

# 广东爆款龟苓膏多少钱

生成日期: 2025-10-06

龟苓膏用什么原材料做的？龟苓膏主要是由龟板、土茯苓、苦参、生地、仓朮、荆芥穗、女贞子、黄芪、鸡骨草等二十余种中药材制作而成。由于含有多种中药材成分，龟苓膏的营养十分丰富，而且其中的龟板、土茯苓都是偏寒性的东西，所以食用龟苓膏对于口腔溃疡、口干舌燥等上火引发的症状都是具有一定的改善作用的。龟苓膏由龟板、土茯苓、生地等药物精制而成，具有祛毒解热、润肺止咳、健胃整肠、治青春痘、改善通便，养颜等作用。如果时常感到消化不良、胃气胀，吃一碗龟苓膏就使人开胃，大便畅通。一般人如果能一星期吃一至两碗的话，可以减少身体染病的机会。女人吃龟苓膏，可以养颜护肤、去除体内的有毒物质，起到洗肠的作用。广东爆款龟苓膏多少钱

龟苓膏如何选购？龟苓膏的材料取自：鹰嘴龟与土茯苓，除这两种主药外，再配以生地、蒲公英、金银花等药效加强。龟苓膏有清热消毒、拔毒生肌、保健养颜作用。它的品性温和，不凉不燥，男女老幼皆宜。生产龟苓膏必须经过长时间的泡制及熬炼，将龟板及其中药的有效成分提炼出来，因此好的龟苓膏呈现浓稠的深褐色，但又可从其薄片的成品中清晰看见其润泽及通透感，表示当中不含杂质。比如超市售卖的生和堂龟苓膏从外观上看起来就浓稠厚褐、润泽通透，这是属于龟苓膏里面的上品。好的龟苓膏的味道应带些微苦，吃后有回甘的味道。好的龟苓膏的质地滑嫩，容易入口溶化，芳香可口。广东爆款龟苓膏多少钱龟苓膏可以有效地促进血液循环流动，因此，不适宜孕妇以及经期人群服用，否则可能会导致孕妇流产。

正的龟苓膏从外观上看比较浓稠并呈深褐色、润泽通透，好的龟苓膏的质地滑嫩，略有苦味，中药味较浓，食用后带有回甘。但是有些人购买来以后吃起来味道不对，味道淡，而且没有什么中药材的味道，这种的龟苓膏不要购买。龟苓膏含有一定的中药成分，并有滋补作用，想要发挥更好效果，可在吃完饭半小时后再食用。吃多少的问题，要根据自己的实际情况而定。龟苓膏吃法较常见的方法就是按个人喜好浇上蜂蜜或者炼奶即可食用。还可以随意搭配酸奶、蜜红豆、椰汁、水果等。（只要你喜欢就好）这样搭配食用的话对于补充营养物质，口感等方面都可以达到很好的效果。

龟苓膏是一种很常见的保健食材，也是南方人爱吃的传统食物，而且龟苓膏富含氨基酸、活性多糖等对人体有益的营养成分，食用对人们的健康也有一定的好处。龟苓膏是非常好的养生保健食品，性质温和、不良不燥，不仅适合年轻人吃，也非常适合老年人食用，老年人食用龟苓膏可以清热祛湿、润肠通便、滋阴壮肾、调节血糖等等，可以很高的增强老年人的身体抵抗力，有益于老年人的身体健康。龟苓膏性质偏凉，具有极好的清热、滋阴的作用，食用可以缓解气候炎热造成的咽喉疼痛、小便短赤、以及心情烦躁，所以大家如果想要吃龟苓膏较好在夏天吃。龟苓膏含有各种氨基酸，其中七种为人体不能自制但必须的氨基酸。

龟苓膏虽然算一种药膳，但主要还是作为零食来吃的，所以一次吃多少并没有严格的规定，一般建议一次吃250g左右。现在市场上出售的龟苓膏一般是罐装的，通常有150g□200g□250g等多种不同的容量，一般建议一次食用250g是比较合适的，这样既可以满足人体的营养需求，又不容易刺激肠胃，使得寒气入侵人体引起不适。龟苓膏吃多了会怎么样？刺激脾胃、感觉恶心。龟苓膏作为一种常见的食品，一般多吃一些并不会对人体产生什么实质性的危害，但是因为龟苓膏中的土茯苓、金银花、生地黄等主要成分都是清热的食材，所以对于本身脾胃虚弱或者痛经的人来说，过量食用的话可能会使症状加重。一定要适量服用龟苓膏。龟苓膏滋阴湿燥，降火除烦，清利湿热，凉血除毒。广东爆款龟苓膏多少钱

在吃过烧烤、火锅等辛辣食物后，服用龟苓膏可以起到滋阴湿燥，清热去火的效果。广东爆款龟苓膏多少钱

龟苓膏是一种老少皆宜的保健食品，适合多种年龄段的人食用。龟苓膏是我国一种非常传统的药膳，主要是以龟板、土茯苓、生地、菊花、金银花、甘草等多种中药熬制而成的滋补保健食品，具有极好的清热祛湿、美容养颜、消暑清火等作用，是夏天较佳的消暑食品之一；龟苓膏中主要以龟板熬制，龟板中含又胶原蛋白、以及多种氨基酸和微量元素，对于女性来说，食用龟苓膏具有极好的美容养颜的作用。龟苓膏的主要成分有龟板以及其它多种滋补中药，所以龟苓膏中含有丰富的营养成分，食用可以增强身体细胞的抵抗能力，增强身体的抗病能力。广东爆款龟苓膏多少钱

博罗县园洲镇成亮龟鳖养殖场主要经营范围是食品、饮料，拥有一支专业技术团队和良好的市场口碑。成亮龟鳖养殖场致力于为客户提供良好的龟苓膏，煲汤龟，龟苗，一切以用户需求为中心，深受广大客户的欢迎。公司秉持诚信为本的经营理念，在食品、饮料深耕多年，以技术为先导，以自主产品为重点，发挥人才优势，打造食品、饮料良好品牌。在社会各界的鼎力支持下，持续创新，不断铸造高质量服务体验，为客户成功提供坚实有力的支持。