গুলঞ্চপাতার উপকারিতা

শরীরের অনাক্রম্যতা ক্ষমতা বাড়ায় : গুলঞ্চপাতার যেসব গুন রয়েছে, তার মধ্যে অন্যতম প্রধান হলো এটি শরীরের রোগপ্রতিরোধক ক্ষমতা তথা অনাক্রম্যতা বাড়ায়। গুলঞ্চপাতায় থাকে অ্যান্টি – অক্সিডেন্ট উপাদান, যা শরীরের দুষিত পদার্থ বের করার পাশাপাশি দেহকে বহু রোগের হাত তেকেও রক্ষা করে। কিডনি ও লিভার থেকে দূষিত পদার্থ টক্লিন বের করতে গুলঞ্চের রস খুব ভাল কাজ দেয়। ত্বকেও জমতে পারে না ফ্রি রাডিক্যালস। এছাড়াও গুলঞ্চের রস শরীরের ক্ষতিকর ব্যাক্টেরিয়ার সঙ্গে লড়াই করে। লিভারের সমস্যা ও ইউরিনারি ট্র্যাক্ট ইনগেকশনে গুলঞ্চপাতা কার্যকরী বলে আয়ুর্বেদিক চিকিৎসকরা মনে করেন।