



“Experience wellness like never before”

Product Catalogue



www.benefitswellness.in

BenefitsTM Plus

BENEFITS PLUS:

"आपके आरोग्य की ओर आपका मार्ग"

Benefits Plus में, हम आपके स्वास्थ्य और कल्याण को अनुकूलित करने के लिए प्रकृति की शक्ति का उपयोग करते हैं। हमारा अनूठा फ़ॉर्मूला नोनी एक्सट्रैक्ट, ब्लैककरंट एक्सट्रैक्ट, गैनोडर्मा ल्यूसिडम एक्सट्रैक्ट, मैंगोस्टीन एक्सट्रैक्ट, मोरिंगा एक्सट्रैक्ट, अकाई बेरी एक्सट्रैक्ट, सीबकथॉर्न एक्सट्रैक्ट, मैका रूट एक्सट्रैक्ट, गोजी बेरी एक्सट्रैक्ट और प्योर शिलाजीत की क्षमता का दोहन करता है, जो आपको कई तरह के स्वास्थ्य लाभ प्रदान करता है।

Noni Extract: प्रतिरक्षा क्षमता का समर्थन करता है, स्वस्थ पाचन प्रोत्साहित करता है और समग्र कल्याण को बढ़ावा देता है।

Blackcurrant Extract: एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर, यह ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस से सुरक्षा करने, मस्तिष्क कार्यक्षमता को बढ़ाने और हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करने में मदद करता है।

Ganoderma Lucidum Extract: यह रेशी मशरूम के नाम से भी जाना जाता है, यह प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है, विश्राम को बढ़ावा देता है, और लिवर के स्वास्थ्य का समर्थन करता है।

Mangosteen Extract: एंटीऑक्सीडेंट का एक प्रबल स्रोत होता है, यह सूजन को कम करने, स्वस्थ मेटाबॉलिज़म का समर्थन करने, और चमकदार त्वचा को प्रोत्साहित करने में मदद करता है।

Moringa Extract: आवश्यक पोषक तत्वों से भरपूर होता है, यह ऊर्जा प्रदान करता है, स्वस्थ रक्त शर्करा स्तरों का समर्थन करता है, और प्राकृतिक शोधन को प्रोत्साहित करता है।

Acai Berry Extract: एंटीऑक्सीडेंटों से भरपूर होता है, यह हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करता है, ऊर्जा स्तरों को बढ़ाता है, और समग्र जीवनशक्ति को बढ़ाता है।

Seabuckthorn Extract: इसके उच्च विटामिन सी सामग्री के कारण, यह स्वस्थ त्वचा को प्रोत्साहित करता है, प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देता है, और पाचन स्वास्थ्य का समर्थन करता है।

Maca Root Extract: प्राकृतिक एडाप्टोजेन के रूप में, यह हार्मोनों को संतुलित करने, ऊर्जा स्तरों को बढ़ाने, और प्रजनन स्वास्थ्य का समर्थन करने में मदद करता है।

Goji Berry Extract: प्रतिरक्षा प्रणाली को सुधारता है, स्वस्थ दृष्टि को प्रोत्साहित करता है, और मानसिक स्पष्टता और ध्यान का समर्थन करता है।

Pure Shilajit: "कमजोरी का विनाशक" के रूप में जाना जाता है, यह ऊर्जा को बढ़ाता है, संज्ञानात्मक कार्य का समर्थन करता है, और समग्र जीवनशक्ति का प्रचार करता है।

120
capsules



*Source of information above are various publishers

JOINT CARE

Glucosamine, MSM, Sodium Hyaluronate, Vitamin C, Rosehip Extract & Boswellia serrata



BENEFITS JOINT CARE:

“जोड़ों के स्वास्थ्य और गतिशीलता के लिए अंतिम समाधान”

Benefits Joint Care में ग्लूकोसामाइन, मिथाइल सल्फोनील मीथेन (MSM), सोडियम हाइलूरोनेट, विटामिन सी, रोज़हिप एक्सट्रैक्ट और बोसवेलिया सेराटा सहित सामग्री का एक अनूठा मिश्रण है। ये सामग्रियां आपके जोड़ों के स्वास्थ्य के लिए कई लाभ प्रदान करने के लिए एक साथ काम करती हैं।

GLUCOSAMINE शरीर में पाया जाने वाला एक प्राकृतिक यौगिक है जो कार्टिलेज को स्वस्थ रखने में मदद करता है। यह गठिया के कारण होने वाले जोड़ों के दर्द और अकड़न को कम कर सकता है, और यह गतिशीलता और लचीलेपन को बेहतर बनाने में भी मदद करता है।

METHYL SULPHONYL METHANE (MSM) एक प्राकृतिक सल्फर यौगिक है जो पौधों और जानवरों में पाया जाता है। ऐसा माना जाता है कि यह जोड़ों के दर्द और सूजन को कम करने में मदद करता है, और यह जोड़ों के लचीलेपन और गतिशीलता को बेहतर बनाने में भी मदद करता है।

SODIUM HYALURONATE शरीर में पाया जाने वाला एक प्राकृतिक यौगिक है जो जोड़ों को चिकनाई देने और घर्षण को कम करने में मदद करता है। यह संयुक्त कार्य में सुधार कर सकता है और गठिया के कारण होने वाले जोड़ों के दर्द और जकड़न को कम करता है।

VITAMIN C एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है जो शरीर को फ्री रेडिकल डैमेज से बचाने में मदद करता है। यह कोलेजन संश्लेषण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, जो स्वस्थ जोड़ों को बनाए रखने के लिए आवश्यक है।

ROSEHIP EXTRACT एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है और इसमें एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं। यह जोड़ों के दर्द और गठिया के कारण होने वाली अकड़न को कम करने में मदद कर सकता है, और यह जोड़ों की गतिशीलता में सुधार करने में भी मदद करता है।

BOSWELLIA SERRATA एक जड़ी बूटी है जिसका इस्तेमाल सदियों से जोड़ों के दर्द और सूजन के इलाज के लिए किया जाता रहा है। यह सूजन के उत्पादन को कम करके काम करता है, शरीर में रसायन, जो जोड़ों के दर्द और जकड़न को कम करने में मदद करता है।

BENEFITS OF BENEFITS JOINT CARE:

स्वस्थ जोड़ों को बढ़ावा देता है और बेचैनी कम करता है
कोलेजन और संयुक्त तरल पदार्थ के उत्पादन का समर्थन करता है
सूजन और जोड़ों के दर्द को कम करता है
जोड़ों की गतिशीलता और लचीलेपन में सुधार करता है
भविष्य में संयुक्त क्षति के विरुद्ध सुरक्षा करता है

*Source of information above are various publishers

120 capsules



WEIGHT LOSS SUPPORT

With Garcinia cambogia,
Green Tea, Green Coffee Bean



BENEFITS WEIGHT LOSS SUPPORT:

"अपने वजन घटाने के लक्ष्यों को प्राप्त करने का प्राकृतिक तरीका"

क्या आप प्राकृतिक रूप से अपना वजन कम करना चाहते हैं? तो **Weight Loss Support** सिर्फ बना है आपके लिए, वजन घटाने के लिए बेहतरीन सप्लीमेंट जिसमें गार्सिनिया कैंबोगिया, ग्रीन टी और ग्रीन कॉफी बीन जैसी प्राकृतिक औषधि के गुण हैं।

GARCINIA CAMBOGIA:

गार्सिनिया कैंबोगिया एक ऐसा फल है जिसमें हाइड्रॉक्सीसिट्रिक एसिड (HCA) होता है, जिसके बारे में माना जाता है कि यह भूख कम करने और फैट बर्निंग को बढ़ाने में मदद करता है। HCA एंजाइम साइट्रेट लाइज़ को अवरुद्ध करने के लिए दिखाया गया है, जो शरीर को वसा जमा करने में मदद करता है। इस एंजाइम को रोककर, एचसीए शरीर को वसा को जमा करने के बजाय जलाने में मदद कर सकता है, जिसके परिणामस्वरूप वजन कम होता है।

GREEN TEA:

ग्रीन टी में कैटेचिन होते हैं, जो एंटीऑक्सिडेंट होते हैं जो मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा देने और वजन घटाने में सहायता कर सकते हैं। वसा कोशिकाओं के टूटने को बढ़ावा देकर कैटेचिन को शरीर की वसा जलने की क्षमताओं को बढ़ाने के लिए दिखाया गया है। इसके अलावा, ग्रीन टी भूख और लालसा को कम करने में मदद कर सकती है, जिससे स्वस्थ आहार में रहना आसान हो जाता है।

GREEN COFFEE BEAN:

ग्रीन कॉफी बीन एक्सट्रैक्ट में क्लोरोजेनिक एसिड भी होता है, जो शरीर में कार्बोहाइड्रेट के अवशोषण को कम करने और वजन घटाने में सहायता करने के लिए दिखाया गया है। क्लोरोजेनिक एसिड भी सूजन को कम करने और हृदय स्वास्थ्य में सुधार करने में मदद कर सकता है, जिससे यह किसी भी वजन घटाने के आहार के लिए एक बढ़िया अतिरिक्त बन जाता है।

WEIGHT LOSS SUPPORT के स्वास्थ्य लाभ:

भूख को दबाने और क्रेविंग को कम करने में मदद करता है
मेटाबॉलिज्म को बढ़ाता है और फैट बर्निंग में मदद करता है
हृदय स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है और सूजन को कम कर सकता है
फैट को स्टोर करने के लिए जिम्मेदार एंजाइम को ब्लॉक करता है
शरीर में कार्बोहाइड्रेट के अवशोषण को कम करता है
पूरी तरह से प्राकृतिक सामग्री से बनाया गया।

120
capsules



*Source of information above are various publishers

DIABETIC CARE

Gymnema Sylvestre Ext., Syzygium Cumini Ext.,
Mangifera Indica Ext., Momordica Charantia Ext.,
Trigonella Foenum Graecum Ext., Bilberry Ext.,
Pterocarpus Marsupium Ext. & Piper longum

BENEFITS DIABETIC CARE:

“अपने मधुमेह पर प्राकृतिक रूप से नियंत्रण रखें”

Diabetic Care एक अद्वितीय आहार पूरक है जो खून शुगर प्रबंधन के सफर पर समर्थन देने के लिए बनाया गया है। प्राकृति कि सबसे उत्तम औषधियों, जैसे कि गुड़मारा सिल्वेस्ट्रे एक्सट्रेक्ट, सिज़ीज़ियम कुमीनी एक्सट्रेक्ट, मैंगीफेरा इंडिका एक्सट्रेक्ट, मोमोर्डिका चरंतिया एक्सट्रेक्ट, ट्रिगोनेला फोएनम ग्रेकम एक्सट्रेक्ट, बिलबेरी एक्सट्रेक्ट, प्टेरोकार्पस मार्सूपियम एक्सट्रेक्ट की अद्भुत शक्ति का इस्तेमाल करके यह बनाया गया है।

Gymnema Sylvestre Extract: अपने मधुमेह विरोधी गुणों के लिए जाना जाता है, गुडमार एक्सट्रेक्ट आंत में चीनी का अवशोषण कम करने में मदद करता है और इंसुलिन कार्य का समर्थन करता है।

Syzygium Cumini Extract: रक्त शर्करा के स्तर को कम करने में मदद करता है और इंसुलिन संवेदनशीलता को बढ़ाता है, जिससे ग्लूकोज के बेहतर उपयोग में सहायता मिलती है।

Mangifera Indica Extract: एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर, आम का अर्क अग्न्याशय की कोशिकाओं की रक्षा करने में सहायता करता है और बेहतर रक्त शर्करा नियंत्रण में योगदान करता है।

Momordica Charantia Extract: इसमें ऐसे यौगिक होते हैं जो ग्लूकोज उपटान को बढ़ावा देने में मदद करते हैं और इंसुलिन प्रतिरोध को कम करते हैं।

Trigonella Foenum Graecum Extract: रक्त शर्करा के स्तर को विनियमित करने में सहायता करता है और लिपिड प्रोफाइल में सुधार करता है।

Bilberry Extract: स्वस्थ रक्त संचरण का समर्थन करता है और आंखों से संबंधित डायबिटिक समस्याओं को रोकने में मदद कर सकता है।

Pterocarpus Marsupium Extract : अपने शक्तिशाली मधुमेह विरोधी गुणों के लिए जाना जाता है, यह इंसुलिन उत्पादन को उत्तेजित करने में सहायता करता है और इंसुलिन प्रतिरोध को कम करता है।

Piper Longum: अन्य हर्बल सामग्रियों की जैवउपलब्धता को बढ़ाता है, उनकी प्रभावशीलता को अधिकतम करता है।

*Source of information above are various publishers

120
capsules



THUNDER BLASTER CAPSULE



BENEFITS THUNDER BLASTER:

"आपकी प्राकृतिक ऊर्जा और जीवन शक्ति वर्धक"

ऐसी दुनिया में जहां ऊर्जा अनमोल है, **Benefits Thunder Blaster** असीम जीवन शक्ति की खोज में आपके भरोसेमंद सहयोगी के रूप में खड़ा है। सफेद मूसली एक्सटेंशन, सतावरी एक्सटेंशन, अश्वगंधा एक्सटेंशन, गोक्षुरा एक्सटेंशन, आत्मगुप्त एक्सटेंशन, जयफल एक्सटेंशन और नागकेसरा एक्सटेंशन सहित प्रकृति की बेहतरीन सामग्रियों के एक शक्तिशाली मिश्रण के साथ तैयार किया गया, " **Benefits Thunder Blaster** आपके जीवन को सुपरचार्ज करने के लिए बनाया गया है।

Safed Musli Extract: एक प्रसिद्ध कामोत्तेजक जो कामेच्छा, सहनशक्ति और यौन इच्छा को बढ़ाकर यौन स्वास्थ्य को बढ़ाता है। यह अधिक संतोषजनक और पूर्ण यौन अनुभव में योगदान देता है।

Satavari Extract: एक औषधि है जो महिलाओं में विशेष रूप से हार्मोनिक संतुलन को बढ़ावा देता है। यह तनाव को कम करता है, एक आरामदायक और आनंदकारी यौन अनुभव का समर्थन करता है।

Ashwagandha Extract: एक शक्तिशाली औषधि है जो तनाव और चिंता को कम करता है और ऊर्जा स्तर को बढ़ाता है। यह इच्छाशक्ति को बढ़ाकर यौन क्रियाकलाप को बेहतर बनाता है, और पुरुषों और महिलाओं के लिए यौन स्वास्थ्य को सुधारता है।

Gokshura Extract: स्वस्थ टेस्टोस्टेरोन स्तर को बनाए रखकर पुरुषों के यौन स्वास्थ्य का समर्थन करता है। यह कामेच्छा, मांसपेशियों की वृद्धि और समग्र यौन कल्याण को बढ़ाने में मदद करता है।

Atmagupta Extract: कपिकाचू के नाम से भी जाना जाता है, यह यौन प्रदर्शन को बढ़ावा देने वाला है, इच्छा बढ़ाकर, और मूड में सुधार करके, एक अधिक संतोषप्रद यौन अनुभव में योगदान करता है।

Jaiphal Extract: मूड को बेहतर बनाता है, चिंता को कम करता है, यह सकारात्मक भावना को बनाने के द्वारा सीधे यौन स्वास्थ्य को लाभ पहुंचाता है।

Nagakesara Extract : एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर, समग्र स्वास्थ्य का समर्थन करता है। हालांकि इसका सीधा कामोत्तेजक प्रभाव नहीं होता है, लेकिन इसके एंटीऑक्सीडेंट गुण सामान्य स्वास्थ्य में योगदान करते हैं, जो स्वस्थ यौन जीवन के लिए महत्वपूर्ण है।

120
capsules



*Source of information above are various publishers

Benefits Nigella pro

परिचय :

कलौंजी का तेल (BENEFITS NIGELLA PRO) एक लोकप्रिय प्राकृतिक उपचार है जिसका उपयोग सदियों से इसके कई स्वास्थ्य लाभों के कारण किया जाता रहा है। यह **Nigella Sativa** पौधे के बीजों से निकाला जाता है और थाइमोक्विनोन से भरपूर होता है, जिसमें एंटी-इंफ्लेमेटरी, एंटीऑक्सिडेंट और एंटीकैंसर गुण होते हैं। कलौंजी का तेल कैप्सूल इस लाभकारी तेल को अपनी दिनचर्या में शामिल करने का एक सुविधाजनक तरीका है। इस ब्रोशर में हम BENEFITS NIGELLA PRO कैप्सूल के स्वास्थ्य लाभों के बारे में जानेंगे।

रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है:

कलौंजी का तेल (BENEFITS NIGELLA PRO) कैप्सूल आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देने में मदद कर सकता है। अध्ययनों से पता चला है कि थाइमोक्विनोन प्रतिरक्षा प्रणाली को संशोधित कर सकता है, जिससे इसे अधिक प्रभावी ढंग से कार्य करने में मदद मिलती है। BENEFITS NIGELLA PRO का तेल सूजन को कम करने में भी मदद कर सकता है, जो संक्रमण से लड़ने में फायदेमंद हो सकता है।

स्वस्थ त्वचा को बढ़ावा देता है :

BENEFITS NIGELLA PRO एंटीऑक्सिडेंट से भरपूर होता है, जो आपकी त्वचा को फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से बचाने में मदद कर सकता है। मुक्त कण समय से पहले बुढ़ापा, झुर्रियाँ और त्वचा की अन्य समस्याओं का कारण बन सकते हैं। BENEFITS NIGELLA PRO आपकी त्वचा को माइस्चराइज और शांत करने में भी मदद कर सकता है, महीन रेखाओं और झुर्रियों की उपस्थिति को कम कर सकता है।

सूजन कम करता है:

BENEFITS NIGELLA PRO कैप्सूल शरीर में सूजन को कम करने में मदद कर सकता है, जो कई तरह की स्थितियों को प्रबंधित करने में फायदेमंद हो सकता है। सूजन से जोड़ों में दर्द, सूजन और अकड़न हो सकती है, और यह हृदय रोग, मधुमेह और कैंसर सहित कई पुरानी बीमारियों में भी योगदान दे सकता है।

पाचन में सुधार करता है:

BENEFITS NIGELLA PRO पाचन में सुधार करने और कब्ज, सूजन और गैस जैसे पाचन संबंधी मुद्दों के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है। यह आत में सूजन को कम करने में भी मदद कर सकता है, जो चिड़चिड़ा आंत्र सिंड्रोम (आईबीएस) और सूजन आंत्र रोग (आईबीडी) जैसी स्थितियों को प्रबंधित करने में फायदेमंद हो सकता है।

हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करता है:

काले बीज के तेल के कैप्सूल कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करके और रक्तचाप को कम करके हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करने में मदद कर सकते हैं। अध्ययनों से पता चला है कि थाइमोक्विनोन एलडीएल (खराब) कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने और एचडीएल (अच्छे) कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकता है। कलौंजी का तेल भी सूजन को कम करने में मदद कर सकता है, जो हृदय रोग के प्रबंधन में फायदेमंद हो सकता है।

मेमोरी और फोकस बढ़ाता है:

BENEFITS NIGELLA PRO के कैप्सूल याददाश्त और ध्यान केंद्रित करने में मदद कर सकते हैं। थाइमोक्विनोन को न्यूरोप्रोटेक्टिव प्रभाव दिखाया गया है, जो मस्तिष्क को क्षति से बचाने और संज्ञानात्मक कार्य में सुधार करने में मदद कर सकता है।

कैंसर रोधी गुण :

BENEFITS NIGELLA PRO के कैप्सूल में कैंसर रोधी गुण हो सकते हैं। अध्ययनों से पता चला है कि थाइमोक्विनोन का जानवरों और इन-विट्रो अध्ययनों में एंटी-ट्यूमर प्रभाव होता है। यह कैंसर कोशिकाओं के विकास को रोकने और कैंसर कोशिकाओं में एपोप्टोसिस (कोशिका मृत्यु) को प्रेरित करने के लिए दिखाया गया है।

निष्कर्ष :

अंत में, काले बीज के तेल कैप्सूल आपके दैनिक स्वास्थ्य आहार के लिए एक मूल्यवान अतिरिक्त हो सकते हैं। वे कई स्वास्थ्य लाभ प्रदान करते हैं, जिनमें प्रतिरक्षा को बढ़ावा देना, स्वस्थ त्वचा को बढ़ावा देना, सूजन को कम करना, पाचन में सुधार करना, हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करना, स्मृति और फोकस को बढ़ाना और संभावित रूप से कैंसर विरोधी गुण शामिल हैं।

*Sources of information from various publishers

120 Softgel
capsules

 **Benefits**TM
Wellness
Reinventing Health



BENEFITS

AQUA BOOSTER

pH BOOSTER DROPS

क्या आप शुद्ध पानी पीते हैं ?

पानी आपके शरीर में हर कोशिका, ऊतक और अंग के लिए महत्वपूर्ण है। हाइड्रेट रहने का सबसे अच्छा तरीका है, दिन भर में नियमित रूप से पानी पिएं। लेकिन किस तरह का पानी? कुछ लोग दावा करते हैं कि एल्कलाइन पानी हमारे द्वारा आमतौर पर पीने वाले किसी भी पानी से बेहतर है।

एल्कलाइन पानी क्या है ?

एल्कलाइन पानी के उत्साही लोगों का मानना है कि एल्कलाइन पानी में नियमित पानी की तुलना में अधिक हाइड्रोजन होता है और यह आपके शरीर को बेहतर तरीके से हाइड्रेट कर सकता है, खासकर व्यायाम के बाद। पानी हाइड्रोजन और ऑक्सीजन से मिलकर बना होता है इसलिए इसे H₂O कहा जाता है। पानी का पीएच स्तर हमें बताता है कि यह कितना एसिडिक या एल्कलाइन है और 0 से 14 तक है। 7 का पीएच तटस्थ माना जाता है। अगर पानी का पीएच 7 से नीचे है, तो यह एसिडिक है। यदि इसका पीएच 7 से ऊपर है, तो यह एल्कलाइन है। जब आप अपने पानी में एल्कलाइन बूंदें मिलाते हैं, तो यह पीएच स्तर को 8.5 या 10.0 तक बढ़ा सकता है। यह आपके रक्त प्रवाह को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है और आपके शरीर में अधिक ऑक्सीजन पहुंचा सकता है।

कुछ लोगों का मानना है कि 7 से नीचे पीएच स्तर (जिसे एसिडिक माना जाता है) वाला पानी पीने से आपके शरीर में बहुत अधिक एसिड बन सकता है। वे ऑस्टियोपोरोसिस और कैंसर जैसी कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं के लिए इसे जिम्मेदार ठहराते हैं। हालांकि, इन दावों का समर्थन करने के लिए कोई वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है। उच्च पीएच स्तर वाले एल्कलाइन पानी पीने से उच्च रक्तचाप, रक्त शर्करा और कोलेस्ट्रॉल को कम करने का दावा किया जाता है।

एल्कलाइन पानी क्यों पियें?

2016 में, शंघाई में वैज्ञानिकों ने पाया कि एल्कलाइन पानी पीने के तीन से छह महीने बाद उच्च रक्तचाप, उच्च रक्त शर्करा और उच्च रक्त लिपिड वाले लोगों में इन कारकों का स्तर कम था। कुछ लोगों का मानना है कि एल्कलाइन पानी स्वास्थ्य को ठीक कर सकता है और स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है क्योंकि उन्हें लगता है कि शरीर और रक्त में एसिडिक गण बीमारी का कारण बनते हैं, और इसे बेअसर करने की आवश्यकता है। यह विश्वास इस विचार की ओर ले जाता है कि अधिक एल्कलाइन शरीर बेहतर स्वास्थ्य की ओर ले जाएगा। एल्कलाइन पानी में चार प्रमुख खनिज होते हैं जो इसके स्वास्थ्य लाभ में योगदान करते हैं।

कैल्शियम: यह हमारी हड्डियों को स्वस्थ रखने के लिए आवश्यक है, और यह हमारे हृदय, मांसपेशियों और तंत्रिकाओं को ठीक से काम करने में भी मदद करता है।

मैग्नीशियम: यह हमारे शरीर को खाने वाले भोजन को ऊर्जा में बदलने में मदद करता है, और यह हमारे शरीर में 300 से अधिक विभिन्न रासायनिक प्रतिक्रियाओं में शामिल है।

सोडियम: यह हमारे रक्तचाप और हमारे शरीर में पानी की मात्रा को नियंत्रित करने में मदद करता है, और यह हमारी नसों और मांसपेशियों के कार्य का भी समर्थन करता है।

पोटेशियम: यह एक प्रकार का पदार्थ है जिसकी आवश्यकता हमारे शरीर को हमारी मांसपेशियों को ठीक से काम करने में मदद करने के लिए होती है, और यह स्वस्थ पाचन को भी बढ़ावा देता है।

जब एल्कलाइन पानी पीने के लाभों की बात आती है, तो कई दावे होते हैं, जिनमें प्रतिरक्षा प्रणाली का समर्थन, वजन घटाने और कैंसर प्रतिरोध शामिल हैं। हालांकि ये दावे उल्लेखनीय हैं, लेकिन उनमें सिद्ध वैज्ञानिक अनुसंधान की कमी है। हालांकि, एल्कलाइन पानी पीने के कई अविश्वसनीय स्वास्थ्य लाभ हैं जो वैज्ञानिक रूप से सिद्ध हो चुके हैं और हम उन्हें आपके साथ साझा करने के लिए यहां हैं।

हड्डी के स्वास्थ्य में सुधार करता है

एल्कलाइन के सेवन से हड्डियों पर पड़ने वाले प्रभावों पर कुछ शोध किए गए हैं। वैज्ञानिक पत्रिका बोन में प्रकाशित एक अध्ययन में बाइकार्बोनेट से भरपूर एल्कलाइन पानी का सेवन करने वाले लोगों के साथ हड्डियों के पुनर्जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पाया गया। अस्थि पुनर्जीवन वह प्रक्रिया है जहां पुरानी अस्थि कोशिकाएं टूट जाती हैं और उनकी जगह नई कोशिकाएं ले लेती हैं। कम हड्डियों का पुनर्जीवन और अधिक खनिज घनत्व के परिणामस्वरूप हड्डियों की मजबूती बेहतर होती है। अध्ययन के लेखकों ने निष्कर्ष निकाला कि "एक बाइकार्बोनेट - और कैल्शियम युक्त क्षार खनिज पानी कैल्शियम युक्त एसिडिक खनिज पानी की तुलना में हड्डियों के पुनर्जीवन को कम करता है।"

एसिड रिफ्लक्स को शांत करता है

एनल्स ऑफ ओटोलॉजी, राइनोलॉजी एंड लेरिजोलॉजी में प्रकाशित एक हालिया अध्ययन में पाया गया कि 8.8 के उच्च पीएच स्तर (एल्केलाइन पानी के रूप में जाना जाता है) के साथ पीने का पानी एसिड रिफ्लक्स से राहत दिलाने में मदद कर सकता है। ऐसा इसलिए है क्योंकि उच्च पीएच स्तर पेप्सिन नामक एंजाइम को मार सकता है, जो एसिड रिफ्लक्स का एक प्रमुख कारण है। एसिड भाटा तब होता है जब पेट की एसिडिक सामग्री भोजन नली को ऊपर ले जाती है, जिससे असुविधा होती है। यदि एसिड भाटा नियमित रूप से होता है, तो यह नुकसान पहुंचा सकता है और गैस्ट्रोओसोफेगल रिफ्लक्स रोग या GERD नामक रोग को जन्म दे सकता है।

हाई ब्लड प्रेशर, ब्लड शुगर और कोलेस्ट्रॉल को कम करता है

2016 में, शंघाई के कुछ वैज्ञानिकों ने पाया कि एल्केलाइन पानी पीने के तीन से छह महीने बाद उच्च रक्तचाप, उच्च रक्त शर्करा और उच्च कोलेस्ट्रॉल के स्तर वाले लोगों में इन कारकों का स्तर कम था। उन्होंने पाया कि उच्च पीएच स्तर वाले पीने के पानी ने उन 100 वयस्कों में खून की मोटाई और चिपचिपापन कम कर दिया जिन्होंने अभी-अभी व्यायाम किया था। यह निर्जलीकरण के कारण होने वाली हृदय की समस्याओं के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है।

हाइड्रेशन बढ़ाता है

बार्योलॉजी ऑफ स्पोर्ट्स जर्नल में प्रकाशित 2017 के एक अध्ययन में पाया गया कि एल्केलाइन पानी पीने से आपको हाइड्रेटेड रखने में मदद मिल सकती है। अध्ययन से पता चला है कि एल्केलाइन पानी पीने से आपके मूत्र का गुरुत्वाकर्षण भी कम हो सकता है और आपके मूत्र को अधिक एल्केलाइन बनाता है। इससे आपका शरीर लैक्टेट नामक पदार्थ का अधिक कुशलता से उपयोग करने में सक्षम हो सकता है, जो व्यायाम के दौरान आपको अधिक ऊर्जा देने में मदद करता है। लैक्टेट एक पदार्थ है जिसे आपकी मांसपेशियां ऊर्जा स्रोत के रूप में उपयोग करती हैं।

इसके विपरीत, सामान्य पीने के पानी का सेवन करने वाले लोगों ने समान अवधि में कोई बदलाव नहीं दिखाया। इन परिणामों से संकेत मिलता है जो लोग एल्केलाइन पानी पीते थे उनमें सामान्य पानी पीने वाले लोगों की तुलना में एसिड-बेस बैलेंस, हाइड्रेशन की स्थिति और ऊर्जा का स्तर बेहतर होता था। यह सुझाव देता है कि यदि आप एक सक्रिय और स्वस्थ वयस्क हैं तो नियमित रूप से एल्केलाइन पानी पीना आपके स्वास्थ्य के लिए अच्छा हो सकता है।

दीर्घायु बढ़ाता है

2016 में, शोधकर्ताओं के एक समूह ने तीन साल तक 150 चूहों पर एक अध्ययन किया, यह देखने के लिए कि क्या एल्केलाइन पानी पीने से उनके स्वास्थ्य पर कोई प्रभाव पड़ता है। परिणामों से पता चला कि एल्केलाइन पानी पीने वाले चूहों में लंबे समय तक जीवित रहने की संभावना अधिक थी। वैज्ञानिकों ने चूहों के गुर्दे, आंतों, दिल, यकृत और मस्तिष्क को यह देखने के लिए देखा कि क्या एल्केलाइन पानी पीने से कोई हानिकारक प्रभाव पड़ता है? लेकिन उन्हें कोई महत्वपूर्ण नुकसान नहीं मिला। उन्होंने पाया कि एल्केलाइन पानी पीने वाले चूहों के अंग नियंत्रण समूह के समान थे, यह सुझाव देते हुए कि एल्केलाइन पानी पीना मानव स्वास्थ्य के लिए अच्छा हो सकता है।

बेनिफिट्स एक्वा बूस्टर अनोखा क्यों है?

बेनिफिट्स एक्वा बूस्टर आपके शरीर के एल्केलाइन सेवन को बढ़ाने के लिए आपके लिए एक सुलभ, सहज और प्राकृतिक तरीका पेश करता है। यह कॉम्पैक्ट आकार का उत्पाद विटामिन बी 6, विटामिन बी 2, विटामिन सी, पोटेशियम और मैग्नीशियम आदि की प्राकृतिक सांद्रता और अच्छाई प्रदान करता है। बेनिफिट्स एक्वा बूस्टर स्वादहीन, रंगहीन और गंधहीन है, जब इसे पानी में डालकर सेवन किया जाता है तो आपको स्वस्थ पीएच संतुलन प्राप्त करने में मदद मिलती है क्योंकि यह एक आवश्यक खनिजों, इलेक्ट्रोलाइट्स और एल्केलाइन एंटीऑक्सिडेंट का प्राकृतिक भण्डार है।

उपयोग करने की विधि

बस एक गिलास पानी (लगभग 200 मिली) में एक्वा बूस्टर की 3-5 बूंदें डालें और इसे पी लें। ऐसा आपको दिन में 4 बार करना है। "एक्वा बूस्टर" (केवल 100 मिली) की एक छोटी बोतल लगभग 100 लीटर सामान्य पेयजल के उपचार के लिए पर्याप्त है।





CORPORATE OFFICE

BENEFITS WELLNESS PRIVATE LIMITED

#137, Old Delhi Bypass,
Mount Road, Near Ramgarh Mod,
Brahmpuri, 302002,
Jaipur, Rajasthan

***RESIDE AT
THE HEAVEN OF
WELLNESS***



www.benefitswellness.in