

UỐNG KHÔNG ĐỦ NƯỚC ẢNH HƯỞNG CƠ THỂ RA SAO?

Trong cơ thể người có 92% là máu, 22% xương và 75% não là nước. Điều gì sẽ xảy ra khi cơ thể không được cung cấp đủ lượng nước cần thiết?

>>> Lợi ích nhiều mặt của đi bộ>>> Bí kíp đi ngủ giúp bạn "khỏe như trâu"