

रोग प्रतिकारक शक्ती (GENERAL IMMUNITY)

प्रकार	वनस्पती	कसे वापरावे	प्रमाण	काळजी
शक्तीवर्धक Strength Promoters	शतावरी कांदा Asparagus racemosus (Tubers)	कांदा धुवुन, साल काढुन ठेचुन त्याचा रस काढणे.	अर्धा कप रस, अर्धा कप दुध १ चमचा साखर घालुन द्रावण उकळावे रोज सकाळी ७ ते २१ दिवस घेणे.	मनशांती कायम राखणे. योग्य आहार योग्य झोप, योग्यवेळी पिथी करणे, मीठ, शिळे, अन्न, दिवसा झोपणे वर्ज्य, गाईचे दुध वापरावे, ताजे अन्न घेणे.
	ढोरगुज (मुळ्या) Withania somnifera	मुळ्या ठेचुन काढा बनविणे, त्यामध्ये साखर मध, आणि तमाल पत्र घालावे.	७ ते १२ दिवस अर्धा कप या प्रमाणे दिवसातुन दोन वेळा घेणे.	
	गुळवेल (फांदी) Tinodpora cordifolia	काढा तयार करणे	७ ते १२ दिवस दिवसातुन २ वेळा अर्धा कप या प्रमाणात घेणे.	
शारिरीक घडण करणारे	गारवेल कांदा Impomoea mauritiana	कांदा ठेचुन काढा करणे.	७ ते १२ दिवस रिकाम्या पोटी सकाळ संध्याकाळ १२ चमचे काढा घेणे.	
	खानदोडकी Leatadenia reticulata (Tubers)	कांदा ठेचुन काढणे	७ ते १२ दिवस रिकाम्या पोटी सकाळ संध्याकाळ १२ चमचे काढा घेणे.	