

‘세계프로폴리스사이언스 포럼’ 개최 계획 (1th World Propolis Science Forum)

전세계 양봉인들의 엑스포라고 할 수 있는 세계양봉대회가 2년마다 개최되고 있고, 아시아 지역에서는 일본 나고야(제30회 1985년), 중국 북경(제33회 1993년)에서 개최되어 프로폴리스 사업을 크게 성장시키는 계기가 되었다. 이와 같이 미래 산업인 프로폴리스로 세계 시장을 선점하기 위해서 일본과 중국은 세계 대회나 학술대회를 적극 유치하여 각축을 벌이고 있는 실정에 있다.

이에 비해 국내 4만 양봉농가의 양봉산물은 세계적으로 널리 알릴 수 있는 체계적인 국제적인 행사 기회가 전무한 실정에 있다.

국내에서는 유일하게 바이오프로폴리스연구회가 6회에 걸쳐 국내 “자연의학 심포지엄”을 개최하면서 벌꿀, 프로폴리스의 가공 산업 육성을 통한 고부가가치 상품 연구개발을 위한 과학화에 크게 기여하여 왔다.

따라서 이번 국제프로폴리스포럼 개최를 통해 국내 양봉업의 국제 경쟁력 강화와 프로폴리스산업의 국제적 위상 제고를 위한 계기 마련이 될 것으로 기대하고 있다.

프로폴리스가 궁금해요

Q : 프로폴리스를 먹고 있습니다. 물에 타 놓고 자주 먹는 방법과 1일 3~4회 물 반잔에 타서 먹는 방법과 어느 방법이 더 효과적인지요?

A : 말씀하신 바대로 프로폴리스를 1일 섭취하시는 물의 양에 적당량을 타서 자주 한 모금씩 마시는 방법과 1일 3~5회를 정해진 시간 간격을 두고 물 반 컵에 타서 드시는 방법이 있습니다.

혈액의 흐름이 좋지 않거나, 혈액이 탁함으로 인한 질환처럼 몸의 수분을 많이 필요로 하는 경우 또는 오랫동안 만성질환을 앓아 오신 분들에게는 1일 섭취하는 물의 양에 정상인의 약 3배가량을 타서 자주 1모금씩 마셔주는 것이 효과적입니다.

급성질환의 건강보조나, 일시적인 질환의 건강보조 목적으로 섭취 시에는 1일 3~5회를 규칙적인 시간 간격을 두고 섭취하시는 것이 좋은 방법입니다.

특히, 면역기능이 많이 저하되거나 건강 상태가 허약해진 경우에는 물게 타서 자주 마시는 방법이 더 좋은 방법입니다.

단, 물에 탄 프로폴리스는 가능한 1일 이내에 다 마시는 것이 좋습니다.

Q : 프로폴리스는 식전과 식후 혹은 식간 중 어느 때 먹는 것이 가장 좋은가요?

A : 프로폴리스에 함유된 미네랄 성분과 비타민, 후라보노이드 성분 등을 가장 잘 섭취하시는 방법으로는 공복이나 식간 중에 섭취하시는 것입니다.

그러나 프로폴리스 속에 함유된 미네랄과 비타민 성분 등이 위에 부담이 되어 어지러움이나 메스꺼움이 느껴진다면 식후 섭취하시면 됩니다. 프로폴리스는 건강기능식품으로 의약품처럼 식전이나 식후, 또는 식후 30분 등 정해진 섭취 방법이 있는 것은 아닙니다만, 프로폴리스가 지니고 있는 유용한 영양소를 잘 흡수하기 위해서는 본인의 건강상태 중에서도 위의 흡수 상태에 맞추어 섭취하시기 바랍니다.