



กินเม็ดชานมไข่มุก เสี่ยงมะเร็ง จริงหรือ?



เม็ดไข่มุก

ทำมาจากแป้งมันสำปะหลัง

การกินเม็ดชานมไข่มุกก็เหมือนการกินแป้ง

ชานมไข่มุกมีแคลอรีสูง คุณค่าทางอาหารต่ำ

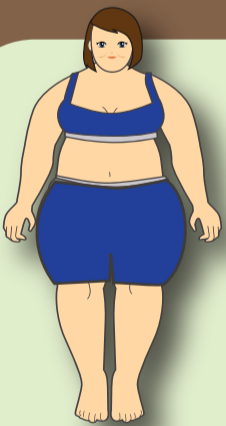
สรุป การกินเม็ดชานมไข่มุกไม่มีสารก่อมะเร็ง PCBs ตามที่แชร์

เม็ดไข่มุกบางยี่ห้อ พบสารอะซิโตนฟีโนน (acetophenone)

และสารประกอบกลุ่ม พีบีบี (PBBs) ซึ่งมีปริมาณน้อยมากไม่ก่อมะเร็ง



เสี่ยงต่อการเป็น



โรคอ้วน



โรคเบาหวาน



โรคหลอดเลือดหัวใจ

ข้อแนะนำ ในการบริโภค



กินชานม
ไข่มุกนาน ๆ ครั้ง



ลดปริมาณ
น้ำตาล



หลีกเลี่ยง
การใส่ครีมเทียม

