

标准走进百姓家丛书

蜂产品

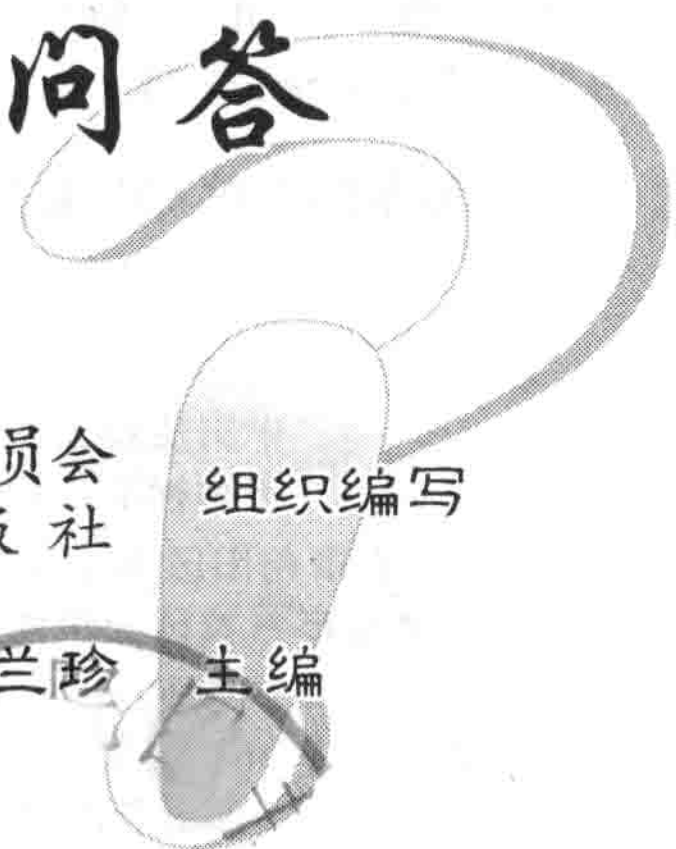
知识问答

国家标准化管理委员会 组织编写
中国标准出版社

陈兰珍 主编



中国质检出版社
中国标准出版社

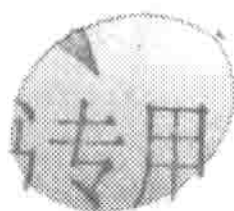


蜂 产 品 知 识 问 答

国家标准化管理委员会
中国标准出版社

组织编写

陈兰珍 主编



中国质检出版社
中国标准出版社

北 京

图书在版编目(CIP)数据

蜂产品知识问答/陈兰珍主编. —北京:中国
标准出版社, 2012

(标准走进百姓家丛书)

ISBN 978-7-5066-6869-9

I. ①蜂… II. ①陈… III. ①蜂产品-问题
解答 IV. ①S896-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 147610 号

中国质检出版社 出版发行
中国标准出版社

北京市朝阳区和平里西街甲 2 号(100013)

北京市西城区三里河北街 16 号(100045)

网址: www.spc.net.cn

总编室: (010)64275323 发行中心: (010)51780235

读者服务部: (010)68523946

中国标准出版社秦皇岛印刷厂印刷

各地新华书店经销

*

开本 787×960 1/32 印张 3.25 字数 56 千字

2012 年 9 月第一版 2012 年 9 月第一次印刷

*

定价 13.00 元

如有印装差错 由本社发行中心调换

版权专有 侵权必究

举报电话: (010)68510107

《标准走进百姓家丛书》

(第五批)

编辑委员会

主 任 黄国梁

副 主 任 隋松鹤 刘国普 王守一

王希林 白德美 戴 群

编 委 (按姓氏笔画为序)

于茁路 朱和平 余 琦

张 宁 张琳瑄 段 方

徐 焱 高 莹 黄 洁

谢 英 魏丽萍

《蜂产品知识问答》

编写人员

主 编 陈兰珍

副 主 编 张金振 陈 芳 李桂芬

编写人员（按姓氏汉语拼音为序）

李 熠 吴黎明 薛晓锋

周金慧

《标准走进百姓家丛书》

(第五批)

出版说明

由中国标准出版社策划和组织编写的《标准走进百姓家丛书》第一批至第四批是国家“十一五”重点规划图书,着眼于标准与百姓日常生活的结合,以服务百姓为创作目的,具有广泛的普及性和严谨的科学性。该丛书旨在普及日常生活中的标准知识,阐释标准的内容和真谛,帮助百姓提升应用标准知识的技能,以提高百姓的标准化意识和科学素质。

2006年至2010年期间,我们陆续出版的四批《标准走进百姓家丛书》中,包括知识问答图书56种、儿童画书5种、挂图3种、图集1种。该丛书形成了与百姓生活密切相关的“衣”“食”“住”“行”“游”“学”“用”“综合”“儿童读物”以及挂图等系列,初步建立了普及标准化知识的书系,赢得了百姓的一致好评

评。几年中,我社力邀的既具有广博的标准知识,又熟悉行业、熟悉读者需求的热心标准科普事业的作者,为奉献出优秀的标准科普作品倾注了全部才智,谨此深致谢意。

2011年,中国标准出版社与中国计量出版社合并,组建中国质检出版社。新社成立后,经过认真的调研与筹备,我们继续推出《标准走进百姓家丛书》第五批,内容仍然围绕百姓生活常用的知识展开,且与近年来社会生活关注热点密切相关,如轮胎实用知识、低碳经济与低碳生活知识、水土保持知识、车内环境污染防控知识、环境产品标志知识等。对于前面四批丛书中广受百姓欢迎的分册,我们也根据标准的制修订情况分批陆续修订,推出更加实用的第二版。

我们仍将不懈努力,力争使该丛书继续以其特有的形式和内容,为普及标准化知识尽绵薄之力。我们也期待,标准化科普知识的传播,能为百姓提高科学素质、提升生活水平有所帮助,从而为构建和谐社会贡献力量。

中国质检出版社

中国标准出版社

2011年7月

前 言

蜂产品(bee products)又称蜜蜂产品,是蜜蜂在生殖繁衍过程中形成的有用物质,属于天然产品。蜂产品种类多,按照来源和形成方式可分为蜂蜜、蜂花粉、蜂王浆、蜂胶、蜂毒、蜂蜡、蜜蜂幼虫、雄蜂蛹等,其中蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉和蜂胶是目前市场上用于食用和保健的四大类蜂产品。各种蜂产品的组成和性质不尽相同,有的蜂产品可以直接食用,有的则需要进行深加工或加工成不同剂型以符合不同消费群的需求。蜂产品不仅营养价值高,而且药用和保健价值也很高,自古以来一直是我国传统中医和食疗的重要组成部分。人类认识蜂产品的历史悠久,我国古代医书中就有不少关于蜂产品的记载,现代临床应用也证明了蜂产品确实对许多疾病有一定的预防和治疗作用。

我国是世界养蜂大国,同时又是蜂产品生产 and 出口大国。随着人们生活水平的提高,具有营养与保健功效的蜂产品越来越受

到广大消费者的青睐。为保证蜂产品的质量
和安全,我国颁布和实施了多项蜂产品国家
标准、行业标准及地方标准,目前已达 150 多
项,涉及面广泛。但对于消费者而言,标准中
对蜂产品都有哪些具体规定却不甚了解。

本书针对广大消费者普遍关心的问题,
以一问一答的形式,分别对蜂蜜、蜂王浆、蜂
花粉、蜂胶等蜂产品的标准知识、科普知识进
行介绍。全书分为基础知识、卫生与安全、鉴
别与选购、营养与健康、科学食用与保存五个
部分,相信通过这五个部分的详细解答,广大
消费者能够对蜂产品有一个总体了解,能够
科学选购、鉴别及正确食用蜂产品,从而提高
生活质量。

本书的第一、二部分由陈兰珍负责编写,
第三部分由李桂芬负责编写,第四部分由张
金振负责编写,第五部分由陈芳负责编写。
由于编者水平所限,书中难免有不当之处,敬
请读者批评指正。

编 者

2012 年 7 月

目 录

一、基础知识

- | | |
|-----------------------|----|
| 1. 什么是蜂产品？蜂产品分为哪几类？ | 1 |
| 2. 什么是蜂蜜？ | 2 |
| 3. 蜂蜜是如何分类的？ | 4 |
| 4. 什么是单花种蜂蜜？主要有哪些种类？ | 4 |
| 5. 常见的单花种蜂蜜的感官特性有哪些？ | 5 |
| 6. 什么是多花种蜂蜜？ | 8 |
| 7. 花蜜、成熟蜂蜜和未成熟蜂蜜有何区别？ | 8 |
| 8. 原料蜜和浓缩蜜有何区别？ | 9 |
| 9. 什么是巢蜜？ | 10 |
| 10. 什么是蜂王浆？ | 10 |
| 11. 蜂王浆是如何分类的？ | 11 |
| 12. 蜂王浆的感官要求有哪些？ | 12 |
| 13. 什么是蜂王浆冻干粉？ | 13 |
| 14. 蜂王浆冻干粉的感官要求有哪些？ | 13 |
| 15. 什么是蜂花粉？ | 13 |
| 16. 蜂花粉的感官要求有哪些？ | 14 |
| 17. 蜂花粉是如何分类的？ | 14 |
| 18. 什么是蜂胶？蜂胶是如何产生的？ | 16 |

19. 什么是蜂胶制品？有哪些种类？ 17
20. 什么是绿色蜂产品？ 18
21. 我国有关蜂产品的标准主要有哪些？ 19
22. 我国标准对蜂蜜的理化指标做了哪些规定？ 20
23. 我国标准对蜂王浆的理化指标做了哪些规定？ 22
24. 我国标准对蜂王浆冻干粉的理化指标做了哪些规定？ 23
25. 我国标准对蜂花粉的理化指标做了哪些规定？ 25
26. 我国标准对蜂胶的理化指标做了哪些规定？ 26
27. 我国与蜂产品相关的法律法规有哪些？ 28
28. 国外与蜂产品相关的法律法规及标准有哪些？ 28
29. 进出口蜂蜜检验方法标准是什么？主要检验哪些指标？ 30

二、卫生与安全

30. 与蜂蜜的卫生及安全相关的标准有哪些？ 31
31. 与蜂王浆及蜂王浆冻干粉的卫生及安全相关的标准有哪些？ 31
32. 与蜂花粉的卫生及安全相关的标准

有哪些?	32
33. 与蜂胶的卫生及安全相关的标准有哪些?	32
34. 蜂蜜中可能存在哪些有毒有害物质?	33
35. 蜂王浆中可能存在哪些有毒有害物质?	36
36. 蜂花粉中可能存在哪些有毒有害物质?	38
37. 蜂胶中可能存在哪些有毒有害物质?	39
38. 为什么发酵的蜂蜜不能吃?	40
39. 蜂蜜中主要会有哪些抗生素残留?	40
40. 蜂王浆中的激素对人体有害吗?	41
41. 什么样的蜂胶不能服用?	42

三、鉴别与选购

42. 选购蜂产品时应注意哪些问题?	43
43. 如何选购优质的蜂蜜?	44
44. 不同颜色、不同花香的蜂蜜怎样选购?	45
45. 结晶蜂蜜能否选购?	46
46. 假蜂蜜都会掺什么物质?	47
47. 不同人群如何选购蜂蜜?	48
48. 如何选购新鲜的蜂王浆?	48
49. 鲜王浆与蜂王浆冻干粉及不同剂型制品如何选择?	49
50. 如何选购优质的蜂花粉?	50
51. 不同品种蜂花粉如何选择?	51

52. 如何区别蜂花粉和破壁蜂花粉? 52
53. 如何选购优质的蜂胶制品? 53
54. 蜂胶及蜂胶制品如何鉴别? 55
55. 总黄酮含量不同的蜂胶制品如何鉴别优劣? 55
56. 如何选购绿色蜂产品? 56

四、营养与健康

57. 蜂蜜中有哪些营养成分? 58
58. 蜂蜜对身体有哪些好处? 60
59. 婴幼儿可以喝蜂蜜吗? 61
60. 孕妇可以喝蜂蜜吗? 61
61. 糖尿病人能喝蜂蜜吗? 62
62. 蜂蜜水冲茶是否有益健康? 63
63. 蜂蜜可以治疗便秘吗? 与哪些食材搭配效果好呢? 63
64. 蜂蜜具有解酒作用吗? 64
65. 经常喝蜂蜜会发胖吗? 小孩子喝会不会伤害牙齿? 65
66. 蜂蜜具有哪些美容效果? 65
67. 蜂蜜可以和牛奶一起喝吗? 66
68. 蜂蜜可以治疗咳嗽吗? 66
69. 不同种类的蜂蜜都具有哪些特殊功效? 67
70. 蜂王浆有哪些营养成分? 67

71. 蜂王浆对人体有哪些保健功效? 68
72. 蜂王浆有副作用吗? 69
73. 哪些人不宜服用蜂王浆? 69
74. 什么是人参蜂王浆? 哪些人不宜服用? 70
75. 为什么有的消费者吃蜂王浆会“拉肚子”? 71
76. 为什么有的人服用蜂王浆后没感觉? 71
77. 蜂王浆有美容作用吗? 71
78. 蜂花粉的营养成分是什么? 72
79. 蜂花粉有哪些保健作用? 72
80. 蜂花粉对人体疾病有何防治作用? 73
81. 适合男士食用的蜂花粉有哪些? 75
82. 适合女士食用的蜂花粉有哪些? 75
83. 适合中老年人食用的蜂花粉有哪些? 76
84. 蜂花粉可以用于前列腺病的治疗吗? 76
85. 对花粉过敏的人可以食用蜂花粉吗? 76
86. 蜂胶含有哪些营养成分? 77
87. 蜂胶对人体有哪些保健作用? 78
88. 蜂胶具有降糖作用吗? 蜂胶是否可以当降糖药使用? 79
89. 蜂胶可以作为普通食品原料使用吗? 79
90. 哪些人不适合食用蜂胶? 80
91. 蜂胶是抗生素吗? 80
92. 蜂胶为什么会导导致部分人群过敏反

应? 如何防止过敏反应发生?

81

五、科学食用与保存

93. 蜂蜜能用开水冲调吗?

82

94. 何时喝蜂蜜水效果最佳?

82

95. 蜂蜜需要放在冰箱中储存吗?

82

96. 如何食用蜂王浆?

83

97. 如何长期保存蜂王浆?

84

98. 如何食用蜂胶才能既安全又有效?

84

99. 怎样保存蜂胶产品?

85

100. 蜂胶能否与其他药物同服?

85

101. 蜂胶能否与饮料同时服用?

86

102. 蜂胶可以长期服用吗?

87

103. 长期服用蜂胶是否会产生依赖性?

87

104. 如何食用蜂花粉才能既安全又有效?

88

105. 怎样保存蜂花粉?

88

参考文献

90

一、基础知识

1. 什么是蜂产品？蜂产品分为哪几类？

 蜂产品 (bee products) 是蜜蜂的派生产物, 属于天然产品, 自古以来是我国传统中医和食疗的重要组成部分。蜂产品种类多, 其组成和性质不尽相同。有的蜂产品可以直接食用, 有的需要进行深加工才能食用或加工成不同剂型以符合不同消费群的需求。

国家标准 GB/T 20573—2006《蜜蜂产品术语》中对蜂产品进行了较详细的定义和分类: 蜂产品又称蜜蜂产品, 指蜜蜂在生殖繁衍过程中形成的有用物质。按照来源和形成方式的不同将蜂产品分为三大类: 蜜蜂采集物、分泌物和生殖繁衍物。

(1) 蜜蜂采集物, 如蜂蜜、蜂花粉、蜂胶等。其中蜂蜜在我国乃至全世界都是产量和销量最高的蜂产品。我国蜂蜜产量和出口量均居世界第一, 年产量约 30 万吨, 占世界蜂蜜总产量的 30%, 主要出口到欧洲、美国、日本等发达国家, 但蜂蜜的出口价格低于其他国家。蜂花粉近年来产量和出口量有所下降, 年产量约 100 多吨。蜂胶是近几年最畅销的蜂产品, 国内和国际市场对优质蜂胶的需求很旺。每



年国内蜂胶原料产量约 300 吨。

(2) 蜜蜂的分泌物,如蜂王浆、蜂毒、蜂蜡等。我国对蜂王浆的开发和利用始于 20 世纪 50 年代末,60 年代已有批量生产,70 年代以来发展迅速,近年来出口量增加,主要销往日本、欧洲、美国和东南亚等国。蜂王浆及其王浆冻干粉内销市场比较平稳,自产自销逐年扩大。蜂毒产品目前尚处于研发阶段,市场化较少。我国蜂蜡产品主要用于出口。

(3) 蜜蜂生殖繁衍物,如蜜蜂幼虫、雄蜂蛹等。该类蜂产品目前虽产量较低,市场化功能较弱,仅限于研究或自产自销,但潜在的开发能力较大,前景乐观。

由于目前市场上常见的用于食品和保健品的蜂产品有四大类:蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶,因此本书以下所阐述的内容主要涉及这四大类蜂产品。

2. 什么是蜂蜜?

蜂蜜(honey)是最主要的蜂产品之一,因含有丰富的营养物质,历来被人们作为天然佳品应用于食品、保健品及生活等其他方面。我国是蜂蜜生产和出口大国,在世界蜂产品市场占有重要地位。

国家标准 GB/T 20573—2006《蜜蜂产品术语》和供销合作行业标准 GH/T 18796—2012《蜂蜜》对蜂蜜的定义如下:蜂蜜是指蜜蜂采集植物的花蜜、蜜露等分泌物,与自身分泌物结合后在巢脾内经过