

аҳақими бериладан. Аснорбин ҳислатида
В, В₁₂ витаминлари бунинг учун
яхши доридармондир. Бу витаминлар
роскелеронинг аажо олишига йўл қўйма
ва ёғ алмашинувини тартибга солиш
ради.

Миноард инфаркти насабидан тузил
келаётган киши отпускида қандайдан дам
олиши керак? Энг яхши, бундай киши
ўзлари ўрганган оддий шароитни ўзгар
магилари маъқул. Борди-ю ҳаво нис
ўзгаририлса, киши одатланмаган шаро
ит тез кўника олмайд, бу эса унинг
долматлига зарар етказилад.

(«Фан ва турмуш» журналидан).

