

प्लास्टिकच्या डब्यात साठवलेले अज्ज खाणे सुरक्षित आहे का???



सं पाक का ता
आल्यानंतर
धोकादाक
के मिकल्स

हिच्या भाज्या स्वच्छ करण्यासाठी वापरा 'ही' पद्धत



बन्याचदा एखाद्या व्यक्तीला चक्र येत असल्यास
आपण त्या व्यक्तीला लिंबूपाणी देतो. यामुळे
त्या व्यक्तीला थोडावेळ तरी बरे वाटते. त्यामुळे
कोणत्याही आडाडणीला उपयोगी पडणारे
लिंबू घरात आवर्जून ठेवतो. मात्र, या लिंबूपाण्याचे
इतरही आरोग्यदायी फायदे आहेत. चला तर जाणून
घेऊया लिंबूपाणी पिण्याचे इतर आरोग्यदायी
फायदे.

हिच्याच्या समस्येवर
लिंबू पाणी हिटॉपिन सी चा चांगला
रुत असल्याचे सिढ्य झाले आहे.
हिटॉपिन सी हृदयाच्या समस्यापासून मुक्त
होतो आणि स्ट्रोकला प्रतिबंधित करतो.

पचन शर्ती वाढते
लिंबू कोमट पाणी आणि मध्य मिसळून
प्यायल्याने पचन शर्ती वाढते.

यकृतासाठी फायदेशीर

लिंबू हे यकृतासाठी खुप चांगले मानले जाते. लिंबू पाणी शरीरात
पित रस तयार करण्यास मदत करते आणि शरीरातील सर्व विशारी पदार्थ
बाहेर टाकण्यास मदत करते.

तोड कोरेहे होण्यापासून प्रतिबंधित

लिंबू पाणी प्यायल्याने तोडात लाळ तयार होते आणि तोड कोरे

होण्यापासून प्रतिबंधित होते. लिंबूचे पाणी पिण्यामुळे माणसाला
ताजेतवाने वाटते आणि श्वास घेण्यास नवीन उर्जा मिळते.

रोगप्रतिकारशक्ती वाढते

नियमित कोमट पाण्यात लिंबाचा रस मिसळून प्यायल्याने
रोगप्रतिकारशक्ती वाढते.

तांडाची दुर्गमी

बन्याचदा आपण जेवण करताना
कांडा, लसूण, मुळा यांचे सेवन
करतो. त्यामुळे तोडाताला
दुर्गमी येते या दुर्गमीपासून
मुक्त होण्यासाठी लिंबाचे
पाणी प्यायल्याने जाते.

त्वचेवरील डाग

लिं बाम द्ये
अंटी ऑविसंडट
गुण असतात.
त्यामुळे
त्वचेवरील
डाग नियून
जाण्यास लिंबाचा
रस कायदेशीर ठरतो.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

