

www.MézBarlang.hu

Méhpempő – az életelixír

Felhasználási lehetőségei és adagolása

Összeállította: Trepinszki József



2017.

Mi a méhpempő?

A méhpempő a fiatal dolgozó méhek garatmirigy váladéka, amely a méhek táplálására szolgál. A méhek életének harmadik napja után kezd működni az a mirigy, amely a méhpempőt előállítja, és elég gyorsan, a tizenegyedik naptól elsatnyul, így többé nem termel méhpempőt. Ez alatt az idő alatt a fiatal méh ebből táplálkozik.

A méhherék és a dolgozók nyáron 4-6 hétig, míg télen maximum 5-6 hónapig élnek, ezzel szemben a méhkirálynő átlagos élettartama 3-4, sőt akár 5 év is lehet. A méhkirálynő emellett különleges képességekkel is rendelkezik. Egy nap alatt képes akár két és félszer annyi petét lerakni, mint amennyi a saját súlya. 16 nap alatt kel ki, míg a dolgozók 21, a herék pedig 24 nap alatt.

A dolgozó lárvája élete első öt napja alatt, amelyből három napig csak kizárólag méhpempőt fogyaszt, ezerszeresére növeli a súlyát, a királynő lárvája, amely végig méhpempőt fogyaszt, több mint kétezerszeresére nő.

Maga a méhpempő, zselés állagú váladék, amelynek sárgás-fehéres színe van és gyöngyházfénnyel csillog. Íze erősen savanyú, szúrós, enyhén cukros. Az idő elteltével egyre

sűrűbbé válik, és a színe is változhat, ha levegővel érintkezik. A „méhek tejének” is szokták nevezni. És hatásait az emberi anyatejhez is hasonlítják.

A méhpempő az egyetlen olyan természetes anyag, amely több mint 150, biológiailag aktív összetevőt: fehérjét, zsiradékot, cukrot, vitamint, ásványi anyagot, nyomelemet, enzimeket és még számos egyéb bioaktív anyagot tartalmaz. Teljes értékű fehérjetartalma igen magas, számos hormont és hormonszerű anyagot tartalmaz. Vitaminok közül: B1, B2, B3, B5, B6, C, D, E, H tartalma számottevő, nyomelemek közül pedig említést érdemel a Mn, Ni, Co, S.

Egészségügyi kutatók és a táplálkozástudományi szakértők szerint a méhpempő az egyik legerősebb gyógyító hatású, energetizáló élelmiszer a világon.

A méhkirálynő különleges tulajdonságai és testi adottságai miatt már az 1960-as években felkeltette a figyelmet. Azt feltételezték róla, hogy a csodaszer, a fiatalság és a hosszú élet elixírje. Manapság sem kevésbé árnyaltabb a kép, miközben azt is megismertük, hogy melyek a méhpempő igazi erényei és felfedezték a gyógyászatban betöltött valódi szerepét is.

A méhpempő általános adagolása

A méhpempőt lehetőleg üres gyomorra fogyasszuk, reggel minimum 30 perccel étkezés előtt, illetve este vacsora után 1-2 órával, a nyelv alá helyezve, vagy a nyálkahártyán szétosztva, hagyni lassan felszívódni majd lenyelni.

A méhpempő tapasztalatok szerint 4-10 napos fogyasztás után néhány napos intenzív tisztulási folyamatot indít el. Ez idő alatt, egyénenként eltérően közérzete romolhat, fejfájás vagy egyéb fájdalmak jelentkezhettek. Ez természetes folyamat, emiatt nem ajánljuk abbahagyni szedését, ezek a kellemetlen érzés általában néhány napon belül elmúlik, utána gyors javulás következik be. Napi 2 gramm feletti adag szedése esetén néhány napig hasmenés jelentkezhethet, de ez elmúlik, a tisztulási folyamat természetes velejárója.

Általában **napi 2x1 gramm** adagolást javasolunk, amely betegség és testalkattól függően változhat. Ezt 90 napos kúrákkal, majd 30 napos szünetekkel ismételtethetjük meg. Bizonyos esetekben ezt az adagot átléphetjük, melyekről a továbbiakban részletesen írunk. Bizonyos általános betegségnél elérhetjük a napi 5 grammot is, például a betegség fellángolásánál segíti az immunrendszert, és visszafordíthatja a betegséget, vagy jelentősen lerövidítheti

időtartamát.

Gyermeknél:

Fontos kijelenteni, hogy a méhpempő nem méz, ezért már csecsemőkortól adható! Gyermekes esetekben mindenképp alacsonyabb adagolás a javasolt, általánosan a felnőtt adag fele, vagy negyede. Figyelembe kell venni az életkort és a testsúlyt. Amennyiben még semmilyen méhterméket nem fogyasztott a gyermek nagyon minimális adaggal (kb 0,2 gramm) kezdje az adagolást. Ha a gyermek allergiás a méhészeti termékekre, semmiképp sem adható neki a méhpempő!

A méhpempőt kesernyés-savanykás kellemetlen íze miatt a gyermekek nem szívesen fogyasztják. Ezért érdemes kipróbálni a méhpempős mézet, amely édes íze miatt sokkal kedveltebb a picik körében.

Emellett kifejezetten ajánljuk *várandósoknak ,és kismamáknak is.*

A méhpempő legfőbb hatásai, és egyedi adagolások

Immunerősítés

Fontos kiemelni ennek szerepét, ugyanis amikor a szervezetünk immunrendszere nem működik megfelelően, akkor jelentkeznek a különböző betegségek. Ezért érdemes erősíteni, megelőzve ezt.

Immunerősítésre ajánlott: napi 1-2 gramm, 14 napos kúrákban, havonta ismételve, különösképp az őszi-téli időszakban.

A kúrákhoz kedvezményes csomagokat is találsz itt:

<http://www.mezbarlang.hu/mehtermek-360/mehpempo/mehpempo-tiszta>

Influenza és fertőzések

A méhpempőnek kitűnő antivirális és immunerősítő hatása van, nagyon hatásos az influenza megelőzésére járvány idején. A már kialakult megbetegedésekben 4-5 napig naponta 3-4 gramm majd csökkentve 1-2 gramm naponta. Ezt még egy hétig ajánlott alkalmazni.

De influenzajárvány kezdetén érdemes elkezdened egy kúrát, és felturbóznod szervezeted, hogy garantáltan el se kapd.

Rákos megbetegedések

Csak a tiszta méhpempőben található meg a 10-HDA (hidroxidecenoic sav), mely gátolja a daganatos sejtek kialakulását és növekedését.

Javasolt adagolás napi 5 gramm 60 napig tartó kúrákkal, évente 3-szor megismételve.

Ajánlott mellé a vegetáriánus étrend, sok nyers gyümölcs és zöldség fogyasztással, amely segíti a tiszta méhpempő hatását.

Szív és vérkeringés

Ajánlott: Napi 2 gramm, 60 napos kúrákkal. A kúrát évente 3-szor ismétljük meg.

Alacsony, vagy magas vérnyomás esetén kezdetben állandó orvosi felügyelet és vérnyomásellenőrzés mellett szedjék a méhpempőt, kis adagokban. Felmerülhet, hogy egyetlen adag is nagy mértékben csökkenti a vérnyomást, amely problémát okozhat.

A kúra után - ha volt, - gyógyszer adagolását újra be kell állítani!

Érelmeszesedés: Adagolása: napi 1-2 gramm éhgyomorra, a napi főétkezések előtt. A kúra min. 30, max. 60 napig tartandó, szükség esetén évente háromszor lehet ismételni.

Szívinfarktus megelőzésére: A méhpempő fogyasztása csökkenti a koleszterinszintet és akadályozza a vérrögök kialakulását az erekben. Adagolás: napi 2 gramm éhgyomorra, 60 napos kúrákkal.

Multiplex szklerózis, amiotrofiásszklerózis, Charcot és LouGehrig

Napi 8-10 grammot 7 napig tartó, négy hetes szünetekkel fogyasztva. (Ennek a betegségnek a kezelésében egy román orvos ezzel a csodaszerrel érte el a legnagyobb eredményt; ezzel a szokatlan adagolási móddal.)

Vérszegénység

A méhpempő megfelelő adagolásával jelentősen nő a vörös vértestek száma és minősége,

csökken a pusztulási arányszámuk. 4 hetes kúrákkal naponta 2-5 gramm javasolt, a betegség súlyosságától függően növelhető az adag.

Vérképző szervek megbetegedéseinél

4 hetes kúrákkal napi 2-5 gramm adagolása ajánlott. A betegség súlyosságától függően növelni kell az adagot.

Stressz

30 napos kúrákban, naponta 2 gramm fogyasztása, 1-2 hetes szünetekkel.

A stresszs munkát végzőknek, és a mindennapi stresszel küzdőknek kifejezetten ajánlott a méhpempő szedése, hogy segítse a mindennapi folyamatokat, testben és lélekben. Ezt érdemes párosítani méz és virágpor fogyasztással is.

Depresszió, depresszív szorongás

A gyógyszeriparban leggyakrabban az orbáncfűt használják az antidepresszáns gyógyszerek

alapanyagaként. Úgy tűnik, a méhpempő még az orbáncfűnél is hatásosabb és nincs mellékhatása: ***megszünteti az álmatlanságot, az étvágytalanságot, a depresszív tüneteket, emeli a jó közérzetet.***

30 napos kúrákban napi 2-4 gramm fogyasztása ajánlott, 1-2 hetes szünet után meg kell ismételni.

Krónikus fáradtság

2 hónapos kúrákban naponta 1-3 grammos adagolás. Az adagolást fokozatosan növeljük 1-ről 3 grammra.

Drogfüggőség és alkoholizmus

A méhpempő nagyon hatékony az elvonási tünetek megszüntetésében, egy nagy adag (25 gramm, mely százszorosa az eddig normálisnak tartott adagnak) a legtöbb esetben megszünteti az elvonási tüneteket (reszketés, szorongás, inkoherens gondolkozás stb). Az adagolást 25 grammal kezdjük, majd naponta 2-5 grammra csökkentjük. A kúra 3 hónapig

tart.

Méregtelenítés

1-2 hónapig tartó kúra napi 2x1 grammal. Érdeemes évente több kúrát is tartani (, de különösen egy tavaszi, tisztító kúra mindenképp a javasolt).

Alzheimer-kór

A méhpempő használata képes megállítani a degeneratív folyamatokat a központi idegrendszerben, sőt, segít az elhalt sejtek újratermelésében.

10 napos kúrákkal, napi 5-10 gramm adagban, amely után 20 napos szünetet tartson. Ezt évente 6-szor kell megismételni.

Hepatitisz

90 napos kúra ajánlott, naponta 3 grammal, reggel, étkezés előtt. Egy kúra után 30-45 napos szünetet kell tartani, amely után újratelezhető. **Ez a hepatitisz összes típusa esetén alkalmazandó.**

Hangszálak

Hangszálak igénybevétele esetén érdemes 1-2 gramm méhpempő fogyasztása.

Cukorbetegség

A méhpempő csökkenti a szervezetben az inzulinrezisztenciát, vagyis a hasnyálmirigy felszabadul a fokozott inzulintermelés kényszere alól. Így más kezelés nem szükséges a vércukorszint csökkentésére.

6-8 hetes kúrát tartunk, mely alatt 2-3 gramm méhpempőt fogyasszunk alkalmanként évente 3-szor megismételve. (1-2 hónapos kúra után, amely alatt napi 2-3 gramm méhpempőt fogyasztunk, a vércukorszint jelentősen csökken és a hatás több hétig is megmarad.)

Fontos kiemelni, hogy a méhpempő NEM méz, ezért semmiféle gondot nem okoz a fogyasztása.

Férfi meddőség, impotencia

A méhpempő használata növeli a tesztoszteronszintet a vérben, amelynek fontos terapeutikus

hatása van az endokrin alapú meddőség vagy impotencia kezelésében, továbbá javítja a spermiumok mozgékonyágát is. Adagolás: 90 napos kúra, napi 2 grammos adaggal.

Női meddőség

Általában napi 2x1 gramm ajánlott, a női ciklus rendezésére és a babaváráshoz. A menstruáció elmúltával kezdjük a kúrát. Folyamatosan kell szedni a vérzés kezdetéig naponta 2x1 grammot, majd szünetet tartani a vérzés utolsó napjáig. E rövid szünet után újra kell kezdeni a következő vérzésig és így tovább. Ez normál esetben úgy néz ki, hogy 21 napig szedi a pempőt, majd 5-7 napig szünetet tartunk, attól függően, hogy kinek milyen hosszú a ciklusa. Ezt 3 hónapig ismételni, majd 1 ciklus szünet után ismét lehet kezdeni a kúrát.

Női bajokra, vetélés, meddőség ellen

A méhpempő növeli az ovulációt kiváltó luteinizáló hormonok szintjét a vérben, amelyek megfelelő mennyisége szükséges a szabálytalan menstruációs ciklus és a petefészek-működés elégtelenségének kezelésében.

Adagolás: 28 napos kúra napi 1-2 gramm adagolásával, majd 28 nap szünet. A kezelés

évente hatszor ajánlott.

Egy hónappal a terhesség előtt és a terhesség első két hónapjában napi 1 gramm méhpempőt kell fogyasztani éhgyomorra 30 perccel evés előtt.

Korai változó kor

3 hónapos kúra javasolt, amely alatt folyamatosan növelni kell az adagot. Első hónapban 1 gramm, a második hónapban 2 gramm, harmadik hónapban 4 gramm. Kétszer egy évben 3 napos szünettel a kúrák között.

(2004-ben a szófiai Nőgyógyászati Klinikán elvégeztek egy kísérletet ötvenöt klimaxos nő részvételével. 90 napig tartó kúra során méhpempőt kaptak a hölgyek. Poszt-klimaxos szindrómáik, mint például a szívritmus és keringési zavarok, csonttritkulás, túlzott szőrnövekedés az esetek többségében teljesen megszűntek.)

Időskori elbutulás

Az öregedés hatásainak csökkentésére ajánlott évi három 60 napos kúra napi 2 gramm-os adagolással.

Ízületi betegségek (arthritis, reumaspoliarthritis, porckopás)

A méhpempő serkenti a gyulladásgátló kortizon hormon termelődését a mellékvesében, amely lassítja az ízületi degeneratív folyamatokat és elősegíti a porcszövetek regenerálódását.

30-50 napos kúra napi 1-3 grammos adagokkal.

Csontritkulás

A méhpempő támogatja a petefészkek működését az ösztrogén hormon termelésének serkentésével. Ennek hiánya okozza a csontritkulást!

45 év fölött ajánlott évi kétszer 2 hónapos kúrát tartani napi 1 grammos adagolással.

Törések

A méhpempő elősegíti a forrasztó csontszövet termelődését, ezáltal a csontok

regenerálódását törés, így a gyógyulás ideje lerövidül.
Törés esetén egy 45 napos kúra fogyasztva napi 2 grammal.

Szemölcsök, sebek, fekély, ekcéma

Közvetlenül a kezelendő területen használjuk naponta kétszer, illetve belsőleg is alkalmazzuk napi 2x1 gramm a tünet megszűntetéséig.

Rövidlátás

Dr. Jurate Jankauskiene litván szemészorvos több kísérlettel is bizonyította, hogy a méhpempő fogyasztása javítja a látást, és segít visszaszorítani a szemproblémákat. 2-3 hónapos kúra ajánlott napi 1 grammos adaggal.

Bőr- és szépségápolás (belső használat)

A méhpempő belső használata esetén rendkívüli eredményeket lehet elérni a bőrápolás terén. A méhpempő normalizálja a faggyúmirigyek működését, így csökkennek a pattanások és a bőrgyulladások. Serkenti a bőrsejtek metabolizmusát, amely elősegíti a bőr nyomtalan és gyors hegeseését. Növeli az ösztrogéntermelést, amely a bőrt finommá, selymessé és

rugalmassá teszi.

Bőr- és szépségápolás (külső használat)

Ráncatlanítás céljából kenjük a bőrre egy vékony réteget, hagyjuk 15 percig (ez idő alatt a bőr bepirosodhat, megráncosodhat, de ez a természetes folyamat része, nem kell megijedni!), utána langyos vízzel mossuk le, és hagyjuk a bőrt megszáradni. Pár órán belül a bőr finomabb és fényesebb lesz. Ezt a kezelést 2 naponként ismétljük meg.

Vásárlóink mondták

„A méhpempőnek köszönhetően jobban aludtam éjszaka, nem fájtak a lábaim.” (Toldiné Ható Zsuzsanna, Szentendre)

„A méhpempőt a tél elején ettük, a hat éves kisfiammal és szinte egész télen nem voltunk betegek. Vitaminkészítményeket nem fogyasztunk csak mézet, virágport, propoliszt és méhpempőt és mindkettőnk vérképe tökéletes és nagyszerűen érezzük magunkat.” (Olasz Anita)

„Igazából megelőzés céljára fogyasztom. A méhpempő használata előtt, ritkán előfordult hirtelen jött fejfájás, de mióta fogyasztom még nem fordult elő. Az utóbbi időben, csak reggelente fogyasztok kb. 2 gr-ot, étkezés előtt fél órával. Úgy érzem, hogy egész napra elegendő fittséget ad.” (Vázsonyi Zoltán, Kincsesbánya)

„Én megelőzésre használom a méhpempőt a manuka mézzel. Pár hetes kúrákat váltogatok pár hetes szünetekkel. Nem volt említendő gondom előtte, de ne is legyen:)” (György József, Szeged)

„Jobb lett a közérzetem, meg voltam fázva és a köhögésemet csillapította, hamarabb lábaltam ki a megfázásból.” (Bezerédi Ilona, Békéscsaba)

„Miután megvettem a Mézes-élet című könyvet, olvastam benne - többek között - a méhpempőről. Mivel a férjem II. típusú cukorbetegségben szenved, gondoltam kipróbáljuk, mit veszíthetünk. Először a látása romlott ettől a betegségtől. Két hónapig szedte a méhpempőt, napi 2x1 g-ot, és két hónap után új szemüveget kellett csináltatni, annyit javult a látása, és a vércukorszint méréseknél is alacsonyabb értékeket mérünk. Sokat javult az állapota így tovább folytatjuk a kúrát. Nagyon örülök, hogy rátaláltunk a méhpempőre, mert már sok mindent kipróbáltunk, de tartós javulást ezzel értünk el először. Köszönet a könyvért is mert ilyen részletesen és érthetően még sehol sem olvastam ezekről a méhek által "készített" termékekről.” (Csokona Istvánné, Pécs)

„Az arcomra kenve kisimította a ráncaimat és elmulasztotta a a kissebb gyulladásokat.” (Szilágyi Viktória, Budaörs)

„Erőnlétem és közérzetem javult,ami nagyon fontos !” (Csánk Ferenc, Budapest)

„Mindig ugyanolyan jó minőségű. A fiam SM beteg,neki sokat segített,hogy ne kapjon el különböző betegségeket a család többi tagjától. Nincsenek mellékhatások.” (Budainé Borúzs)

Erzsébet, Kőröscsaba)

„Hormonháztartás rendbe tétele, menstruáció beállítása, vérnyomás normalizálása ez mind 28nap alatt!!! Csodaszer ajánlom mindenkinek!!” (Vas Laura, Nagyszentjános)

„Gyulladást nagyon hatékonyan csökelkent.Immunrendszert is jól erősít. Manukával együtt fogyasztva minden baktérium ellen tökéletes!” (Lendvainé Dalmadi Viktória, Veresegyház)

„Évek óta szenvedek ízületi problémákkal (gerinc,váll).Sok mindent kipróbáltam már, és úgy tűnik, a méhpempő fogyasztása az ami segített. Eddig 3x100grammot fogyasztottam el. Szépen, lassan, de biztosan gyógyulok. Ezenkívül-amióta méhpempőt fogyasztok- rezisztens vagyok a vírusos,bacillusos fertőzésekkel szemben, mivel rendkívüli módon erősíti az immunrendszert. Ajánlani tudom mindenkinek!” (Sibalin József)

„A rendelést és a fogyasztást megelőzte egy alapos tanulmányozás a méhpempő hatásairól. Nevezetesen nekem prosztata problémám van. Kb. egy hónapos kúrát csináltam napi 2x1gr-os mennyiséggel, de mindig éhgyomorra, nyelv alá és elszopogatva és ezután kb.1 óra múlva étkeztem. A fogyasztás kezdetétől számítva kb. két hétre már lényegesen javultak az urológiai panaszaim, a közérzetem jó, fittnek érzem magam. Jó döntés volt részemről a méhpempő

fogyasztása, mert a gyógyszerek szedését elhagyhattam. Biztos vagyok benne, hogy évente legalább 3-4 kúrát be fogok iktatni. Bárkinek merem ajánlani.” (Abai József)

„Sajnos nem tudtam végigcsinálni a 2 hónapos kúrát, de szándékomban áll folytatni. A vérnyomásomat lejjebb vitte. Energiát adott. Jó volt vele kezdeni a napot.” (Bottlik Ágnes)

„A méhpempőt elsősorban azért vettem meg most magamnak is, mert régóta nagyon nehezen alszom el, ebben vártam a változást. Azt tapasztaltam, hogy gyorsabban, könnyebben alszom el, még álmodok is - vagyis emlékszem rá - és kipihenten ébredek. A méhpempő szedésének tulajdonítom, hogy eleinte sokkal többször kellett WC-re menni, valószínűleg megindult a méregtelenítési folyamat. További pozitív tapasztalatom, hogy a súlyom is beállt, és lassú fogyást tapasztalok. Összességében jól érzem magamat a bőrömben.” (Szarka Ilona, Veszprém)

„A teljes igazság méhpempőből lassan a második 100 g-os mennyiséget használom. Kezdetben a reggeli 1g étkezés előtt, most változtattam (reggel 1g és este 1g) hogy mi változik nem tudom. Annyit talán, hogy megfázásos (influenzás) megbetegedés miatt orvost nem kellett felkeresni. Bízom benne, hogy jó hatással lesz a szervezetemre.” (Kovácsné

Tanyi Julianna, Budapest)

„Nagyon sok jót olvastam a méhpempőről, de az én problémámmal kapcsolatban szinte alig volt tapasztalat. Jelenleg "alulműködik a pajzsmirigyem", kicsit híztam is és a legutóbbi TSH eredményem alapján emelni kellett volna a napi gyógyszer adagot. Ennek nem örültem, ezért, ha már ráleltem, gondoltam, hogy kipróbálom a méhpempőt saját bőrömön. Így elkezdtem enni, mert kíváncsi voltam befolyásolja-e a TSH értéket. Ezért is írom csak most a tapasztalatom, mert megérkezett a várt eredmény, a TSH 5,2-ről 1,3-ra ment vissza. :) Nagyon örültem neki és annak is, hogy mielőtt több gyógyszert szedtem volna, inkább a természetes gyógymódot próbáltam ki. Remélem és hiszem, hogy nem kell életem végéig szednem az orvosságot és ezért igyekszem mindent megtenni, persze óvatosan, természetesen a gyógyszereszedést nem abba hagyva, figyelve az eredményeket. Most nagyon örülök, hogy "rátaláltam véletlenül" a méhpempőre és igyekszem a tapasztalataimat minél több emberrel megosztani, remélem másoknak is segíteni fog. És tényleg így hiteles, ha az ember saját magán kipróbálja és meggyőződik a jótékony hatásokról (mert én valóban tapasztaltam). Emellett sikerült fogynom is. :)

A pempő fogyasztását fokozatosan kezdtem el, egy hét alatt jutottam el a teljes kiskanálig (1g). A második héttől reggel és este 1-1g-ot ettem. Az ízét pedig meg lehet szokni, csak az

elején szokatlan.” (Eperjesi Krisztina)

„Nekem nagyon jó a tapasztalatom, mert most már 2 hónapja eszem a méhpempőt és sokkal könnyebben mozgok. Reggel már nem fájnak az ízületeim, nem fáj a derekam. Unokám már meg volt fázva és köhögött, de Én nem kaptam el tőle. Megígérte, hogy most már Ő is rendszeresen fogja enni a mézes méhpempőt.” (Vörösné Zsóka)

„Energetizál, segített a menstruációm beállításában.” (Müllerné Takács Tímea, Érd)

„Jobb alvás és általános közérzet.” (Tajti-Márgus Anita, Sződ)

„Egy motorbaleset miatt rossz a keringés a lábamba és ödémás, ráadásul fekélyek is voltak rajta. Most nem dagad annyira és a fekélyek is elmúltak.” (Szabó Attila, Budapest)

„Én a méhpempőt azért kezdtem el használni, mert gyereket szeretnénk. Remélem, hamarosan össze is jön.” (Szabó Mónika, Budapest)

„Az alatt a kevés idő alatt, amíg használtam, csökkent a fáradtságérzetem és javult a közérzetem.” (Németh Ferenc, Szajla)

„Épp komoly megfázásban voltam, de hamar kigyógyultam belőle és nem estem vissza.”

(Kelencés István, Kecskemét)

„Három éves gyermekem kruppos és nagyon könnyen elkapott minden felső légúti betegséget. Három hete szedi a méhpempőt, már a fél óvodai csoport hiányzik a köhögéses megbetegedés miatt, de ő egyenlőre kitart. Párhuzamosan nem használunk semmit, ezért ezt a csodás eredményt csak a méhpempőnek köszönhetjük. Csak mézzel összekeverve (esetünkben akácméz) lehet fogyasztani kisgyermeknek, mert az íze nem jó.” (Janoczki Rita, Budapest)

„Lefekvés előtt mindig fogyasztottam egy adagolókanálnyit. Ez tapasztalatom szerint meghosszabbította az alvásidőmet, sőt még az álmaidra is emlékszem, amelyek szebbek voltak, mint előtte. A reggeli adagtól is nyugodtságot, derűt tapasztaltam.” (Gáll Márta)