

दुनिया का सबसे बेहतर निवेश
अपना खुदका शरीर

Health
Is Wealth



Modicare

જરા પિચારો...

કુડ સપ્લીમેન્ટ શા માટે ?

આપણી પહેલા આપણે કોને મહત્વ આપવું જોઈએ?
રૂપિયા, પરીવાર, બાળકનું ભણતર, મોજ-શોખ, સામાજિક પ્રવૃત્તિ વગેરે.

સૈથી પહેલા આપણે કોને મહત્વ આપવું જોઈએ?

હુમેશા લોકો હેઠથને છેદલે પ્રાથમીકતા આપે છે. જો હેઠથને સૈથી પહેલા પ્રાથમીકતા આપવામાં આવે તો બીજી બધી પ્રવૃત્તિ આપણે યોગ્ય રીતે કરી શકીએ.

હેઠથી રહેવા શું કરવું?

હેઠથને EARN કરવી પડે છે.

E-એક્સરસાઈઝ દરરોજ ૩૦ મીનીટ

A-એટીટ્યુડ (પોઝીટીવ)

R-રેસ્ટ (૫ થી ૮ કલાક)

N- Nutrition



Nutrition એટલે શું?

ન્યુટ્રીશિયન એટલે બેલેન્સ ડાયટ(સમતોલ આહાર). બેલેન્સ ડાયટ એટલે પ્રોટીન, કાર્બોહાઇફ્રોડ, પિટામીન, મિનરલ, ફેટ જેવા પોષક તત્વો જેમા હોય. આપણે જે સ્વરૂપમાં ખોરાક લઈએ છીએ તે ખોરાકમાં આપણાને બધા પોષક તત્વો પુરતા પ્રમાણમાં નહી મળતા હોવાથી રોગો થવાની સંભાવના વધી જાય છે. પોષક તત્વોની પૂર્તિ માટે આજના જમાનામાં સપ્લિમેન્ટ લેવા ફરજીયાત થઈ ગયા છે.

સપ્લિમેન્ટ એટલે શું?

સપ્લિમેન્ટ ને સપોર્ટર પણ કહેવાય છે. સપ્લિમેન્ટ એટલે એક જાતનો ખોરાક છે જે કેપ્સ્યુલ, ટેબલેટ, પાવડર કે જ્યુસના સ્વરૂપમાં હોય છે. સપ્લિમેન્ટ કોઈ દવા નથી. સપ્લિમેન્ટ આપણું પ્રેઝન્ટ અને ફયુચર છે. સમગ્ર દુનિયામાં સપ્લિમેન્ટનો બિઝનેસ જબરજસ્ત ફેલાઈ રહ્યો છે.

મોટિકેર વેલ બ્રાન્ડમાં બેસ્ટ ન્યુટ્રાસ્યુટીકલ કંપની અને બેસ્ટ nutritional બ્રાન્ડ એવા બે prestigioius એવોઈ 2018 માં હોટલ તાજમાં મળેલ છે.

(FSSAI - કુડ સેફ્ટી એન્ડ સ્ટાર્ક ઓથોરીટી ઓફ ઇન્ડીયામાં રજીસ્ટર છે.)

- * સપ્લિમેન્ટ લેતી વખતે દિવસ દરમ્યાન ૪ થી ૫ લિટર પાણી પીવું જરૂરી છે.
- * કુડ સપ્લિમેન્ટ કોઈ દવા નથી આથી તાત્કાલીક પરીણામની આશા રાખવી નહિં.
- * તકલીફ જેટલી વધારે અને જુની એટલા સપ્લિમેન્ટ વધારે સમય સુધી લેવા પડે.
- * કમ સે કમ ૩ થી ૫ મહિના સુધી કોર્ષ કરવો જોઈએ.



ફાઇ બ્લડ પ્રેશર

કાર્ડિયો એક્ટિવ રાઇસ બ્રાન ઓઈલ ફ્લેક્સિઝ ઓઈલ ગાર્લિક પર્ટ



એલર્જી

નોની ડી-ટોક્ષ સ્પીઝુલીના



લો બ્લડ પ્રેશર

પ્રોટીન કેસ્ટ સ્પીઝુલીના માટી પિટામીન



કફ અને શરદી

ક્રીન ટી ગાર્લિક પર્ટ નોની કુટીના તુલસી



અશક્તિ

રેડ કોરીયન જુનસેગ મલ્ટી પિટામીન સ્પીઝુલીના પ્રોટીન કેસ્ટ



હરસ

અમૃત શક્તિ ડી-ટોક્ષ નોની એલોવિરા જ્યુશ



વ્યાશન મુક્કિત

મલ્ટી પિટામીન નોની ડી-ટોક્ષ ઈ-સીગારેટ



એસીડીટી, ગેસ, અપચો

અમૃત શક્તિ ડી-ટોક્ષ નોની



સાંઘાનો દુખાવો

કેલ્શીયમ નોની ગ્લુકોગ્લામાઇન



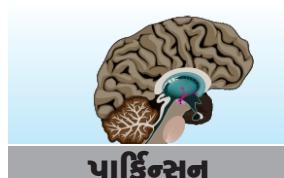
આંખની તકલીફ

ઇન્ટેલેક્ટ સ્પીઝુલીના મલ્ટી પિટામીન



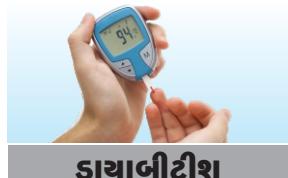
વાત રોગ

ફ્લેક્સિઝ ઓઈલ ઇન્ટેક્ટ નોની



પાર્કિન્સન

ઇન્ટેલેક્ટ સ્પીઝુલીના નોની રેડ કોરીયન જુનસંગ



ડાયાબીટીશ

રેડ કોરીયન જુનસેગ નોની ક્રીન-ટી



લો સ્પર્મ કાઉન્ટ

રેડ કોરીયન જુનસેગ નોની ઓલ-વે પ્રોટીન એન્વાયરો ચીપ



નપુસંકતા

રેડ કોરીયન જુનસેગ નોની એન્વાયરો ચીપ



લો હીમોગ્લોબિન

આમણા જ્યુશ ઓલ વે પ્રોટીન પાર્ટિકલ માટી પિટામીન



સ્કીન ડિસ ઓર્ડર

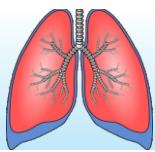
ઇન્ટેલેક્ટ એલોવિરા જ્યુશ ડી-ટોક્ષ



માનસીક તણાવ

રેડ કોરીયન જુનસેગ એન્વાયરો ચીપ ઇન્ટલેક્ટ





ફેસાની તકલીફ

ઇન્ટલેક્ટ
ગાળીક પર્ટ

નોની

ઇન્ટલેક્ટ
મલ્ટી પિટામીન
ફલેક્સિડ ઓઈલ

થાઈરોએડ

ચુરીક એસીડ

ઇન્ટલેક્ટ
કોરીયન જુનસેંગ

નોની

નોની



મોનોપોઝ

ઇન્ટલેક્ટ
ઓલ પ્લાન પાઉફર

નોની



બાળકોની વિકાસ

સ્ટ્રોંગ એન્ડ સ્માર્ટ

નોની



માસીકદ્યર્મ તકલીફ

ઇન્ટલેક્ટ
તુલસી કુદીના

નોની

નોની



વાળ ખરવાની સમસ્યા

આમણા જ્યુશ
ઓલ પ્લાન પાઉફર



માથાનો દુખાવો

ઇન્ટલેક્ટ
ઓલ પ્લાન પાઉફર



હોમોન સમસ્યા

ઇન્ટલેક્ટ
જુનસેંગ

નોની

નોની



જીમ માટે

પ્રોટીન ફ્રેસ્ટ પાઉફર
મલ્ટી પિટામીન



કેન્સર

ઇન્ટલેક્ટ
જુનસેંગ
ઓલ-યે પ્રોટીન પાઉફર



અલ્સર

ડી-ટોક્ષ
જુનસેંગ

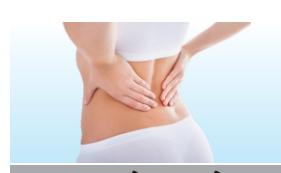
નોની



અસ્થમા

ગ્રીન ટી
ડી-ટોક્ષ

નોની



કમરનો દુખાવો

કેલ્શીયમ
ઓલ-યે પ્રોટીન પાઉફર



વજન ઘટાડવા

ડી-ટોક્ષ
જુનસેંગ
ગ્રીન ટી

નોની



વજન વધારવા

પ્રોટીન ફ્રેસ્ટ

મલ્ટી પિટામીન



ડેન્ક્ફ્લ્યુટ

ઇન્ટલેક્ટ

ડી-ટોક્ષ



પેરાલીસીસ

ઇન્ટલેક્ટ
જુનસંગ

ઇન્ટલેક્ટ





D-TOX

Cleansing & Detoxification

આજના આધુનિક જીવના માં હવા, પાણી અને ખોશક દ્વારા આપણા શરીરમાં અનેક પ્રકારના ઝેરી તત્વો (TOXINS) જતા હોય છે અને શરીરના દેઢેક દેઢેક અંગનાં દેઢેક દેઢેક કોષની દિવાલો પર આ ઝેરી તત્વો જઈને ચોટી જતા હોય છે. જેથી ખોશકમાંથી મળતા પોષક તત્વો અને હવા, પાણી દ્વારા મળતો ઓક્સિજન પુરતા પ્રમાણમાં કોષમાં અંદર પ્રવેશી શકતા નથી અને એમનું દહન બરાબર ના થાય તો પુરતા પ્રમાણમાં કોષમાંથી શક્તિ ઉત્પન્ન થઈ શકતી નથી. જેના પરીણામે જે તે અંગ સારી રીતે કામ કરી શકતું નથી અને ધીમે ધીમે નબળ્યું પડે છે અને વિધિધ ગંભીર પ્રકારની બિમારીઓ થાય છે. જેથી આ ઝેરી તત્વો સતત આપણા શરીરમાંથી બહાર કાઢવા જરૂરી છે. જેના માટે મોદીકેર પ્રસ્તુત કરે છે. **WELL-TOX**

ડી-ટોક્સ એ બ્યુટિફિલેશન પ્રોડક્ટ છે. ડી-ટોક્સ આયુરોપિક પ્રોડક્ટ છે. જેમા લિમડો, ટ્રિફોના, કાલમેધ, રોહિતક, કુટકી, બાબચી, લુંગરાજ, વણણ જેવી ૧૦ આયુરોપિક જડીબટીઓ છે.

- | | |
|---------------------------------|---|
| ૧. શ્રીફલા (આમણા, હરકે, બહેડા) | લિવરને કલીન કરવામા મદદ કરે છે અને કલજીયાત માં ગુણકારી છે. |
| ૨. લિમડો | બાયનેચરલ એન્ટી ફ્િંગલ છે અને લોહીને શુદ્ધ કરે છે. |
| ૩. કાલમેધ | લિવરને કલીન કરે છે. |
| ૪. રોહિતક | લિવરને ડેમેજ કરનારા તત્વોનો નાશ કરે છે. |
| ૫. કુટકી | સ્કીનને હેણ્ધી રાખે છે. |
| ૬. ભુંગરાજ | વાળને હેણ્ધી રાખે છે. |
| ૭. બાબચી | સ્કીનને લગતી બિમારી થતી અટકાવે છે. |
| ૮. વણણ | લેડીઝના ચુરીનિલ ઈન્ફેક્શન, સંકમણ અને કીડનીનો કચરો દુર કરે છે. |

ફાયદા

- ✓ શરીરના કચરાને અને ઝેરી તત્વોને દુર કરે છે.
- ✓ લોહી શુદ્ધ કરે છે.
- ✓ પાચનકીયામાં મદદ કરે છે.
- ✓ સુસ્ત લિવરને કાર્યરત કરે છે.
- ✓ ચામડીથી થતા રોગો (દાદ, ખાજ, ખુરજવું) દુર કરે છે.
- ✓ ચામડીના રંગને બરારબ રાખે છે.
- ✓ ચામડીને ચમકદાર બનાવે છે.
- ✓ વાળને ખરતા અટકાવે છે. અને અકાળે સફેદ થતા અટકાવે છે.
- ✓ લીપર ફ્લેક્શનની માટે બેસ્ટ છે.
- ✓ કોઠને વધતો અટકાવે છે અને મટાડ છે.
- ✓ શરીરમાંથી દુંગંધ દુર કરે છે.
- ✓ વજન ઘટાડવા માટે ઉપયોગી છે.
- ✓ પિગ્મીટેશન દુર કરવામાં મદદ કરે છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧ સવારના જન્મા પહેલા
- ✓ ૧ સાંજના જન્મા પહેલા
- ✓ આ ગોળી ચાલુ કર્યા બાદ દિવસમાં ઓછામાં ઓછું ત્રણ લીટર પાણી અને રાત્રે એક લીટર પાણી પીવું જેથી શરીરમાંથી ખરાબ કચરો બહાર નીકળે છે.
- ✓ ૮ થી ૧૨ વર્ષની ઉભર માટે અદ્યી માત્રામાં લેવું.

ચેતવણી

- ગર્વચર્ચતી મહિલા
- બાળકને સ્તરનપાન કરાવતી માતા
- હદય રોગના જીવલેણા રોગવાળા દર્દીને ન આપી શકાય.
- ડી-ટોક્સ શરૂ કર્યા બાદ અમૃત દિવસો સુધી ખીલ કે ગુમડાનું પ્રમાણ વધી શકે છે છતા ડી-ટોક્સ બંધ કરવી નહીં અને પીળી સાકર દુધ સાથે લેવી.



MULTI VITAMINS

Multi Vitamins and Multiminerals

WHO ના નિયમ પ્રમાણે હેલ્દી રહેવા માટે રોજ ૫ કલરના કુટ અને ૭ કલરના શાકભાજુ રોજ ખાવા જોઈએ. આપણા શરીરમાં પિટામીન અને મિનરલ્સની ઉણાપ બોટા બોટા રોગોને નિબંધિત આપે છે. તેથી જો રોગ અને ડોક્ટરથી દુર રહેલું હોય તો સપ્રમાણમાં પિટામીન અને મિનરલ્સ રેગ્યુલર લેવા જોઈએ. કારણકે આ તત્વો શરીરમાં નિયમિતપણે રીપેરીંગનું કામ કરે છે.

આપણા મહિટખિટામીન મહિટમીનરલ્સમાં આવતા ઘટકો

- જી ૧૨ પિટામિન્સ (જે ફળ અને શાકભાજુમાંથી મળે છે.)
- જી ૮ મિનરલ્સ (પાણી અને માટીમાંથી મળે છે)
- જી ૬ ફાયટોન્યુક્યુલારિઅન્ટ્રાસ-લુટીન-ગાજર(અંખ માટે), લાઇકોપીન-ટામેટો(હાર્ટ માટે), જુકોબિલોબા-સ્ટેમીના અને બ્રેઇન માટે, જુનસેંગ-એનજી વધારવા, પીકનોજુનોલ-રોગપ્રતિકારક શક્તિ માટે, પીપરંગ-મરી(ઓબ્સેવેશન પાવર વધારવા)
- જી ૨ એમિનો એસીડ - એલ લાયસિન-કેટિસયમ(ઓબ્સેવેશન માટે), એલઇ કારનીટાયન-એનિટોકિસન્ટ (રોગ પ્રતિકારક શક્તિ માટે, ચરબીને શક્તિમાં ફેરફારે છે.)



ફાયદા

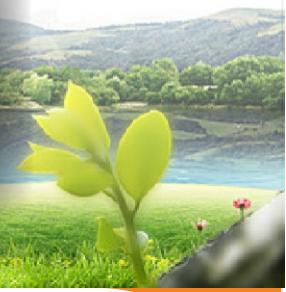
- ✓ શરીરનું રિપેર અને મેળન્ટેનન્સ
- ✓ શરીરી અને કદ્દ, ચુરીકાઓસિડ (ગાઉટ) મા ફાયદો કરે છે.
- ✓ મસલ્સ પેઇન અને ઓસ્ટીઓપોરોસીસ
- ✓ વધતી ઉમરને કંટ્રોલ કરવા
- ✓ ઈભ્યુન સિસ્ટમ (રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે)
- ✓ વાળ વધારવા માટે
- ✓ એનજી લેવલ વધારવા માટે
- ✓ થાઇરોઇડ માટે સાર્ઝ
- ✓ પ્રેગનેસીમાં ફાયદારૂપ
- ✓ એનિમિયા, રતાંઘળાપણું
- ✓ જદ્દી વદ્ધાપણું

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧ સવારના જન્મા પછી
- ✓ દર ક મહીને ૨ મહિના સ્કીપ કરવી.

! કોને આપી શકાય !

- ૭ ૧૨ વર્ષ પછી કોઈપણ વ્યક્તિ લઈ શકે.
- ૭ આન્ડકોહોલિક સ્મોકિંગ કરતી વ્યક્તિ ખાસ
- ૭ સ્પોર્ટ એક્ટીવીટી કરતી વ્યક્તિ



SPIRULINA

Well

- WHO પ્રમાણે સ્પિરુલીના દુનિયાના ટોપ ૫ ખોરાકમાં પ્રથમ કર્મે છે.
- સ્પિરુલીના સુપર કુડ તરીકે ઓળખાય છે. કારણકે ૧૦૦૦kg શાકભાજુ અને ફળોમાં જે પોષણ પ્રાપ્ત થાય છે તેટલું પોષણાની માત્રા ૧ kg સ્પિરુલીનામાં છે.
- સ્પિરુલીના વધતી ઉમરને ધીમી કરવાનું કામ કરે છે. જાપાનમાં ૫૦ વર્ષથી વધુ ઉમરના ૭૩% લોકો રોજ સ્પિરુલીના ખાય છે.
- સ્પિરુલીના દરીચાઈ વનસ્પતિ (બલુ એલ્વી) માંથી બનાવવામાં આવે છે. જે સાફ અને સ્વચ્છ વાતાવરણ અને પાણીમાંથી લેવામાં આવે છે.
- કાચબો ૩૦૦ થી ૫૦૦ વર્ષ જીવે છે જ્યારે આના પર સંશોધન કરવામાં આવ્યું ત્યારે જાણવા અણ્યું કે કાચબાનો મુખ્ય ખોરાક લીલ છે અને લીલમાં એ બધીજ જાતના પોષક તત્વો હોય છે જે માનવ શરીર માટે ખુબ જ જરૂરી છે.
- અવકાશયાત્રીઓ જ્યારે અવકાશમાં હોય ત્યારે સ્પિરુલીના પર જ નભતા હોય છે. જ્યારે દુનિયામાં ખેતીની અધિત ઉભી થશે ત્યારે સ્પિરુલીના વરદાન સાંબિત થશે.
- સ્પિરુલીનામાં ૫૦ થી ૭૧% પ્રોટીન, પિટામીની, ખનીજતત્વો, C એમીનો એસીડ, બીટાકેરોટીન, પિટામીન B12, આર્થર્ન અને ફેટી એસીડ છે.

ફાયદા

- ૪ સ્પિરુલીના એ લોહીની ઉણાપને દુર કરે છે અને શરીરમાં હિમોગ્લોબિન વધારવામાં મદદ કરે છે.
- ૪ સ્પિરુલીના આર્થર્ન(લોહતત્વ) વધારે છે એટલે કે એનેમિક દર્દીઓ માટે ખુબ જ ફાયદાકારક છે.
- ૪ સ્પિરુલીના ગર્ભવતી મહિલા, સ્તનપાન કરાવતી માતાને આપવાથી દુધ વધારે પ્રમાણમાં આવે છે.
- ૪ સ્પિરુલીના બાળકોમાં કુપોષણની સમસ્યાને દુર કરે છે અને બાળકોના માનસિક અને શારીરીક ખિકાસમાં મદદરૂપ છે.
- ૪ સ્પિરુલીના ચિકનગુનીયા, ડેન્યુ, હંદયરોગ, આંખોનો રોગ, ડાયાબિટીસ, બ્લડ પ્રેશર અને એલર્જીમાં ઉપયોગી છે.
- ૪ સ્પિરુલીના એવી સ્ત્રીઓ માટે વરદાન છે જેનું માસિક અનિયમીત હોય
- ૪ સ્પિરુલીનામાં અન્ય વનસ્પતિ કરતા ૫૦-૭૦% વધારે પ્રોટીન છે.
- ૪ સ્પિરુલીના ગાયના દુધથી ૧૪ ગણ્ય વધારે પોષ્ટીક છે.
- ૪ સ્પિરુલીના પાલક કરતા ૫ થી ૮ ગણ્ય વધારે પ્રોટીન ઘરાવે છે.
- ૪ સ્પિરુલીના ઈંડા કરતા ૫ ગણ્ય વધારે પ્રોટીન ઘરાવે છે.
- ૪ સ્પિરુલીના ગાજરની તુલનામાં ૨૫ ગણ્ય વધારે વીટામીન A છે.



ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧ કેપ્સુલ સવાર અને સાંજે જગ્યા પણી
- ✓ ૫ વર્ષથી ઉપરના દરેક વ્યક્તિ લઈ શકે.
- ✓ ૧ કેપ્સુલ માં ૫૦૦mg પ્રોટીન સ્પિરુલીના હોય

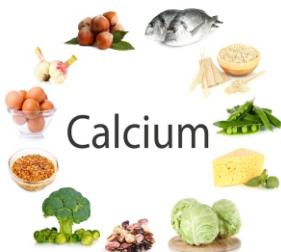
ચેતવણી

- !
સી કુડથી કોઈ એલજી હોય તો ન લેવાય
- !
કીડની ના પ્રોદ્ભેમ હોય તો



CALSIUM COMPLEX

Bone Health



કેલ્શિયમની ઉણાપથી થતી સમસ્યાઓ:

- ↳ હાડકાનો ધસારો
- ↳ દાંતમાં સડો થવો
- ↳ ચાદશાકિત ઓછી થવી
- ↳ હાઈ બીપી, થાકી જયુ
- ↳ હાર્મોન્સરિલીજ થવામાં પ્રોબ્લેમ
- ↳ સાંઘાંના દુખાવા, સ્નાયુ સંકોચનમાં સમસ્યા



દરરોજ કેલ્શિયમ કેટલું જરૂરી છે?

૧૮ વર્ષથી ઉપરના પુત્રખો માટે
600 mg
૧૮ વર્ષથી ઉપરની સ્ત્રીઓ માટે
1200 mg

માર્કેટ અને મોદીકેર કેલ્શિયમ વચ્ચેનો તફાવત:

- ✓ બજારના કેલ્શિયમમાં કેલ્શિયમ કાર્બોનેટ છે. જેનાથી પથરી બની શકે છે.
- મોદીકેરમાં કેલ્શિયમ સાઇટ્રેટમલેટે છે. જે આપણા શરીરમાં સરળતાથી ભણી જાય છે.
- ✓ બજારની કેલ્શિયમથી ગેસ અને એસિડીટી થાય છે.
- મોદીકેરની કેલ્શિયમ લેવાથી ગેસ, એસિડીટી થતી નથી
- ✓ વિટામિન D-2: જે કેલ્શિયમને હાડકામાં શોખવામાં મદદ કરે છે.
- ✓ મેગનેશિયમ : જે હાડકાનું માળજુ બનાવવામાં મદદ કરે છે.
- ✓ વિટામિન K : જે લોહીમાંથી કેલ્શિયમના પ્રવાહમાં મદદ કરે છે.
- ✓ ઝીક : જે ચચ્ચાપચ્ચા ના કાર્યોમાં મદદ કરે છે અને રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ દરરોજ એક ટેબલેટ જમ્યાના અડધો કલાક પહેલા અથવા જમ્યા પછી બપોર અને રાત્રે

ચેતવણી

- ↳ ગર્ભવિતી મહીલા,
- ↳ સ્તનપાન કરવાતી મહીલા,
- ↳ કિડની ના પ્રોભલ,
- ↳ પથરીના પ્રોભલ,
- ↳ હદય અને ફેફસાના દર્દીઓને આપી ન શકાય.



CARDIO ACTIVE

Heart's Doctor

હદયથી સ્માર્ટ બનો અને હદયને સ્વસ્થ રાખો.

આજે આખી દુનિયામાં હાર્ટ એટેકથી મૃત્યુ પામતા લોકોની સંખ્યા આપણા ભારત દેશમાં સૌથી વધારે છે. ભારતમાં પણ દર વર્ષે થતા કુલ મૃત્યુ માંથી ૨૦% થી વધુ મૃત્યુ હાર્ટ એટેકના કારણે થાય છે.

આજના ભાગ દોડ વાળા ચુગમાં ૩૦-૪૦ વર્ષની ઉભે પણ લોકોને હાર્ટ એટેક આવી રહ્યા છે. આપણું હદય આપણા શરીરનું પ્રાથમિક અંગ છે અને આખા શરીરનું એન્જિન છે. આપણું હદય એક દિવસમાં ૧ લાખથી પણ વધુ વખત ધબકે છે અને તે પણ જન્મયા ત્વારથી.

જેમ કે દર ૩-૫ મહિને આપના વાહનોની સર્વિસ કરાવીએ છીએ તે જ પ્રમાણે આપણે શું આપને આપણા શરીરના સૌથી મહત્વના અંગ હદયની કાળજી (સર્વિસ) કરીએ છીએ??

ચોકકસ તમારો જવાબ ના.. જ હશે

શું તમે એવું ઈચ્છશો કે તમારું હદય સ્વસ્થ રહે ? તો આપણી સમક્ષ મોટીકેર લાભ્ય છે મોટિકેર વેલ કાર્ડિઓ એક્ટિવ

ફાયદા

ક જડીબુટીઓમાંથી બનાવવામાં આવે છે. હદયની ફિયાને સામાન્ય બનાવવામાં મદદગ્રદ્ધ થાય છે.

- | | |
|-------------|---|
| ૧. અર્જુન | : હદય માટે કુદરતી શક્તિવર્દ્ધક ઔષધ છે. |
| ૨. ગુગળ | : લિપિડ એન્ડ કોલેસ્ટ્રોલને સામાન્ય બનાવે છે. |
| ૩. અશ્વગંધા | : ખ્યાંતા, તાણા, માનસિક તણાવ અને શ્રદ્ધાધીતી ઉમરને અટકાવે છે. |
| ૪. દાડમ | : હદય સંબંધિત રોગ આવતા અટકાવે છે અને હાર્ટ એટેક આવતો રોકે છે. |
| ૫. ગોટુકુલા | : લોહીના પરીબ્રમણામાં મદદગ્રદ્ધ થાય છે. |
| ૬. શંખભસ્મ | : હદયના સ્નાયુઓને મજબુતાઈ આપે છે. |

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ બપોરે અને રાત્રે ભોજનના એક કલાક પહેલા એક ગોળી લેવી.

ચેતવણી

- !
૧ ગર્વચર્ચતી મહિલા
- !
૨ બાળકને સ્તનપાન કરાવતી માતા
- !
૩ હદય રોગના જીવલેણા રોગવાળા દર્દીને ન આપી શકાય.
- !
૪ કિડની બીમારી અને પેસ મેકર મુકાવેલું હોય તેવા દર્દીને ન આપી શકાય
- !
૫ ૧૨ વર્ષથી ઉપરના વ્યક્તિ લઈ શકે.



GLUCOSAMINE

with Boswellia and Curcumin



આજના ભારતદેશમાં દરેક ઘરમાં કોઈ વ્યક્તિને સાંધાના દુખાવાથી પીડાય છે. જેમણું મહત્વમાં લોકો ધુટણાના દુખાવાથી પીડાય છે. ઉભર વધવાની સાથે કાર્ટિલેજમાં ધસારો થતો જાય છે જેના કારણે ચાલવામાં, ઉઠવા, બેસવામાં, ચડવા તથા ઉત્તરવામાં તકલીફ પડે છે. જેથી ડોક્ટર ધુટણાનું ઓપરેશન કરવી ધુટણા બદલાવવાની સલાહ આપે છે.

- ૪. WELL GLUCOSAMINE શરીરના સાંધામાં થિકાસ ઉત્પન્ન કરવા માટેનો મુખ્ય ધટક છે. જે દરીચાઈ છીપીઓમાંથી ખુબજ મોટા પ્રમાણમાં મળે છે જ. ખરાબ અને ધસાયેલા કાર્ટિલેજને નવેસરથી બનાવે છે જેથી ઓપરેશન કરાવવાની જરૂર પડતી નથી.



ફાયદા

- ૪. કાર્ટિલેજ નયુ બનાવે છે.
- ૪. સાંધાને મજબૂત બનાવે છે.
- ૪. બોસવેલિયા રસાટા એક છોડમાંથી લેવામાં આવે છે. જે ઈન્ડિયા અને અરબ દેશમાં વધુ જોવા મળે છે. આનુભૂતિક કામ ધુટણાના દુખાવા અને સોજાને મટાડવાનું છે.
- ૪. બ્રેઇન ટ્યુમર થવા દેતું નથી કે કોઈપણ ગાંઢ થવા દેતું નથી
- ૪. કોઈપણ મસાંસને ખોટું વધવા નથી દેતું અને માંસપેશીઓ અને સ્નાયુઓને મજબૂત બનાવે છે.
- ૪. લીવર, કીડિનીમાં પ્રોબ્લેમ થવા દેતું નથી.
- ૪. વેલ ગ્લુકોઝામાઈન સટફેક આપણા શરીરમાં કડપથી ડીક્રોલિવ થાય છે. આપણા ગ્લુકોઝામાઈન સટફેક વાળું આવે છે. જેમાં ૨ કિલો કેલેરી હોય છે. આપણા ગ્લુકોઝામાઈનમાં નીચે મુજબના તત્ત્વો હોય છે.

- | | |
|---------------------|---|
| ↳ બોસવેલિયા રસાટા : | સોજા, બળતરા, દુખાવો અને જડતાને દુર કરે છે. |
| ↳ કુરક્કયુમીન : | કોષોળી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે. |
| ↳ મેથીલસુલફોમેથાન : | મસાલ પેઈન, બળતરા ઓછી કરીને હાડકાના સાંધા સુધી પહોંચીને કાર્ટિલેજને નુકશાન થતા બચાવે છે. |
| ↳ બાચોપેરીન : | કાર્ટિલેજના કોષોમાં પોશકતત્વોનું શોખણા સારી રીતે કરે છે. |
| ↳ સલીનીયમ : | |
| ↳ ગ્લુકોઝામાઈન : | |



ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૨ ટેબલેટ બપોરે અને સાંજે જમ્યા પદ્ધી
- ✓ ઓછામાં ઓછી ક મહિના લેવી.
- ✓ જો વધારે તકલીફ હોય તો રેગ્યુલર લેવી.

દરસોજ ૧૫૦૦ mg લેવું જોઈએ
૧ ટેબલેટમાંથી ૩૭૫ mg મળે છે.

ચેતવણી

- ⚠ સી કુદથી કોઈ એલજી હોય તો ન લેવાય
- ⚠ જીલીડીગ ડિસાઓડર હોય તો ન લેવાય
- ⚠ હાઇ બલ્ડપ્રોશર અને ડાયાબીટીસ ના દર્દીઓએ ડોક્ટરને કસણ્ટ કરી લેવું
- ⚠ કીડની ના પ્રોલબેમ હોય તો
- ⚠ પ્રેગનેન્ટ મહીલાઓ ન લેવાય
- ⚠ પહેલા વેઇટ લોસ કરાવવો પદી આપવી



GARLIC PEARL Well

વિવિધ બીમારીઓની સારવાર કરવા અને શરીરની તાકાત અને ઉજ્જ્વાળા વધારવા માટે હજારો વરસોથી લોકો લસણાનો ઉપયોગ કરતા આવ્યા છે. તંદુરસ્તી બક્ષવાની તેની ક્ષમતાને કારણે લસણાનો પારંપરીક રીતે વરસોથી ઉપયોગ થતો આવ્યો છે.

લસણ એક અદભુત ઔષધ છે પરંતુ લસણને જો રોજ રાંધીને ખાવામાં આવે તો તેના મહત્વના ગુણાધર્મો નાશ પામે છે. લસણને ચાવીને ખાવાથી જ તેના બધા ફાયદા મળી શકે છે પરંતુ પ્રેક્ટીકલી તે પોસીબલ નથી કારણકે તે ખુબ જ તીજા લાગે છે અને તેનાથી મોઢામાં ખુબ જ દુગંધ આવે છે.

આ સમસ્યાને નિવારવા માટે મોટીકેર લાભ્યુ છે. વેલ ગાર્લિક પર્લ

મોટીકેરની વેલ ગાર્લિક પર્લ ઓર્ગેનિક લસણમાંથી ખ્યોર ઓઈલ કાઢીને બનાવવામાં આવે છે. લસણની કાચી કળીને છુંદીને ખાવાથી મળતા બધા જ ફાયદા ગાર્લિક પર્લમાંથી મળે છે.

ફાયદા

- ✓ ખરાબ કોલેસ્ટ્રોલ અને ટ્રાયગ્લિસરાઇડ ના લેવલને ઓછુ કરે છે જે હંદય માટે ખુબ સારુ છે.
- ✓ કાયમી શરદી, ખાંસી, અસ્થમા કંટ્રોલ કરે છે.
- ✓ હાઇ બીપીને કંટ્રોલ કરે છે.
- ✓ નળીઓમાં થતા બ્લોકેજ ને દુર કરે છે.
- ✓ લોહીને પતલુ બનાવવાનું કામ કરે છે.
- ✓ ફીરેડીકલથી કોષોને થતા નુકશાનથી બચાવે છે એટલે કે એન્ટી કેન્સરનું કામ કરે છે.
- ✓ બલડ સક્યુલેશન ચોગ્ય બનાવે છે. વધુ સારા રક્ત પરિભ્રમણાને પ્રોત્સાહિત કરે છે.
- ✓ કુડ પોઇઝનીગ દુર કરે છે.
- ✓ આહારમાંથી થતી કોઈ પણ જાતની એલજર્ને દુર કરે છે.
- ✓ શરીરની ઉજ્જ્વાળા અને શક્તિમાં વધારો કરે છે.
- ✓ બલડ સુગર નિયંત્રણમાં મદદરૂપ થાય છે.
- ✓ પાચન કિયામાં મદદરૂપ થાય છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ દિવસમાં બે વખત જમ્બા પણી લેવા

ચેતવણી

- ગર્ભવતી મહિલા
- બાળકને સ્તનપાન કરાવતી માતા
- કીડની બીમારી અને પેસ મેકર મુકાવેલુ હોય તેવા દર્દીને ન આપી શકાય
- ૧૨ વર્ષથી ઉપરના વ્યક્તિ લઈ શકે.



KORIAN RED GINSENG

6 Years Old



જુનસેંગ ને જડીબુટીઓનો રાજા કહેવામાં આવે છે. રેડ કોરિયન જુનસેંગ એ અલગ અલગ પ્રકારના આવે છે. કોરીયન જુનસેંગ, અમેરીકન જુનસેંગ અને સાઇબેરીયન જુનસેંગ. આ બધામાં કોરીયન જુનસેંગ ઉત્તમ ગણાય છે કેમ કે જુનસેંગ માટે સોથી અનુકૂળ કોરીયાના પુંગી નામના શાહેરમાં ક વર્ષ સુધી જમીનની નીચે ઉગાડવામાં આવે છે. ત્યાનું વાતાવરણ જુનસેંગ માટે શ્રેષ્ઠ ગણાય છે.

કોરિયન જુનસેંગના મુળીયા ક વર્ષ સુધી જમીનમાં અંદર સુધી ફેલાયેલા છે જે જમીનમાં દુર દુરથી પોખક તત્ત્વો ખેચીને લાવે છે. એ મુળીયાનો આકાર મનુષ્યના શરીર જેવો હોય વે અને મનુષ્યના દરેક અંગ પર કામ કરે છે.

પિશેખતાઓ:

- ① જુનસેંગમાં ખુબ જ અગત્યનું ઘટક જુનસેનોસાઈટ છે જે એક પ્રકારનું ઉત્તમ એન્ટી ઓક્સિડન્ટ છે.
- ② જુનસેંગ એડોપ્ટોજન તરીકે પણ ઓળખાય છે એટલે કે બીમારી દરમ્યાન ચાલતી દવાની અસકારકતા વધારવા તેમજ આબોહવામાં થતા ફેરફાર સામે લડવાની શક્તિ પ્રદાન કરે છે.
- ③ ભારતમાં 6 Years Old Red Korean Ginseng માત્ર મોટીકેર પાસે જ છે.

ફાયદા

- ૫ સ્ટ્રેસ, ટેંશન, ફસ્ટ્રેશન અને ચીડીયાપણું દુર કરી શરીરને રીફેશ કરે છે.
- ૫ હોમોન્સ બેલેન્સ કરવામાં ઉપયોગી છે.
- ૫ ચુરિક એસિડ માટે ફાયદાકારક છે.
- ૫ PCOD માટે ફાયદાકારક છે.
- ૫ મેનોપોઝ અને ન્યુરો પ્રોબ્લેમ માટે ફાયદાકારક છે.
- ૫ Revitalize (કોષોનું કાયકલ્પ) કરે છે.
- ૫ ડેમોથીરાપી ડેન્સરના દર્દીને જુનસેંગ આપવાથી સારા સેલને પ્રોટેક્શન મળે છે.
- ૫ શક્તિ વર્દ્ધક છે સ્ટેમ્બિના અને એનજી માં વધારો કરે છે. રમતવીરો માટે ખુબ જ લાભદાયક છે.
- ૫ લીવરને મજબૂત રાખે છે.
- ૫ માઈક્રોન, ડાયાબીટીસ, બલક્પ્રેશાર, થાઈરોઇડ માટે મદદગર થાય છે.
- ૫ એકાગ્રતા વધારવામાં ઉપયોગી છે અને એન્ટીઓક્સિડન્ટ તરીકે રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે.
- ૫ બયમક અને હેપેટાઇટીસ જેવા જીવલેણ રોગોમાં દવાઓની સાથે લેવાથી દવાની અસરકારકતા વધારે છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૨ ગોળી બપોરે અને સાંજે જમ્યા પહેલા
- ✓ ૫ મહિના સતત લેવી.



ચેતવણી

- ૫ ૧૮ વર્ષથી નીચેના વ્યક્તિનું ન લઈ શકે.
- ૫ પ્રેગનેન્ટ અને સ્તનપાન કરવાતી મહીલાએ ન લેવાયા
- ૫ કિડનીના દર્દીએ ન લેવું
- ૫ હાઈના ટ્રીટમેન્ટ દરમ્યાન ન લેવું.





AMRUT SHAKTI

Perfect Solutions for Stomach

અમૃત શક્તિ એના નામ પ્રમાણે જ ગુણ ધરાવે છે. પેટને લગતી કોઈ પણ સમસ્યામાં અમૃત શક્તિ ખુબજ ગુણકારી અને અસરકારક છે.

અપચો, પેટ ભારે લાગણું, એસીડીટી, ગેસ, છાતીમાં બળતરા અને પેટ કુલી જ્વાં એ આજકાલ સર્વ સામાન્ય સમસ્યા થઈ ગઈ છે. લોકો તેને સામાન્ય જીવનનો ભાગ ગણવા લાગ્યા છે. આપણા માંથી મોટા ભાગના લોકો સમયાંતરે આ સ્વાધ્ય સમસ્યા અનુભવીએ છીએ. મોટા ભાગના લોકો માટે ઓ પરિસ્થિતિ અણાગમો પેદા કરનાર અને અપ્રિય હોય છે. તેના પરીણામે ઝાડા, ઉલ્ટી, પેટમાં દુખાવો અને કબજ્ઞુયાત જેવી સમસ્યાઓ થઈ જાય છે. આ બધી સમસ્યાનું કુદરતી સ્વરૂપમાં નિવારણ લાવવા માટે મોટીકેર પ્રસ્તુત કરે છે વેલ અમૃત શક્તિ.

કપુર, મેન્થોલ, અજમાનું તેલ અને લખિંગના તેલ જેવી કુદરતી અને આયુરેષિક ઔષધિની સાશ્રાપ પાચનતંત્રને આપમેળે સુધારવામાં મદદરૂપ થાય છે. આ પ્રોડક્ટ જઠારાત્રિય ભાર્ગ પર અસર કરે છે. પાચન શક્તિ વધારે છે અને પાચન સંબંધી સમસ્યાઓને ફરીથી થતી ઘટાડી હે છે. અમૃતશક્તિ પાંચનશક્તિમાં સુધારો કરી નાના આંતરા સ્વસ્થ અને ઉત્તમ બનાવે છે.

ફાયદા

- ✓ અજમો : પાચક રસનું નિયમન કરે છે. પેટ કુલપું અને પેટના દુખાવામાં રાહત આપે છે.
- ✓ કપુર : પેટમાં ગરમાવો લાવે છે. ગેસ છુટો પાડે છે. ઝાડા ઉલ્ટીમાં રાહત આપે છે.
- ✓ લખિંગનું તેલ : ખોરાક વલોવાની પ્રક્રિયાને સારી બનાવે છે.
- ✓ કુદિનો : પેટમાં ગેસ અને અપચોમાં તુરંત રાહત આપે છે.
- ✓ ઉલ્ટી-ઉબકા, ઝાડા રોકવામાં મદદ કરે છે.
- ✓ છરસ અને મસાના પ્રોબ્લેમમાં રાહત આપે છે.
- ✓ સ્કુલની જગ્યા પર બળતરા મા રાહત આપે છે.
- ✓ ટ્રાવેલિંગમાં જેમાણે ઉલ્ટી થતી હોય તેમાં રાહત આપે છે.
- ✓ ઈંફીટેબલ બોવેલ સિન્ડ્રોમ (યખક) માં રાહત આપે છે.
- ✓ કેમેપિંગ અને કબજ્ઞુયાત માં રાહત આપે છે.



એસીડીટી, ગેસ, અપચો

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧ સવારના જન્મા પછી
- ✓ ૧ સાંજના જન્મા પછી



ચેતવણી

- ⌚ ગર્ભવતી મહિલા
- ⌚ બાળકને સ્તરનુંપાન કરાવતી માતા
- ⌚ કીડની બીમારી અને પેસ મેકર મુકાવેલું હોય તેવા દર્દીને ન આપી શકાય
- ⌚ ૧૨ વર્ષથી ઉપરના વ્યક્તિ લઈ શકે.





PUDINA WITH TULSI

Perfect Solutions for Stomach

કુદિના તુલસી

કુદિનો અને તુલસી એના નામ પ્રમાણે જ ગુણ ધરાવે છે. પેટને લગતી કોઈ પણ સમસ્યામાં કુદિના અને તુલસી ખુબજ ગુણકારી અને અસરકારક છે.

કુદીનો અને તુલસી આપણી આસપાસ થતો જાણીતો છોડ છે અને પ્રાચીનકાળથી ઔષધિ તરીકે વપરાય છે. જેની માહિતી આપણા આચુર્યેદમાં પણ જોવા મળે છે.

પ્રાકૃતિક રીતે બનાવેલ કુદિના અને તુલસીનું મિશ્રાણ પાચનતંત્રને સ્વસ્થ બનાવે છે અને રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારવામાં મદદરૂપ છે. કુદિનો પેટમાં ગેસ અને અપચોમાં તુરંત રાહત આપે છે.



ફાયદા

- ✓ રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે
- ✓ પેટના રોગ જેવા કે ગેસ, એસીડીટી અને અપચામાં અસરકારક છે.
- ✓ શરીરમાં થતા ઈન્ફેક્શન જેવા કે કચુરિન્ફેક્શન માં ઉપયોગી છે.
- ✓ શરીરમાં થતા બેકટેરીયલ ઈન્ફેક્શન માં ઉપયોગી છે.
- ✓ ડેન્ડ્રૂફ માટે ડાયરેક્ટ વાળ માં નાખી શકાય છે.
- ✓ પેટના કરમિયા માટે અક્સિસ કામ કરે છે.
- ✓ ભલેરીયા, ડેન્યુ માટે પણ ઉપયોગી છે.
- ✓ ફ્લેગલ ઈન્ફેક્શન માટે જેવા કે ઝીલ, ગુમડામાં બેસ્ટ રીજલ્ટ આપે છે.
- ✓ ડાર્ક સર્કલ, કોઢ, ખરજવુ, ધાઘર માં પણ ખુબ જ સાર્થક કામ કરે છે.
- ✓ અહેરા પર કે શરીર પર કોઈપણ ભાગમાં ડાધા થાય હોય ત્યા લગાવવાથી મટી જાય છે.



એસીડીટી, ગેસ, અપચો

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧ સવારના જન્મા પણી
- ✓ ૧ સાંજના જન્મા પણી
- ✓ શરીરીથી નાક બંધ થઈ ગયુ હોય તો હુફાળા પાણીમાં તુલસી કુદીના ની ગોળી ફોડીને પીવું
- ✓ નાના બાળકોના ગ્રોથ માટે તુલસી કુદીના સાથે આમણા જ્યુસ આપવું.
- ✓ ડાર્ક સર્કલ, કોઢ, ખરજવુ, ધાઘર ઉપર તુલસી કુદીના ની ગોળી ફોડીને લગાવવી.



WELL FLEX OIL

Omega 3,6,9

ઓમેગા 3, 6, 9 ફ્લેટી એસિડમાં આપણા સ્વાસ્થ્ય ને અલગ અલગ રીતે ફાયદો કરતા દ્યાના પોખકતત્વો આવેલા છે. ઓમેગા-3 અને ઓમેગા-6 આપણા શરીરમાં જાતે બનતા નથી અને બહારથી જ લેવા પડે છે. માર્કટમાં જેટલા ઓમેગા 3, 6, 9 ના સ્ત્રોત છે તે બધા નોનવેજ (સાલમન નામની માઇલી) સ્ત્રોતમાંથી બનાવવામાં આવે છે. જ્યારે મોદીકેર ફલેક્સ ઓઈલ અળસીના બીજમાંથી બનાવવામાં આવે છે. એક વેજુટેરીયન સ્ત્રોત છે. જે શાકાહારી લોકો માટે ઉત્તમ છે.

મોદીકેર ફલેક્સ ઓઈલ કોલ્ડ સ્ટોરેજ એક્સટ્રેશન ટેકનીક દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવે છે.

- | | |
|---------|---------------------|
| ઓમેગા 3 | : અલ્ફાલેનોલીક એસિડ |
| ઓમેગા 6 | : લેનોલીક એસિડ |
| ઓમેગા 9 | : ઓલીક એસિડ |

ફાયદા

- ✓ ખરાબ કોલેસ્ટ્રોલને ઓછુ કરે છે.
- ✓ હાર્ટ એટેક, બીપી પેશન્ટ માટે ફાયદાકારક છે.
- ✓ રિકન, વાળ અને નખ માટે ફાયદાકારક છે.
- ✓ પાચનશક્તિ સુધારે છે.
- ✓ હાર્ટની આજુબાજુ ફેટ જમા થવા દેતું નથી.
- ✓ પગ ઘસારા માટે બેસ્ટ છે.
- ✓ ભૂખ ને કંદ્રોલ કરે છે.
- ✓ હોમોન્સ બેલેન્સ કરે છે.
- ✓ ખાલી ચઢ્હી, શરીર જકડાઈ જતું અટકાવે છે.
- ✓ ચુરિક એસિડ ઘટાડવામાં મદદરૂપ થાય છે.
- ✓ આંખોનું તેજ વધારવામાં મદદરૂપ થાય છે.
- ✓ વધતી ઉભરને શેડે છે.
- ✓ સ્ત્રીઓને માસિકને લગતી સમસ્યા દુર કરવામાં મદદરૂપ થાય છે.
- ✓ નવર્સ સિસ્ટમ સંબંધી રોગમાં ફાયદાકારક છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ દરરોજ બે વખત ૧ જમ્યા પણી લેવી.
- ✓ એક સોફ્ટજેલ માં ૫૦૦mg ફલેસ ઓઈલ હોય છે.

ચેતવણી

- ⚠ ગર્ભવતી મહિલા
- ⚠ બાળકને સ્તનપાન કરાવતી માતા
- ⚠ કીડની બીમારી અને પેસ મેકર મુકાવેલું હોય તેવા દર્દીને ન આપી શકાય
- ⚠ ૧૨ વર્ષથી ઉપરના વ્યક્તિ લઈ શકે.



SHILAJIT GOLD WELL

આજના તણાવભર્યા જીવનમાં લોકો પોતાનું સુખી દામ્પત્ય જીવન જીવવાનું ભૂલી ચુક્યા છે. ઘર અને ઘંધા કે તેજુ - મંદી ના ટેન્શન, આખા દિવસ નું ઘંધા કે ઘરકામના કારણે એનર્જીમાં કમી, ઈરછા શક્તિનો ઘટાડો, નપુસંકટા, પ્રજનન ક્ષમતામાં ઘટાડો, શીધપતન વગેરે જેવી સમસ્યાઓ વધતી જાય છે. જેનાથી દામ્પત્ય જીવનમાં નીરસતા, અસંતોષ, ડિપ્રેસન વધી રહ્યા છે. આ બધી સમસ્યાઓના નિવારણ માટે મોટીકેર પ્રસ્તુત કરે છે. વેલ શિલાજુત ગોલ્ડ

શિલાજુત સ્ત્રી અને પુરુષ બંને માટે શક્તિ વર્દ્ધક પ્રોડક્ટ છે. શિલાજુત ગોલ્ડમાં ૧૩ હબ્સનો ઉપયોગ થયો છે. જેમા..

- ① કેસર
- ② સફેદ મુલસી
- ③ અશ્વપગંધા
- ④ ગોખર
- ⑤ કોંચબીજ વગેરે...

ફાયદા

- ૪ સ્ટેમીના વધાર છે.
- ૪ સ્પર્મ કાઉન્ટ વધારે છે.
- ૪ સ્પર્મની ગતીશીલતા વધારે છે.
- ૪ સ્પર્મની કવોલીટી સુધારે છે.
- ૪ તણાવમાં રાહત આપે છે.
- ૪ સણનશક્તિ વધારે છે.
- ૪ પ્રજનનક્ષમતા વધારે છે.
- ૪ હોર્મોન્સ વધારે છે.
- ૪ મુદ બનાવી સેકસની ઈરછામાં વધારો કરે છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ રોજ રાત્રે સુતા પહેલા દુધ કે પાણી સાથે ૧ કેપ્સુલ લેવી.



INTELLECTE

Antioxidant



વેલ ઈન્ટેલેક્ટ ને જ્યુઝીલેન્ડનાં પાઈન ટ્રી (ફિસમસ ટ્રી) ની છાલમાંથી મેળવેલ એન્જોજુનલ તત્ત્વ (અકી), ચેરીનો રસ અને સિટ્રસ બ્રાન્ડ એન્ટીઓક્સિડન્સથી બનાવેલ છે. જે વધતી ઉમરની અસરથી બચાવે છે. અને તંદુરસ્ત રાખવામાં મદદ કરે છે.

- ① એન્ટી ઓક્સિડન્ટ તત્ત્વ સારી તંદુરસ્તી માટે ખુબજ જરૂરી છે. કારણ કે તે ફી રેડીકલ્સ ખતમ કરે છે. ચેરીનો રસ (પિટામીન સી માટેનું કુદરતી સ્ત્રોત છે.) જે હાડકાં અને દાંત મજબૂત બનાવવા માટેનું જરૂરી જ્યુઝીન્સ આપે છે.
- ② કોષોને પિકસાવવામાં, ઘવાચેલા ભાગને જલદી સારુ બનાવવા માટે તેમજ ત્વચાને તંદુરસ્ત બનાવવા, કાર્ટીજ, નસ વગેરે માટે ઘણું સારુ છે.
- ③ Acerola કોઈપણ ફળમાં પિટામીન સી માં મળતું સોથી વધુ તત્ત્વ છે. Acerola તત્ત્વ એક શક્તિશાળી એન્ટી ઓક્સિડન્ટ છે. તેમજ ગાંઠ બનવા દેતું નથી.
- ④ Acerola માં કુદરતી પિટામીન બી, પ્રોટીન, આર્થન, કેલિશાયમ અને ફોસ્ફરસ પણ સામેલ છે.
- ⑤ વેલ ઈન્ટેલેક્ટ એન્ટી એજુંગ, એન્ટી ઓક્સિડન્ટ, બ્રેઇન હેલ્થ ત્વચાની તંદુરસ્તી અને આંખોની સ્વસ્થતા માટે ખુબ જ જરૂરી સપ્લીમેન્ટ છે.
- ⑥ ઈન્ટેલેક્ટ માઈગ્રેન - જેમા માથાના દુખાવા ને દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. વધતી ઉમરમાં માણસનાં મગજની સુઝ-બુઝને ઉ થી ૧૨ વર્ષ વધારવામાં મદદ કરે છે.
- ⑦ આંખોની દ્રોષ્ટિ વધારવામાં મદદ કરે છે. અને નજરને કમજોર થતી બચાવે છે.
- ⑧ અલ્ટ્રાવ્યોલેટ કિરણ (સુરજના તાપ) થી ત્વચાનું રક્ષણ કરે છે. ત્વચાને બહારના ફિન્-રેડીકલ્સથી બચાવે છે. સન-બર્ન જેવા ચુવી કિરણોથી ત્વચાને બચાવે છે.
- ⑨ ચાદ્રાસ્ત વધારવામાં મદદ કરે છે.
- ⑩ મગજને તેજ બનાવવામાં મદદ કરે છે.
- ⑪ જે બાળકો ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) વાળા હોય એટલે કે વધુ પડતા ચંચળ અને અશાંત હોથ તેવા બાળકોને આપવાથી તે શાંત અને ભણવામાં એકાગ્ર બને છે.



ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ સવારે નરણા કોઠે (ભુખા પેટે) ૧ ગોળી લેવી.



NONI

Enriched with KOKUM



વેલ નોની એ નોની અને ગુણાકારી કોકમમાંથી બનેલ આરોગ્ય વર્દ્ધક, ઉજ્જીવિતન્ય, શરીરનું સમતોલન અને તંદુરસ્તી પ્રદાન કરનાર કુદરતી તત્ત્વોમાંથી બનેલુ એક ચમત્કારીક એ૱ાખદ છે.

નોની એ એક ફળ છે જે જવાળામુખી વાળા પ્રદેશમાં થાય છે. નોની ફળ નો આકાર અનાનસ જેવો છે. આ ફળ એટલું ગુણાકારી છે કે તેના અભ્યાસ માટે **WORLD NONI RESEARCH FOUNDATION** નામની સંસ્થા કાર્યરત છે. નોનીમાં ૧૫૦ જાતના પોષક તત્ત્વો આવેલા છે.

કોકમ એ એસીડીટી દુર કરે છે. લોહીને શુદ્ધ કરે છે. વજનને કંટ્રોલ કરે છે અને હંદ્રાયરોગથી બચાવે છે.



નોની એક સંજીવની જડીબુટી છે.



નોનીના ફાયદા

- ↳ રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે.
- ↳ માનસિક તણાવ અને થાક ઓછો કરે છે.
- ↳ લોહીનું શુદ્ધીકરણ કરે છે.
- ↳ રોગોના જીવાણુઓનો નાશ કરે છે.
- ↳ શરીરને સ્કુટિલુ રાખે છે.
- ↳ શક્તિનો સંગ્રહ કરે છે.
- ↳ વૃદ્ધત્વથી દુર રાખે છે.
- ↳ ઈન્ફ્લુન સીસ્ટમને વધારે છે.
- ↳ લોહીનું દબાણ સામાન્ય રાખે છે.
- ↳ ઝેરી પદાર્થો બહાર કાઢે છે.
- ↳ સ્મરણા શક્તિ અને એકાગ્રતા વધારે છે.
- ↳ પાચન શક્તિ વધારે છે.
- ↳ કોલસ્ટ્રોલ લેવલ જાળવી રાખે છે.
- ↳ ચામડી અને વાળનું રક્ષણ કરે છે.
- ↳ મૃતકોષને સજીવન કરે છે.
- ↳ ફેફસા મજબુત બનાવે છે.
- ↳ શારીરીક વજનને સમતોલ રાખે છે.
- ↳ શરીરાં રહેતી સેલ્ફ હિલીગ સીસ્ટમના પ્રોત્સાહન આપે છે.

નોની કથા રોગમાં ઉપયોગી

- ↳ ડાયાબિટીસ
- ↳ હંદ્રાયરોગ
- ↳ ડેન્સર
- ↳ કોલેસ્ટ્રોલ
- ↳ અસ્થમા
- ↳ ટી.બી.
- ↳ કબજુયાત
- ↳ લોહીની ઉણાપ
- ↳ ઘટતુ વજન
- ↳ ડીપ્રેશન
- ↳ અલ્સર
- ↳ ટયુમર
- ↳ ચામડીના રોગ
- ↳ સાંધાનો દુખાવો
- ↳ પાઈટસ
- ↳ સોરીયાસીસ
- ↳ થાઇરોઇડ
- ↳ મોટાપો
- ↳ કોઢ
- ↳ અનિંદ્રા
- ↳ એસીડીટી
- ↳ બદલપ્રેસર હાઈ-લો
- ↳ વાયરલ ઇન્જેશન
- ↳ અનિયમિત માસીક ધર્મ
- ↳ એચ.આઈ.વી. પોઝીટીવ
- ↳ કોઈપણ પ્રકારની એલજી
- ↳ કમરના મણકાનો દુખાવો



આપણા લોકપ્રિય ભારતરન
સ્વ. ડૉ. અબ્દુલ કલામ સાહેબ

૧૫૦ પેજ લખા છે.

YOUTUBE પર તેના વિડીયો પણ છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ↳ ખાલી પેટે લોજનના ૩૦ મિનીટ પહેલાં
- ↳ દિવસમાં બે વખત (ગરમ પાણી સાથે)
- નોંધ : આખા દિવસમાં ૩ થી ૪ લિટર પાણી પીવું.
- ↳ પ્રથમ ૩ દિવસ - ૫ મીલી
- ↳ ૪ થી ૫ દિવસ - ૧૦ મીલી
- ↳ ૭ માં દિવસથી - ૧૫ થી ૩૦ મીલી
- નોંધ : ૫ થી ૧૨ વર્ષના બાળકોને અદ્યો કોડ આપવો.



ચેતવણી

- ↳ ગર્ભાવસ્થા
- ↳ સ્તરનપાન કરવાની મહીલા
- ↳ અતિસારના સમયગાળામાં
- ↳ જેને સંતરા ખાવાની મનાઈ હોય તેમને
- કીડની ના પ્રોમ્બલ
- લુઝમોશન દરમ્યાન ન લેવું





AMLA JUICE

માનવજાત રોગમુકત, સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત રહે તે માટે કુદરતે માનવજાતને ધારી ઓખદીય વનસ્પતિ આપી છે. આમળા તેમાનું એક ફળ છે.

- ◎ પ્રાચીન સમયથી આમળાનો ઉપયોગ આચુવેદિક દવા બનાવવા માટે ઉપયોગ માં લેવાય છે.
- ◎ પિટામીન C નો સોથી મોટો સ્ત્રોત આમળા છે.
- ◎ લેમન જ્યુસ કરતા આમળા જ્યુસ ૧૦ ગાણું પિટામીન C છે.
- ◎ આમળા પાવરકુલ એન્ટી ઓક્સિડેન્ટ છે.
- ◎ આમળા નેચરલ રીફેશન રીસ્યુનાર છે.
- ◎ ૭૦ આમળામાંથી ૧ લિટર આમળા જ્યુસ બને છે. ૮૮.૮% પ્રોટ આમળા જ્યુસ મળે છે.
- ◎ કોઈ સુગર કે કલર ઉમેરવામાં આવતા નથી.
- ◎ આમળા જ્યુસ થર્મલ પ્રોસેસ ક્રારા બનાવવામાં આવે છે આથી આમળાની ગુણવત્તામાં કોઈ ફેર પડતો નથી.

ફાયદા

- ◎ આમળામાં ભરપુર પોષક તત્વો, પિટામીન સી, એમીનો એસીડ અને મીનરલ્સ આવેલા છે.
- ◎ રોગ પ્રતિકારકશક્તિ વધારવા માટે.
- ◎ વધતી ઉમરને રોકે છે.
- ◎ પાચન શક્તિ સુધારે છે.
- ◎ લીવરને મજબૂત અને સ્વસ્થ રાખે છે.
- ◎ શરીરમાંથી ખરાબ અને ઝેરી તત્વો દુર કરે છે.
- ◎ આયર્ન (લોહતત્વો) નો સર્વશ્રેષ્ઠ સ્ત્રોત છે.
- ◎ વાળ અને ત્વચા માટે ઉત્તમ છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૨૦ મીલી આમળા જ્યુસ ૨૦ મીલી પાણીમાં બેળવી સવાર-સાંજ ખાલી પેટે આપવું.
- ✓ બોટલને ખોલ્યા પછી ફીજમાં રાખવી.
- ✓ બોટલને ખોલ્યા પછી ૧ મહીનામાં પૂરી કરવી.

ચેતવણી

- ફુલ્યાપર એસીડીટી, ખટાશની એલજર્જ અને શરીરમાં દુખાવો હોય ત્યારે લેવું નહીં.
- નોની અને આમળા જ્યુસ એક સાથે મિક્સ કરીને લેવા નહીં. બંને વચ્ચે ૧ કલાકનો ગેપ રાખવો.

ALOEVERA JUICE

માનવજાત રોગમુકત, સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત રહે તે માટે કુદરતે માનવજાતને ધારી ઓખદીય વનસ્પતિ આપી છે. એલેવોરા એમાનું એક છે.

ભારતમાં એલેવોરા હજારો વર્ષથી ઉપયોગમાં લેવાય છે. આને ધાણાબધા નામથી ઓળખાય છે. જેમકે કનનડામાં Korfadha અને બંગાળી અને મરાઠી માં કુંવારવેરા, તેલુગુમાં Ktrlai અને ગુજરાતમાં કુવારપાછુ ના નામથી પણ ઓળખાય છે.

ફાયદા

- ★ વજન ઘટાડવા માટે
- ★ રોગ પ્રતિકારકશક્તિ વધારવા માટે
- ★ પાચન શક્તિ વધારવા માટે
- ★ માનસિક રીતે સ્વસ્થ થવા માટે
- ★ બળતરા અને બર્નિંગ માટે
- ★ સંધિવા માટે
- ★ કોલેસ્ટોલ ઘટાડવા માટે
- ★ છદ્યને તંદુરસ્ત રાખવા માટે
- ★ ડાયાબિટિસ માટે
- ★ મોમા બેકટેરીયા દુર કરવા માટે
- ★ કબજીયાત દુર કરવા માટે
- ★ ત્વચાને સુવાળી અને હેણ્દી બનાવવા માટે
- ★ જીલ દુર કરવા માટે
- ★ ચહેરાની કરચલી અને વૃદ્ધાત્ત્વ દુર કરવા માટે
- ★ સ્ટ્રેચ માર્ક્સ દુર કરવા માટે
- ★ વાળને શ્રો કરવા માટે
- ★ વાળમાં ચ્યામક આપવા માટે

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧૦ મીલી આમળા જ્યુસ ૨૦ મીલી પાણીમાં બેળવી સવાર-સાંજ ખાલી પેટે આપવું.

ચેતવણી

- લો બલ્ડ પ્રેશરના દર્દીઓ માટે નુકશાન કારક પ્રેગનેન્ટ અને સ્ટનપાન કરવાતી મહીલાએ ન લેવાય કિડનીના દર્દીએ ન લેવું લુઝમોશન દરમ્યાન ન લેવું.



PROTEIN CREST

Nutritional Drink

પ્રોટીન એ શરીરના બંધારણ માટે સૌથી અગત્યનો ભાગ ભજ્યે છે. જેને માનવ શરીરના **BUILDING BLOCK** તરીકે પણ કહેવામાં આવે છે. આપણા શરીરના દરેક કોષ પ્રોટીનની બનેલા હોય છે. તેના નવનિર્માણ માટે પ્રોટીનની જરૂર પડે છે. આપણા શરીરમાં પાણી પણી સૌથી અગત્યની જરૂરીયાત પ્રોટીનની છે.



પ્રોટીન કેસ્ટની ખાસિયત :

- ↳ પ્રોટીન કેસ્ટ એ સંપૂર્ણ ન્યુટ્રીશનલ ફ્રીન્ક છે જેમાં વહે પ્રોટીન, સોચાપ્રોટીનાદસોલેટેક, મોટાએસ્ટ્રેક્ટ છે.
- ↳ પ્રોટીન કેસ્ટ પ્રોટીન, કાર્બોહાઇડ્રેક, પિટામીન, મિનરલ્સ અને ફેટ આ બધું મળીને કંભીટ ન્યુટ્રીશનલ ફ્રીન્ક બનાવે છે.
- ↳ **100gm** પ્રોટીન કેસ્ટમાં **35gm** પ્રોટીન હોય છે.
- ↳ **WHO** પ્રમાણીત પ્રોટીન ગુણવત્તામાં સર્વોત્તમ PDCAAS સ્કોર ૧ છે.
(PDCAAS = પ્રોટીન ડાયેસ્ટેબિલિટી કેસ્ટટેક એમનો ઓકીડ સ્કોર)

કોણ લઈ શકે ?

- ✓ ૧૨ વર્ષથી ઉપરના કોઈ પણ લઈ શકે.
- ✓ જે લોકો જીમાં જતા હોય તેમને ખાસ લેવું જોઈએ કેમકે એમાંથી મળતું વહે પ્રોટીન મશાલસને બ્રેક ડાઉન થતા અટકાવે છે.
- ✓ જેમને મશાલસ બિલ્ડર કરવા હોય તે લોકો એ લેવું જોઈએ.
- ✓ વજન ઉતારવા માટે ૧ ટાઇમનું જમવાનું છોડી ગરમ પાણી અથવા મલાઈ વગરના દુધ સાથે લેવું.
- ✓ વજન વધારવા માટે જમવાથી સાથે પ્રોટીન કેસ્ટ લેવું.
- ✓ રમતવીરો માટે સર્વશ્રેષ્ઠ છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ વજન ઉતારવા માટે ૧ ટાઇમનું જમવાનું છોડી ગરમ પાણી અથવા મલાઈ વગરના દુધ સાથે ૧.૫ સ્કુપ લેવું.
- ✓ વજન વધારવા માટે જમવાથી સાથે પ્રોટીન કેસ્ટ ૧.૫ સ્કુપ લેવું. એમાં કેળા, બદામ અને કાજુ ઉમેરી શકાય છે.

ચેતવણી

- ⇒ ગર્ભવતી મહિલા
- ⇒ સ્તરનપાન કરવતી માતા
- ⇒ કીડની ના દર્દીઓએ લેવું નહિં.



STRONG & SMART

Children's Nutritional Drink

કોને આપવુ જોઈએ ?

- જે બાળકો ચુસ્ત અને તંદુરસ્ત રહેવા માંગતા હોય.
- જે બાળકો વારંવાર બીમાર પડતા હોય.
- જે બાઇકો ઓઈલી કુક, તીખી વાનગી તેમજ જંક કુક વધારે ખાતા હોય.
- જે બાળકો કુટ્ટસ તથા લીલા શાકભાજુ ઓછુ ખાતા હોય.
- જે બાળકો માતા પિતાની વ્યસ્તતાને કારણે અથવા સમયસર ન ખાતા હોય.
- જે બાળકો બહાર રમત ગમત પ્રવૃત્તિ ઓછી કરતા હોય.
- જે બાળકો એક નેચરલ અને પોષકતત્વોથી ભરપૂર ન્યુટ્રીશન ડ્રિંક લેવા માંગતા હોય.



ફાયદા

- ✓ ૩૭ જાતના પોષક દ્રવ્યો (ન્યુટ્રીશન્સ) છે.
- ✓ ૯ જાતના મુખ્ય એમીનો એસિડ છે.
- ✓ WHO ના સર્ટિફાઇડ ગુણવત્તા ના પ્રોટીન માટેનો સર્વોત્તમ સ્કોર(PDCASS=1) પર ખરુ ઉત્તે છે.
- ✓ દુધ અને વણે પ્રોટીન સનાયુઓના કોષોના ખિકાસ માટે ઉપયોગી છે.
- ✓ DHA મગજના ખિકાસ માટે ઉપયોગી છે.
- ✓ ડોકોસાઈક્સાનોઇદ એસિડ છે જેમાં ઓમેગા-૩ આવેલુ છે.
- ✓ FOS જે પાચનશક્તિ મા મદદરૂપ છે.
- ✓ કોલોસ્ટ્રમ જે રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે. (માતાના પહેલા ધાવણા, નેચરલ વેક્સિન જેણુ કામ કરે છે).
- ✓ પિટામીન્સ અને મીનરલ્સ જે બાળકોની શારીરીક વુદ્ધી અને શરીરના કોષોને બનાવવામાં મદદ કરે છે.
- ✓ બાળકો અને મોટા બંને ને ભાવે એવો ટેસ્ટી ચોકલેટ ફ્લેવર.

Elements on Strong and Smart

Energy	Protein	
Carbohydrates		Sugar
Fat		FOS
DHA		
VITAMINS		
Vitamin A		Vitamin B2
Vitamin B1		Vitamin B6
Vitamin B3		Vitamin C
Vitamin B12		Vitamin D2
Vitamin D		Vitamin K
Vitamin E		
Folic Acid		
MINRALS		
Calcium		Potassium
Chloride		Phosphorous
Sodium		Magnesium
Iron		Zinc
Copper		Manganese
Iodine		Selenium
Molybdenum		Chromium

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ૧.૫ ચમચી પાવડર દુધમાં અથવા પાણીમાં કે એકલો પણ આપી શકાય છે.
- ✓ ૨-૪ વર્ષના બાળકોને દિવસમાં ૧ વાર
- ✓ જ થી વધુ વર્ષના બાળકોને દિવસમાં ૨ વાર (પહેલા થોડા ગરમ પાણી અથવા દુધમાં પાવડર લઈને બારાબર હલાવીને પણ બીજુ દુધ નાખવું.)

રીમાર્ક્સ

- ⇒ ૧૦૦% શાકાહારી. (કોઈપણ જાતના પ્રોઝ્વેટીવ, કલર કે એસસેન્સ નથી)
- ⇒ એક વાર પેકિંગ તોડયા પણી ૧ મહીનામાં પુરુ કરી દેવાનું.



PROTEIN POWDER All Plant

પ્રોટીન એ શરીરના બંધારણ માટે સૌથી અગત્યનો ભાગ ભજ્યે છે. જેને માનવ શરીરના **BUILDING BLOCK** તરીકે પણ કહેવામાં આવે છે. આપણા શરીરના દરેક કોષ પ્રોટીનની બનેલા હોય છે. તેના નવનિર્માણ માટે પ્રોટીનની જરૂર પડે છે. આપણા શરીરમાં પાણી પણી સૌથી અગત્યની જરૂરીયાત પ્રોટીનની છે.



માનવ શરીરના પ્રોટીની ઉણાપ ના લક્ષણો :

- વધુ પડતો થાક લાગવો
- વધુ પડતી ઉધ આવવી
- કબજુચાત રહેવી
- હૃદયના ઘબકારા માં ઘટાડો થવો
- મશાંડસ પેઇન થવી
- વાળ ખરવા અને તુટવા અને નખ પોચા થઈ તુટવા

ઓલ પ્લાન્ટ પ્રોટીનની ખાસિયત :

- ↳ સોયાઈસોલેટેડ, ઘઉં અને પ્રોટીનની બનેલુ છે. જેમાં ८४% હાઇ કવોલિટી પ્રોટીન છે.
- ↳ ૧૦૦% ડાઈજીસ્ટેબલ છે.
- ↳ WHO પ્રમાણીત પ્રોટીન ગુણવત્તામાં સર્વોત્તર PDCAAS સ્કોર ૧ છે.
- (PDCAAS = પ્રોટીન ડાયેરટેબિલીટી કરેક્ટેડ એમિનો એકીડ સ્કોર)
- ↳ એ પ્રકારના **ESSENTIAL** એમીનો એસિડ છે.
- ↳ કોઈપણ વસ્તુમાં ઉમેરી શકાય છે. ગરમ કરવાથી ન્યુટ્રિશનલ વેલ્ચુ ઓછી થતી નથી.
- ↳ ૦% ફેટ અને ૦% કોલસ્ટ્રોલ છે.



કોણ લઈ શકે ?

- ✓ ૩ વર્ષથી ઉપરના દરેક વ્યક્તિ લઈ શકે. રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે.
- ✓ ડેન્યુ કે મેલેરિયામાં, કોઈપણ સર્જી કે બીમારી પણી પ્રોટીન લેવુ જોઈએ.
- ✓ ગર્ભવતી સ્ત્રીએ ખાસ લેવુ જોઈએ.
- ✓ જોઈન્ટ નો દુખાવો, ડાયબિટીસના દર્દીઓને ખુબ જ લાભ કરે છે.
- ✓ ત્વચા ને સારી બનાવવા અને વાળની ગુણવત્તા વધારવા.
- ✓ ઉધ તુટી જતી હોય તેને ખાસ લેવુ.

ICMR (ઇન્ડીયન કાઉન્સિલ ઓફ મેડિકલ રિસર્ચ) ની રિસર્ચ પ્રમાણે
પુષ્ટ વધના લોકોને પોતાના આદર્શ વજન મુજબ (**1gm/kg**)
બાળકોને (**1.2gm/kg**), પ્રેનન્ટ લેડોને (**1.5gm/kg**) ની રોજની જરૂરીયાત છે.

Energy (kcal)	36.19
Protein (g)	8.42
Carbohydrates (g)	0.62
Sugar (g)	0.00
Fat (g)	0.00
ESSENTIAL AMINO ACIDS	
Isoleucine (mg)	361
Leucine (mg)	649
Lysine (mg)	385
Methionine (& Cysteine) (mg)	279
Phenylalanine (& Tyrosine) (mg)	1185
Threonine (mg)	347
Tryptophan (mg)	186
Valine (mg) 360 Histidine (mg)	299

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ દરરોજ ૧ થી ૨ સ્કુપ લેવા.
- ✓ વજન ઘટાડવા શ્રીન ટી સાથે લેવું.
- ✓ વજન વધારવા મલાઈવાળા દુધ સાથે લેવુ.

ચેતવણી

- ⇒ થાઈરોઇડ ના દર્દીઓએ લેવુ નહિ.
- ⇒ યુરીક એસિડ ના દર્દીઓએ લેવુ નહિ.
- ⇒ કીડની ના દર્દીઓએ લેવુ નહિ.



RICE BRAN OIL Soul Flavours

રાઈસ બ્રાન ઓઇલ ચોખાના ફોતરાના તેલી પડમાંથી બનાવવામાં આવતું ઉત્તમ ખાદ્યતેલ છે. આ તેલને ફીઝીકલી રીફાઈન પ્રક્રિયા દ્વારા બનાવવામાં આવે છે. જે બજારમાં મળતા કેમ્બીકલી રીફાઈન તેલ કરતા સ્વાસ્થ્ય માટે ઉત્તમ છે.

આ તેલનો પોતાનો કોઈ સ્વાદ, સુગંધ કે કલર નથી જેથી કોઈપણ રસોઈભાં આ તેલનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. આપણા વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ પણ આ તેલ ખાવા માટે આજની તારીખે દુનિયાનું સર્વોત્તમ તેલ ગણાવ્યું છે.

ફાયદા

- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલમાં **ORYZANOL 130mg/100gm** છે. જે બીજા ખાદ્યતેલમાં મળતું નથી.
- ✓ રાઈસ બ્રાન તેલ એક પ્રકારનું અનેન્ટીઓક્સીડિન્ટ છે જે આપણા શરીરમાં **HDL** (સારો કોલોટ્રોલ) વધારે છે અને **LDL** (ખરાબ કોલોસ્ટ્રોલ) ઘટાડે છે.
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલ એ બેલેન્સ તેલ છે. જેમાં **SFA, PUFA, MUFA** સમતોલ પ્રમાણમાં છે. જેથી વર્ષ દરસ્યાન અલગ અલગ તેલ બદલાવવાની જરૂર રહેતી નથી.

SFA	= Saturated Fatty Acid (24%)
PUFA	= Poly Unsaturated Fatty Acid (34%)
MUFA	= Mono Unsaturated Fatty Acid (42%)
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલમાં ફેરિલિક એસીડ છે જે હોર્મોનિલ સ્ત્રાવ વધારે છે.
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલ ખોરાક માં ૧૫% ઓછું શોધાય છે. જેથી બીજા તેલની સરખામણીમાં ઓછું વપરાય છે.
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલનો સ્મોક પોઇન્ટ ખુબજ વધારે છે. જેથી બીજા તેલની સરખામણીમાં આ તેલમાં ધૂમાડો ઓછો નીકળો છે અને તેલ ઓછું બળો છે. જેથી આ તેલ ૧.૫ ગણ્યું વધારે ચાલે છે.
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલમાં પિટામીન બલ મદ્ર અને પિટામીન ભ થી ભરપુર છે. જે આંખો અને નર્વસ સિસ્ટમ માટે ઉત્તમ છે. જે ત્વચાની કચરલી ઓછી કરે છે અને રંગ નિખારે છે.
- ✓ રાઈસ બ્રાન ઓઇલ ફેટ ફી છે જેથી કેન્સર અને હાર્ટ એટેક્થી બચી શકાય છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ રસોઈભાં રાખેતા મુજબ ઉપયોગ કરવો. નોર્મલ તેલ કરતા ઓછું વાપરવું.



STEVIA

Soul Flavours

સોલ ફ્લેવર સ્ટીવીયા

સ્ટીવીયા એક છોડ છે. જે એક નેચરલ સ્વીટનર છે. જેની શરૂઆત બ્રાઝિલ થિ થઈ હતી અને હવે ઘણા બધા દેશોમાં તેની ખેતી થાય છે. સ્ટીવીયા સુગર ફ્લી છે.

ખાંડ કરતા ૪૦ ગણી મીઠી છે. જેથી ડાયાબીટીસ પેશન્ટ ખાંડને બદલે સ્ટેપિયા ઉપયોગ કરી શકે છે.

જે લોકોને વજન ઉતારવુ હોય અને ખોરાકમાં કેલેરી ઓછી લેવી હોય તે બધા માટે ખાંડના બદલે સ્ટીવીયા ફાયદાકારક છે.



ફાયદા

- ✓ બજારમાં સુગર ફ્લી મળે છે. પરંતુ કેમિકલ પ્રોસેસથી બનાવવામાં આવે છે જેના લીધે ઘણી બધી સાઇટ ઇફ્કટ થાય છે. તેમજ તેના લાંબા સમયના વપરાશથી ઘણા બધા રોગ થાય છે. તેવું બહાર આવ્યું છે.
- ✓ સ્ટીવીયા કેમિકલ પ્રોસેસથી બનાવવામાં આવતી નથી જેથી તેની સાઇટ ઇફ્કટ કે ભવિષ્યમાં કોઈપણ નુકશાન થતું નથી.
- ✓ ખાંડની ૨ અમચી ૧૦ગ્ર = સ્ટીવીયા થી ૧ અમચી (૧ગ્ર)

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ ખાંડની જગ્યાએ સ્ટીવીયા નો ઉપયોગ કરવો.



ENVIOROCHIP

Protection from Radiation

મોબાઈલ = ખતરાની ઘંટડી

આજે આપણે બધા રેડિયેશનના જંગલથી ઘેરાયેલા છીએ. આજથી ૨૦ વર્ષ પહેલા જેટલા પક્ષીઓ જોવા મળતા હતા તેટલા અત્યારે જોવા મળતા નથી. આજના સમયમાં પક્ષીઓની સંખ્યામાં ઘરખમ ઘટાડો આવ્યો છે. જેનું કારણ છે રેડિયેશન. મોટીકેર એન્વારોચીપ એ મોબાઈલમાંથી નીકળતા હાનીકારણ તરંગો સામે રક્ષણ આપે છે. આ ચીપ લગાવવાથી મોબાઈલમાંથી નીકળતા કોન્સ્ટન્ટ તરંગોને રેન્ડમ તરંગોમાં ફેરવી નાખે છે જે આપણા શરીર ને રેડીએશનથી થતા નુકશાનથી બચાવે છે.

રેડીએશનથી થતા નુકશાનો :

એનજી લેવલમાં ઘટાડો, અનિદ્રા, ચીડીચાપણું, ગુસ્સો, માથામાં દુખાવો, માથામાં ઝણાઝણાટી, લગતાર થાક લાગવો, ઓછું સાંભળવું, કાન ગરમ થવા, ચાદશક્તિમાં ઘટાડો, અનિયમિત હૃદયના ઘબકારા, જોઈન્ટ પેઇન, પ્રજનન ક્ષમતામાં ઘટાડો, કેન્સર, બ્રેઇન ટયુમર, મીસકેરેજ, નાના બાળકો હાઈપરએક્ટીવ થવા

ફાયદા

- ✓ એન્વારો ચીપ લગાવવાથી ઉપર દર્શાવિલા રેડીએશનથી થતા નુકશાન સામે રક્ષણ મળે છે.
- ✓ એન્વારો ચીપ એ પેટન્ટેડ પ્રોક્રિટ્ય છે. જે **INSERT MATERIAL** માંથી બનાવેલ છે.
- ✓ એન્વારો ચીપ ધણી બધી સંસ્થાઓ ક્રારા સર્ટીફિયાન્ડ કરેલ છે. જેમકે....
Max Healthcare, Singapore Geen Techology, DB Technology
- ✓ એન્વારો ચીપ મોબાઈલ, ટેબ્લેટ, કોમ્પ્યુટર, લેપટોપ વગેરે માં પણ લગાવી શકાય છે.
- ✓ એન્વારો ચીપ લગાવવાથી કવરેજ કે કનેક્ટિવીટી માં કોઈ ફ્રક પડતો નથી.
- ✓ એન્વારો ચીપ અલગ અલગ જ કલર માં ઉપલબ્ધ છે.
- ✓ એન્વારો ચીપ લાઇફ ટાઇમ ચાલે છે. મોબાઈલ બદલતા જુના માથી કાઢીને નવામાં ચોટાડી દેવાની.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ મોબાઈલ ની પાછળની બાજુ વરચેથી સહેજ ઉપર લગાવવી.
- ✓ એન્વારો ચીપ જ્યા સુધી મોબાઈલ કે બીજા ઉપકરણો પર લાગેલી હશે ત્યાં સુધી ચપિ કામ કરશો.





ENVIROGLOB

Protection from Radiation

રેડીયોશન = ખતરાની ઘંટડી

આજે આપણે બધા રેડીયોશનના જંગલથી ઘેરાયેલા છીએ. આજથી ૨૦ વર્ષ પહેલા જેટલા પક્ષીઓ જોવા મળતા હતા તેટલા અત્યારે જોવા મળતા નથી. આજના સમયમાં પક્ષીઓની સંખ્યામાં ઘરખમ ઘટાડો આવ્યો છે. જેનું કારણ છે રેડીયોશન. મોટીકેર એન્વારોગ્લોબ એ દરેક પ્રકારના ઇલેક્ટ્રીકલ અને ઇલેક્ટ્રોનિક ઉપકરણો જેમકે ટીવી, ફોન, ઓવન, ટ્યુબલાઇટ, પંખા, બલ્બ, મોબાઇલ, લેપટોપ, કોમ્પ્યુટર, વાઈફાઈ રાઉટર, એસી વગેર માંથી નીકળતા હાનીકારણ તરંગો સામે રક્ષણ આપે છે. આ એન્વારોગ્લોબ ઉપરના તમામ ઉપકરણોમાંથી નીકળતા કોન્સ્ટન્ટ તરંગોને રેન્કમ તરંગોમાં ફેરવી નાખે છે જે આપણા શરીર ને રેડીયોશનથી થતા નુકશાનથી બચાવે છે.

રેડીયોશનથી થતા નુકશાનો :

એનજ્ર્ઝ લેવલમાં ઘટાડો, અનિંદ્રા, ચીડીયાપણું, ગુસ્સો, માથામાં દુખાવો, માથામાં ઝણઝણાટી, લગાતાર થાક લાગવો, ઓછું સાંભળણું, કાન ગરમ થવા, યાદશક્તિમાં ઘટાડો, અનિયમિત હદયના ઘબકારા, જોઈન્ટ પેઇન, પ્રજનન ક્ષમતામાં ઘટાડો, કેન્સર, બ્રેઇન ટ્યુમર, મીસકેરેજ, નાના બાળકો હાઈપરએક્ટીવ થવા

ફાયદા

- ✓ એન્વારો ગ્લોબ લગાવવાથી ઉપર દશવિલા રેડીયોશનથી થતા નુકશાન સામે રક્ષણ મળે છે.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબ એ પેટન્ડેડ પ્રોડક્ટ છે.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબની બોકી **STAINLESS STEEL** માંથી બનાવેલ છે.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબ ધાણી બધી સંસ્થાઓ દ્વારા સર્ટીફાઇડ કરેલ છે. જેમકે....
- Max Healthcare, Singapore Geen Techology, DB Technology**
- ✓ એન્વારો ગ્લોબથી કવરેજ કે કનેક્ટીવિટી માં કોઈ ફેક પડતો નથી.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબ લાઇફ ટાઇમ ચાલે છે.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબ ૩૦૦-૩૫૦ સ્કવેર કુટ એરીયાને કવર કરે છે. શક્ય હોય ત્યાં સુધી સેન્ટરમાં મુકવું.
 - ✓ એન્વારો ગ્લોબ સાઇઝ અને વજનમાં હળવું હોવાથી બહાર ગમે ત્યાં સાથે લઈને જરૂર શકાય છે.

ઉપયોગ કરવાની રીત

- ✓ શક્ય હોય ત્યાં સુધી ઘર, ઓફિસ કે અન્ય જગ્યાએ સેન્ટરમાં મુકવું
- ✓ દેખાવમાં સારુ હોવાથી નાના છોકરાને રમવા માટે આપવું નહીં.
- ✓ અઠવાડીયામાં એકવાર સુર્યોપ્રકાશમાં કે ટ્યુબલાઇટની નીચે ૧૫ મીનીટ માટે ચાર્જ કરવું.



તમારી તંદુરસ્તી સારી રાખવા માટે ન ચાર જરૂરી પિલર (સ્તંભ) છે.



કસરત

જેમાં યોગા, વોકિંગ, રિયમીગ, પ્રાણાચામ, સાઈકલીગ, એરોબિક... WHO ના નોર્સસ પ્રમાણે દર કલાકે ૨૫૦ સ્ટેપ ચાલવું જોઈએ એટલે કે રોજના ૧૦,૦૦૦ સ્ટેપ્સ ચાલવું જોઈએ.



શૈશ્વરિક (આરામ)

રોજના ક થી ઉ કલાક ની ઉધ જરૂરી છે મોબાઇલ અને ટી.વી.ને બેડરમ માંથી પિદાય આપો.



પોઝિટીવ એટીથ્યુક

હકારાતમક અભિગમ રાખવા માટે હંમેશા હકારાતમક વ્યક્તિ સાથે ઉઠવું બેસવું જોઈએ. નેગેટીવ લોકોથી દૂર રહો. તમને ગમે એવી બુક વાંચો.



બેલેન્સ ડાયેટ

ફક્ત ખાપુ એ જરૂરી નથી પરંતુ જે કંઈપણ ખાઈએ છીએ એ શરીરમાં પચવું જરૂરી છે એટલે કે આપણું બેલેન્સ ડાયેટ હોવું જરૂરી છે. ભુખ કરતા થોડું ઓછુ જમવું. જમ્યા પછી થોડા ફુટ ખાવાની આદત રાખવી.

વધુ માહિતી માટે સંપર્ક કરો



**Health
Is Wealth**



www.modicare.com



support-modicare@modi.com