

११। कर्क्यूमिन (Curcumin)

स्रोत : भारत, बंगलादेश, श्रीलंका, म्यानमार यी देशहरूमा व्यापक रूपमा खेती गरिन्छ।



डुइदाहरू : मृगौला समस्याहरूको लागि कर्क्यूमिन आवश्यक छ।

यसले एन्टिअक्सिडेन्ट र एन्टिबायोटिकको रूपमा काम गर्छ। यसले रक्तसञ्चार प्रणाली, पोषण प्रणाली राम्रो राख्छ। यसले हाइपरलिपिडेमिया, बाथ र सूजनलाई नियन्त्रण गर्छ। यसले क्यान्सर कोशिकाहरूको वृद्धिलाई रोक्न पनि मद्दत गर्दछ।



१२। दूध थिस्टल (Milk Thistle)

स्रोत - युरोप र उत्तर अमेरिकाका विभिन्न देशहरूमा उपलब्ध छ।
डुइदाहरू - मिल्क थिस्टल कलेजो, पाचन प्रणाली र पित्त थैलीको लागि आवश्यक छ। यसले पाचनमा मद्दत गर्छ, मधुमेह नियन्त्रण गर्छ,

हेपाटाइटिसबाट बच्न मद्दत गर्छ। यसमा अतिरिक्त क्याल्सियम पाइने भएकाले यसले छाला र हड्डीको स्वास्थ्य कायम राख्छ। यसले डिटक्सिङ्ग केशनमा मद्दत गर्छ।

१३। जिम्मेमा (Gymnema)

स्रोत - भारत र अफ्रिकाका विभिन्न प्रान्तहरूमा स्रोतहरू पाइन्छ।

डुइदाहरू - यसले इन्सुलिन उत्पादन र रगतमा मद्दत गर्दछ।

चिनीलाई नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्दछ। यसले कोलेस्ट्रॉल र

ट्राइग्लिसराइडको स्तरलाई नियन्त्रण गर्छ। यसले खराब कोलेस्ट्रॉल (LDL) लाई कम गर्छ र राम्रो कोलेस्ट्रॉल (HDL) लाई बढाउँछ। यसले शरीरको अतिरिक्त बोसो घटाएर तौल घटाउन मद्दत गर्छ।



१४। नोनी (Noni)



स्रोत - प्रशान्त टापुहरू, दक्षिण पूर्व एशिया, अष्ट्रेलिया र भारतमा पाइन्छ।

डुइदाहरू- यसमा पोट्यासियम म्याग्नेसियम सोडियम कपर जिंक आइरन क्याल्सियम ड्रुइडोरस सेलेनियम, मिटामिनहरू प्रशस्त हुन्छन्।

जुन हाम्रो शरीरलाई स्वस्थ रहन र रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउनको लागि आवश्यक हुन्छ। यो क्यान्सर विरोधी छ र ग्यास्ट्रिक अल्सर को लागी धेरै लाभदायक छ। यसले धुम्रपानबाट क्षति भएका कोशिकाहरूलाई निको पार्न मद्दत गर्छ। यसले जोर्नी दुख्ने, डिप्रेसन र अनावश्यक बोसो कम गर्न मद्दत गर्छ।

१५। अर्जुन (Arjun)

उत्पत्ति - भारत, बंगलादेश, पाकिस्तान र श्रीलंका अर्जुनको मूल घर हो। अर्जुन रुखहरू बंगलादेशका अधिकांश क्षेत्रमा कम वा कम पाइन्छ।



लाभहरू - अर्जुन रुख एक सदाबहार रुख हो, प्रमुख औषधीय विरुवाहरू मध्ये एक। यसको प्रयोगले उच्च रक्तचाप कम गर्छ। ट्राइग्लिसराइडको स्तर कम गर्छ। कोलेस्ट्रॉल कम गर्छ, बन्द धमनी खोल्न मद्दत गर्छ। कपाल बल बढाउन प्रयोग गरिन्छ। अत्यधिक बोसोको समस्यामा निकै डुइदाजनक हुन्छ। छालाको समस्या निको पार्न धेरै प्रभावकारी हुन्छ। मूत्र अवरोध हटाउन धेरै प्रभावकारी।

१६। पुनर्णव (Punarnava)



स्रोत - पुनर्णव भारतको दक्षिण र पश्चिममा पाइन्छ। यो एशियाको पूर्वमा अष्ट्रेलियामा पनि पाइन्छ।

डुइदाहरू - पुनर्णव एक धेरै लाभदायक जडिबुटी हो जसले मधुमेह नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्दछ। किनभने यसको रसले शरीरमा रहेको ग्लुकोजको स्तरलाई नियन्त्रण गर्छ। पुनर्णवले प्लाज्मा इन्सुलिनको स्तर बढाउन मद्दत गर्छ। अनिद्रामा पुनर्णवको प्रयोग निकै डुइदाजनक हुन्छ। शरीरलाई डिटोक्सिङ्ग गरेर र कोशिकाहरूलाई पोषण गरेर शरीरलाई कायाकल्प गर्छ।



DEBCARE[®]
MARKETING LLP

4, K. N. Chatterjee Street

2nd Floor, Bally, Howrah - 711 201

Website: debcare.co.in



DEBCARE MARKETING
9051627049

Name :

Mobile :

**HEALTHY CHOICE FOR A
HEALTHY LIFE.**



DEBCARE[®]
MARKETING LLP



DEBCARE[®]

Caring for you

ध्यान दिएर पढ्नुहोस्

आजको संसारमा, प्रत्येक व्यक्ति विभिन्न रोगहरूको शिकार हुन्छ जुन प्रतिरक्षा प्रणालीको कमजोरी हो दैनिक जीवनको लागि शरीर लगातार विषाक्त पदार्थहरूको ठूलो मात्रामा बोझ छ। प्रष्ट हो आँ। जन्मदेखि नै हामीले शरीरमा तीनवटा कुरा लिन्छौं, १) पानी २) हावा ३) खाना। आजको ड्रिल्टर गरिएको पानी यति कीटाणुरहित छ कि कुनै पनि कुनै खनिज छैन। जसले शरीरलाई कुनै डुइदा गर्दैन। पूर्ण रूपमा मृत पानी, केवल टेस्टा। निवारन त्यसपछि सहर, कलकारखाना र गाउँमा सवारी साधनका कारण वायु प्रदूषण हुन्छ जब खेती गरिन्छ, त्यहाँ धेरै रासायनिक मल र कीटनाशकहरू छन् जुन आकाशमा प्रयोग गरिन्छ। हावामा फैलिन्छ। जसका कारण हाम्रो श्वासप्रश्वास प्रणाली (Respiratory System) कमजोर हुन्छ जान्छ, त्यसको लागि रगत दूषित हुन्छ। अर्को खाना हो - हामीले खाने सबै कुराको बारेमा सोच्नुहोस् जैविक (Organic) उत्पादन बढाउन आज कति रासायनिक औषधिहरू प्रयोग गरिन्छ? कीटनाशक सबै कुरामा लगाइन्छ, यसको डुइबर हाम्रो शरीरमा प्रवेश गर्छ, विष जम्मा हुन्छ कोशिकाबाट कोशिका, त्यसपछि मधुमेह, उच्च रक्तचाप, क्यान्सर, कलेजो, थाइराइड, मृगौला, गठिया, पायल्स प्रोस्टेट जस्ता दीर्घकालीन रोगबाट ग्रसित हुन्छ। अब प्रश्न यही हो हामी कसरी समस्याबाट छुटकारा पाउन सक्छौं?

यहाँ एक मात्र समाधान छ 'दिगर्प' यो एक सुपर फूड सप्लिमेन्ट हो जसले हाम्रो शरीरमा पिसाब र शौच र सक्रिय शरीरबाट जम्मा भएका विषाक्त पदार्थहरूलाई पूर्ण रूपमा हटाउँछ।

कोशिकाहरूलाई पुनरुत्थान गर्दछ। डुलस्वरूप, हाम्रो स्वास्थ्य सम्बन्धी कुनै पनि समस्या बिस्तारै हल हुँदै जान्छ। सोह्र विश्व प्रसिद्ध जडिबुटीहरु द्वारा अद्वितीय सूत्र मा बनाएको यसको क्याप्सुल मध्ये एका जडिबुटी चक्रीहरू हुन्- म्यांगोस्टिन (डुलफूलको रानी), म्याकरूट, साइबेरियन जिनसेड, एल्डरबेरी, रास्पबेरी, ब्याककरेन्ट, साउर चेरी, गानोडर्मा लुसिडम, सिगु, अमलाकी, कर्क्युमिन, मिल्क थिस्टल, जिन्मेमा, नोनी, अर्जुन, पुनर्नाभा। तिनीहरूमध्ये प्रत्येकको कुरा गर्दा, यो सानो दायरा धेरै नगण्य छ। यी सोह्र जडिबुटी र दिपगो बारे जान्नको लागि यस पत्रमा उल्लेख गरिएको हुने नम्बरमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

१. मङ्गोस्टिन

स्रोत – मङ्गोस्टिनका स्रोतहरू मुख्यतया दक्षिणपूर्वी एशिया, इन्डोनेसिया, मलेसिया, सुमात्रा, मेनल्याण्ड र टुलिपिन्समा पाइन्छ।
डुइदाहरू – म्यांगोस्टिन अत्यधिक पौष्टिक छ, मांसपेशी निर्माण, घाउ निको पार्ने, र तंत्रिका कार्यलाई बढावा दिन्छ। एन्टि अक्सिडेन्ट, भिटामिन र डुइबरमा भरपूर भएकाले यसले शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ, रगतमा चिनीको मात्रा नियन्त्रण गर्छ, पाचन प्रणालीलाई स्वस्थ राख्छ, मस्तिष्कलाई ताजा राख्छ र छालासम्बन्धी समस्याहरू हटाउँछ। म्यांगोस्टिनमा पाइने हृदयतजयलभक (डुइटोन्यूट्रिएन्ट) धेरै लाभदायक हुन्छ र यसमा क्यान्सरका कोशिकाहरूलाई नष्ट गर्ने र नष्ट गर्ने क्षमता हुन्छ। मङ्गोस्टिनले खराब कोलेस्ट्रॉल (मि) र ट्राइग्लिसराइड्सलाई कम गर्छ र राम्रो कोलेस्ट्रॉल (ज्मि) बढाउन मद्दत गर्छ।



२. मकारूट

स्रोत – मकरुट मुख्यतया मध्य पेरूको उच्च भूमिमा पाइन्छ। जान्छ यो बोलिभिया र ब्राजिलका केही भाग पनि पाइन्छ।
डुइदाहरू – प्रजनन क्षमता बढाउँ, पुरुष शुक्राणु उत्पादनमा मद्दत गर्दछ। महिला महिला रजोनिवृत्ति को लक्षणहरु लाई राहत। मस्तिष्क स्थिरता बढ्दो मानसिक बेचैनी र तनाव कम, निद्रा गहिरो र स्मरण शक्ति बढ्दो प्रभाव प्रोस्टेटको विस्तारलाई रोक्। शरीरको हर्मोन सन्तुलन ठीक छ।



३. एल्डरबेरी

स्रोत – एल्डरबेरी उत्तर अमेरिका रका विभिन्न देश पाइन्छ।
लाभहरू – यो विभिन्न प्रकारका एन्टि अक्सिडेन्टहरू भरिपूर्ण हुन्छ र शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढ्छ। कमजोर शरीरको बोसो घट शरीरको तौल घटाउन मद्दत गर्छ। मौसम परिवर्तनको समयमा ज्वरो, रुघाखोकी, खोकीमा खाना हुनका साथै सबै प्रकारका एलर्जीबाट पनि बच्नुहोस्। पिसाबमा उपयोगी।



४। साइबेरियन जिन्सेड (Siberian Ginseng)

स्रोत – साइबेरियन नप्लकभलन को मुख्य स्रोत रूस हो।
डुइदाहरू – यसले भाइरल इन्फेक्सनबाट जोगाउँछ। शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता (Immunity) बढाउँछ। भिषण इरेक्टाइल डिसफंक्शन र मधुमेहका लागि लाभदायक छ। प्लाज्मा लिपिड बढाउँछ र टेस्टोस्टेरोन, एयिभिअभि कतङ्गबितप्लन हार्मोन (FSH) र गितभप्लप्लन हार्मोन (LH) को स्राव बढाउँछ।

५। रास्पबेरी (Raspberry)

स्रोत – हरू उत्तरी युरोपेली देशहरू, संयुक्त राज्य अमेरिका, क्यानडा र पूर्वी एशियाका केही देशहरूमा पाइन्छ।
डुइदाहरू – रास्प बेरीमा पोटासियम प्रशस्त हुन्छ। मुटु स्वस्थ राख्छ, रक्तचाप नियन्त्रण गर्छ। यसमा omega-3 रूयाटी एसिड हुने भएकाले स्टोक र मुटुको रोगबाट बचाउँछ, यसमा म्याङ्गनीज, डुइबर प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ, त्यसैले यसले हड्डी बलियो बनाउँछ, छालालाई स्वस्थ राख्छ, रगतमा चिनीको मात्रा नियन्त्रण गर्छ, रक्तचापलाई नियन्त्रण गर्छ। यसले सूर्यको परावैगनी किरणबाट जोगाउँछ। यसमा एन्टि अक्सिडेन्टको मात्रा धेरै हुन्छ, जसले कोषहरूलाई फ्री रेडिकलले हुने (Radicals) क्षतिबाट बचाउँछ। क्यान्सर रोकथाममा पनि यसको विशेष भूमिका हुन्छ। यो अल्जाइमर रोग, बाथ, गाउट आदि को लागि धेरै लाभदायक छ।



६। कालो वर्तमान (Black Current)

स्रोत – द्रयियमजबअप अगचचभलत मुख्यतया उत्तरी र मध्य युरोपेली देशहरूमा पाइन्छ। एसिया महादेशको उत्तरी भागका केही देशहरूमा कालो धारा पनि पाइन्छ।
डुइदाहरू – यसमा गामा लिनोलेनिक एसिड (GLA) र एन्थोसायनिन प्रचुर मात्रामा पाइन्छ जसले जोर्नी दुख्ने, मांसपेशीको दुखाइ, कठोरता र हड्डीको क्षतिलाई रोक्छ। यसमा भिटामिन र एन्टि अक्सिडेन्टको मात्रा बढी हुने भएकाले यसले शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ। यो पाचन प्रणाली, कलेजो र मृगौलाका लागि निकै डुइदाजनक हुन्छ।



७। खरू चेरी (Sour Cherry)

स्रोत – युरोपका विभिन्न देशहरू र दक्षिण एसियाली महादेश पश्चिममा पाइन्छ।
डुइदाहरू – यसले रक्तचापलाई नियन्त्रित गर्छ, निर्जलीकरणबाट बचाउँछ, मांसपेशीको स्वास्थ्यलाई कायम राख्छ, स्नायु गतिविधिलाई कायम राख्छ, पाचनमा मद्दत गर्छ, शरीरमा Ph सन्तुलनलाई नियमित गर्छ, गठियाको दुखाइ कम गर्न मद्दत गर्छ, युरिक एसिड घटाउन मद्दत गर्छ, निद्रा मद्दत गर्छ। यसले क्यान्सरको वृद्धिलाई रोक्छ।



८। गानोडर्मा लुसिडम (Ganoderma Lucidum)

स्रोत – गानोडर्मा लुसिडम, युरोप, अमेरिका र चीन मा पाइन्छ।
डुइदाहरू – प्यान्क्रियाटाइटिस र हेपाटाइटिसको लागि यो धेरै लाभदायक छ। यो कलेजो, मिर्गौला र डोक्सो स्वस्थ राख्छ। यसले मुटुलाई स्वस्थ राख्छ र रगतमा चिनीलाई नियन्त्रण गर्छ। यसले क्यान्सर सेल आसंजन र सेल माइग्रेसनलाई रोक्छ। यसले हानिकारक विकिरणबाट जोगाउँछ जुन आजको युगमा अति आवश्यक छ। गानोडर्मा लुसिडमलाई शरीरको Natural canner भनिन्छ।

९। सिगु (Sigru)

स्रोत – सिगुरु भारतका विभिन्न क्षेत्रमा पाइन्छ। पाकिस्तान, बंगलादेश र अफ्रिकामा पनि पाइन्छ।
लाभहरू – आयुर्वेद शास्त्रहरूमा वैदिक कालमा सिगुरुका डुइदाहरू उल्लेख गरिएको छ। यसले रक्तअल्पता हटाउँछ, रक्तसंचार प्रणालीलाई स्वस्थ राख्छ, रक्तचाप नियन्त्रण गर्छ। यसले पुरुषमा शुक्रकीटको संख्या र गुणस्तर बढाउँछ। यसले गठिया, जोर्नी दुख्ने, बाथ, कब्जियतमा राहत दिन्छ। यसमा प्रचुर मात्रामा क्याल्सियम र म्याग्नेसियम पाइन्छ जसले दाँत र हड्डीलाई स्वस्थ राख्छ। यसले दृष्टि सुधार गर्छ, श्वासप्रश्वास र पाचनमा मद्दत गर्छ। यसले एन्टिबायोटिक, एन्टिब्याक्टेरियल र एन्टी इन्फ्लेमेटरीको रूपमा काम गर्छ। यसले शरीरलाई आर्सेनिकको हानिकारक प्रभावबाट बचाउँछ र शरीरलाई विषाक्त पदार्थहरू हटाउन मद्दत गर्छ। यसले शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक Immunity क्षमता बढाउँछ।



१०। अमला (Amla)

स्रोत – अमला भारत, श्रीलंका, बंगलादेश, म्यानमार र चीनमा प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ।
लाभहरू – भिटामिन ‘C’ टुिनोलमा प्रशस्त मात्रामा डुइबर र एन्टि अक्सिडेन्ट पाइन्छ, जसले कलेजो, मुटु, मस्तिष्क र डोक्सोको कामलाई ठीक राख्न मद्दत गर्छ। यसले रगतमा चिनीको मात्रालाई नियन्त्रण गर्छ, सूजनलाई कम गर्छ, रगतको लिपिड र लिपोप्रोटीनको स्तरलाई नियन्त्रण गर्छ, कीटाणुहरूलाई मार्छ, कलेजोको स्वास्थ्य कायम राख्छ। यसले धेरै राम्रो एन्टिअक्सिडेन्ट र एन्टिबायोटिकको रूपमा काम गर्छ। यसले हामीलाई चिसो, खोकी, घाँटीको संक्रमण, ज्वरो र क्षयरोगबाट पनि बचाउँछ र कपाल बढ्नमा मद्दत गर्छ।

