

ЗАБРУС – МАЛОВІДОМИЙ ТА ЦІННИЙ ПРОДУКТ БДЖІЛЬНИЦТВА

Закалюжний В.М.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Забрус – це воскові кришечки, мед та верхні частинки кожної комірки, зрізані перед відкачуванням з запечатаних медових стільників. При заповненні стільників медом і його дозріванні бджоли запечатують комірки восковими кришечками. До складу воскових кришечок входить високоякісний віск, прополіс, квітковий пилок, секрет слинних залоз бджіл [4, 5]. Перед відкачуванням меду необхідно механічно видалити кришечки з комірок за допомогою гострих ножів, голчастих виделок, або інших пристосувань. Найчастіше пасічники зрізують ножом верхню частину стільників, яка разом з медом, що витікає з комірок, утворює забрус.

При відкачуванні зрілого меду, лише деякі бджолярі збирають забрус і використовують його для лікувальних цілей. Переважна більшість пасічників відціджує мед, змішує з відкачанним, а віск відправляє на перетоплювання. Більшість пересічних людей, в тому числі і лікарів, майже нічого не знають про цілющі властивості забрису, багато хто навіть не здогадується про його існування [1, 2].

Ретельні дослідження забрису показали, що його склад дещо відрізняється від суміші звичайного воску і меду. В секреті слинних залоз бджіл міститься лізоцим. Цей фермент служить фактором гуморального імунітету і має важливе значення не лише для бджіл, а й для людей, оскільки підвищує резистентність організму. Його кількість в забрусі в 4 рази більша, ніж у звичайному меді і в 2 рази більша, ніж в стільниковому, що визначає ступінь бактерицидності меду. Поєднання властивостей всіх складових забрису (меду, воску, прополісу, квіткового пилку, секрету слинних залоз) підсилює його лікувальний ефект.

Хімічний склад забрису дуже багатий, різноманітний і непостійний, залежить від погодних умов, виду рослин, з яких бджоли збирали мед, інших причин. Цей продукт бджільництва обов'язково містить вітаміни А, С, Е і групи В, білки, макро- і мікроелементи, органічні кислоти, ефірні масла, різноманітні ферменти, смоли, бальзами, жири, вуглеводи і т.д. Тому й такі різноманітні лікувальні властивості забрису: антимікробні, протизапальні, анестезуючі, біостимулюючі. Після ретельного розжовування і проковтування забрису вже через дві години його активні компоненти виявляли в крові, лімфі і міжклітинній рідині [1].

Комплекс біологічно активних складових забрису затримує ріст багатьох видів хвороботворних організмів, має антибіотичну дію. При вживанні цього продукту покращується обмін речовин в організмі, підвищується імунітет, відмічається позитивний вплив на кровотворення. Забрус не викликає звикання збудника хвороби до себе, не спричиняє алергії й цим вигідно відрізняється від звичайних медикаментів.

Лікування забрусом і профілактика захворювань корисна і смачна, що особливо важливо для батьків, оскільки дітей важко змусити вживати ліки. Дітям його можна подавати як смачний десерт, або винагороду за хорошу поведінку, тощо, тоді вживання забрису посяде своє достойне місце поряд з жуйками і штучними солодощами. Якщо забрус взимку стане дещо жорсткуватим, потрібно додати до нього невелику кількість меду.

Способи вживання забрусу залежать від спрямованості його дії на те чи інше захворювання. При сильному нежиті жують протягом 15 хв 1-2 чайних ложки забрусу кожну годину, а потім по 3-4 рази на день. При такому режимі вживання недуга зменшує свій прояв вже через 3-4 год.

При гаймориті рекомендується жувати забрус по 15 хв щогодини протягом 4-6 годин. Активні речовини, що входять до складу продукту, захищають дихальні шляхи, знімають запалення придаткових пазух носа (синусів). Виділювані під час жування ефірні масла позитивно діють на гайморові пазухи, що покращує нюх і полегшує дихання. Зазвичай достатньо одного дня лікування. Протягом ще одного тижня рекомендується жувати забрус один раз в день – для попередження рецидиву. Вистачить одного такого курсу і біль припиниться, ніс очиститься, стан синусів набуде норми [3].

При астмі, алергічному нежитю жують воскові кришечки один раз в день. При сильному прояві захворювання лікувальну процедуру потрібно повторювати до 5 разів на день протягом двох перших днів, а потім – 3 рази впродовж періоду загострення.

При сінній лихоманці використовують різні дози забрусу, залежно від важкості захворювання. Проведення лікувального курсу або попереджує появу сезонної алергії, або вона протікає значно легше. При легкій формі сінної лихоманки рекомендується жувати воскові кришечки 1 раз в день – по понеділкам, середам і п'ятницям кожного тижня. Якщо немає забрусу необхідно з'їдати під час кожного приймання їжі по дві чайні ложки звичайного відцентрового меду.

За помірної форми сінної лихоманки слід вживати забрус 5 разів на день впродовж перших двох днів, а потім – 3 рази протягом періоду, тривалість якого визначається необхідністю. Ці міри швидко зупиняють такі симптоми, як сльозоточивість, закладеність носа, запалення горла.

При сильній сінній лихоманці рекомендується проводити таке лікування: за три місяці до передбачуваного початку лікування потрібно приймати по одній столовій ложці меду після кожної їди на десерт. За два тижні до очікуваного захворювання необхідно, крім цього, приймати суміш двох чайних ложок меду і двох чайних ложок яблучного оцту на півсклянки або склянку води – до сніданку і на ніч. Лікування рекомендується продовжувати доти, доки не зникнуть симптоми захворювання. За необхідності слід жувати воскові кришечки протягом дня, щоб виключити можливість появи нежитю і вільно дихати носом [2, 3, 4].

Забрус підвищує імунітет, особливо до простудних захворювань. За даними американських вчених вироблений завдяки жуванню забрусу імунітет до захворювань органів дихання зберігається до чотирьох років.

Дітям корисно жувати забрус у осінньо-весняний період для попередження грипу, нежитю, гаймориту та інших захворювань дихальної системи. З цієї метою жують по чайній ложці забрусу 2-3 рази в день протягом 5-10 хвилин. Поряд з цим рекомендується з'їдати 2-3 чайні ложки меду в день.

При захворюваннях органів травлення жування забрусу викликає сильне слиновиділення, і, як наслідок, покращуються секреторна і моторна функції шлунка. Крім того, складові частини забрусу покращують обмін речовин, кровообіг, м'язову роботоздатність, слизову гортані, шлунку, позитивно впливають на печінку. Пацієнтам зісхильністю до закрепів рекомендується ковтати пережований забрус,

оскільки віск покращує перистальтику кишечника[3, 4].

Забрусом виліковують такі захворювання, як стоматит, гінгівіт, пародонтоз, трахеїт, бронхіт, пневмонію, ангіну, дисбактеріоз. Позитивний результат спостерігається в 38-55 % випадків. При правильному використанні забрусу ці захворювання лікуються в два-три рази швидше, ніж при звичайному медикаментозному лікуванні, без переходу в хронічну форму. Жування воску у вигляді забрусу чи стільникового меду очищує порожнину рота, укріплює емаль зубів, ясна, механічно очищає зуби від нальоту і зубного каменю, допомагає кинути палити.

За допомогою забрусу добре піддаються лікуванню рани на шкірі . Воскові кришечки накладають тонким шаром на уражену поверхню і закріплюють пов'язкою. Якщо розпочнеться сильне утворення гною – це вказує на те, що гноєвиділення змиває чужорідні частини бруду, змертвілу шкіру, а на очищених місцях утворюється молода шкіра. Пов'язку міняють через кожні 2-3 години доти, доки шкіра не очиститься. Забрус також накладають на хворе місце при остеомієлітах, забоях і остеохондрозі.

Рекомендується вживати воскові кришечки 2-3 рази на день при депресіях.

Протипоказань до вживання забрусу немає, не варто вживати його лише людям, які мають алергію на продукти бджільництва. Передозування також не страшно, так саме, як і проковтування – забрус не приносить шкоди здоров'ю, а навпаки корисний для шлунка, оскільки підвищує його секреторну і моторну функції.

Література

1. Богач А. Бджолопродукти для підвищення імунітету// Український пасічник.- 2011.- №12.- С.38 — 47.
2. Застуда, грип та їх лікування продуктами бджільництва//Пасіка.- 2011.- №12.- С.28.
3. Иойриш Н. П. Пчёлы — крылатые фармацевты.- М.: Наука, 1966.- 204 с.
4. Продукти бджільництва і їх застосування/уклад С. І. Стегній.- К.:Вища школа, 1993.- 127 с.
5. Пчеловодство-маленькая энциклопедия/ ред. Г. Д. Биладш, А. М. Бурмистров.- М.: Советская энциклопедия, 1991.- С. 290- 291.

ПРОБЛЕМА ВИНИКНЕННЯ ВТОМИ ТА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА

Квак О.В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка

Теоретичне і практичне значення проблеми стомлення визначається тим, що його закономірності є фізіологічною основою працездатності людини і наукової організації праці. Це, перш за все, припускає приведення умов праці людини у відповідність з її психофізіологічними можливостями. Стомлення є важливою проблемою фізіології спорту і однією з найбільш актуальних питань медико - біологічної оцінки тренувальної і змагальної діяльності спортсмена. Півтора століття інтенсивних досліджень цієї проблеми в області фізіології праці і спорту, при вирішенні одних питань, виникають інші. Проблема містить і сьогодні низку запи-