



Replace this placeholder with the logo of the website, tool or resource. A screenshot of their logo works great.

<https://www.webmd.com/>

WebMD : स्वस्थ जीवन जिएं

अपने और अपने परिवार दोनों के लिए एक स्वस्थ जीवन जीना सीखें

WebMD पर कई सुझाव दिए गए हैं जिनमें से एक है "लिविंग हेल्दी"। लिविंग हेल्दी आपको प्राकृतिक सुंदरता, पोषण और आहार, बेहतर रिश्तों और एक सक्रिय जीवन शैली के माध्यम से एक प्रेरणादायक जीवन जीने के नए तरीके खोजने में मदद करने के लिए जानकारी और उपकरण प्रदान करता है।

WebMD Living स्वस्थ कैसे उपयोग करें

अपने वेब ब्राउजर में www.webmd.com टाइप करें और एंटर की दबाएं



1. हाइलाइट करें और LIVING HEALTHY पर क्लिक करें



नोट: अपने कर्सर को "LIVING HEALTHY" शब्दों पर रखने से उस पर क्लिक किए बिना ब्याज के क्षेत्रों के साथ एक बॉक्स आएगा। आप इसके लिंक पर क्लिक करके जल्दी से इनमें से किसी एक क्षेत्र में नेविगेट कर सकते हैं। उदाहरण के लिए "महिला स्वास्थ्य" पर क्लिक करने से आप सीधे महिला स्वास्थ्य पृष्ठ पर पहुंच जाएंगे।

3. एक बार जब आप LIVING HEALTHY पर क्लिक करते हैं तो आपको कई खंडों वाली स्क्रीन के साथ प्रस्तुत किया जाता है:

SECTION 1: At the very top, are quick links to all the **LIVING HEALTHY** main topics

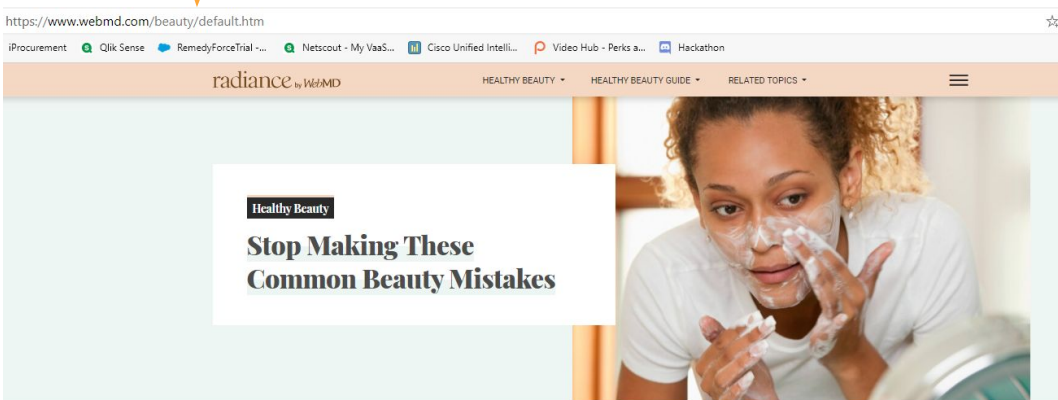
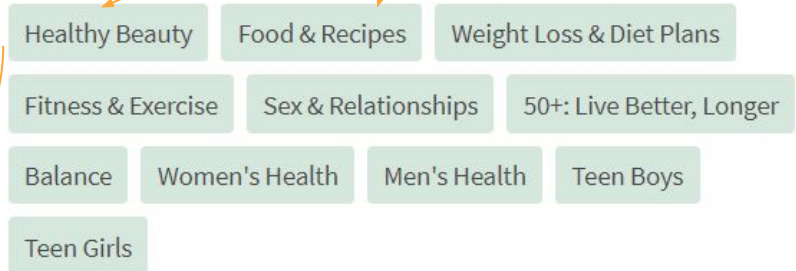


अधिक जानकारी और टूल के लिए पेज पर जाने के लिए रुचि के विषय पर क्लिक करें

Living Healthy

Find your best self here. Discover new ways to live an inspiring life through natural beauty, nutrition and diet, an active lifestyle, and better relationships.

"स्वस्थ सौंदर्य" पर क्लिक करने से आपको चेहरे और शारीरिक देखभाल की जानकारी वाला एक पृष्ठ मिलता है



Face & Body

<p>SLIDESHOW Your Lifestyle and Your Skin Learn how what you eat, where you go, and how you feel makes an impact.</p>	<p>ARTICLE In a Skin Care Rut? Give your routine a tune up with these 7 best natural ingredients for your skin.</p>	<p>QUIZ The Truth About Cosmetic Surgery Separate myths from facts about breast implants, eyelid surgery, and more.</p>	<p>ARTICLE Determining Your Skin Type Normal, oily, dry, combination, sensitive? Here's what they all mean.</p>
---	---	---	---

Trending Topics

- Laser Hair Removal
- Varicose Veins
- Stretch Marks
- Microdermabrasion
- Sun Safety
- Cosmetic Fillers

SECTION 2: जब आप LIVING HEALTHY पृष्ठ को नीचे स्क्रॉल करते हैं तो रुचि के क्षेत्रों में नेविगेट करने के लिए अधिक संसाधन और तरीके होते हैं। यह अनुभाग निम्नलिखित दर्शाता है: लोकप्रिय उपकरण

- आहार, भोजन और स्वास्थ्य
- महिला, पुरुष और किशोर
- सौंदर्य, संतुलन और संबंध
- और WebMD न्यूज़लेटर्स की सदस्यता का अवसर

Popular Tools



अधिक जानकारी और टूल के लिए पेज पर जाने के लिए रुचि के विषय पर क्लिक करें

Diet, Food & Fitness



DIET & WEIGHT MANAGEMENT >

World Food Program Wins Nobel Peace Prize

Video of Chai Latté Recipe

Do Fasting Diets Work? Study Finds Little Benefit

Even If Hips, Legs Slims Down, Belly Fat a Danger

FITNESS & EXERCISE >

6 At-Home Fitness Fixes

Take 10 With Daveed Diggs

How to Make Your Own Weights

Video: Ways to Combat Cabin Fever

FOOD & RECIPES >

One-Food Wonder: Watermelon

Food Poisoning: These Foods Do the Most Damage

Slideshow: How Healthy Is Your Frozen Dessert?

Slideshow: Food Safety Mistakes You Might Be Making

Subscribe to WebMD Newsletters

Food & Fitness Women's Health Men's Health Good Health

Enter email address

Subscribe

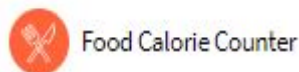
By clicking "Submit," I agree to the WebMD Terms and Conditions and Privacy Policy. I also agree to receive emails from WebMD and I understand that I may opt out of WebMD subscriptions at any time.

Popular Tools:



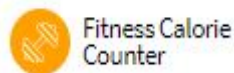
Recipe Finder

आहार वरीयता, भोजन, छुट्टियों आदि द्वारा स्वादिष्ट व्यंजनों की खोज के लिए यहां क्लिक करें... पोषण के विवरण के साथ।



Food Calorie Counter

भोजन और पेय पदार्थों में कैलोरी, वसा, कार्ब्स, प्रोटीन और अन्य पोषक तत्वों की खोज और गणना करने के लिए, और अपने दैनिक कैलोरी सेवन की गणना के लिए यहां क्लिक करें।



Fitness Calorie Counter

कैलोरी को देखने के लिए यहां क्लिक करें आप प्रति व्यायाम दिनचर्या को जला सकते हैं और अपने दैनिक कसरत दिनचर्या के दौरान आपके द्वारा जलाए जाने वाले कैलोरी की गणना कर सकते हैं।



BMI Calculator

बीएमआई बॉडी मास इंडेक्स के लिए खड़ा है और आपकी ऊंचाई के आधार पर आपके स्वस्थ वजन को मापता है और कभी-कभी कुछ बीमारियों के लिए आपके जोखिम का न्याय करने के लिए उपयोग किया जाता है। अपना बीएमआई देखने के लिए यहां अपना डेटा डालें।

SECTION 3: जब आप LIVING HEALTHY पृष्ठ को नीचे स्क्रॉल करना जारी रखते हैं, तो अगला भाग, फीचर्ड आइटम / लेखों के साथ धारा 1 में वर्णित सभी विषयों और संसाधनों के त्वरित लिंक प्रदान करता है।

अधिक जानकारी और टूल्स के लिए पेज पर जाने के लिए हेडर विषय पर क्लिक करें

Women, Men & Teens



WOMEN'S HEALTH >

Women Get Worse Care for Heart Attack

Video on Kegels: What are They and Why They're Important

Biases Mean Men Dubbed 'Brilliant' More Often Than Women

No Asbestos Found in New Tests of Baby Powder: J&J

MEN'S HEALTH >

Leonardo's Vitruvian Man Close to Modern Measures

Stop Avoiding That Doctor's Appointment

Could Dad-to-Be's Health Affect Baby's Health?

Male Body Image

TEEN HEALTH >

Opioid Use By Teens a Red Flag for Other Dangers

Lesbian, Gay Youth at Higher Risk for Self-Harm

Study: Less Sleep For Teens = More Unsafe Sex

Teens Uniquely Vulnerable to Marijuana's Effects

Beauty, Balance & Relationships



BEAUTY >

Slideshow: Surprising Uses for Tea Bags

Slideshow: Surprising Uses for Cornstarch

DIY Body Scrubs

7 Best Natural Ingredients for Your Skin

BALANCE >

Golden Retriever Comforts California Firefighters

Many Stay Optimistic for Most of Their Lives

Does Having a Sense of Purpose Improve Your Health?

Video on: Exploring a Sound Bath

SEX & RELATIONSHIPS >

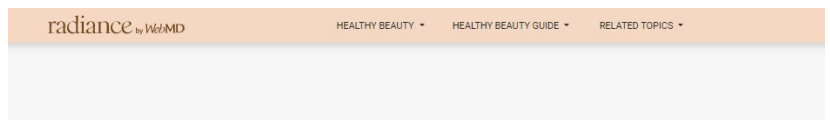
Sex Video on How a Woman Reaches Orgasm

More Young Americans Are Going Without Sex

Is Your Body Aging Faster Than It Should Be?

Slideshow: Foods to Eat and Skip Before Sex

उस उप-विषय पर सीधे नेविगेट करने के लिए एक उप-विषय पर क्लिक करें



Healthy Beauty Feature Stories

7 Best Natural Ingredients for Your Skin

By Liesa Goins

TODAY ON RADIANCE

- Beauty Oils: Benefits of Coconut, Argan, and More
- Sun Safety: Tips to Help Save Your Skin From Damage
- Reduce Wrinkles: 9 Secrets to Smoother Skin

SECTION 4: जैसे ही आप LIVING HEALTHY पेज के अंतिम भाग पर स्क्रॉल करते हैं, WebMD अधिक उपयोगी स्वस्थ रहने की जानकारी और उपकरण प्रदान करता है।

Health Solutions FROM OUR SPONSORS

Dupuytren's Treatment
Help Prevent a Future DVT/PE
Enlarged Prostate Facts
Inherited Health Risks

Safe ED Meds Online
Relapsing MS Treatment
High Cholesterol Risks
SPF and Your Skin Type

Colorado Cancer Centers
Shot-Free MS Treatment
Living With Psoriasis?
Your Child and COVID-19

Myths About Epilepsy
Endometrial Cancer
Generic Medication
New COVID-19 Treatments

More from WebMD

MS: Tools to Keep Your Mind Sharp
Staying Safe Outdoors With MS
Build Your Migraine Response Kit
Non-Drug Migraine Relief

What Are Blocked Hair Follicles?
First Psoriatic Arthritis Flare
Stages of Rheumatoid Arthritis
Psoriasis in the Salon

Foods and Ulcerative Colitis
Common Psoriasis Triggers
B-Cell Therapy for Multiple Sclerosis
Where Breast Cancer Spreads

How to Treat a Crohn's Flare
Why Prostate Cancer Spreads
Multiple Myeloma Explained
Types of Spinal Muscular Atrophy



अब, आइए एक स्वस्थ जीवन विषयों के बारे में विस्तार से देखें। हम अपने उदाहरण के रूप में स्वस्थ सौंदर्य का चयन करेंगे। नीचे दिए गए "स्वस्थ सौंदर्य" बॉक्स पर क्लिक करें:

Living Healthy

Find your best self here. Discover new ways to live an inspiring life through natural beauty, nutrition and diet, an active lifestyle, and better relationships.

Healthy Beauty

Food & Recipes

Weight Loss & Diet Plans

Fitness & Exercise

Sex & Relationships

50+: Live Better, Longer

Balance

Women's Health

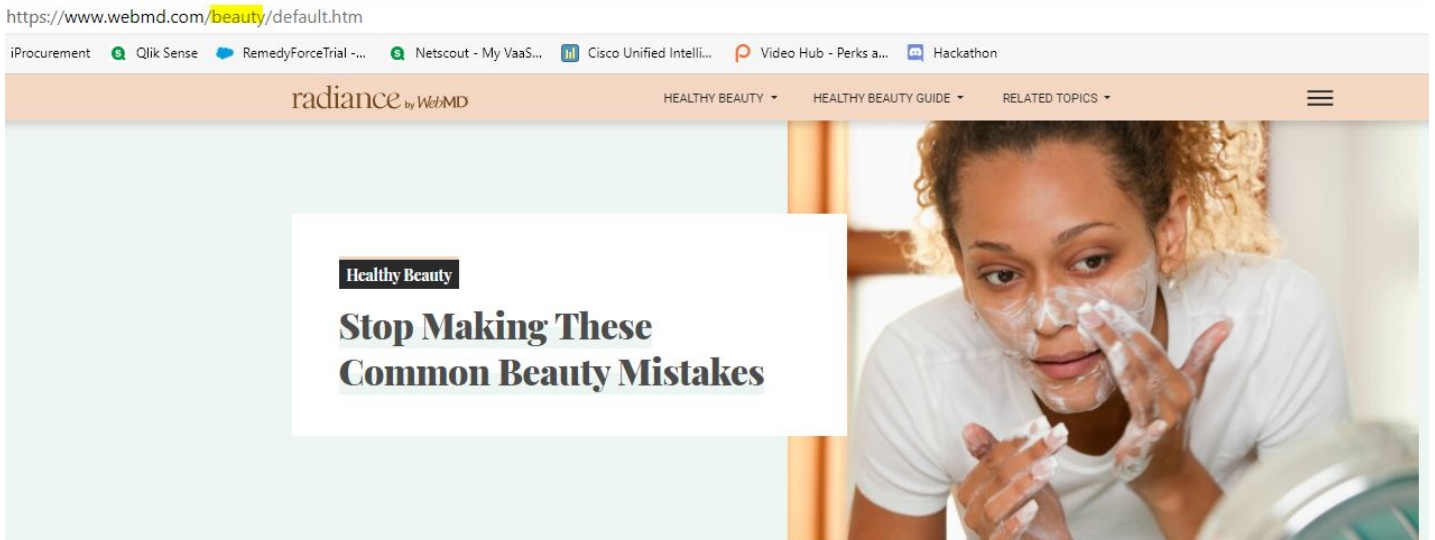
Men's Health

Teen Boys

Teen Girls



LIVING HEALTHY पेज पर "हेल्दी ब्यूटी" पर क्लिक करने से आप "radiancebyWebMD" पर पहुँच जाते हैं।



इनमें से किसी भी शीर्षक पर क्लिक करने से सबटाॅपिक्स की एक सूची मिलती है



यहाँ मैंने HEALTHY BEAUTY पर क्लिक किया है और प्रदर्शित उप-विषयक हैं जिनमें से चुना गया है:

घर आपको मुख्य स्वास्थ्य सौंदर्य पृष्ठ में रखता है समाचार आपको छपे लेखों आदि के साथ दूसरे पृष्ठ पर ले जाता है। एक्सप्लोर करने के लिए प्रत्येक पर क्लिक करें

नोट: सभी मुख्य विषय क्षेत्रों (खाद्य और व्यंजन, शेष राशि आदि) का एक समान रूप और नेविगेशन है

हेल्दी ब्यूटी के कई सेक्शन और संसाधन भी हैं। पेज को नीचे स्क्रॉल करें और एक्सप्लोर करें। ब्याज के किसी भी आइटम पर क्लिक करें।

Face & Body



SLIDESHOW

Your Lifestyle and Your Skin

Learn how what you eat, where you go, and how you feel makes an impact.



ARTICLE

In a Skin Care Rut?

Give your routine a tune up with these 7 best natural ingredients for your skin.



QUIZ

The Truth About Cosmetic Surgery

Separate myths from facts about breast implants, eyelid surgery, and more.



ARTICLE

Determining Your Skin Type

Normal, oily, dry, combination, sensitive? Here's what they all mean.

Trending Topics

Laser Hair Removal

Varicose Veins

Stretch Marks

Microdermabrasion

Sun Safety

Cosmetic Fillers

Breast Reduction Surgery

Cellulite

Chemical Peel

Skin Care Product Ingredients

Electrolysis

Wrinkles

Hair & Nails



ARTICLE

All About Laser Hair Removal



QUIZ

The Truth About Your Tresses



SLIDESHOW

15 Tips for a Great Manicure Every Time

Makeup & Cosmetics

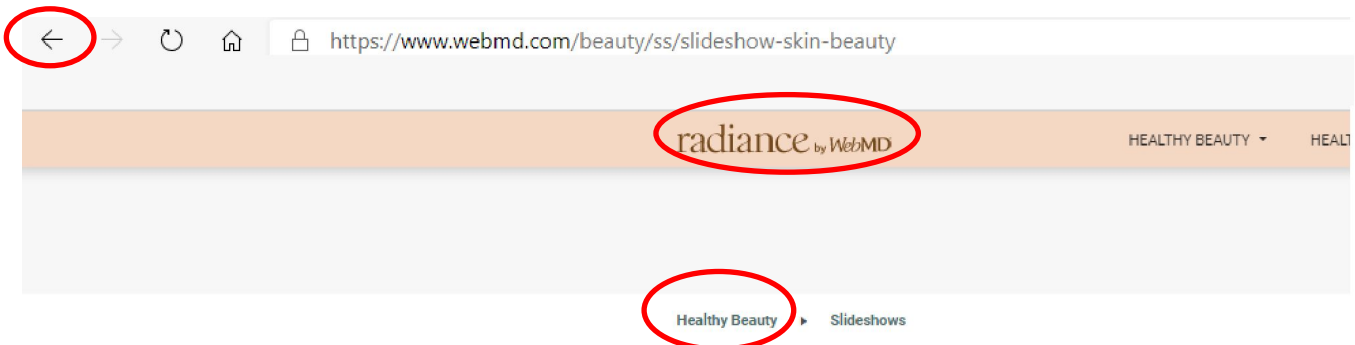


ARTICLE
4 Ways Retinoids Could Help Your Skin



QUIZ
How Much Do You Know

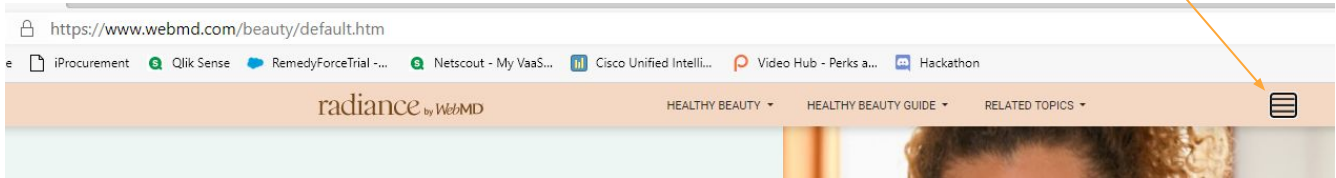
पिछले पृष्ठ पर वापस जाने के लिए बस अपने ब्राउज़र के "बैक" एरो पर क्लिक करें या पेज पर मुख्य आइकन पर क्लिक करें (नीचे दिए गए क्षेत्रों को देखें)



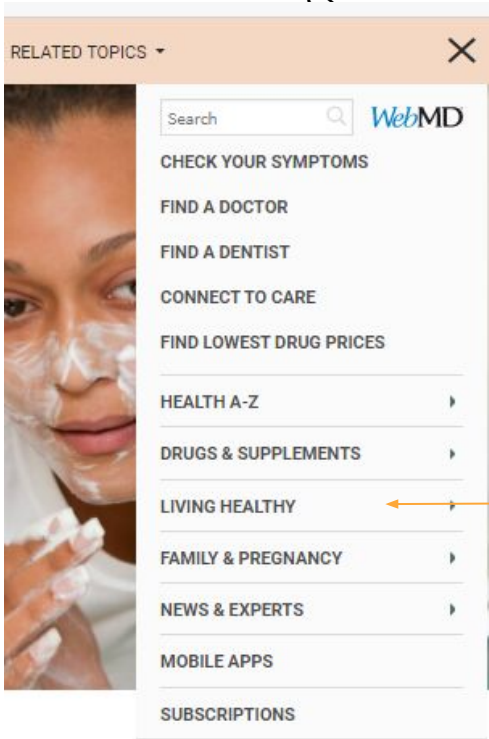
अब एक और विषय आजमाते हैं... ..

आइए मुख्य LIVING HEALTHY पृष्ठ पर वापस जाएं। आप या तो अपने ब्राउज़र पर "वापस" बटन पर क्लिक कर सकते हैं या

अपनी स्क्रीन के दाएं कोने में स्थित इस बॉक्स पर क्लिक करें



यदि आप बॉक्स पर क्लिक करते हैं, तो आपको इस ड्रॉप डाउन के साथ

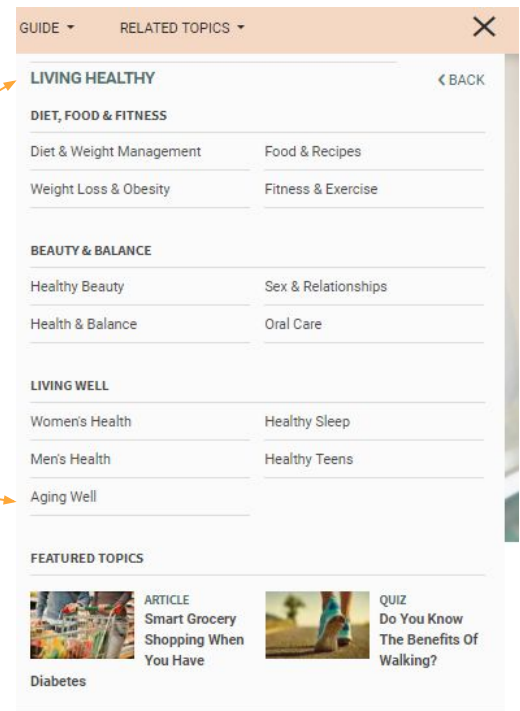


इसके बाद यहां क्लिक करें

फिर मुख्य LIVING HEALTHY पेज पर जाने के लिए यहां क्लिक करें

या

अपनी पसंद के किसी अन्य विषय पर क्लिक करें
... चलो "एजिंग वेल" की कोशिश करें



यदि आपने "एजिंग वेल्" चुना है तो आपको इस पृष्ठ के साथ प्रस्तुत किया जाएगा:

COMPASS by WebMD

HEALTHY AGING HEALTHY AGING GUIDE RELATED TOPICS

Healthy Aging

Your Body As You Age: What's Normal, What's Not?

Healthy Aging Basics Preventive Care Relationships & Sex

Caregiving Planning for the Future

Food & Fitness



SLIDESHOW

Best Foods as You Age

From sweet potatoes to spices, here's what you should be eating.



SLIDESHOW

Taking Your Vitamins?

Find out which ones will benefit you – and which won't.



ARTICLE

Why Exercise Matters

Learn how working out benefits your body and your brain, plus ways to work it into your every day.



ARTICLE

The Facts About Omega-3s

Why you should add more fatty acids to your diet as you age.

Top Search Terms For Healthy Aging

अब अलग-अलग श्रेणियों का चयन करने के लिए क्लिक करके अभ्यास करें ... बहुत सारे हैं जिनमें से चयन करने के लिए ... मैंने लाल बक्से के साथ कुछ पर प्रकाश डाला है।

अधिक दिलचस्प विषयों और टूल के लिए पृष्ठ को नीचे स्क्रॉल करना न भूलें।

WebMD की लाइव हेल्थ की खोज करने के लिए आपको बधाई!