



专家教您如何选择蜂胶

<http://www.firstlight.cn> 2010-11-29

蜂胶，无论是保健，还是治病，已被公众所认同。但最近一些不良企业用树胶冒充蜂胶，或在胶囊中灌注酱油的造假行为被曝光之后，立刻引起人们的质疑和谴责。蜂胶为什么具有保健功能？它适应于哪些人群？怎样才能买到质量好的蜂胶？假蜂胶对人体有何危害？下面，让我们听听专家的解答。

天然配比是保健关键

营养专家认为，蜂胶是一种纯天然的健康物质，对人体的循环系统、神经系统、代谢系统和免疫系统具有综合性作用。蜂胶的保健治疗作用，关键不在于高含量的黄酮，而在于它绝妙的天然配比，以及多种物质起到多病同治的目的。因此，我国批准蜂胶的保健功能是调节血脂、调节血糖、调节免疫。

蜂胶为什么具有这样的作用？专家介绍，蜂胶是蜜蜂从植物芽孢或树干上采集的树脂，混入其上腭腺、蜡腺的分泌物加工而成的一种胶状物质，含有大量的黄酮类、萜烯类等化合物以及人体必需的多种微量元素和多种维生素。因为蜂胶生产量少，收集困难，特别是具有特殊的保健功能，被人们誉为“紫色黄金”。

蜂胶含有300多种天然成分、30多种黄酮类化合物，可用于多种疾病的防治，如预防流感、消炎抗菌、治疗溃疡、健肠胃等。

医疗专家说，蜂胶的主要作用是清理血管、降血脂等，适应于高血脂、高血糖、免疫力低下人群使用。但它毕竟是一种保健品，保健品不等于药品，有病还应看大夫。他们提醒，保健品也不能当饭吃，也有一定的服用数量、疗程以及禁忌，消费者要根据自己的实际情况，在医生指导下合理服用。

多种多样的鉴别方法

专家指出，蜂胶的功效取决于其300多种天然有效成分，并非单一的黄酮，总黄酮含量并不是鉴别蜂胶好坏的标准。目前市场上大部分蜂胶只具备国家批准功能的一项或两项，少数蜂胶才能同时具备3项功能。

专家说，购买蜂胶时，我们应知晓其主要特性和鉴别方法。注意查看是否有正规的国食健字的批准文号，可先到国家食品药品监督管理局官方网站上查找一下该产品是否通过国家的GMP认证及进口蜂胶有没有《进口保健食品批准证书》；正宗蜂胶滴到玻璃杯中的水面上，可形成不易消散的油膜，而树胶滴入水中后，会迅速扩散到杯壁上；蜂胶闻起来有芳香气味，而树胶则有一股恶臭味；正宗蜂胶摸起来黏度较大，树胶黏度明显不够。同时，还可用眼看来鉴定蜂胶的外观和颜色；用口尝去鉴定蜂胶的味道；用95%的酒精溶解的方法去鉴定蜂胶的纯度。

专家对一些人喜爱用蜂胶软胶囊的做法持反对意见。这是因为软胶囊在经过高温定型时，大量珍贵成分流失，大幅降低了蜂胶特有功效。专家说，蜂胶是否易吸收在于蜂胶分子结构，并非取决于产品剂型，消费者认为软胶囊好吸收的观点是错误的。

假冒蜂胶有较大危害

近年研究报告表明，大约两万只蜜蜂只能生产20千克的蜂胶，而我国每年的蜂胶原料产量为200多吨，而市场上销售的产品竟然达到500吨之多。可见，有超过一半的蜂胶产品都是假冒或者真假参半的。

在利益的驱动下，一些违规厂家生产的假冒产品是数不胜数，造成蜂胶市场极度混乱。很多蜂胶产品包装上都标称“天然蜂胶”字样，实际上主要原料却是杨树芽。这些杨树芽经浸泡、过滤、沉淀、提纯等多道工序，再加入少量蜂胶，即可被加工成类似蜂胶的黑色胶状固体。树胶要变成蜂胶，厂家还偷偷加了一些槲皮素和芦丁，提高蜂胶中的黄酮含量，以应对检测。其实，这些人工黄酮对人体是有害的。

专家指出，蜂胶的保健功能是其天然配比形成的，人为添加槲皮素和芦丁等物质来提高蜂胶中的黄酮含量，一是破坏了蜂胶成分的原有配比，二是起不到养生保健作用。假冒蜂胶因多项技术不过关，会给人体造成极大危害。如将没有经过提纯过滤的毛胶加入到胶囊里面，毛胶里面的病菌和重金属严重超标，会造成人体重金属中毒。又如将灌注酱油胶囊冒充天然蜂胶，自然没有蜂胶的保健功能。因此，专家提醒大家，买蜂胶千万不要图便宜，万一食用了劣质蜂胶或假胶，既损害了身体，又耽误了病情。

[存档文本](#)