

සවර්සප් තේ

සවර්සප් තේ වල විටමින් සී සහ බීටා-කැරොටින් අඩංගු වන අතර එය ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය ශක්තිමත් කිරීමට උපකාරී වේ. එපමණක් නොව, හානිකර සෛල වර්ධනය වැළැක්වීමට සහ ශරීරයේ දැවිල්ල අඩු කිරීමට සවර්සප් තේ බෙහෙවින් ප්‍රයෝජනවත් වී තිබේ. නවතම පර්යේෂණවලට අනුව මෙම ඖෂධය ජනප්‍රිය වී ඇත්තේ එහි ඇති පිළිකා නාශක ගුණාංග නිසාය. එය දීර්ඝායුෂ වැඩි කිරීමට සහ ජීවන තත්ත්වය උසස් කිරීමට උපකාරී වේ.

සවර්සප් තේ යනු කුමක්ද?

සවර්සප් (***Annona muricata***) පත්‍රයේ ඖෂධීය සංඝටක අඩංගු වේ; එය විටමින් සී සහ බීටා-කැරොටින් වලින් පොහොසත් ප්‍රභවයක් වන අතර එය ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය ශක්තිමත් කිරීමට සහ වැඩි කිරීමට උපකාරී වේ. තවද, අනෝදා කොළ උදරය ආශ්‍රිතරෝග වළක්වනවා සේම ප්‍රදාහ තත්ත්වයන්ට එරෙහිව ක්‍රියා කරයි.

සවර්සප් යනු ප්‍රබල ප්‍රති-ඔක්සිකාරකයක් වන අතර එය ශරීරය නිදහස් මුක්ත බන්ධවලට (**free radicals**) එරෙහිව සටන් කරයි. නිදහස් මුක්ත බන්ධ මගින් සෛල වලට හානි සිදුවිය හැකි අතර සවර්සප් මගින් හානිකර සෛල වර්ධනය වීම වළක්වා ගත හැකිය. තවද, හෘද රෝග, දියවැඩියාව වැනි නිදන්ගත රෝග වැළැක්වීමට එය භාවිතා කළ හැකිය,. එබැවින් දකුණු ආසියාවේ ඉතා ජනප්‍රිය ඖෂධීය පානයක් වන සවර්සප්, දැන් ජීවන තත්ත්වය නංවාලීම සඳහා පහසු සැශේ පැකට් එකකින් ඔබ වෙත ගෙන එනු ලැබේ.

එය ක්‍රියා කරන ආකාරය

සවර්සප් කොළ මගින් ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය ශක්තිමත් කිරීම සිදු කළ හැකි බව සායනිකව ඔප්පු කර ඇත. එපමණක් නොව, එය තන්තු වලින් පොහොසත් වන අතර ආහාර දිරවීමට උපකාරී වේ. මෙම තේ වල අඩංගු සෞඛ්‍ය සම්පන්න තන්තු හා ක්ෂුද්‍ර පෝෂ්‍ය සංඝටක සෞඛ්‍ය සම්පන්න ශරීර පද්ධතියක් පවත්වා ගැනීමට ප්‍රයෝජනවත් බව අධ්‍යයනවලින් හෙළි වී තිබේ.

මෙම තේ පානයේ ඇති ප්‍රදාහ වැළැක්වීමේ ගුණය මගින්, විවිධ ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විසින් ඇති කරන අසාත්මිකතා වලින් මිදීමට උපකාරී වන අතර එහි පිළිකා නාශක ගුණාංග අපට දීර්ඝායුෂ ලබා ගැනීමට සහ සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවිතයක් ප්‍රවර්ධනය කිරීමට උපකාරී වේ.

මෙය උතුරන වතුරට එකතු කර මිනිත්තු තුනක් තබා සවර්සප් තේ පහසුවෙන් පිළියෙළ කළ හැකිය.

ප්‍රධාන ප්‍රතිලාභ

1. පිළිකා සෛල වර්ධනය පාලනය කරන තේ පානයකි.
2. ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය වැඩි දියුණු කරයි.
3. උදරය ආශ්‍රිත අපහසුතාවයන් වැළැක්වීම.
4. අක්මාවේ සෞඛ්‍යය වැඩි දියුණු කිරීම.
5. විටමින් C , E සහ Zinc මගින් අක්ෂි සෞඛ්‍යය වැඩි දියුණු කරයි.
6. කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම අඩු කරයි.
7. දියවැඩියාව පාලනය කරයි.

8. ආහාර පිරිනය වැඩි දියුණු කරයි.

பெட்னா சோர்சொப் டீ (Fadna Soursop Tea)

- ஒரு பெக்கெட்டில் 20 பொதிகள்
- ஒரு பக்கெட்டில் 20 பயன்பாடுகள்

நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும் விட்டமின் C மற்றும் பீட்டா கரோட்டின் (Beta-carotene) என்பன சோர்சொப் டீ யில் அடங்கியுள்ளன. பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் கலங்கள் உருவாவதையும், உடலில் ஏற்படும் வீக்கத் தன்மைகளைத் தவிர்க்கவும் சோர்சொப் டீ மிகவும் பொருத்தமான தயாரிப்பாகும். இதில் காணப்படும் புற்று நோய் தடுப்புக் குணங்கள் காரணமாக, ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் மிகவும் பெறுமதி வாய்ந்த தாவரமாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. நீண்ட ஆயுளைப் பெற்றுத் தரும் ஒரு உற்பத்தியாகவும் இது கருதப்படுகின்றது.

❖ சோர்சொப் டி என்றால் என்ன?

சோர்ஞ்சொப் (*Annona muricata*) தேயிலையின் இலையில் காணப்படும் நன்மைகள் அனைத்தும் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன. இதில், விட்டயின் C மற்றும் பீட்டா கரோட்டின் அடங்கியுள்ளதனால், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கப்படுகின்றது. வயிற்றுப் பகுதியில் ஏற்படும் வாயு உற்பத்தியைக் குறைக்கவும், அதன்மூலம் உடல் வீக்கமடைவதைத் தவிர்க்கவும் இந்த அனோனா இலைகள் உகவுகின்றன.

சோர்சொப் (அனோனா) என்பது, ஒரு சக்தி மிக்க ஒட்ஸிஜன் எதிர்ப்பு என்பதோடு, கலங்களில் பாதிப்புக்களை ஏற்படுத்தக்கூடிய பல்வேறு தீங்கு விளைவிக்கும் கலங்களை விட்டுத் தவிர்ப்பதற்கு இது மிகவும் உதவுகிறது. இருதய நோய், நீரிழிவு உட்பட மேலும் பல பயங்கர நோய்களில் இருந்து பாதுகாப்புப் பெறுவதற்கும் இது உதவுகிறது.

தெற்காசியாவில் மிகவும் பிரசித்தி பெற்ற ஒரு ஆயுர்வேத பானமான சோர்சொப் ஐ இப்போது உங்களுக்கு வாழ்க்கையின் தரத்தை அதிகரிக்கும் வகையில் இலகுவாக சஸே பக்ெட்டுக்களில் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

❖ இது எவ்வாறு செயற்படுகிறது?

அனோனா இலைகள், நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிப்பதற்கு பிரதானமான முறையில் செயற்படுகின்றன. இதில் முக்கியமாக நார்ச் சத்து அடங்கியிருப்பதனால், உணவு சமிபாடு இலகுவாக்கப்படுகிறது. ஆரோக்கியமான உடலமைப்புக்குத் தேவையான இந்த நார்ச் சத்துக்களும், நுண் போஷாக்கு அம்சங்களும் அடங்கியுள்ள இந்த தேயிலை அனைவருக்கும் மிகப் பொருத்தமானது என்பது ஆய்வுகள் மூலம் உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

துண்ணங்கிகளினால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை போன்றவற்றில் இருந்து பாதுகாப்பு பெறுவதற்கும், உடல் வீக்கமடைதல் மற்றும் புற்றுநோய் கலங்கள் உருவாதல் ஆகியவற்றைத் தடுப்பதற்கும் இந்தத் தேயிலை உதவுகிறது. நீண்ட ஆயுள் மற்றும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கு இது மிகவும் பாரிய பங்களிப்பைப் பெற்றுக்கொடுக்கிறது.

மேலும், அனோதா தேயிலை இலையை மிகவும் இலகுவாகத் தயாரித்துக்கொள்ள முடியும். கொதிக்கும் நீரில் ஒரு சஸே பக்கெட்டை ஊறவிட்டு, சுமார் மூன்று நிமிடங்களின் பின்னர் உங்கள் தேயிலைக் கோப்பையின் நலச் செழுமையை நீங்கள் உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

❖ பிரதான அணுகுலங்கள்:

- புற்று நோயை எதிர்க்கும் தன்மை
- நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரித்தல்.
- வயிற்றில் ஏற்படும் வாயுக்களின் தாக்கத்தைக் குறைத்தல்.
- சிறுநீரகத்தின் ஆரோக்கியத்தை அதிகரித்தல்.
- விட்டமின் C, E மற்றும் Zinc என்பன அடங்கியுள்ளதனால், கண்களின் ஆரோக்கியத்திற்கு மிகச் சிறந்தது.
- மூட்டுகளில் ஏற்படும் வலி வீக்கம் என்பனவற்றுக்கு நிவாரணம் அளிக்கும்.
- பொடுகு ஏற்படுதலைக் கட்டுப்படுத்தி, கூந்தலின் வேர்களை உறுதிப்படுத்துகிறது.
- கொலஸ்ரோல் மட்டங்களைக் குறைக்கிறது.
- நீரிழிவு நோய் தாக்கத்தைக் குறைக்கிறது
- சமிபாட்டுச் செயற்பாட்டை இலகுபடுத்துகிறது.

FADNA SOURSOP TEA

与绿茶
“对抗负增长的自然之道”



酸果(soursop fruit)也被称为格拉维奥拉(graviola)，是一种美味可食用的水果，在东南亚(包括斯里兰卡)非常有名。

自古以来，传统医学系统就用这种树的叶子调制出一种饮料，这种树以其治疗功效而闻名。据记载，soursop tea在预防甚至治疗癌症和艾滋病方面对延长人类寿命有重大贡献。

经常饮用酸茶可以控制血压和血糖水平，而且对控制炎症和风湿病非常有帮助。

成份：
牛膝草
绿茶(山茶)

FADNA SOURSOP TEE – mit grünem Tee



Die auch als Graviola bekannte Soursop ist eine köstliche und essbare Frucht, die in Südostasien einschließlich Sri Lanka berühmt ist. Die traditionelle Medizin hat im Laufe der Jahrhunderte aus den Blättern dieses Baumes ein Getränk hergestellt, das für seine heilenden Eigenschaften bekannt ist. Es ist belegt, dass Soursop-Tee wesentlich zur Vorbeugung und sogar zur Heilung von Krebs beiträgt und hilft, die Lebenserwartung der Menschen zu erhöhen. Der regelmäßige Genuss des Soursop-Tees kontrolliert Blutdruck und Blutzuckerspiegel und ist zudem äußerst hilfreich bei der Kontrolle von Entzündungen und Rheuma.

Inhaltsstoffe:

Soursop Blätter (*Annona muricata*)
Grüner Tee (*Camellia sinensis*)

FADNA SOURSOP TEA

Con Tè verde

“Una via naturale per combattere la crescita negativa”



Il frutto guanabana noto anche come graviola è un frutto delizioso e commestibile famoso nel sud-est asiatico, incluso lo Sri Lanka.

La medicina tradizionale nel corso dei secoli ha inventato una bevanda dalle foglie di questo albero che è stata rinomata per le sue proprietà curative. È noto che il tè alla guanabana contribuisce in modo significativo alla prevenzione e persino alla cura del cancro e aiuta ad aumentare l'aspettativa di vita.

Il consumo regolare del tè guanabana controlla la pressione sanguigna e i livelli di zuccheri nel sangue oltre ad essere estremamente utile nel controllo di infiammazioni e reumatismi.

Ingredienti:

Foglie di Guanabana (*Annona muricata*)

Tè verde (*Camellia sinensis*)

FADNA SOURSOP TEA

Au thé vert

«La façon dont la nature lutte contre la croissance négative»



Le fruit de corossol également connu sous le nom de graviola est un fruit délicieux et comestible célèbre en Asie du Sud-Est, y compris au Sri Lanka.

Les systèmes de médecine traditionnelle à travers les âges ont concocté une boisson à partir des feuilles de cet arbre réputé pour ses propriétés curatives. Il est reconnu que le thé de corossol contribue de manière significative à la prévention et même à la guérison du cancer et aide à augmenter l'espérance de vie des êtres humains.

La consommation régulière de thé de corossol contrôle la pression artérielle et la glycémie en plus d'être extrêmement utile dans le contrôle de l'inflammation et des rhumatismes.

Les ingrédients:

Feuille de corossol (*Annona muricata*)

Thé vert (*Camellia sinensis*)