কোষ গুলো কে পুনরুজ্জীবিত করে। ফলে ধীরে ধীরে আমাদের স্বাস্থ্য সংক্রান্ত যেকোনো সমস্যার সমাধান হয়। ষোলোটি বিশ্ব বিখ্যাত হার্বাল দ্বারা ইউনিক ফর্মুলায় তৈরি এর এক একটি ক্যাপসুল। হার্বাল গুলি হল- মাঙ্গোস্টিন (ফলের রানী), ম্যাকারুট, সাইবেরিয়ান জিনসেং, এল্ডারবেরি, রাস্পবেরি, ব্ল্যাককারেন্ট, সাওয়ার চেরি, গ্যানোডার্মা লুসিডাম, সিগরু, আমলকি, কারকিউমিন, মিল্ক থিসল, জিমনেমা, নোনি, অর্জুন, পুনর্ণভা। এদের প্রত্যেকের বিষয়ে বলতে গেলে এই ছোটো পরিসর খুবই নগন্য। এই ষোলটি হার্বাল ও দিপর্গো-র বিষয়ে জানতে গেলে এই পেপারে উল্লেখ ফোন নং-এ যোগাযোগ করুন।

১। ম্যাঙ্গোস্টিন (Mangosteen)

উৎস - প্রধানত ম্যাঙ্গোস্টিন পাওয়া যায় দক্ষিণপূর্ব এশিয়ায়, ইন্দোনেশিয়া, মালোয়েশিয়া, সুমাত্রা, মিনল্যান্ড এবং ফিলিপাইন্সে।

উপকারিতা- ম্যাঙ্গোস্টিন অত্যন্ত পুষ্টিগুন সম্পন্ন, পেশি (Muscle) গঠন, ক্ষত নিরাময়, এবং স্নায়ুর কার্যক্ষমতা বৃদ্ধি করে। প্রচুর পরিমানে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট, ভিটামিন ও ফাইবার থাকায় ইহা শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে, রক্তে সুগারের পরিমান নিয়ন্ত্রন করে, পাচন তন্ত্রকে সুস্থ রাখে, মস্তিষ্ককে স্বতেজ রাখে, ত্বকের সমস্যা দূর করে। ম্যাঙ্গোস্টিনে উপস্থিত জ্যানথোনস (ফাইটোনিউট্রিয়েন্টস) অত্যন্ত উপকারী এবং ইহা ক্যান্সার কোষগুলি নির্মূল ও ধ্বংস করার ক্ষমতা রাখে। ম্যাঙ্গোস্টিন ক্ষতিকারক কোলেস্টেরল (LDL) ও ট্রাই গ্লিসারাইড কমিয়ে দেয় এবং উপকারী কোলেস্টেরল (HDL) বৃদ্ধিতে সহায়তা করে।

২। ম্যাকারুট (Maca Root)

উৎস - ম্যাকারুট প্রধানত মধ্য পেরুর উচ্চপার্বত্য অঞ্চলে পাওয়া যায়। এছাড়া বলিভিয়া ও ব্রাজিলের কিছু জায়গায় পাওয়া যায়।

উপকারিতা - প্রজনন ক্ষমতা বৃদ্ধি করে, পুরুষের শুক্রানু তৈরিতে সহায়তা করে। নারীদের মেনোপজ জনিত উপসর্গ দূর করে। মস্তিষ্কের স্থিতিশিলতা বৃদ্ধিকরে। মানসিক অস্থিরতা ও চাপ দূর করে, ঘুম গভীর করে এবং স্মৃতি শক্তি বৃদ্ধি করে। ইহা প্রোস্টেটের বৃদ্ধি রোধ করে। শরীরের হর্মোনাল ব্যালেন্স ঠিক করে।

৩। এল্ডার বেরি (Elderberry)

উৎস - উত্তর আমেরিকা ও ইউরোপের বিভিন্ন দেশে এল্ডারবেরি পাওয়া যায়।

উপকারিতা - ইহা বিভিন্ন প্রকার অ্যান্টিঅক্সিডেন্টে পরিপূর্ন হওয়ায় শরীরের রোগ প্রতিরোধ (Immunity) ক্ষমতা বৃদ্ধি করে। ইহা শরীরের অপ্রত্যাশিত ফ্যাট ঝরিয়ে শরীরের ওজন কমাতে সহায়তা করে। ঋতু পরিবর্তনের সময়ে জ্বর, সর্দি, কাশির জন্য উপকারী, সমস্ত রকম এলার্জির হাত থেকেও রক্ষা করে। আমাশায় উপকারী।

৪। সাইবেরিয়ান জিনসেং (Siberian Ginseng)

উৎস - সাইবেরিয়ান জিনসেং এর প্রধান উৎস হল রাশিয়া।

উপকারিতা - ইহা ভাইরাল ইনফেকশন থেকে রক্ষা করে। শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা (Immunity) বৃদ্ধি করে। ধজভঙ্গতা (erectile Dysfunction) ও ডায়াবেটিসের জন্য ভীষন উপকারী। প্লাজমা লেবেল বৃদ্ধি করে এবং টেস্টোস্টেরন, ফলিকল স্টিমুলেটিং হরমোন (FSH) এবং লিউটিনাইজিং হরমোন (LH) নিঃসরনে সহায়তা করে।

৫। রাস্প বেরি (Raspberry)

উৎস - ইউরোপের উত্তরের দেশগুলিতে, ইউনাইটেড স্টেটস, কানাডা ও পূর্ব এশিয়ার কিছু দেশে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - রাস্প বেরিতে অত্যাধিক পরিমানে পটাশিয়াম থাকায় হৃদপিন্ডকে সুস্থ রাখে, রক্তচাপ নিয়ন্ত্রন করে। এতে omega-3 ফ্যাটি অ্যাসিড থাকায় স্টোক ও হৃদরোগ থেকে রক্ষা করে এতে প্রচুর পরিমানে ম্যাঙ্গানিজ, ফাইবার আছে তাই হাড়ের শক্তি বৃদ্ধি করে, ত্বক ভালো রাখে, রক্তে সুগারের পরিমান নিয়ন্ত্রন করে, রক্তচাপ নিয়ন্ত্রন করে। ইহা সূর্যের আল্ট্রাভায়োলেট রে থেকে রক্ষা করে। ইহা উচ্চতর অক্সিডেন্ট গুলির ধারক, যা ফ্রী র‍্যাডিক্যালস (Radicals) দ্বারা কোষের ক্ষতি রক্ষা করে। ক্যানসার প্রতিরোধেও বিশেষ ভুমিকা আছে। ইহা অ্যালঝাইমার ডিজিজ, বাত, গাউট ইত্যাদি রোগের জন্য ভীষন উপকারি।

৬। ব্ল্যাক কারেন্ট (Black Current)

উৎস - উত্তর ও মধ্য ইউরোপের দেশ গুলিতে মূলত ব্ল্যাক কারেন্ট পাওয়া যায়। এশিয়া মহাদেশের উত্তরাংশের কিছু দেশেও ব্ল্যাক কারেন্ট পাওয়া যায়।

উপকারিতা- এতে প্রচুর পরিমানে গামা লিনোলেনিক অ্যাসিড (GLA) ও অ্যানথোসায়নিন থাকায় জয়েন্ট পেন, মাসল পেন, স্টিফনেস ও বোন ড্যামেজ থেকে রক্ষা করে। এতে প্রচুর পরিমানে ভিটামিন ও অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট থাকায় দেহের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে। ইহা পৌষ্টিক তন্ত্র, লিভার ও কিডনীর জন্য ভীষন উপকারি।

৭। সাওয়ার চেরি (Sour Cherry)

উৎস - ইউরোপের বিভিন্ন দেশ গুলিতে এবং এশিয়া মহাদেশের দক্ষিনপশ্চিমাংশে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - ইহা রক্তচাপ নিয়ন্ত্রন করে, ডিহাইড্রেশন থেকে রক্ষা করে, মাসেলের সুস্থতা বজায় রাখে, নার্ভের সক্রিয়তা বজায় রাখে, হজমে সহায়তা করা, শরীরে Ph ব্যালেন্স নিয়ন্ত্রন করে, বাতের ব্যাথা কমাতে সাহায্য করে, ইউরিক অ্যাসিড কমাতে সাহায্য করে, ঘুমোতে সহায়তা করে। ইহা ক্যানসারের বৃদ্ধি প্রতিরোধ করে।

৮। গ্যানোডার্মা লুসিডাম (Ganoderma Lucidam)

উৎস - ইউরোপ, আমেরিকার ও চীন দেশে গ্যানোডার্মা লুসিডাম পাওয়া যায়।

উপকারিতা - ইহা বংক্রাইটিস ও হেপাটাইটিসের জন্য ভীষন উপকারি। ইহা লিভার, কিডনী ও ফুসফুসকে সুস্থ রাখে। ইহা হৃদযন্ত্রকে সুস্থ রাখে এবং ব্লাড সুগার নিয়ন্ত্রন করে। ইহা ক্যানসার সেলের সংযোজন ও সেল মাইগ্রেশনকে দমন করে। ইহা ক্ষতিকারক রেডিয়েশান থেকে রক্ষা করে যা বর্তমান যুগে অত্যন্ত প্রয়োজনীয়। গ্যানোডার্মা লুসিডাম কে শরীরের Natural Scanner বলা হয়।

৯। সিগরু (Sigru)

উৎস - ভারতের বিভিন্ন অঞ্চলে সিগরু পাওয়া যায়। এছাড়া পাকিস্তান, বাংলাদেশ ও আফ্রিকাতে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - বৈদিক যুগে আয়ুর্বেদ শাস্ত্রে সিগরুর উপকারীতা উল্লেখ করা আছে। ইহা রক্তাল্পতা দূর করে, সংবহনতন্ত্রকে সুস্থ রাখে, রক্তচাপ নিয়ন্ত্রন করে। ইহা পুরুষের শুক্রানুর সংখ্যা ও গুনগতমান বৃদ্ধি করে। ইহা আর্থারাইটিস, জয়েন্টে ব্যাথা, বাত, কোষ্ঠকাঠিন্যতা দূর করে। এতে প্রচুর পরিমানে ক্যালসিয়াম ও ম্যাগনেশিয়াম থাকায় দাঁত ও হাড় ভালো থাকে। ইহা চোখের দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধি, শ্বসন ও হজমে সহায়তা করে। ইহা অ্যান্টিবায়োটিক, অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল ও অ্যান্টি ইনফ্লামাটোরী হিসাবে কাজ করে। ইহা শরীরকে আর্সেনিকের ক্ষতিকারক প্রভাব থেকে রক্ষা করে এবং শরীরকে টক্সিন মুক্ত করতে সাহায্য করে। ইহা শরীরের রোগ প্রতিরোধ Immunity) ক্ষমতা বৃদ্ধি করে।

১০। আমলকি (Amla)

উৎস - ভারতবর্ষ, শ্রীলঙ্কা, বাংলাদেশ, মায়ানমার ও চীনে আমলকি প্রচুর পরিমানে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - প্রচুর পরিমানে ভিটামিন 'C' ফেনোলস ডায়েটরি ফাইবার ও অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট রয়েছে, যা যকৃত, হৃদপিন্ড, মস্তিষ্ক এবং ফুসফুসের কার্যকারিতা সঠিকভাবে বজায় রাখতে সহায়তা করে। ইহা রক্তে শর্করার পরিমান নিয়ন্ত্রন করে, জ্বালা-যন্ত্রনা নিবারন করে, রক্তের লিপিড ও লাইপ্রোটিনের মাত্রা নিয়ন্ত্রন করে, জীবানু নাশ করে, যকৃতের সুস্থতা বজায় রাখে। ইহা খুব ভালো অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট ও অ্যান্টিবায়োটিক হিসাবে কাজ করে। ইহা সর্দি, কাশি, গলায় ইনফেকশন, জ্বর এমনকি যক্ষা থেকেও আমাদের রক্ষা করে এবং চুলের বৃদ্ধিতে সহায়তা করে।

১১। কারকিউমিন (Curcumin)

উৎস - ভারত, বাংলাদেশ, শ্রীলঙ্কা, মায়ানমার এইসব দেশে প্রচুর পরিমানে চাষ হয়।

উপকারিতা - কারকিউমিন কিডনি সমস্যার জন্য অপরিহার্য। ইহা অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট ও অ্যান্টিবায়োটিক হিসেবে কাজ করে। ইহা রক্ত সংবহন তন্ত্রকে, পৌষ্টিকতন্ত্রকে ভালো রাখে। ইহা হাইপারলিপিডেমিয়া, বাত এবং জ্বালা-যন্ত্রনা ও প্রদাহ নিয়ন্ত্রন করে। এমনকি ক্যান্সার কোষের বৃদ্ধি রোধ করতে সহায়তা করে।

১২। মিল্ক থিসল (Milk Thistle)

উৎস - ইউরোপ ও উত্তর আমেরিকার বিভিন্ন দেশে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - মিল্ক থিসল যকৃত, পৌষ্টিকতন্ত্র ও গলব্লাডারের (পিত্তাশয়) জন্য অপরিহার্য। ইহা পাচন সহায়ক, ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রন করে, হেপাটাইটিস প্রতিরোধে সহায়ক। ইহা অতিরিক্ত ক্যালসিয়াম যুক্ত হওয়ায় ত্বক ও হাড়ের সুস্থতা বজায় রাখে। ইহা ডিটক্সিফিকেশন এ সহায়তা করে।

১৩। জিমনেমা (Gymnema)

উৎস - ভারতবর্ষ ও আফ্রিকার বিভিন্ন প্রদেশে পাওয়া যায়।

উপকারিতা - ইহা ইনসুলিন উৎপাদনে সহায়তা করে এবং রক্তের। শর্করা নিয়ন্ত্রনে সহায়তা করে। ইহা কোলেস্টেরল এবং ট্রাই-গ্লিসারাইডএর মাত্রা নিয়ন্ত্রন করে। ইহা ক্ষতিকারক (LDL) কমিয়ে দেয় এবং উপকারি কোলেস্টেরল (HDL) বাড়িয়ে দেয়। ইহা শরীরের অতিরিক্ত ফ্যাট কমিয়ে ওজন কমাতে সহায়তা করে।

১৪। নোনি (Noni)

উৎস - প্রশান্ত মহাসাগরীয় দ্বীপ, দক্ষিণ পূর্ব এশিয়া, অস্ট্রেলিয়া ও ভারতবর্ষে পাওয়া যায়।

উপকারিতা- এর মধ্যে প্রচুর পরিমানে পটাশিয়াম ম্যাগনেশিয়াম সোডিয়াম কপার জিংক আয়রন ক্যালসিয়াম ফসফরাস সেলেনিয়াম, ভিটামিন আছে যা আমাদের শরীরের সুস্থ থাকার জন্য এবং রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করার জন্য অত্যন্ত প্রয়োজনীয়। ইহা ক্যান্সার প্রতিরোধক ইহা গ্যাস্ট্রিক আলসারের জন্য অত্যন্ত উপকারী। ইহা ধূমপান দ্বারা ক্ষতিগ্রস্থ কোষকে সুস্থ করতে সহায়তা করে। ইহা জয়েন্টের ব্যাথা, ডিপ্রেশন ও অপ্রত্যাশিত মেদ কমাতে সহায়তা করে।

১৫। অর্জুন (Arjun)

উৎস - ভারত, বাংলাদেশ, পাকিস্তান ও শ্রীলঙ্কা অর্জুনের আদি নিবাস। বাংলাদেশের অধিকাংশ অঞ্চলে অর্জুন গাছ কম-বেশি দেখা যায়।

উপকারিতা - অর্জুন গাছ চিরহরিৎ বৃক্ষ, প্রধান ঔষধি গাছের মধ্যে একটি অন্যতম গাছ। এটির ব্যবহারে উচ্চ রক্তচাপ কম থাকে। ট্রাইগ্লিসারাইডের মাত্রা কমায়। কোলেস্টেরল হ্রাস করে, বন্ধ ধমনী খুলতে সাহায্য করে। চুলের শক্তি বৃদ্ধির জন্য ব্যবহার করা হয়। অতিরিক্ত মেদের সমস্যায় অত্যন্ত উপকারি। ত্বকের সমস্যা দূর করতেঅত্যন্ত কার্যকর। প্রস্রাবের বাধা দূর করতে অত্যন্ত কার্যকর।

১৬। পুনর্নভা (Punarnava)

উৎস - পুনর্নোভা ভারতের দক্ষিণ ও পশ্চিমে পাওয়া যায়। এছাড়া এশিয়ার পূর্ব দিকে অস্ট্রেলিয়াতেও পাওয়া যায়।

উপকারিতা - পুনর্নভা অত্যন্ত উপকারী একটি ভেষজ যা ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে। কারণ এর নির্যাস শরীরে উপস্থিত গ্লুকোজেরমাত্রা নিয়ন্ত্রণ করে। পুনর্নভা প্লাজমা ইনসুলিনের মাত্রা বাড়াতে সাহায্য করে। অনিদ্রারোগে পুনর্নভার ব্যবহার অত্যন্ত লাভদায়ক। শরীরকে ডিটক্সিফাই করে কোষকে পুষ্টি দান করে শরীরকে পুনরিজ্জীবিত করে তোলে।

DEBCARE® MARKETING LLP

4, K. N. Chatterjee Street
2nd Floor, Bally, Howrah - 711 201
Website: debcare.co.in

DEBCARE MARKETING LLP
9051627049

Name : .....

Mobile : .....

DEBCARE®

Caring for you

মন দিয়ে পড়ন

বর্তমান বিশ্বে প্রত্যেক মানুষ বিভিন্ন রোগের শিকার সেটা ইমিউনিটি সিস্টেমের দুর্বলতা ও শরীরের মধ্যে দৈনন্দিন জীবনের খাদ্যাভাসের জন্য, প্রতিনিয়ত বিপুল পরিমান বিষের বোঝা। একটু খোলসা করে বলা যাক। জন্ম থেকে আমরা তিনটে জিনিস শরীরে গ্রহন করি, ১) জল ২) বায়ু ৩) খাদ্য। আজকের দিনে ফিল্টার করা জল এতটাই জীবানুনাশক যে তাতে কোনো মিনারেল থাকে না। যা শরীরের কোনো কাজে লাগে না। সম্পূর্নটাই ডেড ওয়াটার, শুধুই তেষ্টা নিবারন জন্য। এরপরে বায়ু- শহরে যানবাহন, কলকারখানা বিভিন্ন কারনে পলিউশন, গ্রামে যেখানে কৃষিকার্য হয়, সেখানে এতটাই রাসায়নিক সার ও কীটনাশক প্রয়োগ হয় যে তার রেশ আকাশে বাতাসে ছড়িয়ে থাকে। যার ফলে আমাদের শ্বসন তন্ত্র (Respiratory System) দূর্বল হয়ে যায়, তার জন্য রক্ত ও দূষিত হয়। এরপরে খাদ্য- একবার ভেবে দেখুন তো আমরা যা-ই খাই তা কতটা আজকের দিনে জৈবিক (Organic), ফলন বাড়ানোর জন্য যে রাসায়নিক ওষুধ, কীটনাশক সবকিছুর ওপর প্রয়োগ করা হয় তার রেশ আমাদের শরীরে ঢোকে, বিষ জমা হয় কোষে কোষে, পরবর্তীকালে ডায়াবেটিস, রক্তচাপ বৃদ্ধি, ক্যান্সার, লিভার, থায়রয়েড, কিডনি, আর্থারাইটিস, পাইলস প্রস্টেট জাতীয় দীর্ঘমেয়াদি রোগের শিকার হয়। এখন প্রশ্ন হল এই সমস্যা থেকে আমরা কিভাবে মুক্তি পাবো?

এখানেই রয়েছে একমাত্র সমাধান 'দিপর্গো' এটি একটি সুপার ফুড সাপ্লিমেন্ট যা আমাদের শরীর থেকে সম্পূর্ন জমা বিষ প্রস্বাব ও মলত্যাগ দ্বারা নির্গত করে ও শরীরের ইন - অ্যাক্টিভ