

Врач посоветовал есть абрикос, потому что в этом продукте содержатся природные пигменты каротиноиды, а также флавоноиды и фенол. Эти вещества активно поддерживают иммунную систему и даже являются средством профилактики некоторых видов онкологии.

Также абрикосы могут сохранять молодость кожи, поддерживают работу ЖКТ, сердца, зрения.

«В абрикосах содержится высокая концентрация природных органических пигментов, таких как каротиноиды, флавоноиды и фенол, которые защищают растение. Эти элементы оказывают такое же воздействие и на наш организм, поддерживая нашу иммунную систему и даже защищая от некоторых форм рака», — объяснила врач.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.