枸杞怎麼吃補血延壽
作者是 Alan K Chow
週一, 22 八月 2016 00:31 -

枸杞怎麼吃補血延壽

「枸杞」–找了有關「枸杞怎麼吃補血延壽」和大家分享，枸杞價錢不高，好處很多。

(1)
增強免疫功能：枸杞多糖是一種有效的免疫增強劑，能促進巨噬細胞的吞噬功能，增加抗體形成細胞的數量，口服枸杞能顯著提高淋巴細胞轉化率，增強體液免疫及淋巴細胞
免疫功能，升高白細胞作用對惡性腫瘤放療患者，口服枸杞子有顯著升高白細胞的作用。

(2) 對肝臟有保護作用：枸杞子對肝損傷有保護作用，有輕微的抑制脂肪在肝細胞內沉積的作用，可促進肝細胞新生。

(3)
具有抗衰老作用：枸杞可使血液中一些反映機體機能狀態的客觀指標向年青化方向逆轉，老年志願者服枸杞子後，機體免疫功能顯著提高，可以清除過量的自由基，降低脂褐
 1 / 2

枸杞怎麼吃補血延壽
作者是 Alan K Chow
週一, 22 八月 2016 00:31 -
素含量，起到延緩衰老的作用。

(4)
抗腫瘤作用：枸杞多糖能顯著抑制腫瘤的生長，提高胸腺指數和巨噬細胞吞噬功能，提高脾細胞抗體形成、淋巴細胞的轉化和T細胞殺傷功能，有誘導癌細胞凋亡的作用
。

(5)
降血糖等作用：枸杞提取物可引起血糖顯著而持久的降低，有降低血壓、抑制心臟、興奮腸道等擬膽鹼作用，枸杞還有降血脂、抗疲勞、保護肝腎及生精細胞的作用，
可調節神經系統功能，提高視力。(來源：《健康指南》2015年第4期[中醫藥防治]第46頁。)

 2 / 2