

Cermati Sekitarmu:

Coba perhatikan kebiasaan makan di sekitar Anda, baik di kampus, tempat tinggal, maupun saat berkumpul bersama teman. Tanpa disadari, pilihan makanan sehari-hari dapat berkaitan dengan kesehatan hati.

Pertanyaan :

1. Apakah Anda atau orang di sekitar Anda sering mengonsumsi fast food, makanan tinggi lemak, atau makanan dan minuman tinggi gula?

Jawaban

Pertanyaan :

2. Pernahkah Anda mengonsumsi fast food secara berulang karena praktis, murah, atau mudah ditemukan? Bagaimana menurut Anda dampaknya terhadap kesehatan anda?

Jawaban

Pertanyaan :

3. Menurut Anda, bagaimana konsumsi fast food secara berlebihan dapat memengaruhi fungsi organ hati dalam mengatur dan memetabolisme zat gizi?

Jawaban