

## 亚麻籽油的品种？

市场上的亚麻籽油 会宁亚麻籽油卖的挺好。建议家长有意识的去补充，最有效也是最直接的方法就是食用亚麻籽油，因为它毕竟是被验证过的。

## 国内有什么比较好的亚麻籽油品牌吗？

亚麻籽油中 $\alpha$ -亚麻酸含量为53%， $\alpha$ -亚麻酸是人体必需脂肪酸，并且含有大量多糖，多糖有抗肿瘤[6]，抗病毒，抗血栓，降血脂的作用。六盘珍坊亚麻籽油比较不错，他们的亚麻籽都是均是宁夏产的，西北地区昼夜温差均衡、肥沃的土壤、以及充足的阳光等自然生态环境最适合亚麻等特种油料作物的种植，属全国无工业污染带，西北地新疆，甘肃，内蒙古西部区产的亚麻籽油含油量达56%以上，其中 $\alpha$ -亚麻酸含量更是远高于其他种植区，亚麻籽油活性也是居首。