பெட்னா நெல்லி சீந்தில்கொடி பானம் (Fadna Nelli Rasakinda)

- **ஒரு பெக்கெட்டில் 20 பொதிகள்**
- **ஒரு பக்கெட்டில் 20 பயன்பாடுகள்**

அதிக ஔடத குணம் கொண்ட நெல்லி சீந்தில்கொடி பானம், சருமத்தைப் பொலிவடையச் செய்து, உடலுக்குக் குளிரூட்டி புத்துணர்ச்சியையும் பெற்றுத் தருகிறது. உடலிலுள்ள நச்சுத் தன்மையைப் போக்கும் மிகச் சிறந்த கலவையான நெல்லி மற்றும் சீந்தில் கொடியில் அடங்கியுள்ள ஔடத செயற்பாடுகள் மூலம் சருமத்தின், ஈரல், சிறுநீரகம் மற்றும் குருதியில் காணப்படும் நச்சுத்தன்மையை அகற்றி, சுகாதாரமான நீண்ட ஆயுளை வழங்கும் வாழ்க்கைக்கு வழிவகுப்பதாக ஆயுர்வேதத்தில் குறிப்பிடப்படுகிறது. இதில் விட்டமின் சி அதிகமாக உள்ளதனால் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியும் அதிகரித்து, ஒவ்வாமையை இல்லாதொழிக்கிறது.

- ❖ **நெல்லி சீந்தில்கொடி பானம் என்றால் என்ன?**

இரண்டு மிக முக்கிய ஆயுர்வேத ஔடதங்களைக் கலந்து தயாரிக்கப்படும் நெல்லி சீந்தில்கொடி பானமானது, பல்வேறு நோய்களுக்கு ஒரு சிறந்த நோய் நிவாரணியாகும். நெல்லி (Phyllanthus emblica), ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் மந்திரப் பழம் எனக் கருதப்படுகின்றது. இது சமிபாட்டு செயற்பாடுகளைச் சீராக்குகிறது, ஆயுளை அதிகரிக்கச் செய்கிறது, இரத்தத்தை சுத்திகரிக்கின்றது, சீரான இருதய செயற்பாட்டை ஏற்படுத்துகின்றது, அத்துடன், சீந்தில்கொடி (Tinospora cordifolia) ஆயுர்வேதத்தில் சுவர்க்கத்தின் தாவரம் எனக் கருதப்படுகின்றது. இது சருமத்தைப் பொலிவடையச் செய்து, அழகிய தோற்றத்தைப் பெற்றுத்தரும் அதேவேளை, பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் கலங்கள் உடலில் உருவாவதை தடுத்து நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கச் செய்கிறது.

இரண்டு மருத்துவச் செடிகளும் இணைந்து சேதமுற்ற தசைகளை சீராக்கும் வகையில் செயற்படுவதோடு, உடலில் பாதகம் விளைவிக்கக்கூடிய கலங்கள் உருவாவதைத் தடுத்து, ஆரோக்கியமான, மகிழ்ச்சிகரமான வாழ்க்கை ஒன்றைப் பெற்றுத் தருகிறது. இந்தப் பானத்தை தொடர்ந்து அருந்தி வருவதன் மூலம் நச்சுத்தன்மை உடலில் தங்கியிருப்பதைத் தடுத்து இரத்தம் சுத்திகரிக்கப்படுவதோடு, உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தையும், ஊதிய தன்மையை தடுத்து ஒவ்வாமைகளில் இருந்து பாதுகாப்பும் பெற முடிகிறது.

- ❖ **இது எவ்வாறு செயற்படுகிறது?**

நெல்லி ரசகிந்த என்பது, ஒரு பாரம்பரிய பானமாகும். இது பல்வேறு நோய்களுக்கும் வலிகளுக்கும் நிவாரணியாகப் பயன்படுத்தப்பட்ட ஒரு உணவுப் பொருளாகும். மேலும், இவற்றில் அடங்கியுள்ள கடுமையான ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்புத் தன்மை, உடலில் நச்சு இரசாயனங்கள் இருக்குமாயின் அவற்றை இல்லாதொழிக்க மிகச்சிறந்த நிவாரணத்தை பெற்றுக்கொடுக்கிறது. மேலும், இந்தத் தேநீரில் அதிகளவு விட்டமின் சீ அடங்கியுள்ளதனால், இயற்கையான போஷாக்கைப் பெற்றுக்கொடுத்து, கொலஸ்ரோல் மட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்தி, இருதய நோய்கள் மற்றும் நுரையீரல் சார்ந்த நோய்களுக்கும் நிவாரணம் பெற்றுத் தருகிறது.

இந்தத் தேநீரை தினமும் இரு முறை பயன்படுத்துவது மிகவும் உகந்தது. நீங்கள் விரும்பிய எந்தவொரு சந்தர்ப்பத்திலும் இதனை அருந்தலாம். தொடர்ச்சியாக பயன்படுத்துவதன் மூலம் சிறந்த பெறுபேறுகள் கிடைக்கும்.

- ❖ **பிரதான அனுகூலங்கள்**:

- அதிகளவு விட்டமின் சி அடங்கியுள்ளதனால், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரித்து சமிபாட்டுச் செயற்பாடுகள் சீராக்கப்படுகின்றன.
- ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பு சக்தி இயற்கையாகவே உள்ளதனால், உடலுக்குத் தீங்கிளைக்கும் இரசாயனங்கள் உடலில் சேர்வதைத் தடுக்கிறது.
- அமைனோ அமிலங்கள் அடங்கியுள்ளதனால், கூந்தல் வளர்ச்சிக்கு மிகவும் உகந்தது.
- உட்புறத்திலிருந்தே உடலைச் சுத்திரிக்கின்றது.
- சமிபாட்டுச் செயற்பாட்டைச் சீராக்குகின்றது.
- முதிர்வுத் தோற்றத்தைத் தடுக்கிறது.
- மன அழுத்தம் மற்றும் வேலைப்பழுவினால் ஏற்படும் களைப்பைக் குறைக்கிறது.