

Pawlukyň sözlerine görä, alkohol diňe bir kofä spirt däl, eýsem şeker hem goşýar, “diýmek, bu ýerde goşa zarba”. Siroplar bolsa, bedeniň iň peýdasyz süýji önümi bolan suwuk şekerdir.

Dietolog kofä peýdaly goşundy hökmünde darçyny atlandyrdy, ol ortaça ulanylanda uglerod alyş-çalşyna kömek edýär, ýürek we içege üçin peýdalydyr. Ekspert kremi hem zyýanly däl goşundy diýip atlandyrdy. Emma bir adamyň ýürek bilen baglanyşykly meseleleri bar bolsa, onda kremden ýüz öwürmek gerek.

Habar häsiýetli materiallary lukmanyň belenilmegi bilen deňeşdirmek bolmaz. Karar kabul etmezden ozal hünärmen bilen maslahatlaşyň.