

عسل درمانی

زنبور عسل و فراورده‌های آن
عسل، گرده، ژله رویال و خواص آنها



ویرایش دوم

مرتضی علی آقایی

عضو گروه علوم دامی، تدریس و منابع طبیعی دانشگاه تهران

سید حسین میر نظامی ضیابری

استادیار نفید گروه علوم و مهندسی صنایع غذایی
پردیس کشاورزی منابع طبیعی دانشگاه تهران



آشتر

علی آقایی، مرتضی، ۱۳۳۲ -

عسل درمانی: زنبور عسل و فرآورده‌های آن (عسل، گرده، ژله رویال و خواص آنها) / مرتضی علی آقایی، سید حسین میرنظامی ضیابری. — تهران: آبیژ، ۱۳۸۴.
۲۰۴ ص.: مصور، نمودار.

ISBN: 964-8397-64-3

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.
کتابنامه: ص. ۳۰۱-۲۰۴؛ همچنین به صورت زیر نویس.

۱. عسل — مصارف درمانی. ۲. عسل غذایی. ۳. زنبور عسل. الف. میرنظامی ضیابری، حسین، ۱۳۳۰-
ب. عنوان. ج. عنوان: زنبور عسل و فرآورده‌های آن (عسل، گرده، ژله رویال و خواص آنها).
ع ۵ع ۶۶۶/ RM ۶۱۵/۳۲
کتابخانه ملی ایران ۱۹۶۶۲-۸۶م

کتاب	عسل درمانی
تألیف	مرتضی علی آقایی - سید حسین میرنظامی ضیابری
ناشر	آبیژ
تظ	وزیری
نوبت	ویرایش دوم - چاپ اول
تاریخ	زمستان ۱۳۸۴
تیراژ	۳۰۰۰
صفحات	۲۱۶
شابک	۹۶۴-۸۳۹۷-۶۴-۳

هرگونه استفاده از مطالب کتاب منوط به اجازه کتبی نشر آبیژ می‌باشد



آبیژ

مراکز پیش

کتاببران، خیابان شهید وحید نظری، بین خیابان فروردین و منیری جاوید (اردیبهشت)،

پلاک ۲۶۲ تلفن: ۵-۶۶۴۸۳۵۴۴-۶۶۴۰۱۷۲۵

نوبردازان، خیابان لبافی‌نژاد، بین اردیبهشت و فروردین، پلاک ۲۰۶،

تلفن: ۶۶۴۱۱۱۷۳-۶۶۴۹۴۴۰۹

پیشگفتار چاپ پنجم

ای بسا دردهای بی‌درمان	که به‌دست عسل شود درمان
راز هستی، به ما نمایان نیست	ورنه دردی بدون درمان نیست
گفت لقمان حکیم و دانشمند	ذره، ذره به هم بود پیوند
بد و خوب جهان پهناور	همه کامل کنند یکدیگر!
گرمی عالم از تضاد بود	عسل از نیش درد زاد بود
بارها به حکمتت نیازم	به حدیث و حکایتت نیازم

علیرغم تبلیغات وسیعی که همه روزه جهت شناسایی و معرفی انواع فرآورده‌های غذایی به طرق مختلف صورت می‌گیرد، عسل این ماده غذایی و حیاتی و داروی شفابخش (به تعبیر قرآن) جایگاه نسبتاً بالایی داشته ولی اثرات حیاتی آن هنوز به خوبی برای مردم شناخته نشده است.

البته مطالب زیادی در این مورد به‌طور پراکنده در بیشتر کتاب‌ها و نوشته‌ها به‌چشم می‌خورد که دسترسی علاقه‌مندان به آنها کم و یا مشکل می‌باشد. ۲۵ سال فعالیت تحقیقاتی در بخش زنبور عسل و همچنین مطالعه انواع کتب علمی، طبی و ... در همین رابطه موجب شد برداشت مختصری در مورد عسل، گرده و ژله رویال از فرآورده‌های زنبور عسل را که می‌تواند تا اندازه‌ای برای عموم سودمند بوده به‌صورت یک مجموعه واحد به خوانندگان عزیز و علاقه‌مندان ارائه گردد.

در این کتاب به چگونگی تولید، نگهداری، موارد استعمال و سایر خصوصیات فرآورده‌های فوق اشاره گردیده و هدف از نوشتن آن صرفاً به‌خاطر خدمت به هموعان خویش خصوصاً زنبورداران محترم کشورمان و همه کسانی که عسل در زمره غذاهای روزمره آنهاست بوده است و هیچ منظور دیگری نداشته‌ام. امید است که به‌یاری پروردگار مهربان بتوانم در این راه توفیقی به‌دست بیاورم.

این کتاب در هفت فصل به علاقه‌مندان تقدیم می‌گردد که عبارتند از: فصل اول عسل و زنبور عسل، فصل دوم خصوصیات کلی عسل و فرآیند آن، فصل سوم خواص درمانی عسل، فصل چهارم استفاده بهینه از مخلوط گیاه درمانی با عسل، فصل پنجم غنی‌سازی مواد غذایی با عسل، فصل ششم ژله رویال (عسل سلطنتی) و فصل هفتم گرده زنبور عسل.

لازم می‌دانم در این رابطه از زحمات و راهنمایی‌های بسیار ارزشمند آقایان دکتر احمد حیدری و دکتر شهرام خلیقی از اعضای هیئت علمی پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه تهران صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم.

از کلیه اساتید، مؤلفین، مترجمین و محققین محترمی که به منظور تکمیل این مجموعه مدارک، کتب و نتیجه‌ی تحقیقات آنها مورد استفاده قرار گرفته است خصوصاً دکتر محمد مرادی شهر بابک، دکتر علی نیکخواه، مهندس غلامعلی نهضتی، مهندس ابوالفضل زالی اعضای هیئت علمی دانشکده علوم زراعی و دامی پردیس کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه تهران بی‌نهایت سپاسگزاری می‌گردد.

از آقایان مهندس بهرام نجفی مدیریت محترم شرکت تعاونی زنبورداری فردوس کرج (سهامی خاص) و همچنین عباس جوانبخت عضو هیئت مدیره تعاونی زنبورداران کرج و حومه (ذوالفقار) که با ارائه نظرات و راهنمایی‌های لازم حقیر را رهین یاری خویش فرموده‌اند تشکر و سپاسگزاری می‌گردد.

به مصداق حدیث شریف (مَنْ لَمْ يَشْكُرِ الْمَخْلُوقَ لَمْ يَشْكُرِ الْخَالِقَ)؛ کسی که از مخلوق تشکر نکند از خالق تشکر نکرده است. وظیفه خود می‌دانم ضمن طلب آمرزش و مغفرت و ارج نهادن به مقام شامخ علمی زنده‌یاد دکتر سیدحسین میرنظامی ضیابری استادیار دانشگاه تهران که نقش بسزایی در تألیف، چاپ و نشر این اثر داشتند و با توجه به استقبال علاقه‌مندان، چهار نوبت آن را تجدید چاپ نمودند ولی به‌ناگاه شمع وجودشان خاموش شد و با توجه به اعلام آمادگی جناب آقای دکتر گهواره مدیریت محترم نشر آیژ در رابطه با چاپ پنجم کتاب، از آنجا که نیاز مبرم به ویرایش آن احساس می‌شد، نگارنده را بر آن داشت تا حدودی تغییرات در متن کتاب انجام داده و کاستی‌ها را با دستیابی به مطالب جدید جبران نماید که بحمدالله تا حدودی به این خواسته جامه عمل پوشانده شد. لذا جا دارد از آن ناشر محترم در رابطه با چاپ و نشر ویرایش دوم این کتاب و همچنین زحمات همکاران آقای مهران رجبعلی و سرکار خانم سپیده خداوردی در بخش حروفچینی و صفحه‌آرایی صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم.

در خاتمه باید اذغان نمایم که هیچ اثری ولو هر قدر فاضلانه و کامل باشد عاری از عیب و نقص نبوده و امکان لغزش و اشتباه وجود خواهد داشت. لذا از خوانندگان عزیز استدعا دارد کاستی‌های آن را گوشزد فرموده و همچون گذشته حقیر را رهین یاری خویش فرمایند.

مرتضی علی‌آقایی

تابستان ۱۳۸۴

آدرس: کرج - کدپستی ۳۱۵۸۷-۷۷۸۸۱

Email: morteza_AliAghaie@yahoo.com

به نام خدا

﴿ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ﴾

از هر علمی بهتریش را فراگیرید، همانا زنبور عسل از هر گلی زیباترینش را برمی‌گزیند. از او دو گوهر گرانبه‌تر تولید می‌شود؛ در یکی از آن دو (عسل) شفای درد مردم و در دیگری نور و روشنایی (موم) است.^۱

حضرت علی (ع)

مقدمه

عسل یک محصول غذایی مفید و یک اکسیر پُر ارزش است که از قرن‌ها پیش به عنوان عالی‌ترین و مقوی‌ترین غذاها شناخته شده و همچنین به واسطه ویژگی‌های شفا بخش خود به عنوان دارو در درمان اکثر بیماری‌ها در بین تمام ملل کاربرد داشته است.

ماده اصلی آن شهد گل‌ها و گیاهان معطر و شفا بخش است که توسط زنبوران عسل پس از مکیدن، تغلیظ و تغییر شکل دادن ساخته شده و به عنوان یک غذای خوشمزه و کامل در دسترس انسان قرار می‌گیرد.

عسل یکی از هدیه‌های ارزنده و پرازش طبیعت می‌باشد که در قرآن کریم از آن به عنوان «فیه شفاء للناس» (شفای مردم در آن است) یاد می‌کند و پیامبر گرامی اسلام (ص) و ائمه معصومین نیز در زمان حیات خویش بنا به روایات و احادیث متعدد از آن استفاده می‌نموده و خواص شفا بخش آن را در درمان انواع بیماری‌ها یادآور شده‌اند. اگرچه در زمان آنها علمی به نام تغذیه وجود نداشته ولی با بینایی کامل خواص غذاها و داروها از جمله عسل را بیان نموده و مردم را در این زمینه آگاه کرده‌اند. سخنان آنها در رابطه با تحقیقات امروزی نشان می‌دهد که تطابق کامل بین آنها موجود بوده و تضادی بین آنها نیست. روی همین اصل است که عقیده داریم پیشوایان مذهبی ما عالم به همه علوم و آگاه از تمام فنون و رموز بوده‌اند.

آنچه که مسلم است اهمیت عسل در طب قدیم به مراتب بیشتر از حال بوده است. ابوعلی سینا فیلسوف و بزرگترین شخصیت پزشکی ایرانی، یک هزار سال پیش در کتاب قانون پزشکی خود

نسخه‌های زیادی بر پایه عسل و موم تجویز می‌کرده و همچنین بقراط حکیم پدر پزشکی و بنیانگذار طب یونانی حدود ۲۵۰۰ سال پیش در مورد اهمیت عسل چنین فرموده است:

هر دارویی نیز از مواد غذایی درست می‌شود، و متقابلاً هر غذایی نیز جانشین دارو می‌گردد. عسل به این هر دو شرط جوابگو است. او به مقدار زیادی از عسل استفاده می‌کرده و در درمان اکثر بیماری‌ها از جمله زخم‌ها عسل تجویز می‌نموده است.

در اکثر کشورهای جهان از جمله شوروی سابق که بزرگترین کشور تولیدکننده عسل در دنیاست، تاکنون تحقیقات زیادی روی فرآورده‌های زنبور عسل از جمله عسل، ژله رویال، گرده، موم و زهر زنبور عسل صورت گرفته و خواص پزشکی آنان به وسیله پژوهش‌های علمی و نتایج بالینی مورد تأیید بسیاری از محققین و پژوهشگران قرار گرفته است. ولی متأسفانه در کشور ما که عسل تولیدی آن منحصر به فرد و در نوع خود بی‌نظیر است نه تنها به جنبه دارویی آن توجه نشده بلکه از نظر مصرف غذایی هم مورد کم‌لطفی قرار گرفته است و این نعمت خدادادی و هدیه آسمانی که به راحتی می‌توان آن را تولید و در اختیار همگان قرار داد هنوز ارزش واقعی خود را بین سایر مواد غذایی به دست نیاورده و موجب عدم توجه بیشتر مردم به آن گردیده است به طوریکه هنوز هم مرباها و قندهای مصنوعی را به این غذای بهشتی و اکسیر حیات که از هر نظر برتری ممتاز و چشمگیری نسبت به همه مواد غذایی و خوراکی داشته و دارد رجحان می‌دهند که علل اصلی آن عدم شناخت از مزایا و ارزش‌های واقعی عسل می‌باشد.

اگر ما به عنوان یک درس علمی و طبی به شناخت انواع عسل و میزان قابلیت‌ها و مواد موجود در آن پردازیم، تولید عسل را در سطح کشور افزایش دهیم، با عسل تقابلی مبارزه کنیم و موارد منع مصرف آن را پیدا نماییم، آیا به طب ساده، به اقتصاد کشور و به تعمیق تعالیم اسلامی کمک نکرده‌ایم؟

خوشبختانه تحقیق در این مورد هم جالب و هم کم هزینه است. نیازی هم به کمک‌های خارجی نداشته و یا کمتر دارد. امید است متخصصین امور پزشکی، داروسازان و محققین کشورمان هم در کنار کاوش‌ها و تحقیقات خود خواص طبی عسل را مد نظر قرار داده تا عسل بتواند جایگاه واقعی خود را در بین سایر محصولات غذایی پیدا کند.

فهرست مطالب

۱	فصل اول عسل و زنبور عسل
۱	نشانه‌های خداوند در زندگی زنبور عسل
۳	طرز خانه‌سازی (موم‌بافی) زنبور عسل
۸	نظم و قانون در زندگی زنبور عسل
۹	عسل و زنبور عسل در اسلام
۱۰	مقایسه کامپیوتر با مغز زنبور عسل
۱۲	تشبیه مؤمن به زنبور عسل
۱۲	مروری بر تاریخچه و وضع زنبورداری در ایران
۱۴	ارزش اقتصادی زنبور عسل
۱۷	ارزایی و مقایسه کلی در زمینه تولید و مصرف عسل در ایران و جهان
۱۸	کوچ زنبور عسل (عمده‌ترین مشکلات زنبورداران)
۱۹	جلوه‌های نور (خطاب کشاورز به زنبوردان)
۲۰	تاریخچه عسل
۲۱	بنیان و طبیعت عسل
۲۱	تعریف عسل
۲۲	مراحل ساختن عسل
۲۳	معدله زنبور عسل
۲۳	ترکیبات شیمیایی عسل
۲۵	آنزیم‌های عسل
۲۵	مقدار رطوبت (آب) در عسل
۲۶	وزن مخصوص عسل
۲۶	مواد معدنی عسل
۲۶	پروتئین‌ها و اسیدهای آمینه
۲۷	اسیدها
۲۸	ویتامین‌ها
۲۹	خواص فیزیکی و شیمیایی عسل
۲۹	نامگذاری عسل
۳۱	انواع عسل
۳۴	عسل طبیعی
۳۵	عسل غنی شده با ویتامین
۳۵	تقلبات در عسل
۳۶	عسلک
۳۷	انواع گیاهان عسل‌زا
۳۸	هوش زنبور عسل

۳۹	فصل دوم خصوصیات کلی عسل و فرایند آن
۳۹	آماده کردن کندوها برای تولید عسل
۴۱	آغاز جریان شهد در طبیعت
۴۲	استفاده از پنجره ملکه برای تولید عسل
۴۳	زمان برداشت عسل
۴۵	روش برداشت عسل از کندو
۴۵	اتاق استخراج عسل
۴۶	استخراج عسل
۴۸	ظرفیت و انواع اکستراکتور
۵۰	کنترل رطوبت عسل
۵۰	تصفیه عسل
۵۱	سحمرهای عسل
۵۲	راه‌های جلوگیری تخمیر در عسل
۵۳	حرارت دادن و بسته‌بندی نهایی
۵۴	نگهداری عسل
۵۷	فروش عسل
۵۹	قیمت و زمان مناسب فروش عسل
۵۹	درجه‌بندی عسل
۶۰	مخلوط کردن انواع عسل
۶۰	صادرات و واردات عسل
۶۲	عسل شان
۶۲	تولید عسل شان
۶۳	روش نگهداری عسل شان
۶۳	بسته‌بندی عسل شان
۶۴	خواص درمانی عسل شان
۶۵	شکرک زدن عسل
۶۹	راه‌های جلوگیری از شکرک زدن
۷۰	ذوب کردن عسل شکرک زده (متیلور)
۷۱	علت شکرک نزدن عسل‌های موجود در بازار چیست؟
۷۲	غلظت عسل
۷۳	رنگ عسل
۷۴	عقاید و باورهای نادرست در مورد طبیعی یا مصنوعی بودن عسل
۷۶	ملاک انتخاب عسل خوب چیست؟
۷۶	تولید سریع عسل
۷۸	تربیت زنبور برای تولید عسل‌های یکنواخت
۷۸	خواص ضد باکتری عسل
۸۰	تاریخچه خواص ضد میکروبی عسل
۸۱	خواص ضد قارچ عسل
۸۱	خواص ضد عفونی عسل
۸۲	ساخت کندوی جدید توسط یک زنبوردار

۸۳	فصل سوم خواص درمانی عسل
۸۳	تاریخچه
۸۶	مصرف عسل به عنوان دارو: روش های مصرف عسل
۸۷	کاربرد عسل در درمان بیماری ها
۸۹	عسل و دستگاه گوارش
۹۰	عسل در درمان بیماری روده
۹۰	عسل در درمان بیماری صرع
۹۱	عسل در درمان ضعف اعصاب
۹۱	عسل و حافظه
۹۳	عسل و کبد
۹۳	عسل و کلیه
۹۴	عسل و دیابت
۹۴	عسل و خون
۹۵	پیشگیری از گرفتگی های رگ های خونی با عسل
۹۶	عسل و کودکان
۹۶	عسل در موارد زیر برای کودکان سودمند است
۹۷	عسل و چشم
۹۸	عسل و ریه
۱۰۰	عسل و زخم ها
۱۰۱	عسل و سوختگی
۱۰۲	عسل و مفاصل
۱۰۲	عسل و دندان
۱۰۳	عسل و حساسیت (آلرژی)
۱۰۳	عسل و پوست
۱۰۵	شامپو عسل
۱۰۶	عسل و انرژی
۱۰۷	ارجحیت عسل نسبت به گلوکز خالص
۱۰۷	عسل و طول عمر
۱۰۹	عسل و پیری
۱۰۹	عسل جانثین مناسب برای تمام قندها
۱۱۰	عسل شربت شفا بخش
۱۱۱	نقش عسل بعد از عمل جراحی
۱۱۲	ماسک های زیبایی با عسل
۱۱۳	حمام با عسل
۱۱۳	نقش عسل در مراسم مختلف
۱۱۴	عسل و خربزه
۱۱۷	فصل چهارم استفاده بهینه از مخلوط گیاه درمانی با عسل
۱۱۹	گیاه درمانی با عسل
۱۱۹	۱. گیاهان مؤثر بر بیماری های داخلی

۱۲۵.....	۲. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های دستگاه گوارش.....
۱۳۱.....	۳. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های مفاصل و استخوان.....
۱۳۳.....	۴. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های چشم.....
۱۳۵.....	۵. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های اعصاب.....
۱۳۶.....	۶. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های کبد و کیسه صفرا.....
۱۳۷.....	۷. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های قلب.....
۱۳۸.....	۸. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های جنسی.....
۱۴۰.....	۹. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های حلق.....
۱۴۳.....	۱۰. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های ریوی.....
۱۴۵.....	۱۱. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های گوش.....
۱۴۵.....	۱۲. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های زنان.....
۱۴۷.....	۱۳. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های پوست و مو.....
۱۴۹.....	۱۴. گیاهان مؤثر بر زخم‌ها.....
۱۵۰.....	۱۵. گیاهان مؤثر بر سوختگی‌ها.....
۱۵۰.....	۱۶. گیاهان مؤثر بر بیماری‌های کلیه و مثانه.....

فصل پنجم غنی‌سازی مواد غذایی به‌وسیله عسل..... ۱۵۳

۱۵۴.....	۱. طرز تهیه شربت‌ها.....
۱۵۸.....	۲. طرز تهیه مرباها (خام).....
۱۶۰.....	۴. طرز تهیه حلواها.....
۱۶۲.....	۵. طرز تهیه کیک‌ها و شیرینی‌ها.....
۱۶۵.....	۶. طرز تهیه سالادها و دسرها.....

فصل ششم زله رویال (عسل سلطنتی)..... ۱۶۷

۱۶۹.....	خواص فیزیکی زله رویال.....
۱۶۹.....	خواص شیمیایی زله رویال.....
۱۶۹.....	خواص درمانی زله رویال.....
۱۷۲.....	پیشنهاد مقدار و مدت مصرف زله رویال.....
۱۷۳.....	طریقه جمع‌آوری زله رویال و نگهداری آن.....

فصل هفتم گرده زنبور عسل..... ۱۷۷

۱۷۷.....	خواص دارویی گرده گل.....
۱۸۱.....	زیان‌های دانه گرده.....
۱۸۱.....	طرز جمع‌آوری دانه گرده.....
۱۸۳.....	طریقه نگهداری دانه گرده.....
۱۸۴.....	ترکیبات غذایی گرده.....
۱۸۵.....	فرآورده‌های دارویی و تجاری گرده.....

اشعار..... ۱۸۹

از شکفتن‌های زنبور عسل..... ۱۹۹

منابع مورد استفاده..... ۲۰۱