



# น้ำกระเจี๊ยบพุทราจีน เพื่อสุขภาพ



“ ช่วยลดอาการของหัวใจโต ป้องกันเส้นเลือดในสมองเปราะ ลดความดันโลหิตสูง ลดไขมันในเส้นเลือด แก้อาการสมองเสื่อม แก้ชาปลายนิ้ว ”

- หนังสือนาฬิกาชีวิต อ.บวลลวี นรสนันท์



หนังสือเภสัชกรรมไทยฯ - โดย วุฒิ วุฒิธรรมเวช

“ ดอกกระเจี๊ยบ ขับเสมหะ แก้เสมหะขับน้ำดี ลดไข้ แก้ไอ ขับนิ่วในไต ขับนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ แก้กระหายน้ำ ขับเมือกมันให้ลงสู่ทวารหนัก ขับเสมหะ แก้ไอ เป็นยาระบาย ”

แหล่งที่มาของวัตถุดิบ : ร้านเครื่องยาจีน

กระเจี๊ยบมีสรรพคุณดีๆ หลายอย่าง แต่ถ้ากินติดต่อกันนานๆ ก็อาจทำลายไตได้ ควรใส่พุทราจีนลงในน้ำกระเจี๊ยบทุกครั้ง เพราะพุทราจีนมีสรรพคุณช่วยบำรุงไต

ส่วนผสม สำหรับ 50 แก้ว

กระเจี๊ยบ	140 กรัม	พุทราจีน	140 กรัม
น้ำตาลทราย	1300 กรัม	น้ำเปล่า	8 กก.

คุณค่าทางโภชนาการ สำหรับ 1 ที่

พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	คาร์โบไฮเดรต	แคลเซียม	วิตามินเอ	วิตามินซี	เมตาแคโรทีน	ฟอสฟอรัส
109 Kcal.	0.11 g.	0.06 g.	27.95 g.	1.74 mg.	1.92 RE.	1.4 mg.	23.02 ug.	1.93 mg.

จัดทำโดย : นักโภชนาการโรงพยาบาลกุยบุรี