

海底燕窝是一种天然特优海藻，因营养价值极高，胶质浓似燕窝，所以称为“海底燕窝”。其形状像珊瑚所以也叫珊瑚草，又名鸡脚菜、珍珠菜等。自古以来，被东南亚沿海一带视为不老长寿的秘方之一。

能称为海底燕窝的珊瑚草，对生长条件非常苛求，必须生长于无污染的海域，由于在大海上作业，产量有限，采收过程艰难，所以极为珍贵稀有。

海燕窝主要分布在热带和亚热带海域，以赤道为中心，向南北两方延伸。全世界主要出产海底燕窝的四个地方：菲律宾，印尼，马来西亚，非洲坦桑尼亚。

### 天然水溶性膳食纤维——排毒降脂

海底燕窝膳食纤维含量高达88.6%，PH值7.6，呈碱性，是一种不可多得的优质天然保健食品。水溶性膳食纤维能刺激肠道蠕动，有利于排便，可有效预防便秘、痔疮；可预防冠心病等心血管疾病的发生，预防胆结石的形成。改善肠道菌群，预防肠癌、阑尾炎等，还能降低胆固醇，降低高血压，降低血糖，排毒，利尿，是肠胃清道夫。水溶性膳食纤维还能产生饱腹感，是非常有效的健康减肥食品。

### 植物胶原蛋白——美容健骨

植物胶原蛋白能帮助皮肤锁住水分，保持肌肤时刻湿润、水嫩、亮泽状态。同时胶原蛋白被皮肤吸收后，能紧致肌肤、缩小毛孔、淡化细纹！植物胶原蛋白又能帮助骨骼健康，强健关节，减轻肩膀酸痛，修补关节。从年轻开始重视植物胶原蛋白补充，保持身体年轻体态。

### 丰富矿物质——补血防癌

海底燕窝的钠、钾、铁、钙含量最多。还含有微量的铜、锌、镁及锰，这些都是人体需要的，适当补充铁质，血液经增血及清净后，体质也会由酸性变成弱碱性，改善新陈代谢，人不易疲倦。钙质是建构骨骼最主要的元素，适当补充钙质，对小孩、孕妇，更年期妇女及老人都有很好帮助，并可预防贫血。人体缺锌会导致代谢紊乱，生理功能异常，生长和智力发育障碍。海底燕窝能很好的预防各种现代文明病。

构成海底燕窝粘滑成分的褐藻多糖能够有效抑制癌细胞增生，目前为止，食物中能使癌细胞自行死亡作用的，唯有海底燕窝里的褐藻多糖能办到！

### 海中酵素——清血养肝

海底燕窝的海中酵素营养价值远胜燕窝、鱼翅、山药及其它食用海藻。海中酵素具有抗炎、杀菌、复活细胞及净化血液，且能将紧贴肠壁上的宿便排掉，并将人体内的肠道及胃壁清除干净，让肝脏功能正常、增强免疫系统、促进新陈代谢，当人体中不必要的废物排除后体重自然减轻，小腹及臀部也会明显变小。

### 海底燕窝 - 海底燕窝养生9条

- 1. 胶原蛋白**  
海底燕窝中富含胶原蛋白，具有改善皱纹、淡化黑斑作用，更有明显的排毒效果，对于肌肤锁水、紧致、恢复弹性等更有明显功效；在肠胃中更能紧贴肠胃绒毛、顺畅肠胃，真的是超级美容圣品。
- 2. 海中酵素**  
海底燕窝含有的海中酵素具有抗炎、杀菌、复活细胞及净化血液，能将紧贴肠壁上的宿便排掉，并将人体内的肠道及胃壁清除干净，让肝脏功能正常、增强免疫系统、促进新陈代谢。当人体中不必要的废物排除后体重自然减轻，小腹及臀部也会明显变小。
- 3. 矿物质**  
海底燕窝生长在海岸的湿地，它所吸收的海水水分被太阳蒸发后，在一公吨的海水中只积存一公克的酵素与矿物质，此精华成份可发挥自净作用。海底燕窝中富含的酵素与矿物质交互运作，将肠内的万病之源【宿便】一扫而光。这就是为什么海底燕窝能排宿便的原理了。
- 4. 膳食纤维**  
海底燕窝的膳食纤维含量高达88.6%，PH值7.6，呈碱性，膳食纤维被称为“绿色清道夫”，能保持人体肠道通畅，肌肤健康。膳食纤维能诱导肠道中有益细菌的大量繁殖，使肠道菌朝有利于人体健康的方向转化，减少了致癌物质的产生。食物纤维在人体内又能帮助消化及促进废物排泄，避免体内有害细菌的生长，具整肠作用。
- 5. 铁质**  
铁质是血液中血红素的核心元素，铁质不够，血红素不足，就会产生贫血、疲劳、健忘等现象，适当地补充铁质，血液经增血及清净后，体质也会由酸性变成弱碱性，改善新陈代谢，人也不易疲倦。海底燕窝含有丰富的铁质，铁质是猪肝的400倍。
- 6. 钙质**  
钙质是建构骨骼最主要的元素，适当的补充钙质，对小孩、孕妇，更年期妇女及老人都有很好的帮助，并可预防贫血，骨骼疏松，解决多年腰酸背痛等现代文明病。对维持人体的循环、呼吸、神经、消化、内分泌、骨骼、泌尿、免疫等系统的正常生理功能均具有重要作用，海底燕窝的钙含量是海带的5.5倍，紫菜的9.3倍，小鱼肝的37倍，猪排骨的600倍。
- 7. 锌**  
锌是人体重要的必需微量元素，大约有80种酶和14种激活剂与锌有关。缺锌可引起人体内一系列代谢紊乱，生理功能异常，生长和智力发育障碍。不仅仅小朋友需要补锌，大人也要补锌。海底燕窝的锌含量也相当让人惊喜，锌含量是海带的3.5倍，裙带菜的6倍，紫菜的1.5倍。
- 8. 维生素**  
海底燕窝含有的维他命B12，维生素C和维生素E最多，还有丰富的生物素及烟碱酸，它们可以维护上皮组织健康生长，减少色素斑点。海底燕窝中的蛋氨酸，胱氨酸含量丰富，能防止皮肤干燥，常食还可使干性皮肤富有光泽，油性皮肤可改善油脂分泌。
- 9. 褐藻多糖**  
海藻大致可以分为绿藻类、蓝藻类、红藻类、褐藻类四种，而这四种海藻之中以褐藻类含有的褐藻多糖（高分子多糖体，含有丰富的食物纤维）最多，海底燕窝就属于褐藻类。海底燕窝粘滑成分的褐藻多糖能够有效抑制癌细胞增生，目前为止，食物中这种能使癌细胞自行死亡作用的，唯有海底燕窝里的褐藻多糖能办到。