



มะม่วง

มีโทษทางสุขภาพเล็กน้อย
รวมการไม่ควบคุมเลือก



กล้วย

ลดความเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูง
ได้ระดับหนึ่งกับเส้นใยในขนมขยด



ส้ม

มีไฟเบอร์ช่วยต้านอนุมูลอิสระ



แอปเปิ้ล

ความหวานจากธรรมชาติของลูก
ทำให้ไม่ติดใจอะลุ่มลุ่มความดัน



กีวี่

ทำให้นอนหลับลึกถึงขง



อะโวกาโด

ควบคุมความดันโลหิต
ลดคอเลสเตอรอลในเลือดได้

**ผลไม้
มีองค์ประกอบ
ความดันโลหิต**



JW HERBAL

www.jwherbal.com
f JW HERBAL