

## ЛІКУВАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ МЕДУ РІЗНИХ РЕГІОНІВ УКРАЇНИ

**А. П. Китаєва,** доктор сільськогосподарських наук,  
професор

**К. О. Хамід,** асистент

Одеський державний аграрний університет

**З. Т. Семенова,** медична сестра

Одеська міська дитяча поліклініка №6

*Досліджено вплив лікувальних властивостей меду у харчуванні дітей. Встановлено позитивний вплив лікувальних властивостей меду у харчуванні дітей при повноцінному раціоні у віці від 3 до 16 років.*

**Ключові слова:** мед, діти, вікові групи, харчування, лікування

**Постановка проблеми.** Корисні властивості меду зумовлені біологічною природою меду і його складним хімічним складом. Мед має бактерицидні, лікувальні і дієтичні властивості. Має протизапальну і протиалергічну дію. Лікувальному ефекту меду сприяють склад цукрів, мінеральні речовини, мікроелементи, вітаміни, ферменти, біологічно активні речовини. Мед використовують як загальнозміцнюючий, тонізуючий, відновлюючий сили засіб. Його застосовують для лікування ран і опіків, при захворюваннях серцево-судинної системи, нирок, печінки, жовчних шляхів, шлунково-кишкового тракту [2].

Мед – концентрований високоживильний продукт. Основні поживні речовини меду – вуглеводи, білки, мінеральні речовини, вітаміни, ферменти та ін. При розщепленні глюкози і фруктози виділяється велика кількість енергії, необхідної для життєвих процесів організму. 100 г меду забезпечує 1/10 добової потреби дорослої людини в енергії; 1/25 – у міді та цинку, 1/15 – в калію, залізі, марганці, 1/4 – в кобальті; 1/25 – у вітаміні В (пантотенової кислоті) і, 1/5 – у вітаміні В6 і біотині. Поживність меду дуже висока і становить близько 1379 Дж на 100 г продукту. За поживністю він дорівнює пшеничному хлібу, баранині, яловичині в'яленої, телячої печінки, білої риби та ін. Поживна цінність 200 г меду дорівнює 450 г риб'ячого жиру, або 180 г вершкового масла, або 8 апельсинів, або 240 горіхового ядєрця, або 350 г подрібненого м'яса [1].

Мед – харчовий продукт багатий на вітаміни. Окремі види меду різняться між собою якісним і кількісним складом вітамінів. Зокрема, в 1 г меду, зібраного з нектару вересу, міститься 40 – 50 мкг вітаміну С, гречки – 40 – 120, м'яти – 1200 – 2500 мкг. Мед може мати незначні кількості кобаломену (вітаміну В12), фотієвої кислоти (В6), філохінонів (К), холіну та деяких інших вітамінів і вітаміноподібних речовин [4].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Близько 2500 років тому Гіппократ писав про те, що ідеальним для лікування хвороб є такі лікарські речовини, які володіють поживними властивостями, і такі продукти харчування, які діють як ліки. Саме ці якості має мед. В даний час точно не з'ясовано, чому мед володіє таким широким спектром фармакологічної активності. Якщо подивитися на список хвороб, при яких рекомендується мед, то він досить великий. У фармакології такі лікарські засоби називаються засобами неспецифічної терапії. Заміна цукру і крохмалю медом призводить до нормалізації ваги, і знижує концентрацію гормону лептину – маркера ожиріння. Нормалізація ваги досягається в результаті зниження споживання їжі, яке стимулює мед за рахунок нормалізації метаболізму [3].

Мед знижує концентрацію ЛНП і тим самим перешкоджає розвитку атеросклерозу. Цей ефект меду пов'язують з великою кількістю флавоноїдів – біологічно активних ароматичних сполук, які містяться в ньому. Більшість антибактеріальних та консервуючих ефектів меду пов'язано з його високою гіпертонічною і невеликим вмістом білка, що не дає можливість розмножуватися одноклітинним організмам. До складу меду входить фермент – глюкооксидаза, яка окисляє глюкозу і виробляє пероксид водню – природний протимікробний агент, також виробляється клітинами багатоклітинних організмів. Причому цей фермент тепло-і світлостійкий [5].

Мед має сильний протизапальний ефект, що благотворно позначається на його ранозагоюючих властивостях. Крім цього, він виступає в якості поживної речовини для клітин, що знаходяться в зоні ураження, що у свою чергу сприяє їх нормальному функціонуванню та швидкому відновленню. Низька рН меду ~ 4,5 перешкоджає активності бактеріальних протеаз. Мед в даний час успішно застосовують для стерелізації медичних інструментів, зокрема гемодіалітичних катетерів [6]. Мед має також і виражений протипухлинний ефект, особливо в тих випадках, коли можливий прямий контакт між пухлиною і медом (рак шлунка, стравоходу). Так,

наприклад в дослідженнях турецьких вчених було показано, що хірургічна імплантація асцитної пухлини з одночасною аплікацією меду привело до більш ніж 2-разового скорочення розвитку пухлини (30 з 30 – контроль, 8 з 30 – мед). Мед має виражений седативний і заспокійливий ефект, але його застосування в цій якості дуже обмежено з незрозумілих причин [3].

Проаналізувавши наукову літературу, з'ясували, що мед застосовується при дитячому нічному кашлі. Незважаючи на всі ці яскраво виражені фармакологічні ефекти меду, його застосування в науковій медицині не знайшло застосування. Правда, останнім часом зроблено деякі кроки в цьому напрямку. У західних країнах запатентовано медичний препарат меду – Medihoney, який складається з суміші медів, одержуваних з *Leptospermum spp.* (Росте в Австралії), чайного дерева і Манука (ростуть в Новій Зеландії) [5]. Тому подальші дослідження лікувальних властивостей меду є актуальними.

**Постановка завдання.** Мета роботи – встановити ефективність використання лікувальних властивостей меду у харчуванні дітей.

Дослідження проводили протягом червня – листопада 2015 року на базі даних дітей Одеської міської дитячої поліклініки №6 з дозволу батьків. Було сформовано 3 різновікові групи дітей. Відомо, що практично єдиним серйозним протипоказанням до використання меду й бджолиних продуктів є індивідуальна нетерпимість, що проявляється у вигляді алергій різного ступеня важкості – від легкої форми (кропивниця) до середньоважких і важких (набряк Квінке, анафілактичний шок). Тому, перед початком проведення дослідження використання меду у харчуванні дітей було проведено попереднє застосування в їжу 5 г меду для виявлення протипоказань. Мед, який використовувався у харчуванні дітей був зібраний у різних регіонах України. Мед поліфлорний, так як зібраний з таких медоносних рослин, як акація біла, липа, гречка посівна, буркун, соняшник, садові рослини та різнотрав'я. Перша проба – мед з Миколаївської області Березанського району с. Ново-Федорівка, друга проба – мед з Миколаївської області Березанського району с. Краснопілля, третя проба – мед з Вінницької області Тульчинського району с. Мазурівка.

**Виклад основного матеріалу досліджень.** Незалежно від віку дітей мед застосовувався як теплий напій з ромашки, шипшини, соком фруктів та овочей, чорним або зеленим чаєм. При лікуванні грипу, кашлі, гострих респіраторних

захворюваннях використовували як розчин теплого молока з медом (5:1). При використанні меду виявлено позитивний вплив на обмін речовин, посилення імунітету, нормалізування перистальтики кишечника, зниження збудливості нервової системи, дратівливості, тривожності (табл. 1).

Таблиця 1

**Використання лікувальних властивостей меду при харчуванні дітей різновікових груп**

Вік дітей, років	Прізвище та ім'я дитини	Доза меду, г	Спосіб застосування	Дія меду на стан дітей
1	2	3	4	5
3-6	1. Савельєв Іван 2. Хамід Арафат 3. Безпалько Софія 4. Колюжний Олександр 5. Рудницька Мар'яна	10	Найкраще мед застосовувався як теплий напій з ромашки, шипшини, соком фруктів та овочем, чорним або зеленим чаєм. При лікуванні грипу, кашлі, гострих респіраторних захворюваннях використовували як розчин теплого молока з медом (5:1)	Використання меду позитивно впливає на обмін речовин, підвищує гемоглобін, нормалізує перистальтику кишечника, поліпшує апетит, є ефективним засобом при запорах, знижує збудливість нервової системи, зменшує дратівливість, діє як загальнозміцнювальний та вітамінний засіб.

1	2	3	4	5
6-12	1. Зубенко Микола 2. Степанова Софія 3. Безпалько Ганна 4. Пелін Олександр 5. Табачук Каріна	20	Найкраще мед застосовувався як теплий напій з ромашки, шипшини, соком фруктів та овочем, чорним або зеленим чаєм. При лікуванні грипу, кашлі, гострих респіраторних захворюваннях використовували як розчин теплого молока з медом (5:1)	Використання меду позитивно впливає на обмін речовин, підвищує гемоглобін, нормалізує перистальтику кишечника, поліпшує апетит, є ефективним засобом при запорах, знижує збудливість нервової системи, зменшує дратівливість, діє як загальнозміцнювальний та вітамінний засіб.
12-16	1. Гадірзаде Сабріна 2. Козлов Федір 3. Іщук Олена 4. Фунтікова Ганна 5. Маришева Валерія	30	Найкраще мед застосовувався як теплий напій з ромашки, шипшини, соком фруктів та овочем, чорним або зеленим чаєм. При лікуванні грипу, кашлі, гострих респіраторних захворюваннях використовували як розчин теплого молока з медом (5:1)	Використання меду позитивно впливає на обмін речовин, підвищує гемоглобін, нормалізує перистальтику кишечника, поліпшує апетит, є ефективним засобом при запорах, знижує збудливість нервової системи, зменшує дратівливість, діє як загальнозміцнювальний та вітамінний засіб.

Виявлено позитивний вплив на організм дітей різного

віку при застосуванні меду у їх харчуванні, а саме поліпшує апетит, підвищує гемоглобін, є ефективним засобом при запорах, діє як загальнозміцнювальний та вітамінний засіб. При дослідженні лікувальних якостей меду слід бачити в ньому біологічну цінність (наявність необхідного співвідношення в продукті вітамінів, амінокислот, інших біологічно активних речовин), фізіологічну цінність (вплив на нервову, серцево-судинну, травну системи організму), енергетичну цінність (вміст в продуктах білків, жирів, вуглеводів та їх засвоюваність), нешкідливість (здатність продукту не мати шкідливого впливу на організм людини).

**Висновки.** Лікарські властивості меду - це сукупний ефект багатьох його складових фармакологічних властивостей, які позитивно впливають на організм як дорослої людини, так й дитини.

#### Список використаних джерел:

1. Болотов В. М. Модифіковані харчові барвники рослинної сировини: отримання, склад, властивості і області застосування : автореф. на дис. на здобуття наук. ступеня д. т. н. / В. М. Болотов – Воронеж, 2000. – 25 с.
2. Дорогоцінні продукти бджільництва. – Донецьк : БАО, 2006. – 192 с.
3. Кононко П. Ф. Амарант – перспективна культура ХХІ століття / П. Ф. Кононко, В. К. Гінс, М. С. Гінс. – М. : РУДН, 1999. – 120 с.
4. Проект – програма розвитку галузі бджільництва України на період 2016-2020 рр. – Національний науковий центр «Інститут бджільництва імені П. І. Прокоповича», спілка пасічників України. – Київ, 2014.
5. Diemer Bees and Beekeeping. / Diemer, Irmgard. London : Merehurst Press, 1988. - p. 10-12
6. Melzer Beekeeping: A Complete Owner's Guide. / Melzer, Werner Nauppage, NY: Barron's Educational Services, Inc. 1986. – p. 20-25

А. П. Китаева, К. А. Хамид, З. Т. Семёнова. **Лечебные свойства мёда разных регионов Украины.**

*Изучено влияние лекарственных свойств мёда в питании детей. Установлено позитивное влияние лечебных свойств мёда в питании детей при полноценном рационе в возрасте от 3 до 16 лет на обмен веществ. Усиливается иммунитет, нормализуется перистальтика кишечника, снижается возбудимость нервной системы, раздраженности, тревожности, улучшается аппетит, поднимается гемоглобин, является эффективным средством при запорах, действует как общеукрепляющее и витаминное средство.*

**Ключевые слова:** мёд, дети, возрастные группы, питание, лечение.

A. Kitaeva, K. Khamid, Z. Semenova. **Medicinal properties of honey from different regions of Ukraine.**

*Useful features of honey are due to biological nature of honey and its complex chemical composition. Honey has antibacterial, medicinal and dietary properties. Has anti-inflammatory and antiallergic action. The therapeutic effect of honey give the composition of sugars, mineral substances, trace elements, vitamins, enzymes, biologically active substances. Honey used as a tonic, a tonic and restorative power tool. In some studies, honey has been used in the treatment of tumors, wounds, burns, acute respiratory diseases, diseases of the cardiovascular system, kidneys, liver, biliary tract, gastrointestinal tract. At the moment not fully understood why honey has such a wide spectrum of pharmacological activity. Therefore, further investigation of the therapeutic properties of honey is relevant.*

*For the study used multi honey from different regions of Ukraine, collected from acacia, Linden, buckwheat, burkun, sunflower, garden plants and Raznotravie. Regardless of the age of the child, honey was used as a warm drink of chamomile, rosehip, fruit and vegetable juice, black or green tea. In the treatment of influenza, cough, acute respiratory diseases used as drinking warm milk with honey (5:1).*

*Established a positive influence of the therapeutic properties of honey in the diet of children with the full diet at the age from 3 to 16 years of age on metabolism. Children of all age group increases immunity, normalizes bowel movements, reduces the excitability of the nervous system, irritability, anxiety, improves appetite, increases hemoglobin, is an effective remedy for constipation, it acts as a tonic and vitamin remedy.*

**Key words:** honey, children, age group, diet, treatment