3 นมถั่วอุดมวิตามิน รักษาผิวสวยสุขภาพดี สู้มลภาวะ





การมีผิวสวย ชุ่มชื่น อ่อนวัย สดใส เป็นที่ปรารถนาของทุกคน แต่การใช้ชีวิตที่รอบตัวที่เต็มไปด้วยมลภาวะต่างๆ ทั้งแสงแดงที่ร้อนแรง ฝุ่นควัน ไอเสียหรือการอยู่ห้องแอร์ที่มีอากาศแห้งและแสงจากไฟนีออนตลอดวันก็มีส่วนที่ทำให้ผิวขาดน้ำ ดูหมองคล้ำ และมีริ้วรอยต่าง ๆ วันนี้จึงขอนำเครื่องดื่มที่มีประโยชน์ต่อการดูแลผิวมาฝากกัน นมอัลมอนด์ นมวอลนัท และนมพิสตาชิโอ เรียกได้ว่าเป็นเครื่องดื่มจากธรรมชาติที่มีประโยชน์ต่อผิวพรรณ เพราะนอกจากการดื่มนมจะช่วยเติมน้ำให้ร่างกายเกิดความสดชื่นแล้ว ยังเป็นแหล่งรวมสารอาหารทั้งวิตามินบี ที่ช่วยดูแลเรื่องผิวพรณให้มีสุขภาพดี เช่น วิตามินบี1 เป็นวิตามินที่ช่วยในเรื่องของระบบไหลเวียนเลือดในร่างกายส่งผลให้ผิวเราแลดูกระจ่างใสขึ้น, วิตามินบี2 และ วิตามินบี3 ช่วยบำรุงผิวพรรณ เล็บและเส้นผมให้แข็งแรง, วิตามินบี6 ช่วยไม่ให้ผิวบวมน้ำและป้องกันโรคผิวหนังบางชนิดได้, วิตามินบี7 หรือไบโอติน ช่วยให้ผิวพรรณและเล็บแข็งแรง ไม่แห้งเปราะง่ายและวิตามินบี9 หรือที่รู้จักกันในชื่อ กรดโฟลิก ช่วยแก้ปัญหาสีผิวไม่สม่ำเสมอ รวมถึงวิตามินบี12 ช่วยให้บำรุงเซลล์เม็ดเลือดแดง ทำให้สุขภาพผิวแข็งแรง นอกจากมีวิตามินบี แล้วในนมจากถั่วทั้งสามชนิดนี้ ยังมีวิตามินอี ที่ช่วยชะลอกระบวนการเสื่อมสภาพของเซลล์ ทำให้แลดูอ่อนกว่าวัยอีกด้วย

ในปัจจุบันมีการผลิตนมอัลมอนด์ นมวอลนัทและนมพิสตาชิโอ ในรูปแบบกล่องยูเอชทีที่ช่วยให้ผู้บริโภคได้รับความสะดวกมากขึ้น โดยไม่ต้องยุ่งยากคั้นนมดื่มเอง ซึ่งแบรนด์ 137 ดีกรีเป็นแบรนด์เดียวที่ใช้กรรมวิธีคั้นนมจากถั่วสดเต็มเมล็ด เพื่อให้ผู้บริโภคมั่นใจได้ว่าได้รับสารอาหารจากธรรมชาติที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายอย่างเต็มที่ โดยไม่เติมน้ำตาลทราย เกลือ หรือสารปรุงแต่งที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย ซึ่งผู้บริโภคสามารถพิจารณาได้จากข้อมูลโภชนาการบนฉลากข้างกล่อง

เท่านี้คุณก็จะมีตัวช่วยรักษาผิวให้มีสุขภาพดีไปนาน ๆ