

## **Лекарства из улья Апитерапия от Эльмира Сафина**

**14 августа** отмечается церковный праздник, который в простонародье получил название «Медовый спас»... Помимо религиозного смысла, этот день для наших предков означал начало медосбора, когда на пасеках, с молитвой и благословением, начинали качать мед. Отсюда и название.

**А вот почему наши прародители** предавали такое значение продуктам пчеловодства, мы решили узнать у Эльмира Сафина, который уже не один год держит большую пасеку в Мамадышском районе Татарстана.

### **Династия пасечников**

Бесспорно, мед всегда ценился за его удивительный вкус, не зря же в народе говорили: «С медом и калина – малина»! Но пчелы подарили нам не только вкусный, но и чрезвычайно полезный продукт. Не так давно даже появился специальный термин – «апитерапия», то есть лечение с помощью продуктов пчеловодства.

– Улей – это фабрика бесценных лекарств! – восклицает Эльмир Сафин, с которым мы встретились в огромном казанском торговом комплексе на ярмарке, где фермеры со всей Республики Татарстан предлагают мед, прополис, пергу – в общем, все, что только производят пчелы.

В Татарстане мед с пасеки Сафиных знают многие, ведь их продукция всегда очень высокого качества. Разговаривая с Эльмиром, я начинаю понимать, в чем секрет успеха этого общительного и эрудированного пасечника: пожалуй, нет такой информации о продуктах пчеловодства, которую он бы не знал, а о пчелах он может рассказывать бесконечно!

– Я точно знаю, – говорит он, – что мои прадеды до революции держали пасеки. Дед матери разводил пчел в деревне Верхний Сунь. Это как раз там, где мы в 2009 году приобрели бывшую колхозную пасеку. А по линии отца прадед держал 60 ульев в районе деревни Катмыш. Так что это у нас в крови!

### **Перга или пыльца?**

О своем деле жизни, о пчеловодстве, Эльмир рассказывает с большим энтузиазмом, с горящими глазами.

– Любой продукт в улье может принести колоссальную пользу. Вот, например, пыльца, которую собирают пчелы, – в ней огромное количество витаминов, ферментов. Но она быстро теряет свою пользу – через две недели под воздействием света, воздуха, перепадов температур она становится просто белком. Поэтому покупать пыльцу в чистом виде и хранить ее совершенно бессмысленно. А перга – это пыльца, которую пчелы смешивают с медом и которой кормят своих детей, начиная с третьего дня после их появления на свет. В таком виде сохраняются и ферменты, и аминокислоты, и огромное количество полезных веществ. Так что перга полезна как взрослым, так и детям, у которых идет строительство мышц и костей.

### **Мед сильнее яда**

– Ну а если собственно о меде говорить, – продолжает пасечник, – стоит начать с того, что он все обеззараживает, ведь даже если яд смешать с медом, он перестанет быть ядовитым! Но самое важное, что мед содержит фермент диастаза, то есть обладает способностью расщеплять крахмал, углеводы и превращать их в глюкозу. А мы едим очень много крахмала – картошку, макароны, кетчупы и майонезы... И именно углеводы превращаются в нашем организме в излишки жиров, в холестерин. Не секрет, что из-за потребления муки высшего сорта, сахара, пирожных и прочих «вредностей» наблюдается такой рост диабета! А мед способен перерабатывать крахмал, то есть брать на себя работу поджелудочной железы, давая организму отдохнуть. Именно поэтому, когда однажды на диспансеризации я обнаружил, что мой вес вырос до 97 кг, мне пришлось прибегнуть к помощи меда, – смеется Сафин. – Причем я и хлеба особенно не употреблял, и ел немного, но тем не менее поправился... Осознав проблему, я стал каждый день после еды выпивать по стакану воды с медом. Очень скоро я вернулся к своим 84 кг! И это вполне объяснимо: мед улучшает пищеварение. Ну а то, что мед успокаивает, знают, наверное, все. Выпил чаю с медом вечером, и спокойно засыпашь...

Слушаешь Эльмира и поневоле начинаешь думать, что мед – это просто лекарство от всех болезней. И кишечник, и дыхательные пути, и кожу... Что только им не лечат! Не зря же ученые отнесли мед к геропротекторам, то есть к веществам, защищающим от старения и продлевающим жизнь.

### **Воск, забрус и прополис**

– А какие еще продукты, полезные для здоровья, производят пчелы? – спрашиваю я.

– Воск! – восклицает пчеловод. – Очень полезно есть мед в сотах и глотать воск. Ведь он плавится при температуре 35 градусов, а у нас в организме – 36,6. Расплавленный воск проходит по кишечнику и очищает его. А еще один продукт, о котором не многие знают, – забрус, это тот материал, которым пчелы пломбируют мед в сотах. Когда снимаешь рамку, чтобы получить доступ к меду, ножом счищаешь забрус. Он состоит из белка и воска. Именно его наши предки жевали, чтобы сохранить крепость зубов, ведь забрус и эмаль укрепляет, и десны от парадантоза лечит. В древности же не пользовались ни щетками, ни зубными пастами, ни услугами стоматолога, а такого безобразия с зубами не было. Это благодаря забрису, – утверждает Эльмир. – Особенно полезно его жевать детям, чтобы зубы здоровыми росли.

– А есть ведь еще и прополис! – добавляю я.

– Да, прополис – это такая дезинфицирующая смола, – поясняет Эльмир, – которую пчелы добывают из почек растений (ивы, например) и заделывают ею щели в улье, чтобы к ним никакая инфекция не проникала. Очень интересный факт: если зимой в улей проберется мышь, пчелы ее убивают и из-за того, что выкинуть ее невозможно, обмазывают труп прополисом. Когда весной открываешь улей, находишь там комок с мышью внутри. Но она совершенно не разложившаяся, и никакого запаха нет. Такой дезинфицирующий эффект!

### **От семи недугов**

В этот момент к нам присоединяется мама Эльмира Гульзухра Мухаметшевна, которая также полноправный участник медового бизнеса Сафиных.

– А Вы используете продукты пчеловодства для лечения? – интересуюсь я у 65-летней женщины.

– Обязательно! – восклицает Сафина старшая. – Нас родители с детства так лечили, мы лекарств и не знали. Простуда – прополис пьешь. Если болят суставы или мышцы – массаж с медом. Дома всегда держали мазь из прополиса, воска и топленого масла. С ней и заживает все быстро, и если насморк, помажешь пазухи носа, и как рукой снимает. А если после ожога сразу медом смазать обожженное место, все очень быстро проходит! У нас тут в столовой одна женщина случайно на раскаленную плиту села, сильно обожглась. Бегом ко мне прибежала, мы медом ей место ожога помазали, так на следующий день уже все нормально было. Мед, смешанный с прополисом, и для желудка полезен, и для горла. В общем, мед – средство от всех болезней, главное, чтобы натуральный был, не подделка!

Роман УСАЧЕВ

*Врезка*

Улей – это фабрика бесценных лекарств!