

黑蒜吃法，黑蒜是怎么来的 黑蒜能减肥瘦身、改善睡眠、调理便秘

产品名称	黑蒜吃法，黑蒜是怎么来的 黑蒜能减肥瘦身、改善睡眠、调理便秘
公司名称	厦门城市美好工贸有限公司
价格	53.00/普通
规格参数	
公司地址	厦门厦门市思明区莲前西路浦清里18-96号
联系电话	86-5925882628 13306002233

产品详情

大家健康黑色山海干货，本公司宗旨：货真价实、真心真意。提供更多原生态、不加添加剂的黑色食品给注重健康的您，让大家都健康。http://xm55666.taobao.com 以前，从未见过这种“黑蒜”，其风格可说别具一格，那黑的发亮的色彩，醇和的蒜香味，用来调味，可以制造让客人惊喜万分的感觉，“黑蒜”在中餐上也大有可为。

1、杀菌消炎：黑蒜中含有的大蒜素具有广谱抗菌效果，它对流行性脑脊髓膜炎病毒、流行性感病毒、乙型脑炎病毒、肝炎病毒、可致严重脑膜炎的新型隐球菌、肺炎双球菌、念球菌、结核杆菌、伤寒、副伤寒杆菌、阿米巴原虫、阴道滴虫、立克次体、葡萄球菌、痢疾杆菌、霍乱弧菌等多种致病微生物都有杀灭作用。起杀菌作用的成分主要是大蒜素，还有一种白色油脂性液体“硫化丙烯” $[(CH_2CH_2CH_2)_2S]$ 。这种大蒜素即使稀释10万倍仍能在瞬间杀死伤寒杆菌、痢疾杆菌、流感病毒等。黑蒜的挥发性物质、浸出液及大蒜素在试管内对多种致病菌都有明显的抑制或杀灭作用。这些含硫化合物对腐败真菌也有很强的抑制和杀灭作用，其作用强度相当于甚至强于化学防腐剂苯甲酸、山梨酸，是目前发现的天然植物中抗菌作用最强的一种。

2、抗肿瘤作用：黑蒜能够阻断致癌物质—亚硝胺的合成，抑制癌细胞生长，对癌细胞有杀伤作用。黑蒜中含有乙烷硫代磺酸乙酯和二烯丙基三硫等，能从多方面阻断亚硝胺在胃部的形成和积累；含有的锗元素是强抗癌微量元素，可以抑制致癌物质亚硝胺，起到防癌抗癌的作用。硒元素的抗氧化能力很高，可防止细胞过度氧化，保护细胞膜增加免疫力，抑制癌变。黑蒜中的食物纤维吸水促进肠道蠕动、吸附肠道内的致癌物质，能减少直肠癌的发病率。氨基酸类中的苯丙氨酸可以抑制肿瘤生长。维生素A、维生素C也有防癌作用，一方面可以提高免疫力，另一方面可捕获单线态氧和自由基。阿藿烯（二烯丙基硫代磺酸酯）为黑蒜中一种丙烯基硫化物，无辛辣味和蒜臭味，且具化学稳定性，对多种肿瘤细胞尤其是对白血病细胞的生长抑制作用显著，无明显不良反应，极具开发潜力。研究人员在体外以不同浓度的阿藿烯处理3种不同的肿瘤细胞，发现阿藿烯对IL-60、MGc-803和Molt-4等3种肿瘤细胞均具有明显的致凋亡作用。

3、预防心、脑血管疾病：科学家给黑蒜的另一个外号是“血管清道夫”，研究人员发现长期吃黑蒜的人血管内壁里的沉积比不吃的人要轻很多。大蒜新素可能是黑蒜中抗动脉粥样硬化作用的有效成分；另外，营养成分中食物纤维可以整合胆固醇，从而抑制机体对胆固醇的吸收，可防治高胆固醇血症和动脉粥样硬化等心血管疾病。最近的研究表明，镁能防治心血管疾病、骨质疏松症和某些肿瘤。微量元素硒可以保护心血管和心肌的健康。

4、促进毛发增长：黑蒜中含有的挥发油能加速血液流向皮脂腺和毛囊的速度，从而促进毛发生长，对秃头也有治疗作用。把蒜泥敷在头皮上，可以改善毛发生长，消除头屑。黑蒜中的含硫植物性挥发油，有兴奋神经、刺激血液循环及发汗的作用，可以促进毛发生长。黑蒜中含有的酪氨酸能使头发变的乌黑。维生素B2能促进皮肤、指甲和毛发的生长。黑蒜是采用新鲜的有机大蒜，通过生物发酵技术制成的具有补充医

疗作用的健康食品。黑蒜富含人体所需的18种氨基酸、蛋白质、大蒜烯、活性SOD、多酚类物质等，是纯天然健康食品。能很好的减少氧化和衰老，提高身体的免疫能力，促进糖尿病人体质恢复、防治流感，帮助虚弱体质恢复，调节血糖和胆固醇水平，调节血压和血脂，改善便秘和失眠，具有较好的抗癌作用。