





### ସୁନ୍ଦର ହୃଦା ପାଇଁ ଘରୋଇ ଉପଚାର

ବାମନା କ୍ରିମ କି ଲୋସନ ନୁହେଁ କି କମ୍ପୋଜିଟିକ୍ ସର୍କରା ବି ନୁହେଁ ଆପଣମି ଘରୋଇ ବ୍ୟବହୃତ ଜିନିଷରେ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ହୃଦାକୁ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିପାରିବେ ।



**କାକୁଡ଼ି:**  
ଏହା କାଣିବା ଭାବେ ସେ କାକୁଡ଼ି ଏକ ବିଶେଷ ଫଳ ଚର୍ମ ପାଇଁ ଆଣି ସହଜରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । କଳା ଦାଗକୁ ଲାଗିବ କରିବା ପାଇଁ । ଆଖିର ତଳ ଭାଗରେ ଥିବା କଳା ଦାଗରେ କାକୁଡ଼ି କାନ୍ଦି ରଖିଲେ ଦାଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ହୃଦା ଉତ୍ତମ କରିବା ପାଇଁ ସାମାନ୍ୟ କଳା ଦାଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଆଖି ଓ ମୁହଁରେ କୋଡିଏ ମିନିଟ୍ ପାଖାପାଖି ରଖିବା ଭବିଷ୍ୟତ ।

**ମହୁ**  
ଚର୍ମ ଉପର ଦାଗ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଦୁଇଦୁ ଚିନି ଚାମଚ ମହୁ ଆଠଦୁ ବର୍ଗମିନିର୍ ଯାଏ ଲେପ ଦିଅନ୍ତୁ ଦେଖିବେ ଆପଣଙ୍କ ମୁହଁ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଶିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପ୍ରମାଣିତ ହେବ । ଦାଗ ରହିଥିବା ବାକାଣୁକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରି ପାରିବ ।

ଶୁଷ୍ଟ ଏବଂ କୁଞ୍ଚନ ଚର୍ମ ପାଇଁ ଆପଣ ଅର୍ଡ଼ିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଅଣ୍ଡାର ଧଳା ଅଂଶକୁ ଏକ ପାତ୍ରରେ ୩୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୁଖରେ ଲେପ ଦିଅନ୍ତୁ ଦେଖିବେ ଶୁଷ୍ଟ ହୃଦା କିପରି ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଶିବ ।

**ଅମୃତଭଣ୍ଡା:**  
ଅମୃତଭଣ୍ଡାରେ ଭିତମିନି ଏ ଥାଏ । ଏକ ଗ୍ଲାସ୍ ଅମୃତଭଣ୍ଡାରେ ଲୁସ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ମୁଖ ରୁଣ୍ଡ ଦୂର ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆପଣଙ୍କ ମୁଖରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୋଇଥାଏ । ଅମୃତଭଣ୍ଡାରେ ଚୋପାକୁ ମୁହଁରେ ୫ ମିନିଟ୍ ଯାଏ ଘଷନ୍ତୁ ଓ ଥଣ୍ଡା କଳରେ ଥୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଦେଖିବେ ହୃଦା ଚମକିବ ।

**ହଳଦୀ:**  
ହଳଦୀ କେବଳ ରଙ୍ଗ ପାଇ ନୁହେଁ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥାଏ । କାକୁଡ଼ି ଓ ଲେମ୍ବୁ ଲୁସ୍ ସହ ହଳଦୀ ମିଶାଇ ଆପଣଙ୍କ ଚର୍ମରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ ଆପଣଙ୍କ ଚର୍ମର ରଙ୍ଗ ବଦଳିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଶିବ ।



**ମଇଦା:**  
ମଇଦା ଶୁଷ୍ଟ ହୃଦା ଦାଗ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହା ଯଦିଓ ପାରମ୍ପାରିକ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିଲା ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କିନ୍ତୁ ଲେମ୍ବୁ ରସ ମଇଦା ମିଶ୍ରଣ କରି ଖାଇ ସହ ୨୦ରୁ ୩୦ ମିନିଟ୍ ଯାଏ ଲଗାଇଲେ ହୃଦା ଚିକ୍କଣ ଦିଶିଥାଏ ।



**ଲେମ୍ବୁ:**  
ଲେମ୍ବୁ ମୁଖ ରୁଣ୍ଡ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ମୁହଁରେ ଘଷିଲେ ଦାଗ, ରୁଣ୍ଡ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।



**ଡାଲଚିନି:**  
ଡାଲଚିନି ଗୁଣ୍ଡ ମଧ୍ୟ ମୁଖର ଦାଗ, ରୁଣ୍ଡ ଦୂର କରିଥାଏ । ମହୁ ସହ ମିଶ୍ରଣ କରି କିଛି ଡାଲଚିନି ଗୁଣ୍ଡକୁ ମୁହଁରେ କରାଇବା ଫଳରେ ମୁହଁର ଚମକ ଆସିଥାଏ ।



**କଫି:**  
କେବଳ ପାନୀୟ ଭାବେ ନୁହେଁ କଫିର ମଧ୍ୟ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର କ୍ଷମତା ରହିଛି । ଶୁଷ୍ଟ ହୃଦାରେ କିଛି ପରିମାଣର କଫିକୁ ଲଗାଇଲେ ମଳିନ ହୃଦା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦିଶିଥାଏ ।



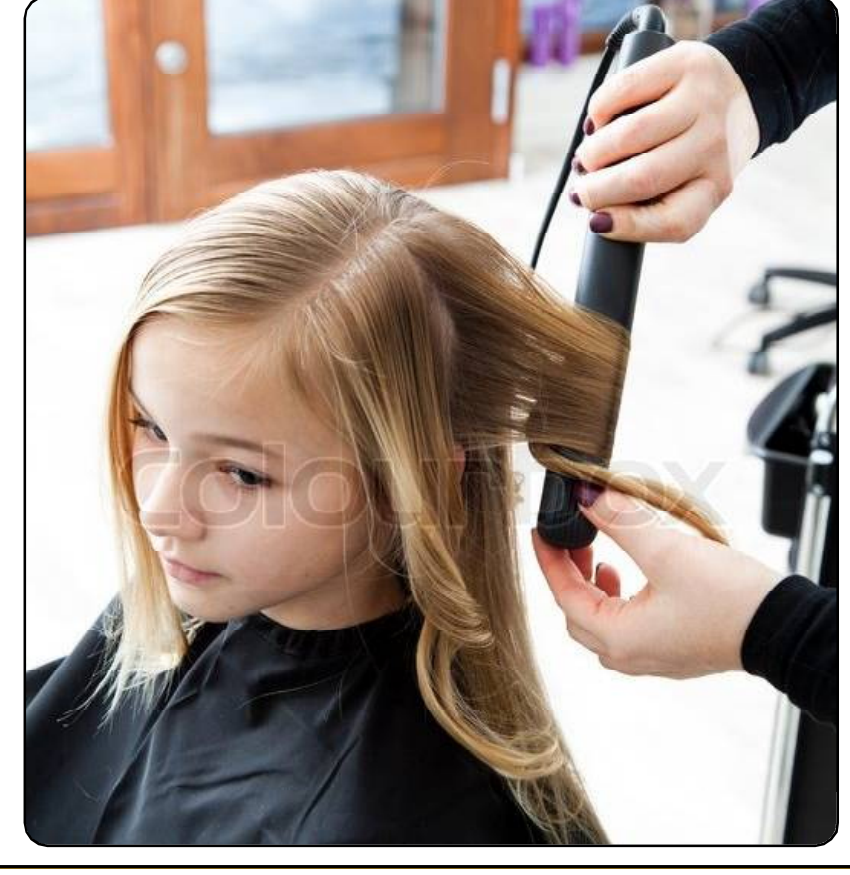
**ଊତ୍ ବସଦେବା ଉପକାରୀ**  
ଷୁଳ ସମୟରେ କିଛି ଭୁଲ ହେଲେ ଦଶସପ୍ତପ ଉଠିବ ହେବା ଅନେକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଘଟିଥାଏ । ଖୁଲ ଜୀବନରେ ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଦ୍ରବ୍ୟ । ତେବେ ଶ୍ରେଣୀରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ଆଗରେ ଉଠିବ ହେବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତ ଲାଭ ଲାଗେ । ଏପରି ଦ୍ରବ୍ୟ କିଛି ଶରୀର ଓ ମଣ୍ଡିତ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ହୋଇଥାଏ ନିକଟରେ କରାଯାଉଥିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । କାନ ଧରି ଉଠିବ ହେବା କୌଣସି ଯୋଗାଣ୍ୟାସଠାରୁ କମ ନୁହେଁ । ଉଠିବ ହେବା ସମୟରେ କାନର ତଳଭାଗକୁ ଧରିଥାନ୍ତି । ଏହି ସ୍ଥାନରେ କେତେକ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଆବୃତ୍ତ ବସ୍ତୁ ରହିଛି । କାନ ଧରିବା ଦ୍ୱାରା ସେସବୁ ବିନ୍ଦୁରେ ଚାପ ପଡ଼ିଲେ ମଣ୍ଡିତର କେତେକ ବିଶେଷ ଚିହ୍ନିତ ବା ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ହୋଇଯାନ୍ତି ଏବଂ ମଣ୍ଡିତର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ବଢ଼େ । ଉଠିବ ହେବା ସମୟରେ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ବାମ ଓ ଡାହାଣ ଭାଗର କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଆସେ । ମନ ଶାନ୍ତ ରହେ, ଏକାଗ୍ରତା ଏବଂ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବଢ଼େ । ବିଦେଶରେ ଏବେ ଏହା ସୁପର ହେଉ ଯୋଗ ନାନରେ ଲୋକପ୍ରିୟ ଲୋକେ ମଣ୍ଡିତକୁ ଶାନ୍ତ ରଖିବା ଲାଗି ଉଠିବ ହେଉଛି ।

## ୧୦ ବର୍ଷୀୟ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ପାର୍ଲର



ପ୍ରାୟତଃ ଶୁଲ ଯାଉଥିବା ପିଲା ମେକଅପ୍ କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ହେବା ଦରକାର ତାହାର ଭିତର ସେୟାର କରୁଛନ୍ତି । ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ବ୍ୟୁଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ ଡିଆରି କରୁଥିବା ଶୁଣୁ କସ୍ପେଟିକ୍ କମ୍ପାନୀ ଦକ୍ଷିଣ କୋରିଆରେ ୨୦୧୩ରେ ବ୍ୟବସାୟ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ହେଲ୍ଡବା କସ୍ପେଟିକ୍ କୁର ୧୩ଟି ବଡ଼ ସ୍ଟୋର ହୋଇସାରିଲାଣି । ପ୍ରସାଧନ ସାମଗ୍ରୀ କିଛି ନେଲ ପଲିଶ, ନନ ଟକ୍ସିକ୍ ଲିପ୍ କଲର, ଫ୍ୟାଟୁ ଗାଲ୍ ସାବୁନ, ଜେଲି ଦୁଗ୍ଧର ଶାମୁ ରହିଛି । ତାଙ୍କ ଫ୍ୟାକ୍ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ନାମକରଣ ଓ ପ୍ରୋଡ଼୍ୟୁସିଂ ଆକର୍ଷଣ କଲା ଭଳି 'ମେ ବକା ନେହିଁ ହୁଁ' । ବିଶେଷତଃ ୪ରୁ ୧୦ ବର୍ଷ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧାରଣ ଫୁଟ୍ ବାଥ୍, ମସାଜ୍, ଫେସ୍ ମାସ୍କ୍, ମେକଅପ୍ ଓ ମେନିକୋର ସେବା ଯୋଗାଇ ଦେଉଛନ୍ତି । ଯେଉଁଥିରେ ୧୨୦୦ରୁ ୨୫୦୦ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଥାଏ । ପିଲାଙ୍କ ବିଶେଷତା ବିଷୟ କାହାଠାରେ ୪ରୁ ୧୦ ବର୍ଷ ପିଲାଙ୍କୁ କାର୍ଡ୍ ଚରିତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ । ସା ଓ ମେକଅପ୍ ସହ ତାଙ୍କୁ କ୍ୟାଟ୍‌ଷ୍ଟିକ୍ ଓ ନୁତ୍ୟଗୀତ ପାଇଁ ରେକଡିଂ ସୁଯୋଗ ଦିଆଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହା ବିରୋଧରେ ପ୍ରତିବାଦର ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ ହେବାକୁ ଲାଗିଛି । ଛୋଟ ବୟସରୁ ପିଲାଙ୍କୁ ଏପରି ମେକଅପ୍ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଏହା କୁପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ । ମୁହଁରେ ରଙ୍ଗ ବୋଲି ହିଁ

ସଫଳତା ହାସଲ କରିହେବ ବୋଲି ସେମାନେ [ucK@KêLê MëzËÙl aÙ @ë Keòl CQ«yè \\_ë çK i êKê288](mailto:ucK@KêLê MëzËÙl aÙ @ë Keòl CQ«yè _ë çK i êKê288)



ପିଲାଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୪୨ ପ୍ରତିଶତ ପିଲା ମେକଅପ୍ ହୋଇ ଆସିଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ।

### ବିରଳ ଏଣୁଅ ସଂରକ୍ଷଣ



ମେକସିକୋର ରେମନ ମେଡିନା ଆରବୁନତାୟା ଗତ ପଞ୍ଚଦଶ ବର୍ଷ ହେଲା ମେକ୍ସିକାନ ଇଗୁଆନାଙ୍କ ସଂରକ୍ଷଣରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ମେକ୍ସିକାନ ଇଗୁଆନା ବିଲୁପ୍ତ ମୁହଁରେ ଥିବା ସ୍ତ୍ରୀମାନ ଏଣୁଅ ପ୍ରକାର । ଏକଦା ମେକସିକୋର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରେ ଏହି ପ୍ରକାରର ଏଣୁଅ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଦେଖାଯାଉଥିଲା । ତେବେ, ଅବାଧ ଶିକାର ଯୋଗୁଁ ସଂଖ୍ୟା ତୁଟି ଗିତରେ ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା । ଶିକାରର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ, ଏହି ଏଣୁଅ ଏକ ବିନିଷ୍କାରୀ ସରୀସୃପ । ଉପକାରୀ ଗଛ-ଲାଟା ଫଳ-ଫୁଲ ନଷ୍ଟ କରିବାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଗୃହପାଳିତ ପକ୍ଷୀଙ୍କ ଅଣ୍ଡା

ଖାଇଦେବା ତଥା ବିଦ୍ୟୁତ୍ କେବଳ କାଟିବା ପାଇଁ ଏହା କୁଖ୍ୟାତ । ବିଲୁପ୍ତ ମୁହଁରେ ଥିବାରୁ ଏବେ ଶିକାର ନିଷିଦ୍ଧ କରାଯାଇଛି । ରେମନଙ୍କ ଉନ୍ୟତା ଯୋଗୁଁ ଏହି ଏଣୁଅଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଅଭୟାରଣ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି । ଏକଦା ଦୁର୍ଭିକ୍ଷରୁ ଦୂରରେ ଏଣୁଅ ଦେଖି ସେ ସଂରକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ହୋଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରଥମେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ, ତାଙ୍କ ପିତା; ପରେ ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ଏଣୁଅଙ୍କ ପାଳନ କରି ସାମାନ୍ୟ କଥା ନୁହେଁ । ଏହି ଶାକାହାରୀ ସରୀସୃପଙ୍କ ପାଇଁ ନୈନିକ ଲୋଡା ଅନ୍ୟତମ ୧୫୦ କିଲୋଗ୍ରାମ ପାରିଲାଫଳ ।



### ବାସ୍ତୁ ସତର୍କତା

ଆମ ଚଳଣି ଓ ଦୈନନ୍ଦିନ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟାରେ ବାସ୍ତୁ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ଏବଂ ତଦନୁଯାୟୀ ଫଳ ପ୍ରଦାନ କରେ । ତେଣୁ ଗୃହର ବାସ୍ତୁ ସହିତ ଆମକୁ ବାସ୍ତୁ ସମନ୍ୱୟିତ ଅନ୍ୟ ଦଗ୍ଧୂତିକ ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ସତର୍କ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସାଧାରଣ ଘରକରଣ ସହିତ କେଶିଗତ ଅଭ୍ୟାସ ହୁଏ । ବାସ୍ତୁବିତ୍ତୁଳ କହିବା ଅନୁସାରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଶୋଧନ କଲେ କାଦନ ସୁଖକର ହେବ, ବଂ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ଯଥାସମ୍ଭବ, ସ୍ଥାନ ଦେଇ ହେବ । ଆମକୁ ଜାଣିବା ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତ କିଛି ମୂଲ୍ୟବାନ ପରାମର୍ଶ-  
♦ଚଳା ଅଳଙ୍କାର ପ୍ରକୃତି ରଖୁଥିବା ଆଲମିରା ଉପରେ କୌଣସି ଦ୍ରବ୍ୟ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ସର୍ବଦା ଖଣିଜ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ନିୟମିତ ବ୍ୟବହାରରେ ଉପରେ କମି ରହୁଥିବା ଧୂଳି ଓ ଅଳତ୍କୁ ସଫା କରନ୍ତୁ ।  
♦ଏହି ଆଲମିରାରେ କମିବାକୁ ସମ୍ଭବ କୌଣସି କାଗଜପତ୍ର ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସ୍ତୋରକ୍ରମ ଓ ଗାଧୁଆ ଘରକୁ ଲାଗି ପୂଜା ଘର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।  
♦ଅଗଣାରେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଚୁକ୍ତ୍ୟା ତରଭା ରଖନ୍ତୁ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଦାପକାଳନ୍ତୁ ।  
♦ଘରେ ଅଟଳ ବା ଖରାପ ହୋଇ ଥିବା ଘଣ୍ଟା ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।  
♦ନୂଆ ଘର କରୁଥିଲେ ପୁରୁଷ ଲାଗି ତେଲୁଳି କିମ୍ବା ବରଗଞ୍ଜ ଅଛି ନା ନାହିଁ ଦେଖନ୍ତୁ, ଥିଲେ ଘର ତୋଳିବା ଆଗରୁ ତାକୁ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।  
♦ଖର ଚଳେ କୋଡା, ଚପଳ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି କିନିଚ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ସର୍ବଦା ପରିଷ୍କାର ରଖନ୍ତୁ ।  
♦ପୂଜାଘରର ଉପରଭାଗ ଖାଲି ରଖନ୍ତୁ । ପୂଜାଘରର ମୂତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଫଟୋ ବା ଚିତ୍ର ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।  
♦ବାଚିରେ ରୋଷେଇ ଘରେ ଅର୍ଦ୍ଧଠା ବାସନ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।



### ବ୍ୟାନ

କାପାନରେ ନାଚଫ ଲାଭଫ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଛି । ହେଲେ ଭାତିରେ ବ୍ୟାନୁ ମନା । ୧୯୪୮ ମସିହାକୁ କାପାନର ନାଚଫ କୁବରେ ବ୍ୟାନୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟାନୁ ।  
କିନ୍ତୁ କେହି କିମ୍ବା କିନ୍ତର ସରପ୍ରାଣକୁ ଏହି ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଭାବି ପଢ଼ାଏ । କିନ୍ତୁ ଆମେରିକାରେ କିନ୍ତର କେହି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟାନୁ । ଯଦି ଆମେରିକାରେ କାହାଠାରୁ କିନ୍ତର ଏହି ମିଳେ ତ ତାଙ୍କଠାରୁ କିମ୍ପାନା ବାବଦକୁ ୨,୫୦୦ ଡଲାର ଅର୍ଥାତ୍ ଛାତ୍ରୀୟ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଏକଲକ୍ଷ ୬୨ହଜାର ଟଙ୍କା ଆଦାୟ କରାଯାଏ । ଏହି ତକୋଲୋଡି ଏଗରେ ସରପ୍ରାଣକୁ ବଢ଼ ରହିଥାଏ । ଏହା ପିଲାମାନଙ୍କ ତଂକ୍ଷିରେ ଲାଗିଯିବା ଉପରେ ଏହା ଉପରେ ବ୍ୟାନ କରାଯାଇଛି ।

### ରସୁଣ ଖାଆନ୍ତୁ ଶୁକ୍ରାଣୁ ବଢ଼ିବ

ରସୁଣରେ ଏଲିଭିନ ନାମକ ଏକ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ରହିଛି, ଯାହା ଜନନାଶକୁ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ବଢ଼ାଇବା ସହ ଶୁକ୍ରାଣୁମାନଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ବଢ଼ାଇଥାଏ । ରସୁଣରେ ଏମିତି କିଛି ଗୁଣ ରହିଛି, ଯାହା ରକ୍ତ ପ୍ରବାହକୁ ତୀବ୍ର କରିବା ସହ ଧନମୀକୁ ପରିଷ୍କାର କରିଥାଏ । ଏଥିରେ କିଛି ରହିଛି । କିଛି ଟେଷ୍ଟୋଷ୍ଟେରନ, ଶୁକ୍ରାଣୁର ଗତିଶୀଳତା ଓ ଶୁକ୍ରାଣୁଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ାଇବାରେ ସହଯୋଗ କରିଥାଏ । ରସୁଣ ପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତାକୁ ମଜଲୁତ କରୁଥିବ । ବେବେ କେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ଗର୍ଭପାତ ସମ୍ଭାବନାକୁ ଏତାଡ଼ିଥାଏ । ସେହିପରି ମହିଳା ରସୁଣକୁ ତାଏତରେ ସାମିଲ କଲେ ଋତୁସ୍ରାବକଳିତ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ । ସହ ସୁସ୍ୱ ଭାବେ ଗର୍ଭଧାରଣ ମଧ୍ୟ କରିପାରିଥାନ୍ତି ।











