

سودا کانی خواردن و قاو لایا نیا ندا چی؟



قاو یکهک ل و خواردن وانی بووت ب شک ل ژیا نی رانای زین، و خواردن و قاو ب گدی بتا دبیت ه ای به نکرندی م شک، و با شترکردنی توانای ه شیری. هروها دژ نکسیدکان دابین دکات ک یارم تی برنگاریوون وای ه وکردن و فشاری نکسیدی دات.

قاو هاوش وای ه ر خواردن و خواردن وای کی دیک سود و زیا نی خای ه ی، خواردن وای ل لایا نیا ندا چن دین سودی سوسو ه نری ه ی.

بش وای کی گشتی قاو وات ل دکات ه ست ب چالاک و وزی زیتر بکیت و م شک ب چالاک د هت و، هروها د و م ند ب ماددی دژ نکسانکان ک رکی گنگ دبیت ل خپاراستن ل ن خشیی درخای نکان و ک مکردن وای ه وکردن ل ج ست دا.

قاو یکهک ل ه کار س رکیی کانی پاراستنی ت ندروستی د و یارم تی دایانندی ک ش دات، هروها یاد وری و توانای س رنجدان به نر دکات، بام پویست و کسانای گرفتی دیک بیان ل

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

هاوکات، خواردنوی قاو بـشـویـکی مامناوـند رـزانـ، ئـگـری تووشبوون بـ نـخـشی شـکرـی جـری دووـم و بـرزی کولیسـنـ 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 هـندکـجار توشبوون بـ سکچوون.