



## **A méz hatékonyabb, mint az antibiotikum a felső légúti panaszok esetében**

Gyerekek esetében ez már korábban is ismert volt, bár egy éves kor alatt nem ajánlott a méz fogyasztása a botulizmus kialakulásának veszélye miatt.

Az adatok elemzése egyértelművé tette, hogy a megfázás tüneteit a méz sokkal hatékonyabban enyhíti, különösen ami a köhögés intenzitását és gyakoriságát illeti.



Két tanulmányból az is kiderül, hogy a tünetek két nappal korábban szűntek meg a méz használata során.

A szerzők, az Oxford University Medical School illetve a Nuffield Department of Primary Care Health Sciences kutatói megjegyzik tanulmányukban, hogy a méz komplex és nem egységes anyag. A kutatók arra is rámutatnak, hogy csak két tanulmány érintette a placebo hatás szerepét a gyógyulásban, ezért még további kísérletekre lesz szükség, hogy végső következtetéseket lehessen levonni.

A British Medical Journal-ban megjelent tanulmányukban a szerzők kiemelik:

## **A méz hatékonyabb, mint az antibiotikum a felső légúti panaszok esetében**

Közzétéve itt: [magyarmezogazdasag.hu](https://magyarmezogazdasag.hu) az Agrárhírtportál (<https://magyarmezogazdasag.hu>)

---

„Az orvosok többnyire felső légúti fertőzések miatt írnak fel a leggyakrabban antibiotikumokat. Mivel a felső légúti fertőzéseket főként vírusok okozzák, az antibiotikumok ezekben az esetekben hatástalanok a kezelésben.”

A kutatók ezért inkább mézet javasolnak a biztonságos és hatékony kezelés érdekében.

„A méz sokkal hatékonyabb és kevésbé káros a szokványos gyógyszereknél, továbbá nem vált ki rezisztenciát a mikroorganizmusokban.” Állapítják meg a szerzők a frissen megjelent tanulmányukban.

Ajánljuk még cikkeinket a témában:

Miért egészségesebb a méz a cukornál: [1. rész](#) [1], [2. rész](#) [2], [3. rész](#) [3]

[Propolisz, méhméreg és egy ismert antibiotikum a koronavírus ellen](#) [4]

**Szerző:** Hevesi Mihály

**Közzététel ideje:** 2020. 08. 24., hétfő, 14:00

**A forrás webcíme:** <https://magyarmezogazdasag.hu/2020/08/24/mez-hatekonyabb-mint-az-antibiotikum-felso-leguti-panaszok-eseteben>