

## عسل

نام‌های دیگر: شهد - نوش - نوشابه - انگبین - شاه‌انگبین

**مشخصات:** شهد گلها و گیاهان است که توسط زنبور عسل از روی گلها و گیاهان جمع‌آوری می‌شود و زنبور در دهان خود به کمک آنزیمهایی که دارد گلوکز و ویتامینها و املاح و ترکیبات مفید را از شهد گل جدا نموده و در خانه‌های شش‌وجهی که در کندو و یا لای سنگ‌های کوهستان که از موم ساخته است انباشته می‌نماید.

اسرار گیاهان دارویی، ص: 757

طبیعت آن: گرم است.

ترکیب شیمیایی: مواد معدنی - اسیدهای آمینه آزاد - هورمون‌ها - پانتوتنیک‌اسید - اینوزیتول - پروتئین -

ویتامین‌های A و B 1 و B 2 و B 3 و B 6 و C و E در آن وجود دارد.

**خواص درمانی:** 1- اگر هر روز مقداری از آن خورده شود. از زکام پیش‌گیری می‌کند، انرژی بدن را افزایش می‌دهد و رطوبات و فضولات بدن را دفع می‌نماید، قوای مغزی را تقویت می‌کند و برای رفع عصبانیت و خستگی و ضعف عضلات و تومورهای مغزی و کم‌خونی و بیماری پارکینسون و تصلب شرایین مغز و بیماریهای ناشی از پرتوهای هسته‌ای مفید است، افسردگی و خستگی را کاهش می‌دهد، اختلال هاضمه را رفع می‌کند، برای رفع گرفتگی عضلات و اسهال و یبوست مفید است، ضدّ باکتری است، برای رفع حساسیتها غیر از حساسیت به عسل مفید است، علائم و ناراحتی‌های ناشی از برخی داروها و اعتیادات نظیر اعتیاد به دخانیات و الکل را کاهش می‌دهد، در جذب چربی‌ها مؤثر است، ناراحتی گلو را تسکین می‌دهد، برای تشکیل هموگلوبین نافع است، برای درمان مسمومیت‌های ناشی از پرخوری و ناراحتی معده و روده و آسم و رفع طنین گوش نافع است، برای رفع اختلالات سوخت و ساز کبدی و برخی التهابها مؤثر است، برای ضعف مجاری تنفس مفید است، به مقابولیسیم کلسیم کمک می‌کند، ضدّ عفونت است، برای رفع خشکی چشم و شب‌کوری مفید است، در رشد و تشکیل نسوج پوست نقش مهمی دارد، برای اکسیژن‌گیری در سطوح سلولها مفید است و با عقیمی مبارزه می‌کند، برای اعضاء تناسلی اثر مثبت داد و در بازگرداندن میل جنسی و انرژی از دست رفته مؤثر می‌باشد، سوخت‌وساز بدن را عادی می‌سازد، برخی از ناراحتیهای پرستات را رفع می‌کند، خاصیت ضدّ انعقاد خون دارد و جریان گردش خون را تنظیم می‌کند، برای التیام زخمهای داخلی و خارجی مفید است، برای معالجه زونا و التهاب نسوج

عضله‌ای قلب و دیابت شیرین مفید است، برای درمان بیماریهای چشم و ورمهای ملتحمه و اختلالات شبکیه و برخی بیماریهای پوست و میگرن‌های خفیف مفید می‌باشد، برای تسریع التیام زخمها و درمان قانقرا یا و انواع اولسر و تبخالها و زخمهای پشت ناشی از خوابیدن درازمدت در بستر مؤثر است، برای رفع عفونتهای التهابی دهان و درمان برونشیت و هیپاتیت عفونی و ناراحتی‌های خفیف پوست مفید است.

2- اگر گاه‌گاهی گوشت دهانتان را گاز می‌گیرید و علت آن غلبه رطوبت باشد هر روز یک یا دو قاشق عسل بخورید.

3- هر روز صبح ناشتا یک قاشق سوپ‌خوری از آن بخورید و تا یک ساعت هیچ‌چیز دیگری نخورید و شب هم موقع خوابیدن یک تا دو قاشق سوپ‌خوری بخورید و بخوابید. زخم معده را اسرار گیاهان دارویی، ص: 758

درمان می‌کند. و اگر پس از یک ماه مصرف بهبودی حاصل نشد هر روز 50 تا 100 گرم آن را ناشتا بخورید و تا ظهر هیچ‌چیز دیگری نخورید، بهبودی حاصل خواهد شد.

4- هر روز صبح ناشتا دو قاشق غذاخوری آن را بخورید و دو ساعت به دو ساعت آن را بر موضع ضماض کنید. روماتیسم و درد مفاصل و درد کمر تا زانو یا سیاتیک یا عرق النساء و درد زانو و نقرس را درمان می‌کند.

5- دویست گرم از آن را با سه قاشق غذاخوری سرکه یا شراب سیب مخلوط کنید و هر شب قبل از خواب دو قاشق از آن را بنوشید. بی‌خوابی را برطرف می‌سازد.

6- بجای شیر مادر برای طفل از چهار ماهگی به بالا آن را با آب انگور مخلوط نموده به طفل بخورانید.

7- آن را با آب پیاز به اندازه مساوی مخلوط کنید و بخورید. سرفه‌های خشک را تسکین می‌دهد.

8- هر شب عسل را آنقدر روی پوست مالش دهید تا خوب جذب پوست شود و آثاری از آن نماند.

جوشهای قرمز پوست و جوش غرور را برطرف می‌سازد.

9- هر بار دو قاشق از آن را در یک لیوان آب جوش حل کنید بعد یک قاشق آب‌لیمو ترش یا آب یک عدد لیموشیرین را اضافه کنید و بنوشید. سرماخوردگی را درمان می‌کند و اگر همراه با نوشیدن مقداری از آن را هم روی پوست مالش دهید بدن عرق خواهد کرد و در تسریع بهبودی مؤثر است.

10- آن را با مصطکی کوبیده مخلوط نموده و بخورید. ناراحتی‌های مغزی را برطرف می‌سازد و برای نوعی از فلج اعضاء مفید می‌باشد.

11- آن را با کندر کوبیده مخلوط نموده بخورید. اخلاط ششها را پاک می‌کند. در درمان استسقا مفید است، در درمان نوعی یرقان مؤثر واقع می‌شود، نفخ اعضاء و اندامهای بدن را برطرف می‌سازد.

12- آن را با آب باران حل کنید و بخورید. برای دفع ریح الکلیه و سنگ ریزه‌های کلیه مفید است.

13- کسی که تریاک خورده باشد. قبل از آنکه از معده او گذشته باشد می‌توان مقداری عسل را در آب گرم حل نموده و به او بخورانید و او را به استفراغ وادار نمایید. تریاک از معده او خارج می‌شود و از خطر سمّ رهایی می‌یابد.

14- هرگاه زنی هنگام عقب افتادن عادت ماهیانه مشکوک است که حامله است یا نه. چنانچه مقداری عسل طبیعی را در آب سرد حل کند و ناشتا میل نماید اگر باعث پیچش دل و درد ناف شد حامله است و در غیر این صورت حامله نیست.

15- آن را با سرکه انگور حل کنید و هر روز چند بار به لثه‌ها بمالید. لثه‌ها را محکم نموده و باعث رویدن گوشت به لثه می‌گردد و چنانچه لثه چرکی باشد چرک را زایل و گوشت را ترمیم می‌نماید.

اسرار گیاهان دارویی، ص: 759

16- آن را با نشادر مخلوط کنید و هر شب ضماد نمایید. برس و بهق را درمان می‌کند.

17- آن را با رب انار مخلوط کنید و هر روز بر موضع بمالید. سودا را درمان می‌کند.

18- آن را با برگ گزنه کوبیده مخلوط نموده و ضماد کنید. سرسوزه را باز می‌کند، زگیل را برطرف می‌سازد.

19- دو قاشق از آن را با یک قاشق روغن زیتون مخلوط کنید و بمالید. سوختگی‌های بدون تاول را درمان می‌کند، اگر آن را به صورت بمالید و خوب مالش دهید جرم و کثافات صورت را پاک می‌کند و رنگ پوست صورت را روشن و جوانتر می‌سازد.

20- آن را با آب زیره مخلوط کنید و بمالید. زخم گاز سگ هار را درمان می‌کند.

21- اگر آن را هر شب با ترب کوبیده یا با انجیر کوبیده مخلوط نموده و زیر چشم ضماد بگذارید کبودشدگی زیر چشم را برطرف می‌سازد.

22- آن را با کمی سرکه مخلوط کنید و ضماد نمایید. کبودشدگی حلقه دور چشم را درمان می‌کند.

تذکر: کسانی که به‌طور مداوم از عسل استفاده می‌کنند، برای جلوگیری از ضرر حرارت آن بهتر است از میوه‌های ترش نیز استفاده کنند.