এডিটোরিয়েল

তোকঙা মখোঙ পাল্লকপা

জে সি আই এল পি এস কী মখাদা চঙশিল্লকপা খোঙজং খুদিন্মক মীয়াম্না য়ানা চঙশিল্লকখিবা ঙাক্তনি হায়বসি য়াম্নমক চুম্লবনি। জে সি অসিগী মখাদা লৈবা মহৈরোই লুপশিংনা কৌখিবা পুং ৪৮ গী বন্দ মনুংদা তঙাইফদবা নত্তনা কনাঙম্বা মীওই অমত্তা মপান থোক্লখিদে অমদি ওফিস কায়খিদে অমসুং লল্লোন –ইত্তিঙী থবক পুন্না লেপ্পখি। বন্দ অসিবু মপুং ফাহনখিদবদি বন্দ শৌগৎপা কাংবুশিংনা বন্দগী মরমচৎ অদু মাংহনখিবা অদুনি। মীয়াম পুন্সনা য়ুমদগী মপান থোক্তনা লৈনরগা বন্দ মনুংদা থোক্তুনা লন্নী থীংবা মীয়ামগী মশিংনা হেনগৎলকপা হায়বসি কৌরিবা বন্দ অদুবু মশক থীহনবনি অমরোমদনা বন্দ কৌরবা মতুং য়ুমদা লৈশিনখিবা অমদি লোংলগা লৈখিবা বন্দ খুৎতৌ অদুদি জে সি আই এল পি এস কী মহৈরোই কাংবুনা কৌখিবা বন্দ অসিগা মায়াদে। থোইদোক্লা অকন্না মখলগী বন্দ অমা ওইখি হায়বসি মীয়াম্না খঙলবনি। তৌবতবু বন্দ অসি করিগীদমক কৌরিবনো অমসুং মীওই কয়া য়াম্না লন্নী সরক্তা থোক্লরকখিদবগে হায়বসি পাথোকপা অমা চঙই। শম্না হায়রবদা বন্দনা খ্বাইদগী শোকহল্লিবা মফমশিংদা লৈরিবা মীওইশিংগী চাদা ৭০ দি য়ুমদগী মপান থোক্লরক্তে অমসুং লেমহৌরিবা চাদা ৩০ চাং অদুদগী চাদা ২০ লোম্না লৈকয়–লৈকয়দা ধার্না তৌদুনা দিমান্দ কয়া চথখি। মদু য়াম্না দিমোক্রেটিক ওইবা খোঙজংনি অমসুং চাদা ৭০ না দিমান্দ অসি সপোর্ট তৌই হায়বদু তাকপনি। লুরিবদি অতক ফজবা মীয়াম্না শরুক য়াবা খোঙজং অসি চাদা ১০ গী চাংদা লৈবা মীওইশিংনা অরানবা মওং অমদা লমজিংনবা হোৎনখিবসিনি ।

মসিদি য়াম্না খছবা মীওই কাংলুপশিংনা চহনগদবা মওং নত্তে। দিমান্দ চপ মাঙ্গৈ, খোঙজংসু অয়াম্না মীয়ামগী ওইনা মান্নারি। তৌবতবু কা–হেন্না লিচংনা মাং থারগা য়াম্না তাইওলেন্ট ওইবা মওংদা চথরকপা অসিনা খোঙজংসিবু লুচিংবিনবা লৈতবা পান্দম য়াওদবা খোঙজং অমগুম ঊহনখিবরা হায়বসি খোঙজংলোইশিংনা খছবা মতম ওইরে। তাল্লিবা দিমান্দ অসি মণিপুরগী অমদি মণিপুর মীয়ামগীনি অমসুং তুংগী মীরোলগীদমক্তনি হায়বসি য়াম্না শেংনা খছবা মথৌ তাই। খোঙজংসিগী রারোইশিন অমা পুরক্লরা হোৎনবদা জে সি আই এল পি এস কী অচৌবা থৌদাং অমদা লৈ অমসুং মদু মণিপুর সরকারগা জে সি অসিগা শেমগদৌরিবা বিল অমসুং মদুবু লৈবাক্লা য়াহন্না ওইহায়বগীদমক শেমদোক–শেমজিন তৌবগী মথৌ তাই। করিগুম্না নৌনা শেমদেক্লবা বিল অদুনা মীয়ামগী মায়োজো লৈরম্না তারগদি মতম শাংনা চঙশিল্লক্লিবা খোঙজং অসিগী পান্দমদু ফংবা গুম্রোই। অদুনা অথুবা মতমদা জে সি আই এল পি এস কী মীহৎশিংগা সরকারদা হৌজিক লানখৎলিবা শেন্নেবা বিল অদুগী মতাংদা য়াম্না কুপ্পা খন্নবা অমসুং অরেপ্পা বিল অমা মীয়াম্নসু য়াবা মওংদা পুথোক্লবা হোৎনবগী তঙাইফদবা লৈ। মতাংসিদা খ্বাইদগী চাওনা মীয়ামদা তোকঙা শব্দোরক্লিবা কয়া অসিদগী ঙাকথোক্লবা নাকল অনিমক্তগী থৌরাং লৌখৎপগী তঙাইফদবা লৈরে।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

চুম্লবদি অফবা ওইরক্লোই হায়নিংই

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

করি মরমগীনো ঙসি ভরতকী প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদি সরকারনা য়াম্না লাংতক্লবা মরকসিদা এগ্রিমেন্ট সাইন তৌগে হায়নরক্লিবসিনি। হৌখিবা ২০০০ জানুয়ারি ১৮ গী অদুবু মোদি সরকারসিনা ফমলিবা দল অসিনা রাইহে শোয়খিবদগী থরাই ১৮ গী খোঙজং ওইহন্দুনা লৈবাক ঈরাং থোকখিবা নিংশিংদবা ঙমদে। মতম চুপ্পদা তোয়না তোয়না অরাম্না রাখল্লোন্দা লমজিং মৈরা ওইরকখিবা য়ুমথংনরিবা , ষ্টেট অমা ওইখবসিনা নোমেত্তা কাংদে অমদা নত্রে অমদা হোং হোদুনা চথরকখিবা থৌদোকশিং। তশেংনা নাগাংলগু হায়বসি অহল লমনশিংনা লীরম্না রারী অমদি মদুগী ডোকুমেন্টশিং বৃটিশ কৌবা জাতীনা খংনা রেকোর্ড তৌরগা লৈখ্রবনি। অচুম্বা অরাম্না খুদোল মরিতনি হায়নরিবনি। নাগালেণ্ড হায়বা রাইসৈ শুক্রে লৈরমদবগী ইংলিস জাতীনা আসাম ফাওনা মণিপুর চংশিল্লকখিবা মতম অদুদা থেংনখিবা শক্তম কয়াদু উরুবদগী অফবা রাখল্লোন পুরক্লবা হায়দুনা আসাম অমসি মণিপুর এরিয়াগী লমশিং শরুকশিংদগী খরা খরা খাইদোক্লগা শেমখিবনি। মসিদা অরিবা, ছিট্টি অমা লৈবা নত্তে, লোনসু অমত্তা তিন্নদবা ময়েক লৈতবা ধর্ম্ম তিন্নদবা, চহন–কাংলোন খেয়বশিং লৈরিবনি। লোল হৌজিক ঙাংনরিবা অসি মিন্ন তৌরগা ঙাংনরিবা অমনি। মখোয়গী লৈরম্না শক্লেনগী মতুংইন্না মমিং থোয়া মীয়াম্না খঙলবা ঙাক্তনি। মশাগী লৈঙাক লৈরকপা নত্তবা নিংথৌ পম্না লৈবাক অমা ওইরক্তবা মশাগী ফোসশিং লৈরক্তবা কয়া হৌজিক্তি নহা কয়া শেমগক্তুনা লৈরে। অসিদা ভারত সরকারনা লৈরিবা খংনরিবা ষ্টেটশিংগী অকুপ্পা ঈ–পাও লৌদনা খুৎ থাবা অমবা অচুম্বা নত্তে। হায়নবা অমদা নঙনা হেন্না শাথিখ্রে হায়বগী রোলসি মোডিনা লৌননবগী খোঙ থাংজিল্লি। মসিদা চুনরবদি মোডিনা শাথিবদগী প্রজা মীয়ামগী অশাওবনা লমদমসিদা থম্বাল ফাওবা উবা য়াদবা মতমদু পুরক্তব্র কীভরি।

থম্বাল লৈরাং লাইদা কৎপা পামজরম্না কয়াসু লৈখোক্তী তিঙ্খাং কীখিবা তারবদি থম্বাল থাবিগদবা মীওই অমত্তা হিদাক তৌগে ফংলোই।

অদোমগী।
লমজিংবা মীতৈ
ইম্ফাল রেষ্ট

লুরবা তানফমসিদা নিষা য়াওবীরক্কনু

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

য়াম্না ঙক্লিবদি হন্দক্তী আই এল পি ঈহৌ অসিদা পান্দম ফংনবা খোঙজং চংশিল্লিবা খোঙজংলোইশিংদা ভাব তানবা ঙমদবা থৌওং কা হেন্না য়াওশিক্লকপনা মরম ওইরগা য়াম্না নাতৈ চাদবা থোকহল্লিদবা থৌদোক খরা থোকচিংবসি কনাগী থোইনশিন্নো হনরক্লিবসিনি।

বরগা কৈন্যাগা লুহোংবা লোইরগা হল্লকপদা চহংনখিবা, অঙাং উননবা হোম্পিটালদা পুথথংলকপদা চহংনখিদবদগী গারী মনুংদা অঙাং উনখিবা, সিবা––চঙবা কিদনা ঈহৌগী পাউ খোম্না চংলিবা রিপোর্টশিংবু করেন্নবীবা , এ আই আরগী ষ্টাফ পুবা গারী খোঙজংলোইশিংনা চহংনবা পুম্নমক মীয়াম্না ঙসি ফাওবা চম্মন্নরি। বন্দ লাওথোকপদদি হায়রিবা, ধর্ম্মগা মরী লৈনবা থৌরাম, অনাবাপুবা গারিশিং অমদি মেদিয়াগী থৌ পুরিবশিংদি বন্দ অদুনা অথীবা পীখিদবনি।

হেন্না খংজনিংবদি বন্দ লাওথোকপিরিবা কম্পিটিগী মেয়রশিংনা হঙ্গিন–হঙ্গিননা অসিগন্না মথোং হুতবা খোঙজংলোইশিংগী থৌওং অসি তৌবীগনু তত্তনা লাওথোকপীবসমু ওাব তাঙ্গবা ইচিন–ইয়াউ খবরনা বন্দগী নাম্বাদা নিম্বা শীজিন্নরগী দিল লেন্না মাম্না খোঙজং চংশিল্লবসি তশেংনা কম্পিটিগী অয়াবা য়াওরবা খোঙজংলোই ঙাক্তরা? হিরম অসিদা এডিটরগী পুক্লিং চিংশিন্নীয়ু।

অদোমগী।
অরুনকুমার
কৈরাও

তাং চিকপগী লায়না মখল অমাঃ গাউট

গাউট হায়রগা ঐখোয়না ' তাং চিকপা –নাবগী লায়না মখল অমবু খংনৈ। মসি ঐখোয়গী হকচাংদা য়াওরিবা মহি (টিশু ফ্লাইদ) দা 'য়ুরিক এসিদ' কী চাং হেন্না য়াওরকপদগী থোকহল্লকপা লায়না মখলনি। য়ুরিক এসিদ হায়বসি, ঐখোয়গী হকচাং শাগৎলিবা শদোং (টিশু) শিংদা য়াওরিবা সেলশিংদা মহৌশানা য়াওজরবগুম্না লৈজরবা পোৎশক্লি। অসুম্না য়াওরকপা য়ুরিদ এসিদ অদুবু অনেম–অরাংগী চপ–চাবা চাং অমদা থম্নবগীদমক্তা হকচাংগী থীবোং–থীরিন অমসুং কিদননিদা হেক–হেক চিংথোকই। করিগুম্না হকচাংদা য়ুরিক এসিদকী চাং অসি য়াম্না রাংনা য়াওরক্লবা নত্রগনা কিদননিচীবেনা চিংথোকপগী চাং য়াম্না হন্থরকপা মতমদা গাউটকী লায়না অসি পোকহল্লকই।

হকচাংদা য়ুরিক এসিদ য়াওবগী চাং হেনগৎলকপা য়াবগী মওং য়ামই। হায়দি ঐখোয়না চানরিবা চিঙ্গাকশিংগী মনুংদা অথুম্না ব্রেদ, শা–ঙাগী মরিন, মকন, মকোকনচিংবা অমদি য়ুগুম্না, তুম্নক্লবা মতমদা য়ুরিক এসিদ থোরকহনবা চিঙ্গাকশিং য়াম্না চাবদগী হকচাংদা য়ুরিক এসিদকী চাং হেনগৎহল্লি হায়নাণ থাজনরম্মী। অদুবু অশেংবদি, চানরিবা চিঙ্গাক্লা হকচাংদা য়ুরিক এসিদ হেনগৎহল্লকপা হায়বসিদি থানরক্লদবসু য়ারবা রাফম্নি। মসি হেনগৎহল্লক্লবগী অতৈ অচৌবা মরম কয়ামরুম লৈরি। মদুগী মনুংদা কিদননা হকচাংদগী য়ুরিক এসিদ চিংথোকপগী থৌদাং রাংথরকপা হায়বসিনা খ্বাইদগী মরু ওই। মসিগুম্না অসি মতম কুইনগী ওইনা কিদননা শৌগৎপা / শাগৎপগী লায়না (ক্লোনিক নেফ্রাইটিস) না নারক্লবা নত্রগা ঈশিং চংপদা নুঙইনবা শিজিয়বা হিদাক–লাংথক শিজিয়বদগী ওইরকই। অদুবু রাফম অমখক্তি হকচাংদা য়ুরিক এসিদকী চাং য়াম্না রাংনা লৈরে হায়দুনসু মীওই অমদা গাউটকী লায়না হেক্তা লাইচুরক্লদবা নত্তে। হকচাংদা য়াওরক্লিবা–হেনগৎলক্লিবা য়ুরিক এসিদশিং অদুনা হকচাংগী তাংশিংদা উনশাগী মনুং থংবা শরুকশিংদা নত্রগা কিদননিদা তুংশিন্দুনা লৈপ্রবা কান্দতা গাউটকী লাইওং ওইরকপা য়াই। লাইওং অসি মতম খরগী ওইনা খুদম খুদক্তা নাহল্লকপা নত্রগা মতম শাংনা নাদুনালৈবা লাইওং মখল অনি থোক্লা ওইগল্লি।

গাউটকী লায়নানা মথী ফোঙলক্তুনা কনাগুম্বা মীওই অমবু নাহল্লকপা হায়বসি অহানবদদি ইখং –খংহৌদনা হেক্তা হৌরক্কল্লি। মদুদা খোঙগী খোঙবী অচৌবা অসি শোয়দনা য়াওগল্লি। মদুনা মরম ওইদুনা গাউটকী লাইওংবু খোঙ ফাজিন–চিংশিনবগীলায়না হায়নসু খংনৈ। গাউটকী লায়না হেক হৌরকপদা খাংঙমদবা মওংদা নারকপগুম্না তৌগনি। মদুনা মরম ওইদুনা, তুমথরুরবা নুমিদাংগী মতমদসু খংলাক্লনা মীংকপ থোরকপা য়াই। খোঙগী খোঙবী অসি য়াম্না থোংথবা মওংদৌলরগা ঙানে লংখংলক্কনি, অদুগা উনশাগী খ্রং–খ্রং কংশিনবগী মওংদা লৈগনি, খোঙবীগী মথক্তা চুন্নগী অপাবা মোম্পাক ফিদক্লা কুপশিনবা ফাওবদা, মদুগী অরুম্না ফাওবদা পুবা ঙমদবা অনাবা ফাওগনি।

কর্টেসিঃ হেল্ঠ এণ্ড ন্যুট্রিসন

খোঙদোনলোমগী শিংলি নাওরি খুদিন্মক ক্রক–ক্রক লাকশিন–চিংশিক্লপদোনা তৌগনি মদুগা লোয়নানা অনাবসু নিংথম চনশিল্লকপগুম তৌরক্কনি।

মসিগুম্বা খুদক্তা খংহৌদনা হৌরকপা গাউটকী মওং অসিদি, লায়েংলুগী থোইদোকপা কায়বা লৈতে। অনাবদু নুমিৎ ছন্নিদগী তরানি ফাওবরোম কয়া হৌরগ্রম্না মথন্তা অমুক ফজরক্কনি। অদুম ওইমমক চিকপা–নাবা ফহনবা ঙুরা হিদাকশিং (এন্টি ইনফ্লেমাটরি দ্রগস) বু নীয়ম চুম্না শিজিয়রবদি য়াম্না কায়বা ফংই। মদুসু অনাবা হেক হৌবদা পম্বদনা য়ারিবমখৈ থুনা চাবীবা হৌগদৌবনি ।। থেংথম্রবদি হিদাক্কী ময়াম্না ইকম–কমথবগুম থোকহল্লি। হিদাক্কী মতাংদা নিংশিংবীগদবা অমনা এম্পিরিনগী মখলশিংদি গাউটকী অনাবগীদমক্তা শুংশি শিজিয়বীরোইদৌবনি, এম্পিরিন্না কিদননা য়ুরিক এসিদপু হকচাংদগী চিংথোকপগী মথৌ তৌবদা শোম্বহল্লি।

অসিগুম্বা খংহৌদনা হৌরকপা গাউটকী অনাবা অসি অমুক ফম্রগম্নু, মতুংদা অমুক হৌরক্লরোইদবনি হায়না লৌবা য়াদে। মতুং হপ্তা খরগী নত্রগা থা খরগী মনুংদা অমুক হেক্তা হৌরকপা য়াই। অসুম্না নারকপা অনিনা কনাগুম্বা মীওই অমবু লায়না অসিনা কুম্বুদুনা লাইচুরবা হায়বদু ওইহল্লকপা য়ারি। মসিগী মরম্না তাংশিং, উনশাগী মনুংশিং অমসুং কিদননিদা পকশিন্দুনা লৈপ্রবা য়ুরিক এসিদকী থুমলিকশিং অদুনা হকচাংগী মফমশিং অদুবু তুং কোইনগী ওইনা শোকহল্লকপনি।

য়ুরিক এসিদকী থুমলিকশিংনা শরু–শরুগী তাইনফমশিংদা পকশিনখিবা মতমদা, হায়া ইকো–কোম্না অপনবা য়াওদনা থেকক্তোক–থেকচিন, লেংথোক লেংশিন তৌরবশিং অদুদা অকায়বা পিরক্তুনা পোমখৎহল্লকপনচিংবা তৌরক্তুনা লেংওৎপদা অপনবা পিরকই। উনশাদা নপশিনখিবা য়ুরিক এসিদনা হকচাংগী মফম কয়াদা পোমখৎপগুম্না তংথোকহল্লকই। মসিগুম্বা অসি নাকোংগী অকোইবা মপান খুনিং অমসুং অতৈ খুৎকী শরুকশিংদা তৌগল্লি। অদুগা ব্রাফম অমনা গাউটকী লায়নানা নাবা হৌরকপা অমনা শোকহল্লকপনি। নিংথিনা লায়েংথোকহৌদ্রবদি (কিদনিগা মরী লৈননা) কিদনিদা পকশিলহৌরবা অমসুং পকশিল্লক্লদৌরিবা য়ুরিক এসিদকী থুমলিকশিং অদুনা কুইশিল্লক্তুনা নুং ওনশিল্লকই। অদুনা কিদনিদা নুং লৈবগী লায়না ওলহল্লকই।

গাউটকীদমক্তা থোইদোকপা লায়েং অমা লৈতে হায়জরগসু, লায়না অসিনা লাইচুরবা মীওইশিংনা অখঙ–অহৈ ডাক্তরশিং তানবীদুনা কিদননা য়ুরিক এসিদ চিংথোরকহন্নদা মতেং ওইননবা মখল মখা লায়েংশিং নিংথিনা চৎথবীগদবনি। মদুগুম্বা হিদাক–লাংথকশিং অদুগী মথক্তা অনাবশিংনা হক্কী ঈশিংদা খরি (আলকালিন) গী চাং হেনগৎহয়বা হিদাক্কা লোয়েননা ঈশিং য়াম্না মরাং কায়না থকপীগাদবনি। খরিগী চাং য়াওবা মহিদা য়ুরিক এসিদকী থুমলিকশিংনা তুম্বা ঙমই হায়বসি নিংশিংবীগদবনি।

ময়ামসিগা লোয়েননা হকচাংদা য়ুরিক এসিদকী চাং হেনগৎলক্তনবা চেকশিন থৌরাং কায়াসু অখঙ অহৈশিংগা তানবীদুনা চথবীগাদবনি। অদুম তৌরবদি গাউটকী লায়নাদগী তুং –কোইনগী ওইনা ঙাকথোকপা ঙমগনি।

লফোই চাবগী কান্নবশিং

ঐখোয়না ইখং –খংনরবা উহৈ মখলনি–লফোই । মসি কান্নরবা চিঙ্গাক ওইনা শিজিন্নবতা নত্তনা অপাৎ–অতংগী অচিক–অনাশিং অমদি দাইশেঙ্গিনচিংবা লায়নাশিংদদি ফরবা হিদাক মখল ওইনসু চাৎনে। তাইফোইদকী অরুম লাইহৌ থাদোরকপদদি লফোই চাগদবমক্লি হায়নৈ অমসুং পিজনৈ।

লফোইদা, হকচাংগী ইনর্জি হঙ্গৎহনবা অমসুং টিসুৎশিংবু শেমগৎপদা মরুওইবা ডিটামিন অমসুং মিনরেল কয়ামরুম পংথোক থোক্তবা মওংদা য়ানশিন্নদুনা পুক্লপ য়াওই। মসিগী কেলোরিক তেল্যুসু অতৈ উইহৈশংগা মান্নদনা য়াম্না রাংই। খরা চাওবা লফোই অমদগী কোলোরি ১০০ গী চাংদা ফংবা ঙম্মী। ঈশিংগী চাংদি নেন্নগা মপং ওইবা চিঙ্গাক্কী চাংনা য়াম্না রাংই। হকচাংদা ইরাই–লাইনা চশিন্দুনা হেক্তা তুম্বা ঙম্বা চিনিগী শরুকসু চাং–রাংনা য়াওই, অদুনা থবক রানা শু–নোন্নুবদগী চোকথবরবা হকচাংবু খুদক্তা তেকখথহনবদদি লফোই চাবসিসু খ্বাইদগী থোইরবা অমনি।

লফোইদা কেলসিয়ম, মেগনিসিয়ম, ফোসফরস, সলফর, আইরন অমসুং কোপর হায়রিবা মিনরেলশিং অসি মরাং কায়না য়াওই। প্রোটিনগা ফেটকগী শরুক্তি খজিক্ত চাং–হন্থনা য়াওই, অদুবু শঙ্গোমগা চামীয়রবদি অরাংপদু মেনখৎপা ঙম্মী। লফোইগা শঙ্গোমগা হায়বা চিঙ্গাক অসিমক্তবু মরপে–মরাং তন্নক্লিবা অঙাংশিংদদি খ্বাইদগী মমল য়াম্নবা চিঙ্গাকশিংগী মনুংদা অমনি। লফোইদা ডিটামিন এ, বি ,সি, ডি অমসুং ঈ মরাং কায়না য়াওই। ডিটামিন সি রাপদগী থোরকপা 'স্কুর্ভি' হায়বা লাইয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্বদি লফোইনা খ্বাইদগী ফবা অনিশুবা চিঙ্গাক্লি। লফোইদা ডিটামিন এ গা কেলসিয়ামগা চাং রাংনা য়াওবনিন, মসি চাবনা মীৎ অমসুং য়া ফহনবদা নিংথিনা মতেং পাঙই।

কর্টেসিঃ হেল্ঠ হেরাল্ড

আইরনগী চাংসু য়াম্না রাংনা য়াওই, অদুনা ঈ রাংপা মীওইশিংদদি লফোই চাবনা কান্নবা য়াম্না ফংহল্লি। শম্না হায়রবদা ময়াং কংবদগী নোইনিলেবা কাংবুদি লফোইগা শঙ্গোমগা চাং নাইনা চাবীগদবমক্লি।

অখং অহৈশিংনা থিঙ্গিল্লবা মতুংদা খংলকপা লফোইগী কাম্নবশিংগী মনুংদা মরুওইনা পনবা য়াবশিংদি লফোইগী পিজরকপা অঙাং অমনা পিজরক্তবা অমদগী চাওদম শাংগনবা অমসুং মশা মউ ফবা হেল্লি, লফোই চাবনা মীওই অমবু মশা ফনা অমসুং নহা ওইথোক্লা লৈহনবদা মতেং পাঙই, কিদনিগা মরী লৈনবা লায়না চেনবা মীওইশিংদসু লফোইদদা প্রোটিন অমসুং ফেটকী শরুক্লা চাং নেম্না য়াওরগা কার্বোহাইড্রেডকী চাং রাংনা য়াওবননা য়াম্না কায়বা চিঙ্গাক মখল অমা ওইহল্লি, লফোইগী থোৎপা অমসুং পেৎপা মওংসিনা মসিবু থীবোং থীরিনগী বেরা লৈবশিংদা মপুঙ ওইবা চিঙ্গাক ওইনা পিজবদা য়াম্না কান্নহল্লি। মপুং ওইবা চিঙ্গাক ওইনা লফোইবু মপুং ওইবা চিঙ্গাক ওইনা শিজিন্নদুনা কোঙংগো (আফ্রিকা) দা লৈবা রবর ফোরেষ্টশিংদা থবক শুবা শিন্নীশিংদি লফোইখক্তমক চারগা থা কয়ামরুম ফাওবা লৈহে হায়রি।

খ্বাইদগী অথোইবা হিদাক্তি নোকপনি

জিব পানবশিংগী, মরুওইনা ঐখোয় মীওইবগী ময়থোঙদা তারিবা শকফমগা থমোয়দা ফাওরিবা রাখলগী ঈথিলগা মরী লৈনৈ হায়বসি খৃঃ ১৮৭২ দা চার্লস ডার্য়িন (চার্লস রোবর্ট ডার্ব্বিন – ১৮০৯–৮২– বৃটেন্দা পোকথিবা, মহৌশাগী ওইবা ফিক্তমশিংদা জিব পানবশিংনা থোরক্তুনা মথং–মথং হৌরকখিবগী মরী–মখোঙ তক্লম্না সাইন্টিটিন) নেনবা, অশাওবা অকী তুজুং পোক্লগনা শুক্তোক শব্দোরকপা লংখৎপা হায়বসি হৌনশানি। মদুমক্লগি হায়নরিবসু –'' ময়থোঙদা থম্মোয়গী মমি তাবনি'', ময়থোঙদা থম্মোয়গী মিশেলনি।

ঐখোয়না মরম অমা নত্রগা অমদগী থম্মোয়দা নুঙনাবা, অশাওবা, অকীবা চিংবা পোক্লবদি ময়থোঙদা অথীবা শকফমগী মমি তাহল্লকপদা নত্তনা হকচাংদা অকায়বা কয়া থোকহল্লকই–ঈগী প্রেসর হেঙংলকই, চানিং–থক্লিবগী শক্তি হন্থহল্লকপদা নত্তনা চাবা তুজগী শক্তিসু রাংহল্লকই, হকচাংগী মসলশিংবুসু চোকথহন্নদা হকচাংগী ফিচ্ছু থুইথহল্লকই। অদুবু মসি পুম্নমকসি ঐখোয়না করিগুম্না অমা নত্রগা অমদা মোনখোকচবা ঙম্নবদি ইরাই–লাইনা কোকহন্না ঙম্মী। শম্না হায়রবদা 'নোকপা' হায়বসি থম্মোয়গী অরা–মৈশা খুদিমকপু লাইমাগী রাফম্নখক্তা নত্তনা, মীওইবা ঐখোয় মশেলগী মরক্তা মোমোন নোকপা ময়থোঙখক্তনা হাংদোকপদা লাইনা থোকপা পুক্লিগী লম্বী কয়াসু লৈরিবনি। মদুমক্লনি হায়নরিবসি ''খ্বাইদগী থোইরবা হিদাক্তি–নোকপনি।''

ঙসি চাওখৎলবা বিজ্ঞানগী যুগ অসিদা ঐখোয় মীওইবনা খুদোচানা অমসুং নুঙইনা হিংনবা পোলদমশিং অদু ফনবা ভাব্রবদা ঐখোয়গী পুক্লিগী শান্নিদি পুম্নমক্কী ওইনা মাংহল্লরবগুম তৌনরে। হিংনরিবা পুক্লিগী লাছেদো হিংবা ঙম্নবা নত্রগা হেন্না খুদোচানবা শু–নোন্নুবদা মীপুম খুদিমক্কী নোকচগী মতম ফংহল্লদবগুম তৌনরে। পিক্লিগা অঙাং মাওবদা স্থূলগী হোম রার্ক অমসুং লাইরিকশিংগী রাখলদা ময়থোঙ মক্ক লাম্নবা ঙম্নরবগুম তৌনরে। মসিনা পুম্নমক্কী রাখল্লোন্দা অকায়বা কয়া পোকহল্লক্তুনা মখল–মখা –লায়না কয়ামরুম লাইথুংহল্লকপদা মতে পাঙলবনি হায়বা য়াই।

মহৌশা লাইরেম্বীনা ঐখোয়না পিনবীরক্লবা পুক্লিগী অমুতশিংগী মনুংদা 'নোকপা' হায়বসিসু খ্বাইদগী থোইরবা অমনি। মসিবু ঐখোয়না কউথোংকপা য়্রমদে। অদুবু ঙসিগী য়্রিরবা পুক্লি মহিংশিং অসিগী মরক্তা করম্না নোক্লক্তোদৌরিবনা হায়নগী রাহংদি লাকপা য়াই। মসিগী পাউম্নমসি নোক্লবগী মচক য়াম্না লৈরি হায়বসিনি। খুদম ওইনা রেডিও–টি. ভি নচিংবদা ফাগি জুগায়গী থৌরম মতেক–মতেক থম্লিবা, খবরনচিংবা চেফোঙশিংদা কাঁন্নি অমদি ফাগিগী জগা থম্নদুনা ফোঙনরিবশিং অসি, নুমিৎ চুপ্পা পুক্লিগী অরা মৈশা লাংনরিবা ঐখোয় খুদিনা নোংমগী ঙাহিহাক্ত ওইরবসু মতম কায়থোক্লরগা নোকথোকচবা ঙমজননবনি। ময়ামসিদগী অমদি পুক্লিগী অকোইবদা লৈরিবশিংদগী মীকুপ্প খরদং ওইরবসু অরা–অনা পুম্বা কাউথোক্লক্তুনা নোকথোকচবা ঙম্নবা মচাক থিগাদবনি। মদু থিবা ঙ্গদুনা হেক–হেক নোকচবা ঙম্নবা মীওইদুদি হকচাংদা লাইথুংলকপা য়াবা লায়না কয়ামরুদগী কোক্লবনি।

মহাত্মা গান্ধিনদি তত্তনা হায়রম্মী– ''ঐঙোন্দা য়াওজরিবা নোকথোকচবা ঙম্বগী রাখল্লোন অসি

ডাঃ ডি. সম্বাসিবা রাও

মেলেরিয়া লাকশিনবা

মখা চথরকপা

মেলেরিয়া করিনা থোকহনবগে?
মেলেরিয়া পেরাসাইট (মহিক্রো) মেলেরিয়া নাহল্লি। মসিগী পেরাসাইট মহিকসি য়াম্না পীকই মসিনা মীওইবগী মশাদতা নত্তনা শা, উচেক অমসুং তিল কানচিংবদা লৈবা ঙমই।

মীওইবগী হকচাংগী করম্না শরুক্তা মেলেরিয়াগী মহিকসি লৈরে হায়না উবা ফংবগে?

পেরেসাইতসি মীওইবগী ঈগী অঙাংবা সেলদা য়াওবা উই। মেলেরিয়া পেরাসাইত নত্রগা অঙাংবা ঈগী শেলসি মীৎনা উবা ঙমদে। ঐখোয়না করিগুম্না পোৎ অমা চাওথোকহননবা ঙম্না খুৎলাই (মাইক্রোসকোপ) কী মতেংনা মখোয়শিং অসি উবা ফংই।

মেলেরিয়া থোকহনবা ঙমদবশিং:–

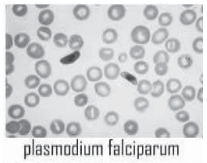
–শেংদবা নুংশিং
–অমোৎপা ঈশিং
–ফত্তবা চিঙ্গাক
–নোং চোংপা
–লাই ফত্তবা

মেলেরিয়া মহিক মখল কয়া লৈবগে?

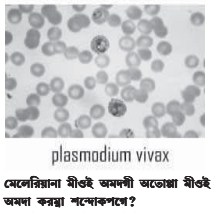
মেলেরিয়া মহিক মখল মরি শুই।
১। প্লাসমোদ্রিয়ম ভাইভেক্স
২। প্লাসমোদিয়ম ফেলসিপরম
৩। প্লাসমোদিয়ম মেরেলি
৪। প্লাসমোদিয়ম ওভেল

ভারতকী মফমশিংদা পি. ভাইভেক্স অমসুং পি. ফেলসিপরম অনি অসি ফংই। অদুবু পি. মেরেলি অসিদি য়াম্না তানো ফংই। মসি চীংগী শরুক, উমং য়াম্না লৈবা ত্রাইবেলশিংগী মরক্তা নাগল্লি। পি. ওভেল অসিনা ভারত্তা য়াম্না তানো নাই।

মহিক মখলশিং অসি মাইক্রোস্কোপকী মতেংনা মশক খংদোকপা ঙমই। মেলেরিয়া লায়না নারবা মফমশিংদা মহিক মখল কয়াম্নুক্তা নাহল্লি। মাইক্রোস্কোপ্তা অঙাংবা ঈগী সেলশিং অমসুং মেলেরিয়া মহিক য়াওবা সেলশিং উবগী মওং মখাদা পীরি।



plasmodium falciparum



plasmodium vivax

মেলেরিয়ানা মীওই অমদগী অতোঙ্গা মীওই অমদা করম্না শব্দোরকপগে?

মেলেরিয়া হায়বসি এনোফিলিস কৌবা কাঙ অমোম্না শব্দোরকপা লায়ননি। অদুবু এনোফেলিস লাবদি পাম্বীগী মহি চুপ্পুনা হিংই অমসুং মীওইবগী ঈ চুপতে। করিগুম্না মেলেরিয়ানা নাবা মীওই অমদা কাঙ অমোম্না চিকপা মতমদা মেলেরিয়া মহিক য়াওরবা ঈ চুপলকই মদু কাঙগী চাকখাও মনুংদা চংখি। কাঙগী চাকখাও মনুংদা মহিকশিংদু চাওখৎলকই। কাঙগী চাকখাও মনুংদা মচা পোক্তনা মশিং য়ামখৎলকপা মতম নুমিৎ ১০ দগী ১৫ ফাওবা চঙই। মসিগী মতুংদা কাঙ অসিনা মশা ফবা মীওই অমদা চীক্লবা মতমদা পেরাসাইট ''সোপোরোইজোইট'' মহিকশিং মীওইদুনা চংখি। পেরেসাইট মহিকশিং অসি কাঙগী মতিনগী মতেংনা মীওইদুদা চীকপা মতমদা থাজিনখিবনি। মহিক চংলবা এনোফেলিস কাঙ অমোমদি হিংলিবা মখৈ মহিক্তু মশাদা য়াওদুনা লৈরগনি।

মেলেরিয়াগী মহিক্তু হায়া মীওইবদা থাজিল্লবা মতমদা মসিনা মীওইদুগী ফিরাক্তা হিংদুনা লৈগনি অমদি মচা পোকখোরক্লনি। পেরেসাইট অসিনা অঙাংবা ঈগী শেলদা (আরঃ বিঃ সি) শোকহননকপদগী মীওই অদু মেলেরিয়ানা নাহল্লকই। মীওই অদু নুমিৎ ১০ দগী ১৪ ফাওবগী মনুংদা লাইহৌ তৌরক্লনি। (মহিক শব্দোকপা মতম)। অতোঙ্গা এনোফিলিস কাঙ অমনা অনাবদুদা অমুক চিক্লবা মতমদা মেলেরিয়া মহিক (গেমেটোসাইট) য়াওবা ঈ অদু অমুক চুপখি। মতৌ অসুম্না মেলেরিয়া পেরেসাইট মহিক অদুগী শায়োন অদু মপুং ফারদুনা অনাবা মীওইদগী নাম্রিবা মীওইদা শন্দোক্তুনা লৈরে।

মহিক চেন্নবা কাঙনা চীক্লবা মতুংদা মীওই অমনা নুমিৎ কয়ানিগী মতুংদা অরুম লাইহৌ হৌদুনা নাবগে?

মহিক চেন্নবা কাঙনা চীক্লবা মতুং নুমিৎ ১০ দগী ১৪ ফাওবগী মনুংদা মীওই অদু অরুম লাইহৌ তৌগনি। (মতমদুদা পেরেসাইট মহিকশিং অদু অনাবদুগী ফিরাক্তা লৈদুনা চাওখৎলক্লনি অমসুং মচা পোকখোরক্লনি) মতম অসিগী মতুংদদি মহিকশিং অদুনা ঈগী অঙাংবা সেলশিংদা শব্দোরক্লনি অমসুং অরুম লাইহৌ থোকহল্লক্লনি। কাঙ হেক চীকপদগীনা লাইওং উৎথোক্লকপা মতম ফাওবা অসিবু ইনকুবেশন পেরিওদ হায়না খঙনৈ।