



Некоторые знают, что есть лечение [целебными травами](#) . Но существует еще один метод, который использует народная медицина – это апитерапия.

### [Апитерапия](#)

- это использование продуктов пчеловодства для лечения и профилактики некоторых заболеваний, а также для оздоровления организма. Апитерапия в переводе обозначает лечение пчелами. К продуктам пчеловодства относятся: прополис, мед, маточное молочко, пчелиный яд, соты, пыльца, воск, перга, забрус.

### [Мед](#)

в старину величали эликсиром здоровья и долголетия, так как в нем хранится огромное количество витаминов, минеральных веществ, эфирных масел, которые так надобны для здоровья человека. Мед - вещество, которое пчелы добывают из цветков. Мед содержит много целебных свойств, хотя в современной медицине его не часто используют с лечебной целью. Являясь высококалорийным продуктом, мед неплохо пополняет утраченную энергию, а еще повышает работоспособность. Суточная доза употребления меда для взрослого человека – 80 г. Применение меда ежедневно поможет быть всегда в тонусе, в хорошем настроении, а также избежать разнообразных болезней, так как мед также улучшает иммунитет человека. Мед применяют не только в лечебных и профилактических целях. Также его можно применять при приготовлении

### [кулинарных блюд](#)