

苗草清芳双歧杆菌20亿

产品名称	苗草清芳双歧杆菌20亿
公司名称	郑州苗草堂生物科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:苗草清芳 型号:2gx 10袋/盒 产地:郑州苗草堂生物科技有限公
公司地址	河南郑州市河南省南阳寨工业园17号院
联系电话	0371400-6039-606 15617622015

产品详情

二、益生菌这样给宝宝服用更高效

1、温水冲服

益生菌的最佳生长温度和人类肠道正常温度相近，所以它怕烫，益生菌大多不耐高温，超过40度时活性便会不可逆的降低。所以冲服益生菌的水温为35-40摄氏度，否则便会降低或杀死益生菌的活性，并且与热饮热食需隔开30分钟服用。

2、半小时内服用

益生菌厌氧，益生菌很是个很较弱的菌，经不起等待，一旦冲好就尽快服用，不然会被空气中的氧气“干掉”，所以在它们“阵亡”前，要赶紧吃下去，否则它对人体就失去了有益效果。同时益生菌对胃酸也是特别敏感,空腹时和食物消化初期都不适宜服用益生菌,餐后服用益生菌至少要等待30分钟至1小时。

3、避开抗生素

抗生素是个好坏不分的家伙，杀死有害菌的同时，也会顺道杀死益生菌，所以在服用了抗生素时，须等2-3小时后，再服用益生菌。此时补充益生菌，不仅能维持肠道菌群平衡，还能降低抗生素对身体产生的一些副作用，例如因抗生素而出现的肠炎性腹泻等。

4、剖宫产宝宝更需要

早产、剖宫产和不是母乳喂养的宝宝不能从妈妈那得到足够的益生元，为了肠道菌群正常化，应适量补充益生菌。

5、选对菌种很重要

想要获得益生菌的效果，选择适合的益生菌非常重要。针对中国人肠道健康要求甄选的嗜酸乳杆菌和双歧杆菌，是两种人体内最重要的益生菌，也是目前最常见、最安全的菌种，能有效调节菌种平衡，给宝宝补充益生菌一定要认准菌种。

嗜酸乳杆菌：具有杀菌、增强免疫、防癌防止细菌感染的作用。

双歧杆菌：能调节肠道环境，缓解腹泻和便秘、助消化、产生维生素和酶，预防过敏。