



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

**Gulyás Méhészet**

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

## *A méhpempő*

A méhpempő a dolgozó méhek garatmirigy váladéka, egyfajta fehérjekoncentrátum. Ezzel a különleges anyaggal táplálják a kikelt lárvákat, az első 3 napban, illetve a méhkirálynőt egész élete során.

A friss méhpempő fehéres, esetleg világossárgás színű, a napsugárzást visszaverő csillogós, krémes állagú anyag. Íze erősen savanyú, fanyar, enyhén cukros.

Nagyobb mennyiségű méhpempőt kizárólag az arra szakosodott, leginkább anyaneveléssel foglalkozó méhészek tudnak gyűjteni. Ők munkájuk során a méheket nem méztermelésre, hanem méhpempő előállítására ösztönzik.

A méhpempőt a világ minden részén ismerik „Royal jelly”, magyar fordításban a Királyok eledele néven. Ez az elnevezés az anyaméh különleges táplálékát az anyapempőt jelenti. A méhpempő döntő módon befolyásolja a méhnemzedékek váltakozását, a kolónia létszámát és a méhanya életkorát. A méhkirálynő egész élete során ezt eszi, és mint ismeretes, lényegesen tovább él dolgozó társainál, testtömege a többi méh többszöröse. Rendkívüli módon bírja azt a folyamatos megterhelést, amit az utódok világrahozatala ró rá. A méhkirálynő egy nap alatt akár a testsúlya két és félszeresének megfelelő tömegű petét képes létrehozni.

A méhpempő több, a természetben ritkán előforduló összetevőket is tartalmaz. Alkotóit szervezetünk méreganyagok felhalmozódása nélkül képes hasznosítani, így biztosítva azok jótékony hatásait. Számtalan betegség során segíthet, méregtelenítő és immunerősítő tulajdonsága páratlan.

### **A méhpempő összetétele**

A méhpempő különböző csoportokba tartozó, egyszerű és összetettebb anyagok keveréke. Az egyetlen olyan természetes anyag, amely több mint 150, biológiailag aktív összetevőt tartalmaz. Víz tartalma teljes tömegének körülbelül kétharmadát jelenti.

Meghatározó összetevői a teljes értékű fehérjék, melyek aránya rendszerint 18-25 % között változik. Ennek aminosav tartalma 57-69 % közötti, amelyből durván 5-15 % lehet a szabad kötésűek aránya. A méhpempőben mind a 22 természetben megtalálható aminosavat kimutatták. Közülük jelentős az alanin, arginin, cisztein, glicin, hisztidin, leucin, izoleucin, lizin, fenilalanin, prolin, szerin és tirozim tartalma.

Nagyobb arányban tartalmaz gamma-globulint, mely serkenti az immunrendszert, így a szervezet hatékonyabban veszi fel a harcot a fertőzésekkel szemben.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

A benne megtalálható, eddig azonosított enzimek az aszkorbinoxidáz, az amiláz, a proteáz, a foszfateáz és a nem specifikus kolineszteráz és szalicináz. Feltételezhető persze, hogy a méhpempő további enzimeket, illetve enzimátikus rendszereket is tartalmaz.

Fontos zsírsavak forrása, nagyobb arányban tartalmaz mirisztint, palmitint és sztearint

A kutatók megállapították, hogy a méhpempő zsírtartalmának meghatározó részét (80-90 %-át) a zsírsavak adják, a viaszok a teljes zsírtartalom 5-6 %-át teszik ki, a foszfolipidek annak 0,8-3 %-át jelentik. A fennmaradó 10-15 %-ot egyéb komponensek alkotják.

A méhpempő szénhidrát tartalmát vizsgálva megállapították, hogy benne ugyanazok a cukrok találhatóak, amelyek a mézben is. Ezek név szerint a fruktóz, a glükóz, a szacharóz és a ribóz. A méhpempő cukortartalmának nagyobb részét a redukáló cukrok alkotják. A friss méhpempőben átlagosan 18 %-ot, a liofilizálással tartósított változatban pedig hozzávetőlegesen 36-42 %-ot tesznek ki a redukáló cukrok összes mennyisége.

A méhpempőben fontos vitaminok találhatóak meg; A-, B1-, B2-, B3-, B5-, B6-, B7-, B9-, C-, D-, E- K-, H- és P- vitamint tartalmaz.

Összetételében felfedezhetők különböző nyomelemek (vas, réz, cink, fluor, jód, króm, szelén, mangán, nikkel, kobalt), és ásványi anyagok (nátrium, kálium, kalcium, magnézium, foszfor, szilícium és kén).

Egyik legjelentősebb összetevője az acetilkolin, mely a központi idegrendszerben, ingerületátvivő anyagként működik. Az előagy acetilkolin termelő sejtjei, ha alul működnek, kialakul az Alzheimer-kór. Minél kevesebb az acetilkolin termelés annál súlyosabb az emlékezetvesztés. Az acetilkolinnak számos agyi funkcióban van szerepe. Kutatások bizonyították, hogy a méhpempő ezerszer annyi acetilkolint tartalmaz, mint a méz.

Egészen kis mennyiségben ugyan, de megtalálhatók még benne antibakteriális és antibiotikus összetevők, gombaölő anyagok, hormonok (pl. esztradiol) és hormonszerű anyagok.

A méhpempő biokémiai szempontból, nagyon összetett természetes anyag. Sokan elemezték már, de néhány százalékos összetevője még a mai napig ismeretlen. Összetétele és szerkezete olyan egyedi és különleges, hogy szintetikusán eddig még nem sikerült előállítani. Ez is azt bizonyítja, hogy a Méhpempő egy páratlan tápanyag.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

### A méhpempő hatása

A méhpempő emberek esetében teljesítményfokozó, immunrendszer erősítő és testsúly növelő (roboráló) hatással bír.

A Méhpempő kiváló serkentő és frissítő szer. Fogyasztásával növelhetjük a munkateljesítményünket, fokozza a figyelmet és koncentrációs képességeinket, kiválóan hat az alvásra és a memóriára. Támogatja védekezőképességünket kiváló antivirális hatása van, ezért szedése járvány idején pl. az influenza megelőzésében, illetve annak kezelésében különösen ajánlott.

A Méhpempő az egyik leghatékonyabb méregtelenítő. Szedésekor a szervezet intenzív méregtelenítése következik be, javítja az anyagcserét. A Méhpempő az összetételében található különleges kötések, proteinkombinációk, immunoglobulinok, telítetlen zsírsavak - különösen az Omega 4 és 6 - által méregtelenít, regenerálja a sérült sejteket.

Normalizálja a vérben lévő zsírsavakat, így segítve elő a kardiovuszkuláris rendszer egészségét. Pozitívan hat minden szív és érrendszer problémára, mérsékli a koleszterin szintet. Lassítja az érrelmeszesedést, megakadályozza az értágulást és a vérrögök kialakulását, csökkenti a szívinfarktus kockázatát és szabályozza a vérnyomást. Kedvezően befolyásolja az agy vérkeringését, főleg a verőerek (artériák) kapilláris funkciók részlegén. Javítja a helyi vérellátást, rendszeres fogyasztása esetén csökkenti az artériás vérnyomást.

Hatékony segítséget nyújt az influenza megelőzésében és kezelésében, asztma és légúti megbetegedések leküzdésében. Ma már jól ismert a gyulladáscsökkentő és baktériumölő hatása is. Fogyasztásával csökkenthető a csontritkulás bekövetkezésének valószínűsége.

Elősegíti a fiatal szervezet növekedését, normális fejlődését, megújítja a felnőtt (idősödő) szervezet sejtjeit, ezáltal késlelteti az öregedést. Acetilcolin tartalmának köszönhetően segít Alzheimer-kór kezelésében is.

Normalizálja az adrenalin kiválasztást és a mellékvesék megfelelő működését. A szimpatikus és paraszimpatikus idegrendszer működésére hatást gyakorol és megnöveli a stresszel szembeni ellenálló képességet. A méhpempő a leghatásosabb, mellékhatást nem előidéző antidepresszáns. Fogyasztásával a levert lelkiállapotú betegek kigyógyulnak az álmatlanságból, visszanyerik étvágyukat, életükből idővel a depresszív tünetek is teljes mértékben eltűnnek.

Jótékony hatással van gyomor és bélbántalmakra, gyomorfekély esetén is ajánlott.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

Segíti a teherbeesést, meddőség esetén fogyasztása a férfiaknak és a nőknek is erősen ajánlott. Használatával nő a tesztoszteronszint a vérben, melynek fontos hatása van a meddőség vagy impotencia kezelésében. Kismamáknál tejképződést fokozó hatású.

Rossz étvágyú, rosszul alvó, beteges gyermekek esetében hosszú távú megoldást jelenthet. Enyhíti az ízületi fájdalmakat, általános méregtelenítő hatású

A tiszta méhpempővel nem csak a betegségek elleni küzdelmet vehetjük fel hatékonyan, de képes megtámogatni a műtétek utáni gyors regenerálódást is.

### A méhpempő adagolása speciális esetekben

- **Általános erősítés céljából** ajánlott napi adagja **1-2 gramm, 60 napig**, évente háromszor ismételve.
- **Méregtelenítés céljából** ajánlott napi mennyisége **2 gramm, 60 napig**, szükség esetén 2 hónap szünetet követően megismételve.
- **Immunerősítés céljából** ajánlott napi adagja **1-2 gramm, 10-14 napos kúrákban**, havonta ismételve, főként az őszi és téli időszakban, illetve amikor szükségét érezzük.
- **Influenza és egyéb**, már kialakult, gyakrabban előforduló **fertőző betegségek esetén** ajánlott napi mennyisége **3-4 gramm, 4-5 napig**, majd ezt követően napi 1-2 gramm, további egy héten keresztül.
- **Asztma kezelésére** ajánlott napi mennyisége **2X-1 gramm, 60 napig**, folyamatosan ismételve, az egyes kezelési időszakok között 30 napos szüneteket tartva.
- **Szív- és érrendszeri problémák kezelésére** ajánlott napi adagja **2 gramm**, a kúrát **60 napig** folytatva. A kezelést évente 2-3-szor érdemes megismételni.
- **Vérszegénység esetén** ajánlott napi mennyisége **2-5 gramm, 30 napig**. A betegség súlyosságától függően lehetőség van az adag növelésére.
- **Alzheimer-kór** előrehaladásának **visszaszorítására** ajánlott napi mennyisége **5-10 gramm, 10 napig**. Ezt a kúrát évente hatszor megismételni szükséges. Az Alzheimer-kórral egy időben végzett, egyéb problémák kezelésére, megelőzésére irányuló további méhpempő fogyasztás esetén fontos, hogy az előbb bemutatott 10 napos kúrát követően legalább 20 napos szünetet tartsunk.
- **Parkinson-kór fennállása esetén** ajánlott napi mennyisége **2 gramm, 60 napig**. A pozitív hatás fokozása érdekében a kúrát évente háromszor ajánlott megismételni.
- **Stressz esetén** ajánlott napi adagja **2 gramm, 30 napig**, majd 1-2 hetes szünetet tartva újra megismételve.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

- *Depresszió, vagy drepesszív szorongás leküzdésére* ajánlott napi mennyisége **2-4 gramm, 30 napig**, ismétlő jelleggel 10-14 napos szüneteket tartva.
- *Hepatítisz kezelésére* ajánlott napi adagja **3 gramm, 90 napig**. A kúra után indokolt 30-45 napos szünet tartása.
- *Rövidlátás, vagy progresszív rövidlátás esetén* ajánlott napi mennyisége **1-2 gramm**, az eset súlyosságától függően **60-90 napig**.
- *Makula degeneráció esetén* ajánlott nap adagja **1 gramm, 60-90 napig**.
- *Pajzsmirigy túltengés kezelésénél* ajánlott napi mennyisége **1-2 gramm, 30-60 napig**, a kúrát évente háromszor ismételve.
- *Cukorbetegség esetén* ajánlott napi adagja **2-3 gramm, 45-60 napig**, a kúrát évente háromszor ismételve.
- *Potencianövelés céljából* ajánlott napi mennyisége **2-3 gramm, 90 napig**.
- *Várandós anyukáknak*, a tejtermelés fokozása érdekében ajánlott napi mennyisége **1-2 gramm**, a szükséges ideig.
- A *koraszülés megelőzése céljából* ajánlott napi adagja reggelente **1 gramm**, a teherbeesés előtt 30 nappal, valamint a terhesség első 60-70 napjában fogyasztva.
- *Korai változó korra* ajánlott napi mennyisége **1 gramm, 30 napig**, majd **2 gramm**, további **30 napig**, ezt követően **3 gramm**, szintén **30 napig**. Kétszer egy évben, 30 napos szünettel a kúrák között.
- *Női problémákra* ajánlott napi adagja **1-2 gramm**.
- *Csontritkulás megelőzése érdekében* 45 év fölött ajánlott évente kétszer **60 napos kúrát** tartani napi **1 gramm** méhpempő bevitelével.
- *Izületi betegségek* (például artritisz, reumás poliartritisz és porckopás) *kezelésére* ajánlott napi adagja **1-3 gramm, 30-60 napig**, évente háromszor megismételve.
- *Izomzati panaszokra, törésekre* ajánlott napi adagja **2 gramm, 45 napig**.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

### A méhpempő tárolása

Méhpempőt csak a májustól augusztus végéig tartó időszakban termelhetünk, folyamatos rendelkezésre állását tehát csak az előállítási szezonban folytatott fokozott gyűjtésével majd megfelelő körülmények között történő tárolásával, konzerválásával biztosíthatjuk.

A méhpempő természetes állapotában rendkívül érzékeny anyag, ezért lényeges, hogy nagy gondossággal kezeljük annak érdekében, hogy beltartalmi értékéből a tárolása során ne veszítsen.

- Raktározáskor éppúgy óvjuk az erős fénytől, napfénytől, mint a kitermelés közben. A méhpempőt lehetőség szerint sötét üvegben, napfénytől védett, kevésbé világos helyen tároljuk. Legalkalmasabb erre a célra a hűtőszekrény.
- A méhpempőre a magas hőmérséklet is ártalmas. Nagyobb hőfokon aránylag gyorsan veszít biológiai értékéből és fontos alkotó elemeiből. A pempő tárolási hőfokát tekintve általános nézet a +5 °C alatti hőmérséklet. Kísérletek azt bizonyítják, hogy a 0 °C körüli hőfok felel meg a legjobban a tárolására. Hosszú távon, friss állapotban mélyfagyasztva, -20 °C fok körüli, lehetőleg az alatti hőmérsékleten tároljuk. Így tartva akár 10 évig is képes megőrizni hatóanyagait, és bármikor felhasználva kifejteni pozitív hatásait.
- A legnagyobb veszélyt a méhpempőre a nedves környezet jelenti, mivel erősen vízszívó anyag, így ideális talajt jelent a penész megjelenéséhez és a csírák elterjedéséhez.
- Gondosan lezárt üvegben tárolva kell óvni a levegővel való hosszú távú érintkezésétől. A Levegővel érintkezve a méhpempőben már szobahőmérsékleten is enzimikus folyamatok (hidrolízis) indulnak meg.
- A fémekkel (pl. evőeszközökkel) való hosszabb távú közvetlen érintkezés szintén negatív hatással van a méhpempő minőségére, ugyanis a fémek, mint katalizátorok hatnak a méhpempőre, tehát meggyorsítják a vegyi folyamatokat. Ezért sem kiszedésére, sem raktározására, sem kiszerezésére nem alkalmazunk fémből készült eszközöket. Tárolására leginkább üvegedény a legalkalmasabb, esetleg megfelel fényt át nem eresztő műanyagból készült edény is. A pempő üvegbe helyezéséhez fa vagy műanyagból készült tárgyakat használjunk! Ugyanígy járunk el a méhpempő elkeverésénél is.

A méhpempőt a méhkaptárból történő eltávolítását követően mielőbb konzerválni kell, legkésőbb a kiszedéstől számított 3 óra elteltéig. E célra többféle módszer ismeretes.

Elraktározásának legegyszerűbb módja a 0-5 °C között hűtőszekrényben történő tárolás. Ebben a formában 1 évig őrzi meg hatékonyságát, ami ezt követően fokozatosan csökken. Amennyiben nem napi fogyasztásra használjuk a méhpempőt, vagy nagyobb



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

mennyiséget tárolunk, akkor mélyfagyasztott (-20 C°) állapotban akár 10 évig is tárolhatjuk, légmentesen, levegőtől elzárt állapotban.

A méhpempő tartósításának szintén egyszerű és hatékony módja a mézben való elhelyezés, ami leginkább kisebb mennyiségek tárolásánál jöhet szóba. A méz régi idők óta fogva ismert tartósító anyag, méhpempő tárolására, a már kristályos formája a legalkalmasabb. Ha a méhpempőt friss (folyós állagú) mézbe keverjük, kisebb fajsúlya miatt idővel annak felszínére kerül, ahol azon túl, hogy habréteget képez, a levegővel érintkezésbe kerülve fennáll annak veszélye, hogy benne a minőségét károsan befolyásoló folyamatok indulnak el. Ezért, ha van rá mód a méhpempő konzerválását kristályos mézzel végezzük!

A kristályosodást ugyanakkor elősegíthetjük, ha az edény egy részét megtöltjük kristályos mézzel, és a többi részt friss mézzel egészítjük ki. A hűtőszekrény leghidegebb részébe helyezve rövid idő alatt a méz kikristályosodik. Abban az esetben, ha csak friss mézzel rendelkezünk, a mihamarabbi kristályosodás érdekében helyezük azt néhány napra a hűtőszekrénybe.

A kristályos mézben történő tartósítás további előnye, hogy az elkevert pempőt egyenletesen elosztva tartja, nem engedi annak utólagos kiválását, így, ha megfelelően van elkeverve, egyenletes adagolást biztosít.

Keverését illetően 2-5%-os arányt alkalmazzunk! Tehát 500 g kristályos mézbe 10-25 g méhpempőt keverjünk el. A mézbe kevert pempő közkedveltségnek örvend, mert használata kellemes. Biológiai tulajdonságait hosszú ideig megőrzi, ha a fagyponthoz közeli hőfokon raktározzuk.

A gyógyszeripar a méhpempőt liofilizálással konzerválja. A liofilizálás fagyasztásos állapotban történő kiszáritás. A friss méhpempőt, a kiszáradást követően fénytől elzárva tartanak 0-5 C° hőmérsékleten tartják, majd ugyanannyi mennyiségű desztillált vízzel elkeverik, és a viasztörmelék eltávolítása érdekében háromsoros gézen átszűrrik. Az így nyert vizes oldat krém sárga színű, jellegzetes szagú. Mérőhenger segítségével 150 ml űrtartalmú üvegekbe öntik, ezekben megy végbe a szárítás. Az üvegek tartalmát egy órán át a liofilizáló készülék, forgó berendezésében -30 C°-on fagyasztják. Ezután az üvegeket tartalmukkal a szublimáló helyiségbe viszik, ahol 3 órán át -15-25 C°-ig tartják. Ezt követően a szublimáló helyiségben uralkodó légnyomást 50-100 Hgmm-re csökkenti, majd megkezdik a melegítést, melynek végén a térben +45 C° hőmérsékletet állandósítanak és tartanak, egészen a szárítás befejezéséig. Ilyen körülmények között a jég a megfagyott anyagból egyenesen pára alakjában szublimálódik. A kész anyag sárgás mikrokristályos szerkezetű, amely sötét üvegben is csak legfeljebb +3 C°-on raktározható. A liofilizált Méhpempőt drasztikusan bevonattal látják el annak érdekében, hogy gyógyszer alakjában ne érvényesülhessen higroszkópos tulajdonsága, ezzel védve a pempőt a raktározás közbeni esetleges külső behatásoktól.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

### Érdekességek a méhpempő alkalmazásának gyakorlatából

Számos vizsgálatot végeztek a méhpempőnek az ízületi gyulladásokra kifejtett hatásával kapcsolatban. Carlton Fredericks a Food Fact and Fallacies című könyvében kifejti, hogy a méhpempő a benne lévő pantoténsav által, segít visszafordítani az ízületi gyulladás tüneteit azáltal, hogy támogatja a mellékevesék működését, mely a gyulladásért illetve a fájdalomért felelős.

A méhpempővel kiváló hatásokat értek el a súlyosabb idegrendszeri alapú betegségeknél, mint az Alzheimer vagy a Parkinson-kór. A nagy adagban adott méhpempő az ilyen súlyos idegrendszeri betegségek során, akár a tünetek rövid idejű teljes megszűnését is eredményezheti.

A méhpempő emelt adagolásával különösen jelentős eredményeket értek el érelmeszesedésből eredő agybántalmak kezelésénél, amelyeket néhány hónapig tartó bénulás is kísért, továbbá olyan betegek kezelésénél, akiknél a bal agyfélteke beteges változásai után a beszélőképesség részleges és teljes elvesztése állt be. A beszédzavarok hónapokig tartottak és a betegek egyéb gyógykezelés hatására nem reagáltak. A méhpempő 6 hétig tartó fogyasztása után a szóbőség feltűnő módon megnagyobbodott. Az Imolei Elmegyógyintézetben 20-30 napon keresztül reggelenként 5-10 méhpempő adagolásával, 7 elmebeteg kezeltek, akik korábban sem az inzulinos, sem az elektrosokkok kezelés hatására nem reagáltak. Hat beteg állapota jelentősen javult, egy pedig teljesen meggyógyult.

A méhpempőt sokan természetes gyógyszerként emlegetik. A kínaiak a méhpempőt cukorbetegség ellen, a vércukorszint normalizálására használják már régebb óta. Kutatók igazolták, hogy állatok esetében is csökkenti a vércukorszintet. Az alloxán okoztadiabétes ellen is hatékonyak bizonyult a patkányokon folytatott kísérletek során.

A méhpempőt 10 napon át adták patkányoknak. A tudósok nyomon követték a reproduktív szervek állapotát, a hímivarsejtek, a tesztoszteronszintet és a herék károsodását. Arra a következtetésre jutottak, hogy ha naponta adnak méhpempőt a patkányoknak, amíg kezelik őket a toxikus kemoterápiás szerrel, a toxin szintje a patkányokban csökken, míg az antioxidánsoké növekszik. Hogy mit jelent ezt azoknak, akik kemoterápiás kezelés alatt állnak? Nagyon sokat.

Az utóbbi években került felfedezésre a propolisz alkohol- és drogfüggőséggel szemben mutatott pozitív hatása, amely megdöbbentette az orvostudományt. Rendkívül hatékony az elvonási tünetek megszüntetésében mindkét esetben. Egy nagy adag bevétele (25 gramm), a legtöbb esetben elnyomja az elvonási tüneteket. Később a bevitt méhpempő mennyisége fokozatosan csökkentendő, és a kúra harmadik hónapjának végére 2-3 gramm/nap adagban állandósítható.





Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

A méhpempő a vérképző szervek megbetegedéseinél érvényesül a legjobban. Kezelések után megállapították, hogy a méhpempő lényegesen emeli a fiatal vörsejtek számát, arányát. Hasonló eredményeket értek el a B 12 vitamin alkalmazásával is. A Méhpempő és vitamin együttes adagolása esetében a fiatal vörsejtek száma közel 150 %-kal emelkedett a kiindulási állapottal szemben.

A méhpempő használatával kapcsolatban, az ideggyógyászatban, elmeorvosászatban és az öregedés okait vizsgáló tudományban olyan eredményekkel találkozunk, amelyek igen meggyőzőek. A vérkeringési zavarokban szenvedő betegeknél a Méhpempő alkalmazása közben megállapították, hogy az agy funkciók elégtelenségénél rövid időn belül (10-14 nap alatt) érezhető javulás áll be. Legnagyobb fokú agyér-elmeszesedésben szenvedő betegeknél, akiknél időnként hiányos agyi-vérellátás is előfordult napi 5-10 gramm méhpempő, egy hónapig tartó fogyasztása lényeges javuláshoz vezetett. Hasonló eredményeket értek el defektusos állapot képét nyújtó terjedelmes agyér-elmeszesedésben szenvedő betegeknél is, akiknél a betegség előrehaladottságából kifolyólag kevés volt a remény a gyógyulásra.

A méhpempőt eredményesen használták egyes öregedési tünetekkel szemben is. Jó hatású és megnyugtató szer nemcsak a lelki, de a testi kimerültségből származó betegségeknek is.

A méhpempő fogyasztása eredményesen hat a női szervezet változó kori rendellenességeire (klimaktérium). Először 2004-ben Szofiában az Obsztrikiai és Nőgyógyászati Klinikán végeztek egy kísérletet klimaxos nőknél napi 0,5-1 gramm Méhpempő adagolásával, 90 napig tartó kúrával. Nagy sikereket értek el olyan poszt-klimaxos szindrómákban, mint a hirtizmus, a szívritmus zavarok, a csontritkulás, vagy a keringési zavarok. Az esetek többségében teljes gyógyulást következett be. Jó hatással van a változó korú női szervezetre, és idősebb nőknél fékezi az arc férfias, szőrös benövését.

Belfever és Gautrelet a nők menstruációs ciklusának zavarainál alkalmazták. Megállapították, hogy a Méhpempő a női menstruációt normalizálja, továbbá a petefészkek rendellenességeinél is hatékonyan alkalmazható. Ezeket túl a női endokrin rendszerre gyakorolt pozitív hatását is bizonyították.



Fejezet a Gulyás Méhészet által összeállított  
*Méhészeti tudástár mézfogyasztóknak (2015)*  
ismeretanyagból.

## Gulyás Méhészet

6000 Kecskemét, Talfája köz 12.

Tel: +36 (76) 410-336

Mobil +36 (30) 855-6344

E-mail: [info@gulyasmeheszet.hu](mailto:info@gulyasmeheszet.hu)

Web: [www.gulyasmeheszet.hu](http://www.gulyasmeheszet.hu)

### További fontos tudnivalók a méhpempő felhasználásáról

Habár a népi gyógyászat és a természetgyógyászat gyógyszerként tartja számon a méhészeti termékeket, a fenti megállapítások nem tényként szolgálnak betegségek gyógyítására, csupán kezelési javaslatokat, pozitív tapasztalatokat mutatnak be.

A méhpempőnek általánosságban semmilyen mellékhatása nem ismert. Időnként azonban elővigyázatossággal kell eljárunk, elsősorban olyan betegségek kezelésénél, melyek gyógyítására, illetőleg panaszainak említésére a méhpempőt korábban még nem használták.

Nem zárhatjuk ki azt sem, hogy némely betegeknél a méhpempő hatására elsődleges allergia jelentkezik, ezért szükséges annak alkalmazása után figyelemmel kísérni az érzékenységre hajlamos embereket.

Legfontosabb óvintézkedés és ellenjavallat a méhtermékekre való allergia. Ebben az esetben egyáltalán nem javasolják méhpempő fogyasztását, mert ekkor az is kiválthat bizonyos reakciókat. Azon személyek, akik csak hajlamosak lehetnek erre az allergiára, vagy más egyéb túlérzékenységben szenvednek, az első 2-3 napban 0,1 grammal kezdjék a kúrát, a kezelést azonnal felfüggesztve, ha szájüregi viszketést, emésztési zavarokat, légzési nehézségeket, vagy orrfolyást tapasztalnak, esetleg a bőrükön újonnan megjelenő kiütéseket észlelnek. Ha nem tapasztalnak ezekhez hasonló tüneteket, a napi bevételre szánt adag fokozatosan növelhető, de az esetlegesen fellépő allergiás reakciókra továbbra is fokozott figyelemmel kell lenni.

Alacsony vagy magas vérnyomású betegek kezdetben csak állandó orvosi felügyelet, és folyamatos vérnyomás ellenőrzés mellett fogyasszanak méhpempőt, a kúrát kizárólag kis adagokkal kezdve. A méhpempő kis mennyiségben is jelentősen csökkentheti a vérnyomást! Vérnyomás probléma esetén orvosi felügyelet nélkül a méhpempő fogyasztása tilos!

Gyermekek esetében alacsony adagolással kezdjük meg a méhpempő alkalmazását. Normál esetben a pempőnek semmilyen mellékhatása nincsen, egyedi esetekben viszont előfordulhat allergiás reakció. Fokozott óvatossággal járunk el akkor, ha gyermekünk allergiás bármilyen más egyéb termékre. Abban az esetben pedig, ha gyermekünkről tudjuk, hogy allergiás a méhészeti termékekre, semmilyen körülmény között ne adjunk neki méhpempőt!