

SLADKA POT
DO BOLJŠEGA ZDRAVJA

LIPOV MED



www.czs.si
www.slovenskimed.si

Lipov med

- ima svež vonj po lipovem cvetju, mentolu, limonini lupini,
- lahko je nektarnega ali maninega izvora, zato ima značilnosti obeh,
- v primeru nektarnega izvora hitro kristalizira, sicer nekoliko počasneje,
- vsak med po določenem času kristalizira. Ponovno ga utekočinimo s segrevanjem do 40 °C.



"Lipov med
je svetlo rumene
do svetlo jantarne barve
z zelenim odtenkom."

Med

- vrste medu imenujemo po rastlinah, na katerih čebele nabirajo nektar oz. medicino in sladke sokove oz. mano,
- v splošnem ločimo cvetlični med (iz nektarja) ali gozdni med (iz mane),
- nektar izvira iz rastlinskih cvetov,
- mano izločajo listne uši, kaparji in škržati,
- v času cvetenja lipe čebele na njej nabirajo nektar, pogosto pa tudi mano.



Lipa

- že od nekdaj simbol slovenstva,
- zaradi videza, sence, in dišečih cvetov zelo priljubljeno drevo,
- les je mehak, listi imajo srčasto obliko,
- velikolistna lipa zraste do 40 metrov v višino, nekoliko nižji je lipovec,
- cveti junija ali v začetku julija, lipovec cveti dva tedna pozneje,
- lipov med je med vrstami medu zelo cenjen.



Lipov med se uporablja tudi v ljudskem zdravilstvu

- saj deluje sedativno (sprošča živčno napetost),
- saj ga uporabljamo pri vnetjih ustne votline, žrela, grla in bronhijev,
- saj je odlično sredstvo za izkašljevanje,
- saj spodbuja k potenju,
- saj preprečuje nastanek aterosklerotičnih sprememb,
- saj pomaga pri migreni,
- če ga namažemo na rano, pospeši celjenje in preprečuje dodatne okužbe, ...



"Lipov med krepi
organizem in pomaga
pri premagovanju
prehladov."

Že stari narodi so poznali pozitivne učinke medu. Pitagora je dejal:

**»Če ne bi jedel medu,
bi umrl štirideset let prej.«**

Med je že od nekdaj
simbol zdravja
in življenjske moči,
zato uživajmo vsaj tri žlice
SLOVENSKEGA MEDU
na dan.



Izdala in založila:
Čebelarstva zveza Slovenije,
Javna svetovalna služba v čebelarstvu,
Brdo pri Lukovici 8, 1225 Lukovica
Foto: Tomaž Samec, Nataša Lilek, arhiv ČZS
Besedilo: prim. Peter Kapš dr. med.,
Nataša Lilek, Tomaž Samec
Naklada: 30.000 izvodov
Oblikovanje in tisk: Mond Grafika d.o.o.
Julij 2009