

# สวยหุ่นดีรับปีใหม่ด้วยเมล็ดเจีย “SWIZER”



พ.ญ.วาริรัตน์ โขมศิริ ผู้บริหาร นีโอ เลเซอร์ คลินิก และเจ้าของแบรนด์ “SWIZER” ร่วมด้วย กวาง-ดาริน แชนเซน ชวนสื่อมวลชนสุขภาพดีด้วยเมล็ดเจียสารพันประโยชน์พร้อมเมนูสุขภาพรับปีใหม่ ณ วนิลลาการ์เด็นท์

จากสรรพคุณมากมายของเมล็ดเจีย (Chia Seed) ที่ดีต่อสุขภาพ โดยเฉพาะเรื่องของการลดน้ำหนัก และช่วยในเรื่องของระบบขับถ่าย ทำให้คนนิยมรับประทานเมล็ดเจียกันอย่างกว้างขวางขึ้นในเมืองไทย ล่าสุด พ.ญ.วาริรัตน์ โขมศิริ ผู้บริหาร นีโอ เลเซอร์ คลินิก และเจ้าของแบรนด์ “SWIZER” เมล็ดเจียนำเข้าจากประเทศเม็กซิโก ตอกย้ำเทรนด์การดูแลสุขภาพด้วยเมล็ดเจีย จัดกิจกรรม สวยหุ่นดีรับปีใหม่กับเมล็ดเจีย “SWIZER”

พ.ญ. วาริรัตน์ โขมศิริ กล่าวว่า “ปัจจุบันคนหันมาใส่ใจสุขภาพกันมากขึ้น ทั้งการออกกำลังกาย การเลือกรับประทานอาหาร และต้องยอมรับว่าเทรนด์การดูแลสุขภาพที่มาแรง คือการรับประทานอาหารเสริม ซึ่งหนึ่งในนั้นคือเมล็ดเจีย ที่กำลังฮอตฮิตอยู่ในตอนนี้ ด้วยคุณสมบัติที่โดดเด่นเรื่องการลดน้ำหนัก และยังมีสรรพคุณทางยาที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ ช่วยในเรื่องของการรักษาสมดุลในร่างกาย ป้องกันการเกิดโรคต่างๆ อย่างโรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคกระดูกพรุน ช่วยปรับสมดุลระบบไหลเวียนโลหิตในร่างกาย ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล ช่วยบำรุงระบบประสาทและสมองให้ทำงานเป็นปกติ รวมถึงยังช่วยในเรื่องของความจำด้วย

การจะเลือกรับประทานเมล็ดเจียนั้นก็ต้องเลือกให้ดีด้วย โดยให้สังเกตจากสีของเมล็ด หากเมล็ดเจียมีสีออกน้ำตาลๆ นั้นแสดงว่า อาจมีการปลอมปนเมล็ดพันธุ์อื่นๆ ลงไป หรืออาจเป็นเมล็ดพันธุ์ที่ยังอ่อนอยู่ ดังนั้น หากต้องการความมั่นใจในการเลือกซื้อ ให้ซื้อเมล็ดเจียจากแหล่งที่เชื่อถือได้อย่างเมล็ดเจียจาก “SWIZER” นำเข้าจากประเทศเม็กซิโก ซึ่งเป็นท้องถิ่นต้นกำเนิดดั้งเดิมของเมล็ดเจีย มีใยอาหารและโปรตีน มากกว่าเมล็ดเจียทั่วไปถึง 2 เท่า มั่นใจได้ในคุณภาพ เพราะคัดเลือกแต่เมล็ดเจียที่โตเต็มที่แล้วเท่านั้น”

ภายในงานมีการพูดคุยถึงเทรนด์การดูแลสุขภาพในปัจจุบัน ที่เมล็ดเจียเป็นอีกตัวช่วยหนึ่งที่สาว ๆ กำลังนิยม เพราะโดดเด่นในเรื่องของการลดน้ำหนัก ร่วมด้วย กวาง-ดาริน แชนเซน นักแสดงสาวจากละครสงครามนางงาม มาเผยเคล็ดลับดูแลตัวเองให้สวยหุ่นเป๊ะ พร้อมสาธิตการทำเมนูสุขภาพจากเมล็ดเจีย ได้แก่ สลัดบรอกโคลีกับไช้ปะ และแซนวิชอโวคาโดไข่ต้ม

กวาง-ดาริน แชนเซน เสริมว่า “อยากให้ทุกคนมาดูแลสุขภาพกันมากๆ เพราะชีวิตเราขับเคลื่อนด้วยพลังทั้งร่างกายและใจ ถ้าสุขภาพเราดีย่อมส่งผลถึงสุขภาพจิตที่ดี หากสุขภาพจิตดีพลังในการใช้ชีวิตย่อมมีมาก การดูแลสุขภาพต้องควบคู่ทั้งภายในและภายนอก เริ่มต้นจากการหันมาออกกำลังกาย ทานอาหารที่ถูกสุขอนามัย ควรเป็นอาหารที่ปรุง

สนุกใหม่ มีกรรมวิธีในการทำน้อยเพื่อคงคุณค่าทางอาหารไว้ให้อยู่มากที่สุด ทางที่ดีควรทำทานเอง เพราะยังมีเมนูที่ทำงานง่าย ใช้เวลาทำน้อยแต่อร่อยและดีต่อร่างกายมากมายหลายเมนู กวางเชื่อว่าสุขภาพที่ดีคือส่วนหนึ่งของชีวิตที่ดีค่ะ”

พ.ญ. วาริรัตน์ กล่าวทิ้งท้ายว่า อยากให้ทุกคนหันมาดูแลสุขภาพกันต้อนรับปีใหม่ เพราะร่างกายที่แข็งแรงถือเป็นของขวัญอันล้ำค่าที่สุด เริ่มต้นปีใหม่ด้วยสุขภาพที่ดีกัน สามารถติดตามเรื่องราวดีๆ จากเมล็ดเจีย “SWIZER” ได้ที่เฟซบุ๊กแฟนเพจ [chiseedspremium](https://www.facebook.com/chiseedspremium) ดูรายละเอียดอื่นๆ เกี่ยวกับเมล็ดเจียได้ที่ [www.swizerstore.com](http://www.swizerstore.com) หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 084-330-4444