百病源于肠，养生先养肠

肠道是百病之源，养生关键在养肠

作为身体最大的免疫器官和很多疾病的应急中心，肠道除了掌管消化、吸收、分泌功能外，还肩负着完成人体免疫大计的重任。据统计，有七成以上的免疫细胞集中在肠道，有七成以上的免疫球蛋白由肠道制造。肠道健康，受益的不仅是肠道，更惠及全身，肠道是人体的健康之源。

近年来，许多中青年人的肠道年龄与实际年龄相比明显呈老化趋势，究其原因十要来自饮食生活中的很多不良习惯，比如暴饮暴食或不科学的减肥、节食等。另外，现代人的生活及工作压力大、社交应酬多、大量服用抗生素、生存环境中的污染污染等都是引发各种肠道问题的导火索，致使肠道提前进入老龄化阶段。肠道小问题的长期积累使人体处常处在免疫力低下的亚正常状态，诱发便秘、糖尿病、高血压、高血脂、心脏病等各种疾病，严重威胁身体健康。

因此，安全、高效地调理、养护肠道已成为健康生活的重中之重。

大豆低聚糖，养护肠道的健康卫士

现代科学研究表明：结肠癌、肝功能衰竭病变、整体免疫力下降以及阳痿、提前衰老、便秘、腹泻、女人青斑失色等都与肠道运动不活跃有直接关系。而双歧杆菌作为维系肠道健康的主要力量，它的活性和繁殖能力决定着人体肠道功能的正常发挥。肠道内双歧杆菌的多少是衡量人体健康与否的指标之一。因此，有目的地增加肠道内的双歧杆菌数量就显得十分必要。服用大豆低聚糖则是增殖双歧杆菌最好的办法。日本厚生省肠道研究所进行的实验证明：大豆低聚糖可以大幅度增加双歧杆菌的活性和繁殖能力，它是促进双歧杆菌增殖的营养食料。临床的成年人每天服用大豆低聚糖持续一周的时间，就可以使体内的双歧杆菌增加40倍，肠道环境不好的人或者老年人服用，这个数字还会增加。

最好的养肠方法是补充双歧杆菌还是服用大豆低聚糖

有人会说：我直接补充双歧杆菌不就行了吗？为什么要绕远去补充大豆低聚糖呢？

市场上确实有很多双歧杆菌制品，这种补充方法感觉上是比较直接。但是双歧杆菌活菌存活条件比较苛刻，需低温储运，并且绝对厌氧，从生产制作到销售整个环节都要严苛条件，酸度、温度等许多条件的限制，活菌难以保存。而且口服活菌进入体内，在经过胃部的时候，会被胃酸和胆汁杀死绝大部分，到达肠道时数量和活性都已大大降低，很难在肠道这个新环境中存活下去。实验证明，服用十亿活菌的有益菌到达肠道的最多有1000个，这对于改善肠道菌群来说无疑是杯水车薪。

而大豆低聚糖则不然，它的成份非常稳定，食用后经过胃与小肠时，几乎不被吸收，直达大肠，成为大肠内双歧杆菌的增殖营养剂，大幅提升肠道内双歧杆菌的活力和数量。因此，通过摄入大豆低聚糖来促进肠道内双歧杆菌自然增殖比直接服用双歧杆菌活菌更切实可行。

大豆低聚糖的主要保健功效

1、清肠通便，抑制肠内腐败物质的生成，预防和治疗便秘和腹泻。

2、促进肠道内双歧杆菌繁殖，激发双歧杆菌的活力，抑制外源性致病菌和肠内固有腐败细菌的增殖，减少人体有害发酵产物及有害细菌的产生和吸收，加快体内有害代谢物的排出，护肝解毒。

3、双歧杆菌与肠黏膜上皮细胞相互聚合，形成一层具有保护作用的生物膜屏障，阻止有害菌群的入侵，平衡肠内菌群、修复受损肠道，阻止有害微生物的入侵。

4、降低血清胆固醇，双歧杆菌直接影响和干扰了β-羟基-β-甲基戊二酸单A还原酶的活性，抑制胆固醇的合成，使血清胆固醇降低。并能活化巨噬细胞功能，促进免疫球蛋白抗体的产生，提高免疫力，增强抗菌能力。

优质生活保健专家——山松生物

山松生物集团有限公司是一家致力于研发、生产、销售天然营养食品和高效功能性保健品的高科技企业，是世界最大的大豆深加工企业之一，业务覆盖全国并远销美国、日本、欧洲等多个国家和地区。山松生物旗下的产品，从原料选取，到生产、包装、检验、运输等360度层层把控，全程监管，确保产品品质卓越、安全高效。

在未来的发展中，山松生物将继续大力研究、开发、生产天然高效保健食品，成为消费者的优质生活保健专家。

天松大豆低聚糖

山松生物消费者服务热线：85105666
网址：http://www.shansong.com

您了解您父母真正的健康状况吗？

随着人们年龄的增长，人体各机能逐渐下降，受环境、饮食及人体免疫力等方面影响，肠道会发生便秘、腹泻、腹胀、人便干结、消化不良等功能紊乱症状。肠道乃百病之源，反复发作，会严重影响人们的身体健康，也是当今我们重点关注和预防的十大健康问题之一。根据专家调查和大众需求，为掌握我们肠道长期存在的问题、病因及发病情况，以便有针对性地提出防治措施，山东省卫生保健协会作为支持单位，支持山松生物公司开展"关爱父母健康"有奖调查活动，调查结果将通过媒体报告会、咨询会回馈社会。

本次调查将设置三个问题，市民可通过答题获得由山松生物提供的价值78元的礼品一份，发送市民可通过短信申领的礼品数量有限定时间、地点领取，现场还有大奖30元现金券赠送；同时，每一位发送有效短信的市民都将收到"大豆大豆低聚糖健康关爱贴士"，您只需回复N即可了解更多保健养生小常识。

活动详情请咨询：0531-82901262

感谢您的参与，1月10日共有15181名市民参与调查，其中82%的受调者表示自己父母有腹胀、消化不良、便秘、腹泻、大便干结等肠道不适或病症。

今日问题

请问您是否了解肠道不健康对父母身体免疫力有严重影响？

参与方式

1 手机号码用户可编写短信 SMS：2，性别，年龄，问题答案 发送至12114，系统短信免费，发送短信后会接到回复短信确认收取。（例如：编辑短信 SMS：2，女，30，是 发送至12114），参与者可获赠价值78元的礼品一份。

2 为了消费者信息表，请于报名截止于1月16日-1/120日至以下地点领取价值78元的礼品一份，每天限前6000名报名领取消费者，送完为止。

姓名	性别	年龄	问题答案

[illegible]

活动要求

本活动仅对南本地手机号的用户参与，小灵通用户及非本地用户暂不参与，活动期间，每个手机号限获取一次，每人每次报名领取一份。

感谢您的参与，今天的调查结果及第三道问题答案请关注1月13日报纸，山松生物将在活动开始期间公布活动中奖名单。