ໝວດໄຂມັນ, ນ້ຳມັນ

ໄຂມັນຈາກສັດ ແລະ ພືດເຊັ່ນ: ນ້ຳມັນໝູ, ເນັດງາ, ຖົ່ວ
ດິນ, ນ້ຳມັນໝາກພ້າວ, ໝາກອຶ, ແກ່ນດອກຕາເວັນໃຫ້
ພະລັງງານແກ່ຮ່າງກາຍ. ຊ່ວຍດູດຊຶມວິຕາມິນທີ່ລະລາຍໃນ
ໄຂມັນທີ່ຈຳເປັນແກ່ຮ່າງກາຍ.