

ശാസ്ത്രകൗമുദി

പുതിനയിലയുടെ ഔഷധമേന്മ



ഔഷധ ഗുണമേറിയ ഇലവർഗമാണ് പുതിന . മികച്ച ആന്റി ഓക്സിഡന്റ്, അണുനാശിനി, ദഹനസഹായി എന്നീ നിലകളിൽ പുതിന മികച്ച ഔഷധമാണ്.

പ്രോട്ടീൻ, നാരുകൾ, ധാതുലവണങ്ങൾ, കാത്സ്യം, ഫോസ്ഫറസ്, ഇരുമ്പ്, വിറ്റാമിൻ സി, എന്നിവ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ദഹനസംബന്ധമായ എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും ഉത്തമ പ്രതിവിധിയുമാണിത്. ഗ്യാസ്ട്രബിൾ, വയറുവേദന, വിശപ്പില്ലായ്മ, ഛർദ്ദി എന്നിവയ്ക്ക് ഔഷധമായി ഉപയോഗിക്കാം. ഗർഭിണികൾക്ക് പുലർച്ചെയുണ്ടാകുന്ന ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി എന്നിവ അകറ്റാനും പുതിനയില ഉത്തമമാണ്. ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് പല്ലുതേച്ചാൽ പല്ലുകളുടെ തിളക്കം വർദ്ധിക്കും.

ചർമ്മത്തിലെ നിർജ്ജീവ കോശങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കി ചർമ്മത്തിന് തിളക്കവും ഉദ്രത്വവും നൽകാൻ പുതിന സഹായിക്കും. പുതിനയില ചേർത്ത് തിളപ്പിച്ച വെള്ളം ഉപയോഗിച്ച് ആവി പിടിച്ചാൽ മുഖചർമ്മം സുന്ദരമാകും.