ໝາກຕູມ
Beal fruit

ຜະລິດໃນລາວ Made in Laos

ເຖິງວ່າຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບການຮອງຮັບ (ທຸກທ່ານທີ່ມີບັນຫາສຸຂະພາບ ຫຼື ກຳລັງຮັບການຮັກສາດ້ວຍຢາຄວນປຶກສາແພດກ່ອນການໃຊ້ຢາພືດສະໝຸນໄພ) ຜັກອີ່ຮຸມທີ່ໃຊ້ເຮັດເປັນຊາຂົມກໍ່ໄດ້ຮັບການແນະນຳວ່າສາມາດປິ່ນປົວໂລກເລືອດຈາງ, ຕັບແຂງ, ຂໍ່ເສື່ອມ ແລະ ປວດຂໍ້ຕ່າງໆ, ອາການຖອກທ້ອງ, ເຈັບກະເພາະ, ແຜອັກເສບ, ເປັນກະເພາະລຳໄສ້, ເຈັບຫົວ, ບັນຫາຫົວໃຈ, ພະຍາດເບົາຫວານ, ພະຍາດບວມ ແລະ ພະຍາດຊຶມເຊື້ອ. ທຸກຄົນຕ້ອງມີໄວ້ໃກ້ຕົວ.

ຫຼາຍທ່ານຍັງບອກວ່າຜັກອີ່ຮຸມຊ່ວຍເພີ່ມສະມັດຕະພາບທາງເພດ, ໃນຂະນະດຽວກັນຊ່ວຍປ້ອງກັນການມີລູກ ແລະ ຊ່ວຍເພີ່ມລະບົບຄຸ້ມກັນຂອງຮ່າງກາຍໄດ້. ຄົນລາວຫຼາຍທ່ານໃຊ້ພືດຊະນິດນີ້ເປັນອາຫານເສີມ ແລະ ຢາຊູກຳລັງ. ທ່ານເຊື່ອ ຫຼື ບໍ່ ?

While not an endorsement (anyone with a health issue or already on medication should seek medical advice before using plant-based remedies), **moringa** which makes a bitter tea, is recommended for anaemia, arthritis and other joint pains, diarrhoea, stomach pain, ulcers, intestinal spasms, headaches, heart problems, diabetes, fluid retention and infections. Everyone should have some under the bed.

Some claim that moringa boosts the the immune system, increases libido, while at the same time preventing pregnancy.

Moringa

ສວນພຶກສາສາດຜາຕາດແຂ້ ທີ່ ແຂວງຫຼວງພຣະບາງ (www.pha-tad-ke.com) ມີສວນພືດສະໝຸນໄພສະເພາະດ້ານຫຼາຍປະເພດ ໃນນັ້ນປະກອບມີສວນພືດສະໝຸນໄພເພື່ອໃຊ້ເຮັດຢາປົວຄົນ ແລະ ສວນສະໝູນໄພສຳລັບສັດ ເຊິ່ງສ່ວນໃຫຍ່ແລ້ວແມ່ນເພື່ອປົວຊ້າງ. ສວນດັ່ງກ່າວຍັງບໍ່ທັນໄດ້ເປີດບໍລິການສຳລັບຄົນທົ່ວໄປແຕ່ໄດ້ຈັດທັດສະນະສຶກສາສຳລັບຄົນລາວ ແລະ ຄາດວ່າຈະສາມາດຈັດທັດສະນະສຶກສາ ແບບຄ້າຍຄືກັນສຳລັບນັກທ່ອງທ່ຽວທຸກທ່ານ. ໂປດຕິດຕາມມື້ເປີດໃຫ້ບໍລິການ ແລະ ກຽມພ້ອມພົບກັບຄວາມຕື່ນເຕັ້ນທີ່ພະນັກງານພາຍໃນສວນຈະນຳສະເໜີກ່ຽວກັບຂຸມຊັບທາງດ້ານພຶກສາສາດອັນອຸດົມຮັ່ງມີທີ່ເປັນຂອງລາວໄດ້.
ເຫັນບໍ່ວ່າທ່ານມີຫຼາຍຢ່າງທີ່ດີກ່ວາຮ້ານຂາຍຢາຂະໜາດໃຫຍ່ອີກ !

The **Pha Tad Ke Botanical Gardens** in Luang Prabang has a series of specialist gardens including both a human medicinal plot and one for medicinal veterinary plants. The latter is mainly for elephants. The gardens are not yet open to the public, but conduct educational tours for Lao. Later, it will do the same for other travellers. Keep an eye out for opening dates and enjoy the enthusiasm that the staff have for sharing the rich botanical treasure trove that is Laos. So eat your heart out, big pharma. www.pha-tad-ke.com