TİBBİ BİLİKLƏR

Səfurə Mirsalamova

Sevda Musayeva
Azərbaycan Dillər Universiteti

10.30546/2518-752X.1.601.0194

BAL VƏ ONUN MUALİCƏVİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

Açar sözlər: *bal, xəstəlik, qida maddələri, müalicə*
Key words: *honey, illness, nutrients, treatment*
Ключевые слова: *мёд, болезнь, питательные вещества, лечение*

Giriş: Baldan qədim zamanlaradan indiki dövrə qədər həm keyfiyyətli qida maddəsi kimi, həm də müxtəlif xəstəliklərin mualicəsində dərman vasitəsi kimi geniş istifadə edilir. Təmiz təbii bal orqanizmin böyümə və inkişafında mühüm rol oynayır. İmmuniteti gücləndirir, antioksidant və mualicəvi təsir göstərir, ürək qan-damar sistemini gücləndirir, mədə-bağırsaqların işini normallaşdırır. Balı bir çox otlara, çiçəklərə, dəmləmələrə, bişirmələrə qatmaqla çox gözəl effekt verən dərman maddəsi kimi də istifadə edilir.

Bal bal arıları tərəfindən hazırlanan şirin və qatı bir maddə olub tərkibi çox zəngindir. Şirin olmasının səbəbi tərbibində yüksək konsistensiyada fruktoza və qlükoza monosaxaridlərindən ibarət olması hesabınadır. Xalq təbabətində bal ən çox orqanların sağlam olması, enerjinin, əhval ruhiyyənin yaxşılaşması, gümrahlaşdırılması, yaşlanmaya qarşı ömür uzadan bir qida kimi baxılır. Bal duru və xarlanmış formada ola bilir (xarlanmış balın tərkibindəki maddələrin pozulmasına təsir etmir). Arı balı çox zəngin biokimyəvi tərkibə malik olub orqanizmə antioksidant və antibakterial təsir göstərir.

Qədim zamanlarda arıçılıq ən çox Fələstində – qayalarda arı pətəyinin tapılması ilə başlayıb. Yay zamanı orada balın süzülməsi Fələstin torpağının bal və süd torpağı adlandırılmasına gətirib çıxarıb. Əvvəllər balı Allahın möcüzəsi kimi hesab edib onu xüsusi eleksir adlandırırdılar. Bundan başqa balçılıq Yunanıstanda da inkişaf etmişdir. Aristotel (bizim eradan 750 il əvvəl) balçılıq elminin banisi sayılır. Yunanıstan mifalogiyasında balın sehri haqqında əfsanələr yaranmışdır. Dahi Qomer öz əsərlərində "İliada" və Odisseya" əsərlərində balın qiymətli qidalandırıcı qabiliyyəti olması haqqında yaxılmışdır, onun yunan döyüşcülərinin (əsgərlərin) sinir sisteminin və yuxusuzluğunun mualicə eleksiri kimi qeyd olunmuşdur.

Hippokrat (bizim eradan 460-377 il əvvəl) arıların həyatı haqqında balçılığın, onların hazırladığı balın qida və mualicəvi xüsusiyyəti haqqında yazmışdır. Hətta Hippokrat baldan mədə-bağırsaq, qaracıyər, ağciyər xəstəliklərində, irinli yaraların sağalması üçün də məsləhət görmüşdür.

Sonralar balçılıq Roma imperiyası zamanıda inkişaf etməyə başlamışdır. Roma alimi Vaqon (bizim eradan əvvəl 116-26 il) kənd təsərrüfatı işlərində balçılığa geniş yer vermişdir. Balın mənbəyinə görə çiçək və şirə növləri, rənginə görə açıq və tünd olur. Məsələn: açıq – günəbaxan, akasiya, müxtəlif çiçəklərdən, tünd – qarabaşaq, şabalıd. Balın faydaları – bal antibakterial xüsusiyyətinə görə boğaz ağrılarında, öskürək yumşaldıcı kimi, bağırsaq gücləndiricisi kimi istifadə olunur. Güclü probiotik sayılır. Bal oraqnizmi iltihabdan qoruyur, bağırsaq sağlamlığına kömək göstərir, mədə pozğunluqlarını yaxşılaşdırır. Yaddaşı gücləndirir, ürək-damar sistemində damar genişləndirici xüsusiyyəti antioksidant olduğu üçün orqanizmdə sərbəst radikallarda mübarizə aparır.

Balda insan orqanizminə lazım olan 300-dən çox maddə aşkar edilmişdir (çox mürəkkəb biokimyəvi tərkibə malikdir), kimyəvi analizlər göstərir ki, bal müxtəlif komponentlərin toplusundan ibarətdir. Keçmiş zamanlardan indiki dövrümüzə qədər baldan müxtəlif xəstəliklərin mualicəsində istifadə edilir. I Dünya müharibəsi zamanı alman cərrahı Ceys öz əsərlərində balın travmatik və irinli yaralarda xüsusi əhəmiyyətini göstərmişdir. Yaraların təmizləndikdən sonra həmin nahiyəyə balın çəkilməsi yaraların sağalmasına gətirib çıxarır. Bundan başqa baldan uzun sürən dəri xəstəliklərində, ekzemalarda da mualicə məqsədi ilə istifadə edilib.

Sovet cərrahı Kriniçkiy (Я.М.Криницкий 1938) bal – piy qarışıqlı mazlardan 52 xəstəni mualicə etmişdir (onlardan 12 ostiomielit, 7 – hidroadenit, 3 nefrit, 30 yanıq xəstələri olmuşdur)

Bundan başqa E.A.Konkova bal məcunlarından (maz) uzun sürən trofik xoralarda, nekrozlarda, qanqrenalarda istifadə etmiş və bu mualicə üsulunun daha effektiv olmasını sübuta yetirmişdir.

Həzm sistemi xəstələrində – qastritlərdə mədənin selikli qişasına təsir göstərir. Pavlov (Павлов) itlər üzərindəki eksperiment nəticəsində balın təsiri nəticəsində mədə şirəsinin zəif turş və ya qələvi mühitli olması aşkara çıxdığını müşahidə etmişdir. Eksperimentlər nəticəsində sübut olunmuşdur ki, bal hipertrofik qastritlərdə mədə şirəsinidə turşuluğun azalması və ya mədə şirəsinin azalması – mədə axiliyası zamanı pepsinin və turşuluğun artmasına səbəb olur. Balın 90-120 dəqiqə qidadan əvvəl qəbul edilməsi turşuluğun azalmasına, pepsinin sintezinə səbəb olur. Balı təmiz və ya ılıq suda həll edib istifadə etmək məsləhət görülür.

Bal mürəkkəb tərkiblidir – tərkibində şəkər, su, dekstrin, zülal, qeyri-zülal azotlu maddələr, fermentlər (amilara diastaza, katalaza, qlükogenaza), üzvü turşular, amin turşuları, minerallar (kalsium, maqnezium, natrium, dəmir, kükürd, yod, xlor, fosfor, radium, mis), vitaminlər B2, B6, N, K, C, E, PP, karbohidrat vardır. Bir standart xörək qaşığı balda (15 ml) təxminən 46 kilokalori qida enerjisi var. Antibakterial, antivirus xüsusiyyətlərinə görə balda mikroorqanizmlərin çox hissəsi inkişaf edə bilmədiyinə görə bal xarab olmur. Hətta arxioloji kontekslərdə tapılan bal nümunələrinin normal olması sübut olunmuşdur.

Balın növlərinin müxtəlif mualicə xüsusiyyətləri vardır. Bunlardan cökə balı tənəffüs yolları xəstəlikləri zamanı – bronxit, bronxial astma, laringit, faringit, tra-

xeit, anginalarda daha çox istifadə edilir. Çəmən balı – ürək qan-damar sistemi xəstəliklərində və profilaktikasında, irinli yaralarda, yanıqlarda, soyuqdəymə, zökəmin mualicəsində istifadə edilir. Çiçək balı sinir sistemi xəstəliklərində – sakitləşdirici, depressiyaya qarşı istifadə edilir. Bundan başqa çiçək balından iştahsızlıqda, parazit (qurd) xəstəlikləri zamanı, immun sisteminin zəifləməsi zamanı məsləhət görülür. Dağ balı aterosklerozda, ürək-damar xəstəliklərinin profilaktika və mualicəsində istifadə edilir. Meşə balı – ən zəngin bal növü olub tərkibində A, B1, B2, B6, C və vitaminlər var. Bu baldan anemiyalarda (Hb artır) immuniteti gücləndirmək üçün istifadə edilir. Qaratıkan balı – qaratikan bitkisinin nektari olub ən çox qaraciyər öd yolları xəstəliklərində, ürək-damar xəstəliklərində istifadəsi məsləhət görülür.

Yaxşı olar ki, balı səhər və axşam 30 qr, günorta 40 qr. qəbul edilsin. Əgər qəbul etdiyiniz bal mədənizi qıcıqlandırırsa başqa növ baldan istifadə etməniz məsləhət görülür, yəni başqa növ bal ilə əvəz etmək lazımdır. Balı 1 stakan suda həll edib qəbul etsəz bal mədədən tez sovrular və turşuluğu azaldar, mədəni qıcıqlandırmaz. Əgər balı soyuq su ilə qəbul etdikdə mədənin nəzəri funksiyası artar mədə və bağırsaqların sekretor funksiyasının artmasına səbəb olar. Qastritlərin müalicəsində ən çox dağ balı, şabalıd balı, nanə balı, lavanda balı və s. istifadə edilir. Mədə xoralarının bal ilə mualicəsi qədim xalq təbabətindən hal-hazırki vaxta qədər istifadə olunur. Əsasən gündə 2 dəfə yeməkdən əvvəl 1 qaşıq, gecə yarısı 1 qaşıq istifadə etmək məsləhət görülür.

Böyrək xəstəliklərində bal ilə mualicə kəskin və xroniki böyrək xəstəliklərində istifadə edilir. (Balın tərkibindəki C və P vitaminin hesabına). Bal böyrək çatışmazlığında müsbət təsir göstərir. Bunun səbəblərindən birincisi balda az miqdar protein və müxtəlif duzların olması, ikincisi isə balın sidikqovucu təsiri olmasıdır. Böyrək xəstəliklərində diurez pozulur (əsas orqanizmdəki toksiki maddələrin xaric olması zəifləyir). Arı bal nəticəsində (qlukoza və vitamin) diurez düzəlməsi və bədəndən toksinlərin çıxmasına səbəb olur. Böyrək xəstəliklərində profilaktika və mualicə məqsədi ilə 80-120 qr. bal qəbulu (sutka ərzində) lazımdır. Böyrək xəstəliklərində ən çox şabalıd, balkan və s. növündən istifadə olunur. Balın mikrobəleyhinə əsasən qrammənfi bakteriyalara təsirinə görə sidik ifrazı xəstəliklərində geniş istifadə edilir.

Qaraciyər xəstəliklərində baldan geniş istifadə edilir. Qaraciyər orqanizmin biokimyəvi labaratoriyası olduğuna görə muasir tibbdə də balın mürəkkəb bioloji xüsusiyyətinə görə baldan istifadə olunması tövsiyə edilir. Baldakı karotin – A vit. çevrilməsi və vitamin K-nın iştirakı ilə protrombin sintez olunur bu da qanın laxtalanması üçün vacibdir. Bal qaraciyər maddələr mübadiləsi sistemini aktivləşdirir, tərkibindəki qlükoza və fruktoza bağırsaqlar tərəfindən tez sovrulur qan dövranı vasitəsi ilə qidalandırır, qaraciyərdə qlikogen ehtiyatını çoxaldır. Bu da öz növbəsində toxumaların və orqanizmin müdafiə funksiyalarını yaxşılaşdırır.

Xalq təbabətində ürək qan-damar xəstəliklərində də baldan geniş istifadə olunur. Hətta Avisenna ürək xəstələrinə vitamin C ilə zəngin bal qarışıqlı nar suyu içməyi tövsiyə edirdi. Balın tərkibindəki 35% şəkər ürək xəstəliyi üçün klassik müalicə xarakteri daşıyır. Balın qəbulundan sonra qlükoza qana sovrulur və ürək əzələləri üçün energetik material sayılır.

Ürək qan-damar xəstəliklərində turşu-qələvi müvazinatının pozulası nəticəsində depressiv hallar baş verir. Balın mürəkkəb tərkibi sinir sistemini tənzimləyə bilir. Əgər yorğun bir şəxs bir çay qaşığı bal qəbul edərsə onun əhval ruhiyyəsi yaxşılaşır və yorğunluğu azlır. Bu xüsusiyyətlərinə görə baldan sinir sistemi xəstəliklərində istifadə edirlər. Qədim çinlilər, hindlilər, yunanlar, romalılar baldan sakitləşdirici və yuxugətirici kimi istifadə edirdilər. Balın qəbulu zamanı sinir hüceyrələrinin qidalanması yaxşılaşır, hüceyrələrdəki toksiki maddələri zərərsizləşdirir və yuxunun sakitləşməsi müşahidə edilir, insanlarda qıcıqlanma azalır, görmə qabiliyyəti yaxşılaşır, əmək qabiliyyəti və gümrahlıq artır. Bütün bunlar baldakıi vitamin və minerallar hesabına olur. Bal ilə mualicənin ən yaxşı effekti nevrasteniya xəstəliyində özünü biruzə verir. Nevrasteniya xəstəliyində yuxusuzluq, başağrıları, başgicəllənmə, əsəbilik, ətraflarda tremor (əsmə), tərləmə müşahidə edilir. Nevrasteniya zamanı çiçək balından 100-120 qr.(sutka ərzində) 1-2 ay müddətində qəbul etmək lazımdır. Bu xəstələr balı yatmazdan əvvəl ılıq su və ya süd ilə qəbul etdikdə xəstələrdə yuxu sakit və dərin olur, sonrakı günlər gümrahlıq, əmək qabiliyyətinin artması müşahidə edilir. Xəstələrin şikayəti azalır. Hətta xəstələr bal ilə vanna qəbul etdikdə (həftədə 2 dəfə 100 qr. bal-1 vannaya) çox gözəl nəticə alırlar.

Venalarda varikoz genişlənməsində və profilaktikasında həmin nahiyəyə bal çəkilmiş tənzif qoyub sarımaq lazımdır. 1-ci gün kompes – 2 saat, 3-4 gün 4 saat, sonrakı günlır 12 saata qədər saxlamaq olar.

Tənəffüs yolları xəstəliklərində öskürək əleyhinə, bəlğəmgətirici kimi istifadə edilir. Bunun üçün 1 xörəl qaşığı balı 1 stakan isti su ilə qarışdırıb gün ərzində 2 dəfə qəbul etmək lazımdır. Qrip zamanı təbii balı sarımsaq ilə qarışdırıb qəbul etdikdə orqanizmin immun sistemi güclənir xəstəliyin tez sağalmasına səbəb olur, ağırlaşmaların qarşısı alınır. Baldan sətəlcəm (pnevmoniya) zamanı da istifadə edilir. 1 xörək qaşığı moruq 2 st. isti suda 5 dəq. qaynadılır 2 qaşıq bal ilə qarışdırılıb gündə 3-4 dəfə hər dəfə 1/2stakan qəbul edilir.

Boğaz ağrılarında anginalarda balı su ilə qarışdırıb qarqara etmək lazımdır (antibakterial təsirə görə). Ümumiyyətlə balın mualicəvi xüsusiyyəti çoxdur. Ondan faringitlərdə, laringitlərdə, oynaq xəstəliklərində, irinli yaralarda, yanıqlarda istifadə edilir. Hətta ginekalogiyada baldan geniş istifadə edilir. Əsasən uşaqlıq yolunun eroziyalarında, iltihabı proseslərdə tampon kimi təyin edilir.

Balın anemiyalarda çox böyük əhəmiyyəti var, çiçək balı vasitəsi ilə müalicə zamanı (20-30 gün ərzində) sutkada 100-150 qr.bal qəbulu anemiyanın müalicəsinə gətirib çıxarır. Yəni eritrositlərin və hemoqlabinin artmasına səbəb olur.

Göz xəstəliklərində – katarakta, görmə zəifliyində baldan istifadə edilir. Ümumiyyətlə təbii balın antibakterial, antivirus xüsusiyyətinə görə bütün növ iltihabi xəstəliklərdə istifadəsi zamanı gözəl nəticələr alınır. Baldan sadəcə daxili deyil, xaricə də istifadə edilir. Bu çox vaxt kasmetalogiya xüsusi maskaların tərkibinə də daxil edilir. Dərinin yenilənməsinə və nəmlənməsinə səbəb olur. Bundan başqa saçların tökülməsində, saçların gec uzanması zamanı bal ilə massaj və ya kompreslər edilir. Bunun üçün bal ilə suyu qarışdırıb saçı yumazdan əvvəl (1 saat) kompres edib, sonra yaxalanır.

Dərinin gözəlləşdirmə xüsusiyyətinə görə Bolqariyanın xalq təbabətində “şirintəhər məcun” (maz) adlanan baldan hazırlanmış kremlərdən istifadə edirlər. Bu

kremlər dərinin elastikliyini yaxşılaşdırır, dərinin gözəlləşməsinə səbəb olur. Bir sözlə bal hal hazırki dövrə qədər çoxlu mualicəvi xüsusiyyətinə görə dərman vasitəsi kimi istifadə edilir və ediləcək.

Nəticə: Bu məqalədə balın tərkibindən, növündən, balçılığın əmələ gəlmə tarixindən, mualicəvi xüsusiyyətlərindən bəhs olunur. Bal orqanizmi iltihabdan qoruyur, bağırsaqların normal fəaliyyətini bərpa edir, mədə pozğunluğunu yaxşılaşdırır, yaddaşı gücləndirir, antioksidant təsir edir, ürək-damar sistemini gücləndirir, sərbəst radikallarla mübarizə aparır. Hər bir bal növü ayrı-ayrı xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Qədim zamanlardan bəri hal-hazıra qədər xalq təbabətində kəskin və xroniki xəstəliklərin mualicəsində geniş istifadə olunur.

Ədəbiyyat:

1. Стоймир Младенов – «Мед и медолечение»
2. Yusif Əlibədyəvi. Ərəb dilindən tərcümə R.Ömərov – “Bal və mualicə”
3. Nurəddin İsmayılov “Balın mualicəvi xüsusiyyəti”
4. A.Pirojko (А.Пирожко) – «Мед»

Safura Mirsalamova, Sevda Musayeva

Summary

HONEY AND ITS HEALING PROPERTIES

This article talks about the history of beekeeping, the composition and type of honey, and its therapeutic properties in the treatment of many diseases. Honey protects the body from inflammation, restores the normal functioning of the intestines, eliminates stomach disorders, strengthens memory, and has an antioxidant effect. In addition, it strengthens the heart and blood-vascular system, fights free radicals, strengthens immunity. Each type of honey is used in the treatment of different diseases. Since ancient times, honey has been widely used in the treatment of acute and chronic diseases in folk medicine.

Сафура Мирсаламова, Севда Мусаева

Резюме

МЕД И ЕГО ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА

В данной статье рассказывается об истории пчеловодства, составе и видах меда, а также его лечебных свойствах при лечении многих заболеваний. Мед защищает организм от воспалений, восстанавливает нормальную работу кишечника, устраняет расстройства желудка, укрепляет память, оказывает антиоксидантное действие. Кроме того, он укрепляет сердце и кровеносную систему, борется со свободными радикалами, укрепляет иммунитет. Каждый вид меда используется при лечении разных заболеваний. С древних времен мед широко использовался при лечении острых и хронических заболеваний в народной медицине.

Rəyçi: dos. S.Zamanova