

# La ruche, une vraie pharmacie



Les produits des abeilles ont été utilisés au fil des siècles, sous forme de pilules, de crèmes ou de médicaments. Les vertus de ces produits sont bénéfiques pour la santé, tout en les utilisant avec modération.



## Le miel

Les propriétés du miel sont nombreuses : rôle antibactérien, anti-inflammatoire, antioxydant. Le miel est composé en majorité de glucose et de fructose.

## La cire d'abeille.

On peut la trouver dans plusieurs pommades. Riche en vitamine A, elle a une action anti-inflammatoire et cicatrisante.



## La gelée royale

Elle est composée de glucides (fructose et glucose en majorité), d'eau et de lipides. Très riche en vitamine B5 et en oligo éléments, la gelée royale possède des propriétés revitalisantes, stimulantes et euphorisantes.



## La propolis

Elle possède de multiples propriétés, notamment une action antibactérienne. La propolis a également des vertus assainissantes, antioxydantes, antivirales, bactéricides, anti-inflammatoires, antimicrobiennes et bien d'autres. On la trouve entre autres sous forme de pastilles contre les maux de gorge. Elle est récoltée sur les cadres et les parois internes des ruches.



À force de se faire piquer par les abeilles, les apiculteurs souffrent rarement de rhumatismes. Ils ont découvert un remède pour lutter contre les douleurs rhumatismales. En apithérapie, le venin d'abeille est injecté volontairement pour son action anti-inflammatoire et antalgique. Attention aux allergies qui peuvent être graves, voir mortelles.



## Le pollen

Le pollen se trouve sous la forme de petites boules séchées. On l'utilise surtout pour ses vitamines et ses propriétés digestives, stimulantes et immunitaires.



DANS QUEL PRODUIT UTILISE-T-ON LA CIRE D'ABEILLE ?

- LA FONDUE
- LES POMMADÉS
- LES OEUFS DE PÂQUES

Réponse : les pommades

