**抗癌之果：杏仁**

杏仁甙受酶的作用生成一种天然抗癌物质，能选择性破坏癌细胞。苦杏仁治咳嗽气喘，有小毒。甜杏仁治体虚滋补，无毒，润肺滑肠、降低胆固醇、适合老人体弱者。

