

بهداشت عسل



سازمان بهداشت عمومی



اداره کل دامپزشکی استان سمنان

WWW.SEMNAN.IVO.IR

ارتباطات مردمی : ۱۵۱۲



عسل را بهتر بشناسیم

عسل، شهد و ماده مترشحه محتوی قند گیاهان است که توسط زنبور عسل جمع آوری شده، تغییر حالت داده و در شان عسل ذخیره می گردد.

زنبوران عسل دارای نیروی ذاتی هستند که گل های مفید را از غیر مفید تشخیص می دهند. آنها با علاقه فراوان سراغ تمام گیاهان طبی و گل های شفا بخش می روند و عصاره آنها را گرفته و به بهترین شکل در اختیار ما قرار می دهند. این عسل کاملاً طبیعی و سرشار از مواد غذایی و حیات بخش بوده و می تواند تمام نیازهای غذایی را برطرف کند، زیرا زنبور تمام املاح و ویتامین های موجود در گل را به شکل عسل می پروراند.



با ویژگی های عسل بیشتر آشنا شویم

♣ رنگ:

رنگ عسل بر حسب اینکه متعلق به کدام منطقه یا کدام گل باشد متفاوت است. دامنه طیف رنگ های عسل از سفید به انواع زرد

(از زرد نارنجی تا زرد مایل به سبز طلایی)، کهربایی، عقیقی مایل به قرمز و حتی قهوه ای متغیر است. رنگ چند نمونه عسل در جدول زیر آمده است.



نام گیاه	رنگ عسل
آویشن	قرمز
شبدرد	بی رنگ و روشن
اسطوخودوس	طلایی
اقاقیا	آبگون زلال
گون	زرد
مرکبات	زرد شفاف
گندم سیاه	قهوه ای تیره

♣ عطر و بو:

عطر و بوی عسل متناسب با گل و گیاهی است که زنبور از آن استفاده کرده است.

اگر درپوش عسل مدتی بسته باشد، هنگام باز کردن درپوش بو و رایحه مطبوع عسل طبیعی را می توانید استشمام کنید.

هر نوع عسل طبیعی بویی متناسب با گل استحصال شده از آن دارد. عسلی که بوی خاصی ندارد کمی مشکوک به تقلبی است.

♣ مزه:

عسل باید دارای مزه شیرین مخصوص به خود و عاری از مزه سوختگی، تخمیر و کپک زدگی و به طور کلی هر گونه مزه نامطبوع باشد.

عسل طبیعی، علاوه بر شیرینی خاص، دارای مزه و طعم ویژه ای است که فقط در عسل وجود دارد و عسل های مصنوعی فاقد این نوع مزه می باشند. عسل خالص و اصل به جز مزه شیرینی، طعمی مطبوع دارد که بسته به گیاه آن فرق می کند در حالیکه عسل های نامرغوب، تقلبی، مصنوعی و صنعتی به جز مزه شیرینی چیزی ندارند.



♣ حالت فیزیکی عسل طبیعی:

عسل در شرایط محیطی، از سیال و روان، تا غلیظ و چسناک و یا قسمتی تا کلا متبلور (رس کرده) می تواند متغیر باشد.

یادآوری: شکرک زدن (متبلور شدن، رسوب کردن، ته نشین شدن، دانه شدن و کریستالیزه شدن) عسل نه تنها دلیل بر کیفیت بد و تقلبی بودن عسل نیست بلکه معرف سالم و طبیعی بودن عسل می باشد.

♣ عمر ماندگاری:

عسل بسته بندی شده با درب بندی کامل را می توان در شرایط دور از رطوبت و نور مستقیم آفتاب تا دو سال نگه داری نمود.

چند ویژگی جالب عسل

- ♣ عسل هرگز فاسد نمی شود، جهت نگه داری احتیاج به یخچال ندارد و می توان در دمای اتاق آن را نگه داری کرد.
- ♣ عسل به خاطر میزان بالای فروکتوز ۲۵٪ شیرین تر از قند است.
- ♣ عسل در درمان آلرژی های فصلی برای ساکنین مناطقی که عسل از گل های همان منطقه به دست آمده، بسیار مفید است.
- ♣ عسل تنها غذایی است که استفاده از آن باعث نابودی چرخه طبیعت نمی شود.

♣ عسل محتوی آنزیم هایی است که ممکن است در فرآیند

ترمیم با تحریک ایجاد بافت کمک نماید. عسل مایع ورمی (یا چرک) را جذب می کند و از این طریق زخم را تمیز می نماید. همچنین عسل درد و تحریک را کاهش می دهد و بوی نامطبوع را از بین می برد.

♣ منبع بسیار خوبی از آنتی اکسیدان است: نقش بزرگی در جلوگیری از سرطان و همچنین بیماری های قلبی دارد.



توصیه های بهداشتی

- ♦ در کنار مواد بودار مانند روغن ها نگه داری نشود زیرا بوی آنها را جذب می کند.
- ♦ به دلیل محیط اسیدی بالا نباید در ظروف پلاستیکی نگه داری شود و ظروف شیشه ای یا لعابی جایگزین مناسبی می باشند.
- ♦ تشخیص تقلبی بودن عسل از رنگ، بو و مزه یک کار تخصصی و پیچیده ای است و امکان تشخیص دقیق آن صرفا از طریق آزمایشگاه امکان پذیر می باشد. یک راه تشخیص ساده خانگی ریختن یک قاشق عسل داخل یک لیوان آب ولرم است اگر عسل درون آب پخش شد تقلبی و اگر حالت کشسانی را از دست نداد طبیعی است.