

தலைவலியா? இஞ்சி சாப்பிடுங்கள்

காய்ச்சலா? தயிர் சாப்பிடுங்கள். மலேமும் தனே சாப்பிடுங்கள்

மாரடபைப்பு வராமல் இருக்க 000000 0000000000000000  
00000000 0000000000 00000000000 0000000000 0000000000. 0000000000 0000000 00 000 0000000

தடுக்கம் வர வில்லையா? தனே கடுபித்தால் தானாக வரும் தடுக்கம்

ஆஸ்துமாவால் கஸ்டப்படுகிறீர்களா? வெங்காயம் சாப்பிடுங்கள்

ஆரத்தரிபிஸ் - ஆல் கஸ்டப்படுகிறீர்களா? மீன் சாப்பிடுங்கள்

வயிற்று கோளாறா? வாழை பழம் சாப்பிடுங்கள்

எலும்பு சம்பந்தப்பட்ட கோளாறா? அன்னாசி பழம் சாப்பிடுங்கள்

மாதவிலக்கு பிரச்சனையா? Cornflakes சாப்பிடுங்கள்

மறதி பிரச்சனையா? Oyster fish சாப்பிடுங்கள்

சளி தொல்லையா? பிண்டு சாப்பிடுங்கள்

மார்பு புற்றுநோயா? கோதுமை, முட்டைகோஸ் சாப்பிடுங்கள்

நுரையீரல் புற்றுநோயா? கரும்பச்சை மற்றும் ஆரஞ்சு நிறம் காய்கறிகளை சாப்பிடுங்கள்

வயிற்று புண்ணா? முட்டைகோஸ் சாப்பிடுங்கள்

வயிற்று போக்கா? ஆப்பிளை சூட்டு சாப்பிடவும்

இரத்த கொதிப்பா? ஆலிவ் எண்ணை சாப்பிடுங்கள்

இரத்த சர்க்கரை ஏற்ற இறக்கமா? BROCCOLI AND வரேக்கடலை சாப்பிடுங்கள்

மனநிம்மதி தவையா உழைத்துச் சாப்பிடுங்கள்

0000000000 0000000000 :

கிவி: ஆரஞ்சை விட இரண்டு மடங்கு வடைட்டமின் சி உள்ளது.

ஆப்பிள்: மாரடபைப்பு, புற்றுநோய் வருவதை தடுக்கின்றது.

ஸ்டாபெரி: இளமையாக வைத்து இருக்க உதவுகிறது.

ஆரஞ்சு: சளி தொல்லை, கொழுப்பை குறைக்க மற்றும் கிட்னி கல்லை கரைக்க

Written by

Sunday, 03 August 2008 18:57 -

---

உதவும்.

தர்பிசணி: புற்று நோய் தடுக்க, தோல் வியாதியில் இருந்து தடுக்க\*  
கொய்யா பழம்: மல சிக்கலை தடுக்க

பப்பாளி பழம்: கண்களுக்கு நல்லது. உணவு சரிகை நல்லது.

தக்காளி பழம்: ஆண்களுக்கு **prostate cancer** வருவதை தடுக்கிறது.

<http://www.tamilnadutalk.com/portal/index.php?showtopic=8506>