



अचित पोषण और आचरन की गौली ख्याएं अनीमिया या रक्तअल्पता की कीसीं दूर भगाएं

रक्त अल्पता
के
लक्षण



शकावट एवं कमर दर्द

चक्कर आना

श्वास का फूलना

बार-बार बीमार पड़ना

नाखून, जीभ या आँखों की
लालिमा कम होना

