

## स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul Mullick  
CMD Ezykart

### ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

Dear Ezykartians,

आप सभी का एजीकार्ट परिवार में स्वागत है। मुझे बहुत खुशी है कि आज इतने सारे Distributors एक साथ Ezykart family में इकट्ठे हुए हैं।

भारत में डायरेक्ट सेलिंग का बहुत बड़ा भविष्य है। यह एक ऐसा अवसर है जहाँ कोई भी व्यक्ति अपनी मेहनत और लगन से सफलता प्राप्त कर सकता है। एजीकार्ट जैसी कंपनियाँ अपने वितरकों के लिए बहुत सारे अवसर प्रदान करती हैं।

आयुर्वेदिक उत्पाद मानव जीवन के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण हैं। हमारी प्राचीन विरासत के अनुसार, जड़ी-बूटियों से बने इन उत्पादों का सेवन स्वास्थ्य बनाए रखने में बहुत फायदेमंद होता है। एजीकार्ट के हर्बल उत्पाद गुणवत्ता सुनिश्चित करते हुए लोगों की सेवा कर रहे हैं।

MLM लीडर बनना आपके हाथ में है। मेहनत, लगन और इमानदारी से काम कीजिए। अपनी टीम का ध्यान रखिए और उन्हें प्रोत्साहित कीजिए। MLM के सुवर्ण नियमों का पालन करते हुए सफलता जरूर मिलेगी।

मुझे पूरा विश्वास है कि एजीकार्ट के उत्पादों को बेचकर और नए ग्राहक व वितरक जोड़कर आप लोग अपने सपनों को पूरा जरूर कर पाएंगे। इस यात्रा में मैं और एजीकार्ट की पूरी टीम आपके साथ हूँ।

एमएलएम व्यवसाय में सफल होने के लिए सबसे जरूरी है सही सिस्टम को समझना और उसका पालन करना। मैं आपको एमएलएम की सफलता का 7 स्टेप फॉर्मूला बताना चाहता हूँ:

स्टेप 1 - खुद को उत्पाद और कंपनी के बारे में पूरी तरह से एड्युकेट करें।

स्टेप 2 - अपने रिश्तेदारों और दोस्तों को उत्पादों और व्यवसाय के बारे में बताएँ। उनसे रेफरल लें।

स्टेप 3 - नए लोगों से जुड़ें और उन्हें प्रेजेंटेशन दें। उनके सवाल का जवाब दें।

स्टेप 4 - जिन लोगों की रुचि दिखे उनसे फॉलो-अप करें और व्यवसाय शुरू करने में मदद करें।

स्टेप 5 - अपनी टीम का निर्माण करें और उनका मार्गदर्शन करें। नियमित ट्रेनिंग आयोजित करें।

स्टेप 6 - अपने डाउनलाइन में लगातार नए सदस्य जोड़ें और बिजनेस को बढ़ाएँ।

स्टेप 7 - लीडर बनने के लिए लगातार फोकस रखें और एक टीम लीडर की तरह काम करें।

इस 7 स्टेप फॉर्मूले को अपनाकर आप एमएलएम में शिखर पर पहुँच सकते हैं। अगर कहीं भी कोई समस्या हो तो हमारी management team टीम से संपर्क करें।

Management Team:-

Dr Vijay Kant Mishra (Consulting Doctor & Product Trainer)

MO:-7007119167

Miss Sonal (Admin Pin Related Issue)

Mo:- 9131373447

Ritesh Kumar

(Admin Executive Product Dispatch & All Issue)

Mo:- 7004930075

Mr Amitabh Mishra (Business Planner)

Mo:-9580277789.

एक सफल व्यवसाय के निर्माण के लिए नेटवर्क मार्केटिंग में एक मजबूत व्यक्तित्व विकसित करना महत्वपूर्ण है। नेटवर्क मार्केटिंग में अपना व्यक्तित्व विकसित करने में मदद के लिए यहां कुछ युक्तियां दी गई हैं:

1. प्रामाणिक बनें: स्वयं बनें, कोई ऐसा व्यक्ति बनने का प्रयास न करें जो आप नहीं हैं।

2. आत्मविश्वास बनाएँ: अपने आप पर, अपने उत्पादों और अपने व्यवसाय पर विश्वास करें।

3. मजबूत संचार कौशल विकसित करें: अपने दृष्टिकोण, उत्पादों और अवसर को प्रभावी ढंग से संप्रेषित करना सीखें।

4. सकारात्मक और उत्साही बनें: व्यवसाय के लिए अपना जुनून और उत्साह दिखाएं।

5. दूसरों के साथ सहानुभूति रखें: अपनी टीम के सदस्यों और ग्राहकों की जरूरतों और चुनौतियों को समझें और उनसे जुड़ें।

5. नेता बनें: पहल करें, उदाहरण स्थापित करें और दूसरों को अनुसरण करने के लिए प्रेरित करें।

6. विकास की मानसिकता विकसित करें: सीखने को अपनाएं, फीडबैक लें और लगातार सुधार करें।

7. सकारात्मक शारीरिक भाषा का प्रयोग करें: आंखों से संपर्क बनाएं, मुस्कुराएं, और खुले और आत्मविश्वासपूर्ण इशारों का उपयोग करें।

इन व्यक्तित्व गुणों को विकसित करके, आप एक अधिक प्रभावी नेटवर्क विपणक बन जाएंगे, मजबूत संबंध बनाएंगे और अधिक लोगों को अपने व्यवसाय की ओर आकर्षित करेंगे। याद रखें, व्यक्तित्व निश्चित नहीं है, इसे समय के साथ अभ्यास और इरादे से विकसित और बेहतर बनाया जा सकता है।

#### \*अतिरिक्त टिप्स\*

नेटवर्क मार्केटिंग में सफल होने के लिए ये कुछ टिप्स दिए गए हैं:

1. सच्चा जुनून: अपने उत्पाद या सेवा में सच्चा जुनून होना चाहिए।
2. स्पष्ट लक्ष्य: अपने लक्ष्य स्पष्ट और निश्चित होने चाहिए।
3. संगठित: अपने समय और संसाधनों को संगठित रखना चाहिए।

4. प्रशिक्षण: अपने टीम को प्रशिक्षण देने के लिए तैयार रहना चाहिए।

5. नेतृत्व: अपने टीम को लीड करने के लिए नेतृत्व कौशल में सुधार लाना चाहिए।

6. संचार: अपने टीम और ग्राहकों के साथ अच्छा संचार होना चाहिए।

7. साथी: अपने टीम के साथ साथी और समर्थन होना चाहिए।

8. अनुकूलन: बाजार की बदलती परिस्थितियों के अनुसार अनुकूलन होना चाहिए।

9. सत्यनिष्ठा: अपने व्यवसाय में सत्यनिष्ठा और नैतिकता का पालन करना चाहिए। 10. निरंतर शिक्षा: अपने व्यवसाय और उद्योग के बारे में निरंतर शिक्षा करना चाहिए।

इन टिप्स को फॉलो करके आप नेटवर्क मार्केटिंग में सफल हो सकते हैं।

### 31. Women Shakti Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा, कौंच बीज, जायफल, विदारीकंद, ताल मखाना, अकरकरा

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
  - विदारीकंद एस्ट्रोजन संतुलन में सहायक हो सकता है।
2. ऊर्जा और स्टैमिना:
  - अश्वगंधा और कौंच बीज शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
3. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - कौंच बीज और विदारीकंद प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - ताल मखाना गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
4. मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
  - जायफल मूड को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है।
5. यौन स्वास्थ्य:
  - अकरकरा और कौंच बीज लिबिडो को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - जायफल यौन उत्तेजना में सुधार कर सकता है।
6. रजोनिवृत्ति के लक्षणों में राहत:
  - अश्वगंधा और विदारीकंद रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।
7. पोषण:
  - ताल मखाना प्रोटीन, फाइबर और खनिजों का एक अच्छा स्रोत है।
  - विदारीकंद में पोषक तत्व होते हैं जो समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।
8. प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - अश्वगंधा और अकरकरा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
9. त्वचा और बाल:
  - विदारीकंद त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - कौंच बीज बालों के स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रही हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली और संतुलित आहार बनाए रखें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।
6. यदि आप हार्मोन थेरेपी या गर्भनिरोधक ले रही हैं, तो विशेष सावधानी बरतें और अपने डॉक्टर से परामर्श करें।

## 32. Bosom Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: फरहाद, गम्भारी, विदारीकंद, माजूफल, शिलाजीत, मुलेठी, शतावर, गोखरू, गिलोय, अश्वगंधा,

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. स्तन स्वास्थ्य और विकास:
  - विदारीकंद और शतावर स्तन ऊतकों के स्वास्थ्य और विकास में सहायक हो सकते हैं।
  - माजूफल स्तन की त्वचा के टोन और लोच में सुधार कर सकता है।
2. हार्मोनल संतुलन:
  - अश्वगंधा और शतावर महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
  - गोखरू टेस्टोस्टेरोन और एस्ट्रोजन के संतुलन में सहायक हो सकता है।
3. प्रजनन स्वास्थ्य:
  - शतावर और गोखरू प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकते हैं।
  - विदारीकंद गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
4. सामान्य स्वास्थ्य और ऊर्जा:
  - शिलाजीत और गिलोय समग्र स्वास्थ्य और ऊर्जा स्तर को बढ़ा सकते हैं।
  - अश्वगंधा थकान को कम करने और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकता है।
5. त्वचा स्वास्थ्य:
  - फरहाद और माजूफल त्वचा की चमक और लोच में सुधार कर सकते हैं।
  - मुलेठी त्वचा को मुलायम और स्वस्थ रखने में मदद कर सकती है।
6. प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - गिलोय और अश्वगंधा प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
7. मानसिक स्वास्थ्य:
  - अश्वगंधा तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकता है।
  - शिलाजीत मानसिक स्पष्टता और फोकस में सुधार कर सकता है।
8. पाचन स्वास्थ्य:
  - मुलेठी पाचन समस्याओं को कम करने में मदद कर सकती है।
  - गम्भारी पेट की समस्याओं से राहत दे सकती है।
9. रजोनिवृत्ति के लक्षणों में राहत:
  - शतावर और अश्वगंधा रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रही हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. अतिरिक्त सावधानियां:
  - स्वस्थ जीवनशैली और संतुलित आहार बनाए रखें।
  - नियमित व्यायाम करें।
  - पर्याप्त नींद लें।
4. शिलाजीत में भारी धातुएं हो सकती हैं, इसलिए लंबे समय तक उपयोग के लिए डॉक्टर की सलाह लें।
1. मुलेठी उच्च रक्तचाप वाले लोगों में सावधानी के साथ उपयोग की जानी चाहिए।

### 33. Height Gain Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: शिलाजीत, शुद्ध गुग्गुल, सफेद मूसली, शतावर, आंवला, लौह भस्म, कौंच बीज

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- हड्डियों का विकास और मजबूती:
  - शिलाजीत कैल्शियम और मिनरल्स का एक अच्छा स्रोत है जो हड्डियों के विकास में मदद कर सकता है।
  - शुद्ध गुग्गुल हड्डियों के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
- कार्टिलेज और जोड़ों का स्वास्थ्य:
  - शतावर और सफेद मूसली जोड़ों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
- समग्र विकास और पोषण:
  - आंवला विटामिन सी का एक समृद्ध स्रोत है जो कोलेजन उत्पादन में सहायक होता है।
  - लौह भस्म शरीर में आयरन की मात्रा बढ़ाकर समग्र विकास में मदद कर सकता है।
- हार्मोनल संतुलन:
  - कौंच बीज प्राकृतिक रूप से टेस्टोस्टेरोन और ग्रोथ हार्मोन के उत्पादन को बढ़ावा दे सकता है।
  - शतावर हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
- मांसपेशियों का विकास:
  - सफेद मूसली और कौंच बीज मांसपेशियों के विकास और मजबूती में सहायक हो सकते हैं।
- मेटाबॉलिज्म में सुधार:
  - शिलाजीत और गुग्गुल शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ा सकते हैं, जो विकास के लिए महत्वपूर्ण है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - आंवला और शतावर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
- ऊर्जा और स्टैमिना:
  - सफेद मूसली और शिलाजीत शारीरिक ऊर्जा और स्टैमिना बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
  - गुग्गुल और शतावर पाचन प्रक्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं, जो पोषक तत्वों के अवशोषण के लिए महत्वपूर्ण है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3-6 महीने तक लगातार लेना चाहिए।
- भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
- पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

- किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
  - यह उत्पाद 18 वर्ष से कम उम्र के व्यक्तियों के लिए उपयुक्त नहीं हो सकता है। किशोरों के लिए उपयोग से पहले डॉक्टर की सलाह लें।
  - गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
  - यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
  - यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति या विकास संबंधी समस्या के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
  - अतिरिक्त सावधानियां:
    - संतुलित आहार लें और पर्याप्त प्रोटीन और कैल्शियम सुनिश्चित करें।
    - नियमित व्यायाम करें, विशेषकर ऊंचाई बढ़ाने वाले व्यायाम।
    - पर्याप्त नींद लें, क्योंकि विकास हार्मोन नींद के दौरान सक्रिय होते हैं।
  - शिलाजीत में भारी धातुएं हो सकती हैं, इसलिए लंबे समय तक उपयोग के लिए डॉक्टर की सलाह लें।
- लौह भस्म के कारण आयरन की अधिकता से बचने के लिए सावधानी बरतें, विशेषकर यदि आप अन्य आयरन सप्लीमेंट्स ले रहे हों।

## 34. Shatavar Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. शतावर (Asparagus racemosus)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. महिला प्रजनन स्वास्थ्य:
  - शतावर महिलाओं के प्रजनन स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह गर्भाशय के स्वास्थ्य को समर्थन दे सकता है।
2. स्तन दूध उत्पादन:
  - शतावर स्तनपान कराने वाली माताओं में दूध के उत्पादन को बढ़ा सकता है।
3. हार्मोनल संतुलन:
  - यह महिलाओं में हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद कर सकता है।
  - रजोनिवृत्ति के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकता है।
4. प्रतिरक्षा प्रणाली:
  - शतावर प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकता है।
5. पाचन स्वास्थ्य:
  - यह पाचन संबंधी समस्याओं जैसे अम्लता और पेट की गैस को कम कर सकता है।
6. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - शतावर में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो शरीर को मुक्त कणों से बचा सकते हैं।
7. तनाव प्रबंधन:
  - यह एडाप्टोजेनिक गुणों के कारण तनाव को कम करने में मदद कर सकता है।
8. त्वचा स्वास्थ्य:
  - शतावर त्वचा की चमक और लोच में सुधार कर सकता है।
9. मूत्र प्रणाली:
  - यह मूत्र प्रणाली के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है और मूत्र संक्रमण के जोखिम को कम कर सकता है।
10. रक्त शर्करा नियंत्रण:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि शतावर रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि आप एस्ट्रोजेन-संवेदनशील स्थितियों जैसे स्तन कैंसर, गर्भाशय कैंसर, या एंडोमेट्रिओसिस से ग्रस्त हैं, तो शतावर का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
4. यह उत्पाद किसी भी गंभीर चिकित्सीय स्थिति के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. अतिरिक्त सावधानियां:
  - शतावर मूत्रवर्धक है, इसलिए अधिक मात्रा में लेने पर अधिक मूत्र उत्पादन हो सकता है।
  - कुछ लोगों में एलर्जी प्रतिक्रिया हो सकती है, विशेषकर यदि आप लिली परिवार के पौधों से एलर्जी हैं।

यदि आप किसी सर्जरी की योजना बना रहे हैं, तो सर्जरी से कम से कम दो सप्ताह पहले इस उत्पाद का उपयोग बंद कर दें।

### 35. Gokhru Capsule

साइज़: 30 कैप्सूल प्रति डब्बा

मुख्य इंग्रेडिएंट:

1. गोखरू (Tribulus terrestris)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. पुरुष प्रजनन स्वास्थ्य:
  - गोखरू पुरुषों में प्रजनन क्षमता को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह शुक्राणुओं की गुणवत्ता और संख्या में सुधार कर सकता है।
2. टेस्टोस्टेरोन उत्पादन:
  - गोखरू प्राकृतिक रूप से टेस्टोस्टेरोन के उत्पादन को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह मांसपेशियों के विकास और शक्ति में सहायक हो सकता है।
3. यौन स्वास्थ्य:
  - यह लिबिडो (यौन इच्छा) को बढ़ा सकता है।
  - इरेक्टाइल डिसफंक्शन के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है।
4. मूत्र प्रणाली स्वास्थ्य:
  - गोखरू मूत्र प्रणाली के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकता है।
  - यह मूत्र पथ के संक्रमण के जोखिम को कम कर सकता है।
5. गुर्दे की पथरी:
  - यह गुर्दे की पथरी के निर्माण को रोकने और मौजूदा पथरियों को कम करने में मदद कर सकता है।
6. हृदय स्वास्थ्य:
  - गोखरू रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।
  - यह रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक हो सकता है।
7. एंटीऑक्सीडेंट गुण:
  - इसमें एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो शरीर को मुक्त कणों से बचा सकते हैं।
8. दर्द और सूजन:
  - गोखरू में दर्द निवारक और सूजन कम करने वाले गुण हो सकते हैं।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
  - यह त्वचा संबंधी समस्याओं जैसे मुँहासे और एक्जिमा में राहत दे सकता है।
10. एथलेटिक प्रदर्शन:
  - कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि गोखरू शारीरिक प्रदर्शन और स्टैमिना को बढ़ा सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. मात्रा: सामान्यतः 1-2 कैप्सूल दिन में दो बार (सुबह और शाम) लें। सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
2. समयावधि: आयुर्वेदिक सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के हर्बल उपचार को पूर्ण प्रभाव दिखाने के लिए लगभग 3 महीने या 90 दिनों तक लगातार लेना चाहिए।
3. भोजन के साथ: कैप्सूल को भोजन के साथ या तुरंत बाद में लेना बेहतर होता है।
4. पानी के साथ: कैप्सूल को पर्याप्त मात्रा में पानी के साथ लें।
5. नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और निर्धारित समय पर कैप्सूल लें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप कोई दवा ले रहे हैं या किसी चिकित्सीय स्थिति से ग्रस्त हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से बचना चाहिए।
3. यदि आप प्रोस्टेट कैंसर या प्रोस्टेट से संबंधित किसी अन्य स्थिति से ग्रस्त हैं, तो गोखरू का उपयोग करने से पहले डॉक्टर से परामर्श करें।
4. अतिरिक्त सावधानियां:
  - गोखरू रक्त शर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकता है, इसलिए मधुमेह के रोगियों को विशेष सावधानी बरतनी चाहिए।
  - यह रक्त के थक्के जमने की प्रक्रिया को प्रभावित कर सकता है, इसलिए सर्जरी से पहले इसका उपयोग बंद कर देना चाहिए।