

# Well

## நோனி

கோக்கம் கலந்து  
செறிவூட்டப்பட்ட பழச்சாறு அடர்திரவம்



## வெல் நோனி ஜுஸ் காண்சன்ட்ரேட்டின் சக்தி

ஃபைட்டோநியூட்ரியன்ட்ஸ் (தாவர அடிப்படையிலான ஊட்டச்சத்துக்கள்) மூலம் ஒருவரின் ஆரோக்கியத்தை இயற்கையாகப் பராமரிப்பது இப்போது வாழ்க்கை முறையின் ஒரு அங்கமாக மாறி உள்ளது. நவீன வாழ்க்கை முறையின் சவால்களை எதிர்கொள்கின்ற அதே நேரத்தில் செயலூக்கமான மற்றும் சமநிலையிலான வாழ்க்கையை வாழ விரும்பும் அனைவருக்கும் இது ஒரு சிறந்த தேர்வாக இருக்கிறது. குறிப்பிடத்தக்க எண்ணிக்கையிலான தாவர ஊட்டச்சத்துக்கள் ஆரோக்கிய பலன்களைத் தருவது குறித்த ஆய்வுகளும் படிப்புகளும் அதிகரித்து வருகின்ற நிலையே இதற்குச் சான்றாக அமைகின்றது.

சிறப்புத் தன்மைமிக்க கோக்கம் என்பதோடு கலந்து தயாரிக்கப்பட்ட வெல் நோனி ஜுஸ் காண்சன்ட்ரேட் சக்திமிக்க சிறப்பான ஆரோக்கியத்தைத் தருவதற்காக இயற்கையில் இருந்து உருவாக்கப்பட்ட உணவுப் பொருளாகும். இது வீரியம், உடல் சமநிலை மற்றும் நலவாழ்வைத் தருகின்றது.

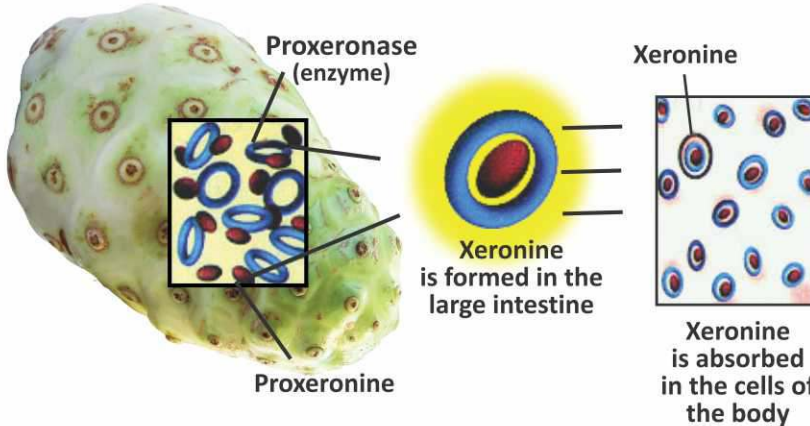
- **செல்கள் & திசுக்களைப் புதுப்பித்தல்:** முறையான உடல் இயக்கத்துக்கு செல் அளவில் பெரும்பான்மையான ஊட்டச்சத்துக்கள் கிரகிக்கப்படுவதற்கு உதவுகிறது.
- **நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரித்தல்:** கிருமித் தொற்றுகள் மற்றும் நோய்களை எதிர்த்து நிற்பதற்கு வேண்டிய இயற்கையான மற்றும் ஆற்றல் மிக்க திறனை வலுப்படுத்துகிறது.
- **சிறப்பான செயல்திறப்பு & வீரியம்:** செல்களைப் பாதுகாக்கவும் அவற்றை ஆரோக்கியத்துடன் வைத்திருக்கவும் ஆன்டி ஆக்சிடென்ட் பண்புகள் உதவுகின்றன.
- **ஒட்டுமொத்த ஆற்றல் அதிகரிப்பு:** ஞாபகசக்தி, கவனம் செலுத்துதல் மற்றும் உடல் ரீதியான தாங்குதிறன் நிலைகளுக்கு உதவுகின்றது.



நோனி (மோரிந்தா சிட்ரி:போலியா நுணா) 2,000 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றது. பல்வேறு வகையான உடல்நல பிரச்சனைகளுக்கு உணவாகவும் மருந்தாகவும் பயன்பட்டு முழு உடலுக்கும் ஆரோக்கியம் அளிக்கிறது. பழங்கால ஆயுர்வேதப் பிரதிகளில் நோனி பெயர் குறிப்பிடப்பட்டு உள்ளது. உடல்நலக் கோளாறுகளையும் நோய்களையும் குணப்படுத்துவதற்காக பரம்பரை பரம்பரையாக இது பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இதில் விட்டமின் ஏ, விட்டமின் பி, மற்றும் விட்டமின் சி போன்ற சத்துக்களும் கால்சியம், பொட்டாசியம், இரும்பு, பாஸ்பரஸ் முதலான கனிமங்களும் அதிகமாக உள்ளன. உடலில் ஜெரோனைன் அளவுகளை கட்டமைக்க நோனி உதவுகிறது என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்ததே ஆகும். உடலில் உள்ள முக்கியமான பல பாகங்கள் தங்களது முக்கியக் கடமைகளைச் செய்வதற்கு ஜெரோனைன் தேவைப்படுகிறது. வயது முதிர்வு, மன அழுத்தம், நோய்கள் மற்றும் மோசமான உணவுப் பழக்கம் போன்றவற்றால் உடலில் ஜெரோனைன் பற்றாக்குறை ஏற்படுகின்றது.

## நோனி எவ்வாறு வேலை செய்கிறது

- புரொஜெரோனின் என்ற சக்திமிக்க தாவர ஊட்டச்சத்து நோனியில் உள்ளது.
- புரொஜெரோனின் மனித உடலுக்குள் ஜெரோனினாக மாற்றம் அடைகிறது. இதற்கு புரொஜெரோனேஸ் என்ற என்சைம் உதவுகின்றது.
- ஜெரோனைன் உடலில் உள்ள செல்களால் கிரகித்துக் கொள்ளப்படுகிறது. இதனால் எண்ணற்ற ஆரோக்கிய பலன்கள் கிடைக்கின்றன.





## நோனியின் (மோரிந்தா சிட்ரி.போலியா) பலன்கள்

நோனியைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வரும்போது ஆரோக்கியத்துக்குத் தேவைப்படும் சாதகமான விளைவுகள் தூண்டப்படுகின்றன.

நலவாழ்வு மேம்படும்	கிருமீத் தொற்றுக்களை எதிர்க்கும்	செரிமானத்திற்கு உதவும்	வலி & மூட்டுகளில் வீக்கத்தைக் குறைக்கும்
ஆற்றலும் உடலுமும் அதிகரிக்கும்	ஒவ்வாமையை குறைக்கும்	கல்லீரலின் ஆரோக்கியத்திற்கு உதவும்	இதயத்தை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கவும் கொலஸ்ட்ரால் அளவுகளைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கவும் உதவும்
செல்கள் மீண்டும் உயிர்ப்பிக்கப்படும்	மன அழுத்தம் & சோர்வைக் குறைக்கும்	உடலில் உள்ள நச்சுத்தன்மையை நீக்கும்	நீரிழிவு ஏற்படுவதற்கான ஆபத்துக் காரணிகளைக் குறைக்கிறது
நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அதிகரிக்கும்	ஞாபகசக்தி & கவனக் சூர்மையை அதிகரிக்கும்	ஆரோக்கியமான சருமம் & முடியைப் பராமரிக்கும்	மூளைக்கட்டிகள் / புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்துக் காரணிகளைக் குறைக்கிறது

**நோனி: இயற்கையின் ஊட்டச்சத்து நோனியில் 150+ ஊட்டச்சத்துக்கள் உள்ளதாக அறியப்பட்டுள்ளது.**

**நோனி - இதில் உள்ள முக்கியமான மூலப்பொருட்களும் அவற்றின் பலன்களும்**

<b>புரொஜெரோனைன் &amp; புரொஜெரோனேன்</b>	புரதம் சரியான அளவில் வினைபுரிகிறது மேம்படுத்துகிறது. செல்களின் மறு உற்பத்தியையும் ஹார்மோனின் சமநிலையையும் மேம்படுத்துகிறது.
<b>ஸ்கோபோலெட்டின்</b>	அழற்சி-எதிர்ப்பு, ஆன்டி-ஹிஸ்டாமின், பேக்மீரியா-எதிர்ப்பு மற்றும் பூஞ்சை-எதிர்ப்பு ஆகிய குணங்களைக் கொண்டது. ரத்த அழுத்தத்தைக் குறைக்கின்றன. தூக்கம், பசி, உடலின் வெப்பநிலை ஆகியவற்றைச் சீரமைப்பதற்கு செரோட்டோனினுடன் சேர்ந்து வினையாற்றுகிறது.
<b>ஆந்த்ராகுயினோன்</b>	ஸ்டா.பிலோக்கல்ஸ் ஏரோஸ் போன்ற தொற்று பாக்டீரியாக்கள், இகோலி & சால்மோனெல்லா ஆகியவற்றைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.
<b>டேம்னாசந்தால்</b>	புற்றுநோய்க்கு முந்தைய நிலை செல்களின் வளர்ச்சியைத் தடுக்கிறது.
<b>டெர்பீன்</b>	செல் புதுப்பித்தலுக்கு உதவுகிறது. இதன்மூலம் ஊட்டச்சத்து-நச்சு பரிமாற்றம் அதிகரிக்கிறது.
<b>.பைட்டோநியூட்ரியன்ட்ஸ்</b>	கட்டற்ற மூலக்கூறுகளுக்கு எதிராக வினையாற்றக் கூடிய ஆற்றல் மிக்க ஆன்ட்டி ஆக்சிடன்ட் பாதுகாப்பைத் தருகின்றது.
<b>கரையக் கூடிய மற்றும் கரையாத அதிக அளவு நார்ச்சத்து</b>	கரையக்கூடிய நார்ச்சத்து ரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்துகிறது; கொலஸ்ட்ராலைக் குறைக்கிறது; கொழுப்புச் சத்துடன் கலந்து ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவைச் சமநிலைப்படுத்துகிறது. கரையாத நார்ச்சத்து ("பல்க்") பெருங்குடலின் ஆரோக்கியத்துக்கு இன்றியமையாதது ஆகும்.
<b>அதிக அளவு அமினோ அமிலங்கள்</b>	அமினோ அமிலங்களே புரதத்துக்கான கட்டுமானக் கற்கள் ஆகும். உடலின் பல்வேறு செயல்பாடுகளுக்கும் இவை இன்றியமையாதவை. "இன்றியமையாத" அமினோ அமிலங்களை நமது உடல்களே தயாரித்துக் கொள்ள முடியாது. எனவே அவற்றை நாம் நமது உணவில் இருந்துதான் பெற வேண்டும்.
<b>அதிக அளவு இன்றியமையாத கொழுப்பு அமிலங்கள்</b>	கொழுப்பு அமிலங்களே கொழுப்பு மற்றும் எண்ணெய்க்கான கட்டுமானக் கற்கள் ஆகும். நோனியில் உள்ள "இன்றியமையாத" கொழுப்பு அமிலங்கள் ஆரோக்கியமான சருமம், நரம்புச் செல்கள், இருதயத் திசு, ரத்த நாளங்கள் ஆகியவற்றைப் பராமரிக்க உதவுகின்றன. செல் சவ்வு முறையாகவும் திறம்படவும் வினையாற்ற உதவுகின்றது. ஊட்டச்சத்து-நச்சு பரிமாற்றம் மேம்படுகிறது.

**பார்வை நூல்கள்:** ஏ.கே.ஓல்சன் டபிள்யூ. / டாக்டர் ரால்.பி ஹெனிக்கியின் Understanding the Miracle: An Introduction to the Science of Noni. டாக்டர் ரால்.பி ஹெனிக்கி, டாக்டர் ஸ்காட் கேர்சன், டாக்டர் ஹீராசுமி கிம், டாக்டர் மியான்யிங் வாங்க், டாக்டர் நீல் சாலமன், டாக்டர் மோனா ஹாசிசன், டாக்டர் வில்லியம் மெக்.பீலாமி, டாக்டர் கேரி ட்ரான் மற்றும் இது போன்ற பிறரின் உரைகள், ஆய்வுகளில் சொல்லப்பட்ட கண்டுபிடிப்புகளின் சுருக்கமாக இத்தகவல் அமைகின்றது.

## கோக்கம் தரும் பலன்கள் (கார்சினியா இண்டிகா)

ஆன்டி ஆக்சிடன்டுகளின் மிகச்சிறந்த மூல ஆதாரமாக கோக்கம் உள்ளது. மற்றும் இது கீழ்வருவனவற்றுக்கும் உதவுகிறது:

- மிகை அமிலத்தன்மையில் இருந்து விடுவிக்கிறது.
- வயிற்று உப்புசத்தைப் போக்குகிறது
- பலநோய்களினால் ஏற்படும் பின் விளைவுகளைக் குறைக்கிறது
- குடலின் அசைவைச் சீரமைக்கிறது
- செரிமானத்தை மேம்படுத்துகிறது
- ரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்துகிறது
- ஆரோக்கியமான கொலஸ்ட்ராலுக்கு உதவுகிறது
- எடை பராமரிப்புக்கு உதவுகிறது



## பயன்படுத்தக்கூடிய வாய்ப்பு அதிகம் உள்ள நபர்கள்

சிறப்பான ஆரோக்கியம் மற்றும் நலவாழ்வை நாடும் நபர்கள்

## பரிந்துரைக்கப்படும் அளவு

உணவு உட்கொள்வதற்கு 30 நிமிடங்களுக்கு முன்பு வெறும் வயிற்றில் குடிக்க வேண்டும். எதனுடனும் கலக்காமல் அப்படியே குடிக்கலாம் அல்லது நீரில் கலந்தோ அல்லது மருத்துவர் பரிந்துரைப்பது போன்றோ குடிக்கலாம்.

முதல் 3 நாட்கள்	5மிலி தினமும் இரு வேளை
4ஆம் நாள் முதல் 6ஆம் நாள் வரை	10மிலி தினமும் இரு வேளை
7ஆம் நாளில் இருந்து	15-30மிலி தினமும் இரு வேளை

சிறந்த முறையில் பலன்கள் ஏற்பட 6-12 மாதங்கள் தினமும் இருவேளை பயன்படுத்துவது.

6 வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு மேலே கூறிய அளவில் பாதி அளவிற்கு கொடுக்கவும்.

நாள் முழுவதும் நிறைய தண்ணீர் குடிக்கவும்.

**பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு நன்கு குலுக்கவும்.**

**எச்சரிக்கை:** கர்ப்பக்காலம், தாய்ப்பால் கொடுக்கும் காலம் மற்றும் பேதியாகும் நாட்களில் குடிக்கக் கூடாது.

உரிமை பெற்ற ஆயுர்வேத மருந்து



இங்கே தரப்பட்டுள்ள தகவலைத் தானாகவே சுயசிகிச்சை மேற்கொள்ள தரப்படும் மருத்துவ ஆலோசனை என்று எடுத்துக்கொள்ளக் கூடாது. இது கல்வி விழிப்புணர்வுக்காக மட்டுமே தரப்பட்டுள்ளது. குறிப்பிட்ட நோய் பாதித்து உள்ளவர்கள் வெல் நோனி ஜூஸ் காஞ்சன்ட்ரேட் உட்கொள்வதற்கு முன்பு தங்களது மருத்துவரை கலந்தாலோசிக்க வேண்டும்.

Modicare Limited,  
5, Community Centre, New Friends Colony,  
New Delhi-110025, Tel.: 011-66623000  
www.modicare.com

Leaflet:  
MRP: Rs. 3.20/- (Incl. of all taxes)  
Qty.: 1 piece • Packed: August 2015  
600772 - TAMIL



MRP: ₹ 798 Pack Size: 1ℓ Code: FS5026