

# عسل، غذای شفا بخش و نعمتی برای مردم

تیر 19، 1403

## عسل، غذای شفا بخش و نعمتی برای مردم / عسل و خواص معجزه آسای درمانی

عسل یک ماده غذا داروی جهانی است که برای همیشه ماندگار هست.

«انسان در هنگام اضطراب و درماندگی و بیماری بی درنگ تمسک می نماید، اولاً از خدا می‌خواهد در این گرفتاری به او کمک نماید؛ ثانیاً به دستور او از قرآن تعلیماتی برای رهایی از این گرفتاری می‌خواند و ثالثاً به دستور او از عسل (مائه شفا بخش وحیانی) استفاده می‌کند.

چرا که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید «خوردن عسل برای مردم شفاء است» «فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ»، واژه «شفاء» در قرآن، برای عسل و نام یک سوره از قرآن، اختصاص به نحل (زنبور عسل) داده شده که این نشان دهنده اهمیت این شهد بهشتی است.

پیامبر اسلام (ص) فرمودند: «لم يستشف المریض بمثل شربه العسل» «هیچ مریضی، به مانند نوشیدن عسل شفاء پیدا نمی‌کند.

زنبورهای عسل حشرات کوچک بالدار اجتماعی هستند که با تولید و ذخیره‌سازی عسل و سایر مواد بالقوه مفید برای انسان مشخص می‌شوند.

عسل اصلی ترین و پرطرفدارترین محصول زنبور عسل است. از پردازش گوارشی شهد علوفه‌ای گل‌ها به دست می‌آید و در سلول‌های لانه زنبوری ذخیره می‌شود. عسل عموماً به دلیل خواص مغذی آن به بازار عرضه می‌شود، اما از دوران باستان به عنوان یک داروی عامیانه نیز استفاده می‌شده است، در حالی که در زمان‌های اخیر به عنوان یک کمک دارویی و در عمل بالینی معرفی شده است. سایر محصولات از ترشحات غدد زنبور عسل و مواد گیاهی مختلف، به تنهایی یا به طور متفاوت با هم مخلوط می‌شوند. این مواد شامل ژل رویال، موم زنبور عسل، بره موم، گرده زنبور و زهر زنبور عسل است. همه آنها از زمان‌های قدیم توسط انسان برای اهداف تغذیه ای و درمانی استفاده می‌شده است.

چندین ویژگی بیولوژیکی در فرآورده های زنبور عسل توسط مجموعه

وسیعی از مطالعات علمی شناسایی شده است، در حالی که بررسی های متفاوتی به خلاصه کردن خواص درمانی و استفاده به عنوان مواد غذایی، دارویی و آرایشی اختصاص داده شده است.

امروزه، طرفداران عسل از خواص معجزه آسای درمانی آن حمایت و ادعا شفاء بخش بودن این ماده طبیعی و بهداشتی را دارند.

در حال حاضر، حجم زیادی از تحقیقات بالینی وجود دارد که در آن فواید عسل در سلامت و بیماری بدون شک ثابت شده است.

مطالعه در علم پزشکی ثابت شده است که عسل به دلیل رطوبت پایین، فشاراسمی بالا و اسیدی بودن سبب توقف رشد عوامل عفونتزا می شود و پوشش استریلی روی زخم ها ایجاد می کند.

وهم به دلیل ماهیت ترکیب بیوشیمیایی خود، که شامل کربوهیدرات ها، مواد معدنی انواع ویتامین، اسیدآمین و آنزیم های مفید است و خاصیت آنتی باکتریالی و ضد قارچی، ویروسی و الکترولیت ها را پوشش می دهد.

وجود آنتی اکسیدان در عسل به حذف رادیکال های آزاد در بدن کمک می کند. به علاوه اینکه عسل طبیعی چربی و کلسترول هم ندارد.

استفاده امروزه در بیماری های ساده پوستی گرفته تا زخم های جراحی سخت تا آسیب شناسی های مختلف قلبی عروقی و گوارشی تا درمان ضد سرطان را شامل می شود.

خواص عسل به قدری است که سخت می توان همه آنها را در یک مطلب گنجانند. عسل هم غذاست، هم دارو؛ هم خوشمزه است، هم پرخاصیت؛ خلاصه اینکه هر چه بخواهید در این معجون جادویی هست.

### سرطان و مطالعات بالینی

در قرن نوزدهم، شناسایی لکوسیت ها در سلول های تومور اولین نشانه ارتباط بین سرطان و التهاب بود زیرا 20 درصد سرطان ها را می توان به التهاب نسبت داد.

التهاب حاد کنترل نشده، همپوشانی در فعال شدن مسیرهای سیگنال دهی داخل سلولی، و انتشار واسطه های التهابی منجر به شروع بیماری های التهابی مزمن، مانند دیابت و سرطان، زخم معده، بیماری های قلبی عروقی و پریدونتال می شود.

التهاب از علل زمینه ای شایع بیماری هاست، زیرا شروع یک آبشار بیماری زای شکست مسیرهای متابولیک، آسیب بافتی و حتی نکروز و آپوپتوز است.

بیماری های التهابی پس از افزایش سیتوکین های اینترلوکین و فاکتور نکروز تومور تشخیص داده می شود.

التهاب در مراحل مختلف رشد تومور، به عنوان مثال، شروع، ارتقاء، بدخیمی، تهاجم و متاستاز نقش دارد اصطلاح chemoprevention، مهار فرایندهای جهش زایی، سرطان زایی، تکثیر و پیشرفت سلول های تومور را با استفاده از ترکیب طبیعی یا مصنوعی توصیف می کند. بررسی های *in vitro* و *in vivo* نشان داده اند که محصولات زنبور عسل دارای خواص ضد التهابی و ضد خود ایمنی قوی هستند و ترکیبات پلی فنلی آن، به عنوان مثال، پینوبانکسین، پینوسمبرین، لوتئولین، گلانژین، کریزین و کوئرستین دارای خواص ضد التهابی، تعدیل کننده ایمنی، ضد تکثیر و ضد متاستاز هستند. مشخص شد که آنها آپوپتوز را القا می کنند و فعالیت آنتی اکسیدانی را نسبت به چندین نوع سرطان نشان می دهند.

مبدل سیگنال فسفریله تیروزین و فعال کننده سه رونویسی (p-STAT3) یک بازیگر اصلی در سرطان ریه و پستان است. عسل (MH) نشان داده است که در رده سلولی سه گانه منفی سرطان سینه MDA-MB-231 و سلول غیرکوچک سرطان ریه

A549 اثرمهراری بر p-STAT3 دارد. MH زنجیره a گیرنده IL-6 (IL-6Ra) را هدف قرار دهد و از اتصال آن به IL-6 تا 60% جلوگیری می کند و در نتیجه سطح گلیکوپروتئین (gp130) و JAK2 فسفریله تیروزین را کاهش می دهد که اجزای مهم IL-6Ra هستند. در نتیجه گالانژین، کریزین، کوئرستین و لوتئولین ترکیبات فلاونوئیدی اصلی در MH هستند که می توانند اتصال IL-6Ra را مهار کنند.

خواص ضد التهابی و آنتی اکسیدانی عسل، بره موم، ژل رویال، گرده گل زنبور عسل می تواند تاثیر فراورده های زنبور عسل را در برابر انواع مختلف سرطان توضیح دهد. از عسل و بره موم برای درمان موکوزیت دهان، لوسمی لنفوبلاستیک و بدخیمی های سر و گردن استفاده می شود، علاوه بر این بره موم و عسل خطر ابتلا به موکوزیت دهان ناشی از درمان رادیوتراپی را کاهش می دهد.

با بررسی متون انجام شده می توان نتیجه گرفت که تأکید قرآن بر استفاده از عسل در رژیم غذایی و اشاره به خاصیت شفادهنگی آن برای مردمان بی سبب نبوده و امروزه نیز علم پزشکی تأیید کننده خاصیت درمانی عسل برای بسیاری از بیماریها می باشد.

پس عسل این نعمت و ماده آسمانی را با دستهای آلوده و یا درست مصرف نکردن خراب کنیم، تا اثر شفا بخش بودن را از دست ندهیم. پس خوب است از عسل، این ماده شفا بخش، استفاده کنیم تا از عمری

طولانی، سلامت پایدار بهره‌مند شویم. به زمان، مکان، مقدار، نوع، چگونگی و عاقبت مصرف هر چیز بیندیشیم. تا زمانی که از سلامتی عسل اطمینان پیدا نکرده‌ایم از خوردن، نوشیدن و استشمام آن پرهیز کنیم.

منابع:

عسل در قرآن و علوم پزشکی

گروه فارماکونوزی، علوم زیستی دارویی، مرکز زیست پزشکی، دانشگاه اویسالا، سوئد و مرکز بین المللی برای تغذیه و ایمنی مواد غذایی، دانشگاه جیانگ سو، ژنجیانگ چین  
بخش تحقیقاتی ابوظبی، امارات و گروه جانوارشناسی  
موسسه زیست شناسی دانشگاه مارتین لوترهال آلمان... با هدف بررسی اهمیت عسل از دیدگاه قرآن و علوم پزشکی صورت پذیرفته، مطالعه حاضر یک پژوهش مروری بوده که با بررسی متون و از طریق جستجوی اینترنتی و دستی خواص درمانی عسل قرار داده است.

محمد هاشم لو