महत्वपूर्ण एवं खास

मुख्यमंत्री से मध्यप्रदेश के पर्यटन मंत्री ने सौजन्य मुलाकात की

रायपुर (आरएनएस)। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल से आज सवेरे यहां उनके निवास कार्यालय में मध्यप्रदेश के पर्यटन एवं नर्मदा घाटी विकास मंत्री सुरेन्द्र सिंह बघेल ने सौजन्य मुलाकात की। उन्होंने मध्यप्रदेश के पर्यटन स्थलों पर प्रकाशित कॉफी टेबल बुक मुख्यमंत्री को भेंट की।

दुर्ग-छपरा एक्सप्रेस आज रद्द रहेगी

» 1 अगस्त को छपरा से रद्द रहेगी

रायपुर (आरएनएस)। उत्तर मध्य रेलवे के इलाहाबाद रेलवे स्टेशन का आधुनिकीकरण का कार्य एवं इलाहाबाद एवं प्रयाग के मध्य दोहरीकरण के कार्य के चलते 31 जुलाई को दुर्ग से छपरा के मध्य चलने वाली 15150 दुर्ग-छपरा एक्सप्रेस रद्द रही है। इस गाड़ी के रद्द रहने से दूसरे दिन 1 अगस्त को छपरा से दुर्ग के लिए रवाना होने वाली 15159 छपरा-दुर्ग एक्सप्रेस भी रद्द की गई है।

नाबालिग को स्कूल में बंद कर किया पिटाई, मामला दर्ज

रायपुर (आरएनएस)। पूर्व विवाद के चलते नाबालिग को जबरन मोटर साइकिल में बैठाकर स्कूल ले जाकर कमरे में बंद कर पिटाई किये जाने की रिपोर्ट धरसींवा थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार सांकरा बाजार चौक धरसींवा निवासी सतीश टंडन 16 वर्ष पिता अशोक टंडन ने रिपोर्ट दर्ज कराई है कि पूर्व में हुए विवाद को लेकर बाबू खान व गोबिंद यादव एवं उसके साथियों ने घर से बुलाकर अपनी मोटरसाइकिल पर जबरन बैठाकर स्कूल में बंद कर मारपीट किया। प्रार्थी की रिपोर्ट पर पुलिस ने आरोपियों के खिलाफ धारा 365, 294, 323, 34 के तहत अपराध कायम कर मामला दर्ज कर लिया है।

सामान लेने गये युवक को धारदार औजार से मारा, मामला दर्ज

रायपुर (आरएनएस)। दुकान में सामान लेने गये युवक के साथ गालीगलौज कर हाथ मुक्का व धारदार औजार से मारकर घायल कर देने के रिपोर्ट तेलीबांधा थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार राजेंद्र लहरे 27 वर्ष पिता रामबरन लहरे ने रिपोर्ट दर्ज कराई है कि मारूति बेकरी के पास गणेश किराना स्टोर में सामान खरीदते समय फारूक एवं उसके साथी ने बुलाकर गालीगलौज करते हुए हाथ मुक्का से मारा व धारदार औजार से जांघ पर मारकर घायल कर दिया। घटना की रिपोर्ट पर पुलिस ने दोनों आरोपी के खिलाफ धारा 294, 506बी, 324, 34 के तहत अपराध कायम कर मामला दर्ज कर लिया है।

पैदल जा रही महिला को तेज रफ्तार मोटर साइकिल ने मारी टक्कर, मामला दर्ज

रायपुर (आरएनएस)। पैदल जा रही महिला को तेज रफ्तार मोटर साइकिल ने ठोकर मार दिया जिसके चलते वह घायल हो गई। घटना की रिपोर्ट माना कैंप में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार माना बस्ती निवासी श्रीमती शांता सिन्हा 31 वर्ष पति स्व. डोमन सिन्हा ने रिपोर्ट दर्ज कराई है कि सिन्हा दुकान के पास माना बस्ती में पैदल जाते समय तेज रफ्तार मोटर साइकिल क्रमांक सीजी 07 एलजेड 8948 के चालक ने ठोकर मार दिया जिसके चलते वह घायल हो गई। घटना की रिपोर्ट पर पुलिस ने मोटर साइकिल चालक के खिलाफ धारा 279, 337 के तहत अपराध कायम कर मामला दर्ज कर लिया है।

मेकॉज में मरीज को चढ़ा दिया एक्सपायरी वाला एनएस

जगदलपुर (आरएनएस)। मेडिकल कॉलेज में एक मरीज को सोडियम क्लोराइड का एक्सपायरी वाला एनएस चढ़ाने का मामला सामने आया है। यहां एक महिला मरीज को स्टाफ और डॉक्टरों ने बिना जांच के ही एनएस चढ़ा दिया। जब महिला मरीज को आधा एनएस लग चुका था तब परिजनों की नजर इस पर पड़ी और स्टाफ के द्वारा संतोषजनक जवाब नहीं मिलने के बाद हंगामा खड़ा हो गया। मिली जानकारी के अनुसार मेडिकल कॉलेज के फिमेल वार्ड में महिला मरीज को सोडियम क्लोराइड एनएस जो सरकारी सप्लाई में उपलब्ध है चढ़ाया गया। इसे चढ़ाने से पहले स्टाफ ने इसकी एक्सपायरी तिथि को नहीं देखा। जब परिजनों ने स्टाफ को इस संबंध में जानकारी दी तो विवाद की स्थिति बनी।

दो बसों में टक्कर, दो यात्रियों की मौत, दर्जनों घायल

» रायपुर-जगदलपुर राष्ट्रीय राजमार्ग पर पुरुर के पास हुई हादसा

धमतरी (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के धमतरी जिले के पास आज सुबह दो बड़ी यात्रियों बसों में टक्कर हो गई। इस घटना में दो लोगों की मौत की खबर है। जबकि 45 यात्री गंभीर रुप से जख्मी हो गये है। सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार पायल बस सर्विस की यात्री बस सोमवार रात सुकमा से रायपुर के लिए निकली थी और दूसरी बस कांकेर ट्रैवल की रायपुर से कोंटा के लिए निकली थी। दोनों ही बस जगदलपुर-धमतरी रोड पुट्टू ढाबा के समीप आमने सामने टकरा गई। प्रत्यक्ष दर्शियों के अनुसार हादसा इतना भयानक था की दोनों ही बसों के परखच्चे उड़ गये।

हादसे के बाद मदद के लिए पहुंची प्रशासन की टीम- हादसे की सूचना मिलते ही पुलिस और प्रशासन की टीम मदद के लिए घटना स्थल पर जुट गई। पुलिस सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार हादसे में एक ड्राइवर की मौके पर मौत हो गई। जबकि दूसरे बस ड्राइवर बस की स्टेरिंग में फंसा हुआ था। काफी मशक्कत के बाद उसे निकाला गया। वहीं हादसे में कई यात्री घायल है जिन्हें उपचार के लिए धमतरी जिला चिकित्सालय में भर्ती कराया गया है। डॉक्टरों की टीम लगातार घायलों की इलाज के लिए हर संभव मदद कर रही है।

मुख्यमंत्री ने की संवेदना व्यक्त: मृतकों के परिजनों को एक-एक लाख रूपए व गंभीर रूप से घायलों को 25-25 हजार रूपए प्रदान किए जाने की घोषणा

धमतरी एवं बालोद जिले की सीमा के समीप हुई दो बसों की भिड़ंत में दो व्यक्तियों की मृत्यु हो गई तथा कुल 33 यात्री रूप से घायल हो गए। प्रदेश के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने मृतकों एवं घायलों के प्रति गहरी संवेदना व्यक्त करते हुए मृतकों के परिजनों को एक-एक लाख रूपए और गंभीर रूप से घायलों को 25-25 हजार रूपए और अन्य घायलों को 10-10 हजार रूपए की आर्थिक सहायता राशि प्रदान किए जाने की घोषणा की है। घायलों को जिला चिकित्सालय धमतरी में भर्ती कराया गया है, जबकि गम्भीर रूप से घायल हुए सात यात्रियों को मेकॉहारा रायपुर के लिए त्वरित रिफर किया गया है। कलेक्टर रजत बंसल एवं एस.पी. बालाजी राव ने घायलों का हालचाल जानने जिला चिकित्सालय पहुंचकर उनके बेहतर से बेहतर उपचार के लिए मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी को निर्देशित किया।

राष्ट्रीय राजमार्ग क्रमांक-30 पर धमतरी जिले की सरहद से लगे बालोद जिले के ग्राम चिटौद के पास आज सुबह लगभग 8.20 बजे जगदलपुर से रायपुर आ रही कांकेर रोडवेज के बस क्रमांक सी.जी. 09 एफ 6003 एवं रायपुर से जगदलपुर की ओर जा रही पायल ट्रेवल्स के बस क्रमांक सी.जी. 07 ई 8090 में आमने-सामने से टक्कर हो गई। इनमें सवार दो व्यक्तियों की मौत हो गई है, जिनमें से एक वाहन चालक धमेन्द्र ठाकुर (निवासी जिला- रीवां मध्यप्रदेश) तथा दूसरे मृत व्यक्ति की शिनाख्ती फिलहाल नहीं हुई है। उक्त सड़क दुर्घटना में गम्भीर रूप से घायल हुए सात यात्रियों को रायपुर स्थित पंडित जवाहरलाल नेहरू मेडिकल कॉलेज हॉस्पिटल में रिफर किया गया है। शेष घायल यात्रियों की जानकारी ली जा रही है।

दूसरे दिन भी सुकमा का उड़ीसा एवं तेलंगाना से सड़क संपर्क भंग रहा

» इंद्रावती और शबरी अभी भी डेंजर लेवल पर

» बारिश थमने के बावजूद बाढ़ के हालात

जगदलपुर, (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के बस्तर में तीन दिनों की आफत वाली बारिश के बाद आज हालांकि तेज बारिश नहीं हुयी, लेकिन आसमान पर काले बादल छाए रहे और कहीं-कहीं बूंदाबांदी होती रही। बावजूद उड़ीसा के खातीगुड़ा डेम से पानी छोड़े जाने के कारण इंद्रावती नदी का जलस्तर डेंजर लेवल पर बह रहा है। इस बीच शबरी नदी में आयी बाढ़ से आज दूसरे दिन भी सुकमा जिले का उड़ीसा एवं तेलंगाना प्रदेश से सड़क संपर्क विच्छेद है। बीजापुर जिले में भी बाढ़ के हालात में कोई सुधार नहीं हुआ है। बाढ़ के चलते बीजापुर से तेलंगाना मार्ग आज लगातार तीसरे दिन भी बंद रहा।

बाढ़ की विभीषिका से बस्तर संभाग का तेलंगाना एवं उड़ीसा समेत संभाग के अनेक गांवों से सड़क संपर्क सुगम नहीं हो पाया है। सुकमा से उड़ीसा मार्ग पर शबरी नदी का पानी पुल के 6 फीट ऊपर बह रहा है। बाढ़ की वजह से दुब्बाकोटा के निकट नेशनल हाईवे मार्ग डूब गया है, जिससे तेलंगाना जाने वाली वाहनों को रोक दिया गया है।

बीजापुर जिला मुख्यालय से बासागुड़ा, गंगालूर, तारलागुड़ा, कुटरू मार्ग आज तीसरे दिन भी अवरूद्ध रहा।

इधर इंद्रावती नदी का पानी खतरे के निशान से ऊपर बहने से चार गांव जलमग्न हो गए हैं। इंद्रावती नदी के खतरे के निशान के ऊपर बहने से निचली बस्तियों को खाली करा कर सुरक्षित ठिकानों तक पहुंचाया गया है। बाढ़ पीड़ितों के लिए शहर के अनेक स्कूलों में राहत केन्द्र खोले गए हैं, शिविरार्थियों को प्रशासन द्वारा भोजन एवं उपचार मुहैया करवाया जा रहा है। नदी किनारे के गांव आसना, छेपरागुड़ा, तामाकोनी, नगरनार, भेजपदर एवं नदीबोडना के राहत शिविरों में अब भी एक हजार लोग शरण पाए हुए हैं।

बाल सम्प्रेषण गृह किशोर का खुदकुशी का मामला: हटाई गई अधीक्षिका

बिलासपुर (आरएनएस)। बाल संप्रेक्षण गृह में किशोर की मौत मामले की प्रारंभिक जांच रिपोर्ट आई है। रिपोर्ट आते ही हटाई गई अधीक्षिका व हाउस फादर। महिला बाल विकास के जिला कार्यक्रम अधिकारी के निर्देश देते हुए अधीक्षिका अनुराधा सिंह व हाउस फादर जलकिशोर कुर्रे को हटाया गया। बीते शनिवार को किशोर निखिल उर्फमहेश्वर ने फांसी लगाकर की थी खुदकुशी। आत्महत्या की घटना से प्रशासनिक अमले में मचा था हड़कंप। इस मामले में मजिस्ट्रियल जांच के आदेश दिए गए थे। दरअसल मामला संप्रेषण गृह में चोरी के आरोप में बंद नाबालिग ने आत्महत्या कर ली थी। नाबालिग खिड़की के सहारे फांसी के फन्दे से झूल गया। किशोर की मौत के कारण के बारे में पुलिस के आलाधिकारियों ने जांच की बात कही है। वहीं मामले में एएसपी ओपी शर्मा ने बताया कि करीब 6 बजे नाबालिग ने फांसी लगा ली है। मामले की जांच चल रही है।आत्महत्या का कारण अभी जांच पर निकलकर आएगा। सरकंडा निवासी निखिल यादव उर्फ महेश्वर को कुछ समय पहले चोरी के आरोप में सरकंडा पुलिस ने गिरफ्तार कर केंद्रीय जेल भेज दिया था, जहां परिजनों द्वारा दिखाया दस्तावेज से आरोपी के नाबालिग होने की पुष्टि हुई।

मोहन मरकाम ने की राहुल गांधी से भेंट

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष मोहन मरकाम ने मंगलवार को नई दिल्ली में पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष राहुल गांधी से मुलाकात की। इस दौरान मरकाम ने कई महत्वपूर्ण विषयों पर उनसे चर्चा भी की।

पीसीसी अध्यक्ष मरकाम दिल्ली प्रवास पर है, जहां आज सुबह वे राहुल गांधी से मिलने उनके निवास स्थित कार्यालय पहुंचे। उनके साथ छग के प्रदेश प्रभारी पीएल पुनिया भी थे। मरकाम ने आज राष्ट्रीय अध्यक्ष से मुलाकात करते हुए प्रदेश से जुड़े कई महत्वपूर्ण विषयों पर चर्चा भी की।

परीक्षा दिलाकर लौट रही युवती बाइक से गिरी, मौत

महासमुंद (आरएनएस)। रविवार को आयोजित सहायक शिक्षक प्रयोगशाला की परीक्षा दिलाकर लौट रही छात्रा दुपट्टा फंसने से बाइक से गिर गई। 112 वाहन से युवती को जिला अस्पताल पहुंचाया गया, जहां चिकित्सक ने मृत घोषित कर दिया।

जानकारी अनुसार गुल्लू (आरंग) निवासी गायत्री ध्रुव पुत्री बीरबल ध्रुव (23) प्रयोगशाला सहायक शिक्षिका की परीक्षा देने महासमुंद के मचेवा स्थित परीक्षा केंद्र पहुंचीं थीं। परीक्षा दिलाने के बाद वह अपने परिचित कुरूद कुटेला निवासी इकबाल खान और आरंग निवासी कुसुम साहू के साथ एक बाइक पर सवार होकर बम्हनी, नांदगांव के रास्ते लौट रही थी। शाम 4 बजे बम्हनी के पास गायत्री का दुपट्टा दोपहिया में फंस गया, जिससे तीनों गिर पड़े। दुर्घटना के बाद तुरंत 112 वाहन से गायत्री को जिला अस्पताल पहुंचाया गया। मामले में कोतवाली पुलिस ने मर्ग कायम किया है।

बैंक मैनेजर के घर का ताला तोड़कर लाखों का जेवर पार, मामला दर्ज

रायपुर (आरएनएस)। अस्वस्थ पिता को देखने बिहार गये बैंक मैनेजर के सूने मकान का ताला तोड़कर आलमारी में रखे लाखों रुपये का सोने चांदी के जेवर चोरी किए जाने की रिपोर्ट नेवरा थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार कृष्णा कालोनी तिल्दा नेवरा में किराए के मकान में रह रहे सौरभ कुमार यादव 25 वर्ष पिता गोरख यादव पंजाब नेशनल बैंक में बैंक मैनेजर के पद पर कार्यरत है। प्रार्थी ने रिपोर्ट दर्ज कराई है कि कृष्णा नगर कालोनी तिल्दा मे आर.के. चौधरी के मकान नं0 64 मे भाडे से लेकर परिवार सहित के साथ रहता है करीब तीन माह पूर्व पिताजी का स्वास्थ्य खराब रहने से आठ दिन के अवकाश पर मकान मे ताला लगाकर गया था 25 जुलाई को मेरे घर काम करने वाली बाई अर्चना ने मोबाईल से काल कर मुझे बताई कि घर के दरवाजा का ताला टुटा हुआ है प्रार्थी 29 जुलाई को वापस घर आया तो घर का सामने का दरवाजा का ताला टुटा हुआ था तथा अंदर कमरे मे रखा आलमारी का लाक तोड़ा गया है लाकर मे रखा सोने चांदी का जेवर सोने की तीन नग चैन, दो नग वजनी दस ग्राम तथा एक नग वजनी अठारह ग्राम, एक जोडा सोने का झुमका वजनी दस ग्राम, एक नग सोने मांग टीका वजनी दस ग्राम जुमला सोने की जेवर किमती 1,45,000 रूपये तथा चांदी की पायल 3 नग वजनी 60 ग्राम चांदी की कटोरी 1 नग 5 ग्राम, चांदी की चम्मच 1 नग 1 ग्राम, एक टाईटन कंपनी की कलाई घड़ी किसी अज्ञात चोर ने घर में घुसकर चोरी कर ली। घटना की रिपोर्ट पर पुलिस ने चोर के खिलाफ धारा 457, 380 के तहत मामला दर्ज कर अपराध कायम कर लिया है।

शॉर्ट फिल्म नटखट के लिए विद्या बालन बनीं प्रड्यूसर

पिछले करीब से 7 से 8 सालों से एक हिट फिल्म की कवायद में फंसी बॉलिवुड अभिनेत्री विद्या बालन ने शादी के साइड इफेक्ट, हमारी अधूरी कहानी, बॉबी जासूस, घनचक्कर, कहानी 2, जूनियर एनटीआर, तीन, और बेगम जान सहित लगभग एक दर्जन फिल्मों में काम किया, लेकिन बॉक्स ऑफिस पर उनकी यह सभी फिल्में धुंआ हो गई यानी बुरी तरह फ्लॉप रहीं। शायद यही वजह है कि अब विद्या ने अक्षय कुमार की मिशन मंगल जैसी 5 हिरोइन की मौजूदगी वाली फिल्म में काम कर लिया।

खैर, इन दिनों अपनी अपकमिंग फिल्म मिशन मंगल को लेकर बेहद उत्साहित विद्या बालन ने एक और दांव खेला है। अपनी अगली फिल्म में ऐक्टिंग करने के साथ-साथ, वह उसे प्रड्यूज भी कर रही हैं। फिल्ममेकर रॉनी स्क्रूवाला के साथ मिलकर विद्या एक शॉर्ट फिल्म नटखट को प्रड्यूज भी कर रही हैं।

फिल्म की पीआर टीम ने जानकारी दी है कि नटखट सामाजिक मुद्दों पर आधारित ऐसी फिल्म है, जिसमें समाज में फैले तमाम दोषों जैसे पितृसत्ता, लिंगभेद, बलात्कार, घरेलू हिंसा और महिलाओं के साथ रिश्तों पर पुरुषों द्वारा उनका वर्गीकरण करना जैसे संवेदनशील मुद्दों पर रोशनी डालेगी। यह पहला मौका होगा जब विद्या किसी शॉर्ट फिल्म में नजर आएंगी।

विद्या ने इस फिल्म को लेकर एक स्टेटमेंट जारी करते हुए कहा, यह एक खूबसूरत और पावरफुल कहानी है।

आलिया भट्ट को अपनी प्रेरणा मानती हैं अनन्या पांडे

बॉलीवुड अभिनेत्री अनन्या पांडे, आलिया भट्ट को अपनी प्रेरणा मानती हैं। चंकी पांडे की पुत्री अनन्या ने स्टूडेंट ऑफ द ईयर 2 से बॉलीवुड में डेब्यू किया है। फिल्म बॉक्स ऑफिस पर उम्मीद जितना कमाल नहीं दिखा पाई हो, लेकिन अनन्या को दर्शकों ने पूरा सपोर्ट किया है। फिल्म में अनन्या की परफॉर्मेंस की क्रिटिक्स से ऑडियंस समेत सभी ने काफी सराहना की है। अनन्या अपनी प्रेरणा आलिया को मानती हैं।

अनन्या ने बताया कि वह आलिया को कितना पसंद करती हैं। अनन्या ने बताया कि वह बॉलीवुड में आलिया की जर्नी से काफी इंस्पायर होती हैं। अनन्या ने बताया कि आलिया ने कभी भी अपने शुरुआती करियर में खुद को परफेक्ट दिखाने का शो ऑफ नहीं किया और उनकी यही चालिटी अनन्या को काफी पसंद है। आलिया से मुझे बहुत इंस्पिरेशन मिलता है। मैंने जो आलिया से सीखा है वो यह है कि करियर की शुरुआत से लेकर अब तक आलिया ने कभी भी खुद को परफेक्ट दिखाने का शो ऑफ नहीं किया है। वह अपनी पहली फिल्म में काफी नॉर्मल थीं।

स्वास्थ्य के लिए बेहद असरदार है पालक, नहीं खाते तो फायदे जानकर खाने लगेंगे

पालक में जो गुण पाए जाते हैं, वे सामान्यतः अन्य शाक-भाजी में नहीं होते। यही कारण है कि पालक स्वास्थ्य की दृष्टि से अत्यंत उपयोगी है, सर्वसुलभ एवं सस्ता है।

गुण और लाभ - इसमें पाए जाने वाले तत्वों में मुख्य रूप से कैल्शियम, सोडियम, क्लोरीन, फास्फोरस, लोहा, खनिज लवण, प्रोटीन, श्वेतसार, विटामिन ए एवं सी आदि उल्लेखनीय हैं। इन तत्वों में भी लोहा विशेष रूप से पाया जाता है।

लौह तत्व मानव शरीर के लिए उपयोगी, महत्वपूर्ण, अनिवार्य होता है। लोहे के कारण ही शरीर के रक्त में स्थित रक्ताणुओं में रोग निरोधक क्षमता तथा रक्त में रक्तिमा (लालपन) आती है। लोहे की कमी के कारण ही रक्त में रक्ताणुओं की कमी होकर प्रायः पाण्डु रोग उत्पन्न हो जाता है।

लौह तत्व की कमी से जो रक्ताल्पता अथवा रक्त में स्थित रक्तकणों की न्यूनता होती है, उसका तात्कालिक प्रभाव मुख पर विशेषतः ओष्ठ, नासिका, कपोल, कर्ण एवं नेत्र पर पड़ता है, जिससे मुख की रक्तिमा एवं कांति विलुप्त हो जाती है। कालान्तर में संपूर्ण शरीर भी इस विकृति से प्रभावित हुए बिना नहीं रहता।

लोहे की कमी से शक्ति ह्रास, शरीर निस्तेज होना, उत्साहहीनता, स्फूर्ति का अभाव, आलस्य, दुर्बलता, जठराग्नि की मंदता, अरुचि, यकृत आदि परेशानियां होती हैं।

पालक की शाक वायुकारक, शीतल, कफ बढ़ाने वाली, मल का भेदन करने वाली, गुरु (भारी) विष्टम्भी (मलावरोध करने वाली) मद, श्वास,पित्त, रक्त विकार एवं ज्वर को दूर करने वाली होती है।

आयुर्वेद के अनुसार पालक की भाजी सामान्यतः रुचिकर और शीघ्र पचने वाली होती है। इसके बीज मृदु, विरेचक एवं शीतल होते हैं। ये कठिनाई से आने वाली श्वास, यकृत की सूजन और पाण्डु रोग की निवृत्ति हेतु उपयोग में लाए जाते हैं।