

# 来思尔乳业 | 来思尔 | 来思尔酸奶

产品名称	来思尔乳业   来思尔   来思尔酸奶
公司名称	云南皇氏来思尔乳业有限公司
价格	.00/件
规格参数	品牌:来思尔 型号:其他
公司地址	云南省大理州大理市大理镇食品工业园区
联系电话	4008977727 18987244511

## 产品详情

开学季 | 宝宝要长高，这样喝奶才管用！

云南皇氏来思尔乳业有限公司是皇氏集团上市公司控股的乳业公司。公司位于云南大理苍山下，洱海边，山水风光，景色怡人。天然的高山牧场，优质奶源，孕育出了皇氏来思尔公司这一独具特色的西南乳业企业。

公司有国内为数不多的酸奶菌株库，几十年来通过采集、分离，保存有几百株益生菌种，其中利用特色菌株开发的产品风味独特，功效明显，其独特性无法仿制，产品得到业内专家和消费者高度认可。

大多数的家长都希望自己的孩子能够长高一点，说到身高很多家长都认为是遗传因素所决定的，其实人体长高主要取决于长骨的生长发育，尤其是大腿的股骨和小腿的劲骨、肥骨。因此身高也取决于后天的营养，而牛奶是有助于长高的食物之一，牛奶含钙丰富，可以促进骨骼生长，但是市面上的牛奶饮品很多，究竟喝什么牛奶才能长高呢?什么时候喝好呢?

### 1、喝什么牛奶容易长高?

什么牛奶有助于长高?身体长高是取决于骨骼的发育，牛奶是有助于长高的最佳饮品之一，因为牛奶含有丰富的钙物质，可以促进骨骼的生长发育。但是喝牛奶的时候各位家长应该多加注意，不要让孩子盲目的饮用。

想要长高就要喝纯牛奶，不要选择乳饮料，喝的牛奶越纯越好。在煮牛奶的时候我们会看到这样的一层

奶皮，很多家长在给孩子喝的时候都将它去掉，这是不对的，因为奶皮中含有脂肪和丰富的维生素A，对孩子的健康，尤其是眼睛很有好处。

喝牛奶是有助于长高但不是喝了就一定长高，还要配合适当的运动，均衡膳食。很多朋友喜欢在早上空腹喝牛奶，这是很不科学的喝法，空腹喝牛奶，在胃中还未被充分消化吸收就被排入肠中造成了营养成分的损失。

要改变这种情况，首先不要早晨空腹喝牛奶，而是改在早饭后1-2小时后喝牛奶，胃中有食物防止了空腹喝牛奶的缺点;二是喝奶前先吃一些含淀粉较多的食物，如馒头等;三是早晨喝牛奶时要同时吃些馍、米饭、面包、饼干、点心等含淀粉的食物，这样可使牛奶在人胃中停留时间较长，牛奶与胃液能够充分发生酶解作用，使蛋白质能够很好的消化吸收。

## 2、什么时候喝牛奶最有利于长高？

夜间是人体集中长个子的时间段，尤其对于青少年而言，好好利用夜间的时段，是长个子的关键。每晚睡前喝一杯牛奶，一方面可以起到促进睡眠的作用，让你睡得更香甜，睡眠质量更好，不容易做噩梦和惊醒，充足的高质量睡眠是确保长个子的前提条件。

另一方面可以补充长高所必须的蛋白质、维生素d、钙质和各种维生素，加速你身高的增长，使骨骼在生长的同时，不会产生缺钙引起的肌肉痉挛，俗称抽筋。很多人晚上睡梦中会突然不受控制的无意识的脚蹬一下，这就是肌肉痉挛的表现，也是缺钙的表现之一。

若想了解更多乳制品的详细信息，可搜索“云南皇氏来思尔乳业有限公司”进行查看了解！

联系人：李经理

联系手机：18987244511

联系电话：4008977727

联系QQ：190602253

公司网址：<http://www.ynlesson.com/>

网上商城：<http://www.lessonmilk.com/>

地址：云南省大理州大理市大理镇食品工业园区

昆明市人民东路289号集大广场2410室