

آیا می دانید:

سبزی ها و میوه های مفید برای پیشگیری از سرطان کدامند؟

سبزی های نارنجی مانند:

هویج، کدو تنبل، کدو حلوایی و فلفل دلمه ای نارنجی

سبزی های قرمز مانند: گوجه فرنگی

سبزی های خانواده ی کلم

میوه های زرد، نارنجی و قرمز مانند:

موز، انبه، خرمالو، طالبی، هلو، ازگیل، زردآلو و آناناس در تقویت سیستم

ایمنی و پیشگیری از سرطان ها نقش مهمی دارند.