

ઊલટી

- લીંબુ કાપી, તેના પર સૂંઠ, સિંઘવ - મીઠું નાખી, ગરમ કરી ચૂસવાથી અજીર્ણની ઊલટી મટે છે અને ખાટા ઓડકાર મટે છે.
- એક એક તોલો દ્રાક્ષ અને ઘાણા વાટી પાણીમાં એકરસ કરી પીવાથી પિત્તની ઊલટી મટે છે.
- આમલીને પાણીમાં પલાળી તેનું પાણી ગાળીને પીવાથી પિત્તની ઊલટી મટે છે.
- ચોખાના ઘોવાણમાં જયહ્વળ ઘસીને પીવાથી ઊલટી - ઊબકા મટે છે.
- કાંદાનો રસ થોડા પાણીમાં એક કલાક પછી પીવાથી અપચાને લીધે થતી ઊલટી મટે છે.
- તુલસી અને આદુંનો રસ મધ સાથે લેવાથી ઊલટી મટે છે.
- એલચીનાં ઘાણા વાટીને ફાકી મારવાથી અથવા મધમાં ઊલટી મટે છે.
- એલચી અને તુલસીના પાન ખાવાથી ઊલટી મટે છે.
- હુદીનાનો રસ પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- રાઈને ઝીણી વાટી, પાણીમાં પલાળી, પેટ પર લેપ કરવાથી ઊલટી મટે છે.
- મરી અને મીઠું વાટીને ફાકવાથી ઊલટી મટે છે.
- તજનો ઉકાળો પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- લીંબુ કાપી તેના ઉપર ખાંડ ભભરાવીને ચૂસવાથી અન્નવિકારથી થતી ઊલટી મટે છે.
- શેરડીનો રસ પીવાથી પિત્તની ઊલટી મટે છે.
- ગોળને મધમાં મેળવીને લેવાથી ઊલટી મટે છે.
- આદુંનો રસ ને કાંદાનો રસ મેળવીને પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- સૂંઠ અને ગંઠોડાનું ચૂર્ણ મધમાં ચાટવાથી ઊલટી મટે છે.
- મીઠા લીમડાનાં પાનનો ઉકાળો પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- મમરાનો ઉકાળો બનાવી તેમાં 2 - 4 એલચી, 2 - 3 લવિંગ, તથા સાકર નાખી 5 - 7 ઊભરા આવવા દઈ, ઉતારીને ઠંડુ પાડી લો, તે પાણી ગાળીને 1 - 2 ચમચી લીંબુ નીચોવીને અથવા બરફનો ટુકડો નાખીને પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- અર્ધો કપ ગરમ પાણીમાં 1 ગ્રામ ખાવાના સોડા નાખી પીવાથી ઊલટી મટે છે.



- મુસાફરીમાં ચકકર આવે અથવા ઊલટી થવા માટે ત્યારે મોંમાં લવિંગ અથવા તજ રાખી ચૂસવાથી ચકકર અને ઊલટી બંધ થાય છે.
- બંબુડો, આંબો, વાળના કુણા પાનનો ઉકાળો પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- મરી - સાકરનું ચૂર્ણ મધ સાથે પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- જેઠીમઘ અને સફેદ સુખડ દૂધમાં વાટી પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- જવંત્રી, વાવડીંગ, કમળકાકડી, લોબાન, અતિવિષ, કેસર, સાગનું બી અને કપુર વાટી પીવાથી ઊલટી મટે છે.
- લીંબુના છોતરા સુકવી કશ કરી જળ સાથે પીવાથી ઊલટી મટે છે.