

## พลังบำบัดจากน้ำมะพร้าว

น้ำมะพร้าวเป็นอาหารบริสุทธิ์ และเต็มไปด้วยกลูโคสที่ร่างกายดูดซึมเข้าไปใช้ได้ง่าย นอกจากนั้นมะพร้าวยังเป็นผลไม้ที่มี

ความเป็นด่างสูง สามารถรักษาโรคที่เกิดจากร่างกายมีความเป็นกรดมากเกินไป หมอพื้นบ้านไทยถือกันว่า มะพร้าวเป็นยาบำรุงกำลัง บำรุงเส้นเอ็น รักษาโรคกระดูกได้

น้ำมะพร้าวดื่มได้ทุกวัน ทุกเพศทุกวัย เพราะเป็นเครื่องดื่มจากธรรมชาติ ทำให้ร่างกายสดชื่น ไม่เป็นอันตรายเหมือนน้ำอัดลม อย่างไรก็ตาม คนเป็นโรคไต และโรคเบาหวานไม่ควรดื่ม เพราะน้ำมะพร้าวมีความหวาน ไม่เหมาะกับโรคดังกล่าว

