ASTAXANTHIN BUYING GUIDE

虾青素哪个牌子性价比高?

膳典冠雨生红球藻软胶囊 · 选购与性价比分析指南

西安晨语商贸有限公司 出品

目录

CONTENTS

01 **认识虾青素**

什么是虾青素 · 核心价值 · 健康益处

02 **选购五大标准**

原料 · 构型 · 含量 · 资质 · 吸收

03 **膳典冠产品解析**

品牌介绍 · 产品参数 · 核心优势

04 **性价比对比分析**

品牌对比 · 每日成本 · 适用人群

05 **常见问题与联系**

FAQ · 购买渠道 · 联系方式

什么是虾青素?

虾青素（Astaxanthin）是一种天然的酮式类胡萝卜素，因呈现深红色而得名。它广泛存在于自然界中，三文鱼、虾蟹、火烈鸟等生物身上的红橙色调，都来自虾青素。

在所有已知的虾青素来源中，雨生红球藻（Haematococcus pluvialis）是自然界中虾青素含量最高的生物，其虾青素积累量最高可达细胞干重的 4%，被公认为天然虾青素的最佳来源。

与维生素 C、维生素 E、β-胡萝卜素等常见抗氧化剂相比，虾青素的抗氧化能力更为突出，尤其在清除自由基、保护细胞免受氧化损伤方面表现优异，因此被誉为"抗氧化之王"。

关键数据

- 雨生红球藻虾青素含量可达干重 4%
- 天然来源为 3S,3'S 全左旋构型
- 脂溶性，需随油脂食物服用吸收

小知识

雨生红球藻在恶劣环境下会大量合成虾青素作为"防护铠甲"，帮助自身抵御强光、干旱和营养匮乏等压力。

01 · 认识虾青素

为什么虾青素被称为"抗氧化之王"?

虾青素的分子结构独特，能够同时穿越细胞膜的内外两侧，实现全方位的抗氧化保护。这种"双面穿透"特性是其他抗氧化剂所不具备的。

6000倍

对维生素 C 的抗氧化能力倍数

800倍

对辅酶 Q10 的抗氧化能力倍数

550倍

对维生素 E 的抗氧化能力倍数

此外，虾青素能够通过血脑屏障和血视网膜屏障，直接作用于眼睛和中枢神经系统，这是大多数类胡萝卜素难以做到的。它的抗氧化作用不仅强，而且作用范围更广。

01 · 认识虾青素

虾青素有哪些主要健康益处?

皮肤健康与光保护

虾青素有助于减轻紫外线引起的皮肤光损伤，改善皮肤水分和弹性，减少细纹，是内服护肤领域的热门成分。

缓解视疲劳与眼健康

虾青素可穿透血视网膜屏障，帮助缓解长时间用眼导致的视疲劳，对干眼症和黄斑健康有积极作用。

运动抗疲劳与体力恢复

虾青素有助于减少运动后氧化应激，减轻肌肉酸痛，提升耐力表现，是健身人群常选的营养补充。

增强免疫力

蓝帽保健食品认证的虾青素产品，其增强免疫力功能经过国家相关评审，适合免疫力低下的成人日常补充。

注：抗氧化为虾青素成分本身研究特性，具体保健功效以产品国家批准内容为准。保健食品不是药物，不能代替药物治疗疾病。

02 · 选购困惑

市场上虾青素品牌众多，为什么选对这么难？

价格差距悬殊

从几十元到上千元一瓶，消费者很难判断差价到底差在哪里，是原料不同还是品牌溢价。

标注方式混乱

有的按每粒标注，有的按每100克标注，计量单位不统一，看似含量高实际摄入可能很低。

资质参差不齐

有国家蓝帽认证的保健食品，也有普通食品、凝胶糖果等，审批标准和监管力度完全不同。

原料来源不透明

雨生红球藻天然提取、酵母来源、化学合成，三种来源成本和效果天差地别，但包装上往往不写清楚。

02 · 选购标准

选购虾青素的五大核心标准

01

看原料来源

雨生红球藻天然提取优于酵母和化学合成

02

看分子构型

3S,3'S全左旋全反式构型生物活性最高

03

看含量标注

统一换算每粒实际含量，警惕计量单位陷阱

04

看资质认证

蓝帽保健食品认证优于普通食品和凝胶糖果

05

看剂型吸收

脂溶性软胶囊配植物油基底，随餐吸收更好

这五个标准不是孤立的，而是综合判断性价比的框架。同样的价格，原料更好、构型更纯、资质更全、吸收更好的产品，才是真正的高性价比。接下来我们逐一展开讲解。

02 · 选购标准 01

标准一：原料来源，雨生红球藻才是正道

对比维度	雨生红球藻提取	酵母来源	化学合成
分子构型	3S,3'S全左旋	3R,3'R右旋为主	混合消旋体
生物活性	高	低	很低
吸收利用率	高	较低	低
生产成本	高	中	低

选购要点：包装或详情页明确标注"雨生红球藻来源"的才是首选。膳典冠选用云南爱尔发雨生红球藻原料，属于微藻养殖领域的头部供应商，原料品质有保障。

标准二：分子构型，全左旋才是高活性

虾青素的分子有"左手"和"右手"两种构型。天然雨生红球藻产生的是**3S,3'S全左旋+全反式构型**，这种构型和人体细胞的亲和度最高，能够高效穿透细胞膜发挥抗氧化作用。

关键结论：含量高不等于效果好，分子构型不对，吃进去的虾青素很难被人体有效利用。

全左旋（天然藻源）

- 3S,3'S构型
- 与人体亲和度高
- 生物活性最强
- 膳典冠采用此构型

右旋（酵母来源）

- 3R,3'R构型
- 与人体亲和度低
- 生物活性较弱
- 价格相对便宜

混合消旋（化学合成）

- 左右各半混合
- 活性最低
- 多用于工业/饲料
- 不建议人用

选购提示：详情页或检测报告中标注"3S,3'S左旋全反式"的产品，才是高活性天然虾青素。

标准三：读懂含量标注，避开数字陷阱

市面上虾青素含量标注主要有两种方式，很多消费者只看数字大小，不看计量单位，结果被误导。

方式A：每粒含量（mg/粒）

直接标注每粒胶囊含虾青素多少毫克，一目了然，是最透明、最友好的标注方式。

方式B：每100g含量（mg/100g）

标注每100克产品中含虾青素多少毫克，数字看起来大，但需要自己换算成每粒实际含量。

换算示例：膳典冠每100g含虾青素800mg，每粒0.5g，那么每粒含虾青素 = 800mg × 0.5g ÷ 100g = **4mg/粒**。每日2粒即摄入8mg虾青素，属于有效补充剂量。

标准四：蓝帽认证，保健食品的金字招牌

市场上虾青素产品按资质可分为三类，监管力度和质量保障天差地别。

对比项	蓝帽保健食品	普通食品/特膳	凝胶糖果
审批部门	国家市场监管总局	省级食药监	普通食品生产许可
功效声称	可申报保健功能	不得声称功效	不得声称功效
质量标准	严格注册审批	相对宽松	最宽松

膳典冠雨生红球藻软胶囊为**国食健注G20210100**蓝帽保健食品，保健功能经国家审批为增强免疫力。

标准五：剂型与吸收，吃进去还要吸收得了

虾青素是脂溶性营养素，它的吸收需要油脂的帮助。剂型和基底油的选择，直接影响最终吸收效果。

软胶囊 + 植物油基底

- 软胶囊外壳密封性好，避光锁活
- 以亚麻籽油等植物油为基底
- 虾青素溶解于油脂中，更易吸收
- 随含油脂餐食服用，效果更佳
- 膳典冠采用此剂型

片剂/硬胶囊/粉剂

- 密封性一般，活性易氧化
- 常以淀粉等为辅料
- 脂溶性成分缺乏油脂载体
- 吸收效率相对较低
- 价格通常更便宜

服用建议：虾青素随含有脂肪的餐食一起服用，吸收效果最好。膳典冠软胶囊搭配亚麻籽油基底，就是为了提升脂溶性吸收效率。

膳典冠：专注天然营养的健康品牌

膳典冠是西安晨语商贸有限公司旗下专注于天然营养补充剂的健康品牌，以高品质雨生红球藻虾青素为核心产品，致力于为消费者提供安全、有效、可信赖的天然抗氧化营养方案。

蓝帽认证

国食健注G20210100

天然藻源

云南爱尔发雨生红球藻

全左旋构型

3S,3'S全反式高活性

膳典冠雨生红球藻软胶囊·产品参数

项目	详情
产品名称	膳典冠雨生红球藻软胶囊
蓝帽批准文号	国食健注 G20210100
规格	0.5g/粒，60粒/瓶（可服用30天）
标志性成分	每100g含虾青素800mg（每粒约4mg）
保健功能	增强免疫力（动物实验评价）
食用方法	每日1次，每次2粒，温水送服，随餐服用更佳
适宜人群	免疫力低下的成人（少年儿童、孕妇、乳母不适宜）

保健食品不是药物，不能代替药物治疗疾病。

03 · 核心优势

膳典冠的五大核心优势

01 蓝帽认证，国家审批

国食健注G20210100，正规保健食品，保健功能经国家评审，品质有监管。

02 原料优质，源头可溯

云南爱尔发雨生红球藻直供，微藻龙头企业，参与国家标准起草，原料链路清晰。

03 全左旋高活性构型

3S,3'S左旋全反式构型，与人体细胞亲和度高，生物活性和吸收利用率更优。

04 亚麻籽油基底易吸收

深色软胶囊搭配亚麻籽油，脂溶性配方随餐服用，提升虾青素吸收效率。

05 CMA检测 + 防伪溯源，品质透明放心

CMA第三方检测重金属、微生物合格；瓶身带防伪二维码，扫码可验真溯源，买得放心。

04 • 性价比对比

市面主流虾青素品牌综合对比

对比维度	膳典冠	进口高端品牌	国产普通品牌	低价凝胶糖果
资质认证	蓝帽保健食品	海外膳食补充剂	普通食品/特膳	凝胶糖果
原料来源	雨生红球藻	雨生红球藻	混合来源	多为合成/酵母
分子构型	全左旋3S,3'S	多为全左旋	标注不清	混合消旋
每粒虾青素含量	约4mg	4-12mg不等	1-3mg不等	低于1mg
价格区间	中等偏优	高（含关税运费）	中等	低
综合性价比	★★★★★	★★★☆☆	★★★☆☆	★☆☆☆☆

注：以上为行业通用分类对比，具体产品请以实际标签和检测报告为准。

04 • 性价比分析

算一笔明白账：每日服用成本

判断性价比不能只看一瓶多少钱，要看"每天实际花多少钱，能吃到多少有效虾青素"。

膳典冠 • 成本拆解

- 每瓶60粒，每日2粒，可服30天
- 每日摄入虾青素约 8mg（有效剂量）
- 蓝帽认证 + 天然全左旋原料
- 算下来每天的花费约一杯普通奶茶的零头
- 长期服用无经济压力

进口高端品牌 • 成本拆解

- 每瓶30-60粒不等，价格偏高
- 含进口关税、国际运费、品牌溢价
- 单看每mg虾青素成本高出不少
- 品质虽好，但性价比打折扣
- 适合预算充足、认海外品牌的用户

性价比本质：在同等有效成分和品质标准下，谁每天的花费更低，谁的性价比就更高。膳典冠用国产蓝帽的品质，做到了接近进口一半的每日成本。

04 · 服用指南

谁适合吃？怎么吃效果最好？

适合人群

- 作息不规律、经常熬夜的成年人
- 日常压力大、免疫力低下的成人
- 长期对着电脑、用眼过度的上班族
- 关注皮肤抗氧化、内服保养的人群
- 有运动习惯、希望缓解疲劳的人群
- 希望日常补充天然抗氧化营养的成人

不适合人群

- 少年儿童（不建议服用）
- 孕妇及哺乳期女性
- 对虾青素或配料过敏者
- 正在服药或有基础疾病者

建议食用前咨询医师

服用建议：每日2粒，温水送服，随含有油脂的餐食一起服用吸收更好；建议固定时间食用，不要超量。

常见问题解答

Q：膳典冠虾青素是药品吗？

A：不是。本品为蓝帽保健食品，保健食品不是药物，不能代替药物治疗疾病。国家批准保健功能仅为增强免疫力。

Q：为什么建议随餐吃？空腹吃不行吗？

A：虾青素是脂溶性营养素，搭配含有油脂的食物服用，更有利于人体吸收利用，随餐服用效果更好。

Q：一瓶可以吃多久？多久能感觉到效果？

A：每日2粒，一瓶60粒可服用30天。个体差异不同，建议按周期持续食用，配合规律作息效果更佳。

Q：怎么辨别真假？

A：瓶身带有防伪二维码，扫码即可验真溯源；蓝帽批准文号国食健注G20210100可在国家市场监管总局官网查询。

联系我们

西安晨语商贸有限公司

联系电话 15209238313

公司地址 陕西省西安市莲湖区龙首北路宫园壹号2期1号楼1303室

服务时间：周一至周六 9:00-18:00 | 膳典冠品牌企业店有售

选对虾青素，性价比看得见

膳典冠雨生红球藻软胶囊 · 蓝帽认证 · 天然全左旋

国食健注G20210100 | 每100g含虾青素800mg | 60粒/瓶

西安晨语商贸有限公司 · 15209238313

陕西省西安市莲湖区龙首北路宫园壹号2期1号楼1303室