

Včelí med

Nejdřív to řeknu stručně, pak uvedu nějaké podrobnosti.

O jednoznačně pozitivním a blahodárném vlivu kvalitního včelího medu na lidské zdraví nemá smysl diskutovat. Není však med jako med. Lidé včelám kradou med a místo toho jim dávají hromady chemicky vyráběného cukru. Cukr je extrémní jin. Způsobuje bujení, expanzi, překyselení a rakoviny typu jin. Rafinovaný cukr včelstvo oslabuje, snižuje jeho schopnost bránit se roztočům, plísním, kvasinkám, bakteriím, virům. Aktuálně hrozí nákaza varroázou. **Varroáza** je infekční onemocnění včel způsobené roztočem *Varroa destructor*. Tento roztoč pochází z Indie, kde jsou tamní včely vůči němu rezistentní, na rozdíl od včel evropských. V zimě na přelomu let 2007–2008 zahynula v důsledku varroázy přibližně třetina včelstev v ČR.

Včelaři ve světě proto používají různá antibiotika a chemické preparáty (tetracyklin, chloramfenikol, streptomycin, sulfonamidy...), aby své včely udržovali při životě. Tyto toxické látky se pak objevují v medu.

Čeští včelaři naopak musí (ze zákona) varroázou nebo jinak nemocné včelstvo spálit. Jde jim o zdravá včelstva a o kvalitní zdravý med bez chemikálií.

V obchodních řetězcích je teď nová nabídka laciných medů z Číny, Indie a blíže neurčených zemí. Jsou to různě namíchané směsi levně nakoupených medů, jejichž konzumaci rozhodně nedoporučuji ani zdravým lidem, natož pak dětem a těhotným a kojícím ženám.

Dávejme přednost vysoce kvalitním medům českých včelařů.

Složení medu

Vytáčený med obsahuje v průměru kolem 15 % vody a 85 % cukrů, dále dextriny, organické kyseliny, aminokyseliny, bílkoviny, peptidy, fermenty, rostlinné hormony, vitaminy, aromatické látky a kolem 1 % minerálních látek. Z cukrů obvykle obsahuje 30-35% glukózy a 35-42% fruktózy. Med může v malém množství obsahovat i jiné cukry (sacharóza, maltóza).

O tuhosti nebo kapalnosti rozhoduje vzájemný poměr glukózy a fruktózy. Tekutý med krystalizuje tím dříve, čím je v něm větší podíl glukózy. Tuhý, zkrystalizovaný med zahříváním při teplotě do 40 °C opět zkapalníme, aniž by utrpěla jeho kvalita.

Další velmi významnou složkou jsou dextriny. Z necukerných látek najdeme v medu především organické kyseliny, aminokyseliny, enzymy, minerální látky, stopové prvky, vitamín C a vitamíny skupiny B. To vše je skvělé, vše se nám hodí. Ale:

Pozor na med z dovozu, varují potravinářští inspektoři. Asi dvě třetiny importovaného medu v českých obchodech obsahují **nepovolené látky**. Státní zemědělská a potravinářská inspekce zkoumala med v prvním pololetí tohoto roku. Z 44 testovaných vzorků jich 26 nevyhovovalo českým předpisům.

Problémy se týkají především medu z dovozu. Při „Akci Med“, kterou spustila veterinární správa, se zjistilo, že většina tohoto medu obsahuje zakázané příměsi nebo stopové zbytky antibiotik. Ty při častém užívání ohrožují imunitu člověka. Desítky tun zahraničního medu se tak buďto vrátí výrobcům, nebo zlikvidují.

Česko má pro výrobu medu v porovnání s jinými zeměmi **mnohem přísnější normy**. Odborníci proto doporučují, aby zákazníci kupovali výhradně český med přímo od zkušených včelařů.

Státní zemědělská a potravinářská inspekce (SZPI) kontrolovala medy českých i zahraničních výrobců, které jsou v současné době na českém trhu. Inspektoři SZPI odebrali v obchodech vzorky různých medů tuzemské i zahraniční provenience. V laboratořích pak byly tyto vzorky analyzovány jednak z hlediska dodržování předepsaných kritérií na jakost medu, jednak na přítomnost nepovolených reziduí antibiotik. Vzhledem k celosvětovému problému, kterým je falšování medu, byl zjišťován také obsah sirupů na bázi škrobu, sacharózy, cukrové třtiny a kukuřice, kterými se medy nejčastěji nahrazují. České medy dopadly na jedničku.

Ze 23 odebraných a analyzovaných vzorků medů nevyhovělo celkem 11, což je téměř 48%. V 5 vzorcích byla prokázána přítomnost nepovolených množství reziduí antibiotik – tetracyklinu, chloramfenikolu nebo streptomycinu, jeden vzorek obsahoval rezidua sulfonamidů. Takové potraviny jsou kvalifikovány jako zdravotně závadné. Inspekce zakazuje jejich uvádění do oběhu.

Další vzorky dováženého medu nevyhověly jakostním požadavkům, které stanovuje příslušná vyhláška, nejčastěji v případě nadlimitního obsahu hydroxymetylfurfuralu (HMF), který je ukazatelem „čerstvosti“ medu anebo jeho přehřátí v průběhu výroby. V čerstvém medu by neměl být HMF prakticky vůbec obsažen, během skladování v důsledku vyšších teplot pak jeho množství v medu stoupá a pokud překročí hodnotu rovnající se 40 mg/kg, kvalita medu již nevyhovuje.

Další 4 vzorky byly označeny nesprávným druhem medu. Ve všech případech inspekce uložila opatření k nápravě zjištěných nedostatků nebo zákaz dalšího uvádění výrobků do oběhu. Všechny výsledky byly předány k došetření Státní veterinární správě, která je kompetentní kontrolovat výrobce nebo dovozce medu.

Vzhledem k závažným výsledkům bude SZPI kontrole medů na českém trhu věnovat i v budoucnu značnou pozornost.