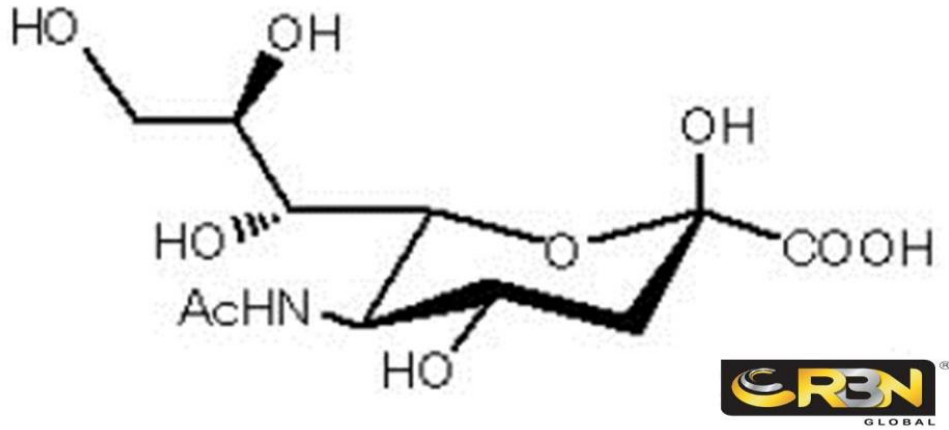
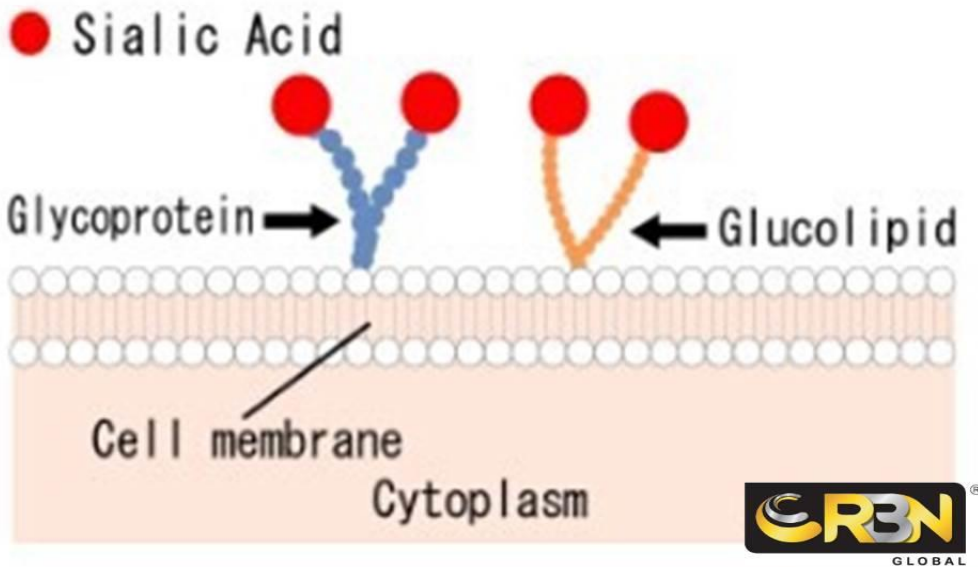


燕窝里最重要的营养--燕窝酸



## 燕窝酸 概述

燕窝酸又称为唾液酸，是一组神经氨酸的衍生物，在生物界中是一种普遍存在的物质，广泛存在于脊椎动物、哺乳动物及多种植物组织中。这是因为燕窝是由金丝燕筑巢所形成的，其中所含有的燕窝酸含量非常的高，远是一般生物能够比拟的，据研究分析显示，燕窝中的燕窝酸含量是普通物质中燕窝酸含量的五十倍。

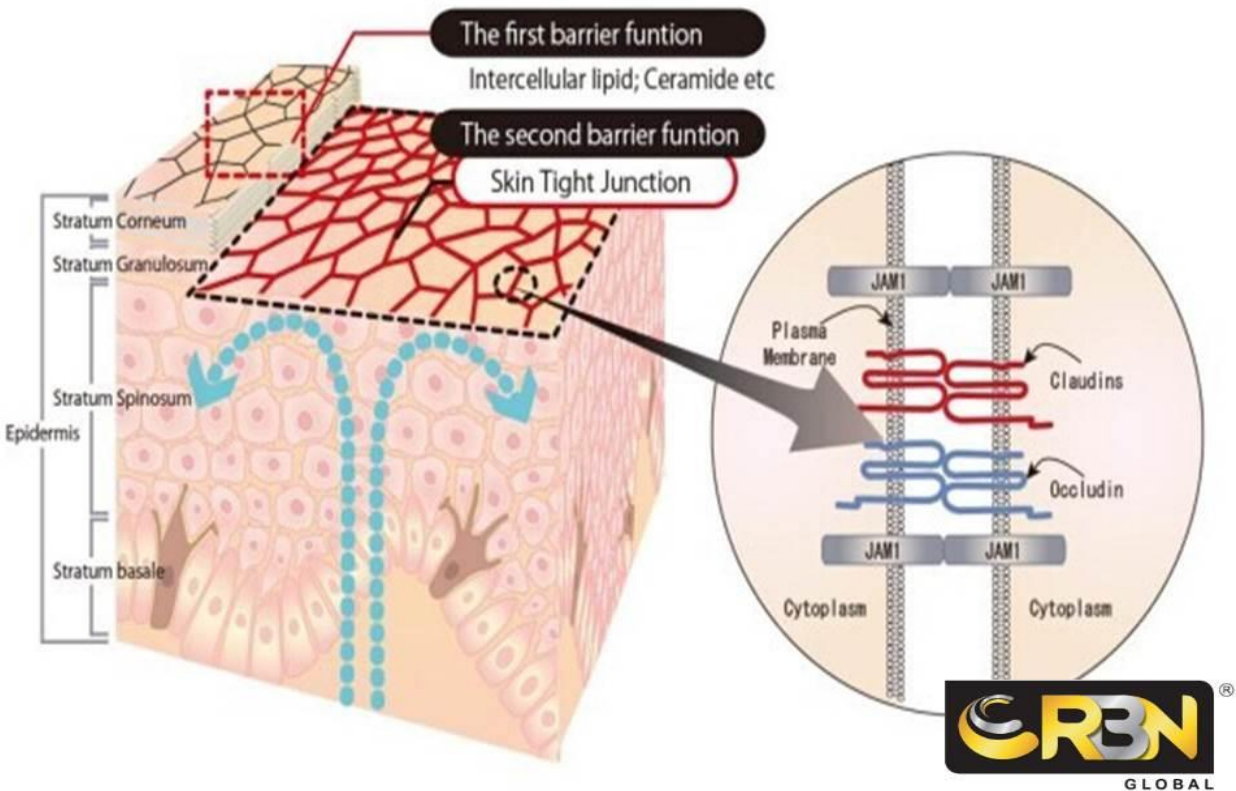


图：燕窝酸的位置

## 燕窝酸的功效

燕窝主要成分有：水溶性蛋白质、碳水化合物、微量元素：钙、磷、铁、钠、钾及人体必需的重要成分“神经氨酸”也被称为“燕窝酸”。燕窝酸可促进大脑神经细胞的信息传递速度，母乳中的燕窝酸为婴儿早期生长提供免疫力，提高肠道对于维生素及矿物质的吸收能力。由于燕窝酸在通过消化系统时不会被消化道的酶降解，可通过消化道进入肠道阻止肠道致病菌及病毒与细胞的吸附，对抵抗多种病菌起重要作用。

燕窝中含有三种不同的营养物质，最为特别：唾液酸 Sialic acid (N-acetylneuramic acid)，表皮生长因子（EGF）和集落刺激因子（CSF）。



## 燕窝酸的作用

### 1、智力发育的“脑黄金”

燕窝酸能促进记忆和智力的发育，燕窝酸通过与大脑细胞膜及突触的相互作用，提高大脑神经细胞突触的反应速度，从而促进记忆和智力的发育。新西兰的一组科学家就

曾经做过一组实验为证实燕窝酸对于儿童智力发展的重要作用，最后实验得出结论：对婴幼儿补充燕窝酸，可以增加大脑中燕窝酸的浓度，从而提高大脑的学习能力。

2、提高肠道吸收能力根据简单的异性相吸的物理现象，进入肠道的带有正电性的矿物质及部分维生素很容易与带有极强的负电性的燕窝酸结合，那么肠道对维生素及矿物质的吸收能力从中就增强了。

3、促进肠道抗菌排毒细胞膜蛋白上的燕窝酸对提高细胞识别能力、霍乱毒素解毒、预防病理性大肠杆菌的感染、调控血液蛋白质的半衰期等具关键作用。

4、提高免疫力燕窝酸可以提高人体免疫力，特别是儿童。

5、延年益寿燕窝酸对细胞具有保护与稳定作用，唾液酸的缺乏可导致新陈代谢中血球寿命以及醣蛋白的减少。看到这里是不是觉得燕窝酸其实是一种很神奇的物质？燕窝酸对小孩子的智力发育特别好，有研究发现在许多高智商的人的神经膜中，检测到了高于普通人数倍的燕窝酸，从这里可以看出如果宝宝在3岁之前能通过燕窝酸吸取足量的燕窝酸的话，对宝宝的大脑发育、智力增长是非常不错的。