

Home remedies

तोंड येणे घरगुती उपाय
मुळापासून नष्ट कसे करायचे?



आवळा अतिशय उपयुक्त आयुर्वेदामधली वनस्पती आहे, याचा आवळ्याचे महत्त्व तर तुम्हाला माहितीच आहे, पण या आवळ्याच्या पानांमध्ये खूप आयुर्वेदिक गुणधर्म असतात, तुमची तोंड येण्याची जी समस्या आहे ती पूर्णपणे मुळापासून घालून टाकतात, नंतर तुम्हाला आयुष्यामध्ये कधी तोंड येण्याची समस्या जी आहे ती जाणवत नाही.

शरीरामधील ज्या असुद्धा आहेत त्या पूर्णपणे काढून टाकण्याचं काम ही आवळ्याची पाने करत असतात तर काय करायचं आहे तर ही जी आवळ्याची पान आहेत ते तीन ते चार पान तुम्हाला घ्यायचे आहेत आणि जिरे त्या जिर्यामध्ये कुठेच आहे त्यांना एक चम्मच जिरे घ्यायचे आहेत, आणि हे जर जिरे तुमच्याकडे शहाजिरे असतील शहाजिरे तुम्हाला किराणा दुकानांमध्ये सहज मिळतात.

किंवा मसाल्यामध्ये तुम्ही पाहिले असतील मसाल्यामध्ये तुम्हाला ते बारीक आकाराचे जे जिरे दिसतात त्याला शहाजीरे असं म्हटलं जातं हे शहा जिरे तुम्हाला दुकानांमध्ये सुद्धा मिळतील नसतील उपलब्ध तर साधे जिरे सुद्धा तुम्ही वापरू शकता. या दोन्हींना एकत्र कुटायचा आहे चांगल्या पद्धतीने कुठून पावडर बनवायचे आहे आणि ही पावडर सकाळी उपाशीपोटी गाईच्या दुधामध्ये एक ग्लास दुधामध्ये सकाळी घ्यायची आहे.



[HTTPS://AROGYATIPS.COM/](https://arogyatips.com/)