

干吃蜂蜜有什么好处 蜂蜜 汉都文化

产品名称	干吃蜂蜜有什么好处 蜂蜜 汉都文化
公司名称	南阳汉都文化传播有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	河南省南阳市宛城区孔明南路建业凯旋广场凯旋中心
联系电话	15303776153 15303776153

产品详情

马齿苋加蜂蜜的用法及功效

大多生长在田间地头、菜园，被称为长寿菜。去根后可作蔬菜，食用的方法非常多，但它的药用价值更高。全株均可作为药用，可以清热、凉血止血。蜂蜜也是一种药食两用的营养滋补品，备受人们欢迎。那么，二者该如何结合使用，蜂蜜，又会有怎样的功效呢？今天，小编就来给大家介绍一下加蜂蜜的用法以及功效。

一、加蜂蜜的用法

1、内服法

将洗净后放入榨汁机中打汁。

取约100ml的汁。

再加入30g左右的蜂蜜拌匀饮用。

一天2-3次。

2、外用法

将新鲜的洗净后切段。

放入锅中用清水煮烂。

用纱布过滤出药渣，取汁。

将滤出的汁静置放凉，加入蜂蜜调匀。

待冷却后放入冰箱保存。

每天早晚用棉签蘸取涂于白发发根处。

二、加蜂蜜的功效

中含有核黄素、抗坏血酸、去甲等成分，能够促进分泌胰岛素，有降低和稳定血糖的功效，对防治有一定作用。还有疗疮、清热利湿、止痢等功效，具对痢疾、大肠埃希菌和金黄色等多种细菌都有较强抑制作用，怎么样蜂蜜是好的，蜂蜜则有、补虚、等功效。二者搭配可用于辅助痢疾、等症状，还可以白发。同时，对于、血糖、等也有不错的效果。

三、加蜂蜜的注意事项

1、不宜过量

在用加蜂蜜内服时，的用量不宜过多。虽然没有明显的毒副作用，但是其药性寒凉，多食可能会刺激肠胃，引起不适。

2、不能和鳖甲同用

与鳖甲相克，两者均性寒，同食易伤脾胃。所以在服用加蜂蜜时，不能同时服用中药鳖甲或食用甲鱼。

蜂蜜品类——椴树蜜（白蜜）

每年六月中旬到七月中旬椴树花盛开的季节，树林中到处都弥漫着芬芳扑鼻的香气，小小的椴花，每朵花都由五个花瓣组成，柱头五只，中间都含有亮晶晶的密汁，养蜂人携蜜蜂而来，采集椴树花的蜜汁酿造成椴树蜜。

早在1300多年前，椴树蜜就作为皇宫贡品，为历代皇室所喜爱。乾隆皇帝的“一杯东山白蜜，胜似宫廷茗茶”说的就是椴树蜜。

蜜种：椴树蜜（白蜜）

颜色：为透明浅黄色液体到琥珀色，粘稠透明，色泽晶莹

口感：甜润适口，醇厚甘甜

气味：花香味相对于其他蜜种较淡，并且会有微酸味

结晶：易结晶（在13-14摄氏度就会结晶），结晶后呈细腻洁白或乳黄色的油脂状

等级：一等蜜

主产区：东北的完达山脉、大兴安岭、小兴安岭、长白山脉。

产量：小

价格：正宗的椴树蜜60-150元/斤

产蜜时间：六月中旬到七月中旬

成份：比一般蜂蜜含有更多的葡萄糖、果糖、维生素、氨基酸、酶及酯类，是不可多得的蜂蜜佳品。

功效：补中、润肠、护肤美容，还有和减轻、心脏病、等多种疾病的功效与作用。

储存方式：储存于避光低温处（15度以下避光密封储存）

适用人群：老幼皆宜，很适合脑力劳动者和经常熬夜的人，对于脾胃虚弱的人来说，是不错的保健佳品。

。

一、

女性患者喝蜂蜜一定要小心谨慎，因为蜂蜜虽然滋补，但是它的组成成分依然是果糖和葡萄糖，而且容易被身体所吸收，因此在血糖尚未得到控制时喝蜂蜜可能会加重病情，如若食用，一斤纯蜂蜜多少钱，一定要在医生的指导下饮用，来补充我们身体的营养。

二、高尿酸

为什么说高尿酸的女性不能喝蜂蜜呢？因为蜂蜜属于凉性，而且其中的果糖含量可以高达40%以上，这些果糖不但会导致体内尿酸生成量的增多，同时还会因胰岛素抵抗而间接减少尿酸的排泄，所以这类人群经常食用蜂蜜会使尿酸越来越堆积。

三、

此类人群和人群的效果是一样的，因为因为蜂蜜虽然滋补，但是它的组成成分依然是果糖和葡萄糖，干吃蜂蜜有什么好处，而且容易被身体所吸收，简单来说喝蜂蜜有极为显著且快速的升糖效果，因此有的人群喝蜂蜜后极易导致血糖进一步升高而不利于健康。

四、

这类女性群体也不适合饮用蜂蜜，因为蜂蜜中含有少量的雌或类雌成分，生长的主要原因就是雌的分泌过高，换句话说就是蜂蜜容易引发身体内雌的分泌，就会生长的越快，因此，这类人群建议不要进食蜂蜜，毕竟身体健康才是长久之计。

总结：虽然蜂蜜具有养血的功效，但是还是有些人群不适合食用蜂蜜的，如果一定要饮用，建议还是在医生的指导下服用，另外还在减肥期的女孩子也要适量饮用，多食不利于减肥的完成，甚至容易造成肥胖的发生。

干吃蜂蜜有什么好处-蜂蜜-汉都文化(查看)由南阳汉都文化传播有限公司提供。南阳汉都文化传播有限公司（www.tfengmi.com）拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是全网商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！同时本公司（www.tfengmi.com）还是从事蜂蜜，土蜂蜜，真蜂蜜的厂家，欢迎来电咨询。