

<<花粉营养价值与食疗>>

图书基本信息

书名：<<花粉营养价值与食疗>>

13位ISBN编号：9787122038050

10位ISBN编号：712203805X

出版时间：2009-1

出版时间：化学工业出版社

作者：王开发

页数：175

字数：218000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<花粉营养价值与食疗>>

前言

我国花粉事业发展日新月异，无论是花粉的基础理论研究，产品的工艺技术，花粉的产业均有很快的发展。

本书作者一直从事花粉的研究与应用工作，曾于1986年出版了《花粉营养价值与食疗》一书。

为了适应新的发展需要，作者对该书进行大篇幅内容充实和修改，增添大量花粉研究新成果，以祈与当前花粉发展新形势相适应，满足关心花粉产品读者的要求，编写了本书。

花粉是植物雄性繁殖细胞，是植物生命之源，是传宗接代的物质，含有丰富的蛋白质、氨基酸、脂类、碳水化合物、活性酶、维生素、矿物元素以及黄酮类、胡萝卜素、核酸、多糖、植物甾醇、膳食纤维等营养成分，国际上享有完全营养品、浓缩营养素、微型营养库之美誉，而且营养配比平衡，是一种天然、绿色、全营养的健康佳品。

花粉不仅营养成分丰富，而且具有多方面医疗保健疗效，它对人体具有提高免疫功能，防治前列腺、心脑血管疾病、糖尿病，抗肿瘤、抗辐射、抗衰老、保护肝功能等疗效。

对神经系统、消化系统、造血功能、调节内分泌和美容等也有效果。

花粉已广泛应用于食品、保健品、化妆品以及饲料添加剂等行业，它越来越受到人们的重视和欢迎，其产业已属当今世界的朝阳产业之一。

我国花粉资源丰富，资源量和产量均居世界首位，花粉理论研究比较全面而深入。

随着我国经济飞跃和发展，人民生活水平大为提高，人们防病保健观念的增强，对花粉需要也日益扩大，我国花粉事业的发展亦飞速向前，前景极其广阔。

希望本书能为我国人民增进身心健康和花粉事业的发展起到微薄的作用。

花粉产业发展迅速，限于作者精力和水平，书中不足之处在所难免，希望广大读者批评指正。

<<花粉营养价值与食疗>>

内容概要

本书全面介绍了花粉的基础知识和在医疗保健方面的作用。

从花粉的利用概况、花粉的基本知识、花粉各种营养成分及生理活性都做了深入浅出的介绍和解释，另外着重介绍了花粉对人体各种疾病的防治和美容疗效、我国民间流传的花粉保健经验处方、各类花粉产品的生产工艺，对人们在食用和选择花粉产品时的疑虑做了简要解答。

本书可供关注保健品的人群阅读，同时适合保健品、营养品、化妆品等研发人员以及相关专业师生参考。

<<花粉营养价值与食疗>>

书籍目录

- 第一章 植物生命之源——花粉 第一节 我国古代花粉治疗和食用、美容记述 第二节 世界各国花粉研究与利用概况 第二章 蜜源花粉资源与蜜源花粉形态 第一节 蜜源花粉资源 第二节 蜜源花粉形态 第三章 蜂蜜花粉分析 第一节 蜂蜜的花粉分析方法 第二节 几种国产蜂蜜花粉分析结果 第三节 蜂蜜中花粉的种类、数量与蜂蜜种类、纯度、质量的关系 第四章 蜜蜂采粉与花粉团 第一节 蜜蜂采粉 第二节 影响采粉的因素 第三节 花粉团 第五章 花粉的采集与处理 第一节 花粉的采集 第二节 提高花粉团生产量的方法 第三节 采集后的花粉处理 第六章 花粉的营养成分和生物活性 第一节 花粉中的蛋白质与氨基酸 第二节 花粉中的碳水化合物 第三节 花粉中的脂类 第四节 花粉中的常量元素和微量元素 第五节 花粉中的维生素 第六节 花粉中酶的研究 第七节 花粉中的核酸 第八节 花粉中的黄酮类 第九节 花粉中的胡萝卜素 第十节 花粉中的生长素 第十一节 花粉中的雌二醇和睾酮含量 第十二节 花粉中的膳食纤维 第七章 花粉的药理作用 第一节 花粉提高机体免疫功能的作用 第二节 花粉的降血脂作用 第三节 花粉对血液系统的影响 第四节 花粉对胃黏膜损伤的细胞保护作用 第五节 花粉通便机制 第六节 花粉的护肝作用 第七节 花粉抑制前列腺增生的效果 第八节 花粉调节血糖的作用 第九节 花粉抗辐射效应 第十节 花粉的抗疲劳作用 第十一节 花粉对内分泌系统的影响 第十二节 花粉的抗衰老作用 第十三节 花粉对神经系统的影响 第八章 花粉防治人体疾病的效用 第一节 花粉对心脑血管病症的防治效用 第二节 花粉治疗前列腺疾病的效用 第三节 花粉治疗贫血的效用 第四节 花粉防治消化系统疾病的效用 第五节 花粉对神经系统的调节 第六节 花粉防治肝病的效用 第七节 花粉防治肿瘤的效用 第八节 花粉调节疲劳、增强体质 第九节 花粉的抗衰延寿效用 第十节 花粉治疗糖尿病 第十一节 花粉的抗辐射效用 第十二节 花粉治疗妇女更年期综合征的效用 第十三节 花粉治疗男、女不育症的效用 第十四节 花粉的消炎效用 第十五节 花粉增强骨质与预防感冒的效用 第十六节 花粉的美容效用 第十七节 花粉的祛斑效用 第十八节 花粉治疗青春痘的效用 第十九节 花粉的美发效用 第九章 常见单种花粉的功效 第十章 花粉医疗保健经验处方 第十一章 花粉产品及加工工艺 第一节 花粉产品 第二节 花粉加工工艺 第十二章 食用花粉有关问题问答 第一节 食用花粉的安全性 第二节 服用花粉多少剂量较适宜 第三节 何时服用花粉最合适 第四节 食用花粉是否需要破壁 第五节 食用花粉是否会过敏 第六节 食用花粉应注意哪些方面 第七节 花粉原料产品和花粉制品有何区别 第八节 怎样选择花粉原料产品 第九节 如何选择花粉制品 第十节 如何进行花粉农药残留检测 第十一节 如何鉴别有毒的花粉

<<花粉营养价值与食疗>>

章节摘录

插图：第一章 植物生命之源——花粉当您手拿鲜花，拨开那鲜艳的花瓣，把花轻轻地抖几下，您会看到有许多的黄色粉末冉冉而下，那就是花粉，花粉是植物的雄性繁殖细胞。

一朵完整的花可以分为花梗、花托、花萼、花瓣、雄蕊和雌蕊，花粉就产生于雄蕊的花蕊中，花粉个体很小，比头发丝还要细，一般仅有10~100 μm，肉眼看不清其形状，需要在生物显微镜下才能看清其面貌，花粉虽小，由它可以繁殖成新的植物体，所以称花粉是植物的“生命之源”，是传宗接代的物质，它集中了整个植物体的精华，含有丰富的营养成分和药用成分，国际上誉为完全营养素、微型营养库。

花粉含有丰富的蛋白质和18种氨基酸：组氨酸、亮氨酸、色氨酸、胱氨酸、苏氨酸、蛋氨酸、精氨酸、苯丙氨酸、缬氨酸、异亮氨酸、甘氨酸、丙氨酸、酪氨酸、脯氨酸、谷氨酸、天冬酰胺、赖氨酸、丝氨酸，人体必需的8种氨基酸均包括其中。

碳水化合物：含有单糖、低聚糖、多糖，尤其是花粉多糖，具有很好的抑癌、提高免疫功能的活性。花粉中含膳食纤维很高，有的花粉多达40%以上。

脂类：含有卵磷脂、溶血卵磷脂、磷脂酰胆碱、游离脂肪酸类、碳氢类、甾醇类等，其中脂肪酸包括甲酸、乙酸、丙酸、苹果酸、柠檬酸、琥珀酸、α-酮戊二酸、棕榈酸、亚麻酸、亚油酸、花生四烯酸、二十碳烯酸、二十二碳六烯酸等，在脂肪酸中尤以不饱和脂肪酸最丰富。

维生素：含有维生素A、维生素B1、维生素B2、维生素B12、泛酸、叶酸、烟酸、维生素C、维生素E、维生素D、维生素K、维生素P等。

活性酶：花粉中含酶类之多，可以说是自然界食品中之首，据K.G. Stanleg研究总结，花粉中发现有104种酶，含有六大类：氧化-还原酶类、转移酶类、加水分解酶类、裂解酶类、异构酶类和连接酶类，如淀粉酶、转化酶、氧化-还原酶、磷酸酶、催化酶、氧化酶、碱性磷酸酶、乳酸脱氢酶、过氧化氢酶等。

常量和微量元素：花粉中具有50多种矿物元素，除钾、钙、钠、镁、磷、硫、硅、氯外，还有多种微量元素：铜、铁、锰、锌、钛、碘、钴、硒、钼、锶、镍、硼、钡、钒、铍、锂等。

<<花粉营养价值与食疗>>

编辑推荐

《花粉营养价值与食疗》由化学工业出版社出版。

<<花粉营养价值与食疗>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>