

توژیندووییک: زږر بکاره‌ننای خوځ ځمکي زیاد دکات



ل ټوژیندووییکدا کټ بټم دوا ییہ ئنجامدرا لټلایښ تیمکي زانکي شینجیانگی پزیشکی چین ، کاریگه‌ری چاوځواننټکراوی زږر بکاره‌ننای خوځ بټ ځراک لټسږ تښندروستی دټرونی ئاشکرا دکات".

ټوژیندووییک بټ پشت بټستن بټ داتای 500 کټس ئاشکراکراوټ، ئټو کټسانټ بټردټوام خوځ بټ ځراکي ئامادټکراو زیاددټکټن ئټگټری توشبوونیان بټ ځمکي و دټټ راوکټ نزیکی لټ 40% زیاتره بټ بهټراورد بټو کټسانټی کټ هټرگیز یان بټدټگمټن خوځ زیاددټکټن بټ ځراک.

شیکاری داتاکان ئاشکرای دکات دټریختیټ نټ هټزار و 516 کهټس تووشی ځمکي بوون و 11 هټزار و 796 کهټس تووشی دټهټټاوکټ بوون.

رونکردنټووییکي کاریگټریکټ جیاوازن، ئټگټری هټیټ خوځ پیربوونی بایلټجی زووتر بکات یان کټشټی تښندروستی دټرونی زیاد بکات.

پان کاریگری لاسر هردوو هرمانی سیرکی دبرونی هابت، سیرتینین و دپامین، که به شدارن له گه شه کردن و تکچوونی دبرونی.

بپیای قسای توئران، یکه کمین جار توئینوو یک دیاری بکن که خو پیویندی نیرانی هابت لاسر توشبوون بخرم کی".