นม 137 ดีกรี ชวนเพิ่มวิตามินเอ เสริมภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย

ในภาวะที่สภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยมลภาวะและเชื้อโรคต่าง ๆ รอบตัว การดูแลตัวเองด้วยการพักผ่อนที่เพียงพอ การออกกำลังกาย การล้างมือ และการใส่หน้ากากอนามัยยังเป็นวิธีที่เบื้องต้นที่จะช่วยป้องกันตัวโรคภัยไข้เจ็บได้ การเลือกรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ก็เป็นวิธีที่ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง ซึ่งวิตามินเอก็เป็นสารอาหารหนึ่งที่ช่วยเสริมเกราะป้องกันสิ่งแปลกปลอมไม่ให้ผ่านเข้ามาในร่างกายได้โดยง่าย เพราะนอกจากจะคุณสมบัติช่วยการเจริญเติบโตของร่างกายแล้ว ยังทำหน้าที่รักษาโครงสร้างของเซลล์ผิวหนัง ระบบทางเดินหายใจและลำไส้ ให้มีความแข็งแรง ดังนั้นหากร่างกายขาดวิตามินเอ ผนังเซลล์อ่อนแอ ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายจะต่ำลง เสี่ยงต่อการเป็นโรคต่าง ๆ เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ โรคหวัด โรคในช่องปากและลำคอ และโรคผิวหนัง ได้ง่ายขึ้น ดังนั้นการทานวิตามินเออย่างเพียงพอในแต่ละวัน จึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่ง

วิตามินเอจะมีอยู่มากในผักผลไม้ที่มีสีเหลือง ส้ม แดง และเขียวเข้ม ซึ่งมีสารเบต้าแคโรทีนและแคโรนอยด์ ที่เมื่อผ่านกลไกการย่อยจะถูกเปลี่ยนเป็นวิตามินเอ เพื่อให้ร่างกายนำไปใช้ได้ต่อไป

นม 137 ดีกรีขอแนะนำนมอัลมอนด์สูตรแครอทและผักรวม ซึ่งมีส่วนผสมของแครอทและผักรวมหลากสีถึง 7 ชนิด คือแครอท บีทรูท มะเขือเทศ ฟักทอง เผือก กะหล่ำ คะน้า ที่นอกจากจะมีวิตามินเอสูงแล้วยังอุดมไปด้วยวิตามินบี วิตามินอี โฟเลท สารต้านอนุมูลอิสระ และยังได้แคลเซียมจากนมอัลมอนด์คั้นสดเต็มเม็ด มีให้เลือก 2 ขนาดคือ ขนาด180 มล. และขนาด 1 ลิตร วางจำหน่ายผ่านช่องทาง LINE official ของบริษัท @137degrees (มีเครื่อง

หมาย@) ซูเปอร์มาร์เกต และร้านค้าชั้นนำทั่วไป