolici.*
11. Při cukrovce: *neskodi užívat denně kávovou lžičku světlého medu při dodržování ostatní diety.*
12. Poruchy trávení – pllynatost: *med upravuje trávení a zamezuje vzniku bolesti.*
13. Při nadbytku tuku v lidském organizmu: *med obsahuje enzymy, které podporují trávení. Je tedy účinně prostředkem proti otýlosti.*
14. Těhotné ženy: *mají konzumovat alespoň 5 kg medu v průběhu těhotenství. Plod tak dostane látky, potřebné ke zdárnému vývoji.*
15. Novorozena a děti vůbec: *sladit mléko kvěťovým medem. obavy z přijmu jsou zbytečné! Děti jsou zdravější, klidné, bez potíží. Med je prospěšný pro děti v každém věku!*

Podrobnější rady a poznatky při používání včelích produktů k léčení najdete v knížce MUDr. Handl: „Včelí produkty ve výživě člověka a v lékařství“

Užívejte med pravidelně denně v malých dávkách – uchovejte si a upevníte svoje zdraví.

Pravidelně jíst med a nerozčilovat se – je důležité v předcházení nemocím.

Ve spotřebě medu máme co dohánět Nejen v Evropě.

Japonci se dožívají nejvyššího průměrného věku na světě – v Japonsku spotřebují nejvíce medu na hlavu!

Med je vzácně vyvážený přírodní produkt – je to velice cenná přírodní látka, která by neměla chybět v naší stravě.
Med je čistý přírodní produkt a účinný tradiční lidový lék.
Med odpovídá zdravé výživě a zvyšuje přirozenou odolnost lidského organismu.

Adresa včelaře – Vašeho dodavatele kvalitního medu:

Vydala firma METAPIS, Ing. Meta LENGAL, Sukova 6, 320 08 PLZEŇ



TAJEMSTVÍ MEDU

Určeno pro záznamky – spotřebitele medu

MÁTE RÁDI MED? ANO? – To je dobře!

Med je příjemná potravina, která vyjasňuje mysl a prodlužuje život (ASKEPIADES – starořecký lékař)
 V medu nám příroda dala jeden ze svých nejlepších a nejvzácnějších darů. (ZANDER)

KUPUJTE MED PŘÍMO OD VČELÁŘE!

Má to svoje výhody:

- med je lacinější, než stejný druh medu v obchodě
- je to náš – český kvalitní med
- zaručeně čerstvý – i když záruční doba medu je velmi dlouhá

Co je med?

MED je hodnotná potravina přírodního charakteru, která je vytvořena společenstvím včel ze sesbíraných sladkých šťáv rostlin – nektaru, nebo medovice na živých částech rostlin (stromů) a kterou včely přetvářejí, kombinují a obohacují svými specifickými látkami, ukládají a nechávají zrát v plástech *(podle Vyhl. Ministerstva zemědělství č. 334/97 Sb.)*.

Různé druhy *kvalitního* medu jsou prakticky stejně hodnotné. Liší se barvou, chutí, vůní apod. – ale vždy je to **MED** = hodnotná přírodní potravina a lidový lék.

Med prospívá dětem, sportovcům, dospělým i starým lidem – nemocným i zdravým.

Který med je kvalitnější – květový, nebo medovicový (lesní)?

KVĚTOVÝ MED je přírodní koncentrát nektaru z květů rostlin, v převážné většině z rostlin léčivých. Je snadno stravitelný díky vyššímu obsahu jednoduchých cukrů – glukózy a fruktózy. Obsahuje pylová zrna různých rostlin, které obohacují med o významné přírodní látky s povzbuzujícími účinky – rostlinné hormony, éterické oleje, aromatické látky apod. Květový med je velice ceněn v lidovém léčitelství.

MEDOVICOVÝ (lesní) MED jsou zpravidla tmavší, což způsobují rostlinná barviva, obsažená v mlže dřevin. V porovnání s květovými medy obsahují více fruktózy a dextrinů, ale hlavně větší množství minerálních látek a stopových prvků, prospívajících lidskému organizmu. Mají charakteristickou, velmi lahodnou vůni a chuť, pro které jsou tyto medy velice oblíbené, žádané a ceněné – zvláště v Evropě.

SMÍŠENÝ MED je směs určitého podílu medů nekarových – květových a medů medovicových – lesních. Proto obsahuje přírodní látky jak z nekarů např. léčivých rostlin, tak i cenné minerální látky a stopové prvky z lesních medů. Smíšený med má výhody květového i medovicového medu. Smíšený med je velice hodnotný, u nás značně rozšířen i oblíben. Mísí se různých druhů medů je přirozené již při zpracování včelami v úlu. Záměrným mísením různých druhů medů lze vhodně upravit chuť, vůni i barvu medu.

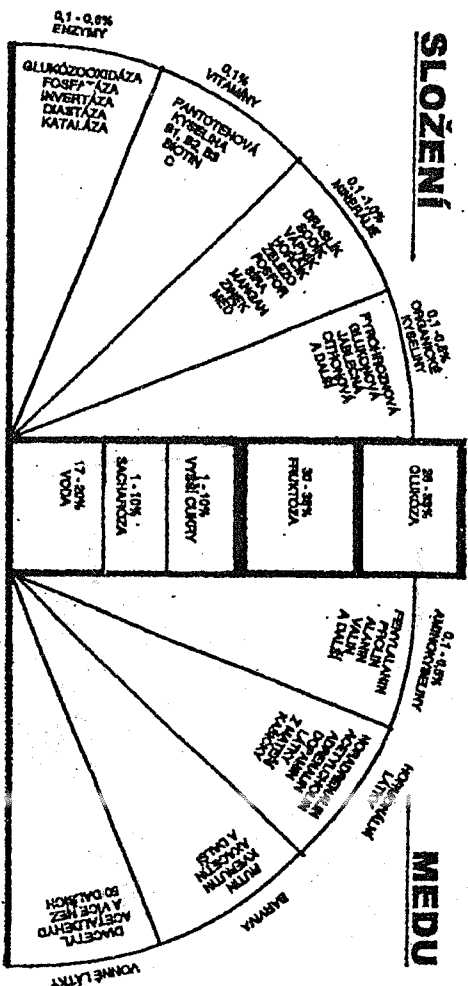
PASTOVÝ MED je přírodní, zpravidla květový, případně smíšený med, speciálně upravený do pastové konzistence řízenou krystalizací. Med je zpracován pouze mechanicky, bez zahřívání a bez jakýchkoli přísad. Proto je to plnohodnotný přírodní včelí med, který si uchovává všechny cenné látky a v průběhu času se již nemění – dále nekystalizuje. Má světlou – bělavou až nažloutlou barvu a výbornou, lahodnou chuť. Snadno se rozlíná ale neteče – proto je vhodný zvláště pro děti. Krémové medy jsou velice oblíbené v Severní Americe.

KRYSTALIZACE MEDU – znamená to nižší kvalitu, nebo její porušení? Určitě ne! Krystalizace je přirozená vlastnost všech medů, jen doba krystalizace je u různých medů různá. Zkrystalizovaný med si uchovává všechny cenné látky a vlastnosti.

Zkrystalizovaný med lze opět ztekutit zahříváním v otevřené sklenici ve vodní lázni teplé do 50 st. C. Pozor na dlouhodobější přehřátí medu nad 50 st. C, tím by se zničili některé hodnotné látky, jejichž ztráta by měla negativní vliv na kvalitu medu.

USKLADŇOVÁNÍ MEDU

Vysoký obsah cukrů v medu má samokonzervační účinky. I přesto je nutné dodržovat určitá pravidla skladování. Med skladujeme výhradně v uzavřeném obalu (sklo, keramika, nerez kov apod.) v suché, tmavé místnosti, při teplotě nejvýše 25 st. C a relativní vzdušné vlhkosti nejvýše 70 %. Med snadno přijímá cizí pachy i vzdušnou vlhkost. Negativně působí přímé sluneční paprsky.



MED V LIDOVÉM LÉČITELSTVÍ: (podle MUDr. Handla)

1. Při rekonvalescenci po různých nemocích. Boj s nemocí je námaha organizmu – potřebuje spoustu energie. Dávat do mléka.
2. Záněty horních cest dýchacích: med v teplém mléce nebo čaj s citronem proti infekci.
3. Žaludeční vředy vzniklé překyseleností žaludku – snižuje se krevci žaludečních šťáv na polovinu. Na lačný žaludek 1 lžička denně.
4. Nesprávnost před spaním kávovou šlečku medu. Večer v 17 hodin!
5. Onemocnění jater a žlučniku: usnadňuje léčení ovocnými cukry. Zánět žlučniku: pravidelným užíváním medu může dojít k uklidnění.
6. Žloutenka: denně med – případně mléka s ovocnými šťávami a vodou