

# ईजी संवाद

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Ezykart News

### ईजीकार्ट : Direct Selling का नया युग

By Dr VK Mishra (Head of Ezykart System, Varanasi, UP)

ईजीकार्ट रिटेल ओपीसी प्राइवेट लिमिटेड, Direct Selling/ MLM की एक शानदार कंपनी है, जिसने पिछले चार वर्षों में अपने उत्पादों, सेवाओं और Business Plan से लाखों लोगों का दिल जीता है। कंपनी का मुख्य उद्देश्य MLM Leaders को एक ऐसा मंच प्रदान करना है, जहां उन्हें स्थिरता मिले और एक शानदार करियर के अवसर के साथ-साथ आयुर्वेद का भरोसा और प्रबंधन का सहयोग दोनों मिलें।

ईजीकार्ट में न्यूनतम 2,500 रुपये के हर्बल उत्पादों की खरीद करके आप अपनी आईडी को Active करवा सकते हैं। कंपनी के पास 110 हर्बल और आयुर्वेदिक Products की श्रृंखला है। यहाँ Daily कमीशन और Daily Payout की सुविधा है। Distributors के लिए रोजाना डॉक्टरों द्वारा गूगल मीट पर प्रशिक्षण दिया जाता है। कंपनी का मानना है कि यदि प्रशिक्षण और उत्पाद अच्छे हैं, तो ग्राहकों और वितरकों को कभी भी निराशा नहीं होगी।

ईजीकार्ट की शुरुआत 2 मई, 2020 को हुई और आज यह 11 राज्यों में धूम मचा रही है। आने वाले समय में ईजीकार्ट का अपना बड़ा रिटेल मार्ट होगा, अपना स्वास्थ्य क्लिनिक और अस्पताल होगा। इससे जुड़े हर वितरक यहाँ से महीने के 25 हजार, 50 हजार, 1 लाख और 10 लाख तक कमा सकेंगे, बशर्ते वे मेहनत से काम करें।

ईजीकार्ट का यह अभिनव मॉडल Direct Selling Industry के क्षेत्र में एक नया मानक स्थापित कर रहा है, जो न केवल Distributors को आर्थिक स्वतंत्रता प्रदान करता है, बल्कि उन्हें स्वास्थ्य और कल्याण के क्षेत्र में योगदान देने का अवसर भी देता है। यह कंपनी Direct Selling उद्योग में एक नए युग की शुरुआत का प्रतीक है, जो परंपरागत व्यावसायिक मॉडल को चुनौती देते हुए, एक समावेशी और सशक्त भविष्य की ओर अग्रसर है। Jai Hind, Jai Ayurveda, Jai Ezykart



### स्वतंत्रता दिवस पर विशेष संदेश: आजादी से आत्मनिर्भरता की ओर

Dear Ezykart Champions,

स्वतंत्रता दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं!

15 अगस्त हमारे देश के लिए एक ऐतिहासिक दिन है। 1947 में इसी दिन हमने अंग्रेजी शासन से मुक्ति पाई थी। यह दिन हमें याद दिलाता है कि स्वतंत्रता की कीमत क्या होती है और हमारे स्वतंत्रता सेनानियों ने कितने बलिदान दिए।

एक नागरिक के रूप में हमारी जिम्मेदारी है कि हम इस आजादी की रक्षा करें और देश के विकास में अपना योगदान दें। हमें अपने कर्तव्यों का पालन करना चाहिए और देश के नियमों का सम्मान करना चाहिए।

ईजीकार्ट के सदस्य के रूप में, आप भी इस राष्ट्रीय विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। हमारा लक्ष्य है कि हम स्वास्थ्य और समृद्धि को हर घर तक पहुंचाएं। हमारा मिशन है कि हम लाखों लोगों को स्वरोजगार का अवसर दें और उन्हें आत्मनिर्भर बनाएं। आप सभी से मेरा आग्रह है कि:

1. अपने लक्ष्यों को स्पष्ट रखें और उन्हें लिख लें।

3. नियमित रूप से हमारे Training/ Meetings में भाग लें।

4. अपने Team को बेहतरीन सेवा प्रदान करें।

5. अपनी टीम का मार्गदर्शन करें और उन्हें प्रोत्साहित करें।

याद रखें, जैसे हमारे स्वतंत्रता सेनानियों ने अथक प्रयास किए, वैसे ही आपकी मेहनत और दृढ़ संकल्प आपको सफलता की ऊंचाइयों तक ले जाएगा। ईजीकार्ट में, हम आपके साथ हैं, आपके हर कदम पर।

आइए, इस स्वतंत्रता दिवस पर हम सब मिलकर एक नए भारत के निर्माण का संकल्प लें - एक ऐसा भारत जो स्वस्थ हो, समृद्ध हो और आत्मनिर्भर हो।

**जय हिंद! जय ईजीकार्ट!**

**डॉ. बिपुल मल्लिक सीएमडी, ईजीकार्ट रिटेल ओपीसी प्राइवेट लिमिटेड**



Ezykart News

## All about Ezykart: No 1 Direct Selling Company

### An Intro, Brief, Services, System and Planning

ईजीकार्ट रिटेल ओपीसी प्राइवेट लिमिटेड, Direct Selling Industry/ MLM जगत में एक नए क्रांतिकारी अध्याय की शुरुआत कर रही है। पिछले चार वर्षों में, इस कंपनी ने अपने नवीन Herbal and Ayurvedic Products, सेवाओं और व्यावसायिक मॉडल से लाखों लोगों का विश्वास जीता है।

कंपनी का मुख्य लक्ष्य प्रत्यक्ष Distributors/ MLM Leaders को एक ऐसा मजबूत Platform प्रदान करना है, जहाँ उन्हें न केवल आर्थिक स्थिरता मिले, बल्कि एक उज्ज्वल करियर के साथ-साथ आयुर्वेद का भरोसा और Management का निरंतर सहयोग भी प्राप्त हो।

ईजीकार्ट में शामिल होने की प्रक्रिया अत्यंत सरल है। मात्र 2,500 रुपये के हर्बल उत्पादों की खरीद के साथ, कोई भी अपनी आईडी सक्रिय कर सकता है। कंपनी 110 से अधिक हर्बल और आयुर्वेदिक उत्पादों की विस्तृत श्रृंखला प्रदान करती है।

वितरकों के लिए दैनिक कमीशन और तत्काल भुगतान की सुविधा उपलब्ध है। इसके अतिरिक्त, कंपनी प्रतिदिन गूगल मीट के माध्यम से विशेषज्ञ डॉक्टरों द्वारा प्रशिक्षण सत्र आयोजित करती है, जो वितरकों को उत्पादों और व्यवसाय के बारे में गहन जानकारी प्रदान करते हैं।

2 मई, 2020 को स्थापित, ईजीकार्ट ने मात्र चार वर्षों में 11 राज्यों में अपनी मजबूत उपस्थिति दर्ज कराई है। कंपनी का भविष्य का विजन अत्यंत महत्वाकांक्षी है। आने वाले समय में, ईजीकार्ट का लक्ष्य है अपना विशाल रिटेल मार्ट, स्वास्थ्य क्लिनिक और अस्पताल स्थापित करना।

कंपनी का दावा है कि मेहनती वितरक यहाँ से प्रतिमाह 25,000 से लेकर 10 लाख रुपये तक की कमाई कर सकते हैं। यह आँकड़ा MLM Industry में अभूतपूर्व है और ईजीकार्ट की वृद्धि क्षमता को दर्शाता है।

ईजीकार्ट का यह अभिनव मॉडल Direct Selling के क्षेत्र में नए मानक स्थापित कर रहा है। यह न केवल वितरकों को आर्थिक स्वतंत्रता प्रदान करता है, बल्कि उन्हें स्वास्थ्य और कल्याण के क्षेत्र में योगदान देने का सुनहरा अवसर भी देता है।



भले ही पूरी दुनिया तुम्हारे खिलाफ हो जाये  
हालात चाहे कितने ही मुश्किल क्यों न हो जायें  
और लोग चीख-चीख कर तुमसे कहें  
कि तुम बुरी तरह हार चुके हो... Give up

तब तुम मेरी एक बात हमेशा याद रखना  
जब तक तुम्हें, अपने आप पर भरोसा है  
तब तक कोई भी, कहीं भी और कभी भी  
तुम्हें नहीं हरा सकता...



# EZY Bio-Magnetic Mattress & Pillow Pad

NO SIDE EFFECT

100% NATURAL

PERMANENT PAIN KILLER

EARTH FREQUENCY

1st Time in India

World's Most Powerful Multipurpose

100% Scientific Base Top to Bottom

Permanent Main Root Cause Solution

Nasa Tech Biomedical Health

Bio-Magnet Relaxo Mattress & Pillow Pad Tech.

36 Months

Good Blood Circulation and Oxygen Levels gives Amazing Health Benefits. Today's Modern Medical Science 100% Scientifically Proves Various Diseases, Disorders, Pains and Dysfunctions (300+) of the Body are due to Poor Blood Circulation and Low Oxygen Levels in the Body. World's Most Powerful Bio-Magnetic Mattress helps in Improving Blood Circulation and Oxygen Levels in the Body and Quickly Discharges Carbon dioxide and Toxins from the Body. Helps to Prevent, Control and Fight against Various Diseases and Disorders.

World's High Intensity Extremely Powerful Bio-Magnetic Mattress and Pillow Pad

90% Causes of Diseases & Disorders are due to Poor Blood Circulation and Low Oxygen Levels in the Body. Bio-magnetic Mattress/Pillow Pad Improves Blood Circulation & Oxygen Levels in the Body.... Good Blood Circulation Prevents from and Reverses various Diseases and Disorders.

Help Line Number  
**7007119167**

USES & BENEFITS OF BIO-MAGNETIC MATTRESS

- As it is Safe Bio Magnetic Power Up to 22 Years
- Control Cholesterol High BP & Diabetes
- 100% Natural with zero Any Side Effects Very Safe Drug Free Method
- Top to Bottom Total Relief From Body Pain
- Highest Highest Up to 150 Times More Powerful
- 100% Scientifically Designed Bio Magnetic Mattress
- Help to Control Multiple Blood Vessels Blockage Tendency
- Very Healthy Top to Bottom Blood Purify
- Prevent From Hereditary Genetic Family History Diseases

Note : Our Magnet is very Strongly Not Industrial Household Leather Chemicals Toys & Electronics. Environmentally Purest and Anticancer Electrically Charge Ordinary Man made Magnet. Our Magnet is Purely Natural Healthy Natural Bio Magnetic grade Pure Natural Stone Earth Permanent Highly Potentia King of Bio Magnets for Human Health Prevention Best Energy Bio Magnetic is 100% Safe Natural Non Toxic Most Eco Friendly Magnetic with zero any side effects.

MRP. **9,999**

For 3'x6' Bed

This Bio Magnetic Product is 100% Safe & Natural Drug & Medicine Free ! Additional Alternative external use substitute self healing Naturopathy without any side effect 0% Zero Side Effect

Md. By : FF 236, Gaur City Center, Greater Noida, Gautam budha nagar, UP. [www.ezykartbiomaster.com](http://www.ezykartbiomaster.com) [Eagleshat@gmail.com](mailto:Eagleshat@gmail.com)

It is a product by Ezykart Company (Biomagnetic Mattress, pillow, bracelet band and water bottle wrapping pad). This product costs only Rs. 7500/ for ezykart distributors.

Ezykart News

## Direct Selling का भारत में व्यापक संभावनाएं हैं

Go and Grab the Opportunity

भारत में Direct Selling/ MLM उद्योग तेजी से बढ़ रहा है और आने वाले वर्षों में इसमें और भी वृद्धि की उम्मीद है।

बढ़ती मध्यम वर्ग की आबादी और बदलती उपभोक्ता आदतें इस क्षेत्र के विकास को बढ़ावा दे रही हैं।

ग्रामीण क्षेत्रों में Direct Selling/ MLM कंपनियों की पहुंच बढ़ने से नए बाजार खुल रहे हैं।

डिजिटल प्लेटफॉर्म और ई-कॉमर्स के एकीकरण से Direct Selling/ MLM के तरीके में क्रांतिकारी बदलाव आ रहा है।

सरकार द्वारा Direct Selling/ MLM के लिए नियामक ढांचे की स्थापना से इस क्षेत्र को वैधता और विश्वसनीयता मिली है।

स्वास्थ्य, सौंदर्य प्रसाधन, और घरेलू उत्पादों की बढ़ती मांग Direct Selling/ MLM कंपनियों के लिए अवसर प्रदान कर रही है।

Ezykart News

## प्रत्यक्ष विक्रय (Direct Selling)

By Mr Amitabh Sajjan

Direct Selling एक ऐसी marketing पद्धति है जिसमें उत्पाद या सेवाएं सीधे निर्माता से उपभोक्ता तक पहुंचाई जाती हैं।

इस व्यवसाय मॉडल में बिचौलियों की भूमिका को कम किया जाता है, जिससे उत्पादों की कीमत कम रखी जा सकती है।

Direct Selling में स्वतंत्र विक्रेता अपने नेटवर्क का विस्तार करके अपनी आय बढ़ा सकते हैं।

यह व्यवसाय मॉडल लोगों को कम निवेश में अपना खुद का व्यवसाय शुरू करने का अवसर प्रदान करता है।

Direct Selling/ MLM में उत्पादों की गुणवत्ता और ग्राहक सेवा पर विशेष ध्यान दिया जाता है।

इस क्षेत्र में सफलता के लिए व्यक्तिगत संपर्क, संचार कौशल और दृढ़ संकल्प महत्वपूर्ण हैं।



Direct Selling Company Ezykart अपने Distributors को नियमित प्रशिक्षण और सहायता प्रदान करती हैं।

Thursday 2024

## NEWS TODAY

Issue # 001

Dr Bipul Mullick, CMD Ezykart

## Direct Selling/ MLM में सफलता: सही चुनाव और धैर्य का महत्व



दोस्तों, पैसे कमाने का कोई शॉर्टकट नहीं होता है। आपको मेहनत तो करनी ही पड़ेगी। अगर आप किसी अच्छी Product Based MLM कंपनी का चुनाव करते हैं, तो उसमें आपको कम से कम 5 साल तो देने ही होंगे। इससे आपकी लाइफ सेट हो जाएगी, एक फिक्स मंथली रॉयल्टी आती रहेगी, और प्रतिदिन के खर्चों के लिए डेली पेआउट भी आता रहेगा।

सही कंपनी चुनने के लिए, इन बातों पर ध्यान दें:

- ऐसी प्रोडक्ट आधारित कंपनी चुनें जो पिछले 3-4 सालों से चल रही हो।
- कंपनियों की एक सूची बनाएं और उनके पेआउट, प्लान, और प्रोडक्ट की तुलना करें।



Direct Selling/ MLM क्षेत्र में कई कंपनियां हैं, लेकिन एक अच्छी कंपनी का चुनाव कैसे करें? यह एक महत्वपूर्ण प्रश्न है जो हर MLM Leader के मन में होता है। आज के समय में, बहुत से लोग जल्द से जल्द पैसे कमाने के लालच में गलतियां कर बैठते हैं। कई बार आवश्यकता ज्यादा होती है, और लोग कम समय में किसी तरह करोड़पति बनना चाहते हैं। ऐसे में जब कोई उन्हें उल्टा-सीधा बिजनेस प्लान या रातों-रात अमीर बनने के सपने दिखाता है, तो वे झट से राजी होकर अपनी जमा पूंजी और अपनी टीम के पैसे लगाकर जल्द अमीर होना चाहते हैं। मगर अक्सर वे अपने पैसे, टीम के पैसे और इज्जत, सब गंवा बैठते हैं।

## Ezykart Products For Ladies-

1. महिलाओं के स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के लिए:

- फीमेल केयर सिरप, - फीमेल केयर कैप्सूल, - टॉक्स प्लस

(मासिक धर्म अनियमितता, सफेद साव, कमजोरी, दुर्गंध, पेट दर्द के लिए)

2. गर्भधारण और गर्भावस्था संबंधी समस्याओं के लिए:

- Female care kit, - शतावरी, - रोबस्ट एच पुरुषों के लिए: लौंच बीज, अश्वगंधा और रोबस्ट एच

3. स्तन संबंधी समस्याओं के लिए:

- बोसम कैप्सूल (स्तन टाइट और वृद्धि के लिए)

4. Vegina देखभाल के लिए:

- इंटिमेट केयर किट (vegina टाइट, सफेद और धोने के लिए)

5. यौन इच्छा बढ़ाने के लिए:

- वुमन शक्ति

6. रक्त शुद्धिकरण और कमजोरी के लिए:

- ब्लड प्यूरीफायर - मोरिंगा (मुंहासे, फुंसी और कमजोरी के लिए भी)

7. त्वचा संबंधी समस्याओं के लिए:

- स्किन केयर कैप्सूल, - एलोवेरा कैप्सूल - एलोवेरा नीम फेस वॉश, - पपीता फेस वॉश

9. बालों की देखभाल के लिए:

- केश आहार हेयर ऑयल, - केश आहार कैप्सूल, - केश आहार शैम्पू

10. त्वचा की सफाई और नमी के लिए:

- एलोवेरा साबुन

3. कंपनी की ट्रेनिंग व्यवस्था का भी मूल्यांकन करें।

जिस कंपनी के ये चारों पहलू (प्रोडक्ट, प्लान, पेआउट, और ट्रेनिंग) सबसे अच्छे लगें, उसका चुनाव करें।

एक बार चुनाव कर लेने के बाद, उस कंपनी के साथ जमकर काम करें। पहले सीखिए, फिर मेहनत कीजिए। याद रखें, अगर आप सही दिशा में लगातार प्रयास करेंगे, तो आपको सफल होने से कोई नहीं रोक सकता। प्रत्यक्ष विक्रय एक ऐसा क्षेत्र है जहां धैर्य और दृढ़ संकल्प का बहुत महत्व है। जल्दबाजी में लिए गए निर्णय अक्सर नुकसानदायक होते हैं। इसलिए, समझदारी से चुनाव करें और अपने लक्ष्य पर डटे रहें। सफलता निश्चित रूप से आपके कदम चूमेगी

डियर ईजीकार्ट लीडर,

अगर कहीं भी कोई समस्या आ रही हो तो हमारी Ezykart management team टीम से संपर्क करें।

### Management Team:-

Dr Vijay Kant Mishra (Consulting Doctor & Product Trainer)

M0:-7007119167

Miss Sonal (Admin Pin Related Issue)

Mo:- 9131373447

Ritesh Kumar

(Admin Executive Product Dispatch & All Issue)

Mo:- 7004930075

Mr Amitabh Sajjan (Business Planner)

Mo:-9580277789.

Ezykart में . . .

ट्रेनिंग भी, सपोर्ट भी, कॅरिअर भी, हेल्थ भी, व्यापार भी, शोहरत भी, इज्ज़त भी, वर्तमान भी, भविष्य भी, पार्टी भी, मौज भी . . . ।

कैसे

जानकारी के लिए कृपया संपर्क करें . . .

www.easycartbooster.com

1. Anta Cid Syrup (एंटा एसिड सिरप)  
एसिडिटी और गैस को कम करता है, पेट की परेशानियों से राहत देता है।  
Reduces acidity and gas, provides relief from stomach discomforts.
2. Befit Care (Multi Vitamin Multi Mineral) Syrup (बेफिट केयर मल्टीविटामिन मल्टीमिनरल सिरप)  
शरीर को आवश्यक विटामिन और मिनरल्स प्रदान करता है, प्रतिरक्षा को मजबूत करता है।  
Provides essential vitamins and minerals to the body, strengthens immunity.
3. Blood Purifier Syrup (ब्लड प्यूरीफायर सिरप)  
-हिंदी: रक्त को शुद्ध करता है, त्वचा की समस्याओं को दूर करता है।  
Purifies blood, helps eliminate skin problems.
4. Brain Care Syrup (ब्रेन केयर सिरप)  
मस्तिष्क के स्वस्थ विकास और कार्यप्रणाली में मदद करता है, याददाश्त और एकाग्रता बढ़ाता है।  
Aids healthy brain development and functioning, improves memory and concentration.
5. Cough Care Syrup (कॉफ केयर सिरप)  
खांसी और गले की खराश को कम करता है, श्वसन तंत्र को राहत देता है।  
Reduces cough and throat irritation, provides respiratory relief
6. Dibetic Care Syrup (डायबेटिक केयर सिरप)  
ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित करने में मदद करता है, मधुमेह रोगियों के लिए उपयुक्त है।  
Helps control blood sugar levels, suitable for diabetic patients.
7. Enzyme (Digestive) Syrup (एंजाइम डाइजेस्टिव सिरप)  
पाचन क्रिया को बेहतर बनाता है, पेट की समस्याओं को दूर करता है।  
Improves digestion, alleviates stomach issues.
8. Female Care Syrup (फीमेल केयर सिरप)  
महिलाओं की प्रजनन स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है, मासिक धर्म संबंधित समस्याओं को दूर करता है।  
Improves women's reproductive health, alleviates menstrual-related issues.
9. Joint Care Syrup (जॉइंट केयर सिरप)  
जोड़ों के दर्द और सूजन को कम करता है, गठिया और संधिशोथ के लक्षणों में राहत देता है।  
Reduces joint pain and inflammation, provides relief from arthritis and joint swelling symptoms.
10. Liver Care Syrup (लिवर केयर सिरप)  
लिवर की स्वस्थता बनाए रखने में मदद करता है, लिवर से संबंधित विकारों को दूर करने में सहायक है।  
Helps maintain liver health, aids in eliminating liver-related disorders.
11. Piles Care Syrup (पाइल्स केयर सिरप)  
बवासीर के लक्षणों को कम करता है, मलाशय की स्वस्थता बनाए रखता है।  
Alleviates piles symptoms, maintains bowel health.
12. Stone Care Syrup (स्टोन केयर सिरप)  
गुर्दे और मूत्रपथ में पथरी बनने से रोकता है, पहले से बने पथरियों को तोड़ने में मदद करता है।  
Prevents the formation of stones in the kidneys and urinary tract, helps break down existing stones.
13. Thyrodin Syrup (थायरोडिन सिरप)  
थायरायड ग्रंथि के स्वस्थ कार्य को बनाए रखता है, थायरायड से संबंधित समस्याओं को दूर करता है।  
Maintains healthy thyroid gland function, alleviates thyroid-related issues.

## खुसखबरी

\*हम आपके लिए एक और बेमिसाल ऑफर लेकर आए हैं, जो MLM के इतिहास में कभी नहीं देखा गया:

अब आप लोन लेकर भी प्रोडक्ट फ्रेंचाइजी खोल सकते हैं! \*

\* \*सिटी फ्रेंचाइजी (City Franchise) (₹100,000):\* ₹50,000 का डाउन पेमेंट करें और 15 महीनों के लिए ₹4600 की मासिक किस्तों का भुगतान करें।

\* \*जिला फ्रेंचाइजी (District Franchise) (₹500,000):\* ₹2,00,000 का डाउन पेमेंट करें और 15 महीनों के लिए ₹23000 की मासिक किस्तों का भुगतान करें।

\* \*राज्य फ्रेंचाइजी (State Franchise) (₹15,00,000):\* ₹7 लाख का डाउन पेमेंट करें और 30 महीनों के लिए ₹32500 की मासिक किस्तों का भुगतान करें।

\* \*क्षेत्रीय फ्रेंचाइजी (Zone Franchise) (₹25,00,000):\* ₹15,00,000 का डाउन पेमेंट करें और 36 महीनों के लिए ₹39000 की मासिक किस्तों का भुगतान करें।

\* \*फ्रेंचाइजी स्पॉन्सर को भी प्रति माह ₹1000 से ₹10000 तक का प्रोत्साहन मिलेगा।\*

\*यह एक शानदार अवसर है अपनी टीम का विस्तार करने के लिए अधिक फ्रेंचाइजी खोलकर और यहां तक कि अपने मौजूदा फ्रेंचाइजी को भी अपग्रेड करके।\*

\*जय हिंद, जय आयुर्वेद, जय Ezykart!\*

\*कुछ अतिरिक्त बातें ध्यान दें:\*

\* ये ऑफर केवल Ezykart Champions के लिए मान्य हैं।

\* ऑफर की शर्तें बदल सकती हैं।

\* अधिक जानकारी के लिए, कृपया Ezykart की वेबसाइट ([www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)) देखें या अपने अपलाइन से संपर्क करें।

Message for MLM Leaders:-

भले ही पूरी दुनिया तुम्हारे खिलाफ़ हो जाये  
हालात चाहे कितने ही मुश्किल क्यों न हो जायें  
और लोग चीख-चीख कर तुमसे कहें  
कि तुम बुरी तरह हार चुके हो... Give up

तब तुम मेरी एक बात हमेशा याद रखना  
जब तक तुम्हें, अपने आप पर भरोसा है  
तब तक कोई भी, कहीं भी और कभी भी  
तुम्हें नहीं हरा सकता...

**NEED OF THE DECADE**

DIRECT SELLING	HERBAL FOOD SUPPLEMENT
To eliminate unemployment	Due To Pollution
To fulfill your dream	Stress , भागदौड़
To make wonderful career	Lifestyle
For lavish lifestyle	Bad effect of allopathy
	मिलावट
	To keep on healthy
	To prevent from korona

**EZYKART**  
**FULFILL BOTH**

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

Dear MLM Leaders, जरा गौर से सोचिएगा

- 1) क्या आप 2500/- रुपये बचाकर घर खरीद सकते हैं?
- 2) क्या आप 2500/- रुपये बचाकर गाडी खरीद सकते हैं?
- 3) क्या आप 2500/- रुपये बचाकर देश-विदेश की यात्रा कर सकते हैं?
- 4) क्या आप 2500/- रुपये बचाकर परीवार के सपने पूरे कर सकते हैं?
- 5) क्या आप 2500/- रुपये बचाकर बच्चों को उच्च शिक्षा दे सकते हैं?
- 6) नही ना फिर 2500/- का id लगाने के लीये इतना क्यू सोच रहे हो
- 7) Only 2500/- मे ID लगाके साथ मिलकर काम कीजिये सारे सपने पूरे होंगे \*हर हर ezykart घर घर ezykart

कुछ अलग करते है कुछ ओरिजनल करते है

बहुत हो गया हवा में सपने ओर सपनो में हवा

जैसे आप एक छोटे बच्चे को मासूमियत से गोद मे उठाते हैं उसकी प्यारी सी मुस्कान को देखकर कर खुश होते है बच्चे को फोर्स से नही प्यार और तकनीक से उठाते हैं

नेटवर्क मार्केटिंग बिजनेस भी वैसा ही है ये जोर लगाने ताकत लगाने हार्डवर्क करने भागने दौड़ने से नही बनता । ये सही तकनीक , सही चुनाव , मासूमियत ओर टीम में प्यार और सम्मान की भावना , सबको साथ रखकर एकजुट होने का समर्पण थोड़ा सा रूककर अपने आप को अपनी टीम को समझ कर लिए गए निर्णय पर कामयाबी मिलेगी। जुठे मोटिवेशनल बातो में समय खराब न करे अपने सुपर ऐक्टिव सीनियर को कॉपी करें या आज ही उनसे बात करे ।।

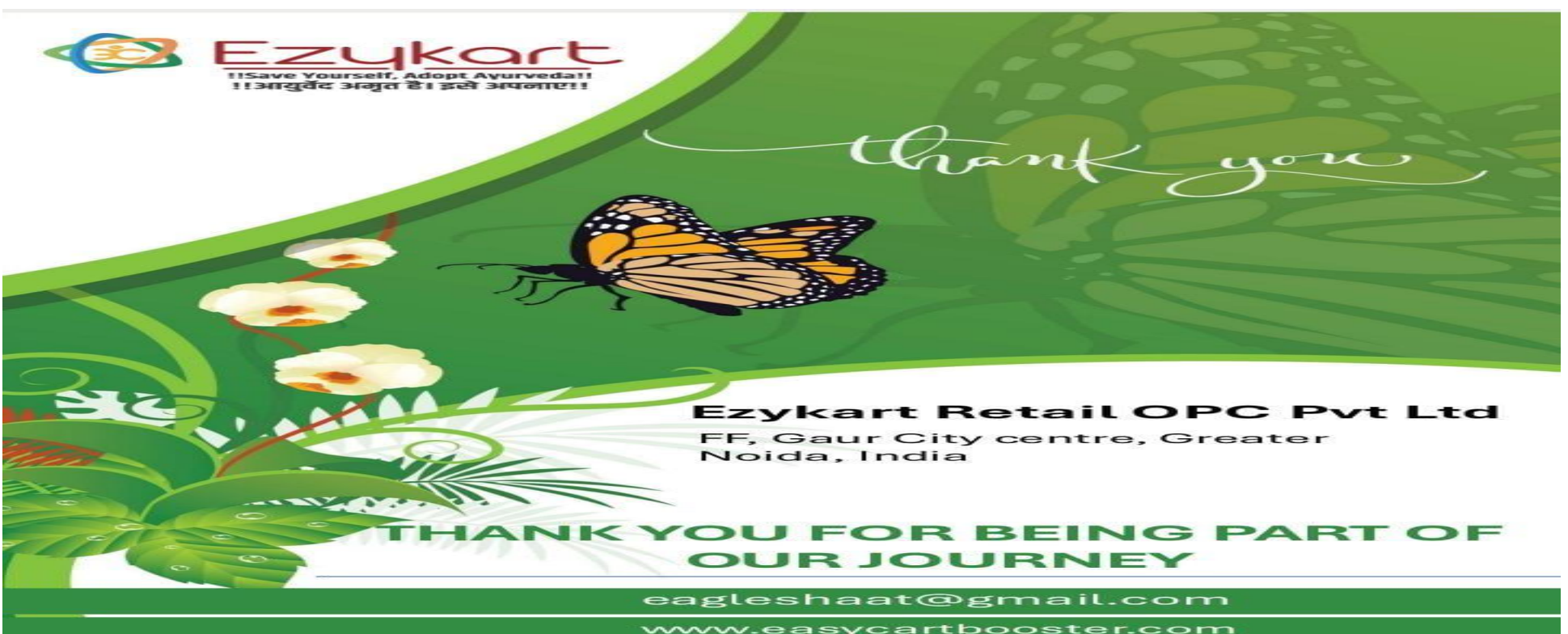
फिर देखिये कैसे नही रियल हैप्पीनेस मिलती।।

Dr Bipul Mullick

CMD Ezykart



<p><b>रोग और उसमे चलने वाले Ezykart Herbal दवा का नाम।</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. अस्थमा (Asthma) - आस्थमा केयर कैप्सूल, इम्युनिटी बूस्टर, ब्रेन केयर, मोरिंगा</li> <li>2. डायबिटीज (Diabetes) - डायबेटिक केयर, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, अमला, मोरिंगा, नीम</li> <li>3. हृदय रोग (Heart Disease) - हार्ट केयर, आर्जुन छाल, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, अश्वगंधा, अमला</li> <li>4. गठिया (Arthritis) - जॉइंट केयर, शटावरी, अश्वगंधा, गोखरू, अमला</li> <li>5. किडनी समस्याएं (Kidney Issues) - किडनी केयर, पुनर्नवा, गोखरू, व्हीटग्रास, अमला</li> <li>6. लिवर समस्याएं (Liver Issues) - लिवर केयर, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, अमला, पुनर्नवा, नोनी</li> <li>7. यूरिक एसिड (Uric Acid) - यूरिक एसिड कैप्सूल, गोखरू, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, पुनर्नवा</li> <li>8. गर्भाशय संबंधी समस्याएं (Uterine Issues) - फीमेल केयर, अश्वगंधा, शटावरी, गिलोय</li> <li>9. मासिक धर्म संबंधी समस्याएं (Menstrual Issues) - फीमेल केयर, सफेद मुसली, अश्वगंधा, शटावरी</li> <li>10. थायरॉइड समस्याएं (Thyroid Issues) - थायरो केयर, अश्वगंधा, गोखरू, पुनर्नवा</li> <li>11. पाचन संबंधी समस्याएं (Digestive Issues) - एंजाइम, बेफिट केयर, अमला, अलोवेरा, पुनर्नवा</li> <li>12. एसिडिटी (Acidity) - एंटासिड, अलोवेरा, अमला, गिलोय, पुनर्नवा</li> <li>13. कब्ज (Constipation) - पाइल्स केयर, अलोवेरा, अमला, कौंचबीज, इसबगोल</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>24. त्वचा समस्याएं (Skin Issues) - स्किन केयर, गिलोय, नीम, अलोवेरा, अमला</li> <li>25. सिरदर्द (Headache) - ब्रेन केयर, अश्वगंधा, गिलोय, जटामांसी, लौंग</li> <li>26. बालों की समस्याएं (Hair Issues) - केश आहार, अमला, मेटी, रेवंडी, शिकाकाई</li> <li>27. जोड़ों के दर्द (Joint Pain) - जॉइंट केयर, शुद्ध घी, गोखरू, सौंफ, अदरक</li> <li>28. गर्भावस्था (Pregnancy) - बेफिट केयर, सफेद मुसली, अश्वगंधा, सतावरी, आंवला</li> <li>29. यौन शक्ति बढ़ाना (Boost Sex Power) - फुल पावर कैप्सूल, अश्वगंधा, गोखरू, शटावरी, कसौंड़ी</li> <li>30. प्रोस्टेट समस्याएं (Prostate Issues) - प्रोस्टो केयर, गोखरू, पुनर्नवा, अदरक, अश्वगंधा</li> <li>31. गैस समस्याएं (Gas Issues) - एंटासिड, अजवाइन, पुदीना, अदरक, जीरा</li> <li>32. लूकोरिया (Leucorrhea) - लूकोरिया केयर, गिलोय, शटावरी, अश्वगंधा, सफेद मुसली</li> <li>33. भूख बढ़ाना (Increase Appetite) - हंगर बूस्टर, कसौंड़ी, अश्वगंधा, बादाम, शहद</li> <li>34. अल्सर (Ulcers) - अल्सर केयर, अलोवेरा, अमला, गिलोय, जामुन</li> <li>35. रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाना (Boost Immunity) - इम्युनिटी बूस्टर, अमला, गिलोय, अश्वगंधा, स्पिरुलिना</li> <li>36. गर्दन के दर्द (Neck Pain) - नाभि तेल, अदरक, लौंग, अश्वगंधा</li> <li>37. मधुमेह (Diabetes) - डायबेटिक केयर, गिलोय, मेथी दाना, करेला, जामुन</li> <li>38. एलर्जी (Allergies) - इम्युनिटी बूस्टर, गिलोय, तुलसी, नीम, अदरक</li> <li>39. मूत्र संक्रमण (Urinary Tract Infection) - पुनर्नवा, गोखरू, शिलाजीत, आंवला, नीम</li> </ol>
<ol style="list-style-type: none"> <li>14. बवासीर (Piles) - पाइल्स केयर, अलोवेरा, अमला, कौंचबीज, गिलोय</li> <li>15. सर्दी-जुकाम (Cold-Cough) - कॉफ केयर, अमला, गिलोय, तुलसी ड्रॉप्स, इम्युनिटी बूस्टर</li> <li>16. प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर (Weak Immunity) - इम्युनिटी बूस्टर, अमला, गिलोय, अश्वगंधा, स्पिरुलिना</li> <li>17. खांसी (Cough) - कॉफ केयर, तुलसी ड्रॉप्स, अदरक, गिलोय, इम्युनिटी बूस्टर</li> <li>18. तनाव (Stress) - अश्वगंधा, ब्रेन केयर, मोरिंगा, स्ट्रेस रिलीवर, योग</li> <li>19. खून की कमी (Anemia) - बेफिट केयर, अमला, मोरिंगा, अनार, गुड़</li> <li>20. हाइट बढ़ाना (Increase Height) - हाइट गेन, कैल्शियम, बेफिट केयर, मोरिंगा, अमला</li> <li>21. वजन घटाना (Weight Loss) - स्लिम एन फिट, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, व्हीटग्रास, पुनर्नवा, नीम</li> <li>22. वजन बढ़ाना (Weight Gain) - वेट गेन, बेफिट केयर, अश्वगंधा, मोरिंगा, बादाम</li> <li>23. मेमोरी बूस्ट (Memory Boost) - ब्रेन केयर, अश्वगंधा, बचनाग, बादाम, मोरिंगा</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>40. मोटापा (Obesity) - स्लिम एन फिट, गार्सिनिया कॉम्बोजिया, व्हीटग्रास, अदरक, नीम</li> <li>41. सिर दर्द (Headache) - ब्रेन केयर, अश्वगंधा, जटामांसी, लौंग, नाभि तेल</li> <li>42. जठरानी (Acidity) - एंटासिड, अलोवेरा, गिलोय, अदरक, पुदीना</li> <li>43. बवासीर (Piles) - पाइल्स केयर, कौंच बीज, गिलोय, अनार, आंवला</li> <li>44. मानसिक तनाव (Mental Stress) - अश्वगंधा, ब्रेन केयर, वचनाग, जटामांसी, शंखपुष्पी</li> <li>45. एनिमिया (Anemia) - पुनर्नवा, अमला, गुड़, लौह बलौंग, बादाम</li> <li>46. हृदय रोग (Heart Disease) - हार्ट केयर, आर्जुन छाल, अश्वगंधा, गार्लिक, मेथी दाना</li> <li>47. स्किन इन्फेक्शन (Skin Infection) - नीम, गिलोय, अलोवेरा, कुटकी, हरड़</li> <li>48. हाई बी.पी. (High BP) - आर्जुन छाल, अश्वगंधा, सौंठ, जीरा, मेथी दाना</li> <li>49. नपुंसकता (Infertility) - अश्वगंधा, गोखरू, शटावरी, सफेद मुसली, कसौंड़ी</li> <li>50. यौन दुर्बलता (Sexual Weakness) - अश्वगंधा, गोखरू, मुसली, कसौंड़ी, शटावरी</li> </ol>



## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

CMD Bipul Mullick

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

#### युग

ईजीकार्ट रिटेल जैसी प्रोडक्ट बेस्ड डायरेक्ट सेलिंग कंपनी में सफल होने के लिए डिस्ट्रीब्यूटर्स के लिए स्टेप-बाय-स्टेप गाइड।)

ईजीकार्ट रिटेल जैसी प्रोडक्ट बेस्ड डायरेक्ट सेलिंग कंपनी में सफलता पाने के लिए डिस्ट्रीब्यूटर्स को कई बातों का ध्यान रखना होता है। आइए, इन बातों को विस्तार से समझते हैं:

#### ### 1. \*उत्पाद ज्ञान:\*

\* \*गहराई से समझ:\*

 कंपनी के सभी उत्पादों के बारे में गहराई से जानें। इनके फायदे, इस्तेमाल करने का तरीका और अन्य प्रतिस्पर्धी उत्पादों से क्या अंतर है, यह सब जानना जरूरी है।

\* \*प्रदर्शन:\*

 ग्राहकों को उत्पाद का प्रदर्शन करके दिखाएं कि यह कैसे काम करता है और उनका जीवन कैसे बेहतर बना सकता है।

\* \*सवाल के जवाब:\*

 ग्राहकों के सवालों के जवाब देने के लिए तैयार रहें।

#### ### 3. \*नेटवर्किंग:\*

\* \*नए लोगों से मिलें:\*

 हमेशा नए लोगों से मिलें और अपने नेटवर्क को बढ़ाएं।

\* \*सोशल मीडिया:\*

 सोशल मीडिया का उपयोग करके अपने उत्पादों का प्रचार करें।

\* \*रेफरल:\*

 अपने मौजूदा ग्राहकों से नए ग्राहक लाने के लिए उन्हें रेफर करने के लिए प्रोत्साहित करें।

#### ### 4. \*टीम वर्क:\*

\* \*कोर टीम:\*

 अपनी कंपनी की कोर टीम का हिस्सा बनें और उनके साथ मिलकर काम करें।

\* \*सहयोग:\*

 अपने साथी डिस्ट्रीब्यूटर्स के साथ सहयोग करें और एक-दूसरे की मदद करें।

\* \*लीडरशिप:\*

 अगर आपके पास नेतृत्व की क्षमता है तो एक टीम बनाएं और उन्हें भी सफल बनाने में मदद करें।

#### ### 5. \*लगातार सीखना:\*

\* \*ट्रेनिंग:\*

 कंपनी द्वारा आयोजित किए जाने वाले प्रशिक्षण सत्रों में भाग लें।

\* \*नई चीजें सीखें:\*

 डायरेक्ट सेलिंग इंडस्ट्री में हमेशा कुछ नया सीखने को मिलता रहता है।

\* \*अपने आप को अपडेट रखें:\*

 मार्केटिंग, बिक्री और नेतृत्व के नए तरीकों के बारे में जानते रहें।

#### ### 6. \*लक्ष्य निर्धारण:\*

\* \*स्पष्ट लक्ष्य:\*

 अपने लिए स्पष्ट लक्ष्य निर्धारित करें और उन्हें प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करें।

\* \*नियमित रूप से समीक्षा करें:\*

 अपने लक्ष्यों की नियमित रूप से समीक्षा करें और जरूरत पड़ने पर उन्हें बदलें।

#### ### 7. \*सकारात्मक दृष्टिकोण:\*

\* \*आत्मविश्वास:\*

 अपने आप पर विश्वास रखें।

\* \*धैर्य:\*

 सफलता रातोंरात नहीं मिलती, धैर्य रखें।

\* \*सकारात्मक रहें:\*

 हमेशा सकारात्मक रहें और चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार रहें।

#### ### 8. \*कंपनी की नीतियों का पालन:\*

\* \*नियमों का पालन:\*

 कंपनी के सभी नियमों और नीतियों का पालन करें।

\* \*ईमानदारी:\*

 हमेशा ईमानदार रहें।

#### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

\* \*अपने उत्पादों का उपयोग करें:\*

 ताकि आप उनके बारे में बेहतर तरीके से बता सकें।

\* \*ग्राहकों के साथ व्यक्तिगत रूप से जुड़ें:\*

 उन्हें विशेष महसूस कराएं।

\* \*अपने नेटवर्क का उपयोग करें:\*

 अपने दोस्तों, परिवार और परिचितों को अपने उत्पादों के बारे में बताएं।

\* \*नई तकनीकों का उपयोग करें:\*

 सोशल मीडिया, वीडियो मार्केटिंग आदि का उपयोग करके अपने उत्पादों का प्रचार करें।

\* \*याद रखें:\*

 डायरेक्ट सेलिंग में सफलता के लिए लगातार मेहनत, धैर्य और समर्पण की आवश्यकता होती है।

www.easycartbooster.com

## 1. प्रोडक्ट नाम: एंटा-सिड सिरप ANTA CID SYRUP

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- पपीता (Papaya), हरड़ (Harad), बहेड़ा (Baheda), आंवला (Amla), मुलेठी (Mulethi), साजी क्षार (Saji Kshar), वासा (Vasaka), ब्राह्मी (Brahmi), पित्तपापड़ा (Pit Papra), धनिया (Dhania), इमली (Imli), पुदीना (Pudina), भूमि आंवला (Bhumi Amla), भृंगराज (Bhringraj) और अन्य जड़ी बूटियां

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- एसिडिटी से राहत:
  - साजी क्षार और मुलेठी पेट में अतिरिक्त एसिड को नियंत्रित करने में मदद करते हैं।
  - यह हार्टबर्न और एसिड रिफ्लक्स के लक्षणों को कम कर सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - पपीता और त्रिफला (हरड़, बहेड़ा, आंवला) पाचन क्रिया को बेहतर बनाते हैं।
  - यह कब्ज और अपच जैसी समस्याओं से राहत दे सकता है।
- पेट की सूजन को कम करना:
  - पुदीना और धनिया पेट की सूजन और गैस को कम करने में मदद करते हैं।
- लीवर स्वास्थ्य:
  - भूमि आंवला और भृंगराज लीवर के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - यह विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और वासा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
- एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - मुलेठी और पित्तपापड़ा में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो पाचन तंत्र की सूजन को कम कर सकते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - ब्राह्मी तनाव को कम करने में मदद कर सकती है, जो अक्सर पाचन समस्याओं से जुड़ा होता है।
- मुंह स्वास्थ्य:
  - मुलेठी मुंह के छालों और मसूड़ों की सूजन को कम करने में मदद कर सकती है।
- विषहरण:
  - भूमि आंवला और भृंगराज शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - आंवला और भृंगराज रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-15 ml दिन में दो से तीन बार लें।
- समय: भोजन के बाद या जब एसिडिटी का अनुभव हो।
- अवधि: लक्षणों में सुधार होने तक या डॉक्टर के निर्देशानुसार लें।
- मिश्रण: आवश्यकतानुसार थोड़े से पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।
- नियमितता: नियमित उपयोग से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस सिरप के साथ संभावित प्रतिक्रियाओं के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आपको पहले से ही कोई गंभीर पाचन संबंधी बीमारी है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- अधिक मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह अतिरिक्त पाचन समस्याएं पैदा कर सकता है।
- यदि लक्षण 7 दिनों से अधिक समय तक बने रहते हैं या बिगड़ते हैं, तो चिकित्सकीय सलाह लें।
- इस सिरप को अन्य एंटासिड दवाओं के साथ न लें, जब तक कि डॉक्टर द्वारा निर्देशित न किया गया हो।
- बच्चों को देने से पहले डॉक्टर से सलाह लें।
- शराब या कैफीन युक्त पेय के साथ न लें, क्योंकि ये एसिडिटी को बढ़ा सकते हैं।

## 2. एंजाइम सिरप ENZYME SYRUP

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- पपीता (Papaya), सौंठ (Sounth), काली मिर्च (Kali Mirch), अजवाइन (Ajwain), जीरा (Jeera), काला नमक (Kala Namak), दालचीनी (Dalchini), पुदीना (Pudina), इमली (Imli), वायविडंग (Vavidang), त्रिफला (Triphala), अनारदाना (Anardana), आलूबुखारा (Plum), पिप्पली (Pippli)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन में सुधार:
  - पपीता में पेपैन एंजाइम होता है जो प्रोटीन पाचन में मदद करता है।
  - सौंठ, अजवाइन और जीरा पाचन क्रिया को उत्तेजित करते हैं।
2. गैस और सूजन से राहत:
  - अजवाइन, जीरा और पुदीना पेट में गैस और सूजन को कम करने में मदद करते हैं।
3. कब्ज से राहत:
  - त्रिफला और इमली मृदु रेचक के रूप में कार्य करते हैं, जो कब्ज से राहत दिलाते हैं।
4. एसिडिटी नियंत्रण:
  - काला नमक और दालचीनी पेट में अतिरिक्त एसिड को नियंत्रित करने में मदद करते हैं।
5. मेटाबॉलिज्म बढ़ाना:
  - काली मिर्च और पिप्पली मेटाबॉलिक दर को बढ़ाने में मदद करते हैं।
6. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - अनारदाना और आलूबुखारा में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो सेल क्षति से बचाते हैं।
7. प्रतिरक्षा बूस्टर:
  - त्रिफला और पपीता प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
8. वजन प्रबंधन:
  - बेहतर पाचन और मेटाबॉलिज्म स्वस्थ वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
9. लीवर स्वास्थ्य:
  - त्रिफला लीवर के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है और विषहरण में मदद करता है।
10. रक्त शुद्धिकरण:
  - त्रिफला और अनारदाना रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-15 ml दिन में दो बार (भोजन के बाद) लें।
2. समय: भोजन के तुरंत बाद या जब पाचन संबंधी समस्याएं हों।
3. अवधि: लक्षणों में सुधार होने तक या डॉक्टर के निर्देशानुसार लें।
4. मिश्रण: आवश्यकतानुसार थोड़े से पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।
5. नियमितता: नियमित उपयोग से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस सिरप के साथ संभावित प्रतिक्रियाओं के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
4. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यदि आपको पहले से ही कोई गंभीर पाचन संबंधी बीमारी है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
6. अधिक मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह अतिरिक्त पाचन समस्याएं पैदा कर सकता है।
7. यदि लक्षण 7 दिनों से अधिक समय तक बने रहते हैं या बिगड़ते हैं, तो चिकित्सकीय सलाह लें।
8. यदि आपको पेटिक अल्सर या गैस्ट्रिटिस है, तो सावधानी बरतें।
9. बच्चों को देने से पहले डॉक्टर से सलाह लें।
10. अल्कोहल या कैफीन युक्त पेय के साथ न लें, क्योंकि ये पाचन प्रक्रिया को प्रभावित कर सकते हैं।

### 3. Befit Care Syrup

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- सोयाबीन, कौंचबीज, शतावर, द्राक्षा (किशमिश), आंवला, गिलोय, विदारीकंद, नागरमोथा, गोखरू, शंखपुष्पी, सफेद मूसली, अश्वगंधा,

इस सिरप के संभावित लाभ और उपयोग:

1. समग्र स्वास्थ्य में सुधार:
  - अश्वगंधा और गिलोय समग्र स्वास्थ्य और प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
2. शारीरिक शक्ति और ऊर्जा:
  - सफेद मूसली और अश्वगंधा शारीरिक शक्ति और ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकते हैं।
3. पाचन स्वास्थ्य:
  - आंवला और गिलोय पाचन को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
4. मानसिक स्वास्थ्य:
  - शंखपुष्पी मानसिक शांति और एकाग्रता में सुधार कर सकती है।
5. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - कौंचबीज और शतावर प्रजनन स्वास्थ्य में सुधार कर सकते हैं।
6. मूत्र स्वास्थ्य:
  - गोखरू मूत्र स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
7. पोषण:
  - सोयाबीन प्रोटीन का एक अच्छा स्रोत है, जबकि द्राक्षा विटामिन और खनिजों से भरपूर है।
8. रक्त शुद्धि:
  - नागरमोथा रक्त शुद्धि में मदद कर सकता है।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - आंवला और गिलोय त्वचा स्वास्थ्य में सुधार कर सकते हैं।
10. एंटी-एजिंग प्रभाव:
  - अश्वगंधा और शतावर में एंटी-एजिंग गुण हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-20 ml दिन में दो बार (सुबह और शाम)। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
3. कैसे लें: सिरप को पानी या दूध के साथ मिलाकर लिया जा सकता है।
4. भोजन के संबंध में: भोजन से 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
5. नियमितता: नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या अन्य दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उनके संभावित अंतर्क्रिया के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
5. मधुमेह या उच्च रक्तचाप जैसी पुरानी बीमारियों वाले लोगों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
6. बच्चों के पहुंच से दूर रखें।
7. ठंडे और सूखे स्थान पर संग्रहित करें।
8. निर्धारित समय सीमा के बाद उत्पाद का उपयोग न करें।
9. अगर आपको किसी विशेष जड़ी-बूटी से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
10. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली बनाए रखें।
  - संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।

## 4 Joint Care Syrup

साइज़: 200 ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:-हल्दी (Turmeric), दालचीनी (Dalchini), दारुहल्दी (Daruhaldi), चोबचीनी (Chobchini), अश्वगंधा (Ashwagandha), रास्ना (Rasna), पटार (Patar), पुनर्नवा (Punernava), नागरमोथा (Nagar Motha), निर्गुंडी (Nirgundi), सुरंजन (Suranjan), शल्लकी (Shallaki), हड्जोड़ (Hadjod), गोखरू (Gokhru), आंवला (Amla), बहेड़ा (Baheda)

इस सिरप के संभावित लाभ और उपयोग:

- जोड़ों के दर्द में राहत:
  - हल्दी, शल्लकी और निर्गुंडी में दर्द निवारक और सूजन रोधी गुण होते हैं।
- सूजन कम करना:
  - हल्दी, दारुहल्दी और शल्लकी सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- गठिया (आर्थराइटिस) में लाभ:
  - शल्लकी और सुरंजन गठिया के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
- जोड़ों की लचीलेपन में सुधार:
  - हड्जोड़ और रास्ना जोड़ों की लचीलेपन और गतिशीलता को बढ़ा सकते हैं।
- हड्डियों का स्वास्थ्य:
  - हड्जोड़ और आंवला हड्डियों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
- कार्टिलेज की सुरक्षा:
  - शल्लकी कार्टिलेज के क्षय को धीमा कर सकता है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - दालचीनी और नागरमोथा स्थानीय रक्त परिसंचरण को बढ़ा सकते हैं।
- मांसपेशियों में आराम:
  - अश्वगंधा और निर्गुंडी मांसपेशियों को आराम दे सकते हैं।
- विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - पुनर्नवा और बहेड़ा शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - बहेड़ा और आंवला पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-20 ml दिन में दो बार (सुबह और शाम)। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
- कैसे लें: सिरप को पानी या गुनगुने पानी के साथ मिलाकर लिया जा सकता है।
- भोजन के संबंध में: भोजन से 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
- नियमितता: नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या अन्य दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- मधुमेह या उच्च रक्तचाप जैसी पुरानी बीमारियों वाले लोगों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
- बच्चों के पहुंच से दूर रखें।
- ठंडे और सूखे स्थान पर संग्रहित करें।
- निर्धारित समय सीमा के बाद उत्पाद का उपयोग न करें।

## 5 . Blood Purifier Syrup साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- नीम (Neem), पटार (Patar), बबूल (Babool), शाल (Shaal), कालमेघ (Kalmegh), नागरमोथा (Nagar Motha), दारुहल्दी (Daruahalsi), गिलोय (Giloy), वला (Amla), पित्तपापड़ा (Pitpapra), गोखरू (Gokhru), खदिर (Khadir), मजीठ (Majith), वावडिंग (Vavding), गाजर (Carrot), कचूर (Kachur), सर्पगंधा (Sarpankha)

इस सिरप के संभावित लाभ और उपयोग:

1. रक्त शुद्धि:
  - नीम, कालमेघ और गिलोय रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं।
2. त्वचा स्वास्थ्य:
  - नीम, आंवला और मजीठ त्वचा संबंधी समस्याओं में सहायक हो सकते हैं।
3. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, आंवला और कालमेघ प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
4. पाचन में सुधार:
  - नागरमोथा और आंवला पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।
5. विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - नीम, कालमेघ और पित्तपापड़ा शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकते हैं।
6. यकृत (लिवर) स्वास्थ्य:
  - कालमेघ और गिलोय यकृत के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
7. एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - नीम, गिलोय और कालमेघ में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं।
8. मूत्र स्वास्थ्य:
  - गोखरू मूत्र स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
9. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला और गाजर में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं।
10. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - गिलोय और नीम रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-20 ml दिन में दो बार (सुबह और शाम)। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 1-2 महीने तक नियमित रूप से लें।
3. कैसे लें: सिरप को पानी या गुनगुने पानी के साथ मिलाकर लिया जा सकता है।
4. भोजन के संबंध में: भोजन से 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
5. नियमितता: नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या अन्य दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें।
5. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
6. मधुमेह या उच्च रक्तचाप जैसी पुरानी बीमारियों वाले लोगों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
7. बच्चों के पहुंच से दूर रखें।
8. ठंडे और सूखे स्थान पर संग्रहित करें।
9. निर्धारित समय सीमा के बाद उत्पाद का उपयोग न करें।
10. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं।
  - संतुलित आहार लें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Vijay Kant Mishra, (BNYS) Consulting  
Doctor & head of All department Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

#### युग

ईजीकार्ट रिटेल जैसी प्रोडक्ट बेस्ड डायरेक्ट सेलिंग कंपनी में सफल होने के लिए डिस्ट्रीब्यूटर्स के लिए स्टेप-बाय-स्टेप गाइड।)

ईजीकार्ट रिटेल जैसी प्रोडक्ट बेस्ड डायरेक्ट सेलिंग कंपनी में सफलता पाने के लिए डिस्ट्रीब्यूटर्स को कई बातों का ध्यान रखना होता है। आइए, इन बातों को विस्तार से समझते हैं:

- स्पष्ट लक्ष्य निर्धारित करें: अपने व्यवसाय के लिए विशिष्ट, मापने योग्य उद्देश्यों को परिभाषित करें।
- विकास की मानसिकता विकसित करें: सीखने को अपनाएं, परिवर्तनों को अपनाएं और नई रणनीतियों के लिए खुले रहें।
- एक मजबूत टीम संस्कृति बनाएं: एक सहायक, प्रेरित और प्रशिक्षित टीम को बढ़ावा दें।

4. निरंतर बने रहें: नियमित रूप से अपने व्यवसाय के निर्माण पर काम करें, भले ही यह हर दिन एक छोटी सी कार्रवाई ही क्यों न हो।

5. व्यक्तिगत विकास पर ध्यान दें: अपने कौशल, ज्ञान और नेतृत्व क्षमताओं में सुधार करें।

6. अपने नेटवर्क का विस्तार करें: नए लोगों से जुड़ें, कार्यक्रमों में भाग लें और ऑनलाइन जुड़ें।

7. उद्योग के रुझानों से अपडेट रहें: उत्पादों, सेवाओं और मार्केटिंग रणनीतियों पर खुद को लगातार शिक्षित करते रहें।

8. उदाहरण के आधार पर नेतृत्व करें: अपनी टीम को दिखाएं कि आप सफलता के लिए प्रतिबद्ध, प्रेरित और समर्पित हैं।

9. सकारात्मक और लचीले रहें: बाधाओं पर काबू पाएं, असफलताओं से सीखें और सकारात्मक दृष्टिकोण बनाए रखें।

याद रखें, नेटवर्क मार्केटिंग में प्रगति के लिए समय, प्रयास और दृढ़ता की आवश्यकता होती है। अपने लक्ष्यों के प्रति केंद्रित, अनुकूलनीय और प्रतिबद्ध रहें, और आप आगे बढ़ेंगे और सफलता प्राप्त करेंगे।

कुछ अलग करते हैं कुछ ओरिजनल करते हैं

बहुत हो गया हवा में सपने ओर सपनों में हवा

जैसे आप एक छोटे बच्चे को मासूमियत से गोद में उठाते हैं उसकी प्यारी सी मुस्कान को देखकर कर खुश होते हैं बच्चे को फोर्स से नहीं प्यार और तकनीक से उठाते हैं

नेटवर्क मार्केटिंग बिजनेस भी वैसा ही है ये जोर लगाने ताकत लगाने हार्डवर्क करने भागने दौड़ने से नहीं बनता । ये सही तकनीक , सही चुनाव , मासूमियत ओर टीम में प्यार और सम्मान की भावना , सबको साथ रखकर एकजुट होने का समर्पण थोड़ा सा रूककर अपने आप को अपनी टीम को समझ कर लिए गए निर्णय पर कामयाबी मिलेगी। झूठे मोटिवेशनल बातों में समय खराब न करे अपने सुपर ऐक्टिव सीनियर को कॉपी करें या आज ही उनसे बात करे ।।

फिर देखिये कैसे नही रियल हैप्पीनेस मिलती।।



जब हमारे पास कोई अच्छी अपॉर्चुनिटी आती है तो हम इसके ऊपर शंका , कुशंका होती है लेकिन जब वह अपॉर्चुनिटी जब मार्केट में हंगामा करती है तब हमें पछतावा के अलावा कुछ हाथ नहीं है आता Ezykart ही एक सिस्टम है पूरे वर्ल्ड का अनोखा MLM Business सिस्टम है इसमें हम सबको 100% देना है।



www.easycartbooster.com

\*अतिरिक्त टिप्स:\*

\* \*अपने उत्पादों का उपयोग करें: ताकि आप उनके बारे में बेहतर तरीके से बता सकें।

\* \*ग्राहकों के साथ व्यक्तिगत रूप से जुड़ें: उन्हें विशेष महसूस कराएं।

\* \*नई तकनीकों का उपयोग करें: सोशल मीडिया, वीडियो मार्केटिंग आदि का उपयोग करके अपने उत्पादों का प्रचार करें।

\*याद रखें: डायरेक्ट सेलिंग में सफलता के लिए लगातार मेहनत, धैर्य और समर्पण की आवश्यकता होती है।



www.easycartbooster.com

## 6. Stone Care Syrup

साइज़: 200 ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: वरुण (Varun), शाल (Shaal), पाषाणभेद (Pashanbhed), गोखरू (Gokhru), पुनर्नवा (Punernava), मूली (Mooli), शर (Shar), नागरमोथा (Nagarmotha), मकोय (Makoi), कुलथ (Kulath), यवक्षार (Yavkshar), सज्जीक्षार (Sajishar), अपामार्ग (Apamarg), लज्जावंती (Lajwanti), सैन्धा नमक (Senda Namak), आंवला (Amla), अश्वगंधा (Ashwagandha), शतावर (Shatavar)

इस सिरप के संभावित लाभ और उपयोग:

- पथरी को तोड़ना और निकालना:
  - वरुण, पाषाणभेद और गोखरू पथरी को तोड़ने और निकालने में मदद कर सकते हैं।
- मूत्र प्रवाह में सुधार:
  - गोखरू और पुनर्नवा मूत्र प्रवाह को बढ़ा सकते हैं।
- मूत्र पथ के संक्रमण से बचाव:
  - वरुण और नागरमोथा में एंटीबैक्टीरियल गुण हो सकते हैं।
- सूजन कम करना:
  - पुनर्नवा और शतावर में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं।
- दर्द में राहत:
  - अश्वगंधा और लज्जावंती दर्द निवारक के रूप में काम कर सकते हैं।
- मूत्र के pH संतुलन में मदद:
  - यवक्षार और सज्जीक्षार मूत्र के pH को संतुलित करने में मदद कर सकते हैं।
- डिटॉक्सीफिकेशन:
  - पुनर्नवा और नागरमोथा शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
- किडनी के स्वास्थ्य में सुधार:
  - पुनर्नवा और गोखरू किडनी के समग्र स्वास्थ्य में सुधार कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला और मकोय में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-20 ml दिन में दो बार (सुबह और शाम)। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 1-2 महीने तक नियमित रूप से लें।
- कैसे लें: सिरप को पानी या गुनगुने पानी के साथ मिलाकर लिया जा सकता है।
- भोजन के संबंध में: भोजन से 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
- नियमितता: नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या अन्य दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप किसी अन्य दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उनके संभावित अंतर्क्रिया के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- मधुमेह या उच्च रक्तचाप जैसी पुरानी बीमारियों वाले लोगों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
- निर्धारित समय सीमा के बाद उत्पाद का उपयोग न करें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - नमक का सेवन कम करें।
  - संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।

## 7. पाइल्स केयर सिरप

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: हरड़ (Harad), बहेड़ा (Baheda), आंवला (Amla), वायविडिंग (Vaviding), जीरा (Cumin), अन्य इंग्रेडिएंट्स: अजवाइन, इमली, सोंठ, निशोथ, नीम पत्ता, सरनाई पत्ते, नागकेसर, अमलतास, मोचरस, आदि।

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- बवासीर (पाइल्स) में राहत:
  - हरड़, बहेड़ा और आंवला (त्रिफला) मल त्याग को आसान बनाते हैं और कब्ज से राहत देते हैं।
  - निशोथ में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो बवासीर की सूजन को कम कर सकते हैं।
- मल त्याग में सुधार:
  - इमली और अमलतास में लैक्सेटिव गुण होते हैं जो कब्ज को दूर करने में मदद करते हैं।
  - जीरा और अजवाइन पाचन को बेहतर बनाते हैं और गैस की समस्या को कम करते हैं।
- रक्तस्राव को कम करना:
  - नागकेसर और मोचरस में रक्तस्राव रोकने के गुण होते हैं जो बवासीर से होने वाले रक्तस्राव को कम कर सकते हैं।
- सूजन और दर्द में राहत:
  - नीम और सरनाई पत्ते में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो सूजन और दर्द को कम कर सकते हैं।
  - सोंठ दर्द निवारक के रूप में कार्य कर सकता है।
- त्वचा की देखभाल:
  - नीम और आंवला त्वचा को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं, जो बवासीर से प्रभावित क्षेत्र के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार, सुबह और शाम को लें। सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: सिरप को भोजन के 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पीएं।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

- किसी भी आयुर्वेदिक उपचार को शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर बवासीर के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है। यदि आपको गंभीर या लगातार रक्तस्राव हो रहा है, तो तुरंत चिकित्सक से संपर्क करें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - फाइबर युक्त आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें, विशेषकर पैदल चलना।
  - लंबे समय तक बैठने से बचें।
- यदि आप किसी अन्य दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- इस सिरप को बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

याद रखें, यह सिरप बवासीर के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है, लेकिन स्वस्थ जीवनशैली और आहार का पालन करना भी महत्वपूर्ण है। यदि लक्षण बने रहते हैं या बिगड़ते हैं, तो चिकित्सकीय सलाह लेना सुनिश्चित करें।

## 8. डायबिटीज केयर सिरप

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: सोंठ (Sounth), पीपली (Pippli), काली मिर्च (Kali Mirch), नीम पत्ता (Neem Patar), गुडमार बूटी (Gudmar Butti), अन्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा, पनीर दोड़ी, धनिया, इंदर जौ, बेलवा, त्रिफला, जामुन गुठली, गिलोय, मेथी दाना, कुटकी, तुलसी, आदि।

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - गुडमार बूटी और जामुन गुठली रक्त शर्करा के स्तर को कम करने में मदद करते हैं।
  - गिलोय और नीम पत्ता इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ा सकते हैं।
2. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - सोंठ, पीपली और काली मिर्च पाचन और चयापचय को बेहतर बनाते हैं।
  - मेथी दाना ग्लूकोज उपयोग को बढ़ा सकता है।
3. अग्न्याशय के स्वास्थ्य में सुधार:
  - गुडमार बूटी और गिलोय अग्न्याशय के कार्य को बेहतर बना सकते हैं।
4. ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करना:
  - अश्वगंधा और तुलसी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो डायबिटीज से संबंधित ऑक्सीडेटिव तनाव को कम कर सकते हैं।
5. जटिलताओं का जोखिम कम करना:
  - त्रिफला और नीम पत्ता डायबिटीज की जटिलताओं के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं।
6. वजन प्रबंधन:
  - गुडमार बूटी और मेथी दाना वजन प्रबंधन में सहायक हो सकते हैं।
7. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - अश्वगंधा और गिलोय प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
8. लिपिड प्रोफाइल में सुधार:
  - मेथी दाना और त्रिफला कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड्स के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार, सुबह और शाम को लें। सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: सिरप को भोजन के 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पीएं।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

1. किसी भी आयुर्वेदिक उपचार को शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही डायबिटीज की दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या रक्त शर्करा के स्तर में अचानक बदलाव आए तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद डायबिटीज के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है। इसे नियमित दवाओं और जीवनशैली में परिवर्तन के साथ उपयोग किया जाना चाहिए।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ वजन बनाए रखें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - संतुलित और नियंत्रित आहार लें।
  - धूम्रपान और शराब से बचें।
6. अपने रक्त शर्करा के स्तर की नियमित रूप से जांच करते रहें और अपने चिकित्सक को सूचित रखें।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
  - इस सिरप को बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

## 9. लिवर केयर सिरप

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: भूमि आंवला (Bhumi Amla), मुलेठी (Mulethi), रोहितका (Rohtika), शाल्मली (Shaal), पुनर्नवा (Punarnava), अन्य इंग्रेडिएंट्स: पित पापड़ा, दारुहल्दी, पिपलामूल, सर्पगंधा, भृंगराज, गिलोय, आंवला, मकोय, कुटकी, अर्जुन, हरड़, बहेड़ा, अश्वगंधा, नागरमोथा, इमली, आलूबुखारा (प्लम), सोंठ, तुलसी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- लिवर की कार्यक्षमता में सुधार:
  - भूमि आंवला और पित पापड़ा लिवर की कार्यक्षमता को बढ़ाने में मदद करते हैं।
  - कुटकी लिवर के स्वास्थ्य को बनाए रखने में सहायक है।
- विषहरण (डिटॉक्सिफिकेशन):
  - पुनर्नवा और भृंगराज शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करते हैं।
  - गिलोय लिवर को विषाक्त पदार्थों से बचाने में सहायक है।
- एंटी-ऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - आंवला और तुलसी में मजबूत एंटी-ऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो लिवर को फ्री रेडिकल्स से बचाते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - मुलेठी और सोंठ पाचन क्रिया को बेहतर बनाते हैं।
  - हरड़ और बहेड़ा मल त्याग को नियमित करने में मदद करते हैं।
- सूजन कम करना:
  - दारुहल्दी और मुलेठी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो लिवर की सूजन को कम कर सकते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - नीम और पुनर्नवा रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।
- पित्त प्रवाह में सुधार:
  - पित पापड़ा और भूमि आंवला पित्त के प्रवाह को बेहतर बनाते हैं।
- हृदय स्वास्थ्य में सुधार:
  - अर्जुन हृदय के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है, जो लिवर के स्वास्थ्य से जुड़ा होता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार, सुबह और शाम को लें। सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: सिरप को भोजन के 30 मिनट पहले या बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पीएं।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

सावधानियां:

- किसी भी आयुर्वेदिक उपचार को शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आपको पहले से कोई लिवर की समस्या है।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर लिवर रोगों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - शराब का सेवन न करें या कम करें।
  - संतुलित आहार लें और जंक फूड से बचें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।
- यदि आप किसी अन्य दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- इस सिरप को बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

## 10. Female Care Syrup

साइज़: 200ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अशोक (Ashoka), शाल (Sal), आंवला (Amla), सुपारी (Supari), गिलोय (Giloy), अन्य इंग्रेडिएंट्स: 6. बाबूल (Babool) 7. अर्जुन (Arjun) 8. दारुहल्दी (Daruhaldi) 9. हरड़ (Harar) 10. गुलाब (Rose flower) 11. शतावर (Shatavari) 12. मजीठ (Majith) 13. मोचरस (Mochras) 14. कीकर गोंद (Kikar gum) 15. सोंठ (Dry ginger) 16. अश्वगंधा (Ashwagandha) 17. लोध्र (Lodhra) 18. माजूफल (Majuphal) 19. अनंतमूल (Anantmool) 20. जटामांसी (Jatamansi) 21. जीरा (Cumin) 22. मेथी दाना (Fenugreek seeds) 23. नागकेसर (Nagkeshar) 24. विदारीकंद (Vidarikand)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- मासिक धर्म नियमन:
  - अशोक और लोध्र मासिक धर्म को नियमित करने में मदद कर सकते हैं।
  - यह अनियमित मासिक धर्म और मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द (डिसमेनोरिया) में राहत दे सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - शतावर और अश्वगंधा महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
  - यह पीएमएस (प्री-मैस्ट्रुअल सिंड्रोम) के लक्षणों को कम कर सकता है।
- प्रजनन स्वास्थ्य:
  - विदारीकंद और शतावर प्रजनन स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - यह बांझपन के मामलों में सहायक हो सकता है।
- मेनोपॉज के लक्षणों में राहत:
  - अशोक और शतावर मेनोपॉज के लक्षणों, जैसे गर्म फ्लशेस और मूड स्विंग्स, को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- रक्त शोधन:
  - गिलोय और नीम रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं।
  - यह त्वचा संबंधी समस्याओं को कम कर सकता है और समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - आंवला, हरड़, और जीरा पाचन को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - यह पेट संबंधी समस्याओं, जैसे अपच और कब्ज, को कम कर सकता है।
- प्रतिरक्षा बूस्टर:
  - गिलोय, आंवला, और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
- एनीमिया से बचाव:
  - लौह युक्त जड़ी-बूटियां जैसे अशोक और अनंतमूल एनीमिया से बचाव में मदद कर सकती हैं।
- त्वचा और बालों का स्वास्थ्य:
  - आंवला, अश्वगंधा, और गुलाब त्वचा और बालों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - जटामांसी और अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका:

- मात्रा: सामान्यतः 10-20 मिली (2-4 चम्मच), दिन में दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- उपयोग विधि:
  - सीधे या थोड़े से पानी में मिलाकर लें।
  - आवश्यकतानुसार शहद या गुनगुने पानी के साथ भी लिया जा सकता है।
- समयावधि: नियमित रूप से 2-3 महीने तक लें। लंबे समय तक उपयोग के लिए चिकित्सक से परामर्श करें।
- भोजन के साथ: आमतौर पर भोजन के बाद लेना सबसे प्रभावी होता है।

सावधानियां:

- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि आपको इसमें शामिल किसी भी घटक से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
- यदि आपको गंभीर गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्याएं हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ जड़ी-बूटियां पाचन को प्रभावित कर सकती हैं।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो, जैसे पेट में परेशानी या एलर्जी प्रतिक्रिया, तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- 18 वर्ष से कम उम्र की लड़कियों के लिए अनुशंसित नहीं है। किशोरियों के लिए उपयोग से पहले चिकित्सक से परामर्श करें।
- ठंडे और सूखे स्थान पर, सीधी धूप से दूर रखें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul MULlick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

### युग

मेरे प्यारे साथियों, Ezykart परिवार के सदस्यों,

आज मैं आप सभी को संबोधित करते हुए बेहद उत्साहित हूँ। हम सब जानते हैं कि Ezykart सिर्फ एक कंपनी नहीं है, बल्कि यह एक सपना है, एक आंदोलन है, और एक परिवार है। एक ऐसा परिवार जो स्वास्थ्य और समृद्धि के बीज बो रहा है।

Ezykart नाम में ही हमारे मिशन और विजन की झलक मिलती है। आइए, हम मिलकर इस नाम के हर अक्षर का अर्थ समझें और देखें कि यह हम सभी को कैसे प्रेरित करता है:

E - Energy: हर एक Ezykartian में असीमित ऊर्जा होती है। यह ऊर्जा हमें हर चुनौती का सामना करने और सफलता की नई ऊंचाइयों को छूने की शक्ति देती है।

Z - Zeal: हम सभी अपने काम के प्रति जुनूनी हैं। यह जुनून ही हमें सफलता की ओर ले जाता है।

Y - Youthful: हम हमेशा युवा रहते हैं। हम नए विचारों को अपनाने और नए अवसरों की तलाश में रहते हैं।

K - Knowledge: हम लगातार सीखते रहते हैं। आयुर्वेद का विशाल ज्ञान हमारे लिए एक अनंत खजाना है।

A - Achievement: हम सभी बड़ी उपलब्धियां हासिल करना चाहते हैं। आयुर्वेद को लोकप्रिय बनाना ही हमारी सबसे बड़ी उपलब्धि है।

R - Results: हम परिणाम-उन्मुख हैं। हमारे उत्पादों ने लाखों लोगों के जीवन में सकारात्मक बदलाव लाए हैं।

T - Team: हम एक टीम के रूप में काम करते हैं। नेटवर्क मार्केटिंग का यह मॉडल हमें एकजुटता से काम करने का अवसर देता है।

साथियों,

आज हर्बल उद्योग तेजी से बढ़ रहा है और आयुर्वेद को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। लोग अब रासायनिक दवाओं के बजाय प्राकृतिक उपचारों की ओर रुख कर रहे हैं। और Ezykart इसी जरूरत को पूरा कर रहा है। हमारी कंपनी ने आयुर्वेदिक उत्पादों की एक विस्तृत रेंज विकसित की है जो विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के लिए फायदेमंद हैं।

नेटवर्क मार्केटिंग इस उद्योग में एक शक्तिशाली माध्यम बन गया है। यह न केवल हमें उत्पाद बेचने का अवसर देता है बल्कि हमें दूसरों को भी सशक्त बनाने का मौका भी देता है। हमारी कंपनी के माध्यम से आप न केवल अपनी आय बढ़ा सकते हैं बल्कि आप दूसरों के जीवन में भी सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

आप सभी जानते हैं कि आयुर्वेद सिर्फ बीमारियों का इलाज करने के बारे में नहीं है। यह एक जीवन जीने का तरीका है। आयुर्वेद हमें स्वस्थ रहने, तनाव मुक्त रहने और एक संतुलित जीवन जीने का तरीका सिखाता है। हमारी कंपनी के माध्यम से हम आयुर्वेद के इस ज्ञान को लोगों तक पहुंचा रहे हैं।

आने वाले समय में हम और भी बड़ी उपलब्धियां हासिल करेंगे। हमें अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति को कभी कम नहीं होने देना चाहिए। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि हम एक परिवार हैं और हम एक साथ मिलकर सफलता की नई ऊंचाइयों को छू सकते हैं।

हमारी कंपनी ने न केवल भारत में बल्कि विदेशों में भी अपनी पहचान बनाई है। हमारा लक्ष्य है कि हम आयुर्वेद को विश्व स्तर पर लोकप्रिय बनाएं।

आप सभी को बहुत-बहुत धन्यवाद!

### महत्वपूर्ण बात आपके लिए:-

क्या आपको एक अच्छी कंपनी की तलाश है ?

▣ प्रोडक्ट यूनिक हो रिजल्ट हो ।

▣ प्राइस हम भारतीयों की समझ में आ जाए।

▣ प्लान ऐसा हो कि बॉटम को अपना घर संभालने में आसानी मिले।

▣ Perday 2k se 1 lakh earnings भी हो।

▣ सिंगल आईडी पर करोड़ों की इनकम कमा सकते हो।

▣ कंपनी बाद में आए हुए लोगों को हेलीकॉप्टर एंट्री ना दे।

▣ रातों-रात 2 साल से काम करने वाली टीम का स्ट्रक्चर दूसरी टीम में ना कर दिया जाए।

▣ कंपनी का ट्रेनिंग सिस्टम जबरदस्त हो।

▣ Product की अवेलेबिलिटी रहे।

▣ लीडर द्वारा मीटिंग और ट्रेनिंग का सपोर्ट मिले।

फिर देर किस बात की स्वागत है आपका Ezykart में |

आज Google meet के मीटिंग में जरूर कनेक्ट हो और समझे किस प्रकार Ezykart इतनी सारी क्वालिटी वाला प्लेटफॉर्म बन सकता है आपके लिए | Google Meet link:  
<https://meet.google.com/ykb-iyom-btv>



[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

1. "अगर एक साधारण इंसान ने भी अपने संकल्प से सफल लोगों की आदतें खुद के अंदर विकसित कर ली तो उसे सफल होने से कोई नहीं रोक सकता. याद रखिएगा आप अक्सर अपनी मनचाही सफलता से सिर्फ एक या दो आदतें दूर होते हैं."

2. जीवन को सरल रखें और एक स्पष्ट लक्ष्य रखें। हर दिन इस पर कायम रहें और आप यह देखकर आश्चर्यचकित रह जाएंगे कि आप कितना कुछ हासिल कर सकते हैं। विकास का तात्पर्य छोटे, स्थिर कदम उठाने से है। आइये मिलकर प्रगति करें!

3. "तुम्हें अपनी कहानी खुद लिखनी होती है. वैसे कहानी मत लिखना जिसमें हीरो हार जाए; तुम ऐसी कहानी लिखना जिसे पढ़ कर हर हारता हुआ हीरो फिर से जीत की तैयारी शुरू कर दे."

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 11. थायरोडिन सिरप

साइज़: 200 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:-

ब्राह्मी, गोखरू, मुंडी, पुनर्नवा, वरुणछाल, मेथी, दाना, कालोजी, अजवाइन, एलोवेरा, लहसुन, धनिया, हल्दी, कासनी, जटामांसी, मुलेठी, गिलोय, अश्वगंधा, त्रिफला

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. थायरॉयड फंक्शन में सुधार:
  - अश्वगंधा और गिलोय थायरॉयड हार्मोन के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
  - ब्राह्मी थायरॉयड ग्रंथि के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकती है।
2. मेटाबॉलिज्म का नियमन:
  - गोखरू और मेथी दाना मेटाबॉलिक दर को बढ़ाने में सहायक हो सकते हैं।
  - कालोजी इंसुलिन संवेदनशीलता में सुधार कर सकती है।
3. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, हल्दी और त्रिफला प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
4. विषहरण और शुद्धिकरण:
  - पुनर्नवा और कासनी शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक हो सकते हैं।
5. सूजन को कम करना:
  - हल्दी और गिलोय में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो सूजन को कम कर सकते हैं।
6. पाचन में सुधार:
  - अजवाइन, धनिया और त्रिफला पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
7. ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - अश्वगंधा और जटामांसी थकान को कम करने और ऊर्जा स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
8. मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
  - ब्राह्मी और जटामांसी तनाव और चिंता को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा और त्रिफला त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. सामान्य मात्रा: 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार, या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
2. उपयोग विधि:
  - भोजन के 30 मिनट पहले या बाद में लें।
  - सिरप को पानी या जूस में मिलाकर लिया जा सकता है।
3. उपचार की अवधि:
  - लक्षणों की गंभीरता के आधार पर 3-6 महीने तक नियमित रूप से लें।
  - बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और लंबे समय तक उपयोग करें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप थायरॉयड की दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को उपयोग से पहले चिकित्सक से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद थायरॉयड की गंभीर समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. मधुमेह या रक्तशर्करा की समस्या वाले व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि कुछ घटक रक्तशर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकते हैं।
6. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

अतिरिक्त सुझाव:

- स्वस्थ और संतुलित आहार लें जो आयोडीन, सेलेनियम, और जिंक जैसे पोषक तत्वों से भरपूर हो।
- नियमित व्यायाम करें, जो थायरॉयड फंक्शन को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
- तनाव को कम करने के लिए योग या ध्यान का अभ्यास करें।

## 12. प्रोडक्ट का नाम: BRAIN CARE SYRUP

साइज: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा (Ashwagandha), जटामांसी (Jatamansi), ब्राह्मी (Brahmi), मुलेठी (Mulethi), वाउच (Vauch - संभवतः वच), पुनर्नवा (Punernava), रास्ना (Rasna), पतार (Patar - संभवतः पत्थरचट्टा), गुलाब (Rose flower), अर्जुन (Arjun), शाल (Shaal), आंवला (Amla), सौंफ (Saunf), वावडिंग (Vaviding - संभवतः बावची), शंखपुष्पी (Shankhpushpi), खुरासानी अजवाइन (Khurasani ajwain).

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
  - अश्वगंधा, ब्राह्मी और शंखपुष्पी तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकते हैं।
  - जटामांसी मानसिक शांति और बेहतर नींद में सहायक हो सकता है।
- स्मृति और संज्ञानात्मक कार्य में वृद्धि:
  - ब्राह्मी और शंखपुष्पी स्मृति और एकाग्रता में सुधार कर सकते हैं।
  - अश्वगंधा मस्तिष्क कोशिकाओं की रक्षा कर सकता है।
- तंत्रिका स्वास्थ्य:
  - जटामांसी और वच तंत्रिका तंत्र को शांत कर सकते हैं।
  - रास्ना तंत्रिका दर्द में राहत दे सकता है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - अर्जुन हृदय स्वास्थ्य और रक्त परिसंचरण में सुधार कर सकता है।
  - पुनर्नवा रक्त शुद्धि में मदद कर सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला विटामिन C का एक समृद्ध स्रोत है जो प्रतिरक्षा को बढ़ावा देता है।
  - अश्वगंधा और मुलेठी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला, गुलाब, और अर्जुन में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो मस्तिष्क को स्वस्थ रखने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - सौंफ और मुलेठी पाचन में सुधार कर सकते हैं, जो मस्तिष्क स्वास्थ्य से जुड़ा हुआ है।
- शरीर के सामान्य स्वास्थ्य में सुधार:
  - पुनर्नवा विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकता है।
  - शाल त्वचा स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः वयस्कों के लिए 10-20 मिली (2-4 चम्मच) दिन में दो बार। बच्चों के लिए 5-10 मिली (1-2 चम्मच) दिन में दो बार। सटीक मात्रा के लिए बोटल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लगातार 2-3 महीने तक लें या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
- कैसे लें: भोजन के बाद या जैसा निर्देशित किया गया हो।
- पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पिएं।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- मधुमेह रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि सिरप में शक्कर हो सकती है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - शराब के साथ न लें।
  - बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
  - ठंडे और सूखे स्थान पर संग्रहित करें।
  - बोटल को अच्छी तरह से हिलाकर उपयोग करें।

## 13. कफ केयर सिरप

साइज़: 100ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- वासका (Adhatoda vasica), मुलेठी (Glycyrrhiza glabra), कंठकारी (Solanum xanthocarpum), तुलसी (Ocimum sanctum), ककड़सिंघी (Pistacia integerrima), भृंगमोल (Eclipta alba), आंवला (Emblica officinalis).

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- खांसी से राहत:
  - वासका और कंठकारी खांसी को कम करने में मदद करते हैं।
  - मुलेठी गले की खराश को शांत करता है और खांसी को कम करता है।
- श्वसन मार्ग की सफाई:
  - वासका और ककड़सिंघी श्वसन मार्ग को साफ करने में मदद करते हैं।
  - कंठकारी कफ को पतला करने में सहायक होता है।
- सूजन कम करना:
  - तुलसी और मुलेठी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो गले की सूजन को कम करते हैं।
- इम्यूनिटी बूस्टर:
  - आंवला और तुलसी इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
- ब्रोंकाइटिस में राहत:
  - वासका और कंठकारी ब्रोंकाइटिस के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
- एंटी-बैक्टीरियल प्रभाव:
  - तुलसी और ककड़सिंघी में एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं जो संक्रमण से लड़ने में मदद करते हैं।
- गले की खराश में राहत:
  - मुलेठी और तुलसी गले की खराश को शांत करने में मदद करते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - आंवला और भृंगमोल में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो सेल क्षति से बचाते हैं।
- दमा में राहत:
  - वासका और कंठकारी दमे के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः वयस्कों के लिए 10-15 ml (2-3 चम्मच) दिन में 2-3 बार। बच्चों के लिए 5-10 ml (1-2 चम्मच) दिन में 2-3 बार। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लक्षणों में सुधार होने तक या डॉक्टर के निर्देशानुसार लें। सामान्यतः 5-7 दिनों तक।
- भोजन के साथ या बिना: आमतौर पर भोजन के बाद लेना बेहतर होता है।
- शेक करें: उपयोग से पहले बोतल को अच्छी तरह हिलाएं।
- पानी के साथ: यदि स्वाद बहुत तीखा लगे तो थोड़े पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।

सावधानियां:

- किसी भी दवा या सिरप का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही कोई दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर श्वसन समस्याओं या अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि खांसी 7 दिनों से अधिक समय तक रहती है या बुखार के साथ होती है, तो डॉक्टर से संपर्क करें।
  - मधुमेह रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि सिरप में शुगर हो सकती है।
  - यदि आपको हाई ब्लड प्रेशर है, तो मुलेठी के कारण सावधानी बरतें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं या अन्य दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- अल्कोहल के साथ न लें, क्योंकि यह नींद लाने वाले प्रभाव को बढ़ा सकता है।
- ड्राइविंग या मशीनरी संचालन से पहले सावधान रहें, क्योंकि यह सिरप थोड़ी तंद्रा पैदा कर सकता है।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें और निर्देशित मात्रा से अधिक न लें।

## 14. शुद्ध मुल्तानी मिट्टी पाउडर

साइज़: 100 ग्राम

मुख्य इंग्रेडिएंट:- शुद्ध मुल्तानी मिट्टी (100% प्राकृतिक)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- त्वचा की सफाई और शुद्धिकरण:
  - मुल्तानी मिट्टी में प्राकृतिक अवशोषक गुण होते हैं जो त्वचा से अतिरिक्त तेल और गंदगी को हटाते हैं।
  - यह छिद्रों को साफ करने में मदद करता है, जिससे मुँहासे और ब्लैकहेड्स कम हो सकते हैं।
- त्वचा का टोनिंग और कसाव:
  - नियमित उपयोग से त्वचा का टोन सुधर सकता है और इसमें कसाव आ सकता है।
  - यह त्वचा को ताज़गी प्रदान करता है और उसे चमकदार बनाता है।
- एक्ज़ीमा और त्वचा की जलन में राहत:
  - मुल्तानी मिट्टी के शीतलक गुण त्वचा की जलन और खुजली को कम कर सकते हैं।
  - यह एक्ज़ीमा जैसी त्वचा की समस्याओं में राहत दे सकता है।
- प्राकृतिक एक्सफोलिएंट:
  - यह मृत त्वचा कोशिकाओं को हटाने में मदद करता है, जिससे त्वचा मुलायम और चमकदार हो सकती है।
- तैलीय त्वचा का नियंत्रण:
  - यह अतिरिक्त तेल को अवशोषित करके तैलीय त्वचा को नियंत्रित करने में मदद करता है।
- सूरज की क्षति से राहत:
  - इसके शीतलक गुण सूरज की क्षति से त्वचा को राहत दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- फेस पैक के रूप में:
  - 2-3 चम्मच मुल्तानी मिट्टी में पानी या गुलाब जल मिलाकर पेस्ट बनाएं।
  - इसे चेहरे और गर्दन पर लगाएं।
  - 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें या जब तक यह सूख न जाए।
  - गुनगुने पानी से धो लें।
  - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- स्क्रब के रूप में:
  - 1 चम्मच मुल्तानी मिट्टी में थोड़ा सा पानी मिलाकर पेस्ट बनाएं।
  - इसे गीले चेहरे पर हल्के हाथों से मसाज करें।
  - 2-3 मिनट के बाद पानी से धो लें।
  - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- हेयर मास्क के रूप में:
  - मुल्तानी मिट्टी में दही या अंडे का सफेद भाग मिलाकर पेस्ट बनाएं।
  - इसे बालों और स्कैल्प पर लगाएं।
  - 30 मिनट के लिए छोड़ दें।
  - शैम्पू से धो लें।
  - यह बालों को मजबूत और चमकदार बना सकता है।

सावधानियां:

- पहली बार उपयोग करने से पहले एलर्जी टेस्ट करें। थोड़ी सी मात्रा को कलाई के अंदरूनी हिस्से पर लगाएं और 24 घंटे तक प्रतिक्रिया देखें।
- बहुत सूखी या संवेदनशील त्वचा वाले लोगों को सावधानी से उपयोग करना चाहिए।
- आंखों में जाने से बचें। यदि ऐसा होता है, तो तुरंत ठंडे पानी से धो लें।
- यदि त्वचा में जलन, लालिमा या खुजली हो, तो उपयोग बंद कर दें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

अतिरिक्त सुझाव:

- मुल्तानी मिट्टी में अन्य प्राकृतिक सामग्री जैसे शहद, नींबू का रस, या एलोवेरा जेल मिलाकर इसके लाभों को बढ़ाया जा सकता है।

## 15. उबटन पाउडर

साइज़: 100 ग्राम

मुख्य इंग्रेडिएंट्स- मुल्तानी मिट्टी, नीम पत्ता, नागेश्वर (नाजुफल), लोध, सुपारी टुकड़ा, हरड़ छिलका.

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- त्वचा की गहरी सफाई और शुद्धिकरण:
  - मुल्तानी मिट्टी त्वचा से अतिरिक्त तेल और गंदगी को हटाती है।
  - नीम के एंटीबैक्टीरियल गुण त्वचा को कीटाणुओं से मुक्त रखते हैं।
- मुँहासे और दाग-धब्बों का उपचार:
  - नीम और नागेश्वर के एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण मुँहासों को कम करने में मदद करते हैं।
  - लोध त्वचा के दाग-धब्बों को हल्का करने में सहायक हो सकता है।
- त्वचा का टोन सुधारना:
  - हरड़ त्वचा के रंग को निखारने में मदद करता है।
  - सुपारी त्वचा को कसने और टोन करने में सहायक होती है।
- एंटी-एजिंग प्रभाव:
  - नागेश्वर और लोध में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो समय से पहले बुढ़ापे के लक्षणों को कम कर सकते हैं।
- त्वचा की जलन और खुजली में राहत:
  - नीम और मुल्तानी मिट्टी के शीतलक गुण त्वचा की जलन और खुजली को कम करते हैं।
- प्राकृतिक मॉइस्चराइजर:
  - मुल्तानी मिट्टी त्वचा को नमी प्रदान करती है, जबकि अन्य सामग्री इसे संतुलित रखती हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- फेस पैक के रूप में:
  - 2-3 चम्मच उबटन पाउडर में गुलाब जल या दही मिलाकर पेस्ट बनाएं।
  - इसे चेहरे और गर्दन पर लगाएं।
  - 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें।
  - गुनगुने पानी से धो लें।
  - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- स्क्रब के रूप में:
  - 1 चम्मच उबटन में थोड़ा सा पानी मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बनाएं।
  - इसे गीले चेहरे पर हल्के हाथों से गोलाकार में मसाज करें।
  - 2-3 मिनट के बाद पानी से धो लें।
  - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- बॉडी उबटन के रूप में:
  - स्नान से पहले पूरे शरीर पर उबटन पेस्ट लगाएं।
  - 10-15 मिनट के लिए छोड़ दें।
  - हल्के हाथों से मसाज करते हुए धो लें।
  - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।

सावधानियां:

- पहली बार उपयोग करने से पहले एलर्जी टेस्ट करें। थोड़ी सी मात्रा को कलाई के अंदरूनी हिस्से पर लगाएं और 24 घंटे तक प्रतिक्रिया देखें।
- आंखों में जाने से बचें। यदि ऐसा होता है, तो तुरंत ठंडे पानी से धो लें।
- ठंडे और सूखे स्थान पर हवाबंद डिब्बे में संग्रहित करें।

अतिरिक्त सुझाव:

- उबटन में ताजा दूध, गुलाब जल, या एलोवेरा जेल मिलाकर इसके लाभों को बढ़ाया जा सकता है।
- त्वचा के प्रकार के अनुसार उपयोग की आवृत्ति को समायोजित करें। तैलीय त्वचा वाले लोग इसे अधिक बार उपयोग कर सकते हैं, जबकि सूखी त्वचा वाले लोगों को कम बार उपयोग करना चाहिए।
- उबटन के नियमित उपयोग से त्वचा का प्राकृतिक चमक बढ़ सकता है।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul MULlick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

#### # Ezykart Vs अन्य MLM कंपनियां: Comparison

Ezykart ने पिछले कुछ वर्षों में डायरेक्ट सेलिंग उद्योग में एक मजबूत स्थिति हासिल की है। आइए देखें कि यह अन्य MLM कंपनियों से कैसे अलग है और बेहतर प्रदर्शन क्यों कर रहा है:

#### 1. स्थायित्व और वृद्धि:

\* **Ezykart:** 2020 से लगातार काम कर रही है, जबकि कई अन्य कंपनियां बंद हो गईं या विभाजित हो गईं।

\* **उत्पाद विस्तार:** Ezykart ने अपनी उत्पाद रेंज को 2 से 100 से अधिक उत्पादों तक बढ़ाया है, जबकि अन्य कंपनियों की उत्पाद गुणवत्ता में गिरावट आई है।

#### 2. अनूठा बिजनेस प्लान:

\* **कम निवेश, उच्च आय:** Ezykart का बिजनेस प्लान अन्य कंपनियों की तुलना में अधिक आकर्षक है क्योंकि इसमें कम निवेश की आवश्यकता होती है और उच्च आय अर्जित करने की संभावना होती है।

\* **Daily Payout:** Ezykart दैनिक भुगतान और निकासी की सुविधा प्रदान करता है, जो अन्य कंपनियों में उपलब्ध नहीं है।

\* **फील्ड एक्सपेंस:** कंपनी वितरकों को फील्ड एक्सपेंस के लिए 50/- per Day भी प्रदान करती है।

#### 3. डिजिटल उपस्थिति और तकनीक:

\* **मोबाइल ऐप:** Ezykart का अपना मोबाइल ऐप है जिसके माध्यम से उत्पाद खरीदे जा सकते हैं।

\* **ऑनलाइन प्रशिक्षण:** कंपनी नियमित रूप से ऑनलाइन प्रशिक्षण सत्र आयोजित करती है।

#### 4. उत्पाद की गुणवत्ता और उपलब्धता:

\* **उच्च गुणवत्ता:** Ezykart के उत्पादों की गुणवत्ता उच्च स्तर की है और ग्राहकों को सकारात्मक परिणाम मिल रहे हैं।

\* **उत्पाद उपलब्धता:** उत्पादों की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए कंपनी ने एक मजबूत आपूर्ति श्रृंखला विकसित की है।

#### 5. प्रशिक्षण और समर्थन:

\* **व्यापक प्रशिक्षण:** कंपनी वितरकों को व्यापक प्रशिक्षण प्रदान करती है जिसमें उत्पाद प्रशिक्षण, नेटवर्क मार्केटिंग प्रशिक्षण और व्यक्तिगत विकास प्रशिक्षण शामिल हैं।

\* **समर्पित समर्थन:** कंपनी के पास वितरकों को समर्थन प्रदान करने के लिए समर्पित Management staff हैं।

#### 6. पारदर्शिता और विश्वसनीयता:

\* **पारदर्शी व्यवसाय:** कंपनी अपने व्यवसाय के बारे में पूरी तरह से पारदर्शी है और वितरकों को सभी आवश्यक जानकारी प्रदान करती है।

\* **विश्वसनीयता:** कंपनी ने अपने वितरकों के बीच विश्वास और विश्वसनीयता का निर्माण किया है।

#### 7. भविष्य की योजनाएं:

\* **विस्तार:** कंपनी आने वाले वर्षों में अपने उत्पाद पोर्टफोलियो और वितरक नेटवर्क का विस्तार करने की योजना बना रही है।

\* **स्वास्थ्य देखभाल:** कंपनी स्वास्थ्य देखभाल क्षेत्र में भी प्रवेश करने की योजना बना रही है।

अगर एक साधारण इंसान ने भी अपने संकल्प से सफल लोगों की आदतें खुद के अंदर विकसित कर ली तो उसे सफल होने से कोई नहीं रोक सकता. याद रखिएगा आप अक्सर अपनी मनचाही सफलता से सिर्फ एक या दो आदतें दूर होते हैं."

#### निष्कर्ष:

Ezykart अन्य MLM कंपनियों की तुलना में कई मायनों में बेहतर है। इसकी उच्च गुणवत्ता वाले उत्पाद, अनूठा बिजनेस प्लान, व्यापक प्रशिक्षण और मजबूत समर्थन प्रणाली ने इसे उद्योग में एक अग्रणी बना दिया है। यदि आप डायरेक्ट सेलिंग में सफल होना चाहते हैं, तो Ezykart आपके लिए एक शानदार विकल्प हो सकता है।

\*अधिक जानकारी के लिए आप कंपनी के Distributors से संपर्क कर सकते हैं।\*

जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट



www.easycartbooster.com

#### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

1. **प्रामाणिक बनें:** स्वयं बनें, कोई ऐसा व्यक्ति बनने का प्रयास न करें जो आप नहीं हैं।
2. **आत्मविश्वास बनाएँ:** अपने आप पर, अपने उत्पादों और अपने व्यवसाय पर विश्वास करें।
3. **मजबूत संचार कौशल विकसित करें:** अपने दृष्टिकोण, उत्पादों और अवसर को प्रभावी ढंग से संप्रेषित करना सीखें।

4. सकारात्मक और उत्साही बनें: व्यवसाय के लिए अपना जुनून और उत्साह दिखाएं।

5. दूसरों के साथ सहानुभूति रखें: अपनी टीम के सदस्यों और ग्राहकों की जरूरतों और चुनौतियों को समझें और उनसे जुड़ें।

6. नेता बनें: पहल करें, उदाहरण स्थापित करें और दूसरों को अनुसरण करने के लिए प्रेरित करें।

7. सक्रिय रूप से सुनने का अभ्यास करें: दूसरों पर ध्यान दें, प्रश्न पूछें और दिखाएं कि आप उनकी परवाह करते हैं।

इन व्यक्तित्व गुणों को विकसित करके, आप एक अधिक प्रभावी नेटवर्क विपणक बन जाएंगे, मजबूत संबंध बनाएंगे और अधिक लोगों को अपने व्यवसाय की ओर आकर्षित करेंगे।

## 16. डायबेटिक केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. दारुहल्दी
2. गुडमार बूटी
3. जामुन गुठली
4. मेथी दाना
5. शुद्ध शिलाजीत
6. करेला

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. मधुमेह (डायबिटीज) नियंत्रण:
  - यह कैप्सूल मुख्य रूप से टाइप 1 और टाइप 2 डायबिटीज के प्रबंधन में मदद कर सकता है।
  - गुडमार बूटी, जामुन गुठली और करेला रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में सहायक हो सकते हैं।
2. इंसुलिन संवेदनशीलता:
  - मेथी दाना इंसुलिन संवेदनशीलता बढ़ा सकता है, जिससे शरीर इंसुलिन का बेहतर उपयोग कर सकता है।
3. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - दारुहल्दी और शिलाजीत में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस को कम कर सकते हैं।
4. पाचन में सुधार:
  - करेला और मेथी दाना पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।
5. मेटाबॉलिज्म बूस्ट:
  - शिलाजीत और दारुहल्दी शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं।
6. समग्र स्वास्थ्य:
  - इन हर्बल इंग्रेडिएंट्स का संयोजन समग्र स्वास्थ्य और कल्याण में सुधार कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: आमतौर पर 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दी गई निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: जैसा कि आपने उल्लेख किया है, इस प्रोडक्ट को लगातार 3 महीने या 90 दिनों तक लेना चाहिए। यह आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार है, जहां हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए समय की आवश्यकता होती है।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है। यह पाचन में मदद करता है और किसी भी संभावित पेट संबंधी परेशानी को कम करता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी दवा का सेवन कर रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।

यह उत्पाद डायबिटीज की दवाओं का विकल्प नहीं है। अपने नियमित चिकित्सा उपचार को जारी रखें जब तक कि आपका डॉक्टर अन्यथा निर्देश न दे।

## 17. ल्यूकोरिया केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. लोध्र
2. नागकेसर
3. अश्वगंधा
4. मायफल (माजूफल)
5. अशोक छाल
6. शतावर

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. ल्यूकोरिया (श्वेत प्रदर) का उपचार:
  - यह कैप्सूल मुख्य रूप से ल्यूकोरिया, जिसे श्वेत प्रदर भी कहा जाता है, के उपचार में मदद कर सकता है।
  - लोध्र और नागकेसर के कसैले गुण योनि स्राव को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
2. महिला प्रजनन स्वास्थ्य:
  - अशोक छाल और शतावर महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - ये जड़ी-बूटियाँ मासिक धर्म संबंधी समस्याओं को कम करने में भी सहायक हो सकती हैं।
3. योनि संक्रमण से बचाव:
  - नागकेसर और लोध्र के एंटीसेप्टिक गुण योनि संक्रमण से बचाव में मदद कर सकते हैं।
4. हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा और शतावर हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में सहायक हो सकते हैं, जो ल्यूकोरिया के प्रबंधन में महत्वपूर्ण है।
5. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - अश्वगंधा और शतावर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं, जो संक्रमण से लड़ने में सहायक होता है।
6. तनाव कम करना:
  - अश्वगंधा तनाव कम करने में मदद कर सकता है, जो अक्सर ल्यूकोरिया के लक्षणों को बढ़ा सकता है।
7. रक्त शुद्धिकरण:
  - मायफल और अशोक छाल रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं, जो समग्र स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है। यह पाचन में मदद करता है और किसी भी संभावित पेट संबंधी परेशानी को कम करता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी दवा का सेवन कर रही हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद गंभीर ल्यूकोरिया या अन्य गाइनेकोलॉजिकल समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है। यदि लक्षण गंभीर हैं या लंबे समय तक बने रहते हैं, तो कृपया एक योग्य चिकित्सक से परामर्श करें।

अतिरिक्त स्वच्छता बनाए रखें और संतुलित आहार लें जो इस उपचार के प्रभाव को बढ़ा सकता है।

## 18. हार्ट केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. अर्जुन
2. अश्वगंधा
3. लहसुन
4. ब्राह्मी
5. शुद्ध गुग्गुलु
6. आंवला

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. हृदय स्वास्थ्य में सुधार:
  - अर्जुन हृदय की मांसपेशियों को मजबूत करने और रक्त संचार में सुधार करने में मदद कर सकता है।
  - शुद्ध गुग्गुलु कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में सहायक हो सकता है।
2. रक्तचाप नियंत्रण:
  - लहसुन रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - अश्वगंधा तनाव को कम करके रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक हो सकता है।
3. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला विटामिन सी का समृद्ध स्रोत है, जो एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है।
  - ये एंटीऑक्सीडेंट हृदय को ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस से बचा सकते हैं।
4. तनाव प्रबंधन:
  - अश्वगंधा और ब्राह्मी तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं, जो हृदय स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
5. रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - लहसुन रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को कम करके रक्त परिसंचरण में सुधार कर सकता है।
6. मानसिक स्वास्थ्य:
  - ब्राह्मी मस्तिष्क के कार्यों में सुधार कर सकती है, जो अप्रत्यक्ष रूप से हृदय स्वास्थ्य को प्रभावित करता है।
7. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है। यह पाचन में मदद करता है और किसी भी संभावित पेट संबंधी परेशानी को कम करता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या कार्डियोलॉजिस्ट से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी हृदय रोग से ग्रसित हैं या कोई दवा ले रहे हैं।
2. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें क्योंकि लहसुन रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को प्रभावित कर सकता है।
3. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
4. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या हृदय संबंधी लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यह उत्पाद गंभीर हृदय रोगों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है। यदि आपको छाती में दर्द, सांस लेने में कठिनाई, या अन्य गंभीर लक्षण हों, तो तुरंत चिकित्सकीय सहायता लें।

स्वस्थ जीवनशैली बनाए रखें: नियमित व्यायाम करें, संतुलित आहार लें, और तनाव को कम करें। ये आदतें इस उपचार के प्रभाव को बढ़ा सकती हैं।

## 19. पाइल्स केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. आंवला
2. हरड़
3. बहेड़ा
4. रसांजन वटी
5. नागकेसर
6. सौंठ

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. बवासीर (पाइल्स) का उपचार:
  - यह कैप्सूल मुख्य रूप से बवासीर (पाइल्स) के लक्षणों को कम करने और उपचार में मदद कर सकता है।
  - त्रिफला (आंवला, हरड़, बहेड़ा) मल त्याग को आसान बना सकता है, जो बवासीर के लक्षणों को कम करने में मदद करता है।
2. मल त्याग में सुधार:
  - त्रिफला और सौंठ कब्ज को दूर करने में मदद कर सकते हैं, जो बवासीर के लिए एक प्रमुख कारक है।
3. सूजन कम करना:
  - नागकेसर और रसांजन वटी में सूजन कम करने वाले गुण हो सकते हैं, जो बवासीर से होने वाली सूजन और दर्द को कम कर सकते हैं।
4. रक्तस्राव को रोकना:
  - नागकेसर रक्तस्राव को कम करने में मदद कर सकता है, जो रक्तस्रावी बवासीर के मामलों में फायदेमंद हो सकता है।
5. त्वचा की मरम्मत:
  - आंवला में विटामिन सी होता है जो कोलेजन उत्पादन में मदद करता है, यह गुदा क्षेत्र की त्वचा की मरम्मत में सहायक हो सकता है।
6. पाचन में सुधार:
  - सौंठ पाचन को बेहतर बनाने में मदद कर सकती है, जो अप्रत्यक्ष रूप से बवासीर के लक्षणों को कम कर सकता है।
7. रक्त शुद्धिकरण:
  - त्रिफला रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है, जो समग्र स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है। यह पाचन में मदद करता है और किसी भी संभावित पेट संबंधी परेशानी को कम करता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें। पर्याप्त जल सेवन बवासीर के प्रबंधन में महत्वपूर्ण है।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
2. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
3. यह उत्पाद गंभीर बवासीर या अन्य गुदा समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है। यदि आपको गंभीर दर्द, अत्यधिक रक्तस्राव, या अन्य चिंताजनक लक्षण हों, तो तुरंत चिकित्सकीय सहायता लें।
4. अतिरिक्त सावधानियां:
  - रेशेदार भोजन का सेवन बढ़ाएं और पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - नियमित व्यायाम करें, विशेषकर ऐसे व्यायाम जो पेट के निचले हिस्से और श्रोणि क्षेत्र में रक्त संचार को बढ़ावा देते हैं।
  - लंबे समय तक बैठने या खड़े रहने से बचें।
  - शौच के दौरान बहुत अधिक जोर न लगाएं।

## 20. ब्रेन केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. ब्राह्मी
2. शंखपुष्पी
3. अश्वगंधा
4. शतावर
5. वच (वाच)
6. जटामांसी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. मस्तिष्क कार्य में सुधार:
  - ब्राह्मी और शंखपुष्पी स्मृति, एकाग्रता और संज्ञानात्मक कार्यों में सुधार कर सकते हैं।
  - ये घटक मानसिक स्पष्टता और सतर्कता बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
2. तनाव और चिंता कम करना:
  - अश्वगंधा और जटामांसी तनाव और चिंता को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
  - ये मस्तिष्क को शांत करने और मानसिक थकान को कम करने में मदद कर सकते हैं।
3. न्यूरोप्रोटेक्टिव प्रभाव:
  - ब्राह्मी और अश्वगंधा में न्यूरोप्रोटेक्टिव गुण हो सकते हैं, जो मस्तिष्क कोशिकाओं की रक्षा करने में मदद कर सकते हैं।
4. मूड में सुधार:
  - जटामांसी और शंखपुष्पी मूड को नियंत्रित करने और उदासी के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
5. नींद की गुणवत्ता में सुधार:
  - अश्वगंधा और जटामांसी नींद की गुणवत्ता में सुधार कर सकते हैं, जो मस्तिष्क के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
6. ऊर्जा और जीवन शक्ति में वृद्धि:
  - शतावर और अश्वगंधा शारीरिक और मानसिक ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकते हैं।
7. वाणी और बुद्धि में सुधार:
  - वच (वाच) वाणी और बुद्धि को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
8. हार्मोनल संतुलन:
  - शतावर हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है, जो मूड और संज्ञानात्मक कार्यों को प्रभावित कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है। यह पाचन में मदद करता है और किसी भी संभावित पेट संबंधी परेशानी को कम करता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
  2. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
  3. अतिरिक्त सावधानियां:
    - मस्तिष्क स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए नियमित व्यायाम करें और स्वस्थ आहार लें।
    - पर्याप्त नींद लें और तनाव प्रबंधन तकनीकों का अभ्यास करें।
    - मस्तिष्क को सक्रिय रखने के लिए नियमित रूप से मानसिक अभ्यास करें, जैसे पहेलियाँ सुलझाना या नई भाषा सीखना।
  4. अल्कोहल या अन्य नशीले पदार्थों के साथ इस उत्पाद का सेवन न करें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

\*नमस्कार दोस्तों, EzyKart Retail परिवार के सभी सदस्यों!\*

आज मैं आप सभी को एक प्रेरणादायक संदेश देना चाहता हूँ। जैसा कि आप जानते हैं, हम EzyKart Retail में हर्बल उत्पादों और खाद्य पदार्थों की बिक्री और विपणन के क्षेत्र में काम करते हैं, जो लोगों के स्वास्थ्य और जीवन को बेहतर बनाने के लिए समर्पित है। यह एक ऐसा उद्योग है जो न केवल आपको वित्तीय स्वतंत्रता हासिल करने में मदद करता है, बल्कि समाज में सकारात्मक बदलाव लाने का अवसर भी प्रदान करता है। मैं जानता हूँ कि आप में से कई लोग अपने सपनों को पूरा करने और एक सफल जीवन जीने की इच्छा से इस मिशन में शामिल हुए हैं। लेकिन यह सफर हमेशा आसान नहीं होता है। चुनौतियाँ और असफलताएँ आएंगी, लेकिन यह महत्वपूर्ण है कि आप हार न मानें और अपने लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करते रहें।

आपको आगे बढ़ाने के लिए, मैं आप सभी को कुछ महत्वपूर्ण बातें याद दिलाना चाहता हूँ:

\*विश्वास: अपने आप में और अपने उत्पादों में विश्वास रखें। जब आप जानते हैं कि आप जो कुछ कर रहे हैं वह मूल्यवान और सार्थक है, तो कठिन समय में भी आप मजबूत बने रहेंगे।

\*जुनून: इस काम को जुनून के साथ करें। यह प्यार और उत्साह ही आपको आगे बढ़ाएगा और आपको अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने की ताकत देगा।

\*कड़ी मेहनत: सफलता के लिए कड़ी मेहनत जरूरी है। हर दिन कुछ नया सीखने और खुद को बेहतर बनाने का प्रयास करें।

\*टीम वर्क: EzyKart Retail परिवार एक टीम है। हम एक साथ आगे बढ़ते हैं और एक-दूसरे का समर्थन करते हैं। अपनी टीम के साथी सदस्यों से जुड़ें, ज्ञान साझा करें और एक-दूसरे को प्रेरित करें।

\*सकारात्मकता: हमेशा सकारात्मक रहें। कठिनाइयों को अवसरों के रूप में देखें और चुनौतियों से सीखें।

\*नैतिकता: हमेशा नैतिक रूप से सही काम करें। ईमानदारी, सम्मान और पारदर्शिता हमारे व्यवसाय के मूलभूत सिद्धांत हैं।

अपने MLM व्यवसाय को सफल बनाने के लिए, मैं आपको निम्नलिखित सुझाव भी देना चाहता हूँ:

\*अपने उत्पादों के बारे में गहरा ज्ञान प्राप्त करें। आप तभी दूसरों को उनमें विश्वास दिला पाएंगे, जब आप उनके लाभों और विशेषताओं के बारे में सब कुछ जानते हों।

\*अपने लक्षित दर्शकों को समझें। पता करें कि आपके उत्पादों से किसे सबसे अधिक लाभ होगा और उन्हें प्रभावी ढंग से लक्षित करें।

\*अपने मार्केटिंग और बिक्री कौशल विकसित करें। लोगों से जुड़ना, उनकी जरूरतों को समझना और उन्हें आपके उत्पादों के लाभों के बारे में बताना सीखें।

\*सोशल मीडिया का उपयोग करें। अपनी पहुंच बढ़ाने और अपने उत्पादों को ऑनलाइन प्रचारित करने के लिए सोशल मीडिया का उपयोग करें।

\*अपनी टीम का समर्थन करें।\* अपने टीम के सदस्यों को प्रशिक्षण, मार्गदर्शन और प्रेरणा प्रदान करें।

\*हमेशा सीखते रहें।\* MLM उद्योग लगातार बदल रहा है, इसलिए नवीनतम रुझानों और तकनीकों के बारे में अपडेट रहना महत्वपूर्ण है।

दोस्तों हम सब एक अच्छे Project में क्या चाहते हैं-

उसका Plan अच्छा हो। उसका System लाजवाब हो। Project का Payout System लाजवाब हो। उसमें किसी तरह का Risk न हो। उसमें किसी तरह की Liabilities ना हो।

पैसा Daily आए। उसमें टीम बना ली तो इधर-उधर न हो। Project का Growth दिन ब दिन बढ़ रहा हो। जिस Project में एक बार की हुई मेहनत बर्बाद न हो ऐसा पहली बार हो रहा है, जो इतिहास में कभी नहीं हुआ। अपने सभी सपनों को आप पूरा कर सकते हैं, Ezykart के साथ। जब सब कुछ यहां है तब दिक्कत कहा है

मुझे पूरा विश्वास है कि आप सभी के पास EzyKart Retail के साथ सफल होने की क्षमता है। कड़ी मेहनत, समर्पण और सही दृष्टिकोण के साथ, आप अपने सभी लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं और एक सुखी और सफल जीवन जी सकते हैं।

आइए हम और आप मिलकर एक इतिहास बनाते हैं।

जिन्हें इज्जत के साथ जीवनभर पैसा कमाना है उनके लिए यह सिस्टम है।

\*Join Ezykart Now\*

जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट



www.easycartbooster.com

#### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

सफल होना चाहते हैं तो आपको

(1) पॉजिटिव रहना होगा।

(2) एक्टिव रहना होगा।

(3) इफेक्टिव रहना होगा।

(4) ग्रोइंग रहना होगा।

(5) एजुकेट रहना होगा।

(6) ट्रेंड रहना होगा।

(7) अपडेट रहना होगा।

(8) मोटिवेट रहना होगा।

(9) एक्साइज रहना होगा।

(10) कॉन्फिडेंट रहना होगा।

(11) प्रजेंट रहना होगा।

(12) अलर्ट रहना होगा।

(13) प्रिपेयर रहना होगा।

(14) फ्रंट पर रहना होगा।

(15) आप सफल हो सकते हो यदि कोई आपको नेगेटिव ना कर सके इसलिए आपको नेगेटिव लोगों से दूर रहना होगा।

## 21. जॉइंट केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: निर्गुडी, शल्लकी, हड्जोड़, सुरंजन, पुनर्नवा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- जोड़ों के दर्द में राहत:
  - निर्गुडी और शल्लकी में दर्द निवारक गुण होते हैं जो जोड़ों के दर्द को कम कर सकते हैं।
  - ये घटक गठिया (आर्थराइटिस) के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- सूजन कम करना:
  - सुरंजन, शल्लकी और पुनर्नवा में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो जोड़ों की सूजन को कम कर सकते हैं।
- जोड़ों की गतिशीलता में सुधार:
  - निर्गुडी और हड्जोड़ जोड़ों की लचीलेपन और गतिशीलता को बढ़ा सकते हैं।
- हड्डियों का स्वास्थ्य:
  - हड्जोड़ हड्डियों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है और फ्रैक्चर के उपचार में सहायक हो सकता है।
- कार्टिलेज की सुरक्षा:
  - शल्लकी कार्टिलेज के क्षय को धीमा कर सकता है, जो ओस्टियोआर्थराइटिस में फायदेमंद हो सकता है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - निर्गुडी, सुरंजन और पुनर्नवा स्थानीय रक्त परिसंचरण को बढ़ा सकते हैं, जो जोड़ों के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है।
- मांसपेशियों में आराम:
  - निर्गुडी मांसपेशियों को आराम देने में मदद कर सकता है, जो जोड़ों के आसपास के तनाव को कम कर सकता है।
- विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - पुनर्नवा शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकता है, जो जोड़ों के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है।
- मूत्रवर्धक प्रभाव:
  - पुनर्नवा मूत्रवर्धक के रूप में कार्य कर सकता है, जो शरीर से अतिरिक्त तरल पदार्थ को निकालने में मदद कर सकता है, यह गठिया के कुछ रूपों में लाभदायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी दवा का सेवन कर रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर जोड़ों की समस्याओं या चोटों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ वजन बनाए रखें।
  - नियमित, कम प्रभाव वाले व्यायाम करें।
  - संतुलित आहार लें।
  - धूम्रपान से बचें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

पुनर्नवा के मूत्रवर्धक प्रभाव के कारण, यदि आप किडनी की समस्याओं से ग्रसित हैं तो विशेष सावधानी बरतें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 22. Female Care कैप्सूल साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अशोक छाल, नागकेसर, माजू फल, अर्जुन छाल, शतावरी, दारुहल्दी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- मासिक धर्म संबंधित समस्याओं में राहत:
  - अशोक छाल मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द और अनियमित रक्तस्राव को कम कर सकती है।
  - नागकेसर भी मासिक धर्म संबंधित दर्द में राहत प्रदान कर सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - शतावरी महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकती है।
  - अशोक छाल एस्ट्रोजन की कमी से जुड़ी समस्याओं को कम कर सकती है।
- प्रजनन स्वास्थ्य में सुधार:
  - शतावरी प्रजनन क्षमता को बढ़ा सकती है और गर्भाशय के स्वास्थ्य में सुधार कर सकती है।
  - माजू फल योनि संक्रमण से बचाव में मदद कर सकता है।
- रजोनिवृत्ति के लक्षणों में राहत:
  - शतावरी और अशोक छाल रजोनिवृत्ति के लक्षणों जैसे गर्म फ्लैश और मूड स्विंग्स को कम कर सकते हैं।
- त्वचा और बालों का स्वास्थ्य:
  - दारुहल्दी त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाने में मदद कर सकती है।
  - शतावरी बालों के स्वास्थ्य में सुधार ला सकती है।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - अर्जुन छाल हृदय को स्वस्थ रखने में मदद कर सकती है, जो रजोनिवृत्ति के बाद महिलाओं के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - दारुहल्दी और नागकेसर में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो समग्र स्वास्थ्य में सुधार ला सकते हैं।
- तनाव और चिंता में कमी:
  - शतावरी और अशोक छाल तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - दारुहल्दी पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकती है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किसी दवा का सेवन कर रही हैं या कोई स्वास्थ्य समस्या है।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर स्त्री रोग संबंधी समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - संतुलित आहार लें और नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें और तनाव को कम करने के तरीके अपनाएं।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रही हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ घटक रक्त को पतला कर सकते हैं।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रही हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

हार्मोनल असंतुलन या एस्ट्रोजन-संवेदनशील स्थितियों वाली महिलाओं को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए और डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।

## 23. Kidney Care कैप्सूल साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: गोखरू, पुनर्नवा, पाषाणभेद, अजवाइन, काली मिर्च, सौंठ

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. मूत्र संबंधी समस्याओं में राहत:
  - गोखरू और पुनर्नवा मूत्र के प्रवाह को बढ़ा सकते हैं और मूत्र मार्ग संक्रमण (UTI) के जोखिम को कम कर सकते हैं।
  - पाषाणभेद किडनी स्टोन के निर्माण को रोकने में मदद कर सकता है।
2. किडनी की कार्यक्षमता में सुधार:
  - पुनर्नवा किडनी की कार्यक्षमता को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - गोखरू शरीर से विषाक्त पदार्थों के उत्सर्जन में सहायक हो सकता है।
3. सूजन को कम करना:
  - पुनर्नवा और अजवाइन में सूजन-रोधी गुण होते हैं जो किडनी की सूजन को कम कर सकते हैं।
4. एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - काली मिर्च और सौंठ में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो किडनी को ऑक्सीडेटिव तनाव से बचा सकते हैं।
5. रक्त शोधन:
  - पुनर्नवा रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है, जो किडनी के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
6. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - काली मिर्च और सौंठ प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत कर सकते हैं, जो किडनी संक्रमण से बचाव में मदद कर सकता है।
7. पाचन में सुधार:
  - अजवाइन और सौंठ पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं, जो अप्रत्यक्ष रूप से किडनी के स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है।
8. रक्तचाप नियंत्रण:
  - पुनर्नवा रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है, जो किडनी के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
9. शरीर में जल संतुलन:
  - गोखरू और पुनर्नवा शरीर में जल और इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किडनी संबंधित किसी दवा का सेवन कर रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद गंभीर किडनी रोगों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - नमक का सेवन सीमित करें।
  - स्वस्थ आहार लें और नियमित व्यायाम करें।
  - धूम्रपान और अत्यधिक शराब के सेवन से बचें।
6. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ घटक रक्त को पतला कर सकते हैं।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
8. यदि आपको पहले से ही किडनी की कोई समस्या है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने नेफ्रोलॉजिस्ट से परामर्श करें।

## 24. FeverAntak कैप्सूल साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: हल्दी, गिलोय, काली मिर्च, आंवला, पपीता पत्ता, नीम

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- बुखार में राहत:
  - गिलोय और नीम में ज्वरनाशक (एंटीपायरेटिक) गुण होते हैं जो बुखार को कम करने में मदद कर सकते हैं।
  - पपीता पत्ता डेंगू बुखार में विशेष रूप से लाभदायक हो सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, हल्दी और आंवला प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
  - नीम भी प्रतिरक्षा बढ़ाने वाले गुणों से युक्त है।
- सूजन को कम करना:
  - हल्दी और गिलोय में सूजन-रोधी गुण होते हैं जो बुखार से संबंधित दर्द और सूजन को कम कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - आंवला और हल्दी में उच्च मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो शरीर को मुक्त कणों से बचाते हैं।
- विषाणुरोधी और जीवाणुरोधी गुण:
  - नीम और काली मिर्च में विषाणुरोधी और जीवाणुरोधी गुण होते हैं जो संक्रमण से लड़ने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - काली मिर्च और हल्दी पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं, जो बुखार के दौरान महत्वपूर्ण हो सकता है।
- शरीर की डिटॉक्सिफिकेशन:
  - नीम और गिलोय शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - नीम और गिलोय रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं, जो संक्रमण से लड़ने में सहायक हो सकता है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - नीम त्वचा संबंधी समस्याओं से राहत दे सकता है जो कभी-कभी बुखार के साथ हो सकती हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो या तीन बार लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बुखार के लक्षण दिखाई देने पर शुरू करें और डॉक्टर की सलाह के अनुसार जारी रखें। आमतौर पर बुखार ठीक होने के बाद भी 2-3 दिन तक लेते रहना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: निर्धारित समय पर नियमित रूप से कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई अन्य दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि बुखार 3 दिन से अधिक समय तक रहता है या बहुत अधिक हो जाता है, तो तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर संक्रमणों या उच्च बुखार के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ पीएं।
  - पर्याप्त आराम करें।
  - स्वच्छता का ध्यान रखें और संक्रमण के प्रसार को रोकें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ घटक रक्त को पतला कर सकते हैं।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- यदि आपको किसी भी घटक से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
- बच्चों के लिए उपयोग करने से पहले बाल रोग विशेषज्ञ से परामर्श लें।

## 25. स्किन केयर कैप्सूल साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: हल्दी, नीम, आंवला, गिलोय, कासनी, दारुहल्दी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- त्वचा की चमक बढ़ाना:
  - हल्दी और आंवला त्वचा को निखारने और चमकदार बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - गिलोय रक्त शुद्धिकरण के माध्यम से त्वचा की चमक बढ़ा सकता है।
- एंटी-एजिंग प्रभाव:
  - आंवला में विटामिन सी होता है जो कोलेजन उत्पादन को बढ़ावा दे सकता है।
  - दारुहल्दी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो समय से पहले त्वचा के बूढ़ा होने से बचा सकते हैं।
- मुंहासे और दाग-धब्बों से बचाव:
  - नीम के एंटीबैक्टीरियल गुण मुंहासों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
  - हल्दी दाग-धब्बों को हल्का करने में सहायक हो सकती है।
- सूजन को कम करना:
  - हल्दी और गिलोय में सूजन-रोधी गुण होते हैं जो त्वचा की लालिमा और सूजन को कम कर सकते हैं।
- त्वचा की नमी बनाए रखना:
  - आंवला और कासनी त्वचा को हाइड्रेटेड रखने में मदद कर सकते हैं।
- त्वचा की मरम्मत और नवीनीकरण:
  - गिलोय और दारुहल्दी त्वचा की कोशिकाओं के नवीनीकरण में सहायक हो सकते हैं।
- त्वचा संक्रमण से बचाव:
  - नीम और दारुहल्दी के एंटीफंगल और एंटीबैक्टीरियल गुण त्वचा संक्रमण से बचाव में मदद कर सकते हैं।
- त्वचा के टोन में सुधार:
  - आंवला और कासनी त्वचा के टोन को एकसमान बनाने में मदद कर सकते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - गिलोय और कासनी रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं, जो त्वचा के समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम)। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए लगातार कम से कम 2-3 महीने तक लें।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या त्वचा विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या त्वचा पर जलन होती है, तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर त्वचा रोगों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - संतुलित आहार लें।
  - धूप से बचाव करें और सनस्क्रीन का उपयोग करें।
  - नियमित रूप से त्वचा की सफाई करें।
- यदि आप किसी अन्य त्वचा उपचार या दवा का उपयोग कर रहे हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- हल्दी रक्त को पतला कर सकती है, इसलिए यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं तो सावधानी बरतें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

## Ezykart डिस्ट्रीब्यूटर्स के लिए MLM और डायरेक्ट सेलिंग की गहन समझ

### MLM क्या है और यह कैसे काम करता है?

मल्टी लेवल मार्केटिंग (MLM) या नेटवर्क मार्केटिंग एक ऐसा व्यवसाय मॉडल है जिसमें कंपनी अपने उत्पादों को सीधे उपभोक्ताओं तक पहुंचाने के लिए एक नेटवर्क का निर्माण करती है। इस नेटवर्क में डिस्ट्रीब्यूटर्स होते हैं जो कंपनी के उत्पादों को बेचते हैं और नए डिस्ट्रीब्यूटर्स को जोड़ते हैं।

\* कैसे काम करता है:

\* आप कंपनी से प्रोडक्ट्स खरीदते हैं।

\* आप अपने दोस्तों, रिश्तेदारों या अन्य लोगों को ये प्रोडक्ट्स बेचते हैं।

\* जब आप कोई प्रोडक्ट बेचते हैं तो आपको उस पर कमीशन मिलता है।

\* आप अपनी टीम बनाते हैं और आपकी टीम के सदस्यों द्वारा की गई बिक्री पर भी आपको कमीशन मिलता है।

\* इस तरह आपका नेटवर्क बढ़ता जाता है और आपकी कमाई भी बढ़ती जाती है।

### MLM के फायदे

\* लचीलापन: आप अपने समय के अनुसार काम कर सकते हैं।

\* असीमित कमाई: आपकी कमाई आपके काम पर निर्भर करती है। जितना ज्यादा आप काम करेंगे उतनी ही ज्यादा आप कमाएंगे।

\* व्यक्तिगत विकास: MLM आपको कई तरह के कौशल जैसे कि नेतृत्व, संचार, और टीम निर्माण सिखाता है।

\* स्वतंत्रता: आप अपना खुद का बॉस होते हैं।

\* अतिरिक्त आय: आप अपनी नौकरी के साथ-साथ MLM भी कर सकते हैं।

### Ezykart में MLM कैसे लागू होता है?

Ezykart में MLM के माध्यम से आप न केवल कंपनी के उत्पादों को बेचकर कमा सकते हैं बल्कि अपनी टीम का निर्माण करके भी कमा सकते हैं। Ezykart का कम्पनसेशन प्लान आपको विभिन्न तरीकों से कमाई करने का मौका देता है जैसे कि:

\* बाइनरी इनकम: आपकी टीम के दोनों पैरों से होने वाली बिक्री पर आपको कमीशन मिलता है।

\* रीपरचेज इनकम: जब आपके डाउनलाइन के सदस्य प्रोडक्ट्स खरीदते हैं तो आपको रीपरचेज इनकम मिलती है।

\* रैंक इनकम: जब आप एक निश्चित रैंक प्राप्त करते हैं तो आपको रैंक इनकम मिलती है।

### Ezykart में सफल होने के लिए क्या करें?

\* उत्पादों के बारे में गहराई से जानें: उत्पादों के फायदों और उपयोगों को अच्छी तरह से समझें।

\* अपनी टीम का निर्माण करें: लगातार नए लोगों को अपनी टीम में जोड़ें।

\* अपनी टीम को ट्रेन करें: अपनी टीम को प्रोडक्ट्स के बारे में बताएं और उन्हें सफल होने के लिए प्रेरित करें।

\* सकारात्मक रहें: सकारात्मक सोच और दृष्टिकोण आपके सफलता की कुंजी है।

\* अपने लीडर से संपर्क में रहें: अपने लीडर से नियमित रूप से बात करें और उनकी सलाह लें।

### निष्कर्ष

MLM एक शानदार अवसर है उन लोगों के लिए जो अपनी जिंदगी बदलना चाहते हैं। Ezykart में MLM के माध्यम से आप अपनी आर्थिक स्वतंत्रता प्राप्त कर सकते हैं और अपने सपनों को साकार कर सकते हैं। लेकिन याद रखें, MLM में सफलता रातोंरात नहीं मिलती है। आपको मेहनत करने और धैर्य रखने की जरूरत है।

\* अगर आप Ezykart में सफल होना चाहते हैं तो आज ही शुरू करें!

\* अतिरिक्त सुझाव:

\* समाजिक मीडिया का उपयोग करें: अपने बिजनेस को बढ़ावा देने के लिए सोशल मीडिया का उपयोग करें।

\* वेबिनार और मीटिंग्स में भाग लें: अपनी जानकारी और कौशल को बढ़ाने के लिए वेबिनार और मीटिंग्स में भाग लें।

\* अपने नेटवर्क का उपयोग करें: अपने दोस्तों, रिश्तेदारों और अन्य लोगों को अपने बिजनेस के बारे में बताएं।

\* सकारात्मक माहौल बनाएं: अपनी टीम के साथ एक सकारात्मक और प्रेरक माहौल बनाएं।

\* क्या आप Ezykart के बारे में और अधिक जानना चाहते हैं? \* visit karen [www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट

\* अतिरिक्त टिप्स:

\* अपने उत्पादों का उपयोग करें: ताकि आप उनके बारे में बेहतर तरीके से बता सकें।

\* ग्राहकों के साथ व्यक्तिगत रूप से जुड़ें: उन्हें विशेष महसूस कराएं।

\* नई तकनीकों का उपयोग करें: सोशल मीडिया, वीडियो मार्केटिंग आदि का उपयोग करके अपने उत्पादों का प्रचार करें।

\* याद रखें: डायरेक्ट सेलिंग में सफलता के लिए लगातार मेहनत, धैर्य और समर्पण की आवश्यकता होती है।



[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 26. थायरॉयड कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: धनिया, मकोय, गोखरू, मेथी दाना, शुद्ध गुग्गुल, कचनार

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. थायरॉयड फंक्शन में सुधार:
  - मेथी दाना और गुग्गुल थायरॉयड हार्मोन के उत्पादन और नियमन में मदद कर सकते हैं।
  - कचनार थायरॉयड ग्रंथि के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
2. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - मेथी दाना और गुग्गुल शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं, जो वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
3. एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रभाव:
  - धनिया और गुग्गुल में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो थायरॉयड से संबंधित सूजन को कम कर सकते हैं।
4. एंटीऑक्सीडेंट सपोर्ट:
  - मकोय और धनिया में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो थायरॉयड ग्रंथि को ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस से बचा सकते हैं।
5. पाचन में सुधार:
  - धनिया और मेथी दाना पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं, जो अक्सर थायरॉयड समस्याओं से प्रभावित होती है।
6. ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - गोखरू और मकोय शरीर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं, जो थायरॉयड रोगियों में अक्सर कम होती है।
7. मूड और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
  - गुग्गुल मूड को स्थिर करने में मदद कर सकता है, जो थायरॉयड असंतुलन से प्रभावित हो सकता है।
8. हृदय स्वास्थ्य:
  - गुग्गुल कोलेस्ट्रॉल स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है, जो थायरॉयड रोगियों में एक आम चिंता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही थायरॉयड दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद गंभीर थायरॉयड समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - नियमित रूप से थायरॉयड फंक्शन टेस्ट करवाएं और अपने डॉक्टर के साथ परिणामों की समीक्षा करें।
  - संतुलित आहार लें और नियमित व्यायाम करें।
  - तनाव को कम करने के लिए योग या ध्यान का अभ्यास करें।
6. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं या हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
8. आयोडीन की मात्रा वाले खाद्य पदार्थों के सेवन पर ध्यान दें, क्योंकि यह थायरॉयड फंक्शन को प्रभावित कर सकता है।
  - यदि आपको हृदय गति में असामान्य परिवर्तन, अत्यधिक थकान, या त्वचा में परिवर्तन जैसे लक्षण दिखाई दें, तो तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।

## 27. नाभि तेल Nabhi Oil

साइज़: 30ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. बादाम तेल
2. नारियल तेल
3. अरंडी तेल
4. जैतून तेल
5. आंवला तेल
6. जायफल तेल

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. त्वचा स्वास्थ्य में सुधार:
  - बादाम तेल और जैतून तेल त्वचा को मॉइस्चराइज़ करते हैं और उसे मुलायम बनाते हैं।
  - आंवला तेल त्वचा को टोन करने और उसकी लोच बढ़ाने में मदद करता है।
2. पाचन में सुधार:
  - नाभि पर मालिश करने से पाचन क्रिया को बढ़ावा मिल सकता है।
  - अरंडी तेल कब्ज से राहत दिला सकता है।
3. मांसपेशियों में आराम:
  - जायफल तेल मांसपेशियों को आराम देने में मदद कर सकता है।
  - नारियल तेल में दर्द निवारक गुण हो सकते हैं।
4. रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - नाभि पर मालिश करने से स्थानीय रक्त परिसंचरण बढ़ सकता है।
  - जैतून तेल रक्त परिसंचरण को बढ़ावा दे सकता है।
5. तनाव में कमी:
  - सुगंधित तेलों जैसे जायफल तेल का उपयोग तनाव कम करने में मदद कर सकता है।
  - नाभि पर मालिश करना आरामदायक हो सकता है और तनाव कम कर सकता है।
6. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - नाभि क्षेत्र की मालिश मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा दे सकती है।
  - आंवला तेल शरीर की प्राकृतिक डिटॉक्सिफिकेशन प्रक्रियाओं को सपोर्ट कर सकता है।
7. इम्यून सिस्टम को मजबूत करना:
  - आंवला तेल में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो इम्यून सिस्टम को मजबूत कर सकते हैं।
  - नारियल तेल में एंटीमाइक्रोबियल गुण हो सकते हैं।
8. बालों के स्वास्थ्य में सुधार:
  - अरंडी तेल और आंवला तेल बालों के विकास को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - बादाम तेल बालों को पोषण दे सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 5-10 बूंद तेल का उपयोग करें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: दैनिक उपयोग के लिए सुरक्षित है, लेकिन बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 3-4 सप्ताह तक नियमित रूप से इस्तेमाल करें।
3. उपयोग का समय: सुबह खाली पेट या रात को सोने से पहले इस्तेमाल करना सबसे अच्छा है।
4. विधि: नाभि और उसके आसपास के क्षेत्र पर थोड़ा सा तेल लगाएं और धीरे-धीरे गोलाकार में मालिश करें।
5. गर्म करना: तेल को थोड़ा गुनगुना करके इस्तेमाल करने से बेहतर अवशोषण हो सकता है।

सावधानियां:

1. पहली बार उपयोग करने से पहले त्वचा के एक छोटे हिस्से पर परीक्षण करें ताकि एलर्जी प्रतिक्रिया की जांच की जा सके।
2. यदि त्वचा पर जलन, लाली या खुजली हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
3. तेल को आंखों, नाक या मुंह में जाने से बचाएं।
4. यदि आपकी त्वचा बहुत संवेदनशील है, तो किसी वाहक तेल के साथ पतला करके इस्तेमाल करें।
5. तेल को ठंडे और अंधेरे स्थान पर संग्रहित करें ताकि इसकी गुणवत्ता बनी रहे।

## 28. कैल्शियम कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: आंवला, शंख भस्म, कुक्कांग भस्म (कुक्कुट अस्थि भस्म), सीप भस्म

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- हड्डियों का स्वास्थ्य:
  - शंख भस्म और सीप भस्म कैल्शियम के प्राकृतिक स्रोत हैं जो हड्डियों को मजबूत बनाते हैं।
  - कुक्कांग भस्म हड्डियों की घनत्व में सुधार कर सकता है।
- दांतों का स्वास्थ्य:
  - कैल्शियम दांतों को मजबूत बनाने में मदद करता है।
  - शंख भस्म दांतों के एनेमल को मजबूत कर सकता है।
- मांसपेशियों का स्वास्थ्य:
  - कैल्शियम मांसपेशियों के सही कार्य के लिए आवश्यक है।
  - आंवला विटामिन सी प्रदान करता है जो कोलेजन निर्माण में मदद करता है।
- न्यूरोलॉजिकल फंक्शन:
  - कैल्शियम तंत्रिका संकेतों के प्रसारण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।
  - शंख भस्म मस्तिष्क के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - शंख भस्म एसिडिटी को कम करने में मदद कर सकता है।
  - आंवला पाचन को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
- रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - आंवला रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
- इम्यून सिस्टम को मजबूत करना:
  - आंवला में विटामिन सी होता है जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाता है।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला में प्रचुर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो सेल क्षति से बचाते हैं।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - कैल्शियम हृदय की मांसपेशियों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही कोई दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर कैल्शियम की कमी या अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आपको गुर्दे की पथरी या हाइपरकैल्सीमिया है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
  - कैल्शियम के अत्यधिक सेवन से कब्ज हो सकता है। यदि ऐसा होता है, तो पानी का सेवन बढ़ाएं और फाइबर युक्त आहार लें।
  - यदि आप थायरॉयड या पैराथायरॉयड संबंधी समस्याओं से ग्रस्त हैं, तो विशेष सावधानी बरतें।
- यदि आप एंटीबायोटिक्स या बिस्फॉस्फोनेट्स जैसी दवाएं ले रहे हैं, तो इस सप्लीमेंट को लेने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 29. लिवर केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: भूमि आंवला (Phyllanthus niruri), पुनर्नवा (Boerhavia diffusa), कुटकी (Picrorhiza kurroa), कालमेघ (Andrographis paniculata), भृंगराज (Eclipta alba)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- लिवर डिटॉक्सिफिकेशन:
  - भूमि आंवला और कुटकी लिवर को विषाक्त पदार्थों से मुक्त करने में मदद कर सकते हैं।
  - कालमेघ लिवर के डिटॉक्सिफिकेशन प्रक्रिया को बढ़ावा दे सकता है।
- लिवर सुरक्षा:
  - भूमि आंवला और कुटकी लिवर कोशिकाओं को क्षति से बचा सकते हैं।
  - भृंगराज में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो लिवर को फ्री रेडिकल्स से बचाते हैं।
- लिवर फंक्शन में सुधार:
  - पुनर्नवा लिवर के कार्यों को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - कालमेघ पित्त के उत्पादन और प्रवाह को बढ़ावा दे सकता है।
- हेपेटाइटिस में सहायक:
  - भूमि आंवला और कालमेघ हेपेटाइटिस के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- एल्कोहल-प्रेरित लिवर क्षति से सुरक्षा:
  - कुटकी और भूमि आंवला एल्कोहल के हानिकारक प्रभावों से लिवर को बचा सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - पुनर्नवा पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - कालमेघ पेट की समस्याओं को कम कर सकता है।
- एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रभाव:
  - कालमेघ और कुटकी में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं।
- इम्यून सिस्टम को मजबूत करना:
  - भूमि आंवला और कालमेघ इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - भृंगराज त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है, जो अक्सर लिवर की स्थिति से प्रभावित होता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही कोई दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर लिवर रोगों या अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आपको लिवर सिरोसिस या अन्य गंभीर लिवर रोग है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
  - एल्कोहल का सेवन कम करें या पूरी तरह से छोड़ दें।
  - संतुलित आहार लें और नियमित व्यायाम करें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं या अन्य लिवर-प्रभावित दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें।
- यदि आपको पीलिया, पेट में दर्द, या अन्य लिवर से संबंधित लक्षण हैं, तो तुरंत चिकित्सा सहायता लें।
- नियमित रूप से लिवर फंक्शन टेस्ट करवाएं, खासकर यदि आप लंबे समय तक इस सप्लीमेंट का उपयोग कर रहे हैं।

बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

## 30. कफ केयर सिरप

साइज़: 100ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: वासका (Adhatoda vasica), मुलेठी (Glycyrrhiza glabra), कंठकारी (Solanum xanthocarpum), तुलसी (Ocimum sanctum), ककड़सिंघी (Pistacia integerrima), भृंगमोल (Eclipta alba), आंवला (Emblica officinalis)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- खांसी से राहत:
  - वासका और कंठकारी खांसी को कम करने में मदद करते हैं।
  - मुलेठी गले की खराश को शांत करता है और खांसी को कम करता है।
- श्वसन मार्ग की सफाई:
  - वासका और ककड़सिंघी श्वसन मार्ग को साफ करने में मदद करते हैं।
  - कंठकारी कफ को पतला करने में सहायक होता है।
- सूजन कम करना:
  - तुलसी और मुलेठी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो गले की सूजन को कम करते हैं।
- इम्यूनिटी बूस्टर:
  - आंवला और तुलसी इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
- ब्रोंकाइटिस में राहत:
  - वासका और कंठकारी ब्रोंकाइटिस के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
- एंटी-बैक्टीरियल प्रभाव:
  - तुलसी और ककड़सिंघी में एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं जो संक्रमण से लड़ने में मदद करते हैं।
- गले की खराश में राहत:
  - मुलेठी और तुलसी गले की खराश को शांत करने में मदद करते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - आंवला और भृंगमोल में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो सेल क्षति से बचाते हैं।
- दमा में राहत:
  - वासका और कंठकारी दमे के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः वयस्कों के लिए 10-15 ml (2-3 चम्मच) दिन में 2-3 बार। बच्चों के लिए 5-10 ml (1-2 चम्मच) दिन में 2-3 बार। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लक्षणों में सुधार होने तक या डॉक्टर के निर्देशानुसार लें। सामान्यतः 5-7 दिनों तक।
- भोजन के साथ या बिना: आमतौर पर भोजन के बाद लेना बेहतर होता है।
- शेक करें: उपयोग से पहले बोतल को अच्छी तरह हिलाएं।
- पानी के साथ: यदि स्वाद बहुत तीखा लगे तो थोड़े पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।

सावधानियां:

- किसी भी दवा या सिरप का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही कोई दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि खांसी 7 दिनों से अधिक समय तक रहती है या बुखार के साथ होती है, तो डॉक्टर से संपर्क करें।
  - मधुमेह रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि सिरप में शुगर हो सकती है।
  - यदि आपको हाई ब्लड प्रेशर है, तो मुलेठी के कारण सावधानी बरतें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं या अन्य दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- अल्कोहल के साथ न लें, क्योंकि यह नींद लाने वाले प्रभाव को बढ़ा सकता है।
- ड्राइविंग या मशीनरी संचालन से पहले सावधान रहें, क्योंकि यह सिरप थोड़ी तंद्रा पैदा कर सकता है।
- यदि आपको सांस लेने में कठिनाई, छाती में दर्द, या खून के साथ खांसी हो, तो तुरंत चिकित्सा सहायता लें।

बच्चों की पहुंच से दूर रखें और निर्देशित मात्रा से अधिक न लें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

Dear Ezykartians,

आप सभी का एजीकार्ट परिवार में स्वागत है। मुझे बहुत खुशी है कि आज इतने सारे Distributors एक साथ Ezykart family में इकट्ठे हुए हैं।

भारत में डायरेक्ट सेलिंग का बहुत बड़ा भविष्य है। यह एक ऐसा अवसर है जहाँ कोई भी व्यक्ति अपनी मेहनत और लगन से सफलता प्राप्त कर सकता है। एजीकार्ट जैसी कंपनियाँ अपने वितरकों के लिए बहुत सारे अवसर प्रदान करती हैं।

आयुर्वेदिक उत्पाद मानव जीवन के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण हैं। हमारी प्राचीन विरासत के अनुसार, जड़ी-बूटियों से बने इन उत्पादों का सेवन स्वास्थ्य बनाए रखने में बहुत फायदेमंद होता है। एजीकार्ट के हर्बल उत्पाद गुणवत्ता सुनिश्चित करते हुए लोगों की सेवा कर रहे हैं।

MLM लीडर बनना आपके हाथ में है। मेहनत, लगन और इमानदारी से काम कीजिए। अपनी टीम का ध्यान रखिए और उन्हें प्रोत्साहित कीजिए। MLM के सुवर्ण नियमों का पालन करते हुए सफलता जरूर मिलेगी।

मुझे पूरा विश्वास है कि एजीकार्ट के उत्पादों को बेचकर और नए ग्राहक व वितरक जोड़कर आप लोग अपने सपनों को पूरा जरूर कर पाएंगे। इस यात्रा में मैं और एजीकार्ट की पूरी टीम आपके साथ है।

एमएलएम व्यवसाय में सफल होने के लिए सबसे जरूरी है सही सिस्टम को समझना और उसका पालन करना। मैं आपको एमएलएम की सफलता का 7 स्टेप फॉर्मूला बताना चाहता हूँ:

स्टेप 1 - खुद को उत्पाद और कंपनी के बारे में पूरी तरह से एड्युकेट करें।

स्टेप 2 - अपने रिश्तेदारों और दोस्तों को उत्पादों और व्यवसाय के बारे में बताएँ। उनसे रेफरल लें।

स्टेप 3 - नए लोगों से जुड़ें और उन्हें प्रेजेंटेशन दें। उनके सवालों का जवाब दें।

स्टेप 4 - जिन लोगों की रुचि दिखे उनसे फॉलो-अप करें और व्यवसाय शुरू करने में मदद करें।

स्टेप 5 - अपनी टीम का निर्माण करें और उनका मार्गदर्शन करें। नियमित ट्रेनिंग आयोजित करें।

स्टेप 6 - अपने डाउनलाइन में लगातार नए सदस्य जोड़ें और बिजनेस को बढ़ाएँ।

स्टेप 7 - लीडर बनने के लिए लगातार फोकस रखें और एक टीम लीडर की तरह काम करें।

इस 7 स्टेप फॉर्मूले को अपनाकर आप एमएलएम में शिखर पर पहुँच सकते हैं। अगर कहीं भी कोई समस्या हो तो हमारी management team टीम से संपर्क करें।

Management Team:-

Dr Vijay Kant Mishra (Consulting Doctor & Product Trainer)

MO:-7007119167

Miss Sonal (Admin Pin Related Issue)

Mo:- 9131373447

Ritesh Kumar

(Admin Executive Product Dispatch & All Issue)

Mo:- 7004930075

Mr Amitabh Mishra (Business Planner)

Mo:-9580277789.

एक सफल व्यवसाय के निर्माण के लिए नेटवर्क मार्केटिंग में एक मजबूत व्यक्तित्व विकसित करना महत्वपूर्ण है। नेटवर्क मार्केटिंग में अपना व्यक्तित्व विकसित करने में मदद के लिए यहां कुछ युक्तियाँ दी गई हैं:

1. प्रामाणिक बनें: स्वयं बनें, कोई ऐसा व्यक्ति बनने का प्रयास न करें जो आप नहीं हैं।

2. आत्मविश्वास बनाएँ: अपने आप पर, अपने उत्पादों और अपने व्यवसाय पर विश्वास करें।

3. मजबूत संचार कौशल विकसित करें: अपने दृष्टिकोण, उत्पादों और अवसर को प्रभावी ढंग से संप्रेषित करना सीखें।

4. सकारात्मक और उत्साही बनें: व्यवसाय के लिए अपना जुनून और उत्साह दिखाएं।

5. दूसरों के साथ सहानुभूति रखें: अपनी टीम के सदस्यों और ग्राहकों की जरूरतों और चुनौतियों को समझें और उनसे जुड़ें।

5. नेता बनें: पहल करें, उदाहरण स्थापित करें और दूसरों को अनुसरण करने के लिए प्रेरित करें।

6. विकास की मानसिकता विकसित करें: सीखने को अपनाएं, फीडबैक लें और लगातार सुधार करें।

7. सकारात्मक शारीरिक भाषा का प्रयोग करें: आंखों से संपर्क बनाएं, मुस्कुराएं, और खुले और आत्मविश्वासपूर्ण इशारों का उपयोग करें।

इन व्यक्तित्व गुणों को विकसित करके, आप एक अधिक प्रभावी नेटवर्क विपणक बन जाएंगे, मजबूत संबंध बनाएंगे और अधिक लोगों को अपने व्यवसाय की ओर आकर्षित करेंगे। याद रखें, व्यक्तित्व निश्चित नहीं है, इसे समय के साथ अभ्यास और इरादे से विकसित और बेहतर बनाया जा सकता है।

#### \*अतिरिक्त टिप्स:

नेटवर्क मार्केटिंग में सफल होने के लिए ये कुछ टिप्स दिए गए हैं:

1. सच्चा जुनून: अपने उत्पाद या सेवा में सच्चा जुनून होना चाहिए।
2. स्पष्ट लक्ष्य: अपने लक्ष्य स्पष्ट और निश्चित होने चाहिए।
3. संगठित: अपने समय और संसाधनों को संगठित रखना चाहिए।

4. प्रशिक्षण: अपने टीम को प्रशिक्षण देने के लिए तैयार रहना चाहिए।

5. नेतृत्व: अपने टीम को लीड करने के लिए नेतृत्व कौशल में सुधार लाना चाहिए।

6. संचार: अपने टीम और ग्राहकों के साथ अच्छा संचार होना चाहिए।

7. साथी: अपने टीम के साथ साथी और समर्थन होना चाहिए।

8. अनुकूलन: बाजार की बदलती परिस्थितियों के अनुसार अनुकूलन होना चाहिए।

9. सत्यनिष्ठा: अपने व्यवसाय में सत्यनिष्ठा और नैतिकता का पालन करना चाहिए। 10. निरंतर शिक्षा: अपने व्यवसाय और उद्योग के बारे में निरंतर शिक्षा करना चाहिए।

इन टिप्स को फॉलो करके आप नेटवर्क मार्केटिंग में सफल हो सकते हैं।

## 31. Women Shakti Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा, कौंच बीज, जायफल, विदारीकंद, ताल मखाना, अकरकरा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
  - विदारीकंद एस्ट्रोजन संतुलन में सहायक हो सकता है।
- ऊर्जा और स्टैमिना:
  - अश्वगंधा और कौंच बीज शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
- प्रजनन स्वास्थ्य:
  - कौंच बीज और विदारीकंद प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - ताल मखाना गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
- मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
  - जायफल मूड को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
- यौन स्वास्थ्य:
  - अकरकरा और कौंच बीज लिबिडो को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - जायफल यौन उत्तेजना में सुधार कर सकता है।
- रजोनिवृत्ति के लक्षणों में राहत:
  - अश्वगंधा और विदारीकंद रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- पोषण:
  - ताल मखाना प्रोटीन, फाइबर और खनिजों का एक अच्छा स्रोत है।
  - विदारीकंद में पोषक तत्व होते हैं जो समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - अश्वगंधा और अकरकरा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
- त्वचा और बाल:
  - विदारीकंद त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - कौंच बीज बालों के स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रही हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली और संतुलित आहार बनाए रखें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।
- यदि आप हार्मोन थेरेपी या गर्भनिरोधक ले रही हैं, तो विशेष सावधानी बरतें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 32. Bosom Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: फरहाद, गम्भारी, विदारीकंद, माजूफल, शिलाजीत, मुलेठी, शतावर, गोखरू, गिलोय, अश्वगंधा,

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. स्तन स्वास्थ्य और विकास:
  - विदारीकंद और शतावर स्तन ऊतकों के स्वास्थ्य और विकास में सहायक हो सकते हैं।
  - माजूफल स्तन की त्वचा के टोन और लोच में सुधार कर सकता है।
2. हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा और शतावर महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
  - गोखरू टेस्टोस्टेरोन और एस्ट्रोजन के संतुलन में सहायक हो सकता है।
3. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - शतावर और गोखरू प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - विदारीकंद गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
4. सामान्य स्वास्थ्य और ऊर्जा:
  - शिलाजीत और गिलोय समग्र स्वास्थ्य और ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकते हैं।
  - अश्वगंधा थकान को कम करने और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकता है।
5. त्वचा स्वास्थ्य:
  - फरहाद और माजूफल त्वचा की चमक और लोच में सुधार कर सकते हैं।
  - मुलेठी त्वचा को मुलायम और स्वस्थ रखने में मदद कर सकती है।
6. प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - गिलोय और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
7. मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
  - शिलाजीत मानसिक स्पष्टता और फोकस में सुधार कर सकता है।
8. पाचन स्वास्थ्य:
  - मुलेठी पाचन समस्याओं को कम करने में मदद कर सकती है।
  - गम्भारी पेट की समस्याओं से राहत दे सकती है।
9. रजोनिवृत्ति के लक्षणों में राहत:
  - शतावर और अश्वगंधा रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रही हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली और संतुलित आहार बनाए रखें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।
4. शिलाजीत में भारी धातुएं हो सकती हैं, इसलिए लंबे समय तक उपयोग के लिए डॉक्टर की सलाह लें।
1. मुलेठी उच्च रक्तचाप वाले लोगों में सावधानी के साथ उपयोग की जानी चाहिए।

## 33. Height Gain Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: शिलाजीत, शुद्ध गुग्गुल, सफेद मूसली, शतावर, आंवला, लौह भस्म, कौंच बीज

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- हड्डियों का विकास और मजबूती:
  - शिलाजीत कैल्शियम और मिनरल्स का एक अच्छा स्रोत है जो हड्डियों के विकास में मदद कर सकता है।
  - शुद्ध गुग्गुल हड्डियों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
- कार्टिलेज और जोड़ों का स्वास्थ्य:
  - शतावर और सफेद मूसली जोड़ों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
- समग्र विकास और पोषण:
  - आंवला विटामिन सी का एक समृद्ध स्रोत है जो कोलेजन उत्पादन में सहायक होता है।
  - लौह भस्म शरीर में आयरन की मात्रा बढ़ाकर समग्र विकास में मदद कर सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - कौंच बीज प्राकृतिक रूप से टेस्टोस्टेरोन और गोथ हार्मोन के उत्पादन को बढ़ावा दे सकता है।
  - शतावर हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
- मांसपेशियों का विकास:
  - सफेद मूसली और कौंच बीज मांसपेशियों के विकास और मजबूती में सहायक हो सकते हैं।
- मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - शिलाजीत और गुग्गुल शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं, जो विकास के लिए महत्वपूर्ण है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - आंवला और शतावर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
- ऊर्जा और स्टैमिना:
  - सफेद मूसली और शिलाजीत शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - गुग्गुल और शतावर पाचन प्रक्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं, जो पोषक तत्वों के अवशोषण के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3-6 महीने तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
  - यह उत्पाद 18 वर्ष से कम उम्र के व्यक्तियों के लिए उपयुक्त नहीं हो सकता है। किशोरों के लिए उपयोग से पहले डॉक्टर की सलाह लें।
  - गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
  - यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
  - यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति या विकास संबंधी समस्या के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
  - अतिरिक्त सावधानियां:
    - संतुलित आहार लें और पर्याप्त प्रोटीन और कैल्शियम सुनिश्चित करें।
    - नियमित व्यायाम करें, विशेषकर ऊंचाई बढ़ाने वाले व्यायाम।
    - पर्याप्त नींद लें, क्योंकि विकास हार्मोन नींद के दौरान सक्रिय होते हैं।
  - शिलाजीत में भारी धातुएं हो सकती हैं, इसलिए लंबे समय तक उपयोग के लिए डॉक्टर की सलाह लें।
- लौह भस्म के कारण आयरन की अधिकता से बचने के लिए सावधानी बरतें, विशेषकर यदि आप अन्य आयरन सप्लीमेंट्स ले रहे हों।

## 34. Shatavar Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. शतावर (Asparagus racemosus)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. महिला प्रजनन स्वास्थ्य:
  - शतावर महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
2. स्तन दूध उत्पादन:
  - शतावर स्तनपान कराने वाली माताओं में दूध के उत्पादन को बढ़ा सकता है।
3. हार्मोनल संतुलन:
  - यह महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
  - रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकता है।
4. प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - शतावर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकता है।
5. पाचन स्वास्थ्य:
  - यह पाचन संबंधी समस्याओं जैसे अम्लता और पेट की गैस को कम कर सकता है।
6. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - शतावर में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो शरीर को मुक्त कणों से बचा सकते हैं।
7. तनाव प्रबंधन:
  - यह एडाप्टोजेनिक गुणों के कारण तनाव को कम करने में मदद कर सकता है।
8. त्वचा स्वास्थ्य:
  - शतावर त्वचा की चमक और लोच में सुधार कर सकता है।
9. मूत्र प्रणाली:
  - यह मूत्र प्रणाली के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है और मूत्र संक्रमण के जोखिम को कम कर सकता है।
10. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि शतावर रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आप एस्ट्रोजेन-संवेदनशील स्थितियों जैसे स्तन कैंसर, गर्भाशय कैंसर, या एंडोमेट्रिओसिस से ग्रस्त हैं, तो शतावर का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - शतावर मूत्रवर्धक है, इसलिए अधिक मात्रा में लेने पर अधिक मूत्र उत्पादन हो सकता है।
  - कुछ लोगों में एलर्जी प्रतिक्रिया हो सकती है, विशेषकर यदि आप लिली परिवार के पौधों से एलर्जी हैं।

यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## 35. Gokhru Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. गोखरू (Tribulus terrestris)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पुरुष प्रजनन स्वास्थ्य:
  - गोखरू पुरुषों में प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह शुक्राणुओं की गुणवत्ता और संख्या में सुधार कर सकता है।
2. टेस्टोस्टेरोन उत्पादन:
  - गोखरू प्राकृतिक रूप से टेस्टोस्टेरोन के उत्पादन को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह मांसपेशियों के विकास और शक्ति में सहायक हो सकता है।
3. यौन स्वास्थ्य:
  - यह लिबिडो (यौन इच्छा) को बढ़ा सकता है।
  - इरेक्टाइल डिसफंक्शन के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है।
4. मूत्र प्रणाली स्वास्थ्य:
  - गोखरू मूत्र प्रणाली के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह मूत्र पथ के संक्रमण के जोखिम को कम कर सकता है।
5. गुर्दे की पथरी:
  - यह गुर्दे की पथरी के निर्माण को रोकने और मौजूदा पथरियों को कम करने में मदद कर सकता है।
6. हृदय स्वास्थ्य:
  - गोखरू रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - यह रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक हो सकता है।
7. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - इसमें एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो शरीर को मुक्त कणों से बचा सकते हैं।
8. दर्द और सूजन:
  - गोखरू में दर्द निवारक और सूजन कम करने वाले गुण हो सकते हैं।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - यह त्वचा संबंधी समस्याओं जैसे मुँहासे और एक्जिमा में राहत दे सकता है।
10. एथलेटिक प्रदर्शन:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि गोखरू शारीरिक प्रदर्शन और स्टैमिना को बढ़ा सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
3. यदि आप प्रोस्टेट कैंसर या प्रोस्टेट से संबंधित किसी अन्य स्थिति से ग्रस्त हैं, तो गोखरू का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
4. अतिरिक्त सावधानियां:
  - गोखरू रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है, इसलिए मधुमेह के रोगियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
  - यह रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को प्रभावित कर सकता है, इसलिए सर्जरी से पहले इसका उपयोग बंद कर देना चाहिए।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

#### युग

Good Mmorning Ezykartians,

सबसे पहले मैं सिल्वर क्लब के सभी सदस्यों को इस उपलब्धि के लिए बधाई देता हूँ। मेरे पास आपके लिए कुछ सलाह और सुझाव हैं ताकि आप हर रोज अतिरिक्त आय प्राप्त कर सकें और अपने भुगतान को नियमित रूप से बनाए रख सकें।

1. सबसे पहले 03 डायरेक्ट सदस्य स्पॉन्सर करें और अपनी पहली जोड़ी मिलाएं और कैशबैक आय प्राप्त करना शुरू करें।

2. प्रतिदिन 2 जोड़ियां मिलाएं और 2000/- प्रतिदिन कमाना शुरू करें।

3. लगातार प्लान दिखाते रहें और उत्पाद बेचते रहें ताकि टीम का निरंतर विकास होता रहे और आपकी आय बनी रहे।

4. अगर आप प्रतिदिन 02 जोड़ियां मिलाते हैं तो एक महीने में 60 जोड़ियां मिलेंगी जिससे आपको 60 हजार की कमाई होगी। कभी-कभी एक महीने में आपको 2-3 क्लोजिंग मिस हो सकती है लेकिन इससे कोई फर्क नहीं पड़ता।

5. 60 जोड़ियां मतलब आपकी टीम में 120 लीडर्स। अब प्रत्येक तरफ से 10-10 लीडर्स चुनिए और अपना कोर टीम बनाएं, उन्हें कंपनी की हर नीति से परिचित कराएं और कंपनी के ट्रेनर की मदद से उन्हें प्लान और उत्पाद दिखाना सिखाएं। इन 20 लोगों को अपने परिवार के सदस्यों की तरह समझें और तदनुसार मार्गदर्शन करें।

6. अब दूसरे महीने से आप कंपनी के सिल्वर क्लब मेंबर बन जाएंगे और आपको प्रतिदिन 04 क्लोजिंग मिलेगा जिससे आपके आईडी पर 4000/- प्रतिदिन कमाई होगी। अगले 30 दिन तक यानी दूसरे महीने तक 4000/- प्रतिदिन कमाते रहें और अपनी 20 सदस्यीय कोर टीम का भी मार्गदर्शन और प्रशिक्षण जारी रखें ताकि अगले महीने से आप सिल्वर क्लब सदस्य की आय यानी ₹12000/- प्रतिदिन, मतलब प्रत्येक क्लोजिंग पर 3000/- कमा सकें।

यदि आपकी कोर टीम के सभी सदस्य प्रतिदिन 02 जोड़ियां मिलाना शुरू कर दें तो कुल मिलाकर आपकी टीम में हर रोज 40 जोड़ियां मिलेंगी जो आपको स्वतः ही सिल्वर क्लब की कमाई दिलाएगा। तो मेरे प्यारे सिल्वर क्लब Leaders कृपया 20 सदस्यों (प्रत्येक तरफ से 10-10) की सूची बनाएं और कंपनी के बिजनेस प्लानर और प्रोडक्ट ट्रेनर से चर्चा करें कि आप उन्हें ट्रेन करना और कंपनी के बिजनेस प्लान, उत्पादों और स्टेप बाई स्टेप MLM कारोबार के बारे में सब कुछ समझाना चाहते हैं। वे आपकी अनुसार मार्गदर्शन करेंगे।

ये बहुत देर नहीं हुई है मेरे प्यारे सिल्वर क्लब चीवर leaders, आप आज से ही इसे शुरू कर सकते हैं और सूची बना सकते हैं। मैं आप सभी को आश्वस्त करता हूँ कि आप सब को कदम-कदम सब कुछ मिलेगा। सबसे पहले आपको प्रतिदिन 02 जोड़ियां (यानी 2000/- रोजाना) फिर 04 जोड़ियां प्रतिदिन (यानी 4000/- रोजाना) और 03 महीनों के अंदर 12000/- रोजाना कमाने का लक्ष्य हासिल करेंगे।

एक प्रेरणादायक कविता है जो Ezykart Retail के वितरकों को सफलता की ओर प्रेरित करती है:

सफलता की राह पर बढ़ो,

Ezykart के साथ कंधे से कंधा मिलाओ।

हर्बल उत्पाद, जीवन की गुणवत्ता बढ़ाते,

घर-घर पहुँचाकर, खुशियाँ बाँटो।

ग्राहकों को, सेवा भाव से देखो,

उनकी समस्याएँ, समाधान तक ले जाओ।

लाभ कमाना है तो, मेहनत का द्वार खोलो,

संघर्ष में पीछे हटना नहीं, आगे बढ़ो।

Ezykart आपका साथी, सपनों को साकार करने में,

कदम-कदम पर, प्रेरणा बनता, उसका विश्वास करो।

अपनी क्षमता पर भरोसा रखो दोस्तों,

मंज़िल की ओर बढ़ते रहो।



जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

\*अतिरिक्त टिप्स:\*

# हवाओं के भरोसे मत उड़,  
चट्टानें तूफानों का भी रुख मोड़ देती हैं,  
अपने पंखों पर भरोसा रख,  
हवाओं के भरोसे तो पतंगें उड़ा करती हैं।

## तुम्हारी कीमत सिर्फ तुम तय कर सकते हो कोई और नहीं। अगर किसी को लगता है कि तुम किसी काम के नहीं हो तो एक ऐसा इतिहास लिख दो कि पढ़ने वाले को अहसास हो जाए उसने खोया क्या था।

### आपकी मेहनत कभी बेकार नहीं जाती है। वो आज नहीं तो कल, यहाँ नहीं तो फिर कहीं और, पर काम जरूर आ जाती है। इसलिए लाख असफलताओं के बाद भी मेहनत का दामन मत छोड़िए।



जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 36. पुनर्नवा कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: पुनर्नवा (Boerhavia diffusa)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. मूत्रवर्धक गुण:
  - पुनर्नवा एक प्राकृतिक मूत्रवर्धक है, जो शरीर से अतिरिक्त तरल पदार्थ और विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करता है।
2. किडनी स्वास्थ्य:
  - यह किडनी की कार्यप्रणाली को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है, जिससे किडनी संबंधी समस्याओं में राहत मिल सकती है।
3. लिवर स्वास्थ्य:
  - पुनर्नवा में हेपाटोप्रोटेक्टिव गुण होते हैं, जो लिवर की सुरक्षा और उसके कार्य में सुधार कर सकते हैं।
4. सूजन कम करना:
  - इसमें प्राकृतिक सूजन-रोधी गुण होते हैं, जो शरीर के विभिन्न हिस्सों में सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
5. रक्त शोधन:
  - पुनर्नवा रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है, जो समग्र स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हो सकता है।
6. पाचन में सुधार:
  - यह पाचन संबंधी समस्याओं जैसे अपच, गैस, और कब्ज में राहत दे सकता है।
7. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - पुनर्नवा में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
8. एनीमिया में सहायक:
  - यह लौह तत्व के अवशोषण में सुधार कर सकता है, जो एनीमिया के प्रबंधन में सहायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई अन्य दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. पुनर्नवा के मूत्रवर्धक प्रभाव के कारण, यदि आप किडनी की गंभीर समस्याओं से ग्रसित हैं तो विशेष सावधानी बरतें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
5. यदि आप रक्तचाप कम करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि पुनर्नवा रक्तचाप को और कम कर सकता है।
6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
7. अतिरिक्त सावधानियां:
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं, क्योंकि पुनर्नवा मूत्रवर्धक है।
  - स्वस्थ और संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।
8. यदि आपको लिवर या किडनी की कोई पुरानी बीमारी है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से विस्तृत परामर्श लें।

## 37. अश्वगंधा कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: अश्वगंधा (Withania somnifera)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. तनाव और चिंता में कमी:
  - अश्वगंधा एक एडाप्टोजेनिक जड़ी बूटी है जो शरीर को तनाव से निपटने में मदद कर सकती है।
  - यह कॉर्टिसोल (तनाव हार्मोन) के स्तर को कम करने में सहायक हो सकती है।
2. मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
  - यह मूड को बेहतर बनाने और अवसाद के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकती है।
  - संज्ञानात्मक कार्य और स्मृति में सुधार कर सकती है।
3. शारीरिक प्रदर्शन में वृद्धि:
  - शारीरिक शक्ति और सहनशक्ति को बढ़ा सकती है।
  - मांसपेशियों के विकास और रिकवरी में सहायक हो सकती है।
4. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - शरीर की प्राकृतिक रक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकती है।
5. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है।
6. सूजन को कम करना:
  - शरीर में सूजन को कम करने के गुण हो सकते हैं।
7. हृदय स्वास्थ्य:
  - रक्तचाप और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है।
8. नींद की गुणवत्ता में सुधार:
  - नींद की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में सहायक हो सकती है।
9. यौन स्वास्थ्य:
  - पुरुषों में टेस्टोस्टेरोन के स्तर को बढ़ा सकती है और प्रजनन क्षमता में सुधार कर सकती है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई अन्य दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. ऑटोइम्यून रोगों से पीड़ित व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित कर सकती है।
5. यदि आप थायरॉइड की समस्या से ग्रसित हैं, तो अपने डॉक्टर से परामर्श लें क्योंकि अश्वगंधा थायरॉइड हार्मोन के स्तर को प्रभावित कर सकती है।
6. यदि आप रक्तशर्करा या रक्तचाप कम करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि अश्वगंधा इन दवाओं के प्रभाव को बढ़ा सकती है।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
8. शराब या नींद की गोलीयों के साथ अश्वगंधा का सेवन न करें, क्योंकि यह अत्यधिक नींद या सुस्ती का कारण बन सकता है।
9. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ और संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।

1. तनाव प्रबंधन तकनीकों का अभ्यास करें।

### 38. स्फिरुलिना कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: स्फिरुलिना और मोरिंगा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- पोषण में सुधार:
  - स्फिरुलिना और मोरिंगा दोनों सुपरफूड्स हैं, जो विटामिन, खनिज, और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर हैं।
  - यह कैप्सूल समग्र पोषण स्थिति में सुधार कर सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - दोनों घटक प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देने के लिए जाने जाते हैं।
  - यह संक्रमणों से लड़ने में शरीर की क्षमता को बढ़ा सकता है।
- एंटीऑक्सीडेंट सुरक्षा:
  - स्फिरुलिना और मोरिंगा में उच्च एंटीऑक्सीडेंट सामग्री होती है।
  - यह मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से कोशिकाओं की रक्षा कर सकता है।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - यह कैप्सूल शारीरिक और मानसिक ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकता है।
  - थकान और कमजोरी को कम करने में मदद कर सकता है।
- रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - दोनों घटक रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
  - यह डायबिटीज प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
- कोलेस्ट्रॉल प्रबंधन:
  - स्फिरुलिना और मोरिंगा 'बुरे' LDL कोलेस्ट्रॉल को कम करने और 'अच्छे' HDL कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
- सूजन को कम करना:
  - दोनों घटकों में सूजन-रोधी गुण होते हैं।
  - यह पुरानी सूजन से संबंधित स्थितियों में राहत दे सकता है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - एंटीऑक्सीडेंट और पोषक तत्वों के कारण त्वचा की चमक और स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है।
- वजन प्रबंधन:
  - यह मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा दे सकता है और स्वस्थ वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
- रक्त की गुणवत्ता में सुधार:
  - स्फिरुलिना हीमोग्लोबिन स्तर को बढ़ा सकता है और एनीमिया से लड़ने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई अन्य दवाएं ले रहे हैं।
- स्फिरुलिना से एलर्जी वाले व्यक्तियों को इस उत्पाद का उपयोग नहीं करना चाहिए।
- ऑटोइम्यून रोगों से पीड़ित व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि स्फिरुलिना और मोरिंगा प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित कर सकते हैं।
- यदि आप फीनाइलकीटोन्यूरिया (PKU) से पीड़ित हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें क्योंकि स्फिरुलिना में फेनिलालानीन होता है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ और संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।

याद रखें, स्फिरुलिना कैप्सूल एक पूरक है और इसका उपयोग स्वस्थ जीवनशैली और चिकित्सकीय सलाह के साथ किया जाना चाहिए। यह किसी भी गंभीर चिकित्सा स्थिति के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।

## 39. नीम कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: नीम (Azadirachta indica)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - नीम में प्राकृतिक एंटीबैक्टीरियल और एंटीवायरल गुण होते हैं।
  - यह शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकता है।
2. त्वचा स्वास्थ्य:
  - नीम त्वचा संबंधी समस्याओं जैसे मुंहासे, एक्जिमा और खुजली में राहत दे सकता है।
  - यह त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाए रखने में मदद कर सकता है।
3. रक्त शोधन:
  - नीम रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है।
  - यह विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने में सहायक हो सकता है।
4. पाचन स्वास्थ्य:
  - नीम पेट के कीड़ों और परजीवियों से लड़ने में मदद कर सकता है।
  - यह अपच, गैस और कब्ज जैसी पाचन संबंधी समस्याओं में राहत दे सकता है।
5. लिवर स्वास्थ्य:
  - नीम लिवर की कार्यप्रणाली को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - यह लिवर को विषाक्त पदार्थों से बचा सकता है।
6. मधुमेह प्रबंधन:
  - नीम रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - यह इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ा सकता है।
7. मौखिक स्वास्थ्य:
  - नीम दांतों और मसूड़ों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद कर सकता है।
  - यह मुंह के छालों और मसूड़ों की सूजन को कम कर सकता है।
8. कैंसर रोधी गुण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि नीम में कैंसर रोधी गुण हो सकते हैं।
9. हृदय स्वास्थ्य:
  - नीम कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - यह रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक हो सकता है।
10. बालों का स्वास्थ्य:
  - नीम बालों के विकास को बढ़ावा दे सकता है और रूसी को कम कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई अन्य दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आपको लिवर या किडनी की कोई बीमारी है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
4. यदि आप रक्त शर्करा कम करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि नीम रक्त शर्करा के स्तर को और कम कर सकता है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ और संतुलित आहार लें।
  - नियमित व्यायाम करें।

## 40. नोनी कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: नोनी (मोरिंडा सिट्रिफोलिया)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - नोनी में एंटीऑक्सीडेंट और इम्यूनोमॉड्यूलेटरी गुण होते हैं जो प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
- दर्द निवारण:
  - नोनी में प्राकृतिक दर्द निवारक गुण हो सकते हैं, जो मांसपेशियों के दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - नोनी पाचन प्रक्रिया को बेहतर बनाने और पेट संबंधी समस्याओं को कम करने में सहायक हो सकता है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - नोनी के एंटीऑक्सीडेंट गुण त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं और उम्र बढ़ने के लक्षणों को कम कर सकते हैं।
- मानसिक स्वास्थ्य:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि नोनी तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - नोनी शरीर की ऊर्जा उत्पादन प्रक्रिया को बढ़ावा दे सकता है, जिससे थकान कम हो सकती है।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - नोनी रक्तचाप को नियंत्रित करने और हृदय स्वास्थ्य में सुधार करने में मदद कर सकता है।
- कैंसर रोधी गुण:
  - कुछ प्रारंभिक अध्ययनों से संकेत मिलता है कि नोनी में कैंसर रोधी गुण हो सकते हैं, हालांकि इस पर और शोध की आवश्यकता है।
- सूजन को कम करना:
  - नोनी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण हो सकते हैं जो शरीर में सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आपको किडनी की समस्याएं हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि नोनी में उच्च मात्रा में पोटेशियम हो सकता है।
  - यदि आपको लिवर की समस्याएं हैं, तो विशेष सावधानी बरतें।
  - नोनी कुछ लोगों में एलर्जी प्रतिक्रिया पैदा कर सकता है।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि नोनी रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

#### युग

#### प्रिय एजीकार्टियंस,

आज हम बात करेंगे नेटवर्क मार्केटिंग में लोगों को कैसे आमंत्रित किया जाए, खासकर Ezykart में। हम आपको ऐसे सात तरीके बताएंगे जिनसे आप अपने बिज़नेस के लिए लोगों को आमंत्रित कर सकते हैं।

ध्यान रखें, आपने जो भी मेहनत करके अपनी लिस्ट बनाई है, उसका कोई फायदा तब तक नहीं है जब तक आप उन लोगों को अपने बिज़नेस के बारे में नहीं बताते। कई लोग शर्म या डर के कारण यह काम नहीं करते, जिसकी वजह से वे इस बिज़नेस में आगे नहीं बढ़ पाते।

आपको शर्म या डर लगना बिल्कुल स्वाभाविक है। लेकिन याद रखें, Ezykart एक बेहतरीन बिज़नेस है और इसे दूसरों के साथ शेयर करना आपकी जिम्मेदारी भी है।

#### शर्म या डर को कैसे दूर करें?

\* **स्वयं पर विश्वास:** Ezykart के बारे में गहराई से जानें और समझें कि यह बिज़नेस आपकी और आपके परिवार के लिए कितना फायदेमंद हो सकता है।

\* **सकारात्मक सोच:** सकारात्मक रहें और अपने लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित करें।

\* **अभ्यास:** शुरुआत में थोड़ा अजीब लग सकता है, लेकिन लगातार अभ्यास करने से आपका आत्मविश्वास बढ़ेगा।

\* **सफलता की कहानियां:** अन्य सफल डिस्ट्रीब्यूटर्स की कहानियां सुनें और उनसे प्रेरणा लें।

\* Ezykart में लोगों को आमंत्रित करने के 7 तरीके\*

#### 1. \*व्यक्तिगत रूप से आमंत्रित करें:\*

\* एक-एक करके लोगों से मिलें और उन्हें Ezykart के बारे में बताएं।

\* उनके सवालों के जवाब दें और उनकी शंकाओं को दूर करें।

\* अपनी सफलता की कहानियां साझा करें।

#### 2. \*टेलीफोन कॉल:\*

\* फोन करके लोगों को आमंत्रित करें।

\* एक छोटा और प्रभावी संदेश तैयार करें।

\* मीटिंग के लिए समय निर्धारित करें।

#### 3. \*सोशल मीडिया:\*

\* फेसबुक, इंस्टाग्राम, व्हाट्सएप आदि का उपयोग करके लोगों को आमंत्रित करें।

\* आकर्षक पोस्ट और वीडियो बनाएं।

\* ग्रुप्स और कम्युनिटीज़ में शामिल हों।

#### 4. \*ईमेल:\*

\* ईमेल के माध्यम से लोगों को आमंत्रित करें।

\* एक व्यक्तिगत ईमेल लिखें और उसमें Ezykart के फायदों के बारे में बताएं।

#### 5. \*वेबिनार:\*

\* वेबिनार आयोजित करके लोगों को आमंत्रित करें।

\* वेबिनार में Ezykart के बारे में विस्तार से बताएं।

\* लाइव क्यू एंड ए सेशन रखें।

#### 6. \*सेमिनार:\*

\* सेमिनार आयोजित करके लोगों को आमंत्रित करें।

\* सेमिनार में सफल डिस्ट्रीब्यूटर्स को बोलने के लिए आमंत्रित करें।

#### 7. \*रेफरल प्रोग्राम:\*

\* अपने मौजूदा डाउनलाइन से नए लोगों को रेफर करने के लिए कहें।

\* रेफरल प्रोग्राम शुरू करें।

#### कुछ अतिरिक्त सुझाव\*

\* **सकारात्मक रहें:** हमेशा सकारात्मक सोच रखें और उत्साहित रहें।

\* **धैर्य रखें:** सफलता रातोंरात नहीं मिलती है। धैर्य रखें और लगातार मेहनत करते रहें।

\* **सीखते रहें:** नए कौशल सीखते रहें और अपने आप को बेहतर बनाते रहें।

\* **टीम वर्क:** अपनी टीम के साथ मिलकर काम करें।

\* याद रखें, Ezykart एक शानदार अवसर है। इसे दूसरों के साथ साझा करें और उनकी जिंदगी बदलने में मदद करें।\*

\* अगर आपको इस विषय पर और अधिक जानकारी चाहिए तो मुझसे संपर्क करें।  
7004930075

जय हिन्द जय आयुर्वेद जय इजीकार्ट

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

#### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

“कल को आसान बनाने के लिए आज आपको कड़ी मेहनत करनी ही पड़ेगी।”

“सपनों को सच करने से पहले सपनों को ध्यान से देखना होता है।”

“जमाने में वही लोग हम पर उंगली उठाते हैं जिनकी हमें छूने की औकात नहीं होती।”

“अगर आप सफल होना चाहते हो तो आपको अपने काम में एकाग्रता लानी होगी।

“जो सपने देखता है, वही उन्हें पूरा करने की हिम्मत जुटा पाता है।”

“हर मुश्किल में छिपा होता है एक नया मौका, बस उसे पहचानने की जरूरत है।”

“सफलता की राह पर चलने का पहला कदम है खुद पर विश्वास।”

“न कोई कठिनाई, न कोई तकलीफ, तो क्या मज़ा है जीने में। बड़ेबड़े तूफान थम जाते हैं, जब आग लगी हो सीने में!”



जय हिन्द जय आयुर्वेद जय इजीकार्ट

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 41. आंवला कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: आंवला (इंडियन गूसबेरी, फाइलांथस एम्ब्लिका)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. इम्यूनिटी बूस्टर:
  - आंवला में उच्च मात्रा में विटामिन सी होता है, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद करता है।
2. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला में मजबूत एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करते हैं।
3. पाचन स्वास्थ्य:
  - आंवला पाचन क्रिया को बेहतर बनाने और पेट संबंधी समस्याओं को कम करने में मदद कर सकता है।
4. त्वचा और बालों का स्वास्थ्य:
  - आंवला त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाए रखने में मदद करता है, साथ ही बालों के स्वास्थ्य और विकास को बढ़ावा देता है।
5. आंखों का स्वास्थ्य:
  - आंवला में मौजूद कैरोटीनॉयड्स और अन्य पोषक तत्व आंखों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
6. हृदय स्वास्थ्य:
  - आंवला रक्तचाप को नियंत्रित करने और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में मदद कर सकता है।
7. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - आंवला शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा दे सकता है, जो वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
8. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि आंवला रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
9. लिवर स्वास्थ्य:
  - आंवला लिवर की कार्यप्रणाली को बेहतर बनाने और विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में सहायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आपको पित्त की पथरी या अन्य पित्त संबंधी समस्याएं हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि आंवला पित्त उत्पादन को बढ़ा सकता है।
  - यदि आपको रक्त के थक्के जमने की समस्या है या आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें।
  - आंवला कुछ लोगों में पेट में जलन या अम्लता पैदा कर सकता है।
6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

यदि आप मधुमेह के लिए दवाएं ले रहे हैं, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें क्योंकि आंवला रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है।

## 42. अर्जुन छाल कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: अर्जुन छाल (टर्मिनलिया अर्जुना)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. हृदय स्वास्थ्य:
  - अर्जुन छाल हृदय की मांसपेशियों को मजबूत करने और हृदय की कार्यक्षमता में सुधार लाने में मदद कर सकती है।
  - यह रक्त संचार को बेहतर बनाने में सहायक हो सकती है।
2. रक्तचाप नियंत्रण:
  - अर्जुन छाल उच्च रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है।
3. कोलेस्ट्रॉल प्रबंधन:
  - यह रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में सहायक हो सकती है।
4. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - अर्जुन छाल में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा कर सकते हैं।
5. तनाव और चिंता में कमी:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि अर्जुन छाल तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकती है।
6. लिवर स्वास्थ्य:
  - अर्जुन छाल लिवर की कार्यप्रणाली को बेहतर बनाने में सहायक हो सकती है।
7. गठिया में राहत:
  - इसके एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण गठिया के दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
8. त्वचा स्वास्थ्य:
  - अर्जुन छाल त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकती है और कुछ त्वचा संबंधी समस्याओं में राहत प्रदान कर सकती है।
9. मधुमेह प्रबंधन:
  - कुछ शोध से संकेत मिलता है कि अर्जुन छाल रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई हृदय संबंधी दवा ले रहे हैं।
  2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
  3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
  4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर हृदय रोग या अन्य बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
  5. अतिरिक्त सावधानियां:
    - यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि अर्जुन छाल रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकती है।
    - यदि आपको कम रक्तचाप की समस्या है, तो विशेष सावधानी बरतें।
    - यदि आप मधुमेह के लिए दवाएं ले रहे हैं, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें क्योंकि अर्जुन छाल रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकती है।
  6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
1. अर्जुन छाल कुछ लोगों में पेट में परेशानी या मतली पैदा कर सकती है। यदि ऐसा होता है, तो उपयोग बंद कर दें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 43. कौंच बीज कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: कौंच बीज (मुकुना प्रुरिएंस)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पुरुष यौन स्वास्थ्य:
  - कौंच बीज टेस्टोस्टेरोन के स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकता है, जो पुरुष यौन स्वास्थ्य को बेहतर बना सकता है।
  - यह शुक्राणुओं की गुणवत्ता और मात्रा में सुधार कर सकता है।
2. प्राकृतिक एंटी-डिप्रेसेंट:
  - कौंच बीज में L-DOPA होता है, जो मूड को बेहतर बनाने और डिप्रेशन के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है।
3. पार्किंसंस रोग में सहायक:
  - L-DOPA की उपस्थिति के कारण, यह पार्किंसंस रोग के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकता है।
4. ऊर्जा और स्टैमिना में वृद्धि:
  - कौंच बीज शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
5. तनाव प्रबंधन:
  - यह एडाप्टोजेनिक गुणों के कारण शरीर को तनाव से निपटने में मदद कर सकता है।
6. नींद की गुणवत्ता में सुधार:
  - कौंच बीज नींद की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
7. प्रजनन क्षमता में वृद्धि:
  - यह पुरुषों और महिलाओं दोनों में प्रजनन क्षमता को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
8. मांसपेशियों की ताकत:
  - कौंच बीज मांसपेशियों की ताकत और मांसपेशियों के निर्माण में सहायक हो सकता है।
9. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट शरीर को मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से बचा सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आप मानसिक स्वास्थ्य की दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें क्योंकि कौंच बीज सेरोटोनिन के स्तर को प्रभावित कर सकता है।
  - यदि आपको उच्च रक्तचाप है, तो सावधानी बरतें क्योंकि कौंच बीज रक्तचाप को बढ़ा सकता है।
  - यदि आपको मधुमेह है, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें क्योंकि कौंच बीज रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है।
6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

कुछ लोगों में कौंच बीज मतली या पेट में परेशानी पैदा कर सकता है। यदि ऐसा होता है, तो उपयोग बंद कर दें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 44. मोरिंगा कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: मोरिंगा (मोरिंगा ओलीफेरा)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- पोषण का समृद्ध स्रोत:
  - मोरिंगा में विटामिन A, C, E, K, B1, B2, B3, B6, फोलेट, आयरन, मैग्नीशियम, जिंक और कैल्शियम जैसे कई पोषक तत्व होते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - मोरिंगा में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - इसमें मौजूद विटामिन C और अन्य पोषक तत्व प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
- सूजन कम करना:
  - मोरिंगा में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो शरीर में सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि मोरिंगा रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
- कोलेस्ट्रॉल प्रबंधन:
  - मोरिंगा रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में सहायक हो सकता है।
- त्वचा और बालों का स्वास्थ्य:
  - इसमें मौजूद विटामिन और खनिज त्वचा और बालों के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
- ऊर्जा बूस्टर:
  - मोरिंगा शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
- मानसिक स्वास्थ्य:
  - इसमें मौजूद पोषक तत्व मस्तिष्क के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं और तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आप थायरॉयड की दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि मोरिंगा थायरॉयड हार्मोन को प्रभावित कर सकता है।
  - यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि मोरिंगा रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है।
  - यदि आप मधुमेह के लिए दवाएं ले रहे हैं, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें क्योंकि मोरिंगा रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
  - कुछ लोगों में मोरिंगा पेट में परेशानी या दस्त पैदा कर सकता है। यदि ऐसा होता है, तो उपयोग बंद कर दें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 45. एलोवेरा कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. एलोवेरा (घृतकुमारी)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - एलोवेरा पाचन तंत्र को स्वस्थ रखने में मदद कर सकता है।
  - यह कब्ज, अपच और पेट की गैस जैसी समस्याओं से राहत दे सकता है।
2. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाए रखने में सहायक हो सकता है।
  - यह मुंहासे, एक्जिमा जैसी त्वचा संबंधी समस्याओं में लाभदायक हो सकता है।
3. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - एलोवेरा में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।
4. शरीर में सूजन को कम करना:
  - एलोवेरा में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं जो शरीर में सूजन को कम कर सकते हैं।
5. रक्त शर्करा का नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि एलोवेरा रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
6. वजन प्रबंधन में सहायता:
  - एलोवेरा चयापचय को बढ़ावा देकर वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
7. विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - एलोवेरा शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकता है।
8. मौखिक स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा मसूड़ों और दांतों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद कर सकता है।
9. बालों का स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा बालों के विकास और स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी के साथ: पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो एलोवेरा के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
6. एलोवेरा रक्त को पतला कर सकता है, इसलिए रक्त पतला करने वाली दवाएं लेने वाले लोगों को सावधानी बरतनी चाहिए।
7. कुछ लोगों में एलोवेरा पेट में परेशानी पैदा कर सकता है, ऐसी स्थिति में मात्रा कम करें या उपयोग बंद कर दें।

लंबे समय तक उच्च मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह कुछ लोगों में लीवर की समस्याएं पैदा कर सकता है।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया

#### युग

प्रिय ezykart के सभी डिस्ट्रीब्यूटर्स और साथियों,

आज मैं, डॉ. बिपुल, ezykart के संस्थापक और सीएमडी, आप सभी से दिल से बात करना चाहता हूँ। हमारी इस यात्रा में आपका साथ अमूल्य है, और मुझे गर्व है कि आप सभी ezykart परिवार का हिस्सा हैं।

चार साल पहले, जब मैंने भारतीय वायु सेना से सेवानिवृत्त होकर ezykart की स्थापना की थी, तब मेरे मन में एक ही सपना था - भारत के हर कोने में स्वास्थ्य और समृद्धि लाना। आज, आप सभी के अथक प्रयासों से, वह सपना धीरे-धीरे साकार हो रहा है।

हमारे हर्बल और आयुर्वेदिक उत्पादों ने हजारों लोगों के जीवन में परिवर्तन लाया है। यह सिर्फ एक व्यवसाय नहीं है, यह एक मिशन है - स्वस्थ भारत का निर्माण करने का मिशन। आप सभी इस मिशन के वाहक हैं।

मुझे याद है, जब मैं वायु सेना में था, तब मैंने देखा कि हमारे देश के दो सबसे बड़े मुद्दे हैं - स्वास्थ्य और बेरोजगारी। ezykart इन दोनों समस्याओं का समाधान एक साथ प्रस्तुत करता है। हमारे उत्पाद लोगों को स्वस्थ रखते हैं, और हमारा बिजनेस मॉडल उन्हें आर्थिक स्वतंत्रता देता है।

आप में से कई लोगों ने मुझे बताया है कि कैसे ezykart ने आपके जीवन को बदल दिया है। कोई कह रहा था कि उसने अपने बच्चों को अच्छी शिक्षा दिलवाई, किसी ने अपना घर खरीदा, तो किसी ने अपने माता-पिता का इलाज करवाया। यह सुनकर मेरी आंखें नम हो जाती हैं, और मुझे लगता है कि हमारा मिशन सही दिशा में है।

लेकिन साथियों, यह तो बस शुरुआत है। हमें अभी लंबा सफर तय करना है। भारत की नंबर एक डायरेक्ट सेलिंग कंपनी बनने का हमारा लक्ष्य दूर नहीं है। लेकिन इसके लिए हमें दिन-रात एक करना होगा।

मैं जानता हूँ कि यह रास्ता आसान नहीं है। कभी-कभी निराशा आएगी, थकान होगी, लोग आपको नकारात्मक बातें कहेंगे। लेकिन याद रखिए, हर महान सफलता के पीछे कड़ी मेहनत और दृढ़ संकल्प होता है।

जब भी आप थकें, जब भी आपका मन डगमगाए, तब अपने उन ग्राहकों को याद कीजिए जिनका स्वास्थ्य आपके कारण सुधरा है। उन परिवारों को याद कीजिए जिनकी आर्थिक स्थिति आपके प्रयासों से बदली है। याद रखिए कि आप सिर्फ एक उत्पाद नहीं बेच रहे हैं, आप लोगों के जीवन में खुशियां ला रहे हैं।

ezykart का भविष्य उज्ज्वल है, और यह उज्ज्वल भविष्य आप सभी के हाथों में है। आप हर दिन जो मेहनत करते हैं, वह सिर्फ आपके लिए नहीं, बल्कि पूरे देश के लिए है। आप एक स्वस्थ और समृद्ध भारत के निर्माण में योगदान दे रहे हैं।

मेरा आप सभी से आग्रह है कि अपने सपनों को जीवंत रखें। हर सुबह एक नए जोश और उत्साह के साथ उठें। अपने लक्ष्यों को लिखें और उन्हें पूरा करने के लिए हर दिन कड़ी मेहनत करें। याद रखिए, आपकी सफलता ही ezykart की सफलता है।

आने वाला कल हमारा है, ezykartians का है। हम मिलकर इस देश का चेहरा बदल सकते हैं। हम मिलकर एक ऐसा भारत बना सकते हैं जहां हर व्यक्ति स्वस्थ हो, हर परिवार खुशहाल हो।

तो आइए, हम सब मिलकर इस सपने को साकार करें। आप सभी को मेरी शुभकामनाएं।



जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट

[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

\*अतिरिक्त टिप्स:\*

आप व्यवसाय नहीं बनाते, आप लोगों को बनाते हैं और फिर लोग व्यवसाय बनाते हैं। आप तभी जीतते हैं जब आप दूसरों को जीतने में मदद करते हैं। आप जीवन में वह सब कुछ पा सकते हैं जो आप चाहते हैं, बशर्ते आप अन्य लोगों को वह पाने में मदद करें जो वे चाहते हैं।

## तुम्हारी कीमत सिर्फ तुम तय कर सकते हो कोई और नहीं। अगर किसी को लगता है कि तुम किसी काम के नहीं हो तो एक ऐसा इतिहास लिख दो कि पढ़ने वाले को अहसास हो जाए उसने खोया क्या था।

### आपकी मेहनत कभी बेकार नहीं जाती है। वो आज नहीं तो कल, यहां नहीं तो फिर कहीं और, पर काम जरूर आ जाती है। इसलिए लाख असफलताओं के बाद भी मेहनत का दामन मत छोड़िए।



[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 46. अस्थमा केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: वासका (अडूसा), मुलेठी, कंटकारी, फाल (पिप्पली), तुलसी, नागरमोथा, पिप्पली, भृंगराज

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. श्वसन प्रणाली को मजबूत करना:
  - वासका और कंटकारी श्वसन मार्ग को साफ करने में मदद कर सकते हैं।
  - मुलेठी फेफड़ों को मजबूत बनाने में सहायक हो सकती है।
2. खांसी और कफ से राहत:
  - वासका और पिप्पली कफ को पतला करने और निकालने में मदद कर सकते हैं।
  - मुलेठी गले की खराश को कम कर सकती है।
3. सूजन को कम करना:
  - तुलसी और भृंगराज में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो श्वसन मार्ग की सूजन को कम कर सकते हैं।
4. ब्रोंकोडाइलेशन:
  - वासका और कंटकारी श्वास नलिकाओं को खोलने में मदद कर सकते हैं, जिससे सांस लेना आसान हो जाता है।
5. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - तुलसी और भृंगराज प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।
6. एंटी-अलर्जिक प्रभाव:
  - नागरमोथा और तुलसी एलर्जी प्रतिक्रियाओं को कम करने में मदद कर सकते हैं।
7. तनाव को कम करना:
  - मुलेठी और तुलसी तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं, जो अस्थमा के लक्षणों को कम कर सकता है।
8. ऑक्सीडेटिव तनाव से सुरक्षा:
  - भृंगराज और तुलसी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो ऑक्सीडेटिव तनाव से सुरक्षा प्रदान कर सकते हैं।
9. पाचन में सुधार:
  - पिप्पली और नागरमोथा पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं, जो अस्थमा के प्रबंधन में सहायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी के साथ: पर्याप्त मात्रा में गुनगुने पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही अस्थमा की दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें।
4. यह उत्पाद अस्थमा के लिए आपातकालीन दवा का विकल्प नहीं है। अपनी नियमित अस्थमा दवाओं को जारी रखें।
5. मुलेठी उच्च रक्तचाप वाले लोगों में सावधानी से उपयोग की जानी चाहिए।
6. धूम्रपान और शराब के सेवन से बचें, क्योंकि ये अस्थमा के लक्षणों को बदतर कर सकते हैं।
7. अपने आस-पास के वातावरण को धूल और प्रदूषण से मुक्त रखें।

अतिरिक्त सुझाव:

1. नियमित रूप से व्यायाम करें, लेकिन अपनी सीमाओं का ध्यान रखें।
2. तनाव प्रबंधन तकनीकों का अभ्यास करें, जैसे योग और प्राणायाम।
3. एक स्वस्थ, संतुलित आहार लें जो एंटी-इंफ्लेमेटरी खाद्य पदार्थों से भरपूर हो।
4. अपने घर को एलर्जन-मुक्त रखें।

## 47. स्लिम एन फिट कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: पुनर्नवा, वायविडंग, आंवला, सौंठ, पिपलामूल, शुद्ध विजयसार, आरोग्य वर्धिनी वटी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- वजन प्रबंधन:
  - वायविडंग और सौंठ चयापचय को बढ़ावा दे सकते हैं, जो वजन घटाने में मदद कर सकता है।
  - पुनर्नवा शरीर से अतिरिक्त तरल पदार्थ को निकालने में मदद कर सकता है।
- पाचन में सुधार:
  - सौंठ और पिपलामूल पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।
  - आरोग्य वर्धिनी वटी पाचन संबंधी समस्याओं को दूर करने में मदद कर सकती है।
- चयापचय को बढ़ावा:
  - विजयसार और वायविडंग शरीर के चयापचय को बढ़ावा दे सकते हैं।
- शरीर को डिटॉक्स करना:
  - पुनर्नवा और आंवला शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद कर सकते हैं।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - आंवला और सौंठ शरीर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं।
- रक्त शर्करा का नियंत्रण:
  - विजयसार रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
- एंटीऑक्सीडेंट सुरक्षा:
  - आंवला में उच्च मात्रा में विटामिन सी होता है, जो एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है।
- त्वचा स्वास्थ्य में सुधार:
  - आंवला और पुनर्नवा त्वचा के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और आरोग्य वर्धिनी वटी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
- पानी के साथ: पर्याप्त मात्रा में गुनगुने पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें।
- यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि आप रक्त शर्करा की दवा ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें क्योंकि कुछ जड़ी बूटियां रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकती हैं।
- किडनी की समस्याओं वाले लोगों को पुनर्नवा के उपयोग में सावधानी बरतनी चाहिए।

अतिरिक्त सुझाव:

- स्वस्थ, संतुलित आहार का पालन करें।
- नियमित व्यायाम करें - दैनिक कम से कम 30 मिनट।
- पर्याप्त नींद लें और तनाव को कम करें।
- पानी का पर्याप्त सेवन करें।
- शराब और तंबाकू के सेवन से बचें।
- धैर्य रखें - स्वस्थ वजन घटाना एक धीमी प्रक्रिया है।

## 48. वेट गेन कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा, विदारीकंद, सफेद मूसली, गोखरू, शतावरी, कौंच बीज, शिलाजीत

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. वजन बढ़ाना:
  - अश्वगंधा और विदारीकंद शरीर की मांसपेशियों के निर्माण में मदद कर सकते हैं।
  - सफेद मूसली शरीर की ताकत और वजन बढ़ाने में सहायक हो सकती है।
2. भूख बढ़ाना:
  - अश्वगंधा और शतावरी भूख को बढ़ा सकते हैं, जो वजन बढ़ाने में मदद करता है।
3. पोषण में सुधार:
  - शिलाजीत शरीर में खनिजों और पोषक तत्वों के अवशोषण को बढ़ा सकता है।
4. ऊर्जा स्तर बढ़ाना:
  - अश्वगंधा और सफेद मूसली शरीर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं।
5. हार्मोन संतुलन:
  - शतावरी और गोखरू हार्मोन संतुलन को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
6. मांसपेशियों का निर्माण:
  - कौंच बीज प्रोटीन संश्लेषण को बढ़ावा दे सकता है, जो मांसपेशियों के निर्माण में मदद करता है।
7. पाचन में सुधार:
  - विदारीकंद और शतावरी पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।
8. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - अश्वगंधा और शिलाजीत प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।
9. तनाव को कम करना:
  - अश्वगंधा तनाव को कम करने में मदद कर सकता है, जो अक्सर कम वजन से जुड़ा होता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी या दूध के साथ: पर्याप्त मात्रा में पानी या दूध के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें।
4. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
5. उच्च रक्तचाप वाले लोगों को अश्वगंधा के उपयोग में सावधानी बरतनी चाहिए।
6. मधुमेह के रोगियों को शिलाजीत के उपयोग में सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि यह रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है।

अतिरिक्त सुझाव:

1. प्रोटीन और कैलोरी से भरपूर संतुलित आहार का सेवन करें।
2. नियमित व्यायाम करें, विशेष रूप से शक्ति प्रशिक्षण।
3. पर्याप्त नींद लें - प्रतिदिन 7-9 घंटे।
4. तनाव को कम करें और आराम करने की तकनीकों का अभ्यास करें।
5. दिन में कई छोटे-छोटे भोजन करें।
6. पानी का पर्याप्त सेवन करें।
7. अपने वजन और शारीरिक माप की नियमित निगरानी करें।
8. धैर्य रखें - स्वस्थ वजन बढ़ाना एक धीमी प्रक्रिया है।

## 49. स्टोन केयर कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: पाषाणभेद, पुनर्नवा, गोखरू, वरुण, अपामार्ग, शुद्ध शिलाजीत, अजवाइन, नागरमोथा, लाजवंती

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पथरी को तोड़ना और निकालना:
  - पाषाणभेद और गोखरू किडनी और मूत्राशय की पथरी को तोड़ने और निकालने में मदद कर सकते हैं।
2. मूत्र प्रणाली को साफ करना:
  - पुनर्नवा और वरुण मूत्र प्रणाली को साफ करने में मदद कर सकते हैं।
3. मूत्रवर्धक प्रभाव:
  - गोखरू और पुनर्नवा मूत्र उत्पादन को बढ़ा सकते हैं, जो पथरी को बाहर निकालने में मदद करता है।
4. सूजन को कम करना:
  - अपामार्ग और लाजवंती में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो मूत्र मार्ग की सूजन को कम कर सकते हैं।
5. दर्द से राहत:
  - शिलाजीत और अजवाइन पथरी से होने वाले दर्द को कम करने में मदद कर सकते हैं।
6. मूत्र संक्रमण से बचाव:
  - नागरमोथा और वरुण में एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं, जो मूत्र संक्रमण से बचाव में मदद कर सकते हैं।
7. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - शिलाजीत और पुनर्नवा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं।
8. मूत्र के pH संतुलन को बनाए रखना:
  - गोखरू और पाषाणभेद मूत्र के pH को संतुलित रखने में मदद कर सकते हैं।
9. विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - पुनर्नवा और अपामार्ग शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी के साथ: पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें।
4. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
5. किडनी की गंभीर समस्याओं वाले लोगों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
6. रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने वाली दवाएं लेने वाले लोगों को सावधानी बरतनी चाहिए, क्योंकि कुछ जड़ी बूटियां रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकती हैं।

अतिरिक्त सुझाव:

1. पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं - प्रतिदिन कम से कम 8-10 गिलास।
2. नमक और चीनी का सेवन कम करें।
3. पथरी बनाने वाले खाद्य पदार्थों से बचें, जैसे अधिक कैल्शियम वाले खाद्य पदार्थ।
4. नियमित व्यायाम करें।
5. तनाव को कम करें और पर्याप्त नींद लें।
6. अल्कोहल और तंबाकू के सेवन से बचें।
7. नियमित रूप से अपने डॉक्टर से जांच कराएं।

- लक्षणों में सुधार न होने या बिगड़ने पर तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।

## 50. मल्टीविटामिन कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा, पिप्पली, गोखरू, कौंच बीज, आंवला, लौह भस्म, शंख भस्म, सफेद मूसली, शतावरी, मेथी दाना, काली मिर्च

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. समग्र स्वास्थ्य में सुधार:
  - अश्वगंधा और आंवला शरीर के समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और पिप्पली में विटामिन सी और अन्य एंटीऑक्सिडेंट होते हैं जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाते हैं।
3. ऊर्जा स्तर बढ़ाना:
  - लौह भस्म और सफेद मूसली शरीर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं।
4. पाचन में सुधार:
  - पिप्पली और काली मिर्च पाचन क्रिया को बेहतर बना सकते हैं।
5. हड्डियों और दांतों का स्वास्थ्य:
  - शंख भस्म कैल्शियम का एक अच्छा स्रोत है, जो हड्डियों और दांतों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।
6. रक्त संचार में सुधार:
  - लौह भस्म रक्त में हीमोग्लोबिन के स्तर को बढ़ा सकता है।
7. यौन स्वास्थ्य और प्रजनन क्षमता:
  - गोखरू, कौंच बीज और शतावरी यौन स्वास्थ्य और प्रजनन क्षमता को बढ़ा सकते हैं।
8. तनाव को कम करना:
  - अश्वगंधा तनाव को कम करने में मदद कर सकता है।
9. त्वचा और बालों का स्वास्थ्य:
  - आंवला और सफेद मूसली त्वचा और बालों के स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं।
10. मधुमेह नियंत्रण:
  - मेथी दाना रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी के साथ: पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
4. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
5. उच्च रक्तचाप वाले लोगों को अश्वगंधा के उपयोग में सावधानी बरतनी चाहिए।
6. लौह भस्म के कारण अधिक मात्रा में लेने पर कब्ज हो सकता है।

अतिरिक्त सुझाव:

1. स्वस्थ, संतुलित आहार का पालन करें।
2. नियमित व्यायाम करें।
3. पर्याप्त नींद लें।
4. तनाव को कम करें और आराम करने की तकनीकों का अभ्यास करें।
5. पानी का पर्याप्त सेवन करें।
6. धूम्रपान और अत्यधिक शराब के सेवन से बचें।

## 51. KESH AAHAR CAPSULE

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: भृंगराज (Bhringraj), आंवला (Amla), नागकेसर (Nagkesar), अश्वगंधा (Ashwagandha), ब्राह्मी (Brahmi), अभ्रक भस्म (Abrak Bhasma), गोदंती भस्म (Godanti Bhasma), नागरमोथा (Nagar Motha)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- बालों का स्वास्थ्य और विकास:
  - भृंगराज और आंवला बालों के विकास को बढ़ावा दे सकते हैं और उन्हें मजबूत बना सकते हैं।
  - नागकेसर बालों के झड़ने को रोकने में मदद कर सकता है।
- बालों की जड़ों को पोषण:
  - अश्वगंधा और आंवला बालों की जड़ों को पोषण देते हैं, जिससे बाल स्वस्थ रहते हैं।
- समय से पहले सफेद होने से रोकथाम:
  - भृंगराज और आंवला समय से पहले बालों के सफेद होने की प्रक्रिया को धीमा कर सकते हैं।
- खोपड़ी का स्वास्थ्य:
  - ब्राह्मी और नागरमोथा खोपड़ी के स्वास्थ्य में सुधार कर सकते हैं, जो बालों के विकास के लिए महत्वपूर्ण है।
- तनाव प्रबंधन:
  - अश्वगंधा और ब्राह्मी तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं, जो बालों के झड़ने का एक कारण हो सकता है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - नागकेसर और नागरमोथा खोपड़ी में रक्त परिसंचरण को बढ़ा सकते हैं, जो बालों के विकास को बढ़ावा देता है।
- प्राकृतिक खनिज पोषण:
  - अभ्रक भस्म और गोदंती भस्म प्राकृतिक खनिज प्रदान करते हैं जो बालों के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट सुरक्षा:
  - आंवला और भृंगराज में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो बालों को नुकसान से बचा सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर बाल या त्वचा समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ और संतुलित आहार लें।
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं।
  - बालों की उचित देखभाल करें और कठोर रसायनों से बचें।
  - तनाव को कम करने का प्रयास करें।
- यदि आप किसी अन्य दवा या पूरक का सेवन कर रहे हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- थायरॉइड समस्याओं वाले व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए, क्योंकि कुछ हर्बल घटक थायरॉइड फ़ंक्शन को प्रभावित कर सकते हैं।

## 52. व्हीट ग्रास कैप्सूल (Wheat Grass Capsule) साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. व्हीट ग्रास (Wheatgrass)
2. आंवला (Amla)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पोषण संबंधी लाभ:
  - व्हीट ग्रास विटामिन A, C, E, K और B कॉम्प्लेक्स का एक समृद्ध स्रोत है।
  - आंवला विटामिन C का एक उत्कृष्ट स्रोत है, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है।
2. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - दोनों घटक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट हैं जो मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करते हैं।
  - यह समय से पहले बुढ़ापा आने की प्रक्रिया को धीमा कर सकता है।
3. डिटॉक्सिफिकेशन:
  - व्हीट ग्रास में क्लोरोफिल होता है जो शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करता है।
  - यह लिवर और किडनी के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
4. पाचन स्वास्थ्य:
  - व्हीट ग्रास फाइबर का एक अच्छा स्रोत है, जो पाचन को बेहतर बनाता है।
  - आंवला पेट के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है और कब्ज से राहत दिला सकता है।
5. रक्त शुद्धिकरण:
  - व्हीट ग्रास में मौजूद क्लोरोफिल रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है।
  - यह हीमोग्लोबिन के निर्माण में सहायक हो सकता है।
6. त्वचा स्वास्थ्य:
  - दोनों घटक त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं, जिससे त्वचा चमकदार और स्वस्थ दिखती है।
  - एंटीऑक्सीडेंट गुण मुँहासों और समय से पहले बुढ़ापा आने से बचा सकते हैं।
7. ऊर्जा बढ़ाना:
  - व्हीट ग्रास में मौजूद पोषक तत्व शरीर की ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं।
  - यह थकान को कम करने में मदद कर सकता है।
8. वजन प्रबंधन:
  - कम कैलोरी और उच्च पोषण मूल्य के कारण, यह स्वस्थ वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
9. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और व्हीट ग्रास दोनों प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आपको गेहूं या घास से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
4. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यह उत्पाद किसी बीमारी के इलाज या रोकथाम का दावा नहीं करता है। यह एक पूरक है, न कि दवा।
6. शुष्क, ठंडे स्थान पर संग्रहित करें और निर्देशित तिथि के बाद उपयोग न करें।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## 53. गार्सिनिया कैंबोजिया कैप्सूल (Garcinia Cambogia Capsule)

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. गार्सिनिया कैंबोजिया (Garcinia Cambogia)
2. आंवला (Amla)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. वजन प्रबंधन:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया में हाइड्रोक्सीसाइट्रिक एसिड (HCA) होता है, जो वजन घटाने में मदद कर सकता है।
  - यह भूख को कम करने और कार्बोहाइड्रेट से वसा के निर्माण को रोकने में मदद कर सकता है।
2. मेटाबॉलिज्म बूस्टर:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकता है।
  - आंवला भी मेटाबॉलिक दर को बढ़ाने में मदद करता है।
3. कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया खराब कोलेस्ट्रॉल (LDL) को कम करने और अच्छे कोलेस्ट्रॉल (HDL) को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
4. मूड रेगुलेटर:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया सेरोटोनिन के स्तर को बढ़ा सकता है, जो मूड को बेहतर बनाने में मदद करता है।
5. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है जो फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद करता है।
  - यह प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में सहायक हो सकता है।
6. पाचन में सुधार:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया पाचन को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - आंवला पेट के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है।
7. ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - दोनों घटक शरीर की ऊर्जा को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
  - यह थकान को कम करने में सहायक हो सकता है।
8. ब्लड शुगर नियंत्रण:
  - गार्सिनिया कैंबोजिया रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - आंवला त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है और इसे चमकदार बनाता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (भोजन से 30-60 मिनट पहले) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 8-12 सप्ताह तक नियमित रूप से लें।
3. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
4. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।
5. संतुलित आहार और व्यायाम: इस पूरक के साथ एक संतुलित आहार और नियमित व्यायाम का पालन करें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग नहीं करना चाहिए।
3. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, विशेष रूप से डायबिटीज, उच्च रक्तचाप, या मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित दवाएं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
4. यदि कोई दुष्प्रभाव हो जैसे सिरदर्द, मतली, या पेट में परेशानी, तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. लिवर या किडनी की समस्याओं वाले व्यक्तियों को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
7. शुष्क, ठंडे स्थान पर संग्रहित करें और निर्देशित तिथि के बाद उपयोग न करें।

## 54. इम्युनिटी बूस्टर कैप्सूल (Immunity Booster Capsule)

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: गिलोय (Giloy), अश्वगंधा (Ashwagandha), दालचीनी (Dalchini), सौंठ (Sounth), गोखरू (Gokharu), कौंच बीज (Kaunch Beej), विदारीकंद (Vidharikand)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देते हैं।
  - ये शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - गिलोय, अश्वगंधा और दालचीनी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं।
  - ये मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - अश्वगंधा एक एडाप्टोजेन है जो तनाव को कम करने में मदद करता है।
  - यह मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - सौंठ और दालचीनी पाचन को बेहतर बनाते हैं।
  - ये गैस, अपच और पेट की अन्य समस्याओं से राहत दे सकते हैं।
- सूजन को कम करना:
  - गिलोय और अश्वगंधा में सूजन-रोधी गुण होते हैं।
  - ये जोड़ों के दर्द और सूजन को कम कर सकते हैं।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - अश्वगंधा और विदारीकंद शारीरिक और मानसिक ऊर्जा को बढ़ा सकते हैं।
  - ये थकान को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - गिलोय और गोखरू रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।
  - ये त्वचा के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकते हैं।
- यौन स्वास्थ्य:
  - कौंच बीज और अश्वगंधा यौन स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - ये प्रजनन क्षमता को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
- मधुमेह प्रबंधन:
  - गिलोय और दालचीनी रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
- श्वसन स्वास्थ्य:
  - दालचीनी और सौंठ श्वसन संबंधी समस्याओं से राहत दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद किसी बीमारी के इलाज या रोकथाम का दावा नहीं करता है। यह एक पूरक है, न कि दवा।
- 18 वर्ष से कम उम्र के व्यक्तियों के लिए अनुशंसित नहीं है।
- यदि आप किसी ऑटोइम्यून बीमारी से पीड़ित हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले विशेष सावधानी बरतें।
- शुष्क, ठंडे स्थान पर संग्रहित करें और निर्देशित तिथि के बाद उपयोग न करें।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने और समग्र स्वास्थ्य में सुधार के लिए, इस पूरक के साथ-साथ एक स्वस्थ जीवनशैली, संतुलित आहार और नियमित व्यायाम का पालन करना महत्वपूर्ण है।

## 55. रोबस्ट एच कैप्सूल (Robust H Capsule)

साइज़: 100 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा (Ashwagandha), शतावर (Shatavar), आंवला (Amla), हरड़ (Harar), बहेड़ा (Baheda), काँच बीज (Kaunchbeej), स्फिरुलिना (Spirulina), शिलाजीत (Shilajeet), हड्जोड़ (Hadjod), मोरिंगा (Moringa), विदारीकंद (Vidarikand), नोनी (Noni), दालचीनी (Dalchini), सौंठ (Sounth), गिलोय (Giloy), व्हीटग्रास (Wheatgrass), पुनर्नवा (Punernava), जायफल (Jaiphal), पिप्पली (Pippli), सफेद मूसली (Safed Musli), यष्टिमधु (Yastimandhu)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- समग्र स्वास्थ्य और शक्ति:
  - अश्वगंधा, शतावर, और शिलाजीत शारीरिक और मानसिक शक्ति बढ़ाते हैं।
  - ये थकान को कम करने और ऊर्जा स्तर को बढ़ाने में मदद करते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, आंवला, और मोरिंगा प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देते हैं।
  - स्फिरुलिना और व्हीटग्रास पोषक तत्वों से भरपूर हैं जो प्रतिरक्षा को मजबूत करते हैं।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - त्रिफला (हरड़, बहेड़ा, आंवला) पाचन को बेहतर बनाता है और कब्ज से राहत देता है।
  - दालचीनी और सौंठ गैस और अपच को कम करते हैं।
- यौन स्वास्थ्य और प्रजनन क्षमता:
  - अश्वगंधा, शतावर, और काँच बीज यौन स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - सफेद मूसली प्रजनन क्षमता को बेहतर बनाने में मदद करता है।
- हड्डियों और जोड़ों का स्वास्थ्य:
  - हड्जोड़ और शिलाजीत हड्डियों को मजबूत बनाते हैं।
  - ये जोड़ों के दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला, गिलोय, और नोनी शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट हैं।
  - ये मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - अश्वगंधा और यष्टिमधु तनाव को कम करने में मदद करते हैं।
  - ये मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - पुनर्नवा और गिलोय रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।
  - ये त्वचा के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकते हैं।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - अर्जुन और गुग्गुलु हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - ये कोलेस्ट्रॉल स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
- मेटाबॉलिज्म बूस्टर:
  - पिप्पली और जायफल मेटाबॉलिज्म को बढ़ाते हैं।
  - ये वजन प्रबंधन में सहायक हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप किसी गंभीर बीमारी से पीड़ित हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले विशेष सावधानी बरतें।
- अत्यधिक मात्रा में सेवन न करें। निर्धारित मात्रा का पालन करें।
- समग्र स्वास्थ्य में सुधार के लिए, इस पूरक के साथ-साथ एक स्वस्थ जीवनशैली, संतुलित आहार और नियमित व्यायाम का पालन करना महत्वपूर्ण है।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

अगर आप Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग बिज़नेस में नए हैं, या Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग बिज़नेस के बारे में सोच रहे हैं तो भारत की वर्तमान अर्थव्यवस्था को देखते हुए यह आपकी जिंदगी का महत्वपूर्ण निर्णय हो सकता है।

वैसे तो मैं आपको बहुत सारे ऐसे कारण बता सकता हूँ लेकिन आज मैं आपको 10 ऐसे कारण बताऊंगा जिनकी वजह से ये आपकी जिन्दगी का सबसे अच्छा फैसला हो सकता है।

**1. कहीं से भी काम करने की आज़ादी:** मान लीजिये आप नौकरी में तो ज़ाहिर सी बात है आपका ऑफिस भी होगा और आपको काम करने के लिए रोज़ अपने ऑफिस जाना ही पड़ता होगा। लेकिन वही Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग में आप किसी भी शहर में रह कर इसमें आसानी से काम कर सकते हैं बस आपके पास एक स्मार्ट फ़ोन और इंटरनेट होना चाहिए।

**2. खुद काम का समय निर्धारित करना:** यह मेरा सबसे पसंदीदा कारण है मैं अपने काम के घंटे खुद से तय कर सकता हूँ अपने समय के हिसाब से। लेकिन वही अपनी मीटिंग्स सेट कर सकता है। अगर मैं नौकरी में हूँ या मेरा कोई Traditional Business है तो मुझे नौकरी में 8 से 10 घंटे और बिज़नेस में 10- से 12 घंटे रोज़ के देने ही पड़ेंगे। मैं चाह के भी अपने टाइम के हिसाब से काम नहीं कर सकता, और Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग की सबसे अच्छी बात ये है की मुझे 1 दिन की छुट्टी के लिए किसी से विनती नहीं करनी पड़ती।

**3. काम लगाने पर:** आप Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग बिज़नेस को एक बहुत छोटी रकम के साथ शुरू कर सकते हैं बस आपके पास थोड़ा समय होना चाहिए।

और अगर आप मार्केट में कोई नया बिज़नेस शुरू करने के बारे में सोच रहे तो मैं आपको बता दूँ आपको कम से कम 1 से 2 लाख रुपए लगाने ही पड़ेंगे, और अगर आपको यकीन ना हो तो अपने नज़दीक किसी पान या सब्ज़ी बेचने वाले से पूछना उनसे अपना बिज़नेस कितने रुपए से शुरू किया था।

**4. पुरुषों जाती के बीच कोई / आयु / महिलाओं / भेदभाव नहीं है** Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग में प्रवेश करने से पहले आपसे कभी नहीं पूछा जाता की आपकी उम्र, धर्म और जाती क्या हैं वरना तो किसी भी सेक्टर को देख लीजिये वहाँ आपको इस तरह के सवालोक सामना जरूर करना पड़ता होगा। यहाँ सभी के लिए एक सामान अवसर है।

**5. व्यक्तिगत विकास:** यह मेरे लिए पैसे भी अधिक मायने रखता है आपके बिज़नेस के साथ साथ आपके व्यक्तिगत जीवन का भी विकास होना चाहिए। Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग में आपको अपने बिज़नेस को और आगे ले जाने के लिए अपने व्यक्तिगत विकास पे भी ध्यान देना होता है आपको वो इंसान बनना पड़ता है जो लोगो को प्रोत्साहित कर सके, उनके सपने पूरे करवाने में उनकी मदद कर सके इस बिज़नेस में आने के बाद आप अपने अंदर कमाल का व्यक्तिगत बदलाव देखेंगे।

**6. अवशिष्ट आय:** इस आय का मतलब है की एक ऐसे आय जिसके लिए आपको काम न करना पड़े जो लोग आज Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग में सफल हो चुके हैं वो इस अद्भुत आय की शक्ति को समझ सकते हैं सोचिये जब आप काम नहीं कर रहे हैं और तब भी आपके पास आय आ रही है और महीने दर महीने बढ़ती जा रही है सोचिये अगर कुछ साल मेहनत करने के बाद अगर आपको भी ये आय आने लगे तो आप केसा महसूस करेंगे।

**7. तुरंत लाभ –** जैसा की अपने देखा और सुना होगा की कोई भी नया बिज़नेस जब शुरू किया जाता है तो

तो काम से काम 2 से 3 साल तक कोई लाभ नहीं होता है लेकिन Ezykart में आप पहले दिन से ही लाभ ले सकते हैं।

**8. कोई बिलिंग / कोई उधर नहीं:** आपको अपने किसी भी ग्राहक को बिलिंग करने या किसी भी पैसे को इकट्ठा करने के बारे में चिंता करने की ज़रूरत नहीं है, यह सब ऑनलाइन नियंत्रित किया जाता है, लेकिन वही अगर दूसरे बिज़नेस के बारे में सोचा जाये तो वह बिलिंग, अकाउंटिंग बिलिटी और उधर के पेसो के लिए कई दिनों तक इंतज़ार करना पड़ता है।

**9. कोई कर्मचारी नहीं:** नेटवर्क मार्केटिंग में जैसे आप सिर्फ अपने सपनों के लिए काम कर रहे हो ठीक वैसे ही सब अपने सपने पूरे करने के लिए काम कर रहे, यहाँ आपको न किसी को कोई सैलरी देने की चिंता है और किसी तरह के सरकारी खर्च की चिंता, जैसे की एक ट्रेडिशनल Business में होती है। कोई भी आपको सैलरी बढ़ाने के लिए नहीं पूछता है। केवल एकमात्र कर्मचारी जिसके बारे में आपको चिंता करने की ज़रूरत है वह आप खुद हैं।

**10. तनाव मुक्त वातावरण में काम करने की क्षमता:** आज लोग चिंता भरे वातावरण में काम कर रहे हैं। अधिक से अधिक नौकरियों को आउटसोर्स किए जाने के साथ, कम नौकरियाँ उपलब्ध हैं। कम्पनियाँ कम भुगतान कर रही हैं लेकिन Ezykart नेटवर्क मार्केटिंग के साथ आप अपने घर जैसे आराम के साथ काम कर सकते हैं और तनावमुक्त काम है। सोचिये आप अपना खुद का सपना सच कर रहे हैं, या किसी और का।

जय हिन्द जय आयुर्वेद जय ईजीकार्ट

#### \*अतिरिक्त टिप्स:\*

आप तब तक नहीं हार सकते, जब तक आप कोशिश करना नहीं छोड़ देते।

“सफलता का मतलब सिर्फ पैसा कमाना नहीं है, बल्कि अपने जीवन का उद्देश्य खोजना और उसे पूरा करना है।”

“जो लोग जोखिम उठाने का साहस रखते हैं, वही महान सफलता प्राप्त कर सकते हैं।”

“जिस व्यक्ति ने कभी गलती नहीं की, उसने कभी कुछ नया करने की कोशिश नहीं की।”

“आपके सपनों की ऊँचाई आपके प्रयासों की ऊँचाई पर निर्भर करती है।”

“असफलता केवल यह सिद्ध करती है कि प्रयास पूरे मन से नहीं हुआ।”

“सपनों को पाने के लिए समझदार नहीं, पागल बनना पड़ता है।”

“सफलता का कोई रहस्य नहीं है। यह तैयारी, मेहनत, और असफलता से सीखने का नतीजा है।”

“जो मेहनत का रास्ता अपनाता है, वही सफलता का हकदार होता है।”

“आपकी मेहनत और आपका धैर्य ही आपको सफलता दिलाएगा।”

“जिसने अपने को वश में कर लिया है, उसकी जीत को देवता भी हार में नहीं बदल सकते।”



[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 56. कैल्शियम विटामिन डी3 कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: कैल्शियम, मैग्नीशियम, जिंक, विटामिन डी, विटामिन सी

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- हड्डियों का स्वास्थ्य:
  - कैल्शियम और विटामिन डी3 हड्डियों की मजबूती और घनत्व को बढ़ाते हैं।
  - ऑस्टियोपोरोसिस के जोखिम को कम कर सकता है।
- दांतों का स्वास्थ्य:
  - कैल्शियम दांतों को मजबूत बनाए रखने में मदद करता है।
- मांसपेशियों का कार्य:
  - मैग्नीशियम मांसपेशियों के स्वास्थ्य और कार्य के लिए आवश्यक है।
  - मांसपेशियों में ऐंठन और थकान को कम कर सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - जिंक और विटामिन सी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - जिंक त्वचा की मरम्मत और नवीनीकरण में मदद करता है।
  - विटामिन सी कोलेजन उत्पादन में सहायक होता है।
- एंटीऑक्सीडेंट सुरक्षा:
  - विटामिन सी एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है जो सेल क्षति से बचाता है।
- कैल्शियम अवशोषण:
  - विटामिन डी शरीर में कैल्शियम के अवशोषण को बढ़ाता है।
- तंत्रिका कार्य:
  - मैग्नीशियम तंत्रिका संचरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।
- ऊर्जा उत्पादन:
  - मैग्नीशियम और जिंक शरीर की ऊर्जा उत्पादन प्रक्रियाओं में शामिल हैं।
- हार्मोनल संतुलन:
  - जिंक टेस्टोस्टेरोन स्तर को बनाए रखने में मदद करता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1 कैप्सूल दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: डॉक्टर की सलाह के अनुसार या लंबे समय तक नियमित रूप से लिया जा सकता है।
- भोजन के साथ: कैल्शियम और मैग्नीशियम के बेहतर अवशोषण के लिए भोजन के साथ लेना बेहतर है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी दवा का सेवन कर रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- कैल्शियम और मैग्नीशियम कुछ दवाओं के अवशोषण को प्रभावित कर सकते हैं, इसलिए अन्य दवाओं के साथ लेने से बचें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - अत्यधिक कैल्शियम सेवन से बचें, क्योंकि यह किडनी स्टोन का जोखिम बढ़ा सकता है।
  - जिंक लंबे समय तक अधिक मात्रा में लेने से तांबे की कमी हो सकती है।
  - विटामिन डी के अत्यधिक सेवन से हाइपरकैल्सीमिया हो सकता है।
- यदि आपको गुर्दे की बीमारी है, तो विशेष सावधानी बरतें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- कुछ लोगों को मैग्नीशियम से पेट में गड़बड़ी हो सकती है। ऐसा होने पर मात्रा कम करें या डॉक्टर से सलाह लें।

यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## 57. ग्रीन फूड टैबलेट

साइज़: 30 टैबलेट प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: पालक, ब्रोकोली, केल, एवोकाडो, ब्रसेल्स स्प्राउट्स, हरी बीन्स, चार्ड, कीवी, नींबू, हरी मटर, पत्तेदार सब्जियाँ

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- पोषण का समृद्ध स्रोत:
  - विभिन्न हरी सब्जियों और फलों का संयोजन विटामिन, खनिज और फाइटोन्यूट्रिएंट्स का समृद्ध स्रोत प्रदान करता है।
- एंटीऑक्सीडेंट सुरक्षा:
  - केल, पालक और ब्रोकोली जैसी हरी सब्जियाँ एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती हैं, जो मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से बचाती हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - विटामिन सी से भरपूर कीवी और नींबू प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - फाइबर से भरपूर हरी सब्जियाँ पाचन को सुधारने और कब्ज से राहत दिलाने में मदद कर सकती हैं।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - एवोकाडो में स्वस्थ वसा होती है जो हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकती है।
  - हरी पत्तेदार सब्जियाँ रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकती हैं।
- वजन प्रबंधन:
  - कम कैलोरी और उच्च फाइबर सामग्री वाली हरी सब्जियाँ स्वस्थ वजन प्रबंधन में सहायक हो सकती हैं।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - एंटीऑक्सीडेंट और विटामिन से भरपूर यह मिश्रण त्वचा के स्वास्थ्य और चमक को बढ़ावा दे सकता है।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - हरी पत्तेदार सब्जियों में मौजूद आयरन और अन्य पोषक तत्व ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकते हैं।
- आँखों का स्वास्थ्य:
  - हरी पत्तेदार सब्जियों में मौजूद लुटीन और जीक्सैन्थिन आँखों के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद हो सकते हैं।
- डिटॉक्सिफिकेशन:
  - ब्रोकोली और ब्रसेल्स स्प्राउट्स जैसी सब्जियाँ शरीर के प्राकृतिक डिटॉक्सिफिकेशन प्रक्रियाओं को समर्थन दे सकती हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 टैबलेट दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: दैनिक आधार पर या स्वास्थ्य पेशेवर की सलाह के अनुसार।
- भोजन के साथ: बेहतर अवशोषण के लिए भोजन के साथ लेना उचित हो सकता है।
- पानी के साथ: टैबलेट को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही किसी दवा का सेवन कर रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद ताजी फल और सब्जियों का विकल्प नहीं है, बल्कि एक पूरक है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ हरी पत्तेदार सब्जियों में विटामिन K होता है।
  - यदि आपको किडनी की पथरी की समस्या है, तो ऑक्सलेट युक्त सब्जियों (जैसे पालक) के सेवन के बारे में डॉक्टर से परामर्श करें।
  - थायरॉयड की दवा लेने वाले व्यक्तियों को क्रूसेफेरस सब्जियों (जैसे ब्रोकोली, केल) के अत्यधिक सेवन से बचना चाहिए।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- बच्चों के लिए उपयुक्त मात्रा के लिए पीडियाट्रिशियन से परामर्श करें।
- यदि आपको पाचन संबंधी समस्याएं हैं, तो धीरे-धीरे शुरुआत करें और अपने शरीर की प्रतिक्रिया देखें।

## 58. गैस चूर्ण

साइज़: 100 ग्राम प्रति पैकेट

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: सोंठ (सूखी अदरक), पिप्पली (लंबी काली मिर्च), काली मिर्च, अजवाइन, जीरा, सौंफ, काला नमक, सैंधा नमक, त्रिफला (हरड़, बहेड़ा और आंवला का मिश्रण)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. गैस और अपच में राहत:
  - अजवाइन और सौंफ पेट में गैस बनने को कम करते हैं।
  - जीरा और सोंठ पाचन क्रिया को बढ़ावा देते हैं।
2. पाचन में सुधार:
  - पिप्पली और काली मिर्च पाचन रसों के स्राव को उत्तेजित करते हैं।
  - त्रिफला आंतों की गतिविधि को नियमित करने में मदद करता है।
3. पेट दर्द में आराम:
  - अजवाइन और जीरा पेट के ऐंठन और दर्द को कम कर सकते हैं।
4. कब्ज से राहत:
  - त्रिफला मृदु रेचक के रूप में कार्य करता है।
  - काला नमक और सैंधा नमक आंतों की गतिविधि को बढ़ावा दे सकते हैं।
5. भूख बढ़ाना:
  - सोंठ और काली मिर्च भूख को उत्तेजित कर सकते हैं।
6. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - काली मिर्च और पिप्पली शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं।
7. पेट के कीटाणुओं से लड़ना:
  - अजवाइन और काली मिर्च में एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं।
8. सूजन को कम करना:
  - त्रिफला और जीरा में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं।
9. वात दोष संतुलन:
  - आयुर्वेद के अनुसार, ये सभी घटक वात दोष को संतुलित करने में मदद करते हैं।
10. विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - त्रिफला शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद करता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 ग्राम (लगभग 1/4 से 1/2 छोटा चम्मच) दिन में दो या तीन बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. कैसे लें: गुनगुने पानी या छाछ के साथ लें।
3. समय: आमतौर पर भोजन के बाद लेना सबसे प्रभावी होता है।
4. अवधि: लक्षणों के अनुसार या चिकित्सक की सलाह पर।
5. नियमितता: आवश्यकतानुसार या नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी आयुर्वेदिक उत्पाद का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद गंभीर पाचन संबंधी बीमारियों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - उच्च रक्तचाप वाले व्यक्तियों को काले नमक के उपयोग में सावधानी बरतनी चाहिए।
  - पित्त की अधिकता वाले व्यक्तियों को काली मिर्च और पिप्पली की मात्रा पर ध्यान देना चाहिए।
  - अल्सर या गैस्ट्राइटिस के रोगियों को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
6. बच्चों के लिए उपयुक्त मात्रा के लिए पीडियाट्रिशियन से परामर्श करें।
7. अत्यधिक सेवन से बचें, क्योंकि इससे पाचन संबंधी परेशानियाँ हो सकती हैं।
8. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।

## 59. लैक्सेटिव चूर्ण

साइज़: 100 ग्राम प्रति पैकेट

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: आंवला, हरड़, काली मिर्च, सनाय की पत्तियाँ, अजवाइन, मुलेठी, सौंफ, बहेड़ा (टर्मिनेलिया बेलेरिका), इसबगोल, सजी क्षार, अमलतास

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. कब्ज से राहत:
  - सनाय की पत्तियाँ और हरड़ मृदु रेचक के रूप में कार्य करते हैं।
  - इसबगोल आंतों में पानी को बनाए रखता है, जिससे मल त्याग आसान होता है।
2. पाचन में सुधार:
  - आंवला और अजवाइन पाचन क्रिया को बढ़ावा देते हैं।
  - काली मिर्च पाचन रसों के स्राव को उत्तेजित करती है।
3. पेट साफ करना:
  - अमलतास और सनाय की पत्तियाँ आंतों को साफ करने में मदद करती हैं।
4. गैस और अपच में राहत:
  - अजवाइन और सौंफ पेट में गैस बनने को कम करते हैं।
5. विषाक्त पदार्थों का निष्कासन:
  - त्रिफला (आंवला, हरड़, भेड़ा) शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद करता है।
6. आंतों की सूजन को कम करना:
  - मुलेठी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो आंतों की सूजन को कम कर सकते हैं।
7. आंतों के pH संतुलन में मदद:
  - सजी क्षार आंतों के pH को संतुलित करने में मदद कर सकता है।
8. हेमोरोइड्स (बवासीर) में राहत:
  - इसबगोल मल को नरम बनाता है, जो हेमोरोइड्स के रोगियों के लिए फायदेमंद हो सकता है।
9. वजन प्रबंधन में सहायता:
  - नियमित मल त्याग वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
10. आयुर्वेदिक दोष संतुलन:
  - यह मिश्रण वात और कफ दोषों को संतुलित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 3-5 ग्राम (लगभग 1/2 से 1 छोटा चम्मच) दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. कैसे लें: गुनगुने पानी या दूध के साथ लें। इसबगोल की उपस्थिति के कारण, चूर्ण लेने के बाद अतिरिक्त पानी पीना महत्वपूर्ण है।
3. समय: आमतौर पर रात को सोने से पहले या सुबह खाली पेट लेना सबसे प्रभावी होता है।
4. अवधि: लक्षणों के अनुसार या चिकित्सक की सलाह पर। लंबे समय तक नियमित उपयोग से बचें।
5. नियमितता: आवश्यकतानुसार लें, दैनिक आधार पर लंबे समय तक लेने से बचें।

सावधानियां:

1. किसी भी आयुर्वेदिक उत्पाद का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
3. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद गंभीर पाचन संबंधी बीमारियों के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - लंबे समय तक उपयोग से आंतों की प्राकृतिक गतिविधि प्रभावित हो सकती है।
  - पेट में दर्द, मतली या उल्टी होने पर उपयोग बंद कर दें।
  - अत्यधिक उपयोग से शरीर में पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी हो सकती है।
  - अपेंडिसाइटिस या अज्ञात पेट दर्द की स्थिति में उपयोग न करें।
6. बच्चों, बुजुर्गों और कमजोर व्यक्तियों के लिए उपयुक्तता और मात्रा के लिए चिकित्सक से परामर्श करें।
7. यदि आप किसी अन्य दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
8. नियमित उपयोग से पहले अपने आहार और जीवनशैली में सुधार करने का प्रयास करें।

## 60. गैनोडर्मा कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट: गैनोडर्मा ल्यूसिडम (रेशी मशरूम)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गैनोडर्मा में बीटा-ग्लूकनस होते हैं जो प्रतिरक्षा कोशिकाओं को उत्तेजित कर सकते हैं।
  - यह शरीर की प्राकृतिक रक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकता है।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - गैनोडर्मा में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट मुक्त कणों से लड़ने में मदद कर सकते हैं।
  - यह समय से पहले बुढ़ापा आने की प्रक्रिया को धीमा कर सकता है।
- कार्डियोवैस्कुलर स्वास्थ्य में सुधार:
  - यह रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - कोलेस्ट्रॉल के स्तर को संतुलित करने में सहायक हो सकता है।
- रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - गैनोडर्मा इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ा सकता है।
  - यह मधुमेह के प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
- लिवर स्वास्थ्य:
  - यह लिवर की कार्यक्षमता को बढ़ावा दे सकता है।
  - विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में सहायता कर सकता है।
- कैंसर-रोधी संभावनाएं:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि गैनोडर्मा में कैंसर कोशिकाओं के विकास को रोकने की क्षमता हो सकती है।
- तनाव और थकान से राहत:
  - यह एडाप्टोजेनिक गुणों के कारण तनाव से निपटने में मदद कर सकता है।
  - शारीरिक और मानसिक थकान को कम करने में सहायक हो सकता है।
- नींद की गुणवत्ता में सुधार:
  - गैनोडर्मा नींद की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
- सूजन को कम करना:
  - इसमें सूजन-रोधी गुण हो सकते हैं जो पुरानी सूजन से राहत दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लाभ प्राप्त करने के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं या किसी स्वास्थ्य स्थिति से ग्रसित हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- रक्त को पतला करने वाली दवाएं लेने वाले व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि गैनोडर्मा रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है।
- ऑटोइम्यून रोगों से पीड़ित व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि गैनोडर्मा प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित कर सकता है।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- कुछ लोगों में गैनोडर्मा चक्कर आना, सूखी मुंह, पेट में परेशानी या त्वचा पर दाने जैसे हल्के दुष्प्रभाव पैदा कर सकता है।
- यह उत्पाद किसी भी बीमारी के इलाज या रोकथाम का दावा नहीं करता है। इसे स्वस्थ जीवनशैली और संतुलित आहार के साथ पूरक के रूप में उपयोग किया जाना चाहिए।

## 61. केश आहार हेयर ऑइल

साइज़: 100 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: भृंगराज, ब्राह्मी, आंवला, तुलसी, मेथी दाना, जटामांसी, शिकाकाई, हीना (मेहंदी), हिबिस्कस (गुड़हल), कलौंजी, रीठा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. बाल विकास को बढ़ावा:
  - भृंगराज और ब्राह्मी बालों के विकास को उत्तेजित कर सकते हैं।
  - मेथी दाना बाल फॉलिकल्स को पोषण देता है।
2. बालों को मजबूत बनाना:
  - आंवला और हिबिस्कस बालों को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
  - शिकाकाई बालों की जड़ों को मजबूत करता है।
3. बालों की चमक बढ़ाना:
  - आंवला और रीठा बालों को प्राकृतिक चमक प्रदान करते हैं।
  - हीना बालों को स्वस्थ चमक देती है।
4. खोपड़ी की देखभाल:
  - तुलसी और नीम खोपड़ी के संक्रमण से बचाव में मदद करते हैं।
  - जटामांसी खोपड़ी में रक्त संचार को बढ़ाता है।
5. रूसी और खुजली से राहत:
  - नीम और कलौंजी में एंटी-फंगल गुण होते हैं जो रूसी को कम कर सकते हैं।
  - तुलसी खुजली को शांत करने में मदद करती है।
6. समय से पहले सफेद होने से रोकथाम:
  - भृंगराज और आंवला समय से पहले बालों के सफेद होने की प्रक्रिया को धीमा कर सकते हैं।
7. बालों का झड़ना कम करना:
  - मेथी दाना और हिबिस्कस बालों के झड़ने को कम करने में मदद करते हैं।
  - जटामांसी बाल फॉलिकल्स को मजबूत बनाता है।
8. बालों को नमी प्रदान करना:
  - हिबिस्कस और शिकाकाई बालों को प्राकृतिक रूप से नमी प्रदान करते हैं।
  - आंवला बालों को हाइड्रेट रखता है।
9. तनाव कम करना:
  - जटामांसी के शांत करने वाले गुण तनाव को कम कर सकते हैं, जो बालों के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: आवश्यकतानुसार 10-15 मिली तेल का प्रयोग करें।
2. आवृत्ति: सप्ताह में 2-3 बार उपयोग करें, या जैसा आपके बालों को आवश्यकता हो।
3. लगाने का तरीका:
  - तेल को हल्का गर्म करें।
  - उंगलियों से धीरे-धीरे सिर की त्वचा पर मालिश करें।
  - बालों की जड़ों से लेकर सिरों तक अच्छी तरह लगाएं।
  - 30-60 मिनट के लिए छोड़ दें, या रात भर के लिए लगा रहने दें।
  - गुनगुने पानी और मृदु शैम्पू से धोएं।
4. सर्वोत्तम परिणामों के लिए नियमित रूप से प्रयोग करें।

सावधानियां:

1. पहली बार उपयोग करने से पहले, कोहनी के अंदरूनी हिस्से पर एक छोटी मात्रा में लगाकर एलर्जी टेस्ट करें।
2. यदि त्वचा में जलन, लाली या खुजली हो तो उपयोग बंद कर दें और डॉक्टर से परामर्श करें।
3. आंखों में जाने से बचें। यदि आंखों में चला जाए तो तुरंत ठंडे पानी से धो लें।
4. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
5. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं या कोई त्वचा की समस्या है, तो उपयोग से पहले डॉक्टर से सलाह लें।
6. केवल बाहरी उपयोग के लिए। मुंह में न लें।
7. यदि बालों या सिर की त्वचा में कोई खुला घाव या कट हो तो उपयोग न करें।

## 62. यूरिक एसिड कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: शल्लकी, गुग्गुलु, गिलोय, सोंठ, त्रिफला, पुनर्नवा, गोखरू, पिप्पली, काली मिर्च, नागरमोथा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- यूरिक एसिड नियंत्रण:
  - गिलोय और पुनर्नवा यूरिक एसिड के स्तर को कम करने में मदद कर सकते हैं।
  - गोखरू मूत्र उत्सर्जन को बढ़ाकर यूरिक एसिड निष्कासन में सहायक हो सकता है।
- सूजन कम करना:
  - शल्लकी और गुग्गुलु में सूजन-रोधी गुण होते हैं जो जोड़ों की सूजन को कम कर सकते हैं।
  - त्रिफला भी सूजन को कम करने में मदद करता है।
- दर्द से राहत:
  - शल्लकी और गुग्गुलु गठिया से होने वाले दर्द को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
  - सोंठ दर्द निवारक गुणों के लिए जाना जाता है।
- गुर्दे की कार्यक्षमता में सुधार:
  - पुनर्नवा और गोखरू गुर्दे की कार्यक्षमता को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - गिलोय गुर्दे के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है।
- पाचन में सुधार:
  - त्रिफला पाचन तंत्र को मजबूत करता है।
  - पिप्पली और काली मिर्च पाचन क्रिया को बढ़ावा देते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय एक प्रभावी इम्यूनोमॉड्यूलेटर है।
  - त्रिफला प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाता है।
- विषहरण:
  - नागरमोथा और पुनर्नवा शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद करते हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - गिलोय और नीम रक्त को शुद्ध करने में सहायक हैं।
- मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - काली मिर्च और सोंठ शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा देते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: बेहतर परिणामों के लिए कम से कम 2-3 महीने तक नियमित रूप से लें।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं या किसी स्वास्थ्य स्थिति से ग्रसित हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- अधिक मात्रा में पानी पीएं क्योंकि यह यूरिक एसिड के निष्कासन में मदद करता है।
- शराब और उच्च प्यूरीन वाले खाद्य पदार्थों से बचें, जैसे लाल मांस, सीफूड, और उच्च फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप।
- नियमित व्यायाम और स्वस्थ वजन बनाए रखें, क्योंकि अधिक वजन यूरिक एसिड के स्तर को बढ़ा सकता है।
- यदि आपको गुर्दे की पथरी या गुर्दे संबंधी अन्य समस्याएं हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 63. हर्बल डेली टैबलेट

साइज़: 30 टैबलेट प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: दाड़िम (अनार), चंगेरी, मसूर, नागवल्ली (पान के पत्ते), खजूर, अजवाइन, सौंठ, पीपल, नागरमोथा, काली मिर्च

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - अजवाइन और सौंठ गैस, अपच और पेट फूलने में राहत दे सकते हैं।
  - पीपल और काली मिर्च पाचन क्रिया को उत्तेजित करते हैं।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - दाड़िम (अनार) एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर है जो प्रतिरक्षा को बढ़ावा देता है।
  - नागवल्ली में एंटीमाइक्रोबियल गुण होते हैं।
3. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - काली मिर्च और सौंठ मेटाबॉलिक दर को बढ़ा सकते हैं।
  - अजवाइन वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
4. रक्त शुद्धिकरण:
  - चंगेरी और नागरमोथा रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं।
  - दाड़िम रक्त में हीमोग्लोबिन के स्तर को बढ़ा सकता है।
5. त्वचा स्वास्थ्य:
  - दाड़िम और मसूर त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - नागवल्ली त्वचा संबंधी समस्याओं से लड़ने में सहायक हो सकता है।
6. ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - खजूर प्राकृतिक रूप से ऊर्जा प्रदान करता है।
  - सौंठ थकान को कम करने में मदद कर सकता है।
7. हृदय स्वास्थ्य:
  - दाड़िम हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - अजवाइन कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
8. विषहरण:
  - नागरमोथा और चंगेरी शरीर से विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद करते हैं।
9. मासिक धर्म संबंधी समस्याओं में राहत:
  - दाड़िम और सौंठ मासिक धर्म संबंधी समस्याओं को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
10. मानसिक स्वास्थ्य:
  - खजूर मूड को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
  - नागवल्ली तनाव को कम करने में सहायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 टैबलेट दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: दैनिक आधार पर लें या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
3. भोजन के साथ: टैबलेट को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: टैबलेट को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर टैबलेट लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं या किसी स्वास्थ्य स्थिति से ग्रसित हैं।
2. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
3. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
4. अगर आपको पेटिक अल्सर या अम्लता की समस्या है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
5. यदि आपको पहले से ही कोई एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले सावधानी बरतें।
6. निर्धारित मात्रा से अधिक न लें।

## 64. हंगर बूस्टर टैबलेट

साइज़: 30 टैबलेट प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: सोंठ (अदरक), पिप्पली (लंबी पीपल), काली मिर्च, अजवाइन, अश्वगंधा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. भूख बढ़ाना:
  - सोंठ और काली मिर्च पाचन रसों के स्राव को उत्तेजित करके भूख को बढ़ा सकते हैं।
  - अजवाइन पाचन क्रिया को मजबूत करता है, जो भूख को बढ़ा सकता है।
2. पाचन में सुधार:
  - सोंठ और अजवाइन गैस, अपच और पेट फूलने में राहत दे सकते हैं।
  - पिप्पली और काली मिर्च पाचन एंजाइमों के उत्पादन को बढ़ावा देते हैं।
3. मेटाबॉलिज्म बढ़ाना:
  - काली मिर्च और सोंठ शरीर के मेटाबॉलिज्म को तेज कर सकते हैं।
  - अश्वगंधा शरीर की ऊर्जा उत्पादन प्रक्रिया को बढ़ावा देता है।
4. वजन बढ़ाने में सहायक:
  - अश्वगंधा स्वस्थ वजन बढ़ाने में मदद कर सकता है।
  - बेहतर पाचन और भूख बढ़ने से कैलोरी सेवन में वृद्धि हो सकती है।
5. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - अश्वगंधा और काली मिर्च प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
  - सोंठ में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो प्रतिरक्षा को बढ़ावा देते हैं।
6. तनाव कम करना:
  - अश्वगंधा एक एडाप्टोजेन है जो तनाव को कम करने में मदद करता है।
  - तनाव कम होने से भूख में सुधार हो सकता है।
7. ऊर्जा स्तर बढ़ाना:
  - अश्वगंधा शारीरिक और मानसिक थकान को कम करने में मदद करता है।
  - सोंठ और काली मिर्च शरीर में रक्त परिसंचरण को बढ़ाते हैं, जिससे ऊर्जा बढ़ती है।
8. मांसपेशियों का स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा मांसपेशियों के निर्माण और मरम्मत में सहायक हो सकता है।
9. हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा हार्मोनल संतुलन को बनाए रखने में मदद कर सकता है, जो भूख और मेटाबॉलिज्म को प्रभावित करता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 टैबलेट दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: लगातार 4-6 सप्ताह तक लें या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
3. भोजन के साथ: टैबलेट को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: टैबलेट को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर टैबलेट लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं या किसी स्वास्थ्य स्थिति से ग्रसित हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यदि आप ऑटोइम्यून रोगों से पीड़ित हैं, तो अश्वगंधा का सेवन करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
5. यदि आपको पेट्टिक अल्सर या गैस्ट्रोइसोफेगल रिफ्लक्स रोग (GERD) है, तो इस उत्पाद का उपयोग सावधानी से करें।
6. यदि आप थायरॉइड की दवाएं ले रहे हैं, तो अश्वगंधा का सेवन करने से पहले डॉक्टर से सलाह लें।
7. यदि आप रक्तशर्करा को कम करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग सावधानी से करें क्योंकि यह रक्तशर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है।
8. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
9. अतिरिक्त कैलोरी सेवन के कारण अनावश्यक वजन बढ़ने से बचने के लिए एक संतुलित आहार बनाए रखें।

## 65. त्रिफला कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (3):

1. आंवला (Amla)
2. हरड़ (Harar)
3. बहेड़ा (Baheda)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - त्रिफला पाचन तंत्र को मजबूत करता है और कब्ज से राहत दिलाता है।
  - यह आंतों की गतिविधि को नियमित करने में मदद करता है।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा:
  - आंवला विटामिन C का समृद्ध स्रोत है, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है।
  - त्रिफला के सभी घटक एंटीऑक्सीडेंट गुणों से भरपूर हैं।
3. त्वचा स्वास्थ्य में सुधार:
  - त्रिफला त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाने में मदद करता है।
  - यह मुहांसे और त्वचा संबंधी अन्य समस्याओं को कम कर सकता है।
4. आंखों का स्वास्थ्य:
  - त्रिफला आंखों के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है और दृष्टि में सुधार कर सकता है।
5. वजन प्रबंधन:
  - त्रिफला चयापचय को बढ़ावा देकर स्वस्थ वजन प्रबंधन में मदद कर सकता है।
6. विषहरण:
  - त्रिफला शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करता है।
7. रक्त शोधन:
  - यह रक्त को शुद्ध करने में मदद करता है, जिससे त्वचा रोग और अन्य समस्याएं कम हो सकती हैं।
8. लीवर स्वास्थ्य:
  - त्रिफला लीवर के कार्यों को बेहतर बनाने में मदद करता है।
9. एंटी-एजिंग गुण:
  - इसके एंटीऑक्सीडेंट गुण समय से पहले बुढ़ापा आने की प्रक्रिया को धीमा कर सकते हैं।
10. मानसिक स्वास्थ्य:
  - त्रिफला तनाव को कम करने और मानसिक स्पष्टता बढ़ाने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और रात) लें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लें।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
4. पानी के साथ: गुनगुने पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आपको गंभीर पाचन संबंधी समस्याएं हैं, तो सावधानी बरतें।
4. यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो त्रिफला के साथ उसके संभावित प्रभाव के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
6. अधिक मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह अतिसार या पेट में परेशानी पैदा कर सकता है।
7. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
8. त्रिफला का लंबे समय तक उपयोग करने से पहले अपने आयुर्वेदिक चिकित्सक से परामर्श करें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Vijay Kant Mishra, (BNYS) Consulting  
Doctor & head of All department Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

आदरणीय Ezykart Family, मित्रों, आज हम एक ऐसे समय में जी रहे हैं जहां चुनौतियां और अवसर दोनों हमारे सामने हैं। हमारे आसपास के क्षेत्रों की बात करें तो यहां की समस्याएं हमें चिंतित करती हैं। स्वास्थ्य सेवाओं की कमी, डॉक्टरों की अनुपलब्धता, बेरोजगारी, और आर्थिक अवसरों का अभाव - ये ऐसी चुनौतियां हैं जो न केवल व्यक्तिगत जीवन को बल्कि पूरे समाज को प्रभावित कर रही हैं।

लेकिन मैं आज यहां निराशा की बात करने नहीं आया हूं। मैं आया हूं एक ऐसा समाधान लेकर जो इन सभी समस्याओं को एक साथ संबोधित कर सकता है। और वह समाधान है - Ezykart।

Ezykart केवल एक कंपनी नहीं है, यह एक विचारधारा है, एक आंदोलन है। यह स्वास्थ्य और समृद्धि का एक ऐसा मॉडल है जो न केवल आपके जीवन को बदल सकता है, बल्कि पूरे समाज को एक नई दिशा दे सकता है। आइए, मैं आपको विस्तार से बताता हूं कि कैसे ezykart आपके और आपके समुदाय के जीवन में क्रांतिकारी परिवर्तन ला सकता है

**1. स्वास्थ्य समस्याओं का समाधान:-** हमारे पास उच्च गुणवत्ता वाले हर्बल और आयुर्वेदिक उत्पादों की एक विस्तृत श्रृंखला है। ये उत्पाद प्राचीन भारतीय ज्ञान और आधुनिक विज्ञान का अद्भुत संगम हैं। हमारे पास है इम्युनिटी बूस्टर से लेकर दैनिक स्वास्थ्य सप्लीमेंट्स तक, त्वचा देखभाल उत्पादों से लेकर आयुर्वेदिक दवाओं तक - हर उम्र और हर जरूरत के लिए कुछ न कुछ। हमारे उत्पाद रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने से लेकर विभिन्न बीमारियों के उपचार तक में सहायक हैं। जहां डॉक्टरों की कमी है, वहां हमारे उत्पाद लोगों को स्वस्थ रहने में मदद कर सकते हैं। हमारा मानना है कि रोकथाम इलाज से बेहतर है, और हमारे उत्पाद इसी सिद्धांत पर काम करते हैं।

**2. बेरोजगारी का समाधान:-** Ezykart केवल स्वास्थ्य उत्पाद नहीं बेचता, यह एक व्यापक व्यावसायिक

अवसर प्रदान करता है। आप हमारे डिस्ट्रीब्यूटर बनकर न केवल अपना व्यवसाय शुरू कर सकते हैं, बल्कि दूसरों को भी रोजगार दे सकते हैं। यह एक ऐसा मॉडल है जहां आपकी सफलता, दूसरों की सफलता से जुड़ी है। आप चाहे छात्र हों, गृहिणी हों, या फिर नौकरी की तलाश में हों - ezykart हर किसी के लिए एक अवसर है। आप अपने वर्तमान काम के साथ-साथ इसे शुरू कर सकते हैं और धीरे-धीरे इसे अपना मुख्य व्यवसाय बना सकते हैं।

**3. MLM का सही उपयोग:-** हमारा मल्टी-लेवल मार्केटिंग मॉडल पूरी तरह से पारदर्शी और नैतिक है। यह आपको अपनी मेहनत के अनुसार कमाई करने का मौका देता है। हम पिरामिड स्कीम या गैर-कानूनी प्रथाओं में बिल्कुल विश्वास नहीं करते। हमारा लक्ष्य है - ईमानदारी से व्यापार करना और लोगों का जीवन बदलना। हमारी कमीशन स्ट्रक्चर सरल और स्पष्ट है। जितना अधिक आप बेचते हैं, उतना अधिक आप कमाते हैं। साथ ही, अपनी टीम का निर्माण करके आप पसिव इनकम भी कमा सकते हैं। यह एक ऐसा मॉडल है जो मेहनती लोगों को सफलता की ऊंचाइयों तक ले जाता है।

**4. प्राकृतिक स्वास्थ्य का महत्व:-** नैचुरोपैथी में मेरे व्यापक अनुभव के आधार पर मैं दावे के साथ कह सकता हूं कि प्रकृति में हर बीमारी का इलाज मौजूद है। हमारे उत्पाद इसी सिद्धांत पर आधारित हैं। ये रसायनों से मुक्त हैं और शरीर पर कोई दुष्प्रभाव नहीं डालते। हमारे उत्पादों में प्रयुक्त जड़ी-बूटियां और अन्य प्राकृतिक तत्व सदियों से भारतीय चिकित्सा पद्धति का हिस्सा रहे हैं। हम इन प्राचीन ज्ञान को आधुनिक विज्ञान के साथ मिलाकर ऐसे उत्पाद बनाते हैं जो प्रभावी भी हैं और सुरक्षित भी।

**5. आर्थिक स्वतंत्रता:-** Ezykart आपको वित्तीय स्वतंत्रता प्राप्त करने का अनूठा अवसर देता है। आप अपने समय और क्षमता के अनुसार काम कर सकते हैं। चाहे आप पूर्णकालिक काम करना चाहें या अंशकालिक, हमारा मॉडल आपके लिए उपयुक्त है। हमारे कई डिस्ट्रीब्यूटर्स ने अपनी आय को दोगुना, तिगुना, यहां तक कि दस गुना तक बढ़ा लिया है। आप भी अपने सपनों को साकार कर सकते हैं

- चाहे वो अपना घर खरीदना हो, बच्चों की उच्च शिक्षा का खर्च उठाना हो, या फिर विदेश यात्रा करना हो।

**6. सामुदायिक विकास:-** जब आप ezykart से जुड़ते हैं, तो आप केवल अपने लिए नहीं, बल्कि पूरे समुदाय के लिए काम करते हैं। आप लोगों को स्वस्थ रहने में मदद करते हैं, उन्हें रोजगार के अवसर देते हैं, और समाज में सकारात्मक बदलाव लाते हैं। हमारा मानना है कि जब एक व्यक्ति आगे बढ़ता है, तो वह पूरे समाज को आगे ले जाता है। ezykart के माध्यम से, आप न केवल अपना जीवन बदल रहे हैं, बल्कि अपने आसपास के लोगों के जीवन में भी प्रकाश ला रहे हैं।

**7. निरंतर प्रशिक्षण और समर्थन:-** हम आपको केवल उत्पाद नहीं देते, बल्कि निरंतर प्रशिक्षण और समर्थन भी प्रदान करते हैं। हमारे नियमित सेमिनार और कार्यशालाएं आपको व्यवसाय में सफल होने के लिए आवश्यक कौशल सिखाती हैं। हमारे पास एक समर्पित टीम है जो 24x7 आपकी सहायता के लिए तत्पर रहती है। चाहे आपको उत्पाद की जानकारी चाहिए हो, बिजनेस प्लान समझना हो, या फिर तकनीकी सहायता की आवश्यकता हो - हम हमेशा आपके साथ हैं।

**8. ग्रामीण क्षेत्रों पर विशेष ध्यान:-** हम जानते हैं कि मधेपुरा जैसे क्षेत्रों में विकास की अपार संभावनाएं हैं। हमारा लक्ष्य है कि हम ग्रामीण भारत को स्वस्थ और समृद्ध बनाएं। आप इस महत्वपूर्ण मिशन के अभिन्न अंग बन सकते हैं। हमारे उत्पाद और व्यवसाय मॉडल विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों के लिए डिज़ाइन किए गए हैं। हम स्थानीय संसाधनों और प्रतिभाओं का उपयोग करके, ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूत बनाना चाहते हैं।

**9. उत्पाद की अद्वितीय गुणवत्ता:-** हमारे उत्पादों की गुणवत्ता हमारी सबसे बड़ी ताकत है। हम कभी भी गुणवत्ता से समझौता नहीं करते। आप बेझिझक होकर हमारे उत्पादों को अपने ग्राहकों तक पहुंचा सकते हैं। हमारे उत्पाद ISO प्रमाणित हैं और सख्त गुणवत्ता नियंत्रण प्रक्रियाओं से गुजरते हैं। हम नियमित रूप से अपने उत्पादों का परीक्षण करते हैं और उनमें सुधार करते रहते हैं। जब आप ezykart का उत्पाद बेचते हैं, तो आप वास्तव में एक बेहतर जीवन बेच रहे होते हैं।

**10. उज्ज्वल भविष्य की योजना:-** ezykart का लक्ष्य है भारत की नंबर एक डायरेक्ट सेलिंग कंपनी बनना। इस यात्रा में आप हमारे अनमोल साथी हैं। जैसे-जैसे हम बढ़ेंगे, आपके अवसर भी बढ़ेंगे। हम लगातार नए उत्पादों पर काम कर रहे हैं, नए बाजारों में प्रवेश कर रहे हैं, और अपने व्यवसाय मॉडल को और अधिक लाभदायक बना रहे हैं। आने वाले वर्षों में, हम देश के हर कोने में पहुंचना चाहते हैं, और इस यात्रा में आप हमारे साथ चलने वाले पहले लोगों में से एक हो सकते हैं।

मित्रों, आज हम एक ऐसे ऐतिहासिक मोड़ पर खड़े हैं जहां से हम अपने जीवन की दिशा बदल सकते हैं। ezykart आपको वह मंच प्रदान करता है जहां आप अपने सपनों को साकार कर सकते हैं। यह केवल एक व्यवसाय नहीं है, यह एक जीवन शैली है - एक ऐसी जीवन शैली जो आपको स्वस्थ, समृद्ध और खुश रखती है। आप में से कई लोग सोच रहे होंगे कि क्या यह सब वाकई संभव है? क्या मैं इसमें सफल हो सकता/सकती हूँ? मैं आपको बताना चाहता हूँ कि हां, यह संभव है।

“मैंने ऐसे हजारों लोगों को देखा है जिन्होंने ezykart के साथ अपना जीवन बदला है। वे लोग जो कभी दो वक्त की रोटी के लिए संघर्ष कर रहे थे, आज वे अपने बच्चों को अच्छी शिक्षा दे रहे हैं। जो लोग कभी अपने गांव से बाहर नहीं निकले थे, आज वे देश विदेश की यात्रा कर रहे हैं। धन्यवाद।

डॉ. वी.के. मिश्रा जय हिंद! जय ezykart  
[www.easycartbooster.com](http://www.easycartbooster.com)

## 66. टॉक्स प्लस कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: हरड़ (Harar), बहेड़ा (Baheda), आंवला (Amla), सर्पगंधा (Sarpankha), पुनर्नवा (Punarnava), पित्तपापड़ा (Pit Papra), भूमि आंवला (Bhuni Amla), भृंगराज (Bhringraj), नागरमोथा (Nagar Motha) और अन्य जड़ी बूटियां

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- विषहरण (डिटॉक्सिफिकेशन):
  - यह मिश्रण शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करता है।
  - पुनर्नवा और पित्तपापड़ा विशेष रूप से डिटॉक्सिफिकेशन में सहायक हैं।
- लीवर स्वास्थ्य:
  - भूमि आंवला और पित्तपापड़ा लीवर के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - यह लीवर की कार्यक्षमता को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - त्रिफला (हरड़, बहेड़ा, आंवला) पाचन तंत्र को मजबूत करता है।
  - यह कब्ज, अपच और अन्य पाचन संबंधी समस्याओं से राहत दे सकता है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - भृंगराज और आंवला त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - यह त्वचा संबंधी समस्याओं जैसे मुंहासे, एक्जिमा आदि में सुधार ला सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और अन्य जड़ी बूटियां प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करती हैं।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - नागरमोथा और पुनर्नवा रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - सर्पगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
- मूत्र संबंधी स्वास्थ्य:
  - पुनर्नवा मूत्रवर्धक के रूप में कार्य करता है और किडनी के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है।
- एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - कई घटक जैसे हरड़ और बहेड़ा में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं।
- मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - यह मिश्रण शरीर के समग्र मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा दे सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लें।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
- पानी के साथ: गुनगुने पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ संभावित प्रतिक्रियाओं के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
- लीवर या किडनी की गंभीर बीमारियों वाले व्यक्तियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
- अधिक मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह पेट में परेशानी या अन्य समस्याएं पैदा कर सकता है।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- डिटॉक्सिफिकेशन प्रक्रिया के दौरान पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
- यदि आपको पहले से ही कोई स्वास्थ्य समस्या है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 67. फीमेल केयर सिरप

साइज़: 400 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अशोक (Ashok), साल (Shaal), आंवला (Amla), पुनर्नवा (Punarnava), सुपारी (Supari), गिलोय (Giloy), बबूल (Babool), अर्जुन (Arjun), दारुहल्दी (Daruhaladi), गुलाब (Rose flower), लोध्र (Lodhra), माजूफल (Majuphal), अनंतमूल (Anantmool), नागकेसर (Nagkeshar), विदारीकंद (Vidarikand), किकर गोंद (Kikar Goond), सौंठ (Saunth), मजीठ (Majith), शतावर (Shatavar) और अन्य जड़ी बूटियां

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- मासिक धर्म नियमन:
  - अशोक और लोध्र मासिक धर्म को नियमित करने में मदद कर सकते हैं।
  - यह अनियमित मासिक धर्म और मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द को कम कर सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - शतावर और विदारीकंद महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद करते हैं।
  - यह रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकता है।
- प्रजनन स्वास्थ्य:
  - अशोक और शतावर महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - यह गर्भाशय के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - मजीठ और अनंतमूल रक्त को शुद्ध करने में मदद करते हैं।
  - यह त्वचा के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
- एनीमिया से राहत:
  - लौह युक्त जड़ी बूटियां जैसे अशोक और आंवला एनीमिया से लड़ने में मदद कर सकती हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - आंवला और गिलोय प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करते हैं।
- पाचन स्वास्थ्य:
  - सौंठ और पुनर्नवा पाचन को बेहतर बनाने में मदद करते हैं।
- तनाव प्रबंधन:
  - अशोक और शतावर तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकते हैं।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - गुलाब और नागकेसर त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाने में मदद करते हैं।
- ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
  - गिलोय और आंवला शरीर की ऊर्जा को बढ़ाने में मदद करते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 10-20 ml दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लें।
- भोजन के साथ: सिरप को भोजन के बाद लें।
- पानी के साथ: आवश्यकतानुसार पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।
- यदि आप कोई दवा ले रही हैं, तो इस सिरप के साथ संभावित प्रतिक्रियाओं के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आपको पहले से ही कोई गंभीर स्वास्थ्य समस्या है, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- अधिक मात्रा में सेवन से बचें, क्योंकि यह अनपेक्षित प्रभाव पैदा कर सकता है।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रही हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- स्तनपान कराने वाली माताओं को इस सिरप का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
- यदि आपको किसी विशेष जड़ी बूटी से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।

## 68. रोबस्ट न्यूट्री

साइज़: 100 ग्राम

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: शिग्रु (Shigru/Moringa), मैंगोस्टीन (Mangosteen), साइबेरियन जिनसेंग (Siberian Ginseng), गैनोडर्मा लुसिडम (Ganoderma Lucidum), सौर चेरी (Sour Cherry) अन्य इंग्रेडिएंट्स: ब्लैक करंट, रास्पबेरी, एल्डरबेरी, सी बकथॉर्न, तुलसी, अश्वगंधा, नीम, लेमन बाम, लहसुन, हल्दी, सफेद मूसली, शुद्ध शिलाजीत, शतावरी, कौंच बीज, गोखरू, कबाब चीनी, बांड शाजन, काली मूसली, जायफल, लोंग, अकरकरा, विदारी, दालचीनी, आदि।

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- समग्र स्वास्थ्य में सुधार:
  - शिग्रु और मैंगोस्टीन में पोषक तत्वों की भरपूर मात्रा होती है जो शरीर के सभी प्रणालियों को सहायता प्रदान करते हैं।
  - साइबेरियन जिनसेंग ऊर्जा स्तर को बढ़ाता है और थकान को कम करता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गैनोडर्मा लुसिडम, तुलसी और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाते हैं।
  - एल्डरबेरी और सी बकथॉर्न में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो शरीर को बीमारियों से लड़ने में मदद करते हैं।
- एंटी-एजिंग प्रभाव:
  - मैंगोस्टीन, ब्लैक करंट और रास्पबेरी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो त्वचा को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं।
  - शुद्ध शिलाजीत कोशिकाओं के पुनर्जनन में सहायक होता है।
- यौन स्वास्थ्य में सुधार:
  - सफेद मूसली, शतावरी और कौंच बीज यौन स्वास्थ्य और प्रजनन क्षमता को बढ़ाते हैं।
  - गोखरू टेस्टोस्टेरोन के स्तर को बढ़ा सकता है।
- पाचन में सुधार:
  - लहसुन, हल्दी और दालचीनी पाचन क्रिया को बेहतर बनाते हैं।
  - तुलसी और लेमन बाम पेट की समस्याओं को कम करने में मदद करते हैं।
- मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव को कम करने और नींद की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद करता है।
  - साइबेरियन जिनसेंग मानसिक स्पष्टता और एकाग्रता को बढ़ाता है।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - सौर चेरी और ब्लैक करंट हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
  - लहसुन रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद करता है।
- सूजन कम करना:
  - हल्दी और गैनोडर्मा लुसिडम में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 ग्राम (1/4 से 1/2 चम्मच) दिन में दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उत्पाद को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- उपयोग: इसे गर्म दूध या पानी में मिलाकर पी सकते हैं, या शहद के साथ मिलाकर ले सकते हैं।
- समय: सुबह खाली पेट या सोने से पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर लें।

सावधानियां:

- किसी भी आयुर्वेदिक उत्पाद को शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद किसी भी गंभीर बीमारी के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- इस उत्पाद को बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - संतुलित आहार लें और स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं।

## 69. Pain Go Oil

साइज़: 50ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: गंधपुर तेल (Gandhpura Oil), यूकेलिप्टस तेल (Eucalyptus Oil), मालकांगनी तेल (Malkangni Oil), निर्गुंडी तेल (Nirgundi Oil), हल्दी (Turmeric) अन्य इंग्रेडिएंट्स: 6. नीम (Neem) 7. पुदीना (Peppermint) 8. सौंठ (Dry Ginger) 9. कपूर (Camphor) 10. सुरंजन (Colchicum) 11. लौंग (Clove) 12. जायफल (Nutmeg) 13. दालचीनी (Cinnamon) 14. अजवाइन (Carom Seeds) 15. तिल का तेल (Sesame Oil)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. दर्द निवारण:
  - गंधपुर तेल, यूकेलिप्टस तेल, और कपूर में मजबूत दर्द निवारक गुण होते हैं।
  - निर्गुंडी और सुरंजन मांसपेशियों और जोड़ों के दर्द को कम करने में मदद कर सकते हैं।
2. सूजन कम करना:
  - हल्दी, नीम, और सुरंजन में सूजन-रोधी गुण होते हैं।
  - ये घटक गठिया (आर्थराइटिस) और मांसपेशियों की सूजन को कम कर सकते हैं।
3. रक्त संचार में सुधार:
  - लौंग, सौंठ, और अजवाइन स्थानीय रक्त संचार को बढ़ा सकते हैं।
  - बेहतर रक्त प्रवाह दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकता है।
4. मांसपेशियों में आराम:
  - यूकेलिप्टस तेल और पुदीना मांसपेशियों को आराम देने में मदद कर सकते हैं।
  - ये घटक मांसपेशियों की ऐंठन और तनाव को कम कर सकते हैं।
5. गर्मी प्रदान करना:
  - अजवाइन, सौंठ, और लौंग स्थानीय रूप से गर्मी प्रदान कर सकते हैं।
  - यह गर्मी मांसपेशियों को आराम देने और दर्द को कम करने में मदद कर सकती है।
6. त्वचा को पोषण:
  - तिल का तेल त्वचा को पोषण देता है और अन्य तेलों के अवशोषण में मदद करता है।
  - नीम त्वचा संबंधी समस्याओं से राहत दे सकता है।
7. तंत्रिका दर्द में राहत:
  - यूकेलिप्टस तेल और कपूर तंत्रिका संबंधी दर्द में राहत प्रदान कर सकते हैं।
8. एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण:
  - नीम, हल्दी, और लौंग में एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण होते हैं।

उपयोग का तरीका:

1. मात्रा: आवश्यकतानुसार प्रभावित क्षेत्र पर एक छोटी मात्रा (लगभग 2-3 मिली) लगाएं।
2. आवृत्ति: दिन में 2-3 बार या जब भी दर्द हो, तब इस्तेमाल करें।
3. मालिश: तेल को प्रभावित क्षेत्र पर हल्के हाथों से मालिश करके लगाएं।
4. गर्म सेंक: बेहतर परिणामों के लिए, तेल लगाने के बाद प्रभावित क्षेत्र पर गर्म सेंक दें।
5. समयावधि: लगातार 2-3 सप्ताह तक उपयोग करें या जब तक लक्षणों में सुधार न हो।

सावधानियां:

1. त्वचा पर लगाने से पहले एक छोटे क्षेत्र पर परीक्षण करें।
2. आंखों, मुंह, और अन्य संवेदनशील क्षेत्रों से दूर रखें।
3. खुले घाव या क्षतिग्रस्त त्वचा पर न लगाएं।
4. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
5. यदि त्वचा पर जलन, लाली, या अन्य प्रतिकूल प्रतिक्रियाएं हों, तो उपयोग बंद कर दें और चिकित्सक से परामर्श करें।
6. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
7. केवल बाहरी उपयोग के लिए। निगलें नहीं।
8. यदि दर्द या अन्य लक्षण बने रहें या बिगड़ें, तो चिकित्सकीय सलाह लें।
9. तेल लगाने के बाद धूप में जाने से बचें, क्योंकि कुछ घटक त्वचा को प्रकाश के प्रति संवेदनशील बना सकते हैं।
10. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस तेल का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 70. Tulsi Drop

साइज़: 30ml

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: Ocimum tenuiflorum (श्याम तुलसी या कृष्णा तुलसी), Ocimum gratissimum (वन तुलसी या राम तुलसी), Ocimum sanctum (पवित्र तुलसी), Ocimum basilicum (स्वीट बेसिल), Ocimum citriodorum (लेमन बेसिल)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- व्यापक प्रतिरक्षा बूस्टर:
  - सभी तुलसी प्रजातियों का संयोजन एक मजबूत प्रतिरक्षा बूस्टर बनाता है।
  - यह विभिन्न प्रकार के संक्रमणों से लड़ने में मदद कर सकता है।
- एंटीऑक्सीडेंट समृद्ध फॉर्मूला:
  - विभिन्न तुलसी प्रजातियों में विभिन्न एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो सेल क्षति से बचाते हैं।
  - यह समग्र स्वास्थ्य और दीर्घायु को बढ़ावा दे सकता है।
- तनाव प्रबंधन और मानसिक स्वास्थ्य:
  - तुलसी की विभिन्न किस्मों का यह मिश्रण एक शक्तिशाली एडाप्टोजेन के रूप में कार्य करता है।
  - यह तनाव, चिंता और अवसाद के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है।
- श्वसन स्वास्थ्य का व्यापक समर्थन:
  - विभिन्न तुलसी प्रजातियां श्वसन तंत्र के विभिन्न पहलुओं को लाभ पहुंचाती हैं।
  - यह एलर्जी, अस्थमा और ब्रोंकाइटिस जैसी श्वसन समस्याओं में राहत दे सकता है।
- पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - विभिन्न तुलसी प्रजातियों का संयोजन पाचन तंत्र के समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है।
  - यह पेट में गैस, अपच और पेट के अल्सर जैसी समस्याओं से राहत दे सकता है।
- चयापचय नियंत्रण:
  - यह मिश्रण रक्त शर्करा और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - यह मधुमेह और हृदय रोग के प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
- सूजन विरोधी गुण:
  - सभी तुलसी प्रजातियों में सूजन विरोधी गुण होते हैं।
  - यह पुरानी सूजन से संबंधित स्थितियों में राहत प्रदान कर सकता है।
- मस्तिष्क कार्य में सुधार:
  - विभिन्न तुलसी प्रजातियों का यह संयोजन संज्ञानात्मक कार्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह स्मृति, एकाग्रता और समग्र मानसिक स्पष्टता में सुधार कर सकता है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - विभिन्न तुलसी प्रजातियों के एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण त्वचा स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - यह मुंहासे, एक्जिमा और त्वचा संक्रमण जैसी समस्याओं में मदद कर सकता है।
- डिटॉक्सिफिकेशन:
  - यह मिश्रण शरीर की प्राकृतिक डिटॉक्सिफिकेशन प्रक्रियाओं को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह लीवर और किडनी के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।

उपयोग का तरीका:

- मात्रा: सामान्यतः 3-5 बूंद, दिन में 2-3 बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- उपयोग विधि:
  - सीधे जीभ पर डालें या थोड़े से पानी या शहद में मिलाकर लें।
  - गर्म या ठंडे पानी में मिलाकर तुलसी की चाय के रूप में भी ले सकते हैं।
  - अपने नियमित स्मूदी या जूस में भी मिला सकते हैं।
- समयावधि: दैनिक आधार पर 4-6 सप्ताह तक लें। लंबे समय तक उपयोग के लिए चिकित्सक से परामर्श करें।
- भोजन के साथ: आमतौर पर खाली पेट या भोजन से 30 मिनट पहले लेना सबसे प्रभावी होता है।

सावधानियां:

- यदि आपको तुलसी या इसके किसी घटक से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।

## 71. आई केयर ड्रॉप

साइज़: 10 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: पुनर्नवा क्वाथ, दारुहरिद्रा क्वाथ, स्फटिका भस्म, गुलाब जल

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- आंखों की सूजन और जलन में राहत:
  - पुनर्नवा और दारुहरिद्रा में सूजन-रोधी गुण होते हैं जो आंखों की सूजन और जलन को कम कर सकते हैं।
  - गुलाब जल शीतलता प्रदान करता है, जो आंखों को आराम देता है।
- आंखों की सफाई और संक्रमण से बचाव:
  - दारुहरिद्रा में एंटीसेप्टिक और एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं, जो आंखों को संक्रमण से बचा सकते हैं।
  - स्फटिका भस्म आंखों को साफ करने में मदद कर सकता है।
- आंखों की थकान में राहत:
  - गुलाब जल और पुनर्नवा आंखों की थकान को दूर करने में सहायक हो सकते हैं।
- आंखों की नमी को बनाए रखना:
  - गुलाब जल आंखों की नमी को बनाए रखने में मदद करता है, जो सूखी आंखों की समस्या में लाभदायक हो सकता है।
- दृष्टि में सुधार:
  - दारुहरिद्रा और पुनर्नवा आंखों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं, जो दृष्टि में सुधार ला सकता है।
- आंखों के रक्त संचार में सुधार:
  - पुनर्नवा रक्त संचार को बढ़ावा दे सकता है, जो आंखों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 बूंद प्रत्येक आंख में, दिन में 2-3 बार। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- उपयोग की विधि:
  - हाथों को अच्छी तरह धोएं।
  - सिर को पीछे की ओर झुकाएं और ऊपर की पलक को हल्के से खींचें।
  - ड्रॉपर से 1-2 बूंद आंख में डालें।
  - आंख को धीरे से बंद करें और कुछ सेकंड के लिए पलकें झपकाएं।
  - अतिरिक्त द्रव को साफ कपड़े से पोंछ लें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार उपयोग करना चाहिए।
- समय: आप इसे सुबह और शाम, या जब भी आंखों में परेशानी महसूस हो, उपयोग कर सकते हैं।

सावधानियां:

- किसी भी आंख के उत्पाद का उपयोग शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या नेत्र विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- यदि आप कॉन्टैक्ट लेंस पहनते हैं, तो ड्रॉप्स डालने से पहले उन्हें निकाल दें और ड्रॉप्स डालने के कम से कम 15 मिनट बाद तक फिर से न लगाएं।
- यदि कोई एलर्जी या प्रतिकूल प्रतिक्रिया हो, तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- बोतल के टिप को आंख या किसी अन्य सतह से न छुएं, यह संक्रमण का कारण बन सकता है।
- ड्रॉप्स को ठंडे और सूखे स्थान पर रखें, सीधी धूप से बचाएं।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
- यह उत्पाद गंभीर आंखों की समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- यदि आप गर्भवती हैं या स्तनपान करा रही हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लें।
- खुलने के बाद 30 दिनों के भीतर उत्पाद का उपयोग कर लें।

अतिरिक्त सुझाव:

- नियमित रूप से आंखों की जांच कराएं।
- पर्याप्त नींद लें और आंखों को आराम दें।
- स्क्रीन के सामने लंबे समय तक बैठने से बचें और 20-20-20 नियम का पालन करें (हर 20 मिनट में, 20 सेकंड के लिए 20 फीट दूर देखें)।
- संतुलित आहार लें जिसमें विटामिन A, C, और E शामिल हों।

- धूम्रपान से बचें और शराब का सेवन सीमित करें।

## 72. एंटी-एडिक्शन ड्रॉप

साइज़: 30 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: ब्राह्मी, शंखपुष्पी, जटामांसी, अश्वगंधा, ज्योतिष्मती, तगर, वचा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- नशे की लत को कम करना:
  - यह मिश्रण विभिन्न प्रकार की लतों (जैसे शराब, तंबाकू, या नशीली दवाओं) को कम करने में मदद कर सकता है।
  - ब्राह्मी और शंखपुष्पी मस्तिष्क के कार्यों को सुधारने में मदद करते हैं, जो लत के व्यवहार को नियंत्रित करने में सहायक हो सकते हैं।
- तनाव और चिंता को कम करना:
  - जटामांसी और अश्वगंधा प्राकृतिक तनावरोधी हैं जो मानसिक शांति प्रदान कर सकते हैं।
  - यह लत छोड़ने के दौरान होने वाली चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
- नींद की गुणवत्ता में सुधार:
  - जटामांसी और तगर नींद की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं, जो नशा छोड़ने के दौरान अक्सर प्रभावित होती है।
- मूड स्टेबलाइजर:
  - अश्वगंधा और ब्राह्मी मूड को स्थिर करने में मदद कर सकते हैं, जो लत छोड़ने के दौरान उतार-चढ़ाव को कम कर सकता है।
- संज्ञानात्मक कार्य में सुधार:
  - ब्राह्मी और शंखपुष्पी स्मृति और एकाग्रता को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं, जो अक्सर लत के कारण प्रभावित होते हैं।
- डिटॉक्सिफिकेशन:
  - वचा और ज्योतिष्मती शरीर को विषाक्त पदार्थों से मुक्त करने में मदद कर सकते हैं।
- शारीरिक लक्षणों में राहत:
  - यह मिश्रण लत छोड़ने के दौरान होने वाले शारीरिक लक्षणों जैसे सिरदर्द, मतली, या मांसपेशियों में दर्द को कम करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- सामान्य मात्रा: 10-15 बूंद, दिन में 2-3 बार। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें या अपने आयुर्वेदिक चिकित्सक से परामर्श लें।
- उपयोग विधि:
  - ड्रॉप्स को सीधे जीभ पर या थोड़े से पानी में मिलाकर लें।
  - भोजन से आधा घंटा पहले या बाद में लें।
  - सुबह और शाम को लेना सबसे प्रभावी हो सकता है।
- उपचार की अवधि:
  - लत की गंभीरता के आधार पर 3-6 महीने तक नियमित रूप से लें।
  - प्रगति की निगरानी करें और आवश्यकतानुसार उपचार को समायोजित करें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या गंभीर स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग नहीं करना चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- अचानक नशा छोड़ने से गंभीर लक्षण हो सकते हैं। हमेशा चिकित्सकीय निगरानी में धीरे-धीरे छोड़ें।
- अल्कोहल या अन्य नशीले पदार्थों के साथ न लें।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
- ठंडे और अंधेरे स्थान पर भंडारित करें।

अतिरिक्त सुझाव:

- स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं: नियमित व्यायाम करें, संतुलित आहार लें, और पर्याप्त नींद लें।
- तनाव प्रबंधन तकनीकों का अभ्यास करें जैसे ध्यान, योग, या गहरी सांस लेना।
- सहायता समूहों में शामिल हों या मनोचिकित्सक से परामर्श लें।
- अपने आसपास के वातावरण को सकारात्मक रखें और नकारात्मक प्रभावों से बचें।
- धैर्य रखें - लत से छुटकारा पाना एक लंबी प्रक्रिया हो सकती है।

## 73. Breast Growth Oil

साइज: 30 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा (Ashwagandha), मेथी दाना (Methi dana), जायफल (Jaiphal), कलौंजी (Kalonji), कपूर (Kapoor), मज्जूफल (Majuphal), तगर (Tagar), दालचीनी (Dalchini), लौंग (Lavang), मजीठ (Majith), अकरकरा (Akarkara), शतावरी (Shatavar), तिल का तेल (Til oil), विदारीकंद (Vidarikand)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- स्तन ऊतक का पोषण:
  - शतावरी और विदारीकंद स्तन ऊतक को पोषण दे सकते हैं।
  - तिल का तेल त्वचा को मुलायम और लचीला बना सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा और मेथी दाना हार्मोनल संतुलन में मदद कर सकते हैं।
  - शतावरी महिला हार्मोन के स्तर को नियंत्रित करने में सहायक हो सकती है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
  - दालचीनी और लौंग स्थानीय रक्त प्रवाह को बढ़ा सकते हैं।
  - मजीठ रक्त शुद्धि में मदद कर सकती है।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - कलौंजी और तिल का तेल त्वचा की देखभाल में सहायक हो सकते हैं।
  - जायफल त्वचा को मुलायम और चमकदार बना सकता है।
- सूजन कम करना:
  - दालचीनी और कपूर में सूजन कम करने के गुण हो सकते हैं।
- मालिश के लाभ:
  - नियमित मालिश से स्तन की मांसपेशियों को मजबूती मिल सकती है।
  - अकरकरा स्थानीय रक्त प्रवाह को उत्तेजित कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 5-10 बूंद तेल का उपयोग करें।
- आवृत्ति: दिन में एक या दो बार, या जैसा निर्देशित किया गया हो।
- कैसे लगाएं: स्तनों पर हल्के हाथों से मालिश करें, 10-15 मिनट तक।
- समय: रात को सोने से पहले लगाना सबसे अच्छा हो सकता है।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से उपयोग करें।

सावधानियां:

- इस तेल का उपयोग करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या त्वचा जलन हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह तेल केवल बाहरी उपयोग के लिए है। इसे निगलें नहीं।
- उपयोग से पहले एक छोटे क्षेत्र पर परीक्षण करें।
- अतिरिक्त सावधानियां:
  - बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
  - ठंडे और अंधेरे स्थान पर संग्रहित करें।
  - आंखों और मुंह के संपर्क से बचें।
- यदि आपको स्तन कैंसर का इतिहास है या आप किसी हार्मोन-संवेदनशील स्थिति से ग्रस्त हैं, तो इस तेल का उपयोग न करें।
- याद रखें कि यह तेल स्तन आकार में महत्वपूर्ण या स्थायी परिवर्तन का वादा नहीं करता है।

महत्वपूर्ण नोट:

- इस तरह के उत्पादों के दावे अक्सर वैज्ञानिक रूप से सिद्ध नहीं होते हैं।
- स्तन के आकार और स्वास्थ्य के बारे में चिंताओं के लिए हमेशा एक योग्य चिकित्सक से परामर्श करें।
- स्वस्थ जीवनशैली, संतुलित आहार, और नियमित व्यायाम समग्र स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण हैं।
- अपने शरीर के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण रखना महत्वपूर्ण है।

## 74. PERFORMANCE ENHANCER CAPSULE

साइज: 30 कैप्सूल

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: नागकेसर (Nagkesar), शुद्ध शिलाजीत (Shudh Shilajeet), ताल मखाना (Taal Makhana), सलाम पंजा (Salam Panja), सलाम मिश्री (Salam Mishri), ईरानी अकरकरा (Irani Akarkara), शतावरी (Shatavar), अश्वगंधा (Ashwagandha), काली मूसली (Kali Musli), जायफल (Jaiphal), रूमी मस्तगी (Rumi Mastagi), केसर (Kesar - Saffron), कौंच बीज (Kaunch Beej), उत्तंगन बीज (Utaangan Beej), स्वर्ण माक्षिक भस्म (Swarn Makshik Bhasma), कुकुटांग भस्म (Kuktang Bhasma), त्रिवंग भस्म (Trivang Bhasma), सिंगरफ भस्म (Singraf Bhasma), रस सिंदूर (Ras Sindoor), मकरध्वज (Makardwaj)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. शारीरिक प्रदर्शन में सुधार:
  - शिलाजीत और अश्वगंधा शारीरिक शक्ति और सहनशक्ति बढ़ा सकते हैं।
  - काली मूसली और शतावरी ऊर्जा स्तर में वृद्धि कर सकते हैं।
2. यौन स्वास्थ्य:
  - कौंच बीज और अकरकरा यौन शक्ति में सुधार कर सकते हैं।
  - शतावरी और अश्वगंधा यौन हार्मोन संतुलन में मदद कर सकते हैं।
3. मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में सहायक हो सकता है।
  - शिलाजीत मानसिक स्पष्टता में सुधार कर सकता है।
4. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - शतावरी और काली मूसली प्रजनन क्षमता में सुधार कर सकते हैं।
  - कौंच बीज शुक्राणुओं की गुणवत्ता में सुधार कर सकता है।
5. समग्र स्वास्थ्य:
  - शिलाजीत और स्वर्ण माक्षिक भस्म प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत कर सकते हैं।
  - नागकेसर और जायफल पाचन में सुधार कर सकते हैं।
6. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - केसर और शिलाजीत में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो सेल क्षति से बचा सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में एक या दो बार, या जैसा निर्देशित किया गया हो।
2. समय: भोजन के साथ या भोजन के तुरंत बाद लें।
3. अवधि: लगातार 2-3 महीने तक लें या जैसा चिकित्सक द्वारा सलाह दी गई हो।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

1. इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. 18 वर्ष से कम उम्र के व्यक्तियों के लिए अनुशंसित नहीं है।
3. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग नहीं करना चाहिए।
4. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यदि आप कोई अन्य दवा ले रहे हैं, तो इस उत्पाद के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
6. अतिरिक्त सावधानियां:
  - अल्कोहल के साथ न लें।
  - ड्राइविंग या मशीनरी संचालन से पहले इसके प्रभावों से अवगत रहें।
  - अधिक मात्रा में न लें।
7. यदि आपको हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, या अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं हैं, तो विशेष सावधानी बरतें।
8. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

## 75. OS-Plate++ कैप्सूल

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: पपीता पत्ती अर्क (Papaya leaf extract), गिलोय (Giloy), आरोग्य वर्धिनी वटी (Arogyavardhini vati), नीम (Neem), तुलसी (Tulsi)

अन्य इंग्रेडिएंट्स: 6. काली मिर्च (Black pepper) 7. शतावरी (Shatavari) 8. त्रिफला (Triphala) 9. सोंठ (Dry ginger) 10. पिपली (Long pepper) 11. मेथी दाना (Fenugreek seeds)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- प्लेटलेट्स की संख्या बढ़ाना:
  - पपीता पत्ती अर्क और गिलोय प्लेटलेट्स की संख्या बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
  - यह डेंगू और अन्य वायरल बुखार के दौरान लाभदायक हो सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, तुलसी और नीम प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - यह संक्रमणों से लड़ने में मदद कर सकता है।
- रक्त शुद्धिकरण:
  - आरोग्य वर्धिनी वटी और नीम रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकते हैं।
  - यह त्वचा रोगों और अन्य विकारों में लाभदायक हो सकता है।
- पाचन में सुधार:
  - त्रिफला, सोंठ और पिपली पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - यह गैस, अपच और कब्ज जैसी समस्याओं को कम कर सकता है।
- एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - तुलसी और गिलोय में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो सूजन को कम कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
  - पपीता पत्ती अर्क और तुलसी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद कर सकते हैं।
- मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - काली मिर्च और मेथी दाना मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं।
- हार्मोनल संतुलन:
  - शतावरी हार्मोनल संतुलन में मदद कर सकती है, विशेषकर महिलाओं में।
- रक्त शर्करा का नियंत्रण:
  - गिलोय और मेथी दाना रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस उपचार को 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद लें।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप किसी अन्य दवा का सेवन कर रहे हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ हर्बल घटक रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकते हैं।
- यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
- किडनी या लिवर की समस्याओं वाले व्यक्तियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए और उपयोग से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
- यदि आप पहले से ही किसी गंभीर बीमारी से ग्रसित हैं, तो इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

76. OS-Plate++ सिरप

साइज़: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:

1. एलोवेरा (Aloe vera)
2. कीवी (Kiwi)
3. गिलोय (Giloy)
4. पपीता (Papaya)
5. तुलसी (Tulsi)

अन्य इंग्रेडिएंट्स: 6. सोंठ (Dry ginger) 7. काली मिर्च (Black pepper) 8. पुनर्नवा (Punarnava) 9. हरड़ (Haritaki) 10. बहेड़ा (Bibhitaki) 11. मेथी दाना (Fenugreek seeds) 12. भूमि आंवला (Phyllanthus niruri) 13. नागरमोथा (Nut grass) 14. अश्वगंधा (Ashwagandha)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. प्लेटलेट्स की वृद्धि:
  - पपीता और गिलोय प्लेटलेट्स की संख्या बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
  - डेंगू और अन्य वायरल बुखार के दौरान विशेष रूप से उपयोगी हो सकता है।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय, तुलसी, और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को बूस्ट कर सकते हैं।
  - संक्रमणों से लड़ने में मदद कर सकता है।
3. पाचन में सुधार:
  - एलोवेरा, सोंठ, और त्रिफला (हरड़, बहेड़ा) पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
  - गैस, अपच और कब्ज जैसी समस्याओं को कम कर सकता है।
4. एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रभाव:
  - तुलसी, गिलोय, और भूमि आंवला में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो सूजन को कम कर सकते हैं।
5. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - कीवी, पपीता, और तुलसी में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद कर सकते हैं।
6. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - काली मिर्च और मेथी दाना मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं।
7. डिटॉक्सीफिकेशन:
  - पुनर्नवा और नागरमोथा शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकते हैं।
8. तनाव प्रबंधन:
  - अश्वगंधा तनाव को कम करने और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार लाने में मदद कर सकता है।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा और भूमि आंवला त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
10. रक्त शर्करा का नियंत्रण:
  - गिलोय और मेथी दाना रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार (सुबह और शाम)। सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस उपचार को 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के संबंध में: भोजन से आधा घंटा पहले या बाद में लें।
4. पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पिएं।

नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर सिरप लें।

## 77. सी बकथॉर्न जूस (SEA BUCKTHORN JUICE)

साइज़: 500 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. सी बकथॉर्न बेरी (Sea Buckthorn Berry)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पोषण का समृद्ध स्रोत:
  - सी बकथॉर्न बेरी विटामिन C, E, K, A और कई B विटामिन्स का एक उत्कृष्ट स्रोत है।
  - इसमें ओमेगा-3, ओमेगा-6, ओमेगा-7 और ओमेगा-9 फैटी एसिड्स भी पाए जाते हैं।
2. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - इसमें मौजूद फ्लेवोनोइड्स और कैरोटीनॉइड्स शरीर को फ्री रेडिकल्स से बचाते हैं।
  - यह ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस को कम करने में मदद कर सकता है।
3. त्वचा स्वास्थ्य में सुधार:
  - विटामिन E और फैटी एसिड्स त्वचा की मरम्मत और नवीनीकरण में मदद कर सकते हैं।
  - यह त्वचा की नमी बनाए रखने में सहायक हो सकता है।
4. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - उच्च विटामिन C सामग्री प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकती है।
  - यह संक्रमणों से लड़ने में मदद कर सकता है।
5. हृदय स्वास्थ्य:
  - ओमेगा फैटी एसिड्स हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - यह कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
6. पाचन स्वास्थ्य:
  - फाइबर और अन्य यौगिक पाचन स्वास्थ्य में सुधार कर सकते हैं।
  - यह पेट की समस्याओं को कम करने में मदद कर सकता है।
7. थकान से राहत:
  - इसके पोषक तत्व शारीरिक और मानसिक थकान को कम करने में मदद कर सकते हैं।
8. दृष्टि स्वास्थ्य:
  - बीटा-कैरोटीन और जीक्सैन्थिन आंखों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।
9. वजन प्रबंधन:
  - इसमें मौजूद फाइबर और न्यूट्रिएंट्स वजन प्रबंधन में सहायक हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 30-60 मिली (2-4 टेबलस्पून) दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए बोतल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. उपयोग: इसे सीधे पी सकते हैं या पानी या अन्य जूस के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
3. समय: आमतौर पर भोजन से पहले या खाली पेट लेना बेहतर होता है।
4. अवधि: लगातार उपयोग के लिए 3-6 महीने की अवधि अनुशंसित है, लेकिन चिकित्सक की सलाह के अनुसार इसे बदला जा सकता है।
5. शेक करें: उपयोग से पहले बोतल को अच्छी तरह हिलाएं।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, विशेषकर रक्त पतला करने वाली दवाएं, तो इस जूस का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
4. यदि कोई एलर्जी या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
5. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
6. अत्यधिक सेवन से बचें क्योंकि यह पेट में परेशानी या अन्य समस्याएं पैदा कर सकता है।
7. बच्चों के पहुंच से दूर रखें।
8. खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 7-10 दिनों के भीतर उपयोग करें।
9. यदि आप मधुमेह के रोगी हैं, तो जूस में प्राकृतिक शुगर कंटेंट को ध्यान में रखें और अपने डॉक्टर से सलाह लें।

याद रखें, यह जानकारी सामान्य मार्गदर्शन के लिए है। व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्थितियों के लिए हमेशा एक योग्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से परामर्श लें।

## 78. मिक्स बेरी जूस MIX BERRY JUICE

साइज़: 500 मिली

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (5 प्रमुख): नोनी, अकाई बेरी, गोजी बेरी, ब्लूबेरी, चेरी

अन्य महत्वपूर्ण इंग्रेडिएंट्स: क्रेनबेरी, रोज़बेरी, स्ट्रॉबेरी, ब्लैकबेरी, सी बकथॉर्न, आंवला, एलोवेरा, ड्रैगन फ्रूट, मोरिंगा, त्रिफला, कालोंजी, अश्वगंधा, अनार, नींबू, काली अंगूर, संतरा, अनानास, व्हीट ग्रास, पालक, स्टेविया, टमाटर, ब्रोकोली, फूलगोभी, चुकंदर, पपीता, केला, जौ, मैंगोस्टीन, गाजर, पत्तागोभी, मुलेठी, स्फिरुलिना, कोकम, हरा सेब, नाशपाती।

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- एंटीऑक्सीडेंट समृद्ध:
  - बेरीज़ और अन्य फल एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर हैं, जो फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद करते हैं।
  - यह प्राकृतिक एजिंग प्रक्रिया को धीमा कर सकता है और कई बीमारियों के जोखिम को कम कर सकता है।
- इम्यून सिस्टम बूस्टर:
  - नोनी, आंवला, और अन्य विटामिन सी युक्त फल प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - एलोवेरा, त्रिफला, और फाइबर युक्त फल पाचन को बेहतर बना सकते हैं और पेट संबंधी समस्याओं को कम कर सकते हैं।
- ऊर्जा बढ़ाना:
  - गोजी बेरी, अकाई बेरी, और व्हीट ग्रास प्राकृतिक रूप से ऊर्जा बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
- वजन प्रबंधन:
  - कम कैलोरी वाले फल और सब्जियां स्वस्थ वजन प्रबंधन में सहायक हो सकते हैं।
- त्वचा स्वास्थ्य:
  - एंटीऑक्सीडेंट और विटामिन ई त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं, जिससे त्वचा चमकदार और स्वस्थ दिखाई दे सकती है।
- हृदय स्वास्थ्य:
  - बेरीज़ और अन्य फल हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
- मस्तिष्क स्वास्थ्य:
  - ब्लूबेरी और अन्य बेरीज़ मस्तिष्क के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकती हैं और स्मृति में सुधार कर सकती हैं।
- रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कई घटक, जैसे जामुन और स्टेविया, रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
- डिटॉक्सिफिकेशन:
  - स्फिरुलिना, व्हीट ग्रास, और अन्य हरी सब्जियां शरीर को डिटॉक्सिफाई करने में मदद कर सकती हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 30-50 मिली दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समय: सुबह खाली पेट या भोजन से आधा घंटा पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
- मिश्रण: आवश्यकतानुसार पानी या नींबू पानी के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
- अवधि: लगातार कम से कम 3 महीने तक सेवन करने पर बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
- भंडारण: खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 7 दिनों के भीतर उपयोग करें।

सावधानियां:

- किसी भी एलर्जी या दवा के साथ संभावित प्रतिक्रियाओं के लिए इंग्रेडिएंट्स की सूची जांचें।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को उपयोग से पहले डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए।
- यदि आप किसी गंभीर बीमारी से ग्रसित हैं या नियमित रूप से दवा ले रहे हैं, तो उपयोग से पहले चिकित्सक से सलाह लें।
- अत्यधिक सेवन से बचें, क्योंकि यह पेट में गड़बड़ी या अन्य side effects का कारण बन सकता है।
- यदि कोई असामान्य लक्षण दिखाई दें, तो उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
- शुगर के मरीजों को स्टेविया की मात्रा के बारे में सावधान रहना चाहिए और अपने रक्त शर्करा स्तर की निगरानी करनी चाहिए।
- यह उत्पाद किसी भी बीमारी के इलाज या रोकथाम का दावा नहीं करता है। यह एक पूरक है, न कि दवा।

याद रखें, यह जूस एक संतुलित आहार और स्वस्थ जीवनशैली का हिस्सा होना चाहिए। इसे चमत्कारिक इलाज के रूप में न देखें, बल्कि समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देने वाले एक उपकरण के रूप में देखें।

## 79. डायबा केयर जूस

साइज़: 500 मिली

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (5):

1. जामुन
2. नीम
3. करेला
4. गुड़मार
5. विजयसार

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - जामुन और करेला रक्त शर्करा के स्तर को कम करने में मदद कर सकते हैं।
  - गुड़मार इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ा सकता है।
2. इंसुलिन उत्पादन में सुधार:
  - विजयसार अग्न्याशय की कोशिकाओं को उत्तेजित कर इंसुलिन उत्पादन बढ़ा सकता है।
3. मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - नीम और करेला शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं, जो वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
4. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - जामुन और नीम में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो डायबिटीज से संबंधित ऑक्सीडेटिव तनाव को कम कर सकते हैं।
5. पाचन में सुधार:
  - करेला और नीम पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
6. लिवर फंक्शन में सुधार:
  - नीम और विजयसार लिवर के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं, जो डायबिटीज प्रबंधन में महत्वपूर्ण है।
7. कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण:
  - गुड़मार और जामुन रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
8. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - नीम और जामुन प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
9. किडनी स्वास्थ्य:
  - विजयसार और जामुन किडनी फंक्शन को सुधारने में मदद कर सकते हैं, जो डायबिटीज के रोगियों के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 15-30 मिली दिन में दो बार (सुबह और शाम)। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समय: भोजन से आधा घंटा पहले या बाद में लेना सबसे अच्छा होता है।
3. मिश्रण: आवश्यकतानुसार समान मात्रा में पानी के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
4. अवधि: लगातार कम से कम 3 महीने तक सेवन करने पर बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
5. भंडारण: खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 15 दिनों के भीतर उपयोग करें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही डायबिटीज की दवा ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या रक्त शर्करा का स्तर अनियंत्रित हो जाए तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. अतिरिक्त सावधानियां:
  - नियमित रूप से अपने रक्त शर्करा के स्तर की निगरानी करें।
  - स्वस्थ आहार का पालन करें और नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त मात्रा में पानी पीएं।
  - तनाव को नियंत्रित करें।
5. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि कुछ घटक रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकते हैं।
6. यदि आपको हाइपोग्लाइसीमिया (कम रक्त शर्करा) के लक्षण दिखाई देते हैं, तो तुरंत चिकित्सकीय सहायता लें।

## 80. आंवला जूस

साइज़: 500 मिली

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. आंवला (इंडियन गूसबेरी)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. विटामिन सी का समृद्ध स्रोत:
  - आंवला विटामिन सी का एक उत्कृष्ट प्राकृतिक स्रोत है, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करता है।
2. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - आंवला में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद करते हैं, जो कोशिकाओं को नुकसान से बचाता है।
3. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - आंवला फाइबर का एक अच्छा स्रोत है, जो पाचन को बेहतर बनाने और कब्ज से राहत देने में मदद कर सकता है।
4. त्वचा स्वास्थ्य:
  - विटामिन सी कोलेजन उत्पादन में मदद करता है, जो त्वचा को स्वस्थ और युवा दिखने में सहायक होता है।
5. बालों का स्वास्थ्य:
  - आंवला बालों के विकास को बढ़ावा दे सकता है और बालों को मजबूत बना सकता है।
6. मेटाबॉलिज्म बढ़ाना:
  - आंवला शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकता है, जो वजन प्रबंधन में सहायक हो सकता है।
7. लिवर स्वास्थ्य:
  - आंवला लिवर फंक्शन को सुधारने और विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकता है।
8. हृदय स्वास्थ्य:
  - आंवला कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है, जो हृदय स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है।
9. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि आंवला रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
10. दृष्टि स्वास्थ्य:
  - आंवला में मौजूद विटामिन ए और अन्य एंटीऑक्सीडेंट आंखों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 15-30 मिली दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समय: सुबह खाली पेट लेना सबसे अच्छा होता है, लेकिन दिन में किसी भी समय लिया जा सकता है।
3. मिश्रण: शुद्ध रूप में या पानी के साथ मिलाकर पिया जा सकता है। स्वाद के लिए शहद मिलाया जा सकता है।
4. अवधि: नियमित सेवन से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। कम से कम 3 महीने तक लगातार सेवन करने की सलाह दी जाती है।
5. भंडारण: खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 15 दिनों के भीतर उपयोग करें।

सावधानियां:

1. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, तो उपयोग से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आपको पेट में जलन या अम्लता की समस्या है, तो सावधानी बरतें क्योंकि आंवला अम्लीय होता है।
4. यदि आपको किडनी की पथरी है, तो सावधानी बरतें क्योंकि आंवला में ऑक्सेलेट होता है।
5. अत्यधिक सेवन से बचें, क्योंकि यह दस्त या पेट में परेशानी का कारण बन सकता है।
6. यदि आपको आंवले से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
7. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि आंवला रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है।
8. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
9. यदि कोई असामान्य लक्षण दिखाई दें, जैसे एलर्जी प्रतिक्रिया या पेट में गड़बड़ी, तो उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
10. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

याद रखें, आंवला जूस एक स्वास्थ्य पूरक है, न कि किसी बीमारी का इलाज। इसे एक संतुलित आहार और स्वस्थ जीवनशैली के हिस्से के रूप में उपयोग करें। अपनी व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्थिति के अनुसार इसका उपयोग करें और किसी भी चिंता के मामले में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें।

## 81. नोनी जूस

साइज़: 500 मिली

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. नोनी (मोरिंडा सिट्रिफोलिया)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - नोनी में पाए जाने वाले पॉलीसैकेराइड्स प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
2. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - नोनी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट फ्री रेडिकल्स से लड़ने में मदद करते हैं, जो कोशिकाओं को क्षति से बचाता है।
3. दर्द निवारक:
  - नोनी में प्राकृतिक दर्द निवारक गुण हो सकते हैं, जो मांसपेशियों के दर्द और सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
4. मानसिक स्वास्थ्य:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि नोनी तनाव और अवसाद के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है।
5. हृदय स्वास्थ्य:
  - नोनी रक्तचाप को नियंत्रित करने और हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में मदद कर सकता है।
6. त्वचा स्वास्थ्य:
  - नोनी में एंटी-एजिंग गुण हो सकते हैं और त्वचा की स्थिति को सुधारने में मदद कर सकता है।
7. पाचन स्वास्थ्य:
  - नोनी पाचन संबंधी समस्याओं जैसे कब्ज और पेट की गैस को कम करने में मदद कर सकता है।
8. ऊर्जा स्तर बढ़ाना:
  - कुछ लोग नोनी के सेवन से अपने ऊर्जा स्तर में वृद्धि महसूस करते हैं।
9. कैंसर रोधी संभावनाएं:
  - कुछ प्रारंभिक अध्ययनों से संकेत मिलता है कि नोनी में कैंसर रोधी गुण हो सकते हैं, हालांकि इस पर और अधिक शोध की आवश्यकता है।
10. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि नोनी रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 30 मिली दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समय: सुबह खाली पेट या भोजन से आधा घंटा पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
3. मिश्रण: शुद्ध रूप में या पानी या फलों के रस के साथ मिलाकर पिया जा सकता है।
4. अवधि: नियमित सेवन से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। कम से कम 3 महीने तक लगातार सेवन करने की सलाह दी जाती है।
5. भंडारण: खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 15 दिनों के भीतर उपयोग करें।

सावधानियां:

1. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
2. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, विशेषकर रक्त पतला करने वाली दवाएं या रक्तचाप की दवाएं, तो उपयोग से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
3. लिवर या किडनी की समस्याओं वाले व्यक्तियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए और उपयोग से पहले डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
4. कुछ लोगों को नोनी के सेवन से पेट में परेशानी या दस्त हो सकता है। यदि ऐसा होता है, तो मात्रा कम करें या उपयोग बंद कर दें।
5. यदि आपको नोनी से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
6. नोनी जूस में पोटैशियम की मात्रा अधिक हो सकती है, इसलिए यदि आपको किडनी की समस्या है या आप पोटैशियम-प्रतिबंधित आहार पर हैं, तो सावधानी बरतें।
7. यदि कोई असामान्य लक्षण दिखाई दें, जैसे एलर्जी प्रतिक्रिया या गंभीर पेट की परेशानी, तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
8. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
9. नोनी जूस का स्वाद कड़वा या अप्रिय हो सकता है। यदि आपको इसका स्वाद पसंद नहीं आता, तो इसे अन्य जूस या पानी के साथ मिलाकर पी सकते हैं।

याद रखें, नोनी जूस एक स्वास्थ्य पूरक है, न कि किसी बीमारी का इलाज। इसे एक संतुलित आहार और स्वस्थ जीवनशैली के हिस्से के रूप में उपयोग करें। नोनी जूस के लाभों पर अधिक शोध की आवश्यकता है, इसलिए अपनी व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्थिति के अनुसार इसका उपयोग करें और किसी भी चिंता के मामले में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें।

## 82. एलोवेरा जूस

साइज़: 500 मिली

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. एलोवेरा (एलो बारबाडेंसिस मिलर)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - एलोवेरा पाचन संबंधी समस्याओं जैसे अपच, गैस, और कब्ज को कम करने में मदद कर सकता है।
  - यह आंतों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है और आईबीएस (इरिटेबल बाउल सिंड्रोम) के लक्षणों को कम कर सकता है।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - एलोवेरा में मौजूद पॉलीसैकेराइड्स प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा दे सकते हैं।
3. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा त्वचा को मॉइस्चराइज़ कर सकता है और एक्जिमा, मुंहासे जैसी त्वचा की समस्याओं में राहत दे सकता है।
  - यह त्वचा की लोच में सुधार कर सकता है और जलन को कम कर सकता है।
4. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि एलोवेरा रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
5. वजन प्रबंधन:
  - एलोवेरा मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकता है और वजन घटाने के प्रयासों में सहायक हो सकता है।
6. विषहरण (डिटॉक्सिफिकेशन):
  - एलोवेरा शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकता है।
7. एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - एलोवेरा में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो शरीर में सूजन को कम करने में मदद कर सकते हैं।
8. मौखिक स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा मसूड़ों की सूजन को कम कर सकता है और मुंह के छालों में राहत दे सकता है।
9. पोषक तत्वों का स्रोत:
  - एलोवेरा विटामिन ए, सी, ई और बी12 जैसे विटामिन का एक अच्छा स्रोत है।
10. हृदय स्वास्थ्य:
  - कुछ अध्ययनों से संकेत मिलता है कि एलोवेरा कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 30-60 मिली दिन में एक या दो बार। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समय: सुबह खाली पेट या भोजन से आधा घंटा पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
3. मिश्रण: शुद्ध रूप में या पानी या फलों के रस के साथ मिलाकर पिया जा सकता है।
4. अवधि: नियमित सेवन से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। कम से कम 1-3 महीने तक लगातार सेवन करने की सलाह दी जाती है।
5. भंडारण: खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 15-30 दिनों के भीतर उपयोग करें।

सावधानियां:

1. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
2. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, विशेषकर डायबिटीज या हृदय रोग की दवाएं, तो उपयोग से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।
3. एलोवेरा रक्त में पोटैशियम के स्तर को बढ़ा सकता है, इसलिए किडनी रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए।
4. कुछ लोगों को एलोवेरा के सेवन से दस्त या पेट में ऐंठन हो सकती है। यदि ऐसा होता है, तो मात्रा कम करें या उपयोग बंद कर दें।
5. यदि आपको एलोवेरा से एलर्जी है, तो इस उत्पाद का उपयोग न करें।
6. यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
7. एलोवेरा रक्त शर्करा के स्तर को कम कर सकता है, इसलिए डायबिटीज के रोगियों को अपने रक्त शर्करा स्तर की सावधानीपूर्वक निगरानी करनी चाहिए।
8. यदि कोई असामान्य लक्षण दिखाई दें, जैसे एलर्जी प्रतिक्रिया या गंभीर पेट की परेशानी, तो उपयोग बंद कर दें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
9. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
10. एलोवेरा जूस का स्वाद कड़वा हो सकता है। यदि आपको इसका स्वाद पसंद नहीं आता, तो इसे अन्य जूस या शहद के साथ मिलाकर पी सकते हैं।

1. याद रखें, एलोवेरा जूस एक स्वास्थ्य पूरक है, न कि किसी बीमारी का इलाज। इसे एक संतुलित आहार और स्वस्थ जीवनशैली के हिस्से के रूप में उपयोग करें। अपनी व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्थिति के अनुसार इसका उपयोग करें और किसी भी चिंता के मामले में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें।

## 83. त्रिफला जूस

साइज़: 500 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (3):

1. आंवला (Amla)
2. हरड़ (Harar)
3. बहेड़ा (Bahera)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - त्रिफला पाचन तंत्र को मजबूत करता है और कब्ज से राहत दिलाता है।
  - यह आंतों की गतिविधि को नियमित करने में मदद करता है।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा:
  - आंवला विटामिन सी का समृद्ध स्रोत है, जो प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है।
  - त्रिफला के एंटीऑक्सीडेंट गुण शरीर को संक्रमण से लड़ने में मदद करते हैं।
3. त्वचा स्वास्थ्य में सुधार:
  - त्रिफला त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाने में मदद करता है।
  - यह एक्ने और अन्य त्वचा संबंधी समस्याओं को कम करने में सहायक हो सकता है।
4. आंखों के स्वास्थ्य में लाभ:
  - त्रिफला आंखों की रोशनी बढ़ाने और आंखों की थकान को कम करने में मदद कर सकता है।
5. वजन प्रबंधन में सहायता:
  - त्रिफला मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा देकर स्वस्थ वजन प्रबंधन में मदद कर सकता है।
6. विषहरण (डिटॉक्सिफिकेशन):
  - यह शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है।
7. रक्त शुद्धिकरण:
  - त्रिफला रक्त को शुद्ध करने में मदद करता है, जो त्वचा रोगों और अन्य स्वास्थ्य समस्याओं को कम कर सकता है।
8. लीवर स्वास्थ्य:
  - यह लीवर के कार्यों को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
9. एंटी-एजिंग गुण:
  - त्रिफला के एंटीऑक्सीडेंट गुण समय से पहले बुढ़ापा आने की प्रक्रिया को धीमा कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 15-30 मिलीलीटर (1-2 बड़े चम्मच) त्रिफला जूस को 100-200 मिलीलीटर पानी में मिलाकर लें।
2. समय: आमतौर पर सुबह खाली पेट या रात को सोने से पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
3. आवृत्ति: दिन में एक या दो बार, या जैसा आपका चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ सलाह दे।
4. अवधि: लगातार 2-3 महीने तक लेने से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
5. स्वाद: यदि स्वाद कड़वा लगे तो थोड़ा शहद मिला सकते हैं।

सावधानियां:

1. किसी भी आयुर्वेदिक उत्पाद का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आप किसी दवा का सेवन कर रहे हैं, तो त्रिफला जूस लेने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करें, क्योंकि यह कुछ दवाओं के अवशोषण को प्रभावित कर सकता है।
4. यदि आपको डायरिया, पेट में ऐंठन या अन्य पाचन संबंधी समस्याएं हों तो इस उत्पाद का सेवन न करें।
5. अधिक मात्रा में सेवन करने से पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। निर्धारित मात्रा का ही सेवन करें।
6. यदि आपको किसी भी प्रकार की एलर्जी है, तो सावधानी बरतें और पहले छोटी मात्रा में प्रयोग करें।
7. लंबे समय तक उपयोग करने के बाद भी यदि कोई लाभ न हो या लक्षण बिगड़ें, तो उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
8. इस उत्पाद को बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
9. ठंडे और सूखे स्थान पर, सीधे सूर्य के प्रकाश से दूर रखें।
10. बोतल खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 1 महीने के भीतर इस्तेमाल कर लें।

## 84. एलोवेरा और नोनी जूस मिश्रण

साइज़: 500 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (2):

1. एलोवेरा (Aloe Vera)
2. नोनी (Noni)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - एलोवेरा और नोनी दोनों में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देते हैं।
  - यह शरीर को संक्रमणों से लड़ने में मदद कर सकता है।
2. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - एलोवेरा पाचन को सुधारने और पेट की समस्याओं को कम करने में मदद कर सकता है।
  - नोनी पाचन एंजाइमों को बढ़ावा दे सकता है।
3. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा त्वचा को मॉइस्चराइज़ करता है और घावों के भरने में मदद करता है।
  - नोनी त्वचा की चमक बढ़ा सकता है और एजिंग के लक्षणों को कम कर सकता है।
4. एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - दोनों घटकों में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो जोड़ों के दर्द और अन्य सूजन संबंधी समस्याओं में राहत दे सकते हैं।
5. ऊर्जा स्तर बढ़ाना:
  - नोनी शरीर की ऊर्जा को बढ़ाने में मदद कर सकता है।
  - एलोवेरा पोषक तत्वों के अवशोषण में सुधार करके ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकता है।
6. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - एलोवेरा रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
7. हृदय स्वास्थ्य:
  - नोनी रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - एलोवेरा कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में सहायक हो सकता है।
8. डिटॉक्सिफिकेशन:
  - दोनों घटक शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद कर सकते हैं।
9. मानसिक स्वास्थ्य:
  - नोनी तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
  - एलोवेरा मूड को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 15-30 मिलीलीटर (1-2 बड़े चम्मच) जूस को दिन में एक या दो बार लें।
2. विधि: जूस को सीधे पी सकते हैं या पानी या अन्य फलों के रस के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
3. समय: आमतौर पर सुबह खाली पेट लेना सबसे अच्छा होता है। दूसरी खुराक शाम को या सोने से पहले ली जा सकती है।
4. अवधि: लगातार 2-3 महीने तक लेने से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
5. भोजन: भोजन से कम से कम 30 मिनट पहले या 2 घंटे बाद लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी बीमारी से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. एलोवेरा कुछ लोगों में एलर्जी प्रतिक्रिया पैदा कर सकता है। यदि आपको त्वचा पर लालिमा, खुजली या अन्य एलर्जी के लक्षण दिखाई दें तो उपयोग बंद कर दें।
4. यदि आपको पेट में दर्द, ऐंठन या दस्त हो तो सेवन बंद कर दें और चिकित्सक से परामर्श करें।
5. यह उत्पाद रक्त शर्करा को प्रभावित कर सकता है, इसलिए मधुमेह के रोगियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए और अपने रक्त शर्करा स्तर की निगरानी करनी चाहिए।
6. यह उत्पाद रक्तचाप को प्रभावित कर सकता है, इसलिए उच्च या निम्न रक्तचाप वाले व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए।
7. किडनी की समस्याओं वाले व्यक्तियों को इस उत्पाद का सेवन करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।

## 85. एलोवेरा और अश्वगंधा जूस मिश्रण

साइज़: 500 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स (2):

1. एलोवेरा (Aloe Vera)
2. अश्वगंधा (Ashwagandha)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. तनाव और चिंता में कमी:
  - अश्वगंधा एक एडाप्टोजेन है जो तनाव को कम करने में मदद करता है।
  - एलोवेरा शरीर को शांत करने में सहायक हो सकता है।
2. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - दोनों घटक प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देते हैं।
  - यह शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ा सकता है।
3. ऊर्जा और सहनशक्ति में वृद्धि:
  - अश्वगंधा शारीरिक और मानसिक थकान को कम करने में मदद करता है।
  - एलोवेरा पोषक तत्वों के अवशोषण में सुधार करके ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकता है।
4. त्वचा स्वास्थ्य:
  - एलोवेरा त्वचा को मॉइस्चराइज़ करता है और घावों के भरने में मदद करता है।
  - अश्वगंधा त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
5. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - एलोवेरा पाचन को सुधारने और पेट की समस्याओं को कम करने में मदद कर सकता है।
  - अश्वगंधा पाचन संबंधी समस्याओं को कम कर सकता है।
6. मस्तिष्क कार्य में सुधार:
  - अश्वगंधा स्मृति और एकाग्रता बढ़ाने में मदद कर सकता है।
  - एलोवेरा मस्तिष्क को पोषण प्रदान कर सकता है।
7. हृदय स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - एलोवेरा कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में सहायक हो सकता है।
8. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा प्रजनन क्षमता को बढ़ा सकता है।
  - एलोवेरा हार्मोनल संतुलन में मदद कर सकता है।
9. सूजन कम करना:
  - दोनों घटकों में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 15-30 मिलीलीटर (1-2 बड़े चम्मच) जूस को दिन में एक या दो बार लें।
2. विधि: जूस को सीधे पी सकते हैं या पानी के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
3. समय: सुबह खाली पेट और/या रात को सोने से पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
4. अवधि: लगातार 2-3 महीने तक लेने से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
5. भोजन: भोजन से कम से कम 30 मिनट पहले या 2 घंटे बाद लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी बीमारी से ग्रस्त हैं।
2. ऑटोइम्यून रोगों से पीड़ित व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए, क्योंकि अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित कर सकता है।
3. थायरॉइड की समस्या वाले लोगों को अश्वगंधा का सेवन करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
4. यदि आपको पेट में दर्द, ऐंठन या दस्त हो तो सेवन बंद कर दें और चिकित्सक से परामर्श करें।
5. यह उत्पाद रक्त शर्करा और रक्तचाप को प्रभावित कर सकता है, इसलिए मधुमेह या उच्च रक्तचाप के रोगियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
6. यदि आप शांतिदायक दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि अश्वगंधा नींद लाने वाले प्रभाव को बढ़ा सकता है।

## 86. गिलोय जूस

साइज़: 500 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. गिलोय (Giloy) या तिनोस्पोरा कॉर्डिफोलिया (Tinospora cordifolia)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
  - गिलोय प्रतिरक्षा बूस्टर के रूप में जाना जाता है।
  - यह शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ा सकता है।
2. एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण:
  - गिलोय में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं।
  - यह गठिया और अन्य सूजन संबंधी समस्याओं में राहत दे सकता है।
3. पाचन स्वास्थ्य में सुधार:
  - गिलोय पाचन संबंधी समस्याओं जैसे अपच, कब्ज, और पेट के अल्सर में राहत दे सकता है।
4. त्वचा स्वास्थ्य:
  - गिलोय के एंटीऑक्सीडेंट गुण त्वचा को स्वस्थ और जवान रखने में मदद कर सकते हैं।
5. रक्त शुद्धिकरण:
  - गिलोय रक्त को शुद्ध करने में मदद कर सकता है, जो त्वचा रोगों और अन्य स्वास्थ्य समस्याओं को कम कर सकता है।
6. तनाव और चिंता में कमी:
  - गिलोय एडाप्टोजेनिक गुणों से युक्त है जो तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं।
7. लीवर स्वास्थ्य:
  - गिलोय लीवर के कार्यों को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
8. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - गिलोय रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
9. बुखार में राहत:
  - गिलोय को ज्वरनाशक गुणों के लिए जाना जाता है और यह विभिन्न प्रकार के बुखार में राहत दे सकता है।
10. एंटी-एजिंग गुण:
  - गिलोय के एंटीऑक्सीडेंट गुण समय से पहले बुढ़ापा आने की प्रक्रिया को धीमा कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 10-20 मिलीलीटर (2-4 छोटे चम्मच) गिलोय जूस को दिन में दो बार लें।
2. विधि: जूस को सीधे पी सकते हैं या पानी या शहद के साथ मिलाकर पी सकते हैं।
3. समय: सुबह खाली पेट और शाम को या सोने से पहले लेना सबसे अच्छा होता है।
4. अवधि: लगातार 2-3 महीने तक लेने से बेहतर परिणाम मिल सकते हैं।
5. भोजन: भोजन से कम से कम 30 मिनट पहले या 2 घंटे बाद लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी बीमारी से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आपको ऑटोइम्यून रोग है, तो सावधानी बरतें क्योंकि गिलोय प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित कर सकता है।
4. यदि आपको मधुमेह है, तो गिलोय का सेवन करते समय अपने रक्त शर्करा स्तर की निगरानी करें।
5. यदि आपको कोई एलर्जी प्रतिक्रिया होती है, जैसे त्वचा पर लालिमा, खुजली या सांस लेने में कठिनाई, तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सक से संपर्क करें।
6. यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो सावधानी बरतें क्योंकि गिलोय रक्त के थक्के जमने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है।
7. किडनी की समस्याओं वाले व्यक्तियों को गिलोय का सेवन करने से पहले अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।
8. अधिक मात्रा में सेवन न करें। अनुशंसित खुराक का पालन करें।
9. सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।
10. उत्पाद को ठंडे और सूखे स्थान पर, सीधे सूर्य के प्रकाश से दूर रखें।
11. बोतल खोलने के बाद रेफ्रिजरेटर में रखें और 1 महीने के भीतर इस्तेमाल कर लें।