

常喝驼奶有助于睡眠

产品名称	常喝驼奶有助于睡眠
公司名称	新疆赛天山乳业有限公司
价格	598.00/件
规格参数	品牌:赛天山 产地:新疆
公司地址	新疆可克达拉市创新创业园B区9号厂房
联系电话	17386973915

产品详情

人的一生中，睡眠占了近 1/3 的时间，它的质量好坏与人体健康与否有密切关系。随着当下生活节奏的越来越快，很多人都因焦虑或其他原因而睡不好，更有很多人睡不着。这时候就需要一杯香浓醇厚的骆驼奶。现代研究表明，骆驼奶对助眠有一定作用。据科学家分析，这是因为骆驼奶中含有调节脑部脂质代谢的成分。

骆驼奶中含有能使人产生疲倦欲睡的生化物色氨酸和缬氨酸，这些物质都有一定的镇静催眠作用，特别是色氨酸，它是大脑合成五羟色胺的主要原料。

五羟色胺对大脑睡眠起着关键的作用，它能使大脑思维活动暂时受到抑制，使人产生愉悦的感觉，使人更好地进入梦乡。

因此喝杯驼奶对人体是很有益的，能为日常休息和睡眠提供更好的保障。