

# เนเจอร์ เซ็นเซชัน แนะนำประโยชน์ดีๆ ที่ได้จาก น้ำแครนเบอร์รี่



ถ้าหากจะพูดถึงตัวช่วยสุขภาพที่มาจากธรรมชาติในรูปแบบน้ำผลไม้แล้วนั้น แน่นอนว่าจะต้องได้ยินชื่อน้ำแครนเบอร์รี่เป็นอันดับต้นๆ ที่อยู่ในรายการอย่างแน่นอน ด้วยประโยชน์มากมายที่มีสรรพคุณทางยาสูง และรวมกับรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ ให้รสชาติเปรี้ยวอมหวาน พร้อมทั้งให้ความสดชื่นเมื่อนำมาทำเป็นเมนูของหวานอย่าง พายขนมเค้ก หรือบ้างก็นำมาทำเป็นเมนูเครื่องดื่มปั่นทานเป็นสมูทตี้ก็มี

แครนเบอร์รี่ จัดเป็นผลไม้ที่อยู่ในตระกูลเบอร์รี่ มีลักษณะเป็นไม้เลื้อย นิยมปลูกมากในอเมริกา ปัจจุบันมีการนำแครนเบอร์รี่มาสกัดเป็นยารักษาโรค อาหารเสริม รวมถึงนิยมนำมาทำเป็นเครื่องดื่ม เพราะในแครนเบอร์รี่มีสารหลายชนิดที่ช่วยบำรุงและให้ประโยชน์ต่อร่างกาย การนำแครนเบอร์รี่มาสกัดเป็นน้ำหรือเครื่องดื่มทานจึงเป็นที่นิยมมากในหมู่คนรักสุขภาพ ซึ่งมีงานวิจัยของมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้กล่าวว่า การดื่มน้ำแครนเบอร์รี่วันละ 300 มิลลิลิตร จะช่วยลดจำนวนของแบคทีเรียในปัสสาวะลงได้ พร้อมป้องกันการติดเชื้อของแบคทีเรียในกระเพาะปัสสาวะ เนื่องจากแครนเบอร์รี่เป็นผลไม้ที่มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย ทั้งยังช่วยรักษาโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ รวมถึงโรคทางเดินปัสสาวะอักเสบ การติดเชื้อในท่อปัสสาวะ และยังช่วยขจัดกลิ่นปัสสาวะได้ดีอีกด้วย

ประโยชน์ของน้ำแครนเบอร์รี่ยังไม่หมดเพียงเท่านี้ เพราะนอกจากจะช่วยป้องกันโรคทางเดินปัสสาวะอักเสบได้แล้ว แครนเบอร์รี่ยังมีคุณสมบัติเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ทั้งยังช่วยลดไขมันเลว (LDL) ในเลือด ที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย นอกจากนี้แครนเบอร์รี่ยังอุดมไปด้วยสารแอนตี้ออกซิ

แร่ธาตุและวิตามินต่างๆ ที่ช่วยรักษาสุขภาพผิว เพราะมีสารอาหารที่ช่วยผลิตคอลลาเจน ทำให้คนที่ทานแคโรทีนเบอรัรี เป็นประจำดูอ่อนเยาว์และมีสุขภาพผิวดีอยู่เสมอ

ทั้งนี้ทั้งนั้น เนเจอร์ เซ็นเซชัน แบรินส์ผลิตภัณฑ์สุขภาพ ผลิตภัณฑ์ผลไม้บ่มแห้ง และน้ำผลไม้อร์แกนิกภายใต้เครือเฮริเทจ ก็แนะนำว่า การบริโภคแคโรทีนเบอรัรีควรบริโภคให้อยู่ในปริมาณที่พอดี เพราะถ้าอะไรก็ตามที่มากเกินไป แทนที่จะได้ประโยชน์ ก็อาจจะส่งผลเสียและเกิดโรคร้ายตามมาแทนได้ โดยหลักเลยก็คือแนะนำให้ดื่มวันละไม่เกิน 300 มิลลิกรัม ตามที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้วิจัยไว้ และหากใครที่ต้องการน้ำแคโรทีนเบอรัรีที่มีคุณภาพและดีต่อสุขภาพ ก็สามารถหาซื้อน้ำแคโรทีนเบอรัรี จากแบรนด์เนเจอร์ เซ็นเซชันได้แล้วตั้งแต่วันที่ห้างสรรพสินค้าและซูเปอร์มาร์เก็ตชั้นนำทั่วไป หรือผ่านช่องทางออนไลน์ต่าง ๆ ได้ที่ Shopee, Lazada, JD Central และ Line ID:

@HeritageThailand หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม สามารถติดต่อสอบถามได้ที่ 02-813-0954-5 หรือติดตาม

กิจกรรมของเนเจอร์ เซ็นเซชันได้ที่ [www.heritageThailand.com](http://www.heritageThailand.com) และ

[www.facebook.com/naturesensationofficial](https://www.facebook.com/naturesensationofficial) และ IG: [naturesensation](https://www.instagram.com/naturesensation)