

FAX

From: Kunj B

Contacts: 7359059493

fatEndfit

Body Detoxification

ભાગ્ય : સુરત । રાજકોટ । જુનાગઢ । અમરેલી । અમદાવાદ । વડોદરા । મુંબઈ

ચુર્ણ

- રાત્રે 1 ચમચી ચુર્ણ લેવું, કાચરેકટ અથવા હુફાળા ગરમ પાણીમાં પલાળીને લેવું.
- પેટસાફ ના આવે તો દોઢ અથવા 2 ચમચી જેટલું ચુર્ણ લઈ શકાય.
- મુખવાસ તરીકે વરીયાળી, ઘાણાદાળ, આમળા, હિમેજ, હાગમોલા, આદુની ચિપ્સ કે હરકેના ફુકડા તેમજ સોપારી લઈ શકાય.

ખાસ નોંધ

- ચા ના વ્યસન વાળા વ્યક્તિઓ લેમન ટી, હર્બલ ટી, ગ્રીન ટી, બ્લેક કોફી લઈ શકે.
- ડેટોક્સીફિકેશન પદ્ધતિ દરમિયાન શરૂઆતનાં દિવસોમાં કળતર થવું, માથુ દુઃખવું, પીત્તની ઉલ્ટી થવી અથવા ઉબકા આવવા તેમજ સામકી પર ખંજવાળ આવવી આવા લક્ષણો દેખાઈ શકે આવું કાંઈ જણાય તો ડોક્ટરને પુછ્યા વગર કોઈપણ પ્રકારની એલોપેથીક દવા લેવી નહીં.
- પથરીનો દુઃખાવો થાય તો દુઃખાવાનું ઈન્જેક્શન લઈ શકાય.
- પદ્ધતિ દરમિયાન કોઈપણ ચેષ્ટી રોગ/તાવ જેવા કે મેલેરીયા, કેન્સર, ચિકનગુનિયા, સરદી-ખાંસી, ગેસ્ટ્રો, ટાઈફોઈડ જેવા રોગ આવી જાય તો ડોક્ટરની સલાહ મુજબ આગળ વધવું અથવા તમારા ફેમીલી ડોક્ટર પાસે રિપોર્ટ કરાવીને દવા લઈ લેવી અને આપકી દવા ચોડા દિવસ બંધ કરવાની રહેશે.
- કોલેસ્ટ્રોલ, લોહી પતલુ કરવાની દવા, થાઈરોઈડ, બી.પી.ની દવા, મગજની ઈંચની દવા ચાલું રાખવી.
- કાયાબિંટીસની દવા બંધ કરવી જરૂર જણાય તો ડોક્ટર સાથે વાત કરવી.
- દુઃખાવાની કોઈ પ્રકારની દવા લેવાની નથી આ સિવાય બીજી કોઈ દવા ચાલું હોય તો ડોક્ટર સાથે વાત કરવી.
- વિટામિન, કેલ્શિયમની દવાઓ લેવાની નથી.
- કોઈપણ પ્રકારની ઈમરજન્સી પરિસ્થિતીમાં તમારા ફેમીલી ડોક્ટરની સલાહ ગમે ત્યારે લઈ શકો.
- કાયાબિંટીશના દર્દીએ ડોક્ટરને ફરિયાદાત જાણ કરવી.
- સાત્વીક ખોરાક, પુરતું પાણી, 7 કલાકની ઉંઘ, સુર્યપ્રકાશ, ગ્રીન જસુસ, ઓક્સિજન, પ્રાણાયામ, મનની પ્રસન્નતા આટલી વસ્તુના એકમિલનથી કાચકલ્પ થાય છે.