

வீட்டு இயற்கை மருத்துவ குறிப்புகள் :-

பட்டை: சரிமானத்திற்கு உதவுகிறது. ரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிப்பதோடு, திசுக்களை பலப்படுத்தும் தன்மையை வாய்ந்தது. தசைபிடிப்பு, மீட்டு வலி, மாதவிடாய் பிரச்சனை ஆகியவற்றை நீக்கவும், பலசொத்தை, ஈறுகளில் வலி, சிறுநீரக பிரச்சனைகள் ஆகியவற்றை தவிரக்கவும் உதவுகிறது. இதில் உள்ள சின்னமிக அமிலம் உணவை பதப்படுத்த உதவுகிறது.

ஜாதிக் காய்: பலவலி, தடுக்கமின்மை, தசைபிடிப்பு, சரிமானமின்மை, வயிற்றுப்போக்கு, மீட்டுவலி, ஆண்மையின்மை ஆகியவற்றை குணப்படுத்துகிறது. ரத்த ஓட்டம், ஓர்மணப்படுத்தும் ஆற்றலை அதிகரிக்கிறது. ரத்த அழுத்தம் மற்றும் கொழுப்பு சத்து ஆகியவற்றை குறைக்க உதவுகிறது.

கிராம்பு: நுரையீரல் தொடர்பான நோய், காயங்களினால் திசுக்களில் ஏற்படும் வலி ஆகியவற்றை குணப்படுத்துகிறது. குடலில் உள்ள ஓட்டுண்ணி, பிஞ்சை, பாக்டீரியாக்களை அழிக்கிறது. உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கும்.

இஞ்சி: மலச்சிக்கல், வயிற்று களாறு ஆகியவற்றை போக்குகிறது. நோய் எதிர்ப்பு தன்மை மற்றும் காயங்கள் ஆறும் தன்மையை அதிகரிக்கும் தன்மை இஞ்சியில் உள்ளது. கும்பட்டலை தவிரக்க உதவும்.

புதினா: ஜீரண உறுப்பைச் செய்ந்து, மலச்சிக்கலை குறைக்கும் தன்மை இதில் உள்ளது. உணவில் பாக்டீரியா மற்றும் பிஞ்சை வளர்ச்சியை தடுக்கிறது. ஓவ்வாமை மற்றும் ஆஸ்துமாவை தடுக்கும் திறன் வாய்ந்தது.

ஏலக்காய்: வாயுவை நீக்குதல், ஜீரண உறுப்புகளை திடப்படுத்துதல், சோர்வை போக்குதல், நஞ்சு எரிச்சல் மற்றும் அஜீரணத்தால் ஏற்படும் தலைவலி குறைத்தல் போன்ற பணிகளை ஏலக்காய் செய்கிறது. ஏலக்காய் ஊறவைத்த நீர்தொண்டை உலர்வதை தடுக்கும்.

மல்லி: சரிமானத்திற்கு உதவும் மல்லி, இதயத்திற்கு நல்லது. இரூமல், காய்ச்சல், சரிமானமின்மை, வாந்தி போன்றவற்றை குணப்படுத்தும்.

மஞ்சள்: காயங்களை குணப்படுத்த உதவுகிறது. இரூம்பு சத்து அதிகம் இருப்பதால், இதனை தினசரி உட்கொள்ளும் போது ரத்த சோகையை தவிரக்கலாம். குடல் நோய்கள் மற்றும் வயிற்றுப்போக்கை குணப்படுத்தும். இதன் சாறு படர்தாமரையை குணப்படுத்தும்.

சோம்பு: வாயுவை குறைத்தல் மற்றும் பெருங்குடல் நோயை குணமாக்குதல் போன்ற மருத்துவ குணங்கள் நிறைந்தது சோம்பு.

பெருங்காயம்: கக்காவான், இரூமல், நுரையீரல் நோய்களை தடுக்கும். உடலில் வாயு நீக்கி, சரிமானத்தை கொடுக்கும்.

Written by Administrator  
Monday, 22 April 2013 06:42 -

---

சீ ரகம்: சிறுநீ ர் கழிக்கும் போது ஏற்படும் எரிச்சல் மற்றும் புற்றுநோயை குணப்படுத்துதும்.

வெந்தயம்: நீ ரிழிவு நோயை குணப்படுத்துகிறது. மோரூடன் சரேத்து குடிக் கும் போது வயிற்றுப்போக்கை நீ க்குகிறது.

கடுகு: இதில் உள்ள சல்பர், அல்லோ டாக்சின் போன்றவை நச்சுத் தன்மையை நீ க்கும். இரூமல், நீ ரிழிவு, பக்கவாதம், தோல் நோய் ஆகியவற்றை குணப்படுத்துகிறது.

பிண்டு: வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் வாயுவை தவிர்க்க உதவுகிறது. காயங்கள், கொப்புளங்கள் மீ து பிண்டை தடவினால் விரைவில் குணமடையும். ரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரை அளவு, ரத்த அழுத்தம், உடல் வீ க்கம், கொழுப்பு சத்து ஆகியவற்றை குறைக்கிறது. மலிதத்தை குணப்படுத்துகிறது.

ஓமம்: இதன் தலைம் ஆஸ்துமாவை குணப்படுத்துதும். இதன் எண்ணெய் நுண்ணுயிர்களை அழிக்கும். வாயு தொல்லை, வயிற்றுப்போக்கு, வாந்தி, வயிற்று வலி, ஜலதோஷம், பூண், சிரங்கு, தொண்டை காளாறு தீ ர்க்கிறது