

ปีที่ 34 ฉบับที่ 11776 วันศุกร์ที่ 12 กรกฎาคม พ.ศ. 2556 หน้า 19

มองหา‘งาดำ’และ‘ข้าวสินิล’ สุดยอดมัญพีชต้านอนุมูลอิสระ

เอ่ยถึงผิวพรรณและริ้วรอยก่อนวัยอันควร สิ่งนี้เป็นสิ่งที่พวกร่างเรามาก่อน “ไม่ได้เลย มีข้อมูลดีๆ จากเครื่องดื่มไวนามีลักษณะบวกเล่าเรื่องราวความมหัศจรรย์ ของธัญพืชสีดำ ที่ช่วยชะลอวัยนั่นคือ ข้าวสินิล และงาดำ”

“ข้าวสินิล” คือข้าวกล้องพันธุ์ที่มีสีออกม่วงดำ อุดมไปด้วย “แอนโกลไชนานิน” และ “ไประแอนโกลไชนานิน” ที่อยู่ในส่วนของปลาบยนูกข้าว ที่ทำงานร่วมกันเพื่อต่อต้านอนุมูลอิสระ “ข้าวสินิล” มีคุณสมบัติช่วยลดริ้วรอยอันเกิดก่อนวัยโดยเฉพาะด้านผิวพรรณ ถือว่าข้าวสินิลเป็นของใหม่ที่มีประโยชน์มากๆ ไม่น่าเชื่อว่า ข้าวสินิลจะมี “สารต้านอนุมูลอิสระ” สูงกว่าผลไม้ตระกูลเบอร์รีถึง 3 เท่า และทำงานได้ดีกว่า วิตามินอี ถึง 5 เท่า จนได้รับสมญานามว่าเป็น “ราชินีแห่งธัญพืชสีดำ”

ส่วน “งาดำ” หรือ “ราชากแห่งธัญพืชสีดำ” นั้น รู้กันดีอยู่แล้วว่า ประโยชน์ของงาดำนอกจากจะอุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุแล้ว ที่สำคัญก็คือ เช่นกัน ในงาดำมีสารต้านอนุมูลอิสระสูงมาก ช่วยบำรุงร่างกายเก็บอนุญาตสัดส่วน โดยเฉพาะส่วนหน้าและผิวพรรณ

จากการวิจัยพบว่าการได้รับสารต้านอนุมูลอิสระจากอาหาร หลากหลาย ประเภทจะให้ผลในการป้องกันมากกว่าการได้รับจากแหล่งใดแหล่งหนึ่ง ถ้ารับประทานงาคำควบคู่กันกับข้าวสีนิด จะเป็นการส์งผลแบบทวีคูณเป็น Super Antioxidant ทำให้ประสิทธิภาพในการปอกป้องผิวจากการเกิดริ้วรอย และบำรุงให้ผิวคุณอ่อนเยาว์คุ้มค่าได้ง่ายๆ ที่สำคัญถ้าดื่มน้ำนมถั่วเหลือง ที่มีส่วนผสมของงาคำกับข้าวสีนิด ยังเพิ่มประสิทธิภาพการต้านอนุมูลอิสระ ถูกลงกว่าการดื่มน้ำถั่วเหลืองหัวไปถึง 80%

ดังนั้น แก่เจ้าตัวอย่างเชียวนี้พ่อ หนุ่ม-สาวรักสุขภาพ ต้องมองทางคำที่มาพร้อมกับข้าวสีนิดถึงจะคุ้มค่าแบบทวีคูณ



งาคำ



ข้าวสีนิด