

蜂制品与健康

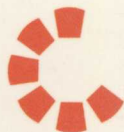


FENGZHIPIN YU JIANKANG

刘俊熙 编



蜂



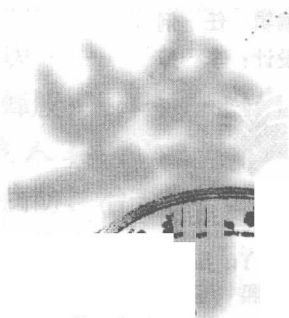
东北林业大学出版社

S896

4

蜂制品与健康

刘俊熙 编



东北林业大学出版社

www.nlnu.cn

图书在版编目 (CIP) 数据

蜂制品与健康/刘俊熙编. —哈尔滨: 东北林业大学出版社, 2003. 1
ISBN 7-81076-015-7

I. 蜂... II. 刘... III. 蜂产品—保健—基本知识 IV. S896

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 003580 号

责任编辑: 任 俐

封面设计: 李 萍



NEFUP

蜂制品与健康

Fengzhipin Yu Jiankang

刘俊熙 编

东北林业大学出版社出版发行

(哈尔滨市和兴路 26 号)

哈尔滨工业大学印刷厂印装

开本 850 × 1168 1/32 印张 3 字数 63 千字

2003 年 5 月第 1 版 2004 年 3 月第 2 次印装

ISBN 7-81076-015-7

S·355 定价: 6.80 元



目 录

健康启示录	1
中国的邻国日本——一个崇尚蜂制品的国家	1
来自前苏联的调查	2
健康并不难求，长寿源于健康	3
第一章 蜂胶	5
丰富的成分所具有的神奇作用	6
蜂胶中黄酮类物质的主要作用	6
蜂胶中萜烯类物质的主要作用	7
其他成分及作用	7
历史为证	8
蜂胶治百病	8
药典中的蜂胶	10
蜂胶挑战人类疾病	11
心脑血管病防、治一肩挑	11
难以置信的事实	13
蜂胶双向调节血压、平稳中见神奇	14
轻松击败“百病之母”糖尿病	17
用蜂胶，胃病无忧	22
蜂胶治肝炎	24
内服、外涂，皮肤病易除	26
蜂胶带给癌症患者生命的转机	28
蜂胶让宝宝健健康康	32



蜂胶与蜂王浆同服 = 婴儿般的睡眠	33
蜂胶——既可内服又可外用的美容佳品	34
蜂胶加蜂蜜：痛经“克星”	36
蜂胶，让“亚健康”成为历史	37
家庭健康百宝箱	39
蜂胶小常识	42
第二章 蜂王浆	46
生物界的奇观	47
蜂王浆令人称奇的医疗保健作用	48
蜂王浆对心脑血管疾病效果好	50
防癌、抗癌，蜂王浆必不可少	50
肝炎患者，吃蜂王浆十分有益	51
服蜂王浆，关节炎症状明显减轻	52
要想身体强壮，蜂王浆少不了	53
吃蜂王浆，大脑更聪明	54
蜂王浆帮你安然度过更年期	55
孩子也能吃蜂王浆	57
对骨质疏松而言，补钙远远不够	57
不能再把健康廉价出卖了	58
蜂王浆小常识	59
第三章 花粉	63
花粉的保健作用	65
花粉可以让人不得病	65
花粉可以延年益寿	66
花粉可以健脑益智	66
花粉对疾病的防治	67



花粉是前列腺疾病的克星	67
花粉治疗便秘疗效显著	68
花粉治疗肝炎具有较好的疗效	69
著名的花粉学者Remychanvin博士认为,花粉是最佳 的口服化妆品	70
叶桔泉看花粉	72
花粉小常识	72
第四章 蜂蜜	75
蜂蜜对健康的帮助	76
蜂蜜可消除疲劳、增强体力	76
蜂蜜具有催眠作用	76
老年人吃蜂蜜比吃糖好	77
蜂蜜是儿童发育的保健佳品	78
请在早餐加蜂蜜	79
蜂蜜小常识	79
第五章 长寿之宝	83
蜂制品让老人不得病	84
老人与婴儿一样脆弱	84
蜂制品对老人的九大益处	84
用蜂制品而受益的“寿星们”	87
养蜂人十大长寿职业之首	88
用蜂制品防病、治病的优越性	88
附表 用气相色谱质谱仪鉴定蜂胶中的有效成分	90
参考文献	91



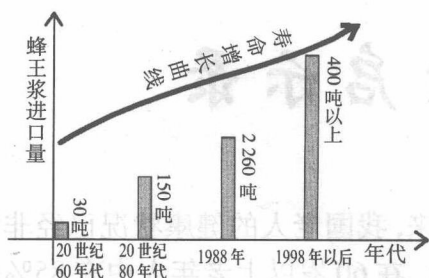
健康启示录

随着老龄化社会的到来,我国老人的健康状况已经非常令人担忧。统计资料显示:在60岁以上老年人中有85%是带病生存的,而且大多数人还同时患有两种以上的慢性病。患糖尿病、心脑血管疾病和老年痴呆症者达到67%……关注老人的健康状况已到了刻不容缓的地步。老人是离疾病最近的人群。这样的老人不仅毫无幸福可言,也必然影响到整个家庭,这已成为现在社会中很普遍的一个现象。

在这种情况下,保健品便成了老人改变现状,获得健康的“救星”。在众多保健品中,几乎每种都夸口说:“可使老人少得病,健康长寿。”但有据可查,真正能使老人长寿的却寥寥无几。倒是蜂制品,与众不同,历经几千年的考验,以其天然的成分、神奇的功效,征服了一代又一代人。蜂蜜、蜂胶、蜂王浆、蜂花粉,无一不优秀,无一不珍稀。几十年坚持服用蜂制品的老人,长寿者众多。

中国的邻国日本——一个崇尚蜂制品的国家

蜂制品绝大部分产自中国,产量占世界总产量的1/10,而消费大国却在日本。以蜂王浆为例,日本人每年蜂王浆的消费量超过全世界消费总量的一半。据报道,20世纪60年代日本一年的消费量还不到30吨,而到80年代初一年的消



费量就增加到150吨，1988年达到226吨，而在1992年以后消费量每年都在400吨以上。

日本一位学者根据这一现象画出了一条曲线，曲线表明随着蜂王

浆进口量的增长，日本人的寿命也在不断增长，男性平均寿命为76.57岁，女性则为82.98岁，已经连续十年位居世界首位。这种曲线所显示的结果正与日本玉川大学教授松香光夫的结论不谋而合：30年来日本人的身高增加了，寿命延长了，服用蜂王浆是原因之一。

来自前苏联的调查

20世纪40年代，也有过类似的一次调查。前苏联科学院院士，著名生物学家尼古拉·齐金向全国200位百岁以上的长者发信，调查了解他们长寿的原因，当他认真地分析这些回信时，惊奇地发现：回信的200位百岁老人，有177人是或者曾经是养蜂人。

这一调查结果令他十分不解，从养蜂的职业来看，他们并不具备人们观念上长寿的条件：养蜂人一般都居无定所，风餐露宿，但却能安然适应每一处的环境和气候，极少得病；他们的饮食特别简单，却不缺乏任何营养成分，身体非常健康；更让他惊异的是：一些七十多岁的养蜂老人起早贪黑，每天工作长达8个小时，却看不出丝毫的疲倦，精力非常充



沛，这在普通人看来几乎是难以想像的。

在对养蜂人生活的每一个细小的环节进行大量细致的观察、分析后，尼古拉·齐金认为，惟一的可能就是他们天天都吃蜂制品。因为蜂王浆、花粉、蜂胶、蜂蜜等蜂制品都有着极为丰富的营养成分和极高的营养价值。尼古拉·齐金把他的调查结果向全世界公布，立即引起了全世界医学界极大的关注，这一结果太让科学家兴奋了，因为困扰医学界多年的中老年人高发病率、高致残率、高死亡率一系列难题的解决办法终于初见端倪。从此医学界才开始真正地关注蜂制品，一些发达国家成立了专门的蜂制品研究机构，对蜂制品进行大量的临床和深入的研究，最后确认，蜂制品是人类已知的最优秀的健康物质。



健康并不难求，长寿源于健康

在过去的日子里，我们非常痛心地看着真正无病无灾、寿终正寝的老人越来越少，而老年病向中年群体蔓延的趋势也越来越明显，真正意义上的健康老人在我们身边已不多见。而前苏联百岁老人的现象则告诉人们：健康并不难求。因为如果没有健康，则根本不会有长寿，也没有这么多真真正正的寿星。长寿的前提是健康，对老人来说，是实实在在的无病无痛。如果循环、代谢、神经、内分泌系统中的任何一个环节出了毛病，就根本没有机会挑战生命的极限；体内细菌多，免疫能力差，也没有办法享受长寿所带来的舒适与安逸。从长寿老人的身上让我们看到了健康的希望，看到了蜂制品所带来的不同凡响的效果。蜂制品不但效果好，而且



价格便宜。

蜂制品对老人有如此大的益处,那么中年人是否同样需要呢?

其实中年人的身上就已经潜伏着疾病和衰老的危机,因此中年人应及早地服用蜂制品,以预防各种老年病和推迟衰老的到来。

21世纪将是一个全民追求高品位保健服务的时代,蜂制品可内调人体平衡,外达生机健康,对常见疾病和顽症进行有效地预防和治疗,促进人类健康长寿。蜂制品将会永远成为人类必不可少的保健佳品。



第一章



蜂 胶



治病除疾少不了



蜂胶是最为优秀的蜂制品。素有“紫色黄金”之称的蜂胶富含约20大类、300多种天然有效成分。如此多的成分注定了蜂胶具有令人意想不到的效果。在欧洲的民间疗法中，蜂胶自古以来就以“神赐予的东西”被人们所珍视着，各国的科学家也毫不吝啬地把各种美誉全部给予了蜂胶：

——“最完美的天然广谱抗生物物质！”

——“天然免疫增强剂！”

——“血管清道夫！”

——“健康保护神！”

——“自然界中的第二个太阳！”

那么蜂胶究竟是一种什么样的物质呢？

蜂胶是蜜蜂从植物芽孢、树干等部位采集树脂，经自身分泌转化而成的胶状物。在蜂胶300多种有效成分中包括30多种人体必需的微量元素、20多种氨基酸、数十种芳香化合物、30多种黄酮类物质，还有丰富的有机酸、萜烯类物质、维生素、酶类、多糖等具有生物学和药理学活性的天然成分。蜂胶中的有效成分含量极高，配比十分精妙，有着广泛的治疗作用和神奇的医疗保健功能。用气相色谱质谱仪对蜂胶中成分的鉴定情况见附表。



丰富的成分所具有的神奇作用

蜂胶中黄酮类物质的主要作用

1. 增强血管张力，降低血管脆性及改善血管通透性。
2. 降低血脂及胆固醇。



3. 减少红血球、血小板聚集，减少血栓形成，改善微循环。

4. 护肝，解肝毒，治疗急、慢性肝炎，肝硬化及多种中毒性肝损伤。

5. 提高机体免疫能力。

6. 消炎、祛痰、解热、消肿。

7. 抗菌、抗病毒、抗真菌、抑制肿瘤。

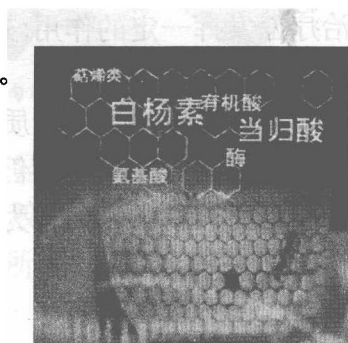
8. 抗氧化、抗衰老。

9. 抗过敏。

10. 解痉。

11. 抑制特定酶的活性。

12. 强化细胞膜、活化细胞膜。



蜂胶中萜烯类物质的主要作用

1. 双向调节血糖；
2. 抗肿瘤；
3. 降血压；
4. 杀菌；
5. 消炎；
6. 镇痛消肿；
7. 杀虫；
8. 局部麻醉；
9. 止痒；
10. 健胃；
11. 解热；
12. 祛痰、止咳；
13. 强化免疫；
14. 活血化瘀。

其他成分及作用

研究表明，蜂胶中的咖啡酸、木脂素、多糖、甙类、萜醌等物质都具有抗肿瘤活性；木脂素、醌类、鞣质、咖啡单宁酸盐等具有扩张冠状动脉的作用；单宁酸、阿魏酸、安息



香酸、水杨酸、肉桂酸、咖啡酸酯等都具有抗菌作用；蜂胶中的精氨酸对ATP酶、过氧化氢酶、胰酶具有激活作用；并在核苷酸、蛋白质合成，细胞代谢及组织再生修复中起重要作用；蜂胶中含有多种酶类，在物质代谢及血栓症、癌症的治疗上发挥一定的作用；这些物质都在防病治病中发挥着相辅相成的作用。

如此完美的天然物质在自然界中极为少见，尽管在科学高度发达的今天，人类仍然无法合成具有同等效力的物质。蜂胶因而被科学家们誉为“20世纪人类发现的最伟大的天然物质。”

历史为证

人类应用蜂胶的历史相当久远，早在2500年前，古希腊哲学家亚里士多德就在他的著作《动物志》中，记载蜂胶可以作为治疗皮肤病、刀伤及感染症的药品。1900年，著有《博物志》的罗马大庇里牛斯也指出：蜂胶对于神经痛、皮肤病、肿胀、糜烂都有很好的疗效。真正对蜂胶进行深入广泛的研究始于20世纪60年代，当时各种研究报告相继问世，几乎所有报告中都提到蜂胶能治疗多种疾病，都以“神奇蜂胶”命名。

蜂胶治百病

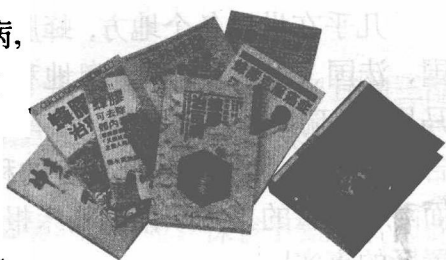
《蜂胶治百病》一书是由日本著名医学博士濑长良三郎先生所著。书中列



日本蜂胶专家



举了蜂胶可以治疗多种疾病，而且引用了大量的试验数据和临床资料。而“治百病”是一种比较让人猜疑的说法，因为在人们的概念中，根本没有治百病的药。



国内外出版发行的有关蜂胶专著

但像日本著名的蜂制品研究专

家木下繁太所著的《天然蜂胶的惊异效果》，德永勇治郎所著的《蜂胶可去除体内毒素》、《蜂胶即效健康法》，濑长良三郎所著的《惊异的蜂胶》，冈田真所著的《蜂胶治疗癌症》，菅野光男所著的《蜂胶克服癌症》……这些书名不同，作者不同，但普遍存在的一个共性就是认为蜂胶可治百病。

其实“治百病”只是一个抽象的概念，更深层的意义在于说明蜂胶有着极为广泛的治疗作用。日本的医学博士山本伦大甚至在以色列的特拉维夫召开的第56届国际蜂产品学术大会上这样描述蜂胶：“蜂胶是天上众神通过蜜蜂带给人类至高无上的治疗仙丹！”

不仅仅是日本，在我国也出版了一本蜂制品研究专辑《中医蜂疗学》，它是由300多位医学家和科学工作者历经数年完成的力作。书中详尽地介绍了蜂胶对多种疾病都有着非常好的治疗功效。我国“九五”重点攻关项目、蜂胶研究组撰写的《神奇的蜂胶》，中国农业科学院蜜蜂研究所主任、正研究员袁则良和营养学会教授顾奎琴编写的《蜂产品保健与食疗》以及《蜂产品的保健功能和药用便方》，甚至连我国卫生部出版的《中华本草》也清清楚楚地记载了蜂胶所具有的诸多神奇的作用。



几乎在世界各个地方，蜂胶都被广泛地应用。无论是英国、法国、美国、德国、奥地利，还是前苏联、加拿大、罗马尼亚、瑞典等众多国家，都有蜂胶治疗各种疾病的临床报告不断问世。面对着如此众多的科学家、医学家的科学论断，面对着大量的真实数据和临床报告，蜂胶治百病，这是不容置疑的事实！

药典中的蜂胶

在我国权威药典《中华本草》中，列举了蜂胶具有的八大功效：

1. 抗病原微生物

抗病原微生物就是人们所说的“杀菌、消炎、抗病毒。”蜂胶在这方面有着极强的作用，被喻为“20世纪最伟大的天然抗生物物质”。用蜂胶与四环素的对比实验证明：蜂胶比常规的消炎药杀菌的效果要强得多，并且对细菌、真菌、病毒同时具有杀灭和抑制作用，弥补了抗生素之短，无毒副作用、无耐药性的特点更使其成为最完美的抗生素。



2. 镇静、麻醉及其他神经系统作用

蜂胶有很好的止痛作用，它的止痛效果是普鲁卡因的4倍；另外对神经有很好的调节和修复作用。

3. 促进组织修复

蜂胶对受损组织的愈合力极强，能促进新生组织的迅速生长。



4. 心脑血管系统的影响

蜂胶能增强心肌收缩力、扩张血管、降低血中甘油三酯含量等作用，对于预防和治疗心脑血管疾病效果非常明显。

5. 保肝作用

蜂胶可以降低谷丙转氨酶，解肝毒，保护肝细胞，因此对各类型肝炎都有极好的作用。

6. 抗肿瘤作用

蜂胶对肿瘤能起到良好的治疗和辅助治疗作用。

7. 其他作用(清除自由基，促进新陈代谢，调节内分泌)

现今有 80 多种重症疾病都与自由基有关，蜂胶是一种很强的自由基清除剂，是许多重症患者的首选抗氧化剂。另外蜂胶具有的 20 大类、300 多种有效成分可以加速细胞更新速度，使内分泌保持平稳和正常，从而杜绝多种综合性疾病的产生和发展。

8. 无毒副作用

蜂胶是一种纯天然的物质，对人体没有任何毒副作用，具备了长期服用的条件。



蜂胶挑战人类疾病

心脑血管病防、治一肩挑

心脑血管疾病包括冠心病、脑血栓等，其病因主要是动脉硬化。动脉硬化即血管内壁增厚、变硬而失去弹性，进而血管腔缩小、受阻，引起一系列血管系统疾病。

动脉硬化的形成简单地说有三个原因：氧化、高血脂及