miracle drinks
NEO AYURVEDA
Be Healthy Again

ब्रेन स्ट्रोकध्लकवाध्पार्किंसंसधकिसी के लिए आहार प्रोटोकॉल
तंत्रिका संबंधी विकार/चक्करध्दौरा

दैनिक आहार

पालन किया जाने वाला आहार : किडनी आहार

पानी पर प्रतिबंध : यदि एडिमा मौजूद है, तो जूस जैसे खाद्य पदार्थों के तरल पदार्थ सहित कुल पानी का सेवन प्रति दिन 1 लीटर तक सीमित करें।

सुबह

स्टेप 1 :

खाली पेट, निम्नलिखित प्रत्येक पूरक को 15 एम एल (पानी में घोलकर) मिलाएं और पियें:

- एंटी एजिंग सपोर्ट (S1)
- कार्डियो वैस्कुलर सपोर्ट (S3)
- इम्यूनकेयर (S7)

स्टेप 2 :

पूरक आहार लेने के तुरंत बाद, निम्नलिखित को चबाएँ और निगलें :

- लहसुन : 2–3 छोटे टुकड़े
- अदरक : 1/2 टुकड़ा
- मेथी के बीज: चम्मच (रात भर भिगोए हुए या अंकुरित)

नोट: ये प्रीबायोटिक्स हैं जो आंत के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।

स्टेप 3 :

- 20 मिनट का ध्यान और प्राणायाम के 40 सेट करें (उदाहरण के लिए, भस्त्रिका) के बाद अनुलोम–विलोम के 20 सेट लगाए।
- यदि उपलब्ध हो तो 150 एम एल कच्चे केले के तने का रस पियें।

Flax Drink

स्टेप 4 :

नाश्ता :

1. पहले कोर्स के रूप में फ्लैक्स ड्रिंक से शुरुआत करें। (क्यूआर कोड स्कैन करें।)
2. फलों का दूसरा कोर्स लें।
3. अगर फिर भी भूख लगे तो डाइट चार्ट से तीसरा कोर्स खाएं। अक्सर अलसी का सेवन करें पर्याप्त तृप्ति प्रदान करता है, इसलिए नाश्ता भूख लगने पर ही करना चाहिए।

दोपहर

स्टेप 1:

दिन का खाना:

1. दोपहर के भोजन से पहले एक गिलास 200 एम एल कच्ची सब्जियों का रस पियें (कोलेस्ट्रॉल और रक्त पतला करने में मदद करता है)।
2. सुनिश्चित करें कि आपके भोजन में निम्नलिखित शामिल हों:
    - 60% सब्जियाँ और पत्तेदार सब्जियाँ, दालों या अन्य के साथ पकाई गईं सब्जियाँ।
    - 25% अनाज (गेहूं, ज्वार या चावल जिसमें से स्टार्च हटा दिया गया हो तैयारी)।
    - 15% मछली, चिकन, या मशरूम।
3. दोपहर के भोजन के बाद यदि उपलब्ध हो तो 50 एम एल कच्चे केले के तने का रस पिएं (यह एक के रूप में कार्य करता है)।

(कोलेस्ट्रॉल कम करने और रक्त पतला करने में मदद करता है)।

शाम

स्टेप 1:

नाश्ते के रूप में 1 गिलास फ्लैक्स डाइट पियें।

रात

स्टेप 1:

रात के खाने से पहले, निम्नलिखित में से प्रत्येक 15 एम एल (पानी में घोलकर) लें और पियें:

- एंटी एजिंग सपोर्ट (S1)
- कार्डियो वैस्कुलर सपोर्ट (S3)
- इम्यूनकेयर (S7)

स्टेप 2:

रात का खाना:

1. 1 गिलास कच्ची सब्जियों के जूस (200 एम एल) से शुरुआत करें।
2. सुनिश्चित करें कि आपके भोजन में निम्नलिखित शामिल होंरू
    - 60% सब्जियाँ और पत्तेदार सब्जियाँ, दालों के साथ पकाई गईं।
    - 25% अनाज (चावल, रोटी, गेहूं, या ज्वार)।
    - 15% मछली, चिकन, या मशरूम।

ध्यान दें: यदि गैस्ट्रिक समस्याएं होती हैं, तो सिंथेटिक दवाओं से बचें क्योंकि वे आंत के रोगाणुओं को नुकसान पहुंचाते हैं। गैस्ट्रो सपोर्ट सप्लीमेंट इसका प्रबंधन करेगा।

अतिरिक्त जानकारी

1. परहेज करने योग्य दवाएँ: शीघ्र स्वास्थ्य लाभ सुनिश्चित करने के लिए परहेज करने योग्य दवाओं की एक सूची प्रदान की जाएगी। विवरण के लिए क्यूआर कोड को स्कैन करें।

Medications to Avoid

2. कम करने वाली दवा: मधुमेह, बीपी और थायराइड की दवाएं पर्यवेक्षण के तहत धीरे–धीरे कम की जाएंगी। मार्गदर्शन के लिए क्यूआर कोड को स्कैन करें।

Diabetes BP Thyroid

3. स्वास्थ्य लाभरू यह प्रोटोकॉल बीपी, मधुमेह, हृदय रोग, तंत्रिका संबंधी विकार, मधुमेह न्यूरोपैथी, रेटिनोपैथी, लीवर सिरोसिस, फैटी लीवर, अग्नाशयशोथ और बहुत कुछ को नियंत्रित करने में मदद करता है।

4. परहेज करने योग्य खाद्य पदाथर्रू हानिकारक खाद्य पदार्थों की एक विस्तृत सूची प्रदान की जाएगी। अधिक जानकारी के लिए क्यूआर कोड को स्कैन करें।

Foods to Avoid

5. शामिल करने योग्य खाद्य पदाथर्रू औषधि के रूप में कार्य करने वाले खाद्य पदार्थों के लिए प्रोटोकॉल का पालन करें। पूरी सूची के लिए क्यूआर कोड को स्कैन करें।

6. व्यंजन विधि:

- केले के तने का रस
- कच्ची सब्जी का रस

Foods to Include

क्यूआर कोड को स्कैन करके व्यंजनों तक पहुंचा जा सकता है।

Raw Vegetable Juice Banana Stem Juice

अधिक जानकारी के लिए

• क्यूआर कोड को स्कैन करके शोध लेख, पुरस्कार, सरकारी मान्यता, फैक्ट्री विवरण और आहार पुस्तक का पता लगाएं।

Inventor Profile