

અજીર્ણ – ભૂખ ન લાગવી



- એક ચમચી લીંબુનો રસ , એક ચમચી આદુનો રસ અને ચપટી સિંધવ મીઠું મેળવી પીવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- લીંબુ કાપી તેની ઉપર સિંધવ - મીઠું ભભરાવી જમવા પહેલા ચૂસવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- ચણા જેટલી હિંગ ઘી સાથે લેવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- સૂંઠ, મરી, પીપર અને સિંધવ - મીઠું સરખે ભાગે લઇ તેનું ચૂર્ણ છાશમાં પીવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- પેટમાં ખૂબ જ આહરો થયો હોય , પેટ ઢોલ જેવું થયું

હોય અને પેટમાં દુખાવો થતો હોય તો ડુંટીની આજુબાજુ અને પેટ ઉપર હિંગનો લેપ કરવાથી તરત આરામ થાય છે.

- લસણ, ખાંડ અને સિંધવ - મીઠું સરખે ભાગે મેળવી , તેનાથી બમણું ઘી મેળવી ખાવાથી અજીર્ણ, આહરો મટે છે.
- ટામેટાને સહેજ ગરમ કરીને સિંધાલૂણ અને મરી છાંટીને ખાવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- જમવા પહેલાં આદુની કચુંબર સહેજ સિંધવ - મીઠું નાખીને ખાવાથી અજીર્ણ મટે છે. અને ભૂખ સારી લાગે છે.
- હુદીનાના રસમાં સંચળ મેળવી ચાટવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- અર્ધી ચમચી અજમો , ચપટી સિંધવ - મીઠું લીંબુના શરબતમાં મેળવીને પીવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- એક ગ્લાસ ઠૂંઠાળા પાણીમાં એક ચમચી આદુનો રસ ને બે ચમચી મધ મેળવીને પીવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- કાંદાના રસમાં શેકેલી હિંગ અને મીઠું મેળવીને પીવાથી આહરો મટે છે.
- લસણની કળી તેલમાં કકડાવીને ખાવાથી અથવા લસણની ચટણી બનાવીને ખાવાથી અરુચિ - મંદાગ્નિ મટે છે.
- કોકમનો ઉકાળો કરી , ઘી નાખી , પીવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- મેથી અને સુવા સરખે ભાગે લઇ , બંનેને શેકી , અઘકચરા ખાંડી , તેમાંથી અર્ધો અર્ધો તોલો ફાકવાથી આહરો , ખાટા ગચરકા અને ઓડકાર મટે છે.
- ભૂખ લગતી જ ન હોય કે ભૂખ મારી ગઈ હોય તો દિવસમાં બે વાર અર્ધી ચમચી અજમો ચાવીને ખાવાથી ભૂખ ઉઘડશે.
- રાઈનું ચૂર્ણ પાણી સાથે લેવાથી અજીર્ણ મટે છે.
- પાકા અનાનસના કકડા કરી તેની ઉપર સિંધવ - મીઠું ભભરાવી ખાવાથી અજીર્ણ મટે છે.