

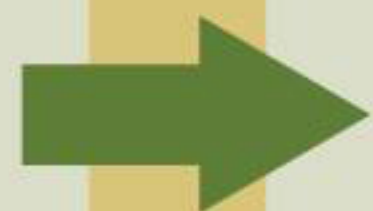
# ส้มแขกควบคุมน้ำหนัก ได้จริงหรือ ?



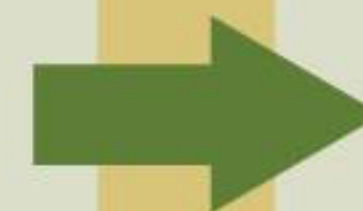
ส้มแขกมีรสเปรี้ยว ใช้เพิ่ม  
รสเปรี้ยวในอาหาร

## สารสำคัญส้มแขก

กรดไฮดรอกซีซิตริก  
(Hydroxycitric Acid: HCA)



เปลี่ยนไขมัน  
เป็นพลังงาน



ควบคุมน้ำหนัก

## ผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น



**สรุป** ส้มแขกควบคุมน้ำหนักได้จริง  
แต่ยังไม่มีการศึกษาการใช้ในปริมาณที่เหมาะสม

## ข้อแนะนำ วิธีการลดน้ำหนักที่ได้ผลแน่นอน

