

Ua Ib Tug Kws Paub Txog Khoom Noj Zoo Rau Lub Cev

Cov kws paub zoo txog khoom noj zoo rau lub cev yog cov kws tshaj lij hauv cov thaj zoo ntawm khoom noj. Lawv siv kev tshawb fawb fab xaij los pab tib neeg xaiiv khoom noj los pab kom lawv lub cev muaj zog.



Nqe Lus Nug Tseem Ceeb: Cov kws paub zoo txog khoom noj tuaj yeem qhia txog kev xaiiv khoom noj los txhim kho tus neeg mob li kev noj qab haus huv tau li cas?

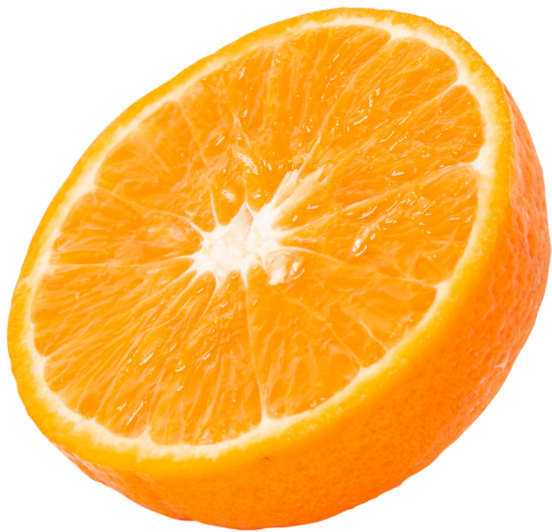


Koj Lub Khoos Kas:

Sim kuaj cov theem Vitamin C hauv ntau yam khoom haus los nrhiav txog ib yam uas yog lub hauv paus uas muaj Vitamin C zoo tshaj plaws.

Los saib ua ke

Cov khoom noj twg hauv qab no uas koj xav tias muaj Vitamin C ntau tshaj plaws?



Yuav siv pes tsawg teev thiaj li ua kom xim av ploj mus tag?

<i>Dej</i>	<i>Pes Tsawg Teev</i>

Hom dej haus twg xav tau cov teev dej me tshaj plaws?

Lus Cim Tseg:



Qhov Qhia Pom:

Koj ho zoo ib yam li tus kws paub zoo txog khoom noj zoo rau lub cev li cas?
Cov kev txawj twg uas koj tau xyaum?



MUAB DAIM
NPLAUM RAU
NTAWM NO