

瓜子 颗颗饱满 生瓜子

产品名称	瓜子 颗颗饱满 生瓜子
生产厂家	佛山兴辉佳顺贸易有限公司
价格	/
规格参数	:
公司地址	南海区广兴路
联系电话	15210126760

产品详情

瓜子 颗颗饱满 生瓜子

瓜子的作用和功效一般有润肠通便、健脑益智、化痰定喘等。但应合理控制摄入量，避免一次性食用过多。

1

、润肠通便：瓜子含有一定油脂，能达到润肠通便的效果，促进粪便排出体外，有助于减少毒素在体内的堆积，维持肠道健康。此外，瓜子含有果胶，能保护胃黏膜，减少损伤。

2

、健脑益智：瓜子含有丰富的微量元素、不饱和脂肪酸、氨基酸等营养物质，可补充脑部细胞生长发育所需。适量食用瓜子，有助于提高脑细胞活力，达到健脑益智的效果，延缓脑部细胞衰老。

3

、化痰定喘：瓜子能够起到化痰定喘的作用，可以帮助缓解咳嗽、咳痰等症状。另外，适量食用后，还能帮助改善支气管哮喘、支气管炎等病症。

除此之外，瓜子还有平肝祛风、驱虫和稳定血压等功效。一般不建议胃病患者、胆囊切除者等人群食用瓜子。