



GUÉRIR grâce aux ABEILLES

**Une conférence MAKSIKA présentée par Patrice VERNET
Apiculteur à Morestel depuis 1969**



Rappel

- Les abeilles produisent :

1. du miel
2. du pollen
3. de la gelée royale
4. de la propolis
5. de la cire
6. du venin et
7. du B...



Et du BONHEUR pour tous

- Pour la qualité de ses produits
- Pour l'apiculteur...qui aime ses abeilles.
- Pour le consommateur des produits de la ruche à se maintenir en bonne santé.
- Pour le consommateur (*77% de ce que nous mangeons est issus de l'action de l'abeille*)
- Pour le maintien d'une biodiversité minimale
- Pour la société toute entière

Restons en bonne santé
grâce aux abeilles



Des produits de qualité au top

Définition de l'OMS

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Pour rester en bonne santé

Quelques règles

Règle 1

Mettre tout en œuvre pour que le terrain résiste aux agressions multiples qui peuvent mettre son existence, son équilibre et son efficacité en péril.

Pour rester en bonne santé

Quelques règles

Règle 2

Si l'agression arrive tout de même, pour une raison quelconque, à entraîner l'état de déséquilibre générateur de maladie, pratiquer, chaque fois que faire ce peut, une thérapie naturelle exempte de toxicité et pour cela disposer de l'éventail le plus large et le plus complet possible en la matière.

Pour rester en bonne santé

Quelques règles

Règle 3

Enfin, en dernier ressort et en cas d'urgence, utiliser certaines thérapeutiques à base de produits non dénués de toxicité, ou générateurs de déséquilibre secondaire possible, mais qui permettront de passer un cap critique vital.

Chapitre 1

Le miel de la ruche

Composition et étude



Le Miel



Composition

- 17% d'eau
- 77% de glucides
- 1% de protides
- 0,3% en acides organiques et lactones
- 0,2% de substances minérales et oligo-éléments
- Des vitamines
- Des enzymes dont l'invertase et l'amylase
- D'autres substances diverses aromatiques ou antibiotiques par exemple



Étude expérimentale

- Innocuité absolue
- Parfaite tolérance
- Action dynamogénique importante
- Légère action apéritive
- Facilite l'assimilation et la digestion des autres aliments
- Facilité l'assimilation du calcium chez l'enfant
- Favorise la rétention du magnésium
- L'existence de propriétés fort intéressantes touchant de nombreuses fonctions



Étude expérimentale

- Innocuité absolue
- Parfaite tolérance
- Action dynamogénique importante
- Légère action apéritive
- Facilite l'assimilation et la digestion des autres aliments
- Facilité l'assimilation du calcium chez l'enfant
- Favorise la rétention du magnésium
- L'existence de propriétés fort intéressantes touchant de nombreuses fonctions



Propriétés

- Laxatives (transit)
- Béchiques (toux)
- Sédatives (apaisement)
- antitoxiques
- antiseptiques
- antianémiques
- Fébrifuges (fièvre)
- Émollientes
(relâchement des tissus)



Le miel vu par les écrivains

*Un vieil apiculteur, sentant sa fin prochaine,
Fit venir ses enfants, leur parla sans témoins.
« Gardez vous, leur dit-il, de vendre les abeilles
Et les ruches de nos parents,
Un trésor est caché dedans.
Elles ont toujours fait, vous savez, des merveilles.
Aussi, sachez les conserver.
Aimez-les, soignez-les, ne laissez nulle place
Où la main ne passe et repasse. »
Le père est mort, les fils s'empressent au rucher.
D'argent, point de caché,
Mais le père fut sage
De leur montrer avant sa mort
Que le bon miel est un trésor.*

Jean de la Fontaine

Chapitre 1

Le miel de la ruche

les bienfaits



Le miel au secours des cardiaques

« La simple consommation régulière de miel a une action des plus actives sur les cœurs surmenés et fatigués »

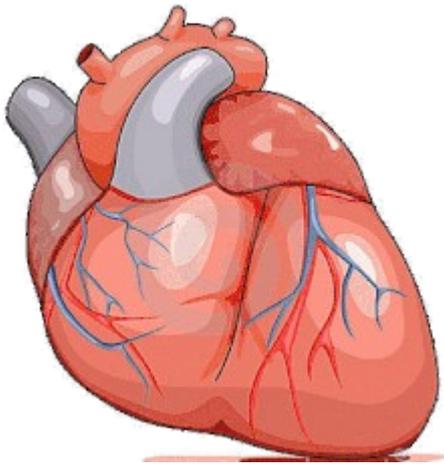
Docteur BAISET

« Les sucres du miel sont indispensables aux contractions du muscle cardiaque et constituent une source d'épargne pour un cœur fatigué »

« Le miel, grâce à ses différents sucres, augmente, sans qu'on use de drogue ou autre médicament, le débit des vaisseaux coronaires, etc. »

Professeur KOCH

Ce même professeur supposait en son temps que le miel contient un principe actif qui suscite au niveau du myocarde une utilisation accrue du sucre, et ceci est d'autant plus visible que le cœur en est lésé. Ceci sera confirmé par des études ultérieures.





Le miel au secours des cardiaques

« La simple consommation régulière de miel a une action des plus actives sur les cœurs surmenés et fatigués »

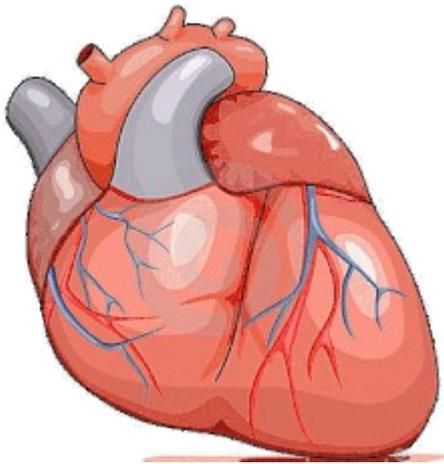
Docteur BAISSET

« Les sucres du miel sont indispensables aux contractions du muscle cardiaque et constituent une source d'épargne pour un cœur fatigué »

« Le miel, grâce à ses différents sucres, augmente, sans qu'on use de drogue ou autre médicament, le débit des vaisseaux coronaires, myocardites avec altération du rythme, etc. »

Professeur KOCH

Ce même professeur supposait en son temps que le miel contient un principe actif qui suscite au niveau du myocarde une utilisation accrue du sucre, et ceci est d'autant plus visible que le cœur en est lésé. Ceci sera confirmé par des études ultérieures





Le miel au secours des hépatiques

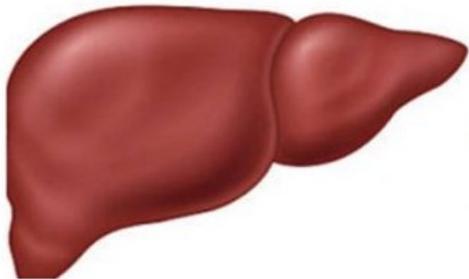
« L'absorption de miel augmente la quantité de glycogène dans le foie, beaucoup plus qu'avec le sucre inverti. »

Professeur KOCH

« Le miel exerce de manière décisive une action protectrice du foie et représente un élément thérapeutique d'une utilité indiscutable dans les traitements cliniques »

Docteurs FRANCO et LURZI de Bologne

1er congrès d'Apithérapie de Bologne en 1956





Le miel au secours de votre estomac

Nous savons que le miel , grâce à son assimilabilité remarquable, se passe de digestion préalable.

Le chimiste et bactériologiste suisse, J. C. BOSSET indique que le miel montre une miraculeuse efficacité dans la guérison des ulcères.

Ceci sera confirmé par une étude russe du Docteur LEVENSON de Moscou:

- *29 malades, âgés de 30 à 50 ans, atteints d'ulcères à l'estomac*
- *500 grammes de miel en deux heures fut le traitement journalier*
- *10 jours après:*
 - *20 malades n'ont plus aucune douleur et la douleur a fortement diminué chez les 9 autres*
 - *7 n'ont plus d'ulcères, 6 ont vu leur ulcère diminué de façon importante et la zone d'inflammation chez tous*

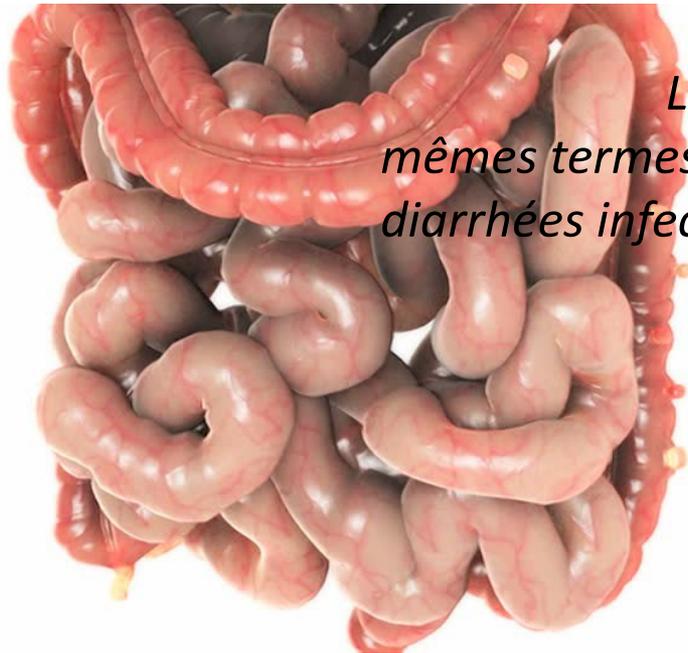




Le miel au secours de votre intestin

Grâce à ses propriétés antiseptiques, le miel a une action bénéfique sur la flore intestinale, action remarquable notamment chez les nourrissons.

DAMADE parle de miracles résurrectionnels dans des cas d'une extrême gravité, simplement avec de l'eau miellée en cas d'entérite tuberculeuse.



Le russe GOLOVOK parle dans les mêmes termes d'action du miel sur les diarrhées infectieuses.



Le miel et le sang

La consommation régulière du miel a pour conséquence le fait d'accroître considérablement le taux d'hémoglobine dans le sang.

Études de DORVAL de Montréal et de HAYDACK

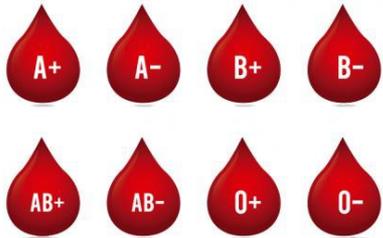
Pour traiter les anémies, choisir un miel foncé.

L'augmentation est de l'ordre de 8 à 25%.

Ceci se traduit aussi par une augmentation de la masse musculaire de 2 à 6 kg chez les enfants qui prenaient seulement 30 grammes de miel par jour.

L'explication se trouve dans la composition du miel qui contient fer, calcium et acide phosphorique.

Groupes sanguins - le système ABO





Le miel au secours du diabétique

***CARON a publié dans l'AMERICAN BEE JOURNAL que :
« Un malade diabétique peut, contre son mal, utiliser le miel
« comme remède ».***

On choisira un miel d'acacia car le plus pauvre en glucose.

***Et la ration devra être prise et calculée dans la quantité de
sucre du repas.***

***Jamais de miel pris entre les repas, excepté si le diabétique
nous fait une hypoglycémie.***





Le miel et la tuberculose

« Grâce à son immense richesse en vitamines, le miel est un auxiliaire précieux du praticien pour le traitement de la tuberculose. Nous saisissons cette occasion, dit-il, pour affirmer que la médecine doit recourir au miel comme à la source la plus importante de ces éléments indispensables à la vie humaine : les vitamines . »

Docteur N. J. BRUSSO (Espagne)

Pour rappel, le miel contient des vitamines :

- **B1** ou thiamine
- **B2** ou riboflavine
- **B3** ou **vitamine PP** ou nicotinamide
- **B5** ou Acide pantothénique
- **B6** ou pyridoxine
- **B8** ou **vitamine H** ou biotine
- **B9** ou acide folique





Le miel contre les insomnies

Nous avons vu que parmi les propriétés du miel, c'est un sédatif qui agit sur tout le corps.

Mangez du miel, au dîner, est souvent suffisant à calmer les insomnies.

Préférez une tisane sucrée avec un miel de tilleul, juste avant de vous coucher.



Le miel va vous aider à retrouver le sommeil de votre enfance.



Le miel, recalcifant osseux et dentaire

Des études faites en Uruguay avec le Docteur PUCCI ont démontré que le fait de rajouter du miel dans les alimentations données aux enfants, ils avaient une meilleure calcification osseuse et dentaire très nettement supérieure aux différents lots témoins.



Le miel, et les empoisonnements par champignons

Le Professeur BINET, de l'Académie de Médecine, en collaboration avec le Professeur MURET, ont constaté que le sang des personnes intoxiquées par les champignons se révèle extrêmement pauvre en glucose, et c'est à cause de ce phénomène que la mort survient si souvent à bref délai.

Pour y remédier, il préconise donc l'injection d'eau miellée ou des lavements au miel en attendant l'arrivée du médecin.

Rappel : une solution d'eau miellée est réalisée avec 100 grammes de miel pour un litre d'eau.





Le miel, et les bébés

« Le miel, à l'exclusion du sucre, devrait toujours être utilisé dans l'alimentation des jeunes enfants. »

Docteurs SCHULTZ et KNOTT

Ces mêmes auteurs insistent sur le fait que le miel est un aliment de premier ordre, sans contre-indications.

Le miel devrait donc être toujours en bonne place dans la diététique infantile.





Le miel, et les sportifs

Malitta D. FISCHER-JENSON préconise :

- 30 grammes par jour pendant l'entraînement
- 15 à 30 grammes 20 minutes avant la course et 7 à 15 grammes tous les km.+
- 30 à 60 grammes 30 minutes avant le match de football, de boxe;, hand, basket, etc.





Le miel et la croissance

Il arrive que des nourrissons ne supportent pas le sucre. Le docteur KEMMERER de Tucson dans l'Arizona affirme que le miel remplace avantageusement le sucre. Il obtient ainsi des résultats de croissance et une augmentation de la force.

Concernant les naissances prématurées, une alimentation à base de miel et de lait montrait de façon très pertinente une croissance et une augmentation de poids normales.





Le miel et les alcooliques

Les expériences ont été menées à l'hôpital de Boston aux USA.

Des patients transportés en état d'ivresse avancé furent alimentés toutes les demi-heures avec du miel, ce qui avait pour effet de les calmer et de les dégriser.





Le miel et les voies urinaires

L'effet bénéfique du miel sur les voies urinaires est connu depuis le Moyen-Age.

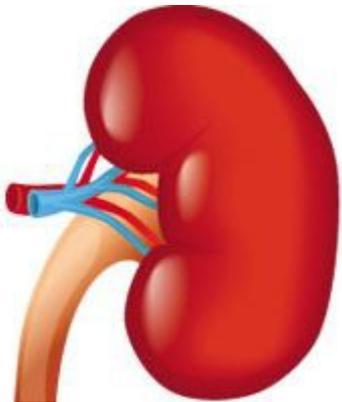
Si vous mangez du miel en quantité, vous aurez sûrement remarqué que cela donne soif.

Cette soif incite à boire plus de liquide, ce qui augmente la sécrétion de l'urine.

Il se produit donc un véritable lavage des reins et des voies urinaires, effet d'autant plus salubre que le miel est antiseptique.

La conséquence logique est que ce lavage des organes se double d'une véritable antiseptie.

Dans la mesure du possible, choisir un miel de **Bruyère**.





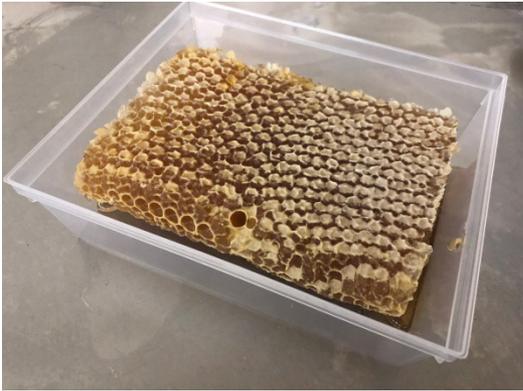
Le miel et votre peau

Le miel d'un bon apiculteur sera bénéfique pour :

- Des plaies infectées,
- Ulcères,
- Brûlures,
- Prurit anal,
- Les prurits de certaines dermatoses
- etc.

Point n'est nécessaire de tartiner de miel votre plaie; au contraire une fine couche sera plus profitable.

Le miel et votre sphère ORL



Le miel d'un bon apiculteur sera bénéfique pour :

- Des pharyngites,
- laryngites,
- aphtes,
- rhinites,
- Sinusites,
- Coryzas spasmodiques (rhume des foins),

- Affections bronchiques en général,
- Toux de diverses origines.
- etc.

Point n'est nécessaire de tartiner de miel votre plaie; au contraire une fine couche sera plus profitable.

Choisissez un miel en rayon pour plus d'efficacité.





Chaque miel a ses vertus spécifiques

Le miel de **Tilleul** est sédatif. Il favorise le sommeil.

Le miel de **Châtaignier** favorise la circulation sanguine.

Le miel de **Sapin** est béchique. IL calme toutes les toux.

Le miel de **Montagne** contient du sainfoin et stimule votre cœur.

Le miel de **Romarin** stimule votre foie.

Le miel **d'Acacia** est très bon pour la sphère digestive.



Quelques données pratiques

Une cuillère à café rase de miel pèse 9 grammes

Une cuillère à café pleine de miel pèse 15 grammes

Une cuillère à dessert rase de miel pèse 18 grammes

Une cuillère à dessert pleine de miel pèse 30 grammes

Une cuillère à soupe rase de miel pèse 27 grammes

Une cuillère à soupe pleine de miel pèse 45 grammes

Chapitre 2

Le POLLEN de la ruche

les bienfaits

Chapitre 2

Le POLLEN de la ruche

les bienfaits

Composition



- 30 à 40% d'eau
- 20 à 40% de glucides
- 10 à 35 % de protides dont plus de la moitié en acides aminés libres
- 1 à 7 % de minéraux
- Des vitamines en grand nombre
- Des enzymes dont l'invertase et l'amylase
- Des flavonoïdes
- D'autres substances diverses aromatiques ou antibiotiques par exemple

Valeur thérapeutique



1. Appareil digestif: action régulatrice
2. Action sur l'hémoglobine du sang
3. Action sur l'état général
4. Action protectrice du système vasculaire par les flavonoïdes
5. Lutte contre le vieillissement cérébral
6. Action favorable sur le métabolisme cellulaire
7. Miraculeux sur la prostate
8. Pas de toxicité et de contre-indication

Le pollen et votre vue

Le pollen d'un bon apiculteur sera bénéfique pour lutter contre l'héméralopie.

Ce sont des personnes qui voient bien le jour mais qui ont du mal à voir au crépuscule et dans la nuit.

Ceci est dû à une carence en vitamine A.

Les aliments riches en cette vitamine sont les produits laitiers, les œufs et le foie.

Nous avons vu que le pollen est riche en beta carotène (association de deux vitamines A= β -carotène)

pour éviter l'héméralopie, il est conseillé une alimentation équilibrée avec un apport en vitamine A d'origine végétale (β -carotène) ou animale.



Le pollen et le vieillissement cérébral

Le pollen d'un bon apiculteur sera bénéfique pour lutter contre le vieillissement cérébral.

Le pollen , dans notre alimentation, **peut fournir tous les acides aminés nécessaires qui entrent dans la synthèse de la bêta-endorphine par l'hypophyse.**

Plusieurs fonctions importantes de cette β -endorphine:

1. Contrôle de la douleur
2. Augmente la capacité du sujet âgé à s'adapter au stress
3. Une diminution de cette endomorphine a des conséquences néfastes sur votre mémoire.

On sait aujourd'hui, que cette bêta-endorphine joue un rôle majeur sur:

- l'humeur
- l'euphorie
- La vitalité



Le pollen et l'anémie

Le pollen d'un bon apiculteur sera bénéfique pour lutter contre l'anémie.

L'anémie est par définition, la diminution du nombre de globules rouges du sang ou la diminution de leur teneur en hémoglobine. **Elle se traduit par une pâleur et le sujet anémié se plaint souvent de fatigue, de vertiges ou d'essoufflements.** C'est souvent dû à un déficit d'apport nutritionnel de fer et vitamines.

Or le pollen, de part sa composition, est riche en fer, en vitamines du groupe B (surtout B12) et en acide folique.

Ces produits qu'on trouve dans le pollen, vont permettre la régénération de l'hémoglobine et des globules rouges.



Le pollen et l'appareil digestif

Le pollen d'un bon apiculteur, de par sa composition et par sa teneur en facteur antibiotique, sera bénéfique sur les fonctions intestinales.

Il permet le rétablissement de la flore intestinale.

La consommation de pollen est vivement conseillée pour :

- les diarrhées tenaces avec une amélioration rapide, même dans les cas de diarrhées résistantes aux antibiotiques
- La constipation chronique
- Les hémorroïdes
- La diverticulose colique
- Les colites



Le pollen et l'appareil cardio-vasculaire

Le pollen d'un bon apiculteur, de par sa composition et par sa teneur en flavonoïdes, sera bénéfique sur le système circulatoire.

Il permet le renforcement du système immunitaire et protège nos vaisseaux en augmentant la résistance capillaire.

La consommation de pollen est vivement conseillée pour :

- Prévenir les maladies cardio-vasculaires
- Troubles de la circulation
- Varices
- etc



Le pollen et l'appareil urinaire

Le pollen d'un bon apiculteur, de par sa composition, sera bénéfique sur le système urinaire.

Il permet des effets spectaculaires sur le prostatisme.

La consommation de pollen est vivement conseillée pour :

- Prévenir le prostatisme
- Atténue les symptômes du prostatisme
- Améliore l'état général des patients
- etc



Le pollen et thérapie

Le pollen d'un bon apiculteur, de par sa composition, sera bénéfique sur votre organisme.

En résumé, retenons les actions du pollen qui sont :

- Dynamisante grâce à sa haute valeur nutritive
- Anti-oxydante
- Anti-inflammatoire
- Immunostimulante
- Antimicrobienne
- Anti allergisante
- détoxifiante



Chapitre 3

LA GELÉE ROYALE de la ruche

les bienfaits

Composition



- de l'eau d'abord en grande quantité (entre 60 et 70 %),
- des sucres ensuite (9-23 %)
- - des protides (10-18 %) dont une grande partie d'acides aminés, -
- des lipides (4-8 %).
- La gelée royale contient de l'acide folique (vitamine B9) et du zinc, des vitamines (B1, B2, B3, B5, B6 et B8), des sels minéraux (cuivre et phosphore) et un acide gras unique le 10HDA (10-hydroxy-2-décénoïque).

Le produit le plus riche



En vitamine B5 (acide pantothénique) qui est la vitamine essentielle à la synthèse et au métabolisme des protéines, des glucides et des lipides.

La gelée royale GPGR



On lui reconnaît :

- **Une action régulatrice et apéritive** entraînant une amélioration de poids, en particulier, chez les personnes âgées et les convalescents
- **Un effet stimulant sur l'état général** des personnes fatiguées ou déprimées.
- **Rééquilibrante,**
- **Revitalisante,**
- **Renforce les défenses immunitaires**
- **Augmente la concentration, la mémoire** (recommandée en période d'examens)

La gelée royale GPGR



L'idéal est de faire une cure à chaque changement de saison.

Les cures de printemps et d'automne sont les plus efficaces.

Et surtout, si vous avez une opération chirurgicale de programmée, faites une cure avant l'opération dans la mesure du possible.

Pour les étudiants, juste avant la période d'examens.

Chapitre 4

LA PROPOLIS de la ruche

les bienfaits



COMPOSITION

Une composition très complexe avec presque 150 constituants différents.

- 50 à 55 % de résines et de baumes
- 20 à 35 % de cire végétale ou d'abeilles
- 5 à 10 % d'huiles essentielles
- 5 % de pollen
- 5 % d'autres substances diverses
 - Plus de 40 flavonoïdes différents
 - Des composés phénoliques
 - Des composés aromatiques
 - Oligo-éléments
 - Acides aminés
 - Vitamines
 - ...



Propriétés

- Antibactérienne, antifongique et antiprotozoaire
- Antivirale (herpès,....
- antimycosique
- anticancéreuse
- Anesthésiante
- Antiparasitaire (toxoplasmose)
- Anti inflammatoire
- Anti oxydante
- Et on découvre chaque jour de nouvelles qualités à ce produit.



Que peut-on soigner ?

- Les parasitoses infantiles (dose de 2mg/kg de poids)
- Crevasses et plaies diverses,
- Gerçures (lèvres par exemple)
- Anticancéreuse (bloque la reproduction des cellules)
- Anesthésiante
- Antiparasitaire (toxoplasmose)
- Anti inflammatoire
- Anti oxydante
- Et on découvre chaque jour de nouvelles qualités à ce produit.

Chapitre 5

LE VENIN de la ruche

les bienfaits

Le venin : poison ou médicament ?

Sécrété à partir des glandes acides et basiques caudales des abeilles ouvrières, le venin est un liquide incolore à l'odeur forte, caractéristique. C'est un composé complexe formé de 85% d'eau et de 15% de matières sèches. Ces matières sèches sont un mélange d'enzymes (15%), de peptides et protéines (55% à 58%) (mélittine, histamine, etc.), de 25 à 30% d'autres composés (sucres, phospholipides, etc.) ainsi que de 1 à 2% de composants volatiles.

Le venin : poison ou médicament ?

Méthode traditionnelle, elle a ses défenseurs. Elle consiste à déposer, à l'aide d'une pince, une ou des abeilles vivantes sur la peau du sujet sur les zones douloureuses ou encore sur des points d'acupuncture. Chaque piqûre injecte de l'ordre 0,1 à 0,5 mg de venin ou apitoxine. (Doses variables, ce qui pose problème...)

Le venin : poison ou médicament ?

Les barbelures empêchent l'extraction du dard. Le retrait de l'abeille entraîne la perte de sa partie terminale. La glande à venin isolée continue de se contracter spasmodiquement jusqu'à plusieurs minutes. La dose injectée au sujet varie selon la durée de présence du sac à venin et de la technique d'ablation du dard...

Chapitre 6

LES ASSOCIATIONS de PRODUITS

les bienfaits

PROPOMIEL

Action synergisante de deux produits de la ruche: le miel et la propolis;

Pour application externe :

2 grammes de teinture mère de propolis diluée à 25% dans 100 grammes de miel.

Pour consommation interne :

10 grammes de teinture mère dans 100 grammes de miel

AROMIEL

Action synergisante de deux produits de la ruche: le miel et la propolis;

Pour application externe :

2 grammes de teinture mère de propolis diluée à 25% dans 100 grammes de miel.

Pour consommation interne :

10 grammes de teinture mère dans 100 grammes de miel

Les abeilles j'adore

J'ADHERE

