

বৈকলন

হৃদয়করণ

বৈকলন

স্বাস্থ্য উপকারিতার জন্য বিশেষ প্রয়োজন তুলসি



তুলসি মোটেও মিষ্টি ধরনের কোন উত্তির নয়, যা খাদ্যে সাদ বৃদ্ধির জন্য ব্যবহার করা হয়।

এই সুবজ উত্তির ওসিমিয়াম টেন্ডেইলুরাম বা তুলসি নামে দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়াতে বেশ পরিচিত। চোখের রোগ থেকে শুরু করে দাদ সারেরেও এটি ঔষধী উত্তির হিসেবে ব্যবহৃত হয়।

তুলসির পাতা থেকে বীজ, সবকিছু শরীরের মন সুস্থ রাখতে ব্যবহৃত হিসেবে ব্যবহৃত হয়।

তুলসির পাতা থেকে বীজ,

সবকিছু শরীরের মন সুস্থ রাখতে ব্যবহৃত হিসেবে ব্যবহৃত হয়।

তুলসির পাতা থেকে বীজ,

সবকিছু শরীরের মন সুস্থ রাখতে ব্যবহৃত হিসেবে ব্যবহৃত হয়।

২. ম্যালেনেরিয়া: পাতা ও বীজ কালো শোকের চেতের খাদ্য।

৩. ডায়ারিয়া: মাথা ঘুরানো ও

ব্যবহৃত: সম্পূর্ণ উত্তিরটিকে

ব্যবহৃত করা হয় এ সমস্যার ক্ষেত্রে।

৪. চর্চি: এ ধরণের সমস্যার জন্য

সম্পূর্ণ উত্তির দিয়ে ট্যাবেটে এবং

মলম তৈরি করে ব্যবহৃত করা হয়।

৫. অলসার ও চন্দু রোগ: এই

উত্তিরটির অ্যালকোহল নির্যাস

ব্যবহৃত করা হয়।

৬. পোকাকামড়: পাতা থেকে তেল

সংস্থীত করে ব্যবহৃত করা হয়।

বহু গবেষণার ক্ষেত্রে ব্যবহৃত

জন্য তুলসির ব্যবহার গবেষকরা

সমর্থন করে থাকেন। পুষ্টির মান

সহ এতে রয়েছে উচ্চমাত্রা সম্পূর্ণ:

তিটামিন এ সি, ক্যালসিয়াম,

জিঙ্ক, ক্লোরোফিল।

তবে তুলসি পাতা প্রাকৃতিক ঔষধ

দিয়ে চা পান করতে, এটি

রক্তে চিনির মাত্রা করায়।

যদি আপনার প্রিভায়েটিস বা

টাইপ-২ ডায়াবেটিস থাকে, তবে

তুলসি পাতা তা করাতে সহায় করবে। মাঝেও ও অন্যান্য প্রাচীর উপর পরীক্ষা চালিয়ে দেখা গেছে-

ওজন বেড়ে যাওয়া, রক্তে অধিক

ইনসুলিন, উচ্চ চাপ মাত্রার

কোলেস্টেরল, উচ্চ রক্তচাপের

মতো ডায়াবেটিসের লক্ষণসমূহ

করাতে সহায়তা করে। স্টার্ডিজ

ট্রেস্টেড জনাছে, তুলসি শরীরকে

বিষয়ে গভীর করার ক্ষেত্রে চিকিৎসকের

ক্ষমতা এবং প্রতিটি সিস্টেমই

একটি আরেকটির সঙ্গে

বিজ্ঞানের পরামর্শ নিতে হবে।

কমায় কোলেস্টেরলের মাত্রা

হেচেড়ে তুলসি পাতার কাজই হচ্ছে

বিপরীক্ষার চাপ করায়, তাই এটি

ওজন ও কোলেস্টেরল করাতেও

কাজ করে। এটি কেবল তুলসি

পাতা, তেল, তুলসি ও গুড়ের

কোলেস্টেরলের মাত্রা করাতে

সাহায্য করে থাকে।

সুস্থ রাখে পাকচুলী

তুলসি পাতার ক্ষমতার ক্ষেত্রে পেটের

সমস্যা আলসার থেকে প্রতিহত

করে এবং প্রতিরক্ষা করে। উপকৰণ

এই পাতা পেটের আসিদ হৃৎস

করে, মিউকাস নিঃসরণের ক্ষেত্রে

কুরু অনুভূতি করে যাওয়া

বেশির ভাগ রোগেই একটি

ক্ষমতা হচ্ছে তুলসি পাতা

যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

বিজ্ঞানের জনান, তুলসি পাতা

যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

করার প্রতিরোধ করতে সহায় করে।

তুলসি পাতা যে পেটের মধ্যে হৃৎস

