

मटके का
पानी
पीने के
5 फायदे





COLLECTION OF VARIOUS
-> **HINDUISM SCRIPTURES**
-> **HINDU COMICS**
-> **AYURVEDA**
-> **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Ravish/Shachi

creator of
hinduism
server!



COLLECTION OF VARIOUS
-> **HINDUISM SCRIPTURES**
-> **HINDU COMICS**
-> **AYURVEDA**
-> **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Ravish/Shachi

creator of
hinduism
server!



हार्ट हेल्दी रहता है।

Hinduism Discord Server <https://dsc.gg/dharma> | MADE V

DainikBhaskar.com



एसिडिटी नहीं होती है।



कफ की प्रॉब्लम नहीं होती है।



दमा के पेशेंट्स के लिए फायदेमंद है।



लकवा के पेशेंट्स के लिए फायदेमंद है।

Hinduism Discord Server <https://dsc.gg/dharma> | MADE V

DainikBhaskar.com

आगे जानिए...

**फ्रिज का
पानी पीने के
5 नुकसान**





वजन बढ़ेगा

खाने के तुरंत बाद फ्रिज का ठंडा पानी पीने से डाइजेशन प्रोसेस धीमी हो जाती है। इसका बुरा असर मेटाबोलिज्म पर पड़ता है, जिससे बॉडी में फैट जमा होने लगता है।



इनडाइजेशन

फ्रिज का पानी पीने से ब्लड नर्व्स सिकुड़ जाती हैं। इससे डाइजेशन की प्रोसेस धीमी हो जाती है और कब्ज, खट्टी डकारें, गैस की शिकायत हो सकती है।



बीमारियों का खतरा

लम्बे समय तक ज्यादा ठंडा पानी पीने से बॉडी का इम्यून सिस्टम कमजोर हो जाता है। इससे एलर्जी और बीमारियों का

खतरा बढ़ता है।

Hinduism Discord Server <https://dsc.gg/dharma> | MADE V

DainikBhaskar.com



हार्ट डिजीज

फ्रिज का पानी पीने से ब्लड नर्स सिकुड़ जाती हैं इसलिए हार्ट को ब्लड पंप करने के लिए ज्यादा मेहनत करनी पड़ती है। हार्ट पर ज्यादा जोर पड़ने के कारण हार्ट बीट धीमी पड़ने लगती है।



COLLECTION OF VARIOUS
-> **HINDUISM SCRIPTURES**
-> **HINDU COMICS**
-> **AYURVEDA**
-> **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Ravish/Shachi

creator of
hinduism
server!



COLLECTION OF VARIOUS
-> **HINDUISM SCRIPTURES**
-> **HINDU COMICS**
-> **AYURVEDA**
-> **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Ravish/Shachi

creator of
hinduism
server!



सिरदर्द

फ्रिज का पानी पीने से बॉडी का टेम्परेचर अचानक बदलता है, जिसका बुरा असर दिमाग पर पड़ता है। इससे सिरदर्द की प्रॉब्लम हो सकती है।