



Mierea de Manuka

CEL MAI COMPLEX GHID DE
INFORMARE

*#traiește
verde*

ISTORIC

Mierea este dulcele sănătos al stupului și unul din cele mai vechi remedii naturale din lume, conform cercetărilor arheologice și a primelor lucrări scrise. Grecii, romanii și vechii egipteni foloseau mierea în scop terapeutic și cosmetic, iar proprietățile antibacteriene, antivirale și antioxidante specifice acestui produs apicol sunt recunoscute până în ziua de astăzi.

CE ESTE MIEREA DE MANUKA?

În întreaga lume există nu mai puțin de **20.000 de tipuri de miere** însă, dintre toate acestea, una singură prezintă un potențial terapeutic nemaîntâlnit: **mierea de Manuka**, cel mai studiat sortiment de miere din lume.



Mierea de Manuka este o miere monofloră ce provine din florile speciilor de arbori *Leptospermum*, mai exact din nectarul florilor pe care albinele îl adună.

Originar din Noua Zeelandă și Australia, arborele de Manuka era extrem de popular printre **triburile neo-zeelandeze Maori** care foloseau lemnul tare și roșiatic ca material de construcții, iar scoarța și frunzele în scop medicinal.

Popoarele indigene cunoșteau și apelau la proprietățile terapeutice ale scoarței și frunzelor de Manuka pentru vindecarea rănilor, tratarea afecțiunilor respiratorii, a diareei sau pentru îngrijirea cavității bucale.

DE LA MISIONARA MARY BUMBY LA DR. PETER MOLAN

Mierea de Manuka a fost obținută mult mai târziu, în anul 1839 datorită misionarei **Mary Bumby**. Aceasta a adus din Anglia în Noua Zeelandă 2 stupi cu albine *Apis mellifera*, specia folosită pentru producția comercială a mierii. În vremea aceea, în Noua Zeelandă existau doar 2 specii de albine, însă niciuna nu era potrivită în acest sens. Producția mierii de Manuka a început la **sfârșitul anilor 1870**.

Deși este obținută de peste 100 de ani, mierea de Manuka a devenit populară odată cu descoperirea **activității non-peroxidice specifică (NPA)**, activitatea care asigură puterea antibacteriană. Această descoperire a fost realizată în anul 1981 de către **dr. Peter Molan**, biochimist și profesor la Universitatea Waikato din Noua Zeelandă.



Dr. Peter Molan este pionierul mierii de Manuka, cel care a descoperit și a făcut cunoscute în întreaga lume proprietățile terapeutice ale acesteia.



Astăzi, mierea de Manuka este în continuare subiect de studiu și cercetare pentru numeroși oameni de știință din întreaga lume care încearcă să demonstreze, prin date clare și studii in vitro, respectiv in vivo, faptul că mierea de Manuka poate fi un remediu natural modern care previne, ameliorează sau chiar tratează în anumite cazuri diverse afecțiuni, multe dintre ele cauzate de bacterii care au dezvoltat rezistență la antibiotice.



Dr. Peter Molan

a scris sau a co-scris peste 90 de lucrări științifice și șapte capitole de carte și a susținut peste 60 de prezentări în conferințe.



Aceste reglementări sunt valabile doar pentru mierea de Manuka produsă în Noua Zeelandă din florile arborilor *Leptospermum scoparium*, și trebuie respectate de către **toți producătorii** care doresc să exporte această miere.

Reglementările Ministerului Industriilor Primare din Noua Zeelandă (MPI)

Mierea de Manuka este unul din cele mai reprezentative produse ale Noii Zeelande, țară care este acum al treilea cel mai mare exportator de miere din lume, după China și Argentina.

Data fiind importanța acestui produs și cererea extrem de mare existentă atât în Noua Zeelandă, cât mai ales în Europa și S.U.A, nevoia unei garanții cu privire la autenticitatea mierii a devenit tot mai mare în rândul importatorilor și a consumatorilor deopotrivă.

Pentru a îndeplini această nevoie, Ministerul Industriilor Primare din Noua Zeelandă (MPI) a emis noi reglementări în ceea ce privește modalitatea de testare a mierii de Manuka pentru determinarea autenticității.

Noile reglementări au intrat în vigoare în data de 5 februarie 2018 și sunt bazate pe cercetări și studii științifice conduse timp de 4 ani în cadrul programului Manuka Honey Science Programme.



DEFINIȚIA OFICIALĂ A MIERII DE MANUKA

*Mierea de Manuka din Noua Zeelandă este mierea produsă de albinele ce culeg nectarul din florile arborilor de Manuka (specia *Leptospermum scoparium*) și care, în urma testării într-un laborator recunoscut de MPI, conține cele 5 atribute specifice mierii de Manuka autentice. Cele 5 atribute sunt identificate în urma a 2 teste: un test chimic și un test ADN.*



flori de
manuka

Testul chimic analizează dacă următoarele **4 substanțe** sunt prezente în mierea de Manuka:

- 3-phenyllactic acid;
- 2'-methoxyacetophenone;
- 2-methoxybenzoic acid;
- 4-hydroxyphenyllactic acid.



Testul ADN analizează ADN-ul granulelor de polen pentru a stabili în ce proporție sunt granule de polen Manuka.

NOUA CLASIFICARE A MIERII DE MANUKA

Alături de definiția oficială a fost dezvoltată și o nouă modalitate de clasificare a mierii de Manuka. Astfel, producătorii vor fi obligați să afișeze pe ambalajul produselor tipul de miere comercializat: **monofloră** sau **multifloră**.



Mierea de Manuka **monofloră** este mierea realizată în totalitate sau în cea mai mare parte din nectarul florilor de Manuka, în timp ce mierea de Manuka **multifloră** este un amestec din surse diferite de plante, unde cea predominantă este Manuka.

Încadrarea mierii ca fiind monofloră sau multifloră este realizată tot în urma celor 2 teste, **testul chimic și testul ADN**, care astfel oferă informații nu doar despre autenticitate, ci și despre tipul de miere.

În ceea ce privește utilizarea simbolurilor **UMF, MGO sau NPA**, acestea sunt în continuare permise (fără să fie reglementate oficial), cu condiția ca ambalajele produselor să specifice și tipul mierii: monofloră sau multifloră.



CEI MAI RECUNOSCUȚI PRODUCĂTORI DE MIERE DE MANUKA

Conform Daily Mail, nu mai puțin de **1700 de tone** de miere de Manuka este **produsă anual** doar în Noua Zeelandă. Având în vedere faptul că există producători inclusiv în Australia, cantitatea reală produsă în fiecare an este una impresionantă. Acest aspect, împreună cu diversitatea sortimentelor disponibile deseori ridică întrebări cu privire la autenticitatea mierii.



*Vegis.ro comercializează miere de Manuka originală, neprocesată și 100% naturală, testată pentru autenticitate și clasificată după sisteme aprobate și recunoscute în întreaga lume: **UMF, MGO și KFactor.***

Garanția unui produs raw, original, ce respectă standardele de calitate și puritate este oferită de companii precum Wedderspoon, Manuka Health, Real Health și Onuku, producători din Noua Zeelandă și Australia a căror game de produse sunt disponibile pe vegis.ro.

Deși este obținută de peste 100 de ani, mierea de Manuka a devenit populară odată cu descoperirea **activității non-peroxidice specifică (NPA)**, activitatea care asigură puterea antibacteriană. Această descoperire a fost realizată în anul 1981 de către **dr. Peter Molan**, biochimist și profesor la Universitatea Waikato din Noua Zeelandă.





Wedderspoon™

Compania **Wedderspoon** a fost înființată în anul **2005** în Canada de către Catherine Wedderspoon Martin și Sebastien Martin. Un an mai târziu compania și-a deschis porțile în America de Nord iar în anul 2012, în Regatul Unit al Marii Britanii. Astăzi, Wedderspoon asigură pe piața globală miere de Manuka recoltată, ambalată și etichetată exclusiv în Noua Zeelandă.

Misiunea companiei este de a oferi produse raw, naturale și autentice caracterizate de un nivel înalt al calității și obținute cu responsabilitate față de mediul înconjurător. Această grijă pentru natură se traduce printr-un efort continuu de conservare al albinelor și de sprijinire a apiculturii sustenabile. Wedderspoon este susținător al Proiectului Non-GMO, partener al **Institutului Rodale** care promovează agricultura organică și sponsor al Proiectului pentru albine **The Bee Cause Project**.

*Produsele Wedderspoon conțin pe ambalaje simbolul licenței **FernMark**, program ce promovează și totodată protejează la nivel global produsele fabricate în Noua Zeelandă.*



Wedderspoon este singurul producător de miere de Manuka cu certificarea NON-GMO.





linie de producție
Wedderspoon

Mierea de Manuka Wedderspoon este recoltată din regiunile de nord și sud ale Noii Zeelande. Mierea este în totalitate **RAW**, iar după colectare din stupi, aceasta este amestecată cu grijă prin procedeul de centrifugare care asigură textura catifelată a mierii și cel mai important, păstrarea intactă a proprietăților unice.

Deși nu reprezintă o cerință obligatorie, mierea de Manuka Wedderspoon este **testată împotriva a nu mai puțin de 150 de pesticide și reziduuri chimice**, iar recipientele în care este ambalată **nu conțin BPA**.

SIGURANȚA PROCEDEULUI DE PRODUCERE

Fiecărui borcan de miere de Manuka Wedderspoon gata ambalat i se pot identifica etapele de producere până la apicultorul care a colectat mierea și stupul în care aceasta a fost produsă.



KFACTOR™

*Wedderspoon este singurul producător care are propriul sistem de evaluare al mierii de Manuka: **sistemul KFactor**, aprobat de Ministerul Industriilor Primare din Noua Zeelandă.*





”

*Privim cu pasiune
albinele noastre
muncitoare și avem un
profund respect pentru
frumusețea și puritatea
pământului.*

“

Produsele Manuka Health
sunt comercializate în
peste 45 de țări.

Fondată în anul 2006 în Noua Zeelandă, **Manuka Health** este compania care a pus bazele a ceea ce astăzi a devenit unul din cele mai de încredere sisteme de evaluare a mierii de Manuka: **sistemul MGO**. Manuka Health a inițiat și a sprijinit testarea nivelului de metilglioxal din miere ca metodă precisă de evaluare a acesteia, iar împreună cu cercetători de marcă în domeniu a folosit rezultatele obținute pentru dezvoltarea propriilor produse.



Manuka Health deține aproximativ **20.000 de stupi** situați în cele mai dense zone din Noua Zeelandă din punct de vedere al prezenței arborilor de Manuka, precum și una din cele mai mari facilități de producție a mierii.

Aceasta cuprinde un laborator acreditat ISO pentru testare, spații de depozitare și linii de amestecare, ambalare și distribuție.



Real Health este unul din cei mai importanți producători de miere de Manuka din Australia, continent pe suprafața căruia se regăsesc 83 din cele 87 de specii de arbori Leptospermum (arborele de Manuka) cunoscuți în întreaga lume.

Mierea de Manuka Real Health este obținută din nectarul florilor Leptospermum polygalifolium, specia de arbori nativă Australiei, culeasă manual și testată independent de către Australian Organic Honey Company într-un laborator certificat.

Datorită climei calde specifice continentului australian, Mierea de Manuka ce provine din nectarul florilor Leptospermum polygalifolium poate avea un nivel MGO (metilglioxal) mai mare comparativ cu mierea recoltată din specia Leptospermum scoparium din Noua Zeelandă.



Real Health folosește sistemul de clasificare MGO precum și nivelul NPA (activitatea non-peroxidică) pentru a indica potențialul activ al mierii de Manuka produsă.



*Mierea de Manuka cu una din cele mai mari cantități de metilglioxal (**MGO 830+**) este produsă sub marca Real Health.*



Onuku

PREMIUM NEW ZEALAND HONEY

Onuku Honey Limited face parte din Onuku Maori Lands Trust, trust din Noua Zeelandă care administrează ferme, păduri, rezervații naturale, dar și o plantație de arbori de Manuka cu peste **500 de stupi** amplasați pe întreg teritoriul aflat în posesie.

ORIGINS



Brand-ul **Onuku Honey** este parte a Onuku Maori Lands Trust care deține o plantație de arbori de Manuka la baza Muntelui Tarawera (vulcan în trecut) și peste 500 de stupi.

*Onuku Ltd este un brand licențiat **UMFHA** (Unique Manuka Factor Honey Association) și folosește sistemul UMF pentru testarea, respectiv clasificarea mierii de Manuka.*



Onuku este **singurul producător de miere de Manuka din lume care utilizează ApiTrak**, sistem de trasabilitate creat pentru a împiedica falsificarea mierii și pentru a oferi consumatorilor garanția unui produs original.

Sistemul ApiTrak oferă acces la rezultatele de laborator ale mierii, precum și informații legate de perioada și regiunea de recoltare a mierii, respectiv lotul de proveniență.



CLASIFICĂRILE MIERII DE MANUKA

Nu toată mierea de Manuka are aceeași **putere antibacteriană**. Fiecare lot de miere este testat independent pentru stabilirea potențialului activ, potențial semnalizat pe ambalajele produselor sub forma unor simboluri urmate de anumite cifre care oferă consumatorului detalii privind puterea antibacteriană și indicațiile terapeutice.

Ce înseamnă **NPA**?

Toate sortimentele de miere (salcâm, tei, polifloră etc) au activitate peroxidică: conțin peroxid de hidrogen (apă oxigenată) ce conferă mierii proprietățile antibacteriene. Mierea de Manuka este singurul sortiment cu activitate non-peroxidică,

iar termenul NPA (non-peroxide activity) a fost inventat tocmai pentru a face referire la această particularitate.

Peroxidul de hidrogen se formează în miere datorită unei enzime (glucozoxidaza) pe care albinele o adaugă în nectarul florilor atunci când îl culeg. Peroxidul de hidrogen este extrem de sensibil, iar în contact cu căldura sau o enzimă care se găsește în sânge și salivă, acesta se descompune și își pierde astfel din proprietățile antibacteriene.

Activitatea non-peroxidică a mierii de Manuka a fost descoperită în anul 1981 de către dr. Peter Molan, biochimist și profesor la Universitatea Waikato din Noua Zeelandă. În urma unui experiment în care peroxidul de hidrogen din compoziția mai multor tipuri de miere a fost distrus intenționat, mierea de Manuka a fost singura care prezenta în continuare o activitate antibacteriană puternică.

Pentru că nu toată mierea de Manuka are aceeași activitate non-peroxidică, a fost dezvoltat **sistemul NPA** care clasifică mierea exact în funcție de acest aspect pentru a determina puterea antibacteriană și implicit recomandările terapeutice.

Cu cât nivelul NPA este mai ridicat, cu atât crește și puterea antibacteriană a mierii. Real Health (Australia) este unul din producătorii care indică nivelul NPA pe ambalajele produselor pentru a informa consumatorii cu privire la puterea antibacteriană a mierii.



*Portofoliul de produse **Realth Health** cuprinde miere de Manuka cu următoarele niveluri NPA:*

NPA 5+

Este recomandată pentru consumul zilnic. Poate fi utilizată ca îndulcitor natural la micul dejun, în ceaiuri calde (nu fierbinți), băuturi de tip smoothie sau cafea pentru un plus de gust. Întrucât are un nivel antibacterian scăzut, nu poate fi utilizată în scop terapeutic.

NPA 10+

Cu o activitate antibacteriană medie, este indicată pentru întărirea sistemului imunitar, recuperarea organismului după răceli, furnizarea de energie și menținerea sănătății.



este unul dintre producătorii care măsoară activitatea NPA a mierii de Manuka

NPA 15+

Indică o putere antibacteriană mare a mierii. Aceasta este recomandată persoanelor care se îmbolnăvesc repede, se simt tot timpul slăbite sau suferă de anumite probleme digestive, cum ar fi ulcerul gastric. De asemenea, mierea de Manuka UMF15+ este eficientă și în tratarea aftelor bucale, a herpesului și iritații ale pielii.

NPA 20+, NPA 25+

Este mierea cu putere antibacteriană superioară care se administrează sub formă de tratament în afecțiuni cronice și acute cu agenți patogeni rezistenți la antibiotice. Un exemplu concret în acest sens îl reprezintă infecțiile cu stafilococul auriu (*Staphylococcus aureus*) sau tulpina bacteriană MRSA rezistentă la tratamentul cu metilicină.

Ce înseamnă **MGO**?

Unicitatea mierii de Manuka se datorează compoziției sale chimice. **Mierea conține substanțe active care nu se regăsesc în niciun alt sortiment din lume**, iar una dintre acestea este metilglioxalul (methylglyoxal), prescurtat MGO.

Metilglioxalul a fost descoperit de Thomas Henle, profesor la Universitatea din Dresden și partener de cercetare al producătorului Manuka Health din Noua Zeelandă.



*În anul 2009, dr. Peter Molan împreună cu alți oameni de știință au arătat că prezența MGO-ului în mierea de Manuka se datorează substanței **DHA** (dihidroxiacetona) care se găsește în nectarul florilor de Manuka.*

Substanța DHA nu are proprietăți antibacteriene însă este precursorul metilglioxalului: contribuie în timp la formarea MGO-ului printr-o reacție chimică naturală cu proteinele și aminoacizii din miere. Astfel, mierea cu o concentrație inițială mare de DHA are potențialul de a se transforma într-o miere cu o concentrație mare de MGO.

Rolul metilglioxalului în mierea de Manuka

MGO-ul este una din principalele componente responsabile pentru activitatea antibacteriană a mierii de Manuka. Mai multe studii însă au arătat că această activitate nu se datorează exclusiv prezenței metilglioxalului, ci este rezultatul tuturor substanțelor din compoziție care acționează împreună și conferă mierii aceste proprietăți.

De exemplu, într-un studiu în care a fost izolat de celelalte substanțe, MGO-ul nu a avut aceeași eficiență în eradicarea biofilmului Stafilococului auriu (Staphylococcus aureus), în timp ce alt studiu a arătat că mierea de Manuka în care MGO-ul a fost neutralizat (împiedicat de a se manifesta) a arătat o scădere a activității împotriva Stafilococului auriu, o bacterie puternică, fără a reduce însă activitatea față de alte bacterii mai puțin puternice.



Sistemul de clasificare **MGO**

Sistemul de clasificare MGO testează mierea de Manuka pentru a determina prezența, și mai ales **cantitatea de metilglioxal** care se regăsește în compoziție. Numărul care urmează după simbolul MGO arată pur și simplu cât metilglioxal conține lotul de miere testat: de exemplu, mierea de Manuka MGO 100+ indică faptul că într-un kg de miere există 100mg de metilglioxal.



Nivelurile de MGO sunt cuprinse între 30+ și 850+.

Doar mierea de Manuka cu un nivel minim MGO 100+ deține proprietăți antibacteriene și poate fi utilizată în scop terapeutic. Mierea cu un nivel sub MGO 100+ se consumă la fel ca orice alt sortiment obișnuit.

Cu cât nivelul MGO este mai mare, cu atât activitatea antibacteriană este mai puternică.

MGO™ este marcă înregistrată Manuka Health, producător din Noua Zeelandă care a pionierat testarea MGO ca metodă sigură de clasificare a acestei mieri.



Produsele *Manuka Health* sunt disponibile cu următoarele niveluri de *MGO*:

MGO 100+

Nivel de întreținere: indicată pentru întărirea sistemului imunitar și afecțiuni ușoare, de scurtă durată precum gripă, răceală, dureri de gât etc.

MGO 250+

Nivel util: mierea de Manuka MGO 250+ exercită proprietăți antibacteriene, antimicrobiene și antifungice ce o recomandă pentru tratarea infecțiilor cu astfel de microorganisme.

MGO 400+

Nivel cu activitate ridicată: ideală pentru infecții de natură cronică și acută deopotrivă care nu răspund la alte tratamente clasice.

MGO 550+

Nivel cu activitate foarte ridicată: recomandată în cazul infecțiilor care au fost tratate anterior și au dezvoltat rezistență la antibiotice.



Ce înseamnă **UMF**?

După descoperirea metilglioxalului în mierea de Manuka, cercetătorii au demonstrat o legătură între această substanță și activitatea non-peroxidică. Activitatea non-peroxidică datorată prezenței metilglioxalului a fost denumită UMF.

UMF este prescurtarea factorului unic Manuka (Unique Manuka Factor), sistem de evaluare și clasificare a mierii în funcție de activitatea non-peroxidică.



UNIQUE MANUKA FACTOR®
HONEY ASSOCIATION



Sistemul UMF a fost dezvoltat în anul 1998 pentru protejarea unicității mierii de Manuka. Așadar, UMF® este marcă înregistrată în Noua Zeelandă și doar producătorii care fac parte din UMF Honey Association pot utiliza acest simbol. De asemenea, doar mierea de Manuka din Noua Zeelandă care a fost testată pentru activitatea non-peroxidică poate avea UMF pe ambalajele produselor.

Ce măsoară UMF?

Sistemul UMF măsoară în primul rând puterea activității NPA, dar și nivelul de MGO (metilglioxal) și DHA (dihidroxiacetonă), substanțe care contribuie la formarea activității antibacteriene a mierii.

Un alt marker specific doar mierii de Manuka pe care sistemul UMF îl testează este leptosperina, substanță naturală unică florilor arborelui de Manuka. Prezența leptosperinei dovedește că mierea este într-adevăr din flori de Manuka. Prezența simbolului UMF pe eticheta borcanelor reprezintă așadar o garanție a calității, a faptului că mierea de Manuka este originală și că a fost testată pentru indicatorii specifici acestora: activitatea non-peroxidică (NPA), MGO, DHA și leptosperina.



Cum se stabilește nivelul UMF?

Sistemul de evaluare UMF a fost dezvoltat pentru a măsura nivelul de activitate al mierii de Manuka, iar acest lucru este realizat prin studii microbiologice care compară nivelul de activitate cu fenolul, un antiseptic comun utilizat inclusiv pentru proceduri de dezinfectare în spitale.

De exemplu, UMF 20+ înseamnă că puterea antibiotică a mierii testată este echivalentă cu puterea antibiotică a unui amestec de 20% fenol și 95% apă. UMF 20+ este la fel de puternic ca o soluție de 20% fenol. Pentru a fi considerată o miere cu proprietăți terapeutice, mierea de Manuka trebuie să aibă un UMF de cel puțin 10+.

Clasificarea mierii în funcție de UMF

Rating-ul UMF corespunde direct cu nivelul NPA, așadar o miere de Manuka UMF 10+ este egală cu un nivel NPA 10+.



UMF 5+

Nivel scăzut de activitate

Nu este folosită în scop terapeutic ci doar pentru consumul zilnic, asemenea unui sortiment de miere obișnuit.

UMF 15+

Activitate antibacteriană mare

Poate fi utilizată pentru întărirea sistemului imunitar și ca metodă de prevenție a gripei și răcelii.

UMF 10+

Nivel de activitate mediu

Mierea de Manuka cu acest nivel UMF este o miere de întreținere, recomandată pentru menținerea unei stări bune de sănătate.

UMF 20+, UMF 25+

Putere antibacteriană superioară

Mierea cu acest nivel este indicată pentru combaterea infecțiilor cu bacterii rezistente la antibiotice, cum ar fi Stafilococul auriu sau Helicobacter pylori.

Ce înseamnă **KFactor**?

KFactor este un sistem independent de clasificare al mierii de Manuka utilizat exclusiv de către producătorul

Wedderspoon din Noua Zeelandă. KFactor a fost aprobat de către Ministerul Industriilor Primare din Noua Zeelandă (MPI), minister care dezvoltă standardele pentru mierea de Manuka în această țară.

KFactor este singurul sistem de evaluare care măsoară cantitatea de polen din mierea de Manuka, dar și alți markeri precum:

- **DHA;**
- **gradul de puritate;**
- **enzimele vii;**
- **nivelul pH;**
- **compușii fenolici;**
- **nivelurile de antioxidanți.**

Puterea antibacteriană și antioxidantă este determinată în funcție de cantitatea de polen conținut. Cu cât cantitatea granulelor de polen este mai mare, cu atât și proprietățile antibacteriene și antioxidante ale mierii sunt mai puternice.

Mierea de Manuka **Wedderspoon** este disponibilă cu următorii indicatori **KFactor**:

Kfactor 12 Multifloral

Garantează că mierea conține **minim 65% granule de polen de Manuka**. Acest nivel de activitate antibacteriană este recomandat pentru creșterea capacității de apărare a organismului împotriva gripei și a răcelii.

Kfactor 16 Monofloral

Garantează că mierea conține **minim 75% granule de polen de Manuka**. Cu o putere antibacteriană mare, aceasta este indicată persoanelor care se confruntă des cu gripă și răceală ca urmare a unui sistem imunitar slăbit. De asemenea, poate fi administrată și în cazuri de infecții cu diferite bacterii ca Stafilococul auriu sau Helicobacter pylori.



KFACTOR™



AFECTIUNI ÎN CARE ESTE BENEFICĂ MIEREA DE MANUKA

Mierea de Manuka poate fi o alternativă naturală pentru ameliorarea bolilor inflamatorii intestinale cauzate de infecția cu diverse bacterii și microorganisme, cum ar fi:

- **Helicobacter pylori** care poate provoca ulcerul gastric;
- **Escherichia coli** (E. coli);
- **Mycobacterium avium subspecies paratuberculosis** (MAP), microorganism ce contribuie la declanșarea bolii Crohn;
- **Salmonella**, bacterie care afectează tractul intestinal;
- **Clostridium difficile**, bacterie ce poate declanșa colita ulcerativă;
- **Proteus mirabili**;
- **Stafilococcus Aureus**.

Acest potențial se datorează capacității de inhibare a creșterii bacteriene și a inflamației, potențial confirmat de proprietățile terapeutice dovedite ale mierii și numeroase studii clinice.



Studii pe mierea de Manuka

În cadrul unui astfel de studiu în care ulcerul gastric a fost indus mai multor șoareci, administrarea mierii de Manuka a inversat efectele inflamatorii a leziunilor rezultate. Pentru provocarea ulcerului a fost folosit acidul acetic deoarece produce ulcere în stomac și duoden care seamănă foarte mult cu ulcerul specific oamenilor, inclusiv din punct de vedere al procesului de vindecare.

Alte studii au concluzionat faptul că mierea de Manuka asigură protecție la nivelul tractului gastrointestinal datorită compușilor fenolici din compoziție ce contribuie la formarea unui mucus cu rol protector.



Clostridium difficile

Studii



Administrarea mierii de Manuka în tratamente naturale în detrimentul tratamentului antibiotic reprezintă o opțiune și în cazul afecțiunilor gastrointestinale provocate de bacteria *Clostridium difficile*. Suprapopularea bacteriană a intestinului subțire (SIBO), aciditatea gastrică scăzută sau refluxul gastroesofagian sunt 3 exemple de manifestări ale infecției cu *Clostridium difficile*.

Un studiu efectuat pe 3 tulpini diferite ale acestei bacterii a arătat o sensibilitate crescută la efectele bactericide ale mierii de Manuka. Un nivel mai înalt de sensibilitate al bacteriei a fost atins odată cu creșterea concentrației mierii de Manuka, iar niciun semn de dezvoltare bacteriană nu a fost observat după 7 zile de la încetarea administrării.

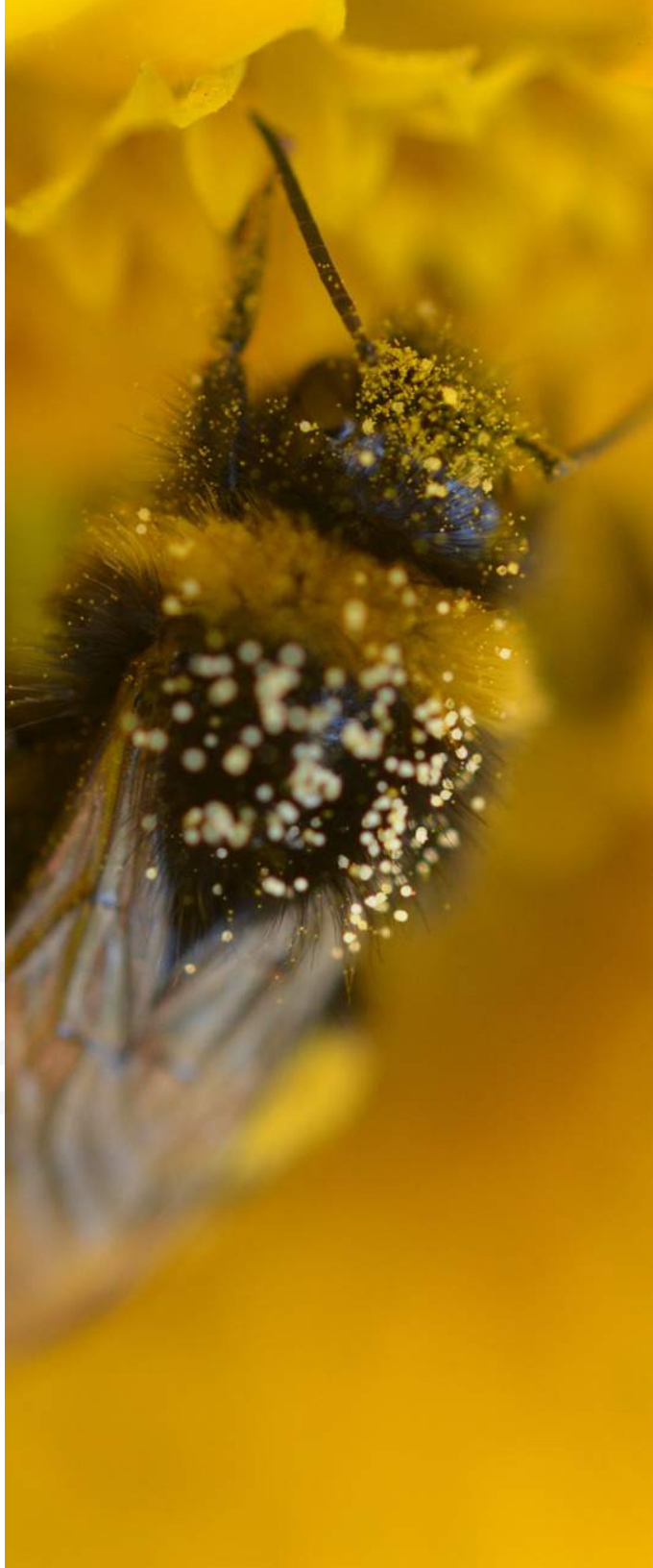
Helicobacter Pylori

Studii

O altă infecție comună este cea cu *Helicobacter pylori*, bacterie care poate duce la apariția ulcerului gastric. Această bacterie este responsabilă pentru inflamarea mucoasei gastrice, manifestările sale fiind resimțite doar în 50% din cazuri.

Simptomele infecției cu *Helicobacter pylori* sunt durerile în partea superioară a stomacului, senzația de balonare, stări de greață, vărsături și pierderea apetitului.

Tratamentul convențional implică un regim alimentar strict și administrarea antibioticelor, însă *Helicobacter pylori* este o bacterie care dezvoltă foarte ușor rezistență la tratamentul antibiotic.



Un studiu arată că bacteria *Helicobacter pylori* **poate fi inhibată de activitatea antibacteriană a mierii de manuka în anumite concentrații**. Studiul a fost realizat folosind testul de difuzie pe discuri sau testul difuziei în agar, unde 7 tulpini izolate ale acestei bacterii au fost așezate pe discuri, iar diferite concentrații de miere de Manuka, introduse în agar. Acest test este utilizat pentru măsurarea sensibilității la antibiotice a bacteriilor.

După o perioadă de incubare de 72 de ore s-a constatat o inhibare completă a creșterii bacteriei în prezența unei concentrații de 5%, respectiv o inhibare parțială la o concentrație de 2,5% de miere de Manuka.

Deși rezultatele studiului sunt promițătoare, este nevoie de un studiu clinic pentru a determina dacă mierea de Manuka este într-adevăr eficientă împotriva bacteriei *Helicobacter pylori* deoarece, in vitro, această bacterie este sensibilă la mulți agenți antibacterieni însă, in vivo, numai câțiva dintre aceștia se dovedesc a fi eficienți.



Inflamații

Studii

Comparativ cu alte sortimente de miere din țări precum Germania, Algeria, Arabia Saudită și Scoția, mierea de Manuka prezintă cele mai înalte valori în ceea ce privește puterea antioxidantă și conținutul de flavonoide.

*Alături de flavonoide, în compoziția mierii de Manuka se regăsesc și alți antioxidanți precum **acidul ascorbic (vitamina C)**, **carotenoide** și **acizi fenolici**.*

Activitatea non-peroxidică a mierii de Manuka (NPA) conferă acesteia proprietăți antibacteriene și antimicrobiene unice care inhibă creșterea bacteriană, în timp ce acțiunea antiinflamatorie împiedică eliberarea de către celulele afectate a substanțelor cu rol proinflamator. Inflamația provoacă de asemenea un dezechilibru în ceea ce privește raportul dintre oxidanți și antioxidanți din organism. Atunci când acest lucru se întâmplă, apare așa-numitul stres oxidativ care provoacă moartea celulelor și diminuează puterea antioxidantilor din corpul nostru.

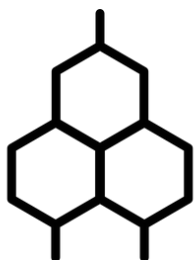
Mierea de Manuka combate stresul oxidativ, contribuie la creșterea nivelului de antioxidanți, protejează organismul împotriva leziunilor oxidative și reduce deteriorarea ADN-ului. Toate aceste acțiuni se datorează flavonoidelor din compoziție, substanțe cu proprietăți antioxidante puternice. Flavonoidele contribuie la diminuarea umflăturii ulcerelor și reducerea răspunsului inflamator.



Mierea de Manuka în răni externe

Mierea de Manuka este recomandată inclusiv pentru uz extern sub formă de pansamente locale pe zgârieturi, arsuri și răni ușoare, dar și răni infectate cu bacterii rezistente la antibiotice cum ar fi MRSA.

Dr. Peter Molan atribuie acțiunea terapeutică a mierii de Manuka proprietăților antibacteriene, antiinflamatorii și imonumodulatoare, precum și consistenței sale groase:



”

Nu am găsit nicio tulpină de bacterie împotriva căreia mierea de Manuka să nu funcționeze, și funcționează inclusiv asupra bacteriilor care sunt rezistente la antibiotice. Pe lângă activitatea antibacteriană, prezintă și o activitate antiinflamatoare foarte puternică, iar inflamația este cea care împiedică vindecarea rănilor. [...] Acțiunea antiinflamatoare a mierii de Manuka este totodată importantă deoarece împiedică formarea cicatricilor inestetice. [...] Dacă folosești miere de Manuka local, direct pe rană, obții o vindecare fără urme de cicatrici. De asemenea, mierea de Manuka stimulează răspunsul imun al organismului: celulele albe sunt activate, sunt mult mai eficiente și ajută astfel la eliminarea infecției.

“

Tot dr. Peter Molan a realizat o comparație între pansamentele clasice și pansamentele cu miere de Manuka și afirmă despre acestea din urmă că sunt mult mai eficiente:



”

Majoritatea pansamentelor moderne au ca scop crearea unui mediu umed, însă acest lucru poate favoriza dezvoltarea bacteriilor. Datorită activității antibacteriene specifică mierii de Manuka nu există acest risc. Ca și pansament, nu se va lipi de rană. Dacă un pansament se lipește de rană, atunci când îl îndepărtezi nu doar că va fi dureros, dar totodată va îndepărta și noile țesuturi formate care vindecă rana.

Mierea este diferită față de celelalte pansamente prin faptul că oprește mirosul neplăcut al unei răni atunci când există o acțiune bacteriană la nivelul acesteia. Atunci când ai o rană menținută umedă de către alte pansamente, aceasta poate deveni foarte mirositoare. În schimb, mierea oprește producerea compuşilor mirositori

“



ACTIVITATEA ANTI-BIOFILM A MIERII DE MANUKA

CE ESTE BIOFILMUL

Una din principalele caracteristici ale mierii de Manuka este că bacteriile nu dezvoltă rezistență la aceasta, așa cum este cazul la antibiotice, iar în teste și studii clinice asigură control asupra înmulțirii numărului de bacterii. Datorită acestui lucru, mierea de Manuka poate fi un tratament alternativ promițător în prevenția și tratarea biofilmului bacterian.

Biofilmul este stratul subțire pe care microbii, bacteriile și alte microorganisme îl formează pentru a se proteja de acțiunea medicamentelor și cea a sistemului imunitar. Mierea de Manuka poate preveni formarea biofilmului, însă pentru stoparea creșterii sau eliminarea acestuia este nevoie de concentrații mai mari de miere, cu un nivel de activitate mai puternic.

STUDIU

În cadrul unui studiu, 16 pacienți cu ulcerații ale piciorului cauzate de bacteria MRSA au fost tratați prin 2 metode diferite:

- 10 pacienți au primit tratament local cu miere de Manuka;
- 6 pacienți au fost tratați cu pansamente clasice sub formă de hidrogel.

După 4 săptămâni de tratament, bacteria MRSA a fost eliminată în 7 dintre cele 10 răni tratate cu miere de Manuka, și doar una din cele 6 răni tratate cu hidrogel.

De asemenea, mierea de Manuka poate eradica biofilmul unei game variate de tulpini ale Stafilococului auriu, inclusiv cele rezistente la metilicilină.



ADMINISTRAREA MIERII DE MANUKA

Puterea antibacteriană precum și scopul administrării reprezintă 2 factori care pot interveni în stabilirea dozei zilnice.

De exemplu, pentru întărirea sistemului imunitar și menținerea sănătății sistemului digestiv este suficientă o linguriță de miere de Manuka cu putere antibacteriană medie.

General

Prevenție și întreținere

1 linguriță/zi

Tratamente imunitate

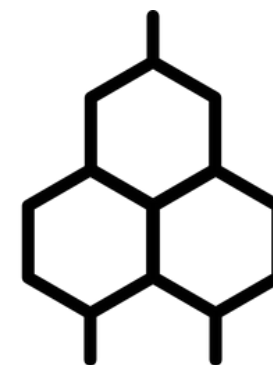
2 lingurițe/zi

Tratamente antibacteriene

2 - 3 lingurițe/zi

Pentru infecții cu bacterii rezistente la tratamentul antibiotic se recomandă creșterea dozei zilnice (până la 3 lingurițe) și administrarea mierii de Manuka cu un potențial antibacterian superior.

Fiind un produs natural și nu unul de sinteză - obținut în laborator, durata unui tratament cu miere de Manuka este mai mare, asemenea oricărui alt tratament cu produse naturiste.



Pentru tratamentele cu miere de Manuka se recomandă realizarea analizelor recomandate de medicul specialist înainte și după 2-3 luni de tratament. **Pentru afecțiuni delicate, NU înlocuiți tratamentul prescris de medicul specialist cu mierea de Manuka fără o discuție în prealabil cu acesta.**



Cum se consumă mierea de Manuka

Datorită complexității conținutului mierii de Manuka, aceasta trebuie consumată în tratamente simplă, fără a se combina cu alte lichide sau alimente.

Deși gustul este unul dulceag, acesta poate varia în funcție de producător sau concentrații de substanțe active, iar anumite persoane este posibil să găsească aroma mierii ca fiind una nu tocmai plăcută, cu un gust delicat de "medicament".

Pentru consumul zilnic, mierea de Manuka sau amestecurile poliflore se pot folosi ca îndulcitor natural în preparate raw sau în lichide precum apă, sucuri naturale, băuturi de tip smoothie, lapte sau ceaiuri la temperatura camerei.

Mierea de Manuka nu trebuie amestecată niciodată în băuturi fierbinți deoarece temperaturile înalte pot distruge o parte din proprietățile și enzimele caracteristice, diminuându-i astfel efectele terapeutice.

Cei mai importanți producători de miere de Manuka recomandă administrarea acesteia doar la copii cu vârste peste 1 an.

Administrarea sortimentelor cu factor puternic (de exemplu: KFactor 22, UMF 20+, MGO 400+ sau MGO 550+) se recomandă a fi începută doar la recomandarea unui medic specialist, datorită proprietăților puternice ale mierii.



Contraindicații

Deși nu se cunosc efecte adverse în urma consumului mierii de Manuka, în cazul persoanelor cu diabet se recomandă administrarea cu precauție, în doze mici, sau consultarea medicului specialist înainte de începerea tratamentului din cauza conținutului natural de zaharuri al mierii.



Administrarea unui produs cu factor mare (UMF20+) în cazul persoanelor sănătoase s-a dovedit a fi sigură, însă este recomandat ca nivelul de activitate să fie ales în funcție de necesități, deoarece fiecare organism este diferit, iar în anumite cazuri pot apărea reacții adverse.

Persoanele alergice la polen trebuie să evite mierea de Manuka și orice alte produse apicole de altfel, în timp ce consumul de către femeile însărcinate sau cele care alăptează trebuie realizat sub supravegherea medicului specialist.

Mod de păstrare

Mierea de Manuka este ambalată în borcane din plastic închis la culoare sau sticlă care protejează conținutul de razele soarelui, așadar aceasta trebuie depozitată într-un loc ferit de căldură și de lumina naturală.

Păstrarea la frigider nu este necesară. Întrucât este un produs natural ce are zaharuri în compoziție, mierea de Manuka poate cristaliza.



DIFERENȚE ÎNTRE MIEREA DE MANUKA ȘI ALTE TIPURI DE MIERE

Mierea de Manuka se deosebește de sortimentele obișnuite de miere atât prin valoarea nutrițională și modalitatea de recoltare, respectiv producție, cât și prin aspecte precum consistență, gust și culoare.

- **minerale:** calciu, fier, magneziu, fosfor, potasiu, sodiu și zinc;
- **aminoacizi;**
- **carbohidrați;**
- **proteine;**
- **fibre dietetice;**
- **zaharuri.**

În comparație cu mierea obișnuită a cărei pH variază între limitele 3.4 - 6.1, mierea de Manuka prezintă întotdeauna un pH scăzut datorită substanței d-gluconolactone care reduce în mod natural acest nivel. Un nivel pH scăzut se traduce printr-o capacitate mai bună de împiedicare a creșterii microbiene și o oxigenare mai eficientă în cazul rănilor cronice.

Deși are o compoziție foarte bogată în nutrienți, există anumite substanțe pe care nicio altă miere din lume nu le conține, cu excepția mierii de Manuka:

- *metilglioxalul (MGO);*
- *dihidroxiacetona (DHA);*
- *leptosperina;*
- *phenyllactic acid;*
- *methoxyacetophenone;*
- *methoxybenzoic acid;*
- *hydroxyphenyllactic acid.*

Valoarea nutrițională

Mierea obișnuită este cunoscută pentru compoziția bogată de nutrienți ce conferă acesteia proprietăți antibacteriene, antimicrobiene, antifungice, antioxidante și imunomodulatoare (de stimulare a sistemului imunitar).

Printre nutrienții pe care mierea îi conține se numără:

- **vitamine:** vitamina C și vitaminele din complexul B (B2, B3, B5, B6 și B9);



MODALITATEA DE RECOLTARE ȘI PRODUCȚIE

Majoritatea sortimentelor de miere sunt supuse unor procedee ce implică utilizarea căldurii în momentul recoltării și al fabricării. Căldura este folosită pentru a extrage mierea din faguri mai rapid și mai simplu, în timp ce prin pasteurizare se urmărește distrugerea eventualelor microorganisme. Utilizarea căldurii duce însă și la degradarea nutrienților din compoziția mierii și implicit pierderea din proprietățile terapeutice specifice acesteia.



Mierea de Manuka este o **miere raw**, ceea ce înseamnă că în timpul recoltării și al producției nu este supusă tratamentelor care ar putea afecta calitățile sale terapeutice. În scopul obținerii unui produs final sigur pentru consum, după momentul recoltării mierea este ușor filtrată pentru garanția purității, manipulată cu grijă, depozitată la valori optime de temperatură și supusă altor procedee care însă nu afectează integritatea mierii și a nutrienților pe care aceasta îi conține.

CONSISTENȚĂ, GUST ȘI CULOARE

Una din principalele caracteristici ale mierii de Manuka se referă la consistență care este mai groasă în comparație cu mierea obișnuită.

Gustul mierii de Manuka este unul ușor dulceag, dar foarte intens și aromat, iar culoarea poate varia în funcție de mai multe aspecte cum ar fi regiunea și perioada de recoltare.

În general, mierea de Manuka se remarcă printr-o nuanță de chihlimbar care poate fi mai închisă sau mai deschisă în funcție de proveniență și concentrație.



PREȚUL

Proprietățile unice și mai ales nivelul în care se regăsesc în compoziția mierii de Manuka reprezintă un prim factor ce influențează prețul de achiziție.

Mierea de Manuka originală este o resursă foarte limitată.



Spre deosebire de alte surse florale, arborii de Manuka înfloresc doar câteva săptămâni pe an, așadar albinuțele au la dispoziție o perioadă scurtă de timp pentru a aduna nectarul florilor, iar apicultorii, pentru a recolta mierea produsă. Uneori, condițiile meteo nefavorabile pot scurta și mai mult desfășurarea acestor activități.

Arborii din specia *Leptospermum* cresc în zone izolate și uneori greu accesibile din Noua Zeelandă și Australia, aspect

ce îngreunează **plasarea stupilor care uneori este realizată cu ajutorul elicopterului.**

Un alt factor ce contribuie la stabilirea prețului final este procesul de testare. **Mierea de Manuka este testată riguros**, în cazul unor companii chiar și de mai multe ori, în laboratoare certificate pentru confirmarea autenticității și clasificarea acestora în funcție de puterea antibacteriană specifică.



MIEREA DE MANUKA - INGREDIENT ÎN PRODUSE NATURALE

Deși este cunoscută și consumată în forma sa naturală, aceea de lichid cu consistență vâscoasă și aromă aparte, mierea de Manuka este folosită inclusiv ca ingredient în diverse produse precum spray-uri pentru calmarea durerilor în gât și dropsuri în combinații delicioase cu alte ingrediente naturale. Mierea de Manuka sporește eficiența produselor datorită proprietăților antibacteriene și antiinflamatorii pe care le conferă acestora.

Potențialul antibacterian și antioxidant al mierii este valorificat astăzi inclusiv în produsele pentru îngrijire și înfrumusețare, mierea de Manuka fiind un ingredient care se regăsește în compoziția unor cosmetice precum:

- săpunuri;
- balsamuri de buze;
- geluri de duș;
- creme pentru corp, ten și zona ochilor;

Wild Ferns®
BEAUTIFUL SKIN IS IN OUR NATURE





ROLUL MIERII DE MANUKA ÎN ÎNGRIJIREA ORALĂ



Datorită efectului antibacterian și antimicrobian, mierea de Manuka este folosită tot mai des în fabricarea pastei de dinți și a produselor pentru îngrijirea orală.

Rezultatele studiului au arătat rezultate promițătoare în ceea ce privește efectele antimicrobiene ale mierii de Manuka în prevenirea depunerii plăcii bacteriene.

Aceasta contribuie la reducerea numărului de bacterii orale, fiind eficientă inclusiv împotriva bacteriei *Streptococcus mutans*, principalul microorganism responsabil de apariția cariilor dentare.

Studiile efectuate confirmă rolul important pe care mierea de Manuka îl joacă în prevenția cariilor și îngrijirea orală corespunzătoare.



Mierea de Manuka are capacitatea de a preveni depunerea plăcii dentare, unul din factorii care declanșează afecțiuni gingivale, iar acest lucru a fost dovedit printr-un studiu efectuat în India. 135 de copii repartizați în 3 grupe au folosit timp de 21 de zile apă de gură pe bază de:

- **miere de Manuka;**
- **un alt sortiment de miere crudă;**
- **clorhexidină, substanță considerată a fi cea mai eficientă în lupta cu placa dentară.**



BENEFICIILE MIERII DE MANUKA PENTRU PIELE

Un studiu realizat pe cai în 2012 arată că tratamentul rănilor cu miere de Manuka și gel cu miere de Manuka reface pielea și reduce durata totală de vindecare în comparație cu alte geluri sau cu rănilor netratate.

Mierea de Manuka se poate folosi și pentru afecțiuni ale pielii atât **intern**, cât și **extern**.

Tratează acneea: Datorită acțiunii antiinflamatoare și antiseptice, mierea de Manuka reduce roșeața și petele pigmentare și ajută la refacerea pielii arse sau afectate de eczeme. Un alt beneficiu important este acela că ajută la oxigenarea porilor, îmunătățind astfel aspectul pielii predispuse la acnee.

Repară celulele pielii: stimulează regenerarea pielii, repară celulele deteriorate și reduce cicatricile.



Hidratează: Manuka este un umectant natural care are rolul de a atrage umiditatea în stratul superior al pielii. Astfel, pielea rămâne hidratată, arată mai sănătoasă, netedă și are puterea de a se vindeca mai repede.

Efect anti-îmbătrânire: datorită proprietăților sale de hidratare, mierea de Manuka păstrează umezeala fără a face pielea grasă, primul pas în pielea fără riduri. De asemenea, inhibă MMP, un grup de enzime care distrug colagenul.



CE MIERE DE MANUKA ESTE POTRIVITĂ PENTRU AFECȚIUNI ALE PIELII?

Puterea antibiotică a mierii de Manuka crește odată cu gradul de clasificare, de aceea, pentru tratamente cosmetice nu este recomandat să folosiți cel mai mare factor.

Pentru tratamentele faciale este indicat să alegeți o miere RAW care păstrează toate enzimele și vitaminele.

- **Wedderspoon: Kfactor 12 sau Kfactor 16**
- **Manuka Health: MGO 100 până la 300**
- **Real Health: NPA 15+**
- **Onuku: UMF 5+ sau 10+**



Mască de curățare *antiseptică*

- 2 lingurițe de Miere de Manuka cu putere antibacteriană medie (ex. Kfactor 12, MGO 250+)
- 1 linguriță scorțișoară Ceylon bio

Masca se poate folosi după ce tenul a fost curățat și după o infuzie cu ceai de mușetel care deschide porii.

Se poate lăsa pe ten 20-30 de minute și apoi se înlătură cu apă caldă. Pentru a închide porii este nevoie să vă spălați cu apă rece, după ce ați înlăturat masca.

CE SPUN CLIEŢII DESPRE MIEREA DE MANUKA

Comentariile aparţin **clienţilor Vegis** care au consumat miere de Manuka cu niveluri antibacteriene diferite. Review-urile sunt exprimate în mod subiectiv şi reflectă propria experienţă şi rezultate pe care aceştia le-au obţinut în urma consumului.

Miere De Manuka KFactor 16

Wedderspoon



“Este un produs foarte util, atât pentru răceală cât şi pentru acnee, recomand acest produs cu încredere.” K. (Ozun)



“Sinuzita care în fiecare an îmi creează probleme, mai ales în sezonul rece, a dispărut. Nu exagerez cu nimic. Şi asta numai cu o linguriţă de miere dimineaţa, timp de două săptămâni.” D. (Ploieşti)

“Revin după o lună de consum, am fost diagnosticată de nerv carpian inflammat şi aproape de operaţie însă după o lună de când consum mierea reuşesc să îmi folosesc mâinele, durerea s-a ameliorat enorm şi am renunţat la operaţie momentan şi la pastilele antidepresive.” G. (Bucureşti)

“Foarte mulţumită! Am făcut tratament pentru Helicobacter Pylori timp de 2 luni cu această miere şi am reuşit să scap de bacterie.” A. (Timişoara)

“Un produs extraordinar! L-am cumpărat pentru băieţelul meu de 5 ani care a fost depistat cu streptococ hemolitic în gât. Avem două săptămâni de folosire şi se văd deja îmbunătăţiri.” C. (Bacău)



“În urmă analizelor făcute la începutul lunii septembrie, m-am trezit că am colesterolul şi trigliceridele foarte mari; în plus mi-au depistat la stomac Helicobacter Pylori. Am consultat un medic gastro-enterolog iar acesta mi-a recomandat un antibiotic natural şi anume această miere de Manuka.

Preţul este piperat, dar vreau să vă spun că a meritat. Am început aşa-zisul tratament pe 15 septembrie şi l-am terminat pe 25 octombrie. Mi-am făcut din nou analizele şi am constatat că nu mai am acest Helicobacter (nici în colon, nici în stomac), iar colesterolul, trigliceridele, hemoglobina şi hematiile sunt în parametri normali. Menţionez că am făcut analizele la 2 clinici diferite. Nici mie nu-mi vine să cred... Recomand acest produs.” M. (Bucureşti)

Miere De Manuka (MGO 250+)

Manuka Health



“A fost prima dată când am comandat miere de Manuka. În afară de faptul că e foarte gustoasă, de la primele doze (am luat o linguriță pe zi, dimineața) am simțit ameliorări ale unor tulburări digestive și reacții cutanate.” N.

“Am folosit-o pentru fetița mea de 3 ani pentru o bronșiolită și s-a recuperat foarte bine. Recomand cu încredere.” D. (Sibiu)



Miere De Manuka (MGO 100+)

Manuka Health



”O folosesc pentru fiul meu de 5 ani doar de 2 săptămâni. Sunt mulțumită, nu mai acuză durere de burtică, stare de greață și cel mai important nu a răcit încă deși a început grădinița. Pe termen lung sunt sigură că e și mai bun. Recomand!” C. (Cluj Napoca)

”Am folosit-o într-o perioadă în care fetița făcea niște viroze respiratorii destul de urâte, cu secreții și tuse. La două zile după începerea tratamentului, tusea a cedat și a început procesul de vindecare. La fel s-a întâmplat și cea de-a doua oară, când am început-o tot în perioada de viroză: a doua zi au cedat și tusea și secrețiile.” C. (București)



Miere De Manuka (MGO 550+)

Manuka Health



“Foarte bună, am scăpat de stafilococul aureus din ochi datorită acestei mieri după 2 săptămâni în care am luat zilnic o linguriță/zi. Recomand celor care se confruntă cu această problemă.” D. (București)

Curiozități despre Mierea de Manuka

De ce mierea de Manuka are putere antibacteriană diferită?

Există anumiți factori care influențează puterea substanțelor antibacteriene din miere și determină astfel o diferență între puterea antibacteriană care poate fi mai mică sau mai mare.

Compoziția mierii și implicit activitatea antibacteriană variază în funcție de:

- locația geografică și regiunea în care cresc arborii de Manuka;
- sursa florală a nectarului;
- condițiile meteo;
- factorii de mediu și efectele acestora;
- timpul, temperatura și condițiile de depozitare a mierii;
- nivelul de puritate: mierea poate conține și cantități mici de miere derivată din altă floră, lucru care poate modifica nivelul anumitor componente antibacteriene și antimicrobiene.



De ce bacteriile nu dezvoltă rezistență la mierea de Manuka?

Incapacitatea bacteriilor de a dezvolta rezistență la mierea de Manuka se datorează combinațiilor de substanțe cu efect antibacterian din compoziția mierii. Bacteriile dezvoltă mai repede și mai ușor o rezistență la antibioticele convenționale deoarece, spre deosebire de mierea de Manuka, acestea din urmă sunt medicamente cu o singură substanță.

ȘTIAI CĂ... ?



Veninul de albine poate ameliora durerile cauzate de artrită.



Albinele pot recunoaște chipurile umane.



Albinele se folosesc de poziția Soarelui pentru a calcula unghiuri și distanțe.



Pentru a produce un borcan de miere, albinele trebuie să viziteze peste 2 milioane de flori.



Zumzetul specific albinelor este rezultatul bătăilor rapide ale aripilor (200 pe secundă).



Temperatura medie în stup este de 35 de grade Celsius. Atunci când simt frigul, albinele își încetează activitatea.

VIITORUL ARE GUST DE MANUKA



*Guvernul Noii Zeelande
a stabilit un obiectiv din
a **planta un miliard din
copaci** în cursul
următorilor 10 ani.*

***500.000** dintre aceștia
vor fi **arbori de Manuka**,
care vor fi plantați în
regiunile sălbătice și
nepoluante ale Noii
Zeelande.*



BIBLIOGRAFIE

- **Studii**

Oelschlaegel, Stefanie & Gruner, Margit & Wang, Pang-Ning & Boettcher, Anja & Koelling-Speer, Isabelle & Speer, Karl. (2012). Classification and Characterization of Manuka Honey Based on Phenolic Compounds and Methylglyoxal. *Journal of agricultural and food chemistry*. 60. 7229-37. 10.1021/jf300888q.

Alvarez-Suarez JM, Gasparrini M, Forbes-Hernández TY, Mazzoni L, Giampieri F. The Composition and Biological Activity of Honey: A Focus on Manuka Honey. *Foods*. 2014;3(3):420-432. doi:10.3390/foods3030420.

Beena JP, Sahoo P, Konde S, Raj SN, Kumar NC, Agarwal M. Manuka Honey: A Potent Cariostatic Agent—An in vitro Study. *Int J Clin Pediatr Dent* 2018;11(2):105-109.

Lu J, Turnbull L, Burke CM, et al. Manuka-type honeys can eradicate biofilms produced by *Staphylococcus aureus* strains with different biofilm-forming abilities. Wiles S, ed. *PeerJ*. 2014;2:e326. doi:10.7717/peerj.326.

Minden-Birkenmaier BA, Bowlin GL. Honey-Based Templates in Wound Healing and Tissue Engineering. *Bioengineering*. 2018; 5(2):46.

Singhal R, Siddibhavi M, Sankeshwari R, Patil P, Jaliha S, Ankola A. Effectiveness of three mouthwashes – Manuka honey, Raw honey, and Chlorhexidine on plaque and gingival scores of 12–15-year-old school children: A randomized controlled field trial. *Journal of Indian Society of Periodontology*. 2018;22(1):34-39. doi:10.4103/jisp.jisp_356_17.

Almasaudi SB, Al-Nahari AAM, Abd El-Ghany ESM, et al. Antimicrobial effect of different types of honey on *Staphylococcus aureus*. *Saudi Journal of Biological Sciences*. 2017;24(6):1255-1261. doi:10.1016/j.sjbs.2016.08.007.

Almasaudi SB, Abbas AT, Al-Hindi RR, et al. Manuka Honey Exerts Antioxidant and Anti-Inflammatory Activities That Promote Healing of Acetic Acid-Induced Gastric Ulcer in Rats. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine: eCAM*. 2017;2017:5413917. doi:10.1155/2017/5413917.

Alvarez-Suarez JM, Gasparrini M, Forbes-Hernández TY, Mazzoni L, Giampieri F. The Composition and Biological Activity of Honey: A Focus on Manuka Honey. *Foods*. 2014;3(3):420-432. doi:10.3390/foods3030420.

BIBLIOGRAFIE

- **Youtube**

Manuka Honey For Wound Care With Prof. Peter Molan

Why Are Manuka Honey Dressings Superior To Other Wound Dressings?

How Do Manuka Honey Wound Dressings Work?

Why Is Medical Grade Manuka Honey Used In Wound Dressings?

What Types Of Wound Management Does Manuka Honey Help With?

Why you need the right sort of activity in manuka honey

- **Site-uri**

www.thesuperfoods.net/manuka-honey

www.manukahealth.co.nz

www.wedderspoon.com

wedderspoon.co.uk

www.onukuhoney.co.nz/home

www.realhealthhoney.com

www.mpi.govt.nz

www.analytica.co.nz

www.rd.com

www.draxe.com

www.manukahoneyorganic.com

manukamebetter.com

www.nzmanukagroup.com

nzhistory.govt.nz



Acest material are scop informativ și nu substituie sfaturile sau prescripțiile medicului sau ale unui personal medical calificat. Informațiile prezente în aceste pagini nu au rolul de a diagnostica sau trata afecțiuni medicale și nici de a înlocui medicamentele și tratamentele prescrise de persoanalul medical autorizat. Efectele produselor variază în funcție de stilul de viață, metabolism, vârstă, stare de sănătate, etc.

Dacă aveți sau credeți că aveți afecțiuni medicale vă recomandăm să vă adresați medicului specialist.



vegis.ro
NATURA LA TINE ACASA