



هل نعلم؟

اعداد : نور علي
رسوم : انتصار مكي



هل نعلم ان تناول عصير الليمون يساعد في القضاء
على رائحة الفم الكريهة .



وهل نعلم ان العنب يعمل على تحسين مستوى أكسيد النيتريك
في الدم ويقلل من حدوث الجلطات .

وهل نعلم ان الارجنتين الموجود في البطيخ يخلص

الجسم من الامونيا الرائحة ويساعد على التئام الجروح .



وهل نعلم ان حمض الاميني والثرينوفان الموجود في اموز
يقلل من الاكتئاب .

وهل نعلم ان مادة البكتين المتوفرة في التفاح تعمل على تقليل
الكوليسترول الضار بنسبة ١٦٪ .



وهل نعلم ان الكرز يحتوي على السباندين ومضادات
للأكسدة والتي تحمي الجسم من الخلايا السرطانية .

