

5. เบาหวาน เป็นโรคชนิดหนึ่งที่ร่างกายจะมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงผิดปกติ ซึ่งเกิดจากความผิดปกติของการใช้น้ำตาล ทำให้ร่างกายไม่สามารถนำน้ำตาลไปใช้เป็นพลังงานได้ตามปกติ และมีระดับน้ำตาลสูงขึ้น และหนึ่งในวิธีการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานคือการหลีกเลี่ยงอาหารที่รับประทานแล้วมีระดับน้ำตาลสูงขึ้น จากข้อมูลข้างต้น ผลไม้ชนิดใดที่ผู้ป่วยเบาหวาน ไม่ควรรับประทานหรือรับประทานในปริมาณที่จำกัด เพราะเหตุใด

ตอบ

.....

6. นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่กับคำกล่าวที่ว่า “ผู้หญิงอายุ 27 ปี ถ้ารับประทานฝรั่งเพียง 1 ผล ก็จะได้รับปริมาณน้ำตาลเกินกว่าปริมาณที่ควรบริโภคต่อวันแล้ว” เพราะเหตุใด

ตอบ

.....

.....

