

તી વચાને સ□ વર□ છ સુંદર અને નથિગી ળ્નાવો!

□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ (□□□□□□ □□□□□□□□□)

સકીન ક□ લેન□ ઝનો ઉપયોગ શું છે. સાથ સ□ કીન ક□ લેથ□ ન□ ઝના લીધતી વચ પથ્ના દ□ ચાત્ક ળેકટેથીચાનો નાશ થય છે અને તી વચા સ□ વર□ છ થય છે. તી વચની સમ્સ□ ચાનો સામ્નો કથી શકી□ છી□. તી વચાની નૈસથ□ ગકિ દક ની પાતળી સ□ ત્થ કાયમ થખવા મટે, તી વચામં થ્હેલા વઘાથના તેલને દુર કથ્વા મટે આનો ઉપયોગ કથ્વામં આવે છે.

કેટ□ લાક સાથી થીતેસ□ વર□ છ કથ્નાથ ઘટ□ ક. (ક□ લેથ□ ન□ ઝ □ જન□ ટ)

- □□□□□□□□ તી વચાને ત્થા થખવામં મ્દ ક્ક છે. તેજ તેમં □ સ□ ટ□ થીજંટ ત્થ (ઘા) મ્ડાડવાના ઘટ□ કો છે.
- □□□□□□ □□□□ આમં ભ્યૂથ□ સ□ ટ□ થીજંટ ત્થ □ ન□ ટી □ કસીડંટ ઘટ□ કો હોય છે જે તી વચ મટે ઘણા ઉપયોગી છે.
- □□□□□□□□ □□□□ તી વચામં ભેજનું પ□ અણ કાયમી થખવા મટે મ્દ ક્ક છે.
- □□□□□□□□□□ □□□□ અતશિચ શુઘ□ ઘ ક્કથ્લા પાણી જેમં ઘાત્ક ખનીજ પઘાથ□ થહોત નથી.
- □□□□□□□□□□ તી વચામં ભેજને જાખ્વી થખે છે.
- □□□□□□ □□□□ આ □ ક ઉપયોગી □ સ□ ટ□ થીજંટ ટોનકિ છે. જેમં વીટામીન C, ક□ લોથેફીલ ત્થ □ ન□ ઝાઘમ હોય છે.
- □□□□□□ □□□□ તી વચામં હેલા ઘી ક ને સુંત્તન થખે છે. તી વચાને સુંવાળી ક્ક છે આ સવિચ તી વચામં પાણીના

વઢિ□ ચટ□ નની પ□ થક□ થચિામં મ્દ ક્ક છે.

- □□□□□□□□ □□□□ તેલી તી વચ ત્થ ખીલ પર પ□ થખવશાળી અસથ ક્ક છે. આ □ ક □ ન□ ટીસેપ□ ટીક, □ સ□ ટ□ થીજંટ અને તી વચ સ□ વર□ છ કથ્નાથ ત્થ તી વચા ટોન કથ્નાથ છે.

□□□□□□ (□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□) ળ્મમં થ્હેલા આયોડીન, ગંધક અને □ મ્નો □ સડિ જે તી વચાને નથિગી ળ્નાવવામં ઉપયોગી છે. આ ખીલ મટે ચોગ□ ચ □ ન□ ટીબચોટીક છે.

- □□□□ □□□□ તી વચાને સુંવાળી ક્ક છે.
- □□□□ □□□□□□□□ (□□□□□□□□ □□□□□□□□) ળ્મ □ ક નૈસથ□ ગકિ □ સ□ ટ□ થીજંટ છે. જે સૂકી તી વચને સુંવાળી ળ્નાવે છે.
- સીસમ્નું તેલ□ -અલ□ ટ□ થવાચોલેટ કથિશોથી તી વચાને થક□ ષણ આપે છે. તેલી તી વચ મહે વધુઉપચોચી છે. જેમં લનિલીક અને સેચ□ ચુથેટેડ □ સડિ છે.

- □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ આ □ ક ક□ લેન□ ઝ અને તી વચ મટે સૌમ□ ચ છે.
- □□.□□□□□. □□□□□ □-પ□ થત્ જેવકિ, તેજ જંત્માશક દ□ થી વ□ ચ છે. આને લીઘે તી વચામં થ્થ લાલાશ અને ખંજવાળને □ છો ક્ક છે. આના લીઘે પૂઠં નથી થ્થે અને ઘણા ઉપયોગો છે.

- □□.□□.□/□□.□□.□□□□ લથ□ જી □ છી કથ્વા મટે બીજા કેટ□ લાક દ□ થી વ□ ચો સાથેત્ત્નો ઉપયોગ કથ્વામં આવે છે.
- □□□□□□□□ □□□□ તી વચામં થ્હેલા ભેજને જાળવી થખવા તેજ તી વચામં લાલાશને □ છો કથ્વામં મ્દ ક્ક છે.
- □□□□□□□□□□□□ તેલ ઉત્તી પન□ ન □ છો ક્ક છે અને ભેજ નચિંતી થીતકથ્વા મટે મ્દ ક્ક છે. આમં વીટામીન, ખનીજ દ□ થી વ□ ચ આવેલ છે જે તી વચ નથિગી થખવામં ઉપયોગ થય છે. વશિષ કથીને તી વચ પથ્ના ડાગ અને બીજા કેટ□ લાક ઉપથ અસથ્કાથ્ક છે. તેમં વધુ પ□ અણમં વીટામીન સી, ખનીજ દ□ થ્વ□ ચ, લોહ અને આયોડીન છે.

- □□□□□□ □□□□ (□□□□□) તી વચાને સુંવાળું ળ્નાવનાથ □ ટી □ કસીડંટ અને મ્ળા ને સાફ કથ્નાથ ઘટ□ કો છે.