लाल मिर्च में है हीलिंग पावर, इसके 5 बेहद खास फायदे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

लाल मिर्च सिर्फ आपके भोजन में तीखा स्वाद ही नहीं लाती बल्कि यह सेहत से जुड़ी कुछ आपातकालीन स्थितियों में भी बेहद प्रभावकारी है। लाल मिर्च के यह बेमिसाल फायदे, आपके कभी भी काम आ सकते हैं, जरूर जानिए -

लाल मिर्च का एक बड़ा फायदा यह है कि त्वचा पर कोई चोट, घाव या फिर अन्य कारण से खून का बहना नहीं रुक रहा हो, तो बस एक चुटकी लाल मिर्च लगाने से खून बहना बंद हो जाता है। लाल मिर्च के हीलिंग पावर के कारण ऐसा होता है। हालांकि ऐसा करने पर आपको जलन या तकलीफ हो सकती है, लेकिन बहते खून को रोकने के लिए यह एक अच्छा विकल्प है।

शरीर के अंदरुनी हिस्से में चोट, आघात या रक्त का बहाव होने पर लाल मिर्च का प्रयोग किया जा सकता है। जरा-सी लाल मिर्च को पानी में घोलकर पीने पर यह काफी फायदेमंद साबित होगा। गर्दन की अकड़न में भी यह फायदेमंद है।

मांसपेशियों में सूजन, किसी प्रकार की जलन, कमर या पीठ दर्द या फिर शरीर के किसी भी भाग में होने वाला दर्द लाल मिर्च के प्रयोग से ठीक किया जा सकता है। इसमें मौजूद विटामिन सी, फ्लेवेनॉइड्स, पोटेशियम और मैंगनीज लाभदायक है।

अगर आपकी नाक बंद हो गई है या फिर सर्दी के कारण नाक अधिक बह रही है, तो लाल मिर्च आपके लिए फायदेमंद हो सकती है। जरा सी लाल मिर्च पानी के साथ घोलकर पीने से आपकी बंद नाक खुल सकती है और बहती नाक भी बंद हो सकती है।

पिसी हुई लाल मिर्च का रक्तवाहियों में रक्त के थक्के बनने से रोकाता है और सेवन हार्ट अटैक की संभावना को कम करता है। इसके अलावा अवांछित तत्वों को बाहर निकालने के साथ ही आंतों की कार्यप्रणाली को बेहतर बनाता है।

टमाटर के अधिक सेवन से हो सकती है एसिडिटी की समस्या, जानिए 5 नुकसान

टमाटर के महंगे होने का अगर आपको भी दुख है, तो इसके इन नुकसानों को जरूर जान लीजिए...इन्हें जानने के बाद आपको टमाटर के महंगे होने का जरा भी दुख नहीं होगा और आप तौबा कर लेंगे इन महंगे टमाटरों से। जानें 5 नुकसान

टमाटर का सेवन आपको एसिडिटी दे सकता है। दरअसल इसमें काफी अधिक मात्रा में अम्ल होता है जिससे इसका सेवन करने पर आपके पेट में अम्लीयता बढ़ती है और यह एसिडिटी का कारण बनती है।

टमाटर के साथ-साथ आप इसके बीजों को शरीर में जाने से नहीं रोक सकते, लेकिन इन बीजों के आपके शरीर में जाने से आप पथरी के मरीज हो सकते हैं, क्योंकि ये आसानी से किडनी में पहुंचकर पथरी यानि स्टोन का निर्माण करते हैं।

टमाटर में मौजूद टरपीन्स नामक तत्व आपकी शारीरिक दुर्गन्ध का कारण बन सकता है। पाचन के दौरान इसका विघटन, शरीर की दुर्गन्ध पैदा करता है।

अगर आपको अक्सर पेट में गैस की समस्या होती है, तो टमाटर का सेवन कम करना ही आपके लिए फायदेमंद होगा, क्योंकि यह पेट में गैस पैदा कर सकता है।

आजकल ऑर्गेनिक टमाटरों के बजाए इंजेक्शन या केमिकल का इस्तेमाल कर पकाए गए टमाटर बाजारों में उपलब्ध होते हैं, जो आपके लिए बेचैनी, ब्लडप्रेशर और अन्य सेहत समस्याएं दे सकता है।

एयरफोर्स ऑफिसर केसी कुरुविला के रोल में दिखेंगे इमरान हाशमी

इमरान हाशमी डायरेक्टर विजय रत्नाकर गुट्टे की अगली फिल्म वायुसेना में रिटायर्ड एयर कोमोडोर करियादिल चेरियन कुरुविला के किरदार में दिखाई देंगे। माना जा रहा है कि फिल्म की शूटिंग इस साल नवंबर में शुरू हो जाएगी। इस फिल्म के लिए फिल्म मेकर्स ने पहले ही सरकार से रियल एयरबेस और फाइटर जेट्स के साथ शूट करने की इजाजत मांग ली है।

विजय ने कहा, इमरान ने इससे पहले कभी भी कोई ऐसा किरदार नहीं निभाया है और उन्हें ऐसे किरदार पसंद भी आते हैं। उन्होंने तुरंत ही इस किरदार को स्वीकार कर लिया। यह कहानी 1971 के भारत-पाकिस्तान युद्ध से शुरू होती है और 1999 के करगिल युद्ध पर खत्म होती है। हम असली एयरबेस पर इस फिल्म की शूटिंग करना चाहते हैं और अगर सरकार की इजाजत मिली तो इसमें असली फाइटर जेट्स को भी फिल्माया जाएगा। उम्मीद है जल्द ही इसकी इजाजत मिल जाएगी।

फिल्म की कहानी 26 साल के फ्लाइंग ऑफिसर केसी कुरुविला से शुरू होती है जो दिसंबर 1971 में पाकिस्तान के खिलाफ फाइटर बॉम्बर स्क्वॉड्रन में काम कर रहे हैं। वह 4 दिसंबर को चंदेर एयर फील्ड पर हमलावर मिशन पर निकलते हैं और ग्राउंड पर खड़े जेट्स और एयरफील्ड को नुकसान पहुंचाते हैं।

इसके बाद 5 दिसंबर को कुरुविला एक और मिशन पर जाते हैं और चिश्तान मंडी में एक ट्रेन को नुकसान पहुंचाते हैं। इसके बाद 6 दिसंबर 1971 को उन्होंने डेरा बाबा नानक इलाके में दुश्मन के टैंकों पर हमला किया था। इस मिशन में उनका वापस आते समय कुरुविला का प्लेन दुश्मन के फायर का शिकार हो गया। हालांकि इस हादसे में कुरुविला बच गए थे। इसके बाद करगिल युद्ध के समय तक कुरुविला एयरफोर्स की सर्विस में रहे।

इंग्लिश फिल्म में काम करना चाहती हैं कटरीना कैफ?

कटरीना कैफ की गिनती अब बॉलिवुड की बड़ी हिरोइनों में होती हैं। अब कटरीना बॉलिवुड के बाद इंटरनैशनल फिल्मों में काम करने का मन बना चुकी हैं। खबरों की मानें तो प्रियंका चोपड़ा, दीपिका पादुकोण जैसे बॉलिवुड ऐक्ट्रेस की तरह ही कटरीना भी इंग्लिश फिल्म में काम करना चाहती हैं।

एक ऑनलाइन रिपोर्ट के मुताबिक, इस समय कटरीना ने एक इंग्लिश स्क्रिप्ट पढ़ने के बाद इस फिल्म में काम करने का फैसला लिया है। बताया जा रहा है कि उन्हें यह इंग्लिश फिल्म की स्क्रिप्ट काफी पसंद आई है। वैसे बता दें कि हिंदी फिल्मों में काम करने के अलावा कटरीना पहले साउथ की फिल्मों में भी काम कर चुकी हैं।कुछ दिनों पहले ऐसी भी खबरें सामने आई थीं कि कटरीना कैफ ने अपने यूएस ट्रिप के दौरान फॉक्स स्टूडियोस के बॉस से भी मिलाकात की थी। बताया जा रहा था कि वह अवेंजर्स स्टार जर्मी रेनर के साथ एक हॉलिवुड फिल्म में काम कर सकती हैं।इस बीच बता दें कि कटरीना की पिछली फिल्म भारत रिलीज हुई थी। इस फिल्म को दर्शकों का अच्छा रिस्पॉन्स मिला था। अब कटरीना रोहित शेट्टी के डायरेक्शन में बन रही फिल्म सूर्यवंशी में काम कर रही हैं। इस फिल्म में वह लंबे समय बाद एक बार फिर अक्षय कुमार के साथ दिखाई देंगी।