

سودا کانی خواردن و قاو لایا نیا ندا چی؟



قاو یکهک ل و خواردن وانی بوو ت ب شک ل ژیا نی ر ژانی ز رین، و خواردن و قاو ب گدی ب ت د ب ت ه ب زکردنی م شک، و با شترکردنی توانای ه شیار. هروها دژ ن کسید کان دابین دکات ک یارم تی بر ننگاریوون و ه وکردن و فشاری ن کسیدی دات.

قاو هاوش و ه خواردن و خواردن و یه کی دیک سود و زیانی خ ه ی، خواردن و وشی ل بیا نیا ندا چ ن دین سودی س رسو ه نری ه ی.

بش و یه کی گشتی قاو وات ل دکات ه ست ب چالاک و وزی زیتر بکیت و م شک ب چالاک د ه ت و، هروها د و م نند ب ماددی دژ ن کسان کان ک ر کی گنگ د ب ن ت ل خ پاراستن ل ن خ شی درخا ی ن کان و ک مکردن و ه وکردن ل ج ست دا.

قاو یکهک ل ه کار س ر کیی کانی پاراستنی ت ندروستی د و یارم تی د ب زانندی ک ش دات، هروها یاد وری و توانای س رنجدان ب ه ز دکات، ب ام پ و یست ن و کسان ی گرفتی دیک یان ل

جست و گدایاندا هئی ئاگادار بن ئایا خواردنوی قاو ب گدی بـتا زیانیان پـدگـیـنـت یان نا .

هاوکات، خواردنوی قاو بـشـویـکی مامناوـند رـزانـ، ئـگـری تووشبوون بـ نـخـشی شـکرـی جـری دووـم و بـرزی کولیستـ و جـتـی مـشک و بـردی زراو و گورچـلـ کـمدـکـا تـوـ.

ئو بـ گونجاوی پزیشکـکان بـ خواردنوی قاو دیاریان کردوو دوو بـ چوار فـنـجـا نـ لـ رـژـکـدا، بـیـ زـخواردنوی قاو بـدـر نییـ لـ زیان، یان هـموو رـژ خواردنوی چوار فـنـجـا رـنـگـ لـ هـندک کـسـدا زیانی هـیـت و بـتـ هـی کـمی ئاسن و کـمـخوـنی و تـکـچوونی خـو، هـروـها زیادبوونی دـاـوکـ و هـندـکـجـار تووشبوون بـ سکچوون.