



ՄԵՂՐԻ ՕԳՏԱԿԱՐ ՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ

Երևի չկա այնպիսի երեխա, որ մեղր չսիրի: Մեղրը քաղցր և բարձր կալորիակա- նությամբ աննդամթերք է: Մեղրուներն այն պատրաստում են մեղրապու բույսերի ծաղիկների նեկտարից:

Մեղրի բուժիչ հատկությունները մարդիկ շատ վաղուց են նկատել: Հոյն մաթե- մատիկոս Պյութագորասն իր երկարակեցությունը բացատրում էր մեղրի հաճախակի օգտագործմամբ: Նոյնը պնդում էր փիլիսոփա Դեմոկրիտը: Հոյն բժիշկ Հիպոկրատը իր «Վերքերի մասին» աշխատության մեջ դեղատոմսերի շարքում ընդգրկել է նաև մեղրը: Միջնադարի հայ բժիշկները ևս մեղրն օգտագործել են փարբեր հիվանդությունների կանխման և բուժման նպատակով:

Մեղրը լայն կիրառություն է գտել ժողովրդական բժշկության մեջ՝ մրսածության, սրամոքսասաղիքային, սիրտ-անոթային, և այլ հիվանդությունների բուժման նպատակով: Մեղրը լավ պահպանվող մթերք է և հազվադեպ է փչանում: Շաքարի բարձր պարունակության շնորհիվ այնտեղ մանրէները չեն բազմանում: Մեղրը հեշտ մարսվող աննդամթերք է: Բարձրացնում է մարդու աշխատունակությունը: Պարունակում է մեծ քանակությամբ վիտամիններ և հանքանյութեր՝ C վիտամին, կալցիում, երկաթ և այլն: Ունի հակաբակտերիալ և հակասնկային հատկություններ: Մեղրն ու կաթը ունեն հակամանրէային և մաքրող հատկություններ: Այս հատկու- թյուններն ավելի են մեծանում երբ կաթն ու մեղրը օգտագործվում են միասին: Մեղրի և կաթի խառնուրդը հին մարդիկ համարում էին կյանքի էլիքսիր, քանի որ այն երկարացնում է կյանքը:

Մեղրի և դարչինի խառնուրդը զորացնում է իմունիտետը, կարգավորում մարտողական համակարգը, առողջ պահում սրտանոթային համակարգը, ոսկորները, մաշկն ու արամները: Մեղրը և դարչինը սնում են մազերը, կրճատում մազաթափությունը և նպաստում մազերի աճին: Նվազեցնում են արյան մեջ խոլեստերինի քանակը և այդպիսով ապահովում սրտի առողջությունը: