



Медот е слатка храна произведена од [пчели](#) (и некои други видови) која произлегува од [нектарот](#) на [цветовите](#) . Медот ја

добива својата сладост од

[моносахаридите](#)

[фруктоза](#)

и

[гликоза](#)

која е приближно иста како таа на гранулиран

[шеќер](#)

(97% од сладост на

[сахароза](#)

, т.е.,

[Дисахарид](#)

). Медот има атрактивни хемиски својства за печење, и еден специфичен вкус, кој тера некои кувари да го употребуваат наместо шеќер или други засладувачи. Повеќето

[микро-организми](#)

не прераснуваат во медот поради недостаток на

[вода](#)

. Сепак, медот најчесто содржи латентни црти на

[бактеријата](#)

Clostridium botulinum

, која може да биде опасна за доенчиња бидејќи може да се трансформира во бактерија која произведува отрови во недораснат

[интестинален тракт](#)

, што може да доведе до болест, па дури и смрт. Главното влијание на пчелите при собирање нектар и правење мед е

[опрашувањето](#)

, кое е од клучно значење за цветните растенија. При одгледувањето, пчеларите настојуваат за хиперпродукција на мед така што вишокот може да се земе без загрозување на пчелите. Кога изворите на храна за пчелите се мали, пчеларите може да им дадат на пчелите дополнителна исхрана. Дополнителната исхрана обично доаѓа во форма на шеќер (сахароза) која се меша со вода.

МЕДОТ КАКО ЛЕК

Како еден од најпознатите и најдобрите природни производи, медот има хранлива вредност, содржи витамин Б6, калциум, бакар, железо, манган, магнезиум, фосфор, калиум, натриум, цинк. Се поврзува со антиоксидансите и му помага на телото да ги апсорбира и да ги задржи калциум и магнезиум, кои го зајакнуваат имунолошкиот систем.

Како лек

Многу култури го користат медот за медицински цели, а има докази дека медот го одржува здравјето на човечкото тело и го чува во добра состојба во текот на целата година, велат научниците од Универзитетот во Орегон. Во некои ориентални култури медот се става во чај за намалување на лошиот холестерол. Ја олеснува болката во грлото, го поттикнува полесно варењето на храната и многу го користат за лекување на настинка, дијареа и гастритис.

Косата

Медот содржи природни супстанции кои ја прават бујна, и е многу корисна алатка за регенерација на сува и оштетена коса. Додавање мед на кој било препарат за вашата коса ја зголемува ефикасноста на овој препарат, затоа што медот ја омекнува косата и овозможува побрз продор на препаратот во неа. За да се зголемат еластичноста и мекоста на косата, се меша мед со пакување за нега на вашата коса. Помешајте го со маслиново масло и вашата коса ќе добиете неверојатен сјај. Освен тоа ќе можете со леснотија да ја расчешлувате и да правите било каква флизура. А мешавината од мед и лимон може да се користи за природен сјај на косата, која притоа нема да се оштетува.

За кожа

Во древните култури било вообичаено да се користи медот за капење. Клеопатра мешала мед и млеко и се капеле во него за нејзината кожа да биде мека и кадифена а го користела и за лицетозатоа што природно ја хидрира кожата. Го мешала со ореви, со цел да направи пилинг, за да ги отстрани мртвите клетки од кожата. Кога медот се меша со сок од свежи кајсии се добива одличен лосион кој на кожата и го враќа сјајот. Помешан со пченкарен скроб се користи за отстранување на бубулици и мали инфекции на кожата.

Антибактериско дејство

Медот природно ја намалува киселинтаа и ги убива бактериите кои можат да се населат во устата. Кога се меша со цимет, го елиминира лошиот здив, и се користи за лекување на благи болки во забот. Поради своите антибактериски ефекти, може да се користи за лекување на изгореници предизвикани од сонце, осип и други помали иритации на кожата. Исто така ја смирува кожата и е добар сојузник во борбата против стареењето. Добар е за лекување на рани, посекотини, помага при регенерирање на ткивото и ги намалува лузните.