ಬ್ಯೂಟಿ ಟಿಪ್ಸ್

ಉಮಾ ಜಯಕುಮಾರ್
ಬ್ಯೂಟಿಶಿಯನ್

ಕೈಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ

ಮುಖದ ಅಂದದಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ ಕೈಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ. ಆಕರ್ಷಕ ನಯನ, ಸುಂದರ ವದನವಿದ್ದು, ಕೈಕಾಲುಗಳು ಸುಕ್ಕು, ಬಿರುಕು, ಕಲೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಏನು ಚೆನ್ನ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಕೈಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡುವ ಗುಟ್ಟೇನು?

ಕೈಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೀಗೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಕೈಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಿ ತೊಳೆಯಲು ಧಾನ್ಯದ ಪಿಷ್ಠವು ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ ಅಂಗೈಗಳಿಗೆ ಸಾಬೂನು ಹಾಕಿ ಅದಕ್ಕೆ ಧಾನ್ಯದ ಪಿಷ್ಠವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒರೆಸುವುದು. ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಕಲೆಗಳಿದ್ದರೆ ಈ ಉಪಚಾರದಿಂದ ಅವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗುವುವು.

ಅಂಗೈ, ಅಂಗಾಲು ಒಡೆದಿದ್ದರೆ ಆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ನಿಂಬೆರಸ ತಿಕ್ಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆದು, ಬೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ಹಾಲಿನ ಕೆನೆ ಹಾಕಿ ತಿಕ್ಕಬೇಕು.

ಕೈಗಳು ಮಲಿನವಾಗಿದ್ದು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕಲೆಗಳಿದ್ದರೆ 1 ಟೀ ಚಮಚ ಉಪ್ಪಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಆಲಿವ್ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಆ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕೈಗಳಿಗೆ ಅಂಗಮರ್ದನ ಮಾಡಿ, ಆ ಮೇಲೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯುವುದು.

ಮೊಣಕೈಗಳು ಒರಟು ಮತ್ತು ಕಪ್ಪಾಗಿ ಕಳೆಗುಂದಿದ್ದರೆ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಆಲಿವ್ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಉಜ್ಜಿ ನುಣುಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಿಂಬೆಹಣ್ಣನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ, ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಮೊಣಕೈಗಳನ್ನು ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ಹೋಳುಗಳಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಉಪಚಾರ ಮಾಡುವಾಗ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕವನ್ನಿಟ್ಟು 15–20 ನಿಮಿಷಗಳ ತನಕ ಓದುವುದರಿಂದ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಬೇಸರ ಪಡದೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಲು ಸಹಕಾರಿ.

ಬಾದಾಮಿಗಳನ್ನು ಅರೆದು ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಲಿನ ಕೆನೆ, ಗ್ಲಿಸರಿನ್ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ತೊಟ್ಟು ನಿಂಬೆರಸ ಸೇರಿಸಿ, ಕಣಕ ಮಾಡಿ. ಈ ಕಣಕವನ್ನು ದಿನಾಲೂ ಲೇಪಿಸಿ ಬಿಳುಪಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲಿನ ತಾಪದಿಂದ ಕೈಗಳು ಬೆವರುತ್ತಿದ್ದರೆ ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ನಿಂಬೆರಸಕ್ಕೆ ತಣ್ಣಗಿನ ಕೆಲವು ತೊಟ್ಟು ಚಹಾವನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಆ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಅಂಗೈಗಳಿಗೆ ಉಜ್ಜುವುದು.

ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ತೆಗೆದು ಉಳಿದಿರುವ ಸಿಪ್ಪೆಗಳನ್ನು ಬಿಸಾಡದೆ ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ಕೈಗಳಿಗೆ ತಿಕ್ಕಿ ಕೈಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಲವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಅವರ ಮುಖಛಾಯೆ ಬೆಳ್ಳಗಾಗಿದ್ದರೂ ಕೈ ತೋಳುಗಳು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಪ್ಪಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಷ್ಠಿ ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನಿಂಬೆರಸದೊಡನೆ ದಪ್ಪವಾಗುವಂತೆ ಅರೆದು ಕಣಕ ಮಾಡುವುದು. ಈ ಕಣಕವನ್ನು ಕಪ್ಪಾಗಿರುವ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಒಣಗಲು ಬಿಟ್ಟು ಆ ಮೇಲೆ ತೊಳೆದು 'ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್' ಬಳಸುವುದು. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಂತೆ ಉಪಚರಿಸುವುದರಿಂದ ಮುಖಛಾಯೆಯಷ್ಟೇ ಬಿಳುಪು ಕೈತೋಳುಗಳಿಗೆ ಕೂಡ ಬರುವುದು. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಹಾಲನ್ನು ಮೊಣ ಕೈಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಮೊಣಕೈ ಚರ್ಮ ಮೃದುವಾಗುವುದು. ■

ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳೆ

ಪರಿಣಿತಿಯನ್ನು 50,000 ರೋಗಿಗಳು ಮೆಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾದ ಈ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ತ್ವಚೆಯ ವರ್ಣವು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನೈಜವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಾಯಿಲೆಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿರಿ ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಜಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ

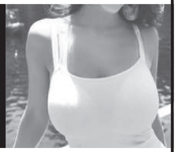
ಖಂಡಿತ ಗುಣವಾಗುವುದು

ನಪುಂಸಕತೆ, ಗೊನೊರಿಯ, ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಬಂಜೆತನ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಗೋಪ್ಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಕೋರ್ಸ್ ಔಷಧಿ ಹಾಗೂ ಉಚಿತ ಲಿಂಗವರ್ಧಕ್‌ಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಂಕೋಚಪಡದಿರಿ.

ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ

ಬಿಳಿಸೆರಗು– ಬಿಳಿ ಅಥವಾ ರಕ್ತ, ಮುಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆ, ಬಂಜೆತನ, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಅಶಕ್ತತೆ, ಸೊಂಟದ ನೋವು ಇತ್ಯಾದಿಗೆ ಖಾತರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಕೂಡಲೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಆಕರ್ಷಕ ಸ್ತನಗಳಿಗೆ



ನಮ್ಮ ಯಶಸ್ವಿ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸ್ತನಗಳು ಸೂಕ್ತ ವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ.

Asia Ayurved P.O. Katri Sarai (Gaya)

Phone: 0631-2224881
09931840701 / 09334221088
09431025482 / 09835671211