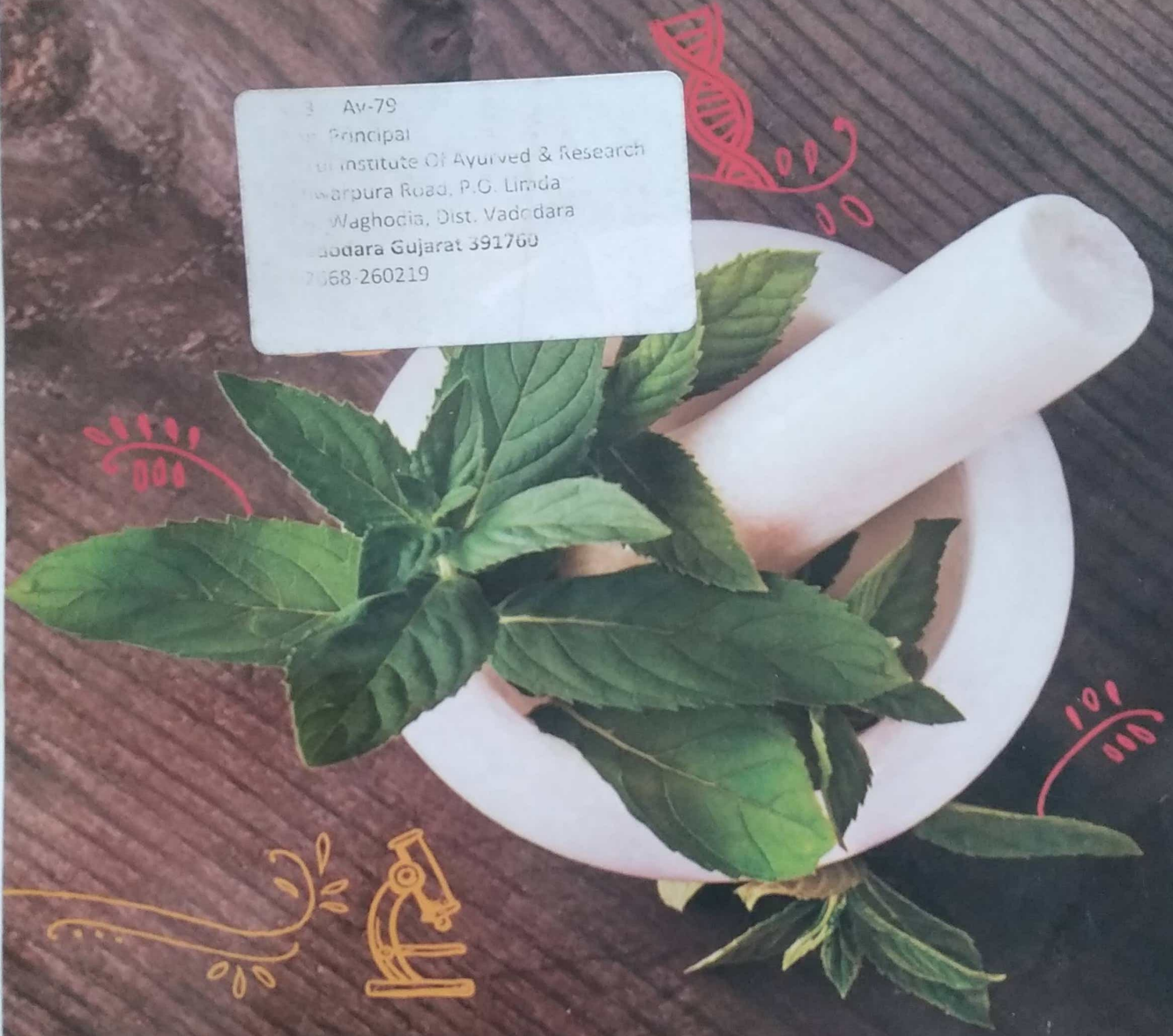


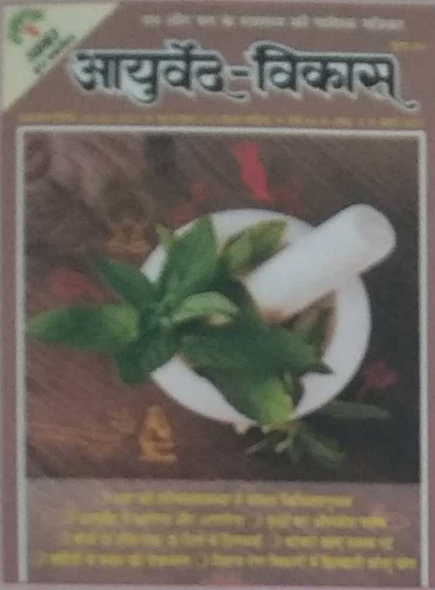
# आयुर्वेद-विकास

प्रकाशन तिथि: 03/02/2021 ❖ कुल पृष्ठ: 60 (कवर सहित) ❖ वर्ष 60 ❖ अंक: 3 ❖ मार्च 2021

3 Av-79  
Principal  
Institute Of Ayurved & Research  
Warapura Road, P.G. Limda  
Waghodia, Dist. Vadodara  
Gujarat 391769  
7068-260219



- ज्वर की सन्निपातावस्था में सफल चिकित्सानुभव
- आयुर्वेद में आरोग्य और अनारोग्य ○ वृक्षों का औषधीय महत्व
- कैसी हो शीत लहर के दिनों में दिनचर्या ○ बाजरा खाएं स्वस्थ रहें
- सर्दियों में त्वचा की देखभाल ○ पित्तज रोग विकारों में हितकारी घरेलू योग



# इस अंक में

● वर्ष 60 ● अंक : 3 ● मार्च 2021 ● मूल्य : 30/-

## आलेख

ज्वर की सन्निपातावस्था में सफल चिकित्सानुभव	7
गाजर : गुण धर्म एवं लाभ	14
कितना आवश्यक है स्वास्थ्य-परीक्षण ?	16
कैसे है आपके लाडले का स्वास्थ्य ?	17
आयुर्वेद में आरोग्य और अजारोग्य	19
कैसे हो शीत लहर के दिनों में दिनचर्या	23

बाजरा खाएं स्वस्थ रहें	26
सर्दियों में त्वचा की देखभाल	29
दुर्गन्धनाशक सेहत के लिए कितने घातक	34
बने स्वस्थ बहले तबियत टहलने से	35
कढ़ाके की सर्दियों में होने वाले रोग व उपचार	37
पित्तज रोग-विचारों में हितकारी घरेलू योग	40
हार्ट अटैक के बाद सावधानी बरतें	42
बुद्धों का औषधीय महत्व	44

गर्भावस्था और असंतुलित आहार	47
उमंग का मामला है उम्र का नहीं वृद्धावस्था	50

## स्थायी स्तम्भ

सम्पादकीय	4
प्रतिक्रिया	5
त्वचा रोग और योग	53