

همشهری تندرستی

• ویژه‌نامه تندرستی • یکشنبه ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ • شماره ۱۴ • دوره جدید • ضمیمه شماره ۹۰۸۲

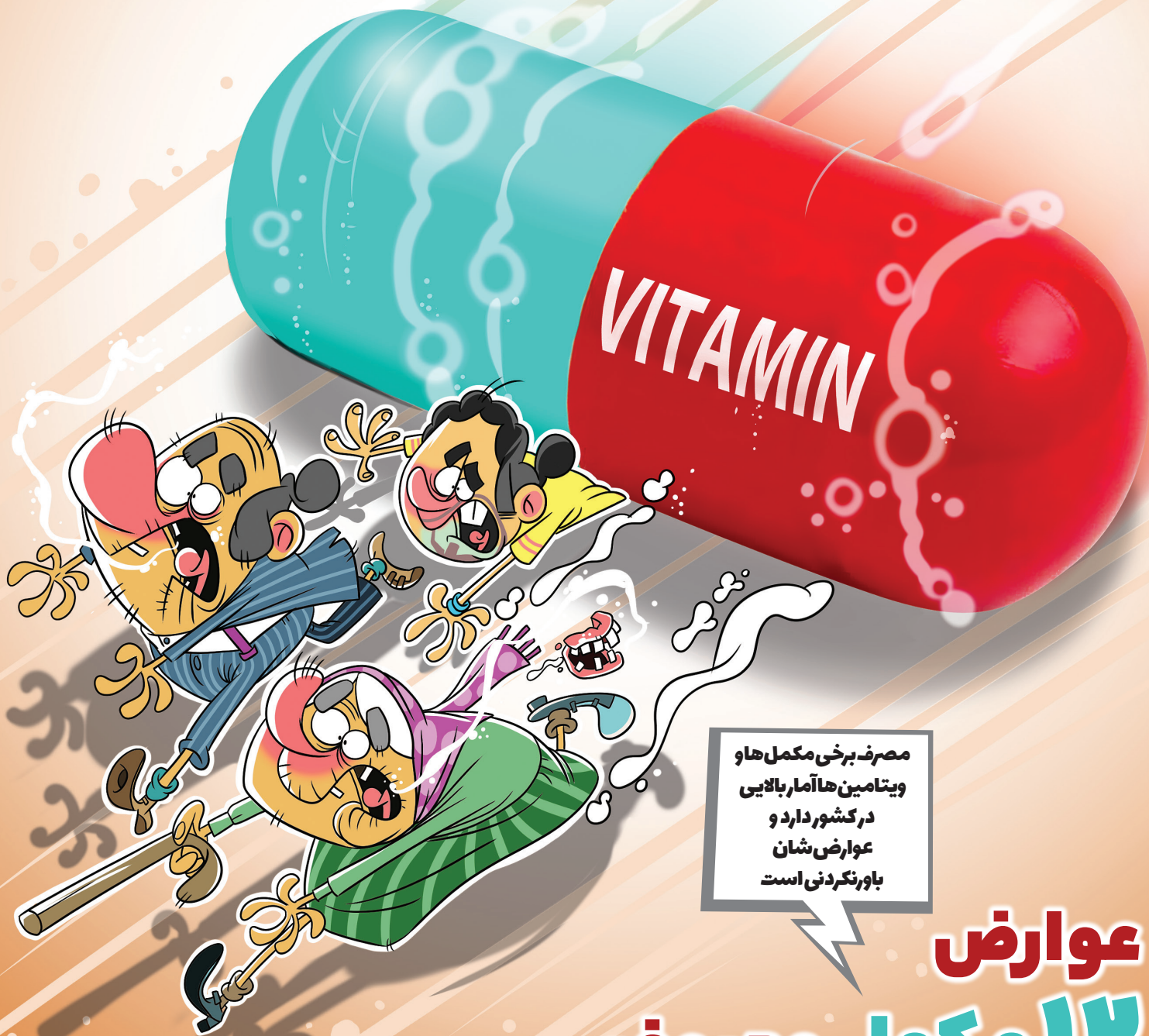


روش‌های تشخیص
مکمل اصلی از تقلبی

سوغاتی جدید
سفرهای خارجی

تجارت چند هزار میلیاردی مکمل‌ها

کمتر از ۲۰ درصد مردم نیازمند مصرف مکمل هستند
اما ۵۰ درصدشان مکمل می‌خورند و مواد غذایی ضروری را
از رژیم‌های روزانه حذف کرده‌اند



مصرف برخی مکمل‌ها و
ویتامین‌ها آمار بالایی
در کشور دارد و
عوارض‌شان
باور نکردنی است

عوارض

۱۲ مکمل معروف