

Από το **Μ** 1976
ΜΠΑΓΚΑΤΖΟΥΝΗΣ
Μπαχαρικά

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΑΛΕΠΙ

ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΗ
ΠΟΙΟΤΗΤΑ





✉ ΠΑΠΑΣΠΑΝΟΣ ΝΙΚΟΣ, Κλινικός Διατροφολόγος www.diettips.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΑΛΕΠΙ



Το σαλέπι προέρχεται από τους ξηρούς βολβούς (κονδύλους) μιας οικογένειας φυτών των Ορχειδών. Έχει μορφή σκόνης και μεγάλη συγκέντρωση σε άμυλο, σε φώσφορο και ασβέστιο. Χάρη στον πολυσακχαρίτη αυτόν που διαθέτει, το άμυλο, έχει την δυνατότητα όταν διαλύεται στο νερό και βράζει, να δημιουργεί ένα υγρό πηκτό και βλεννώδες.

Το **Σαλέπι** πέρα από της θερμαντικές του ιδιότητες, που αποδίδονται στην θερμοκρασία που πίνεται, έχει και πολλές θεραπευτικές ιδιότητες. Ανήκει λοιπόν σε ένα από τα φυτά εκείνα που ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας τα κατατάσσει σε «φυτά με θεραπευτικές ιδιότητες»¹.

Χρησιμοποιείται εδώ και πολλά χρόνια για την αντιμετώπιση του κρυολογήματος του βήχα και του πυρετού². Σε αυτό σημαντικό ρόλο παίζει το γεγονός ότι καταναλώνεται ζεστό, αλλά και η περιεκτικότητά του σε βασσαρίνη, μια κολλώδη ουσία που όταν βράσει με το νερό σχηματίζει μια μαλακτική ουσία που βοηθά στην αντιμετώπιση του βήχα και των παθήσεων του θώρακα.

Στην λαϊκή παράδοση αναφέρεται και ως «σερνικοβότανο», γιατί υπήρχε η αντίληψη ότι οι άντρες που τα καταναλώνανε θα είχαν αρσενικούς απογόνους. Έρευνες έχουν αποδείξει ότι λειτουργεί ως αφροδισιακό³ και πως η κατανάλωση του βελτιώνει την ποιότητα και την παραγωγή σπέρματος³.

Βοηθά στην διατήρηση της ψυχικής και πνευματικής υγείας. Έχει την ιδιότητα να βοηθά στον έλεγχο του στρες και να δημιουργεί εγρήγορση και ευεξία. Μάλιστα σε πειράματα που έχουν γίνει στο εργαστήριο σε ποντίκια, αποδείχτηκε η ικανότητά του να μειώνει τον αριθμό και την ένταση των κρίσεων⁴.

Έχουν αποδειχθεί επίσης οι ευεργετικές του ιδιότητες στον καρδιαγγειακό σύστημα. Έχει αντιύπερτασική⁵ δράση, όπως και προστατευτική δράση απέναντι στις δυσλιπιδαιμίες⁵. Συνεισφέρει επομένως στην προστασία των αγγείων από τον σχηματισμό αθηρωματικής πλάκας.

Αποτελεί σημαντικό όπλο στην καταπολέμηση των παθήσεων του γαστρεντερικού συστήματος⁶. Μάλιστα βοηθά στην αντιμετώπιση των «σκουλικιών», ενός παράσιτου του εντέρου που εμφανίζεται στα παιδιά.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

¹ S.P. Jagdale, S. Shimpi, D. Chachad. "PHARMACOLOGICAL STUDIES OF SALEP" Journal of Herbal Medicine and Toxicology 3 (1) 153-156 (2009)

² Ballabh B, Chaurasia OP. "Traditional medicinal plants of cold desert Ladakh—used in treatment of cold, cough and fever". J Ethnopharmacol. 2007 Jun 13;112(2):341-9. Epub 2007 Mar 20.

³ N. Khory N. Materia "Medica of India and their Therapeutics." Neeraj PublishingHouse. (1982)

⁴ Pahuja M, Mehla J, Kumar Gupta Y. "Anticonvulsant and antioxidative activity of hydroalcoholic extract of tuber of Orchis mascula in pentylenetetrazole and maximal electroshock induced seizures in rats." J Ethnopharmacol. 2012 Jun 26;142(1):23-7. doi: 10.1016/j.jep.2012.04.006. Epub 2012 May 1.

⁵ Aziz N, Mehmood MH, Siddiqi HS, Mandukhail SU, Sadiq F, Maan W, Gilani AH. "Antihypertensive, antidiabetic and endothelial modulating activities of Orchis mascula". Hypertens Res. 2009 Nov;32(11):997-1003. doi: 10.1038/hr.2009.148. Epub 2009 Sep 11

⁶ Mohammad Musharof Hossain "Therapeutic orchids: traditional uses and recent advances". An overview Fitoterapia Volume 82, Issue 2, March 2011, Pages 102–140



Από το **M** 1976
ΜΠΑΓΚΑΤΖΟΥΝΗΣ
Μπαχαρικά

Μάρκος Μπαγκατζούνης & Υιοί Α.Ε.Β.Ε.
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΜΠΑΧΑΡΙΚΩΝ
ΒΑΤΕΡΟ ΚΟΖΑΝΗΣ, Τ.Χ. 50100

Markos Bagatzounis and Sons S.A.
Vatero Kozanis, Greece

T: +30 24610 36902; F: +30 24610 31544
E: info@bagatzounis.com
www.bagatzounis.com

