

©Borgis

Event – Zioła i produkty pszczele – na zdrowie!

Z inicjatywy słuchaczy Studium Ziółolecznictwa Wielkopolskiej Szkoły Medycznej zorganizowano konferencję naukową poświęconą zagadnieniom naturalnych metod stosowanych w terapii. Spotkanie, które odbyło się w dniu 10 marca 2018 roku, pod hasłem „Zioła i produkty pszczele – na zdrowie!” zgromadziło sporą grupę słuchaczy i studentów z udziałem wybitnych wykładowców z Uczelni Medycznych w Poznaniu i Warszawie. Łącznie wysłuchano 7 interesujących wystąpień.

Aktualnie przy bogatej wiedzy dotyczącej probiotyków i ich pozytywnego wpływu na organizm wiedza związana z prebiotykami jest wciąż uboższa. Bliższych danych na ten temat dostarczyła dr n. farm. Paulina Znajdek-Awiżeń, prezentując wykorzystywane do tego celu znane surowce zielarskie. Omówiła ponadto zagadnienia dotyczące ich efektywnej dawki, korzystnego działania farmakologicznego oraz działań niepożądanych. Powszechnie wiadomo, że rola prebiotyków polega przede wszystkim na wzmacnianiu działania probiotyków, zapewnianiu ich kolonizacji w świetle jelita oraz dostarczaniu błonnika pokarmowego. Natomiast zgodnie z definicją FAO/WHO z 2007 roku prebiotyki określono jako „Niezdolne do życia składniki pokarmowe, które wywierają korzystny wpływ na zdrowie gospodarza w związku z modulacją zespołu mikroorganizmów jelitowych”. Pod względem chemicznym są to polimery cukrów prostych – gluko- (β -glukan), frukto- (FOS), trans- i galaktooligosacharydy (GOS) lub polimery innych cukrów (np. galaktooligosacharydy – laktuloza). Ich naturalnym źródłem mogą być takie surowce roślinne, jak: czosnek, karczochy, szparagi, cebula, pszenica, jęczmień, banany oraz surowce zielarskie: cykorja podróżnik, mniszek lekarski, łopian większy, słonecznik bulwiasty, oman wielki, agawa, perz właściwy.

Interesujących danych odnośnie wykorzystania produktów pszczelich w profilaktyce i leczeniu dostarczył prof. B. Kędzia z Instytutu Włókien Naturalnych i Roślin Zielarskich w Poznaniu. Omówił m.in. możliwości wykorzystania miodu i propolisu w zakażeniach miejscowych i wewnętrznych trudnych do wyleczenia klasycznymi metodami i pozwalających jednocześnie na uzyskanie wysokiej skuteczności terapeutycznej. Szczególnie dobre efekty osiąga się na drodze stosowania tych produktów w dermatologii, zwłaszcza w leczeniu trudno gojących się ran, oparzeń, ran odleżynowych, a także w sytuacji izolowania z ran bakterii opornych na antybiotyki.

Produkty pszczele znalazły również zastosowanie jako środki wspomagające w terapii przeciwnowotworowej. Zastosowanie miodu pozwala m.in. na uzyskanie dobrych efektów w leczeniu: owrzodzeń nowotworowych, ran po operacjach, ran po terapii radiacyjnej nowotworów. Natomiast przyjmowanie do wnętrza miodu, propolisu, pyłku kwiatowego czy mlecza pszczelego dawało dobre wyniki u pacjentów z nowotworami narządów wewnętrznych poprzez wzrost odporności immunologicznej, zmniejszenie działania toksycznego leków przeciwnowotworowych oraz poprawę obrazu krwi.

Inny produkt pszczeli – pierzga, powstająca w komórkach plastra z miodu, pyłku kwiatowego i enzymów pszczelich, stanowi cenne źródło białka, witamin i biopierwiastków. Na uwagę zasługuje jej działanie immunostymulujące, odżywcze, wykorzystywane m.in. u osób z chorobami serca i układu krążenia, z przewlekłym zapaleniem wątroby i niedokrwistością z niedoboru żelaza.

Kolejny wykład dotyczył aspektu praktycznego, tj. wykorzystania olejków eterycznych w terapii chorób bakteryjnych. Według receptury mgr. Jana Wojciechowskiego odpowiednio dobrane olejki eteryczne, często w połączeniu z propolisem i ziołami szwedzkimi, zastosowane zewnętrznie pozwalały uzyskać wysoki stopień skuteczności w: zapaleniu zatok, przeziębieniu, grypie, oparzeniach, trądziku i boreliozie. Olejki eteryczne naniesione na skórę w odpowiednim stężeniu (25-50%, w oleju słonecznikowym) 3 razy dziennie przez okres 10-15 dni pozwalają uzyskać dobrą skuteczność terapeutyczną. Osiąga ona niekiedy wartość 90-95% przy dobrej tolerancji i braku skutków ubocznych.

Z zainteresowaniem wysłuchaliśmy także wykładu prof. I. Wawer z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego na temat bioaktywnych związków aronii. Owoce tej rośliny z uwagi na wysoką zawartość polifenoli (zwłaszcza pochodnych antocyjanidyn) odznaczają się wysokim potencjałem przeciwutleniającym. Nie bez powodu aronia nazywana jest królową antyoksydantów. Z badań bułgarskich naukowców wynika, że ekstrakty z aronii stymulują wydzielanie insuliny i obniżają poziom cukru we krwi u diabetyków, jak również obniżają ciśnienie tętnicze oraz poziom cholesterolu i trójglicerydów we krwi u pacjentów pozawałowych. Zmiany w gałce ocznej związane z wiekiem i stresem oksydacyjnym, takie jak: zaćma, jaskra, AMD, retinopatia cukrzycowa, zaburzenia krążenia mózgowego, są także wskazaniem do przyjmowania ekstraktów i preparatów z tego surowca.

W ostatnim wykładzie prof. I. Matławska z Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu omówiła bardzo obszernie naturalne afrodyzjaki. Wiele produktów, które spożywamy na co dzień, takich jak: kasza jaglana z miodem, czosnek, kiełki roślinne, czekolada, szparagi, banany, można zaliczyć do najprostszyc naturalnych afrodyzjaków. Duży wpływ na odpowiedź seksualną mają ponadto używki: piwo, liście koki, konopie. Wśród najpopularniejszych surowców roślinnych o działaniu afrodyzyjnym wymienić można: korzeń żeń-szenia, korę johimby lekarskiej, korzeń pieprzu metystynowego (kava-kava), ziele buzdyganka, ziele owsa, gałkę muszkatołową, nasiona kozieradki, liść miłorzębu, ziele damiany rozpierzchłej, ziele męczennicy, owoce goi. Mają one różny mechanizm działania, m.in. zwiększają przepływ krwi w narządach płciowych, wzmacniają system nerwowy (usuwiają napięcia, lęki), powodują relaksację mięśni.

W dyskusji na zakończenie uczestnicy konferencji podkreślili interesującą tematykę wykładów, jak również potrzebę zorganizowania kolejnej konferencji poświęconej dalszym zagadnieniom związanym z wykorzystaniem ziół w terapii.

mgr farm. Elżbieta Holderna-Kędzia