

## પેટના દર્દો

- જીરું અને ઘાણા બંને સરખે ભાગે લઇ , રાત્રે પલાળી રાખી , સવારના ખૂબ મસળી , તેમાં સાકર નાખીને પીવાથી પેટની બળતરા મટે છે.
- કુદીનાના રસમાં મધ મેળવી લેવાથી પેટના દર્દો મટે છે. લાંબા સમયની આંતરડાની ફરિયાદ માટે આ ઉત્તમ ઈલાજ છે.
- ઉકળતા પાણીમાં સૂંઠનું ચૂર્ણ નાખી , તેને ઢાંકી , ઠંડુ થયા બાદ ગાળી , તેમાંથી પાંચ ચમચી જેટલું પીવાથી પેટનો આફરો , પેટનો દુખાવો મટે છે. આ પાણીમાં સોડા-બાય-કાર્બ નાખી દિવસમાં બે-ત્રણ વાર પીવાથી ખરાબ ઓડકાર અને પેટમાં રહેલો વાયુ મટે છે.
- એક રૂપિયાભાર તલનું તેલ અને ૦ | તોલો હળદર મેળવીને લેવાથી પેટની ચૂંક મટે છે.
- રાઈનું ચૂર્ણ થોડી સાકર સાથે લેવાથી અને ઉપરથી પાણી પીવાથી વાયુ અને કફથી થતો પેટનો દુખાવો મટે છે.
- હિંગ , સૂંઠ , મરી , લીંડી પીપર , સિંઘવ , અજમો , જીરું , શાહજીરું - આ આઠ ચીજો સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ બનાવી (જેને હિંગાષ્ટક ચૂર્ણ કહેવામાં આવે છે. જે બજારમાં પણ મળે છે.) લેવાથી પેટના દર્દો મટે છે.
- સાકરવાળા દૂધમાં એકથી બે ચમચી દિવેલ નાખી દિવસમાં બેવાર પીવાથી પેટના અનેક ખતના દર્દો મટે છે.
- સવારના પહોરમાં મધ સાથે લસણ ખાવાથી પેટની ચૂંક મટે છે. અને જેમનો જઠરાગ્રિ મંદ પડી ગયો હોય તો તે પ્રજ્વલિત બને છે.
- રાઈનું ચૂર્ણ પાણી સાથે લેવાથી પેટની ચૂંક અને અજીર્ણ મટે છે.
- અજમો , સિંઘવ , અને હિંગ વાટી તેની ફાકી મારવાથી ગોળો મટે છે.
- આદુનો રસ , લીંબુનો રસ , અને મીઠું મેળવીને પીવાથી પાચનક્રિયા બળવાન બને છે.
- એલચી , ઘાણાનું ચૂર્ણ ચારથી છ રતીભાર એન શેકેલી હિંગ એક રતીભાર લઈ લીંબુના રસમાં મેળવીને ચાટવાથી વાયુ , પેટનો દુખાવો અને આફરો મટે છે.
- અજમો ફાકી ઉપર ગરમ પાણી પીવાથી પેટનો દુખાવો , અજીર્ણ , અને વાયુ મટે છે.



- આદુ અને લીંબુના રસમાં અર્ધી ચમચી મરીનું ચૂર્ણ નાખી પીવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે.
- અજમો અને મીઠું વાટીને તેની હાકી લેવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે.
- આદુ અને કુદીનાના રસમાં સિંધવ મીઠું નાખીને પીવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે
- આદુનો રસ એક ચમચી અને લીંબુનો રસ બે ચમચી મેળવી તેમાં થોડી સાકર નાખીને પીવાથી કોઈપણ જાતનો પેટનો દુખાવો મટે છે
- શેકેલા જયહળનું એક ગ્રામ ચૂર્ણ ગરમ પાણી સાથે લેવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે
- જમ્યા પછી કેટલાકને ૨-૩ કલાકે પેટમાં સતત દુખાવો થાય છે. તે માટે સૂંઠ , તલ , અને ગોળ સરખે ભાગે લઈ દૂધમાં નાખી સવાર - સાંજ લેવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે
- લીંબુના રસમાં થોડો પાપડખાર મેળવીને પીવાથી પેટનો દુખાવો અને આફરો મટે છે
- તુલસીનો રસ અને આદુનો રસ સરખે ભાગે લઈ , સહેજ ગરમ કરી , પીવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે
- ગોળ અને ચૂનો ભેગો કરી ગરમ પાણી સાથે લેવાથી પેટનો દુખાવો મટે છે
- અજમો અને સંચળનું ચૂર્ણ હાકવાથી ગેસ મટે છે.
- ચીકણી સોપારીનો બે આનીભાર ભૂકો મોળા મઠ્ઠામાં સવારે લેવાથી ગેસ મટે છે.
- લીંબુના રસમાં મૂળાનો રસ મેળવીને પીવાથી જમ્યા પછી થતો દુખાવો અને ગેસ મટે છે.
- કોકમનો ઉકાળો કરી , તેમાં થોડું મીઠું નાખી પીવાથી પેટનો વાયુ અને ગોળો મટે છે.
- સાકર અને ઘાણાનું ચૂર્ણ પાણીમાં પીવાથી પેટની બળતરા મટે છે.