

Το γιατρικό του βήχα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



shutterstock

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης τα παιδιά που λάμβαναν το μέλι είχαν σημαντική μείωση του βήχα τους, ο οποίος τους προκαλούσε άνω αναπνευστική λοίμωξη και δεν χρειάστηκαν άλλη θεραπεία.

Οι θεραπευτικές ιδιότητες του μελιού είναι γνωστές πριν ακόμα μπουν στο μικροσκόπιο των επιστημόνων. Εμπειρικά χρησιμοποιείται από την αρχαιότητα, όταν -εκτός από τρόφιμο σαν αυτούσιο υλικό, είχε περίοπτη θέση στην κατασκευή φαρμάκων, αλοιφών, αρωμάτων, ποτών και αφεψημάτων.

Ωστόσο, μελέτες που έγιναν αργότερα έδειξαν ότι οι θεραπευτικές του ιδιότητες είναι πολλές και για διάφορες ασθένειες. Μία τέτοια νέα μελέτη είδε το φως της δημοσιότητας, η οποία έγινε στο πανεπιστήμιο της Πενσυλβάνια για να ελεγχθεί η αντιβηχική ιδιότητα του μελιού, ειδικά στα παιδιά.

Στη μελέτη συμμετείχαν 105 παιδιά από δύο έως 18 ετών. Οι γονείς κλήθηκαν να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο αναφορικά με τον βήχα και την ποιότητα του ύπνου που είχαν τα παιδιά τους και κατ' επέκαστη και τη δική τους ποιότητα ύπνου.

Οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι τα παιδιά στα οποία οι γονείς είχαν δώσει μέλι

για αντιβηχικό είχαν ανακουφιστεί πολύ καλύτερα από όταν τους είχαν χορηγήσει δεξτρομεθορφάνη. Όπως ανέφεραν οι γονείς, δίνοντας μια μικρή ποσότητα μέλι στα παιδιά πριν κοιμηθούν είδαν ότι ανακουφίστηκαν από το νυχτερινό βήχα και δεν δυσκολευτήκαν να κοιμηθούν όπως άλλα βράδια. Παρατήρησαν μάλιστα ότι τα παιδιά τους ανακουφίστηκαν περισσότερο με το μέλι από ότι με το κατασταλτικό φάρμακο που τους έδιναν πριν, τη δεξτρομεθορφάνη.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης, τα παιδιά που λάμβαναν το μέλι είχαν σημαντική μείωση του βήχα τους, ο οποίος τους προκαλούσε άνω αναπνευστική λοίμωξη και δεν χρειάστηκαν άλλη θεραπεία. Οι ειδικοί ανέτρεξαν και σε κάποιες παλαιότερες μελέτες που είχαν κάνει οι ίδιοι και διαπίστωσαν, ότι ούτε η δεξτρομεθορφάνη και ούτε η διφαινυδραμίνη, ένα ακόμα φάρμακο που χρησιμοποιείται ευρέως για την καταστολή του βήχα, είχαν καλύτερα αποτελέσματα από ένα εικονικό φάρμακο που είχαν δώσει τότε για τη μείωση του νυχτερινού βήχα ή για τη βελτίωση του ύπνου των παιδιών.

Όπως λένε, τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν αδιαμφισβήτητα την αποτελεσματικότητα του μελιού σε αυτές τις καταστάσεις, ενώ συμπλήρωσαν ότι είναι και ασφαλές για τα παιδιά. Το μέλι, όπως ανέφεραν είναι ασφαλές για παιδιά άνω των 12 μηνών ενώ, σημείωσαν ότι έχει αντιοξειδωτικές και αντιμικροβιακές ιδιότητες που θεωρούνται ως πιθανές αιτίες της επουλωτικής δράσης του.

Συμπλήρωσαν επίσης, ότι το μέλι καταπραΰνει, γεγονός που θα μπορούσε να εξηγήσει την αντιβηχική του δράση, όπως εξάλλου το εισηγείται και ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας.

Αξίζει να σημειωθεί ότι και η Διεύθυνση Τροφίμων και Φαρμάκων των Ηνωμένων Πολιτειών (FDA, Food and Drug Administration), έχει συστήσει τα φάρμακα κατά του βήχα και του κρυολογήματος που πωλούνται χωρίς ιατρική συνταγή να μη χορηγούνται σε παιδιά κάτω των 6 ετών λόγω απουσίας αποτελεσματικότητας και λόγω πιθανών παρενεργειών τους.

Πηγή: naftemporiki.gr