

गठिया रोग में क्या खाएं और क्या नहीं, खान-पान।
Gathiya Rog Me Parhej

AYUSH
REMEDIES.in



f /ayushremediesindia

t @ayushremediesin

ig @ayushremedies

गठिया रोग में परहेज, क्या खाना चाहिए और क्या नहीं -

जब चलने फिरने में परेशानी आये और जोड़ों में दर्द कुछ बढ़ने सा लग जाये तो समझ लीजिये आप गठिया रोग से पीड़ित हो चुके हैं। ये गठिया रोग अब आम हो गया है जो किसी को भी हो सकता है। इस रोग में दर्द कि पीड़ा इतनी बढ़ जाती है है के रोगी अपना शरीर हिला भी नहीं सकता और चलने फिरने में भी बिलकुल असहाय हो जाता है। इसलिए गठिया रोग मे परहेज करना बहुत जरूरी है वरना ये दर्द कभी कम नहीं होता है। हम आपको बता रहे है कि गठिया रोग में क्या खाना चाहिए और इस गठिया रोग की आयुर्वेदिक दवा क्या होनी चाहिए।

गठिया रोग मे परहेज करना मतलब उन व्यंजनों से दुरी बनाना जो गठिया के रोग में दर्द कि और बढ़ोतरी करे या यू कहे के गठिया रोग में क्या खाना चाहिए और गठिया रोग में क्या नहीं खाना चाहिए जो शरीर को तंदरुस्त रखे और गठिया रोग में उपचार के दौरान मदद मिले।

गठिया रोगी अपने आहार में हरी सब्जियां, मूंग, मसूर, ज्वार, लहसुन, परवल, मेथी, अनार, जामुन, पपीता, अंगूर आदि का सेवन करें। जो शरीर में मौजूद यूरिक एसिड को कम करने में मदद करती है।

ये सब फायदेमंद है उपचार के दौरान और एक तरह से गठिया रोग की आयुर्वेदिक दवा का काम करते हैं ये सभी फल और सब्जियाँ | ऐसे व्यंजन व आहार जो दर्द को और बढ़ाये ऐसे आहार कतई न लेने चाहिए | गठिया रोग होने पर मांस, मछली न खाये | फूलगोभी, मशरूम, टमाटर, पालक और सोयाबीन का तेल ये हानिकारक है जब आप गठिया के रोग से पीड़ित होते हैं तब, इनका सेवन भी बंद कर देना चाहिए |

दूध से बने उत्पादों से बचना चाहिए, हा छाछ का सेवन कर सकते हैं लेकिन चिकित्सक परामर्श के बाद | मीठा कम कर दे जिन खानो में मीठा होने का संकेत मिले तो उसे न ले | एक कारण यह भी है मीठा गठिया के रोग में दर्द को बढ़ाता है | तला हुआ व ज्यादा मसाले वाले खाना न खाये |

आयुर्वेदिक उपचार या घरेलू इलाज में ऑर्थॉक्सिल प्लस कैप्सूल्स और ऑर्थॉक्सिल प्लस ऑयल को शामिल कर आप आर्थराइटिस, जॉइंट पैन, कमर दर्द, जोड़ों का दर्द आदि का इलाज कर सकते हैं |

ऑर्थॉक्सिल प्लस कैप्सूल्स और ऑर्थॉक्सिल प्लस ऑयल की सामग्री -

ऑर्थॉक्सिल प्लस कैप्सूल कि प्राकृतिक सामग्री है एलोवेरा, पीपलामूल, रीगनी, केसर, चोपचीनी, अस्थिसंहार, अश्वगंधा, सुरंजन, स्वरण बंग भस्म, गुग्गुल, रामयफल, नागाभस्म, रसना, गोदन्ती हरताल भस्म |

ऑर्थोक्सिल प्लस ऑयल तैयार होता है अकरकरा, अरंड, रसना, पीपलामूल, निर्गुन्डी, गुग्गुल, नागकेसर, अस्थिसंहार, अश्वगंधा, लॉन्ग ऑयल, जायफल ऑयल, गंधपत्री ऑयल, गन्धपूर्ण ऑयल, पेपरमिंट ऑयल, तारपीन ऑयल, कपूर ऑयल, अरंड ऑयल और बुलेलु ऑयल से ।

भारत में ओर्थोक्सिल प्लस कैप्सूल और ऑर्थोक्सिल प्लस ऑयल कैसे खरीदें?

आप भारत में प्रतिष्ठित ऑनलाइन हर्बल स्टोर जैसे आयुष रेमेडीज डॉट इन से ऑर्थोक्सिल प्लस कैप्सूल और ओर्थोक्सिल प्लस ऑयल खरीद सकते हैं और वह भी भारतीय रुपयों में। इन हर्बल उपचारों को आप घर बैठे मंगवा सकते है । भारत में ऑर्थोक्सिल प्लस कैप्सूल और ओर्थोक्सिल प्लस ऑयल खरीदने के लिए ऑनलाइन भुगतान और साथ ही सीओडी सुविधाएं उपलब्ध हैं। ग्राहक की गोपनीयता की रक्षा के लिए ऑर्थोक्सिल प्लस कैप्सूल्स विचारशील पैकेजिंग में उपलब्ध है । भारतीय ग्राहक इस हर्बल पूरक को 3 से 5 व्यावसायिक दिनों में सीधे अपने दरवाजे पर प्राप्त कर सकते है ।



/ayushremediesindia



@ayushremediesin



@ayushremedies

भारत में ऑर्थोक्सील प्लस कैप्सूल और ऑयल -

गठिया रोग के आयुर्वेदिक उपचार की अधिक जानकारी के लिए आप हमारी वेबसाइट AyushRemedies.in पर जाये ।

 AYUSH
REMEDIES.in



 /ayushremediesindia

 @ayushremediesin

 @ayushremedies