



# จริงหรือ ? ที่เราควร เลิกดื่มนมวัว

การดื่มนมวัวยังคงเป็นทางเลือกที่ดี  
มีประโยชน์ต่อร่างกาย  
และไม่ส่งผลเสียต่อร่างกายอย่างที่เข้าใจผิดกัน

