

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**

[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)



[Strona główna](#) > [Start](#)

## Cudowny pyłek

Pyłek w formie obnóży nazywany jest pyłkiem pszczelim. W ciągu jednego roku od jednej rodziny pszczelej uzyskuje się od 1 do 7 kg pyłku. Świeżo pozyskany jest nietrwały ze względu na dużą zawartość wody i należy go konserwować, np. poprzez suszenie w temperaturze pokojowej bez dostępu promieni słonecznych. Stosuje się też zamrażanie, liofilizację, mieszanie z miodem lub cukrem. Pyłek kwiatowy jest produktem bardzo bogatym w biologicznie aktywne substancje. Do głównych grup związków należą białka i aminokwasy tj. arginina, fenyloalanina, izoleucyna, leucyna, lizyna, metionina, treonina, walina, alanina, prolina, seryna, histydyna, glicyna. Szczególne znaczenie ma arginina. Jak wykazały badania, arginina zawarta w pyłku zwiększa produkcję tlenu azotu, który obniża napięcie ścian naczyń i działa w ten sposób rozkurczowo na tętnice wieńcowe podobnie jak nitrogliceryna. Arginina zapobiega również zlepianiu się erytrocytów. Z pyłku kwiatowego wyizolowano także ponad 30 enzymów i koenzymów katalizujących liczne procesy biochemiczne w organizmie człowieka. Pyłek stanowi również bogate źródło flawonoidów, leukoantocyjanów, katechin, kwasu oleanolowego i ursolowego. W znacznych ilościach występują w nim fenolokwasy (ok. 2 g w 100 g), najczęściej kwas chlorogenowy, ferulowy, p-hydroksybenzoesowy i p-kumarowy. Wśród lipidów obecne są nienasycone kwasy tłuszczowe (NNKT), m.in. kwas linolowy,  $\gamma$ -linolenowy i arachidowy. W pyłku kwiatowym wykryto ok. 40 pierwiastków pod postacią soli mineralnych w tym znaczące ilości potasu, magnezu, żelaza i cynku.

W mniejszych ilościach występuje natomiast selen, bor, srebro, pallad, platyna, cyrkon i tytan. Węglowodany to przede wszystkim fruktoza, glukoza, maltoza, oraz w mniejszej ilości: arabinoza, ryboza, izomaltoza i wiele innych. Pyłek kwiatowy jest również źródłem witaminy: A, B1, B2, B3, E, C, B6, PP, P, D, H, B12, kwas foliowy, inozytol, biotynę, kwas pantotenowy, kwercetynę. Pyłek pobudza apetyt, reguluje przemianę materii, doprowadza do spadku wagi osób otyłych, wzmacnia organizm, zwiększa liczbę czerwonych ciałek krwi oraz zwiększa poziom żelaza w surowicy krwi. Wykazuje właściwości detoksykacyjne, eliminuje lub zmniejsza szkodliwe oddziaływanie szeregu czynników chemicznych. Dzięki swojej dużej wartości biologicznej może być wykorzystywany u dzieci w różnych chorobach wywołanych zaburzeniami w odżywianiu, brakiem apetytu czy opóźnionym rozwojem. W przypadku dzieci anemicznych pyłek kwiatowy wpływa na przyrost czerwonych ciałek krwi, poprawia również ich ogólny stan zdrowia. Poleca się go ludziom dorosłym, rekonwalescentom i osobom wykonującym ciężką pracę fizyczną. Badania wykazują, że pyłek kwiatowy reguluje procesy trawienne, m.in. łagodzi skutki ostrych zaparć. Wpływa na wielkość i skład flory bakteryjnej przewodu pokarmowego. Wyciągi z pyłku kwiatowego mają silne działanie przeciwbakteryjne oraz przeciwgrzybicze. Pyłek jest skuteczny w leczeniu stanów zapalnych jamy ustnej, szczególnie gdy jest użyty razem z propolisem. W przewodzie pokarmowym pyłek niszczy lub wstrzymuje działalność bakterii chorobotwórczych. Pyłek jest stosowany przy rozstroju żołądka. Wspomaga leczenie silnych zaparć. Przynosi poprawę w niektórych biegunkach. Wspomaga leczenie choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy, zmniejsza krwawienia. Można go stosować w stanach zapalnych wątroby (ostrym i przewlekłym). Kuracje pyłkowe obniżają w surowicy krwi aktywność aminotransferazy alaninowej i asparaginianowej, fosfatazy alkalicznej i bilirubiny.

Pyłek kwiatowy łagodzi i zmniejsza objawy głodu alkoholowego, dlatego też stosuje się go w leczeniu alkoholizmu. Wykazuje działanie uspokajające - zmniejsza nerwowość, rozdrażnienie, wzmacnia system nerwowy osłabiony na skutek stresu lub przepracowania. Wspomaga leczenie depresji, umożliwia obniżenie dawek preparatów antydepresyjnych. Wspomaga także leczenie nerwic wegetatywnych. Zwiększa ukrwienie tkanki nerwowej, podwyższa sprawność psychiczną i koncentrację. Dzięki zawartości rutyny zapobiega ich pękaniu, a w szczególności najdrobniejszych naczyń. Poprawia krążenie, przeciwdziałając zmianom miażdżycowym naczyń mózgowych. Można go używać w profilaktyce wylewów krwi do mózgu. Obniża poziom lipidów (trójglicerydów i cholesterolu) oraz hamuje agregację (zlepianie) płytek krwi. Wspomaga leczenie stanów pozawałowych. Wspomaga leczenie nadciśnienia, zaburzeń krążenia obwodowego. odnosi odporność organizmu na zakażenia zwiększając ilość przeciwciał. Przyjmowanie profilaktyczne pyłku zapobiega występowaniu chorób przeziębieniowych oraz grypy. Dotyczy to szczególnie ludzi starszych. W przypadku zachorowania skraca czas leczenia i łagodzi przebieg infekcji. Pyłek pszczoły wspólnie z miodem może służyć do leczenia chorób alergicznych. Stosowanie pyłku wspólnie z miodem skutecznie leczy katar sienny, astmę lub znacznie łagodzi ich objawy. Wyciągi z pyłku wykazują lecznicze działanie w schorzeniach gruczołu krokowego. Na międzynarodowym Kongresie Pszczelarskim w Bukareszcie zalecano propagowanie profilaktycznego zażywania pyłku przez mężczyzn powyżej 40. roku życia. We Francji, Szwajcarii i Szwecji prowadzone są badania nad leczniczym działaniem pyłku na to schorzenie i doniesienia są pozytywne. Wprowadzane do kosmetyków ekstrakty z pyłku pszczelego wykazują korzystne działanie na skórę i włosy. Kremy oraz balsamy odżywiają i wygładzają skórę, przywracają jej elastyczność, nadają zdrowy, młody wygląd, opóźniają procesy starzenia i działają biostymulująco. Dzięki obecności aminokwasów zawierających siarkę w ekstraktach z pyłku szampony zwalczają łupież i zapobiegają wypadaniu włosów, regenerują, odżywiają włosy i skórę głowy. Znane są też odżywcze maseczki przyrządzane domowym sposobem z pyłku, żółtka jaj i oliwy.

Pszczoły chętniej korzystają z pierzgi niż z surowego pyłku, który w swojej naturalnej postaci jest dość trudno przyswajalny. Pierzga ma podobne właściwości jak pyłek, ale ma korzystniejsze oddziaływanie na organizm pszczoły, ponieważ jest mieszaniną pyłków z różnych roślin. Wykazuje działanie bakteriostatyczne. Pyłek nagromadzony w plastrach już po 5 dniach traci zdolność

kiełkowania na skutek fermentacji mlekowej. Pod wpływem enzymów zawartych w ślinie pszczół oraz pewnych bakterii w pierzdze zachodzą przemiany chemiczne zawartych tam węglowodanów, białek i tłuszczów. Po paru tygodniach przechowywana w ulu pierzga ulega znacznej przemianie w porównaniu ze świeżym pyłkiem.

Pierzga zawiera mniej białka (ok. 12%) a tłuszczu o ok. 66%. Wzrasta natomiast ilość cukrów o 60% i innych składników o około 23%. W pierzdze występuje dużo kwasu mlekowego ok. 3,1%, oraz witaminy K. Inna jest też zawartość jakościowo-ilościowa enzymów, ponieważ wzrasta ilość enzymów pochodzenia zwierzęcego, przekazanych przez pszczołę. W pierzdze jest znacznie większa ilość peptydów oraz wolnych aminokwasów i dlatego białko pierzgi jest bardziej aktywne biologicznie i znacznie łatwiej przyswajalne. Jest to jeden z tych produktów pszczelich, którego ilość, jaką można pozyskać w pasiece może mieć poważne znaczenie dla poprawy jej ekonomiki. Ze względu na proporcje poszczególnych składników pierzgi, stanowi ona doskonałą odżywkę uzupełniającą monotonne odżywianie się współczesnego człowieka. Działa wzmacniająco i regenerująco w okresie rekonwalescencji, po przebytych zabiegach operacyjnych, w stanach pozawałowych, w spadku odporności, w stanach chronicznego zmęczenia, w niedoborach witamin i składników mineralnych. Zapobiegawczo i leczniczo stosuje się ją w anemii. Pierzga wzmacnia układ nerwowy w stanach depresyjnych, w stanach przemęczenia psychicznego, przy intensywnym wysiłku umysłowym. Reguluje funkcjonowanie układu trawiennego w chorobie wrzodowej, przy obstrukcjach i biegunkach. Działa ochronnie i odtruwająco w chorobach wątroby - wirusowe zapalenie wątroby. Jak wynika ze składu chemicznego pierzgi, zawiera ona szeroki i bogaty asortyment składników, dzięki czemu jest wspaniałym pokarmem odżywczym, regulatorem działania organów ustroju, katalizatorem i stymulatorem dla gruczołów dokrewnych. Dzięki zawartości kwasu L-mlekowego kosmetyki zawierające pierzgę regulują odnowę komórkową skóry, poprzez usunięcie zbędnych zrogowaciałych komórek, dzięki czemu poprawiają strukturę i koloryt skóry, zwiększają skuteczność działania innych preparatów kosmetycznych. Skóra przygotowana kwasami lepiej absorbuje składniki aktywne zawarte w kremach, stymuluje produkcję ceramidów w skórze, dzięki czemu wpływa na uszczelnienie bariery lipidowej naskórka, zmniejsza utratę wody ze skóry i sprzyja lepszemu nawilżeniu skóry, która staje się bardziej elastyczna i miękka. Kwas mlekowy wpływa na produkcję kolagenu skóry, powodując zwiększenie grubości i wzmocnienie skóry właściwej. Podnosi poziom glikozaminoglikanów, związków, które jak gąbka chłoną wodę i zapewniają odpowiednie nawodnienie głębszych warstw skóry. Wygładza drobne zmarszczki powierzchniowe i poprawia elastyczność i jędrność skóry. Odblokowuje pory skóry i działa antybakteryjnie, dzięki czemu zapobiega tworzeniu ognisk zapalnych, czyli wszelkiego rodzaju wyprysków i zaskórników.

- Kędzia B., Hołderna-Kędzia E.: Leczenie produktami pszczelimi, Warszawa 1994,
- Kędzia B., Hołderna-Kędzia E.: Naturalne leki z ula, Warszawa 1991
- Zamecki S., Noszczyk M., Eris I.: Ocena kliniczna miejscowego stosowania witaminy K w przypadkach wylewów podskórnych, Borgis - Medycyna Rodzinna 3-4/2000
- <http://biochemiaurody.com>

<http://laboratoria.net/home/11433.html>

**Informacje dnia:** [LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę Masowe zalesianie niekoniecznie takie dobre ESA wyśle dwa nowe satelity Scout LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę Masowe zalesianie niekoniecznie](#)

[takie dobre ESA wyśle dwa nowe satelity Scout](#) [LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw](#) [Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu](#) [Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę](#) [Masowe zalesianie niekoniecznie takie dobre](#) [ESA wyśle dwa nowe satelity Scout](#)

## **Partnerzy**