



Trees for Lungs

Common Name	<i>Pithecellobium Dulce</i>
English	<i>Madras Thorn Or Jungle Jalebi Or Manila Tamarind</i>
Tamil	கொடுக்காப்புளி

Medicinal Uses

Boosts immunity and helps fight seasonal illnesses like cough, cold, fever, flu and other infections. The abundance of vitamins B1, B2 elevate metabolism while ample vitamin B6 content ensures optimal functioning of the brain, bolstering memory and concentration.

நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கிறது மற்றும் இருமல், சளி, காய்ச்சல் மற்றும் பிற நோய்த்தொற்றுகள் போன்ற பருவகால நோய்களை எதிர்த்துப் போராட உதவுகிறது. வைட்டமின்கள் B 1 , B 2 ஆகியவற்றின் மிகுதியானது வளர்சிதை மாற்றத்தை மேம்படுத்துகிறது, அதே நேரத்தில் போதுமான வைட்டமின் B 6 உள்ளடக்கம் மூளையின் உகந்த செயல்பாட்டை உறுதிசெய்கிறது, நினைவகம் மற்றும் செறிவு ஆகியவற்றை அதிகரிக்கிறது.

Common Name	<i>Mesua Ferrea</i>
English	<i>Nagkesar, Ceylon Ironwood</i>
Tamil	நாகேசுரம்

Medicinal Uses

Nagkesar provides relief from cold and cough as it removes excess mucus from the lungs. This flower also helps with symptoms of asthma.

நுரையீரலில் உள்ள அதிகப்படியான சளியை நீக்குவதால் சளி மற்றும் இருமலைப் போக்க நாகப்பூ நன்மை பயக்கும். இது ஆஸ்துமாவின் சில அறிகுறிகளிலிருந்தும் நிவாரணம் அளிக்கிறது.

Common Name	<i>Phyllanthus Emblica</i>
English	Amla , Indian Gooseberry
Tamil	பெரிய நெல்லி

Medicinal Uses

Amla, rich in vitamin C, which helps in improving immunity and tolerance to asthma. Its anti-inflammatory properties play a vital role in reducing the severity of asthma attack.

நெல்லியில் வைட்டமின் சி அதிகம் உள்ளது, இது நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை மேம்படுத்தவும் ஆஸ்துமாவை சகித்துக்கொள்ளவும் உதவுகிறது. இதன் ஒவ்வாமை எதிர்ப்பு பண்புகள் ஆஸ்துமா தாக்குதலின் தீவிரத்தை குறைப்பதில் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

Common Name	<i>Vitex Negundo / Chinese Chastetree</i>
English	<i>Horseshoe Vitex</i>
Tamil	கருநொச்சி

Medicinal Uses

The roots of Horseshoe Vitex is used to treat cough and other respiratory ailments. A bath in the water boiled with the leaves of Horseshoe Vitex is an effective pain reliever for people suffering from arthritis and rheumatism.

கருநொச்சியின் வேர்கள் இரும்பு மற்றும் பிற சுவாச நோய்களுக்கு சிகிச்சையளிக்கப் பயன்படுகிறது. கருநொச்சி இலையைக் கொதிக்க வைத்த நீரில் குளிப்பது மூட்டுவலி மற்றும் வாத நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு சிறந்த வலி நிவாரணியாகும்.

Common Name	<i>Syzygium Aromaticum</i>
English	Clove
Tamil	கிராம்பு

Medicinal Uses

Clove oil provides relief from nasal blocks caused by allergies. This oil essentially helps with cold, cough, bronchitis, sinusitis, and asthma.

கிராம்பு எண்ணெய் ஒவ்வாமையால் ஏற்படும் முக்கடைப்புகளில் இருந்து நிவாரணம் அளிக்கிறது. இந்த எண்ணெய் சளி, இருமல், முச்சுக்குழாய் ஒவ்வாமை, சைனசிடிஸ் மற்றும் ஆஸ்துமா ஆகியவற்றிற்கு முக்கியமாக உதவுகிறது.

Common Name	<i>Morinda Citrifolia</i>
English	<i>Indian Mulberry, Noni Fruit</i>
Tamil	மஞ்சனத்தி

Medicinal Uses

Noni juice is good for healthy functioning of the lungs as it reduces the damage caused by tobacco smoking. Packed with antioxidants, Noni juice is known to reverse the ill-effects of smoking

மஞ்சனத்தி சாறு உங்கள் நுரையீரலின் ஆரோக்கியத்திற்கு நல்லது, ஏனெனில் இது புகைப்பதால் ஏற்படும் பாதிப்பைக் குறைக்கிறது. ஆன்டிஆக்ஸிடன்ட்கள் நிறைந்த மஞ்சனத்தி சாறு புகைபிடிப்பதால் ஏற்படும் தீய விளைவுகளை குறைக்கிறது.

Common Name	<i>Barringtonia Racemosa</i>
English	<i>Powderpuff Tree</i>
Tamil	ஆராட்டம்

Medicinal Uses

The fruits of the Powderpuff Tree are used to treat cough, asthma and diarrhoea whereas the seeds are used to treat eye inflammation.

பழம் இருமல், ஆஸ்துமா மற்றும் வயிற்றுப்போக்கு சிகிச்சைக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது; தூளாக்கப்பட்ட பழம் மூக்கடைப்பை போக்க பயன்படுத்தப்படுகிறது. விதைகள் கண் வீக்கத்திற்கு சிகிச்சையளிப்பதற்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

Arogya Vanam

Common Name	<i>Pterocarpus Marsupium</i>
English	<i>Indian Kino Tree</i>
Tamil	வேங்கை

Medicinal Uses

The extract of *Pterocarpus Marsupium* is being used in Ayurveda to treat various diseases such as leprosy, diabetes, asthma, and bronchitis.

ஆஸ்துமா, மூச்சுக்குழாய், தொழுநோய் மற்றும் நீரிழிவு ஒவ்வாமை போன்ற பல்வேறு நோய்களுக்கு சிகிச்சையளிக்க ஆயுர்வேதத்தில் வேங்கை சாறு பயன்படுத்தப்படுகிறது.

Common Name	<i>Syzygium Cumini</i>
English	<i>Jamun Tree, Java Plum</i>
Tamil	நாவல் மரம்

Medicinal Uses

The bark of Jamun tree helps soothe sore throat and its seed has anti-viral properties which protects the body from respiratory infections such as asthma and bronchitis.

நாவல் மரத்தின் பட்டை தொண்டை வலியை ஆற்ற உதவுகிறது மற்றும் அதன் விதையில் வைரஸ் எதிர்ப்பு பண்புகள் உள்ளன, இது ஆஸ்துமா, மூச்சுக்குழாய் ஒவ்வாமை போன்ற சுவாச நோய்த்தொற்றுகளிலிருந்து உடலைப் பாதுகாக்கிறது.

Common Name	<i>Terminalia Bellirica</i>
English	<i>Bedda Nut Tree</i>
Tamil	தான்றி

Medicinal Uses

The fruits of Bedda Tree are used in Ayurveda to treat bronchitis, asthma, piles, diarrhoea, hepatitis and eye disorders.

மூச்சுக்குழாய் ஒவ்வாமை, ஆஸ்துமா, பைல்ஸ், வயிற்றுப்போக்கு, இருமல், கண் நோய்கள் மற்றும் கல்லீரல் போன்றவற்றுக்கு சிகிச்சையளிக்க ஆயுர்வேதத்தில் பழங்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

Common Name	<i>Acacia Catechu</i>
English	<i>Throny / Cutch Tree</i>
Tamil	செங்கருங்காலி

Medicinal Uses

The extract of Acacia Catechu is used to treat sore throat, bronchial asthma, cough, leucorrhoea and leprosy

மூச்சுக்குழாய் ஆஸ்துமா, இருமல், வெண்புண், தொண்டை புண் மற்றும் தொழுநோய்க்கு சிகிச்சையளிக்க இந்த தாவரத்தின் சாறு பயன்படுத்தப்படுகிறது.

Disclaimer

We do not offer any medical advice, or encourage the use of any plants/seeds/information we offer without consulting a medical professional. The medicinal plants/seeds/information provided are only for the educational and general information. Though all efforts have been made to ensure the accuracy and currency of the content, but the same should not be used for any legal purposes. We shall not accept any responsibility in relation to the accuracy, completeness, usefulness or otherwise, of the information provided by us. The medicinal plants/seeds/information provided are not intended to replace professional medical advices or treatment. Please consult a health professional before attempting to prepare or administer any remedy. NEVER use any medicinal plants without consulting with your doctor at the first place. The effectiveness of the plants and safety can vary from person to person, and can have hazardous effects on those with allergies or an undiagnosed condition. They are also not intended to diagnose, treat, or cure any condition or to prevent any disease. We cannot be held responsible for anything that results from the use of any of the remedies listed or by consuming any plants/seeds