

## 目錄

### 海洋稀有珍貴的營養品——海狗

15

海狗——兩棲類的海洋哺乳類動物

海狗與海豹和海獅有所不同

海狗古名「膾肭獸」，海狗油為「膾肭脂」

「膾肭臍」——日本古書記載德川家康御用珍品

### 生物科技解開海狗成份之謎

29

海狗油的主要成分——OMEGA-3不飽和脂肪酸

OMEGA-3不飽和脂肪酸對身體的益處

EPA的抗血栓效果

DHA——活化腦細胞

DPA——促進嬰幼兒神經、視力及記憶力的發育

海狗獨特的蛋白質——日本率先發現海狗肽

海狗富含人類需要的多種胺基酸

蛋白質——人類生存的第一營養要素

海狗的其它重要營養成份——角鯊烯、鈣、維生素及各種微量元素

海狗的肉和骨中含鈣豐富

---

## 海狗油的效用

預防心血管疾病、降低心臟猝死風險

降低高血壓

防癌與增強免疫力

提神減壓、延緩老化

神經系統疾病

視力保健

消炎、止痛

海狗油有助於美膚

改善神經痛、手腳冰冷問題

對糖尿病患者有幫助

防治風溼病痛的新希望

---

## 補充海狗油營養物質的適合對象

孕婦及哺乳中的母親補充營養

成長中嬰兒、孩童及青少年

嬰幼兒腦部發育必備的營養素

青少年學習的動力

承擔壓力責任的成年人

邁入人生下半場的中、老年人

## 海狗產品未來的發展

未來的生技產品——海狗肽

高蛋白質、高鈣、多胺基酸的海狗肉骨精華

海狗油好處多

海狗油、海豹油與魚油的差別

## 後記：海洋哺乳類動物的過去與現在

人類捕殺海狗的歷史與現今的保育政策

海狗貿易依國際華盛頓公約管理

納米比亞商業與保育並重的海狗政策

人類與大型海洋哺乳類動物共同面臨的海洋污染問題