

ฉลาดซื้อ

เรื่องจริง ไม่จริง

ของสินค้าที่อ้างว่าดีต่อสุขภาพ



10037972

ห้องสมุด วพบ.สุรินทร์

สารบัญ

บทนำ	3
Beauty Drink แคล่ดื่มก็สวย...จริงหรือ??	7
ฟินลมๆ แล้งๆ กับแก้วขาว	17
ชาเขียว	27
เมื่อน้ำส้มจะทำร้ายนางเอก	33
นมแคลเซียมสูง คู่ค่าแคล่โหนด	39
รงนก	45
ชอยเปปโทด์	49
ไม่มีกาแฟลดน้ำหนัก	53
น้ำแร่ แคล่ทางเลือกหนึ่งของการดื่มน้ำ	57
ไอโอดีนในอาหาร มีความสำคัญอย่างไร	63
เบอาหวาน อันตรายคือโรคแทรกซ้อน	69
หัวใจขาดเลือด	75
ความดันโลหิตสูง ภัยวิโยบที่คุกคามชีวิต	81
รู้จริงเรื่องยาลดน้ำหนัก	87