

# 江苏淮安百草味坚果年货礼盒批发团购

|      |                                      |
|------|--------------------------------------|
| 产品名称 | 江苏淮安百草味坚果年货礼盒批发团购                    |
| 公司名称 | 江西盈晟贸易有限公司                           |
| 价格   | 50.00/盒                              |
| 规格参数 | 百草味:坚果<br>年的味道:1980g<br>杭州:果干蜜饯      |
| 公司地址 | 江西省萍乡市芦溪县芦溪镇古城管理处综合办公楼飞天创业园412（注册地址） |
| 联系电话 | 15307997774                          |

## 产品详情

### 葵花籽的食用价值

#### 1、降胆固醇

葵花籽中丰富的脂肪，主要为不饱和脂肪，而且不含胆固醇；

可以有助于降低人体的血液胆固醇水平，有益于保护心血管健康。

#### 2、预防贫血

葵花籽中含有多种维生素、叶酸、铁、钾、锌等人体必需的营养成分。

其中铁的含量是葡萄干和花生的两倍；

所以葵花子对高血压、心脏病、缺铁性贫血等也有一定的疗效。

### 3、益脑安眠

葵花籽是维生素B1和维生素E的良好来源。

葵花籽富含B族维生素，能安定情绪、防止细胞衰老，有防治失眠、增强记忆力的作用。

美国医学的专家，证实葵花子能治疗抑郁症、神经衰弱、失眠症还能增强人的记忆力。

### 4、预防癌症

葵花籽当中有大量的食用纤维，每7克的葵花籽就含有1克纤维；

比苹果的食用纤维含量比例高得多。研究证明，食用纤维可以降低结肠癌的发病率。

03

哪些人不建议吃葵瓜子

#### 1、高脂血症患者，血脂偏高的人

瓜子含有大量脂肪,高脂血症患者食用后会使得血液中的脂质水平升高；

血脂升高往往又是动脉硬化、高血压、冠心病等病疾的重要致病因素之一。

#### 2、胆囊切除者

瓜子油腻,其所含的脂肪需要胆汁去消化；

胆囊切除后,储存胆汁的功能丧失。这类病人如果食用瓜子,会引起消化不良。

#### 3、胃病、肝病患者

瓜子含有大量脂肪,患有肠炎、痢疾等脾胃功能不良者及肝病患者食用后,会加重病情。

## 瓜子吃多有危害吗

### 1、瓜子嗑太多易引起胃病

时常听到一些人说,吃了一上午瓜子,肚子都痛了。

其主要原因是,由于空气不断随着吞咽嚼碎的瓜子仁进入胃肠,

导致胃肠道内胀气而引起嗝气、腹胀、腹痛等腹部不适的症状。

诱人的瓜子香味,不停地刺激胆囊收缩,就会引发腹痛。

### 2、瓜子嗑太多易消化不良

嗑瓜子吐壳时会大量吐掉津液,使味觉迟钝、食欲减少。

津液有助于清除口腔食物残渣,减少细菌繁殖和发酵,并能保护口腔粘膜。

如果一次性嗑瓜子量太多,必然会消耗掉大量唾液和胃液,影响正常食物的消化,导致消化不良等疾病。

### 3、瓜子嗑太多易损害舌头

如果一次嗑瓜子量太多,持续的时间又长,瓜子与舌头反复摩擦,会引起舌尖部肿痛、红肿、起血泡等现象。

### 4、常嗑“多味瓜子”易诱发肝病甚至中毒早衰

多味瓜子是瓜子加香料、食盐、糖精制成的。

如花椒等香料都含有微量黄樟素。人体摄入黄樟素多了,就会引起肝脏病变。