

安徽省蜜蜂产业商会

二〇〇九年工作总结及二〇一〇年工作计划

安徽省蜜蜂产业商会经省民政厅批准于2009年元月15日正式成立。本商会的业务主管单位是安徽省工商业联合会。遵照商会要做好服务、协调、自律、维权的宗旨要求，认真开展工作。

一年来，在省民政厅、省工商联的领导下，在有关部门的大力支持下，坚持以科学发展观为指导，认真履行党和政府联系广大蜂业企业和企业与蜂农的桥梁纽带职责，积极为会员单位服务。经全体理事和广大会员的共同努力，比较圆满地完成了全年的工作任务。

一、规范行业管理

为了进一步贯彻党中央国务院关于整顿和规范市场经济秩序的决定精神，规范蜂产品市场秩序，促进全省蜂业健康发展，本商会从成立之日起即制订了“安徽省蜂产品行业自律公约”。经过近一年的检验，凡自愿参加行业自律公约的蜂产品生产、加工、经营企业，基本上都能做到严把蜂产品质量关、依法经营、诚信经营，没有发现制假售假、商业欺诈、虚假宣传等违法行为。

为进一步规范蜂产品市场秩序，维护蜂产品生产者和经营者的合法权益，本商会又组织发动本行业重质量、讲诚信的蜂业企业，深入开展行业自律，并于2009年11月2日在《新安晚报》上公开对社会庄严承诺：坚持蜂产品国家标准，严把原料关；坚持“质量安全第一”，消费者利益至的原则；坚持诚信经营，实事求是；坚持公平竞争，坚持正义，严格自律。坚决与掺杂兑假、坑害消费者的不良行为作斗争。

二、进行蜂业宣传

为了展示我省蜂业的风采，推动蜂业的发展，我会在全省蜂业界同仁和蜂业企业大力支持下，历时半年于2009年8月底编印出《安徽蜂业古今》专辑一部。旨在向蜂业界介绍安徽蜂业历史沿革事实和现状，展示安徽蜂业在改革开放和科技兴皖政策推动下，科研、生产、加工、出口等方面的实力和水平，沟通与国内外同行信息交流与合作，启迪和拓宽今后进一步发展安徽蜂业的思路。

为加强蜂业信息交流，我会于2009年3月14日在合肥召开了全省蜂产品市场信息交流

会。为及时宣传安徽蜂业的进展情况和亮点，我会创办了《安徽蜂业信息》内部读物一份，2009 已编印 3 期发至全体会员，并送与部分兄弟省、市交流。

三、组织蜂业考察

为及时了解蜂业现状，我会先后对 8 个蜂产品加工企业、6 个蜂农专业合作社、2 个种蜂场进行考察。考察中发现全球金融危急对我省蜂业发展有一定冲击。受国际蜂产品市场低谷的影响，我省今年油菜蜜收购价每吨只有 3800-4000 元，比去年同期收购价每吨 6000 元下降近 3 成。蜂王浆收购价每公斤只有 75 元，比去年同期每公斤 85 元下降 10%左右，蜂农普遍反映今年是丰产不丰收。

为及时了解国内蜂产品市场行情，和发展前景，我会组织会员对合肥市蜂产品市场销售情况进行调查。全市现有蜂产品经营商店 36 个（不包括各大超市蜂产品专柜），比 10 年前的 8 个增加 28 个，增长 3 倍多。2008 年全市销售蜂蜜 120 吨、蜂王浆 8 吨、蜂花粉 6 吨，分别比 10 年前的 1998 年增长 3 倍、2.2 倍、1.8 倍，国内市场潜力很大。

为了进一步了解我省蜂农专业合作社发展情况，迎接“第二届海峡两岸蜂农专业合作社研讨培训班”在我省举办，我会于 8 月 8 日在合肥召开了全省蜂农专业合作社座谈会。对照中国蜂产品协会关于《全国蜂农专业合作社示范社评选办法》和示范社的条件，到会人员认真讨论并推荐 8 个蜂农专业合作社作为全国蜂农专业合作社示范社上报中国蜂产品协会。

四、开展咨询服务

根据我会以服务为宗旨的原则，面向生产者，积极做好服务工作，对所有来人、来电、来函咨询的问题，我会都热情接待，认真解答。对我会会员外出放蜂发生的问题，需要我会帮助的，及时给予援助。如休宁县万安乡胡敏在河北省遵化县放蜂，因飞机对松林喷散灭虫药造成大量蜂群中毒死亡、太和县蜂农在亳州市放蜂被毒死蜂群、濉溪县一蜂场运蜂去山东省途中翻车、六安市蜂农放蜂时发生翻车事故等，要求我会帮助的，都及时予以办理。

五、迎接“第二届海峡两岸蜂农专业合作社研讨培训班”在我省举办

由中国蜂产品协会主办的“第二届海峡两岸蜂农专业合作社研讨培训班”于 2009 年 11 月 24-26 日在我省绩溪县举办。这是中国蜂产品协会对我省蜂业的亲切关怀和大力支持，更是一次难得的学习好机会，为保证会议顺利进行，我会派员积极协助办会工作，向全省蜂业界转发了会议通知，组织会员参会。在我会和承办单位共同努力下，使这次研讨培训班取得圆

满成功。会议期间表彰了第二批“全国蜂农专业合作社”38个，其中我省有8个。会议期间还公布了2009年“全国蜂产品诚信商店”19个，其中我省合肥志诚蜂业公司榜上有名。

六、加强自律建设

在开展深入学习实践科学发展观活动中，我会能认真贯彻落实党的十七大精神，以服务会员、服务群众、服务社会为己任，充分发挥行业组织在经济建设中的作用。

为及时研究布置商会的阶段工作，一年来，共召开2次会长办公会议和1次会长、秘书长联席会议。

为壮大商会队伍，商会成立后，增补理事8人，发展单位团体会员6个，发展个人会员8人。

二〇一〇年工作计划

一、3月中旬召开一次全省蜂产品市场信息交流会。

二、第三季度举办一期全省蜂农专业合作社技术培训班。

三、规模蜂产品市场秩序。

加强行业自律，规范市场秩序，反对无序竞争。开展蜂产品市场监管，配合执法部门严格打击假冒伪劣产品，净化蜂产品市场。

四、开展评选先进活动

为表彰有贡献的先进蜂产品企业和优秀会员，推动全省蜂业发展，我会于2010年开展一次评选先进活动。

五、编印《安徽蜂业信息》2期。

六、编印《有关法律、法规汇编》一册。

七、加强调查研究。

及时掌握基层蜂业实际状况，是我会从事蜂产品质量监督和技术指导和基本工作，要加强对蜂业的生产、加工、经营等方面的调查研究。

八、加强自身建设

定期召开会长及秘书长办公会议，学习中央有关方针、政策，及时总结布置商会各项工作，积极发展新会员，壮大商会队伍。

二〇〇九年十二月十五日

国务院关于加快供销合作社改革发展的若干意见（摘要）

国发[2009]40号

各省、自治区、直辖市人民政府，国务院各部委、各直属机构：

供销合作社是为农服务的合作经济组织，是推动农村经济发展和社会进步的重要力量。加快供销合作社改革发展，对于活跃农村流通，完善商品流通体系，建设现代农业，拉动农村需求，推进社会主义新农村建设，促进形成城乡经济社会发展一体化新格局，具有重大意义。现就新形势下加快供销合作社改革发展的若干问题，提出如下意见：

一、新形势下供销合作社改革发展的目标任务

（一）供销合作社改革发展取得显著成就。近年来，全国供销合作社系统认真贯彻党中央、国务院决策部署，始终坚持为农服务宗旨，不断深化体制改革、创新经营机制、拓展服务领域，全面推进基层社、社有企业、联合社、经营网络改造，成功实现扭亏为盈，发展活力明显增强，经济实力明显提升，服务能力明显提高，为促进农业发展、农民增收、农村繁荣做出了重要贡献。经过多年改革发展，供销合作社正在从传统经营方式向现代流通业态转变，从单纯购销业务向综合经营服务转变，从单一供销合作向多领域全面合作转变，成为经营性服务功能充分发挥、公益性服务作用不断体现的新型农村合作经济组织。

二、加快推进供销合作社现代流通网络建设

三、着力强化供销合作社服务功能

（八）加强专业全作服务。立足当地优秀资源和特色产业，利用供销合作社人才、网络、设施等条件，采取多种方式积极领办农民专业合作社。带动农民专业合作社开展信息、营销、技术、农产品加工储运等服务，推进规模化种养、标准化生产、品牌化经营，提高农产品质量安全水平和市场竞争力。帮助农民专业合作社开拓市场，开辟合作社产品进超市、进社区、进批发市场的便捷通道。积极参与农民专业合作社示范社建设，加强人员培训，各级财政根据实际情况，给予必要的经费支持。

（九）完善行业协会服务。加强供销合作社系统行业协会建设，增强服务功能，强化行业自律，反映行业诉求，推动行业诚信建设。推进协会内部改革，建立健全规范的运行机制。在农资、棉花、茶叶、果品、食用菌、蜂产品、畜产品、烟花爆竹和再生资源等传统优势领域，重视发挥供销合作社系统行业协会在制定产业政策、行业规划、产品标准等方面的积极

作用。

四、不断加强供销合作社组织建设

五、积极创新社有企业经营机制

(十四) 推动社有企业参与农业产业化经营。供销合作社具有联系农民、产业从多、熟悉市场的综合优势，有条件的社有企业都要积极参与农业产业化经营。引导社有企业与农户结成更紧密的利益关系，为生产者提供全方位服务，把更多的利润返还给农民。依托农民专业合作经济组织，按照标准化生产的规范，加快建立水平较高的优质农产品基地，引导农民发展集约化、规模化生产。在果品、茶叶、畜产品、蜂产品、食用菌等传统优势领域，加大品牌整合培育力度，加快技术含量和附加值高的产品开发，拓展国内外市场，提升农产品竞争力。支持社有企业参与国家农业产业化、标准化示范、农业技术研发推广等项目，加大对农业综合开发供销合作社项目的支持力度。

六、切实加大对供销合作社改革及发展的支持力度

(十九) 加强供销全社人才队伍建设。健全理事会、监事会机构设置，保持领导班子相对稳定。实行人才兴社战略，大力引进和培养各类经营管理与专业技术人才，积极吸纳高校毕业生，不断优化干部职工知识和年龄结构。大力弘扬供销合作社“扁担精神”、“背篓精神”，培育造就一支甘于奉献、勇于创新、善于开拓的高素质干部职工队伍。

国务院

二〇〇九年十一月十七日

会讯：

1、2009年中国安徽农业产业化交易会在合肥举办

2009年中国安徽（合肥）农业产业化交易会于11月3-5日在合肥举办。安徽省百春制药有限公司、安徽鸿汇食品有限公司、安徽亨吉得保健食品有限公司、黄山市养生源蜂业有限公司、合肥志诚蜂业有限公司、蚌埠市珠花蜂业公司、绩溪县五峰园蜂业有限公司、潜山县皖峰蜂业有限公司、芜湖盛开营养食品有限公司等蜂产品加工企业携带系列蜂产品到会展销，其中合肥志诚蜂业有限公司展销的蜂蜜蜂、王浆、蜂花粉等系列蜂产品三天内销售额一万多。各企业展销的蜂产品均受到合肥市民的欢迎。

安徽省蜜蜂产业商会办公室

2、第二届海峡两岸蜂农专业合作社研讨培训班在绩溪县举办

第二届海峡两岸蜂农专业合作社研讨培训班于 2009 年 11 月 24-26 日在我省绩溪县举办。出席培训班人员有来自全国 19 个省、市的蜂业界代表 185 人。台湾省养蜂协会负责人李仁杰教授、台湾国立华东大学环境与生态教育研究所讲师、台湾福昶养蜂育种场场长李丽玉场长、中国蜂产品协会名誉会长骆尚骅、刘进祖等专家、教授为培训班讲课。培训班期间公布了第二批全国蜂农专业合作社示范社 38 个，其中我省 8 个。培训班上收到 12 个蜂农专业全作社的经验交流材料，其中有我省的绩溪县五峰园蜂业合作社、肥东亨吉得养蜂专业合作社、安徽鸿汇养蜂专业合作社。中国蜂产品协会会长高茂林为培训班作了总结讲话。培训班在我会的积极协助和承办单位的共同努力下取得圆满成功。

安徽省蜜蜂产业商会办公室

3、安徽省蜜蜂产业商会召开会长、秘书长联席会议

安徽省蜜蜂产业商会会长、秘书长联席会议于 2009 年 11 月 25 日在绩溪县召开。出席会议的有会长、副会长、秘书长、副秘书长 13 人。会议认真学习了省民政厅刘健厅长“在全省新社会组织深入学习实践科学发展观活动推进会上的讲话”；全面总结了 2009 年工作开展情况及制定了 2010 年商会工作计划；审议批准安徽安粮蜂业公司副总经理刘勇为本届商会理事、副秘书长。会议讨论决定 2009 年商会年会在黄山市举办，由黄山市养生源蜂业有限公司承办会务工作。副会长兼秘书长陈振起主持了这次会议。

安徽省蜜蜂产业商会办公室

安徽省蜜蜂产业商会组织本省重点蜂业企业庄严承诺

近两年来，我省蜂产品消费市场在一定程度上存在诚信和质量问题，消费者反映很大。为了进一步规范蜂产品市场秩序，维护蜂产品生产者、经营者和消费者的合法权益，促进全省蜂业健康发展，安徽省蜜蜂产业商会本着对社会负责、对消费者负责、对诚信蜂业企业负责的态度，组织发动本行业重质量、讲诚信的蜂业企业，开展行业自律，公开对社会庄严承诺：

坚持质量第一、安全第一、消费者利益至上的原则，绝不生产、不收购、不销售不符合天然蜂产品标准的蜂产品。自觉做到遵纪守法、公平竞争，按有关法规规定，不标识虚假内容、不伪造商标、不销售假冒伪劣蜂产品，努力为社会提供优质蜂产品，坚决与掺杂兑假，抗害消费者的不良行为作斗争。

热烈欢迎社会各界和广大消费者监督。

承诺单位：

安徽省百春制药有限公司

安徽鸿汇食品公司

芜湖华莲蜂园有限公司

安徽天新蜂产品有限公司

安徽亨吉得保健食品有限公司

安徽安粮蜂业有限公司

蚌埠市珠花蜂业有限公司

合肥志诚蜂业有限公司

安徽王中王蜂业有限公司

组织单位：安徽省蜜蜂产业商会

转载《新安晚报》2009年11月2日B2版

2009年安徽蜂业亮点

1、我省又有8个蜂农专业合作社被评为全国示范社

2009年11月26日，中国蜂产品协会向全国38个蜂农专业合作社颁发“第二批全国蜂农专业合作社示范社”证书，其中我省有8个蜂农专业合作社被评为示范社，他们是：合肥大兴蜜源蜂业合作社、安徽三健蜂业专业合作社、和县联合养蜂专业合作社、芜湖县和联养蜂专业合作社、巢湖市皇巢蜂业专业合作社、桐城市奉献蜂业合作社，繁昌县康源蜂业合作社、安徽江淮蜂业专业合作社。

蜂产品的营养保健功能

张启明

现代社会中，天然保健品和天然药物资源的开发利用已成为人们维护自身健康长寿，提高生命质量的一个重要途径。蜂产品作为一种纯天然的保健食品和广谱性祛病良药，以其显著的保健功效越来越受到消费者的青睐。随着人民生活水平的提高，人们更加崇尚天然，更加追求反璞归真，人们对蜂产品的认识也在不断深入和加强，常年服用蜂产品的消费人群不断地巩固、壮大，蜂产品已成为人们日常生活中不可缺少的重要保健食品，并已成为广大群众消费热点之一。

蜂产品种类很多，有蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶、蜂毒、蜂蜡、雄蜂蛹、蜜蜂幼虫、蜜蜂尸体等。而其中的蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶又被称为蜂产品中的四大家族。现将这四大家族的营养保健功能简介如下：

一、蜂蜜

众所周知，蜂蜜既是食品，又是滋补品和天然药品。秦汉时期的著作《神农本草经》中就已经把蜂蜜列入食用“上品”。祖国医学认为蜂蜜有补脾胃、润肠、润肺、解毒、防腐等功效。现代临床研究结果证明，蜂蜜有许多药理作用，如治疗脾胃虚弱、病后体虚、肠燥便秘、口干咽燥、干咳无痰、胃部疼痛等症。

蜂蜜种类很多，各具特色。我省主产的几种蜂蜜各有其特点：

1、洋槐蜜。洋槐蜜又称刺槐蜜和槐花蜜，颜色水白色，气味清香，有槐花香气，不易结晶或不结晶。

2、油菜蜜。油菜蜜为浅琥珀色略混浊，有油菜花香，极易结晶，结晶后呈乳白色。

3、紫云英蜜。紫云英蜜又叫草子蜜。特浅琥珀色，气息清香，不易结晶。

4、枣花蜜。枣花蜜呈琥珀色，蜜汁透明而略浊，气味浓香，不易结晶，结晶后呈粗粒状。

5、芝麻蜜。芝麻蜜呈浅琥珀色，味甜而微酸，结晶后呈乳白色或淡黄色。

6、棉花蜜。棉花蜜为琥珀色，香味较淡，极易结晶，呈粗粒状，色转白。

7、乌柏蜜。乌柏蜜又称柏子蜜，琥珀色，甜中略有酸味，易结晶成粗粒状。

8、荆条蜜。荆条蜜为浅琥珀色，气味有荆花的芳香，味道甜润，结晶细腻而白。

9、野桂花蜜。野桂花蜜又称山桂花蜜或铃蜜，为浅琥珀色，透明，味极芳香，不易结

晶，结晶细腻，乳白色。

10、枇杷蜜。枇杷蜜色淡白，带有浓郁，带有杏仁味，味甜畅口，结晶后成细粒状。

面对市场上琳琅满目的蜂蜜品种，消费者常常要问，到底哪种蜂蜜营养价值高？可以这样回答，凡是天然成熟蜂蜜（即含水量在 18%以下），营养价值和和药理功能都大同小异，只是不同品种的蜜蜂作用不尽相同而已。如洋槐蜜，清肝泻火、活血降压；油菜蜜，舒张血管、调理机体；枣花蜜，补中益气、养血安神；枇杷蜜，止咳化痰、清肺和胃；荆条蜜，润肠通便、益肺止咳；龙眼蜜，补心益脾、安神养血；党参蜜，补中益气，生津养血；荔枝蜜，解渴生津、温补心肾；黄连蜜，清热解毒、消炎祛火；椴树蜜，美容养颜、嫩白肌肤；益母草蜜、祛瘀生新、清热解毒；野菊花蜜，解毒消肿、清热降压。

关于蜂蜜结晶问题，经常会引起一些消费者的误解，认为结晶蜜是由于蜂蜜中掺入白糖而造成的。其实这是蜂蜜的自然变化，不是掺糖的结果。蜂蜜含有多种营养成分的葡萄糖、果糖过饱和溶液。由于葡萄糖具有容易结晶的特性，因此蜂蜜在较低的温度下，放置一段时间，葡萄糖就会逐渐结晶。蜂蜜结晶还与蜂蜜的种类、含水量有关。如洋槐蜜、紫云英蜜、枣花蜜不易结晶，而油菜蜜，棉花蜜、枇杷蜜易结晶。

总之，蜂蜜结晶是蜂蜜的物理现象，其化学成分、营养价值都未发生变化，更不影响蜂蜜的质量。结晶的晶体是葡萄糖，并非蜂蜜中掺入了白糖，其实真正掺入白糖的蜂蜜不易发生结晶现象，易于结晶的蜂蜜才是纯正的蜂蜜。2005 年 10 月 26 日国家发布的我国蜂蜜强制性标准中明确规定：蜂蜜在通常情况下呈粘稠体状，贮存时间较长或温度较低时可形成部分或全部结晶。

二、蜂王浆

蜂王浆又叫蜂皇浆、蜂乳，简称王浆。蜂王浆珍稀名贵，出产奇特，成分复杂，有着极强的保健功能，是一种天然的理想保健食品。世界许多科学家研究和调查认为，蜂王浆是人类长寿之源。蜂王浆中含有 20 多种氨基酸，其中包括人体必需的 8 种氨基酸

蜂王浆对人体的保健作用是多方面的，一般认为可以增进食欲，促进新陈代谢，恢复疲劳，增强对疾病的抵抗力等。概括的讲，有以下八大功效：

1、延缓衰老

蜂王浆中含有一种过氧化物歧化酶（简称 SOD），有保护肌体不受自由基的损伤和消除

体内自由基的作用，同时，蜂王浆中所含的球蛋白、泛酸、维生素 B6 等物质，对肌体有延缓衰老的作用。

2、增强免疫力

蜂王浆可以使人体内的免疫球蛋白提高 1.25 倍，增强人体的免疫功能，提高肌体抗病能力，有效抵抗不良因素的侵入，提高人体对恶劣环境的适应能力，以减少患病的机率。

3、促进生长发育

蜂王浆中含有丰富全面的氨基酸，是合成蛋白质的基础物质，对人体各组织和器官生长有促进作用；蜂王浆可使血红蛋白（血色素）以及红细胞增加，促进造血功能；可以加强基础代谢和提高组织呼吸能力。

4、促进睡眠

蜂王浆促进睡眠是通过抑制大脑的兴奋和对神经机能的调理这两方面的作用达到的。长期服用蜂王浆可调节内分泌系统，提高肌体的抗逆力，改善睡眠，可以提高入睡速度，提高睡眠质量。

5、增强大脑功能

蜂王浆可提供大脑神经胶质细胞合成所需的主要原料，含有丰富的 B 族维生素，保证高级思维活动的正常进行；所含丰富的乙酰胆碱是增强记忆的重要物质；所含的微量元素——锌对提高思维能力有直接关系，能促进大脑智力发育。

6、调节血糖

蜂王浆中含有丰富的类胰岛素肽类，有调节人体糖代谢，修复受损的胰腺细胞，使胰腺的 β 细胞代谢恢复正常，促使胰岛素分泌，达到调节血糖的目的；蜂王浆还有增强身体的免疫力，对糖尿病和其并发症有缓解和减轻的作用。

7、调节内分泌

更年期综合症是由于人体内分泌紊乱、植物神经机能失调所引起的。蜂王浆可延缓内分泌腺体的衰退，促进内分泌机能，起到延缓更年期的到来，减轻更年期综合症的反应；还可预防老年动脉粥样硬化，减少血栓的形成和心肌梗塞的发生。

8、美容

蜂王浆被人体的表皮吸收后，营养表皮细胞，促进和增强表皮细胞的生命活力，改善

细胞的新陈代谢，加速代谢产物的排除，减少色素沉积，防止弹力纤维变性，使皮肤富有弹性、光泽、细腻，还可消除皱纹和推迟皱纹的出现。

三、蜂花粉

几千年来，世界各地不同的民族均有食有花粉的记载。唐代女皇武则天是个花粉嗜好者，每逢花朝日，令宫女在御花园中采集百花的花粉，和米捣碎制成糕，名“花精糕”，以赐群臣。清代慈禧太后进宫后，洗浴均用“耐尽花露”，即用黄酒浸泡花粉调制的。《木兰辞》中有“当窗理发髻，对镜贴花黄”，这里的“花黄”就是花粉。在国外食用花粉也不陌生，西方的《犹太法典》、《圣经》、《古兰经》里均有食用花粉的记录。

蜂花粉被誉为“浓缩的营养库”、“完全的营养源”、“当代世界营养之冠”、“健康长寿的灵丹妙药”、“可以吃的化妆品”等。花粉的品种很多，不同品种的花粉有不同的保健功能。

茶花粉：被誉为花粉之王。氨基酸、维生素和微量元素含量高，特别是锰、锌、铬等含量相当高。它能预防和治疗肿瘤、动脉硬化、便秘、老年痴呆、儿童智力低下、内分泌失调等；对糖尿病防治有明显作用；对美容、祛黄褐斑、痤疮有特效，并能延缓衰老。

油菜花粉：黄酮类含量相当丰富。具有抗动脉硬化、降血脂、镇痛、防辐射、治疗便秘等作用，对前列腺炎的治疗有特效。

荷花粉：滋阴、护脾、养胃、安神、养生润颜、对脾胃虚弱、神疲乏力、虚烦失眠有疗效。

刺槐花粉：是一种健胃和镇静剂，可软化血管，防止高血压、动脉硬化等病。

芝麻花粉：滋阴补血，润燥滑肠。

玉米花粉：有明显的降血压、降血脂作用，抗疲劳，增强体质。

荞麦花粉：适用于心悸、心脏衰弱和毛细血管脆弱等病症。

向日葵花粉：可治疗乙肝、哮喘。

苹果花粉：增强心肌功能，有抗衰老作用。

蜂花粉有以下保健功能：

1、延缓衰老

食用蜂花粉，首先，刺激了丘脑的神经元，使本已疲劳或功能出现衰退的神经组织得到恢复，从而延缓了衰老。其次，蜂花粉可使脑腺增大，提高机体免疫功能，抵御疾病和

抗衰老。第三蜂花粉中含有微量元素硒、维生素 C、E 等多种活性成分，这些物质能清除机体代谢所产生的自由基，延缓皮肤衰老。蜂花粉中的蛋白质、核酸也都是延缓衰老的物质。

2、提高免疫力

食用蜂花粉，不仅能刺激脑腺增加分泌量，而且能提高人体血清免疫球蛋白水平，从而预防疾病的发生。

3、防治前列腺疾病

前列腺炎、前列腺肥大、前列腺增生等疾病是中老年男性的常见病。食用蜂花粉，有抑制和防止前列腺增生的作用，还有较强的抗炎和消炎的效果，可以辅助治疗前列腺疾病，被医学界称为前列腺疾病的克星。

4、养颜美容

蜂花粉的美容作用，是与蜂花粉的各种生理功能有关。

首先是蜂花粉对皮肤新陈代谢的调节作用，使皮肤保持正常的代谢功能，促进自由基和脂褐基等代谢废物的排除。其次是为表皮细胞提供各种营养，将蜂花粉调入化妆品涂抹皮肤上，其营养成分能被肌肤直接吸收，保持表皮细胞的活力和再生能力，而使皮肤细腻有光泽。食用蜂花粉，可以调节内分泌趋于正常。内分泌紊乱，往往会造成皮肤色素沉积，使皮肤粗糙，因此调节内分泌的平衡，就可以消除以上症状，达到美容的目的。

蜂花粉在食疗方面的效果，到目前为止，已见报道的适用症状有：前列腺疾病、糖尿病、高血压、脑血管疾病、失眠、贫血、肝炎、气管炎、便秘、抗辐射、抗衰老、神经衰弱等。

四、蜂胶

蜂胶是大自然恩赐给我们的天然无毒的神奇物品，具有很多奇特的医疗、保健功能，被誉为“人类健康的紫色黄金”，科学家给蜂胶许多美称，“最完美的天然广谱抗生物质”、“血液清道夫”、“健康保护神”、“天然抗氧化剂”、“本世纪最伟大的天然物质”等。早在 19 世纪之前，许多国家就将蜂胶用于医学治疗方面。《中华人民共和国药典》确认蜂胶的作用有抗菌消炎、调节免疫、抗老化、加速组织愈合、用于高血压和糖尿病的辅助治疗。2002 年国家卫生部将蜂胶正式列入“可用于保健食品”的名单。近年来，经研究与实践证明蜂胶有八大保健功能：

1、调节免疫功法

旺盛的免疫功能是人体健康的重要基础。免疫功能失调时，导致生理功能紊乱，易患多种疾病。蜂胶中含丰富的总黄酮、维生素、矿物质等抗氧化营养素，食用蜂胶产品有助于改善机体氧化代谢过程，调节免疫系统的生理功能。

2、抗氧化功能

蜂胶能抗氧化，增强 SOD 活性，阻止脂质过氧化。氧是生命存在的基本要素，没有氧，生命运动就无法进行，在氧化代谢反映过程中产生一类代谢副产品：自由基，过剩的自由基，会导致免疫功能失调。自由基是引起人体多种疾病的重要原因，蜂胶中的黄酮具有较强的清除自由基作用。

3、调节血糖、血脂、血压功能

血液中所含的葡萄糖，称为血糖。蜂胶调节血糖，源于蜂胶调节组织细胞糖、脂肪、蛋白质三大营养物质氧化代谢功能，促进糖醇解，减少血糖中糖含量。蜂胶中所含的脂肪酸，活性多糖等成分可帮助恢复胰脏肌能，直接或间接地起到调节血糖作用。

蜂胶调节血脂功能的基础，在于提高血液中高密度脂蛋白水平。蜂胶通过调节体内组织细胞的氧化代谢功能，提高肝外脂蛋白酶活性，加快极低密度脂蛋白中甘油三酯的分解代谢，转化成高密度脂蛋白。

高血压的实质是血管硬化的表现，由于蜂胶保护血管，净化血液，调节血压安全有效而被人们形象地称为“血管清道夫”。

4、保护心脑血管功能

保护心脑血管，就是保护生命。心脑血管病是人类健康的“第一杀手”。蜂胶保护心脑血管功能，源于其中主要功能成分蜂胶总黄酮。蜂胶总黄酮有抗氧化，稳定和清除过剩自由基的作用，可防止脂质过氧化物沉积于血管内壁，使血流通畅。

5、抑制肿瘤功能

蜂胶抑制肿瘤功能，是建立在调节免疫功能和抗氧化的基础上，这是抑制肿瘤的内在动力。食用蜂胶产品后，体内产生“生物反应调整”态势，调节正常组织细胞的氧化磷酸代谢过程，提高物质交换效率，抑制瘤物质的代谢活性，抑制肿瘤细胞的无氧酵解，抑制肿瘤组织新生小血管的生长，切断肿瘤组织的血液供应，无法快速增长而失去活性。通过增强

免疫细胞活性和增加抗体产量，杀伤、吞噬、溶解肿瘤细胞。

6、改善胃肠道功能

胃肠道功能失调，会导致消化与吸收障碍。会出现食欲不振、恶心呕吐、胃痛腹胀、腹泻或便秘等。蜂胶在抗菌、消炎、止痛、抗痉挛、抗溃疡，全面改善胃肠道功能的过程中，止痛作用特别突出。食用蜂胶，对胃肠道疾病有很好的疗效。

7、延缓衰老功能

衰老，特别是早衰，实际上是功能失调，本质上是一种抗氧化物质缺乏症。及时补充足够的抗氧化物质，就能改善体氧化代谢过程。食用蜂胶保健食品，能有效补充体内不足的抗氧化物质，从而延缓衰老。

8、美容护肤功能

蜂胶既可内服又可外用，从而达到内调理外保养的完美结合。内服蜂胶能全面调节组织及器官功能，调节内分泌，改善血液循环状态，分解色斑，减少或消除青春痘、皮炎、湿疹，使肌肤呈现自然美。

由于蜂胶能预防和辅助治疗多种疾病，特别是抗菌作用突出，有“天然抗生素”之说。因此，有些人把蜂胶与抗生素划上等号，其实不然，蜂胶与抗生素之间有着本质的不同。蜂胶是蜜蜂从胶源植物的幼芽或枝干破伤部位采取的树脂，混入其上颚腺分泌物和蜂腊等复合而成的胶状物，是天然的产物。而抗生素是来自微生物（细菌、真菌、放线菌等），所产生的化学物质。

小蜜蜂为人类提供了这么多的营养保健食品，我们完全可以综合利用。如果将蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶同时食用，无疑会取得更好的保健效果。