

## මීඳකල් වී - මොරින්ගා සමග ග්‍රීන් වී

මීඳකල් වී - මොරින්ගා සමග ග්‍රීන් වී යනු ශරීරයෙන් විෂ ඉවත් කර ශරීර පද්ධතියේ ක්‍රියාකාරීත්වය ප්‍රශස්ත ලෙස පවත්වා ගත හැකි ප්‍රබල ප්‍රතිඔක්සිකාරකයකි. මෙම රුව වඩවන තේ පානය මගින්, ශරීරය නිදහස් මුක්ත බන්ධනයන්ගෙන් වන හානිවලින් ආරක්ෂා කිරීමට සහ අස්වාභාවික සෛල වර්ධනය වළක්වා ගත හැකිය.

## මීඳකල් වී - මොරින්ගා සමග ග්‍රීන් වී යනු කුමක්ද?

මීඳකල් තේ - ග්‍රීන් වී සහිත මොරින්ගා ප්‍රතිඔක්සිකාරක වලින් පොහොසත් වන අතර එමඟින් ඔබේ ශරීරයෙන් විෂ ඉවත් කිරීමට උපකාරී වේ. මෙම තේ වල ඇති ඉහළ ප්‍රතිඔක්සිකාරක අන්තර්ගතය, ආහාර ජීර්ණ හා ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය ප්‍රශස්ත ලෙස ක්‍රියා කිරීමට ඉඩ සලසයි.

මුරුංගා, ග්‍රීන් වී සමඟ සංයෝජනය කිරීම රුව වඩවන තේ පානයක් වන අතර එය විටමින් ඊ, ෆෝලික් අම්ලය සහ විටමින් සී ඇතුළු පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සඳහා බලශක්තියකි.

මාංශ ආහාර වලින් තොර ආහාරයකට කැමති අය සඳහා මෙම තේ ඉතා සුදුසු ය. මොරින්ගා හි අත්‍යවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල නවයක්ම අඩංගු වන අතර ශාක ප්‍රෝටීන් 25% ක් පමණ අඩංගු වේ. ග්‍රීන් වී සමඟ මුරුංගා තේ පානය, ඔක්සිකාරක ආතතිය නිසා ඇති වන අක්මාවට ඇති වන බලපෑම අවම කිරීමට ද විශිෂ්ටයි. එබැවින් බනිජ සහ ප්‍රෝටීන් අඩංගු මෙම ඖෂධීය තේ පානය පරිභෝජනය කිරීම; සමේ සෞඛ්‍යය සහ ස්වාභාවික විෂබීජ නාශක ප්‍රවර්ධනය කරන සුවිශේෂී පානයකි.

අන්තර්ගතය : *Moringa Oleifera* (මුරුංගා) *Camellia sinensis* (ග්‍රීන් වී)

එය ක්‍රියා කරන ආකාරය :

මුරුංගා කොළ හි විටමින් සහ කැරොටිනොයිඩ් (carotenoids) හැරුණු විට විවිධ ෆයිටොකෙමිකල් (phytochemicals) අඩංගු වන අතර එය පෝෂණ අතිරේකය සඳහා විකල්ප විසඳුමක් වන අතර වර්ධන ප්‍රවර්ධකයන් ද අඩංගු වේ. ග්‍රීන් වී යනු පොලිෆෙනෝල් බහුල ආහාර හා පාන වර්ග වල පොදු ප්‍රභවයන් වන අතර ග්‍රීන් වීහි ප්‍රතිඔක්සිකාරක අන්තර්ගතය පිළිබඳව කරන ලද පර්යේෂණ මගින් කැපී පෙනෙන අවධානයක් දිනා ගෙන ඇත;

මුරුංගා සමග ග්‍රීන් වී හිතකර සෞඛ්‍යමය බලපෑම් වැඩි කරන බවට ප්‍රකාශිත පර්යේෂණ මගින් සනාථ වන අතර ඒවායේ කොළ සාරය තුළ ප්‍රතිඔක්සිකාරක, පටක ආරක්ෂණ (අක්මාව, වකුගඩු, හෘදය, වෘෂණ කෝෂ සහ පෙනහළු) ඇතුළු ජීව විද්‍යාත්මක ක්‍රියාකාරකම් රාශියක් ඇති බව පෙන්වුම් කර ඇත.

මුරුංගා සහ හරිත තේ සමඟ මීඳකල් තේ පානය, ශරීරයේ ඇතුළත සිට සුව කිරීමට උපකාරී වන විශිෂ්ට පානයක් වනු ඇත. මෙම තේ මිනිත්තු 3 ක් රසය සහ පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලබා ගැනීමට උණුසුම් ජලයේ තබා තිබිය යුතුය.

## ප්‍රතිලාභ

- ලෙඩ රෝගවලට නිරාවරණය වීම වැඩි කළ හැකි නිදහස් මුක්ත බණ්ඩයන්ගෙන් වන හානිවලින් ආරක්ෂා කරයි.
- සිනි ආශ්‍රිත රෝග ඇතිවීමේ අවදානම අඩුය.
- විශේෂ ආහාර අතිරේකයකි.

## பெட்னா மிரகல் டீ - கிறீன் டீ யுடன் முருங்கை (Fadna Miracle Tea - Moringa with Green Tea)

- ஒரு பெக்கெட்டில் 20 பொதிகள்
- ஒரு பக்கெட்டில் 20 பயன்பாடுகள்

முருங்கை மற்றும் கிறீன் டீ அடங்கிய மிரகல் டீ மிகவும் சக்தி வாய்ந்த ஒரு ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பானாகும். இது, உடலிலுள்ள சகல நச்சு இரசாயனப் பதார்த்தங்களையும் துரிதமாக வெளியேற்றி விடுகிறது. இந்த மிகச் சிறந்த அழகுபடுத்தல் பானமானது, உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் கலங்களின் வளர்ச்சியைக் கட்டுப்படுத்தி, உறுப்புக்களின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துகிறது. இந்த தேநீரை தினந்தோறும் பயன்படுத்துவதன் மூலம், இருதய நோய்கள் தவிர்க்கப்பட்டு, உணவு சமிபாடுகளும் சமப்படுத்தப்படுகின்றன.

### ❖ கிறீன் டீ யில் முருங்கை அடங்கிய மிரகல் டீ என்றால் என்ன?

கிறீன் டீ யில் முருங்கை அடங்கிய மிரகல் டீ என்பது, சக்தி வாய்ந்த ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்புத் தன்மை கொண்ட ஒரு தேநீராகும். இது, உடலிலுள்ள நச்சு இரசாயனங்களை வெளியேற்றும் ஒரு பானமாகும். இதில் அடங்கியுள்ள பெருமளவு ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பான்கள் காரணமாக, சமிபாட்டுத் தொகுதியின் சிக்கல்கள் யாவும் சீராக்கப்பட்டு, மிகச் சிறந்த வகையில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கப்படுகின்றது.

கிறீன் டீ யுடன் முருங்கையையும் கலப்பதன் மூலம் உங்கள் அழகு மேம்படுத்தப்படுவது உறுதியாகும். விட்டமின் E, போலிக் அமிலம் மற்றும் விட்டமின் C ஆகிய மிக முக்கிய அழகுசாதன போஷாக்குப் பொருட்கள் இதில் அடங்கியுள்ளன.

இந்தத் தேநீர், சைவ உணவு உட்கொள்பவர்களுக்கு மிகப் பொருத்தமானது. முருங்கையில் அடங்கியுள்ள அனைத்து 9 மிக முக்கியமான அமைனோ அமிலங்களும் உங்களுக்குக் கிடைப்பதனால், மாமிசங்கள் மூலமான புரோட்டீன் தேவைப்பாடு இல்லாமை தவிர்க்கப்படுகின்றது. அத்துடன் இதில் அடங்கியுள்ள 25% புரோட்டீன் கொள்ளளவு அனைத்துத் தேவைப்பாடுகளையும் பூர்த்தி செய்கிறது. அத்துடன், முருங்கை மற்றும் கிறீன் டீ கலவையினால் உருவாக்கப்படும் இந்த தேநீர், ஈரலின் செயற்பாடுகளை சீராக்கி, ஒட்ஸிஜனுடன் இணையும் நச்சு இரசாயனங்களினால் ஏற்படும் தாக்கங்களைத் தடுக்கிறது. எனவே, பெருமளவு ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பான்களையும், புரோட்டீன் கனியுப்புக்களையும் கொண்டுள்ள அழகை அதிகரிக்கும் இந்தப் பானத்தை தொடர்ந்து அருந்தி வருவதன் மூலம் உங்களது சருமத்தின் சுகாதாரம் அதிகரிக்கப்படுவதோடு, ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பு செயற்பாடுகளும் சிறந்த வகையில் பேணப்படுகின்றன.

### உள்ளடக்கங்கள்:

கிறீன் டீ (Camellia sinensis)> முருங்கை (Moringa oleifera)

### ❖ இது எவ்வாறு செயற்படுகிறது?

முருங்கை இலையில் பெருமளவிலான பைட்டோ கெமிக்கல்கள் (phytochemicals) அடங்கியுள்ளன. அவற்றுடன் விட்டமின்கள், கரோட்டினோய்டுகள் (carotenoids) ஆகியன அடங்கியுள்ளதனால், தசை வளர்ச்சிக்குத் தேவையான அனைத்துப் போஷாக்குகளும் பெற்றுக் கொடுக்கப்படுகிறது. பொலிபினோல் (polyphenol) அடங்கிய மிகச் சிறந்த பானமாக கிறீன் டீ கருதப்படுகிறது. அதிலுள்ள ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்புத் தன்மை தொடர்பாக பல்வேறு ஆய்வுகள் மூலம் உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இவை இரண்டினதும் கலவையினால் இருதயம் சார் நோய்களுக்கு சிறந்த தீர்வு கிடைப்பதுடன், உணவு சமிபாடும் சமப்படுத்தப்படுகிறது.

முருங்கையில் காணப்படும் சுகாதார அனுகூலங்கள் மற்றும் கிறீன் டீ யில் காணப்படும் பல்வேறு ஆய்வுகள் மூலம் உறுதிப்படுத்தப்பட்ட நன்மைகள் என்பனவற்றின் காரணமாக இந்த இரண்டு உள்ளடக்கங்கள் மீதான ஆர்வம் அதிகரித்துள்ளது. இந்த இரண்டு இலைகளிலும் பெருமளவு உயிரியல் நன்மைகள், விசேடமாக ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்புத் தன்மை, தசைகளைப் பாதுகாத்தல் (ஈரல், சிறுநீரகம், இருதயம், நுரையீரல் மற்றும் ஏனைய உறுப்புக்கள்) அவற்றின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துதல், குடல் புண் எதிர்ப்பாக செயற்படுதல், மன அழுத்தத்திற்கு எதிராகச் செயற்படுதல், கதிர்வீச்சுத் தாக்கங்களுக்கு எதிராகச் செயற்படுதல் மற்றும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரித்தல் ஆகிய பல்வேறு நன்மைகளை இவை கொண்டுள்ளன.

முருங்கை மற்றும் கிறீன் டீ அடங்கியுள்ள மிரகல் டீ யை பயன்படுத்துவதன் மூலம், உடலுக்குத் தேவையான அனைத்து போஷாக்குத் தன்மைகளையும் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒரு கருவியாக இது செயற்படுகிறது. இந்த தேநீரை 3 நிமிடங்கள் வரை ஊறவிட்டுப் பருகுவதன் மூலம் சிறந்த சுவையையும், போஷாக்குகளையும் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய சிறந்த தேநீர் அனுபவமாக அது செயற்படும் என்பது உறுதியாகும்.

#### ❖ பிரதான அனுகூலங்கள்:

- சுகையீனம் மற்றும் ஏனைய காரணங்களினால் ஏற்படும் தாக்கங்களில் இருந்து உடல் உறுப்புக்களைப் பாதுகாத்தல்.
- இருதய நோய்கள் மூலமான இடர்களைக் குறைத்தல்.
- நீரிழிவு நோயினால் ஏற்படும் இடர்களைக் குறைத்தல்.
- ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்புத் தன்மையுடன் செயற்படுதல்.
- சக்தி வாய்ந்த மேலதிக உணவுப் போஷாக்காக செயற்படுதல்.

## FADNA MIRACAL TEA - WITH GREEN TEA

“辣木加绿茶”



奇迹(辣木)茶与绿茶是一种产品的完美结合，混合在一起，提供了许多不同的用途，消费今天的生活。高抗氧化剂含量的绿茶和辣木，将支持提高性能的身体，积极工作，以消除自由基的有害影响，保持你的身材。神奇的茶叶富含抗氧化剂和维生素，有助于清理你的头脑，提高能量水平，降低血压和血糖水平，减少炎症，增强免疫力，保持健康的胆固醇水平和防止砷中毒。茶叶中含有大量的维生素A, C, E，钙，钾和蛋白质。一杯茶可以让你的头脑清醒，让你的整个身体迎接新的一天。

成份:

辣木属(辣木属鉴定),

绿茶(山茶)

## FADNA WUNDERTEE

### “Moringa mit grünem Tee”



Moringa mit grünem Tee ist eine perfekte Mischung mit einer Vielzahl verschiedener Verwendungsmöglichkeiten. Der hohe Gehalt an Antioxidantien in grünem Tee, zusammen mit Moringa unterstützt die Leistungsfähigkeit des Körpers und arbeitet aktiv daran, die schädlichen Auswirkungen der freien Radikale zu beseitigen, sowie Ihren Körper in Form zu halten. Die Wunderteeblätter sind mit Antioxidantien und Vitaminen ausgestattet, die helfen, den Geist zu klären, das Energieniveau anzuheben, den Blutdruck und den Blutzuckerspiegel zu senken, Entzündungen zu reduzieren, das Immunsystem zu stärken, einen gesunden Cholesterinspiegel zu erhalten und vor Arsenvergiftung zu schützen. Der Tee enthält bedeutende Mengen an Vitamin A, C, E, Kalzium, Kalium und Eiweiß. Eine Tasse Tee wird Ihnen helfen, Ihren Geist zu erfrischen und Ihren ganzen Körper für den Tag zu stärken und zu schützen.

#### Zusammensetzung:

Moringa (Moringa oleifera),

Grüntee (Camellia sinensis)

## FADNA MIRACAL TEA

“Moringa con Tè verde”



Miracle Tea (Moringa) assieme al tè verde è una perfetta combinazione che dà vita ad un prodotto abbinato che viene consumato in diversi modi durante la giornata.

L'alto contenuto di antiossidanti del tè verde insieme alla Moringa contribuirà a migliorare le prestazioni del corpo e lavora attivamente per eliminare gli effetti dannosi dei radicali liberi e mantenere il tuo corpo in forma.

Le foglie di Miracle Tea sono ricche di antiossidanti e vitamine che aiutano a liberare la mente, aumentare il livello di energia, abbassare la pressione sanguigna e il livello di zucchero nel sangue, ridurre l'infiammazione, andando a migliorare il sistema immunitario. Inoltre è utile per mantenere un livello di colesterolo sano e proteggere dalla tossicità dell'arsenico. Il tè contiene quantità significative di vitamina A, C, E, calcio, potassio e proteine.

Una tazza di tè ti aiuta a rinfrescare la mente e a stimolare il corpo per affrontare al meglio la giornata.

### Ingredienti:

Moringa (Moringa oleifera),

Tè verde (Camellia sinensis)

## **FADNA MIRACAL TEA**

«Moringa au thé vert» Le thé Miracle (Moringa) avec du thé vert est la combinaison parfaite d'un produit qui se mélange et offre un certain nombre d'utilisations différentes en consommant la vie quotidienne. La teneur élevée en antioxydants du thé vert avec le Moringa aidera à améliorer les performances du corps et travaillera activement pour éliminer les effets nocifs des radicaux libres et garder votre corps en forme. Les feuilles de thé Miracle sont chargées d'antioxydants et de vitamines qui vous aideront à éclaircir votre esprit, à augmenter le niveau d'énergie, à abaisser la tension artérielle et la glycémie, à réduire l'inflammation, à renforcer le système immunitaire, à maintenir un taux de cholestérol sain et à protéger contre la toxicité de l'arsenic. Le thé contient des quantités importantes de vitamines A, C, E, de calcium, de potassium et de protéines. Une tasse de thé vous aidera à rafraîchir votre esprit et à stimuler tout votre corps face à face pour la journée.

Les ingrédients Moringa (*Moringa oleifera*), Thé vert (*Camellia sinensis*)