এডিটোরিয়েল

খোঙ্গ্রাই শৎলিঙৈদা যণনা ৱাইহনগুমসি

মণিপুরগী পুরারি অসি চহি লিশিং অনি হেন্থগী পুরারিনি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা য়াম্না তোইনা ক্লেম তৌরিবা অমনি। চহি লিশিং অনি অসিগী মনুংদা মণিপুরদা খুন্দামিয়দুনা লাক্লিবা তোঙান-তোঙান্বা মীওই কাংলুপ কয়া নৈরি। কাংলুপশিং অদু কনা-কনানা হায়বদু পুরারিনা ময়েক শেংনা তাক্তুনা নৈরবা অমা শোইদনা ওইফম থোকই। হায়রিবা পুরারি অসি কনাগুম্বা মীওই ফুরুপ খরনা হেক্তা মপানগী থৌইনশিং য়াওরগা শেমদোক-শেমজিন তৌবা য়াবা নত্তে। পুরারি হায়বসিদি অচুম্বা হায়বদি 'ফেক্ট' তা য়ুম্ফম ওইবা ঙাক্তনি। হৌজিকসু মণিপুরগী চিং-তম অনিগী অৱা-নুঙাইগী তাঙ্কক কয়াদা শরুক য়ামিয়দুনা মণিপুরবু কন্দুনা লাকপগী অমদি চারৌ-মৌরৌনবগী ৱারি শিংবুল কয়া অমা চিঙ্গাং য়ৈনা ঙসিসু অদুমক লিনরিবা, খুলগী অহল কয়ানা নুংশিনা মচা-মশ্তশিংদা পাউদনিবা ঙাক্তনি। শম্না হায়রবদা মণিপুরগী ঙমখৈ ঙক্লিবসি চিংলোন ৯ দা খুন্দারিবা চীংমী ইচিন-ইনাওশিংনি হায়বসি খঙফম থোকই। চীংগী খুলশিংগী অহলশিংনা হায়বদি চহি ৮০ গী মথক্তা লৈবা মীওইশিংনা মখোয়া মণিপুরী নত্তে য়ায়বা রাফম অমত্তা ফোংদোকপা লৈরোই। মনুং হঞ্জিন্না মফমশিংদা লৈবা খুঙীশিংনা মখোয়গী খুলগী বাউন্দরি হায়বদি মণিপুরগী ওইনা লৈগদবা ঙমখৈগী শরুক অদু ঙাক্লি অদুগা মণিপুর সরকারগী থৌশিলশিং য়ৌশিল্লক্তবগী ৱাকও কয়াসু মমাংদা লিরকখিবা থেংশ্রে। মসিদা পুরারিগী মরমৎৎ অমত্তসু খঙদনা হন্দক বিল অহম পাস তৌখিবা অমদি এন এস সি এন (আই এম) গা পিছ একোর্দ সহি তৌনখিবা অদুগী মতুংদা মখল-মখা কয়াগী খোঙজংশিং চঙশিল্লকপা অসিদা ঙাংলি-শক্লিবশিং অসি মখোয় মশাগী ওইবা ইন্দিজিনিটি অদু কাউথোকপনি হায়না লৌবা তাই।

মসিগী মতাংদা তম্পাক্তা লৈরিবা চীংগী স্কোলারশিং অমদি তোপ রেঙ্কিং ওফিসিয়েলশিংনা চীংমী-তম্মী মরী অমদি হন্দক পাস তৌরিবা বিলশিং অসি চীং অমসুং তমদা য়েলহৌমী ওইনা খুন্দারক্তুনা লাক্লবা অমদি হৌজিকসু পুন্না খুন্দা-লৈতামীন্নরিবা মীওই কাংলুপশিং অসিগী খোঙ্গল মুৎখিদনবা অমদি অতৈ মীওই কাংলুপশিংনা মপাগন্দী চঙশিল্লক্তনা লমগী মসু ওইখিদনবা শেম্না বিলনি হায়বসি খঙহন্নবা হোংনবগী তঙাইফন্দবা লৈ। মসিদা চীংমী নত্রগা তম্মী স্কোলারশিংগী তুমিন্না লৈশিন্না মতৌ অসিনা মীওই কাংলুপ কয়ানা শিংচেপ থাজিন্নবা মীওই খরনা মণিপুরগী পুরারিবু লান্না পুখিনবা হোংনবদা মতেং পাংলন্না হায়বগী চিংবনা মীয়ামদা লৈতবা নত্তে। মসিগী মথক্তা মণিপুর সরকার অসিনা মীহৎশিংগী খুখাংদা মীয়াম খঙহন্নবা পুরারিশিং অদু পুথোক্তুনা লিবা অমসুং বিল অহম অসিগী মনুংদা য়াওরিবা য়েলহৌমীশিংগী ওইবা রাফম কয়া খঙহন্নবা হোংনদবসি সরকার অসিগী লেংঙম -শাঙমদবা, খোঙ্গ্রাই শৎলিঙৈদা যণনা ৱাইবগী মতৌ অদু উৎপনি হায়না লৌবা তাই। মীয়ামগী অপাঙ্গা মতুং ইন্না বিল পাস তৌখে, মখা তারকপদি থেক্লবা অমা লাক্লনি খন্দুনা লৈথোকপনদি অচুম্বা লৈঙাক্লোই অমগী হৈশিংবা অদুনি হায়না লৌবা য়ারোই। মৈতৈগী পাওরৌদা -য়োৎতি শারিঙৈদা য়ৈহৌ মওং তান্নবা হায়বা অদু মীয়ামগী মীহৎশিংনা কাউফম থোক্তে। মণিপুরগী পুরারিবু শেমদোক্লবা হোংনরিবশিং অদুদা মৈতৈ পুয়া পায়বশিং অমদি স্কোলারশিংনা অচুম্বদু খঙহন্নবা তাই অমদি মখোয়না শিল্লিবা অমদি তৌরিবশিং অদুগী অফবা মহয় ফংলোয় হায়বসি খঙহন্নবা হোংনবগী তঙাইফন্দবা লৈ।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

মীওইবনা চেকশিন্দবদগী থোকপনি

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

চহি খুদিংগী মালেমগী ওইবক্লিবা ঈশিং-নুংশিংকী ফিভম অসি য়াম্না মুন্না খল্লবা মতুং চহি খুদিংগী ওইনা জুন তাং ৫ অসি মালেমগী এনভাইরোনমেন্ট কন্বা নুমিৎ হায়না মফম খুদিংমক্তা পাংথোক্লরি। হায়রিবা নুমিৎ অসিগী থৌরম অসি ইন্দিয়াগী মনুংদা চহি কয়াগী মমাংদগী পাংথোক্তুনা লাক্লি অমসুং মসিগীদমক উ চারা কয়া মাংজৌনানা শেমদুনা নুমিৎসি লাক্পদা মফম-মফম খুদিংদা থাবা য়ানবা অচৌবা শেলফম কয়াসু থাদুনা লাকখবনি। খ্বাইদগী মরু ওইরিবসি চাওখৎলবা লৈবাকশিংদা হৌজিক ওইরিবা হাইড্রো কার্বোন থাদোকপা হেনগৎলকপদগী মালেমগী ওইনা শাবগী চাং অসি হেনগৎলকপা ওইবনা মদু কন্ট্রোল তৌনবগীদমক মহৌশাগী ওইনা লৈজরম্না খল অসি ঙাক্তুনা থম্না হায়বসিনা খ্বাইদগী চাওবা উপাই অমা ওইগনি হায়বা অসিনি। ঙসিদি গ্লোবেল ৱার্মিং না মরম ওইরগা মতম নাইনা কুমগী নোং চুগদবা অদুদসু খেন্নবা কয়া লাক্রে। মতম অমদা য়ু এস এগী ট্রেঙ্গ্রোসতা খ্বাইদগী চাওনা মালেমগী মনুংদা ফৌথোক লৈবা অমদি চাথোক লৈবা ষ্টেট অমা ওইরম্না অদু ঙসিদি ওইদ্রে অমসুং হায়রিবা মফম অদুদা নোং তাবগী চাং অসি হন্থবগী মথক্তা লৌ-উবা য়াবা মওংগী নোংজু লৈখিদ্রে। মসিদা অমুক এসিয়াগী লৈবাকশিংদা হান্না লৈরম্না নোংজু-নুংশাগী ফিভম অদু কায়হল্লকপদগী ইকং থোকপা অমদি করিগুম্বা মফম খরদনা হান্না লৈজরম্না মওংদগী হেনগৎনা ফৌথোক লৈদুনা শিজিন্নবা কোন্নবদগী হেন্দোক্লা চাথোক লৈবসু ওইরক্তবা নত্তে। মসি পুম্না অসি অহং-অশাগী খল কায়রকপদগীনি হায়বা মালেম শিম্বুনা খঙই। অদুমক ওইদুনসু মীওইবনা নেচরেল রিছোর্স পুম্না মাহন্দুনা মদুদগী শেলথুমগী ওইনা কান্নবা কয়া লৌরি। মসিনসু অমুক্তা হেয়া ঐথোয়গী অকোইবগী ফিভম অসি কা-হেয়া শোকচিন্নবা মরম অমা ওইহল্লি। মসি খঙবদগী ৱার্ল্ড এনভাইরোনমেন্ট দে অসি পাংথোক্তুনা মহৌশাগী খল কায়রক্লিবা অসি কন্নবা থৌশিল কয়া মালেমগী মফম পুম্নমক্তা পাংথোক্লরকপনি।

খ্বাইদগী নুংঙাইত্রিবদি চহি খুদিংগী অকোইবগী ফিভম কন্নবা থাখিবা উ-চারাশিং অমফাওবা থাখ্রবা মতুং চেকশিন-থৌরাং লৌখৎ ঙবদগী হিংবা ঙমদনা লৈবসিনি। মসিদা খ্বাইদগী মপুং ওইবা থৌদাং লৌগঙৌরিবসি উ-চারাশিং অদু থাখিবা মীওইশিং অদু ওইফম থোকই নত্রগনা উ-চারাশিং পুন্না থাবা ঙম্বগী পাঙ্গল লৈতবা উ-চারা শেম্বদা থোইদোক্লা পুক্লিং লুপখিবা দিপার্টমেন্ট অদুনা মখোয়দগী লৌরগা থাখিবা উশিং অদু উপাল ওইনা হিংহন্নবা থৌদাং অমদি লৌবা চুত্রা হায়বসি খলহন্নিই। মদু তৌদবদগী চহি খুদিংগী অচৌবা শেলফম কয়া অমা মালেমগী ওইনা পাংথোক্লিবা এনভাইরোনমেন্ট দে অসিদা মাহল্লি হায়বসি ষ্টেট অমদি সেন্ট্রেল গভর্নমেন্টনা খঙফম থোকই।

উ-চারাশিং অদু মমল তাংনা শেমগৎখিবনি অমদি মদুনা মীওইবগী পুন্সিনা হিংবদা তঙাইফন্দবা এনভাইরোনমেন্ট অমা কন্নবা হোংনরিবনি হায়বা ৱাখল্লোন অসি চেন্না মীওইশিংনা নুমিৎসি পালন তৌবদা মীয়ামদা খঙহন্নবা হোংনবা তাই। মদু নত্রগদি ইন্দিয়া নত্রগা মণিপুরদা থৌরমসি পাংথোক্তুনা উ-চারা থাবগী কান্নবা অমত্তা ফংবা ঙম্রোই অমসুং মহৌশাগী খল ঙাকপদা অচৌবা থৌদাং লৌবা ঙমগনি হায়বগী থাজবা লৈতে।

অদোমগী,
বিনা মোইরাংথেম
ইম্ফাল ৱেষ্ট

হৈপাল লৈপালগী চারা শেম্বা

(রোজ বদ্দিং)

চারা শেম্বগী ফরবা উপাই ওইরিবা বদ্দিং নত্রগা য়াফচিং তৌবদা পাম্বী অনি অনি চংই। লৈপাক্তা শম্নরিবা মতেক অদুনা 'রুচ ষ্টোক' কৌই। মপাল শাগৌদৌরিবা মতোল লোমগী শরুক অদুবুনা 'শাইওন' কৌই। অনি অদু শমজিন্নরগা পাম্বী অমত্তা ওইনা হিংহনগদৌরিবনি। শাইওনদা মমিৎ অমদগী হেয়া য়াওরক্লবদি য়াফচিং কৌই। আটরগুলাবকী চারা শেম্বদি 'শাইওন' দা মমিৎ অমত্তমক য়াওই। মসিবু বদ্দিং কৌই।

গুলাবগী চারা শেম্বদা নাতোন চাবী পাম্বীনা রুচ ষ্টোক ওইনে। মরমদি মসি গুলাবকা নরুবা ধারানি। লমদমসিগী ঈশিং-নুংশিংতা মশা ফনা লৌবা ঙমই। নাতোনচাবীগী অনৌবা নত্তবা, পেন্সিলদগী খরা হেয়া চাওবা মশাশিং ইঞ্চি ৮ মুক শাংনা করুগা পৈনা-পৈনা য়ুংদুনা কোলোম শেম্মী। কোলোমশিং অদুনা য়ৌরক্তুনা পেন্সিলমুক চাওনা মশা পাল্লক্লবি মশাদুনা নৌরিঙৈদা বদ্দিং তৌবগী মতাং চপ চারে। হায়রিবা নাতোনচাবী পাম্বীসিনা হয়েং তুংদা হৌরক্লদৌরিবা গুলাব পাম্বীদুগী মখোঙগী শরুক ওইহৌগেদৌরিবনি। মসিবু রুচ ষ্টোক হায়না খঙউনে।

নাতোন চাবী (রুচ ষ্টোক) দা নপশিল্লগদৌরিবা, হয়েং তুংদা মতোনগী শরুক ওইরশদৌরিবা, মচেৎ অদুনা শাইওন কৌই। রুচ ষ্টোক্তা নপ্পগদৌরিবা মমিৎ অদু নত্তনা অতৈ মমিৎ অমত্তা চোংহল্লোইদৌবনি। মহাক্তনা তুংগী পাম্বী ওইহৌগেদৌরিবনি। শাইওনগী অতৈ শরুক মচেৎ অমত্তা য়াওহন্দনা মমিৎ অদুখঙক্তমক কোংলগা শেম্বা ওইরবদি 'আই (মিৎ) বদ্দিং' কৌই। মসিদগী (T) বদ্দিং। শিন্ড (চুপ্লোয়) বদ্দিনা শোয়দবনা হেল্লি। লৈমন চনখিবদা ঙায়রিবা গুলাপকী মখোক্লোমদা হন্থংনা থীবদা অহম শুবগী অদুরাইদা লৈবা পোমথোকপদা ঙায়রিবা মমিৎ অদুনা চপ চারবা শাইওনগী শাইজনি।

T / শিন্ড বদ্দিংঃ- রুচ ষ্টোক ওইহৌদৌরিবা নাতোনচাবীগী পাম্বীদুগী নৌনা ইনখৎলক্লিবা ফজরবা মশা অমা খল্লো। লৈপাক্তগী ইঞ্চি মরি মঙা রাংবা মফমদা গুলাপকী মমিৎ (শাইওন) অদু নপশিল্লগদৌরিবনি। মফম অদুদা পাল্লম্না নাতোনচাবীগী মনা অমদি তিংখেনচিংবা পুম্না শেংনা লৌথোকপীরো। মখোঙ অমদি মতোল্লোমদা পানবা মনা অমসুং তিংখেনচিংবদি অদুম লৈজবদা কায়দে। তিংখং য়াওব্রবা মশা অদুদি খুজিলথাং নত্রগা হৈজ্রাংগুম্বা অমদি শিজিন্নদুনা মকু অদু 'T' মওংদা ককখৎপীয়ু। মনুংগী উগী শরুক অদুদি শোকহনবা য়াদে। উ অমসুং মকুগী মরক্তা লৈরিবা মপ্রাম অদুসু য়াওনা কন্নদবনি। 'T' মওংদা ককপা মরম্না মকু মচেৎ অনিদি খুজিলথাং মনিংগুম্বনা হাইদোকপদা শোয়দনা য়াগনি। নৌরিবা উ শাদনা নুংঙাইবসু হেনগনি। মকুদা য়াংলিবা 'T' দুগী অশাংবদু ইঞ্চি অমরোম ওইহণি।

অপাম্বা গুলাপ পাম্বীদগী লৌরকপা পীক্লিবা মমিৎ অমা য়াওবা (শাইওন) ওইগদৌরিবা মচেৎ অদুসু ইঞ্চি অমরোম শাংগদবনি। মমিৎলোম থংবা নাকলদু উ য়াওনা মচেৎ অমা খায়দুনা লৌগনি। মচেৎ অদুগী মতোন মচিদ্দি তুবৎ কক্কনি। মখোক্লোম থংবা মচিন্না নাক য়েংতগী থুইজিন্দুনা তুমহনগনি। পুন্না য়েংবদা চুঙ্গোই (শিন্ড) মওং মানগনি। মমিৎকা লোয়নরিবা মনাদু মখোক তেন্না খাক্লগা ককখৎকনি। মমিৎ য়াওবা মকুদা নপ্রিবা উচেৎতু তপ্পা লৌথোকখিগনি। মচিন তুন্না নাকনদগী হৌনা শেত্তোকপনা হেয়া নুংঙাইগনি।

হৌজিক মমিৎ য়াওরবা মকু অদু নাতোনচাবীগী 'T' মওংদা য়াৎখিবা মকুদু হাইগৎলগা উচন-চানা থিংজিনখিগনি। নাক-য়েংতগী মকু শিংদুনা খুমজিল্লকপদা মমিৎ অদুদি লিৎথোকহনগনি। সেঃ মিঃ ১ পাকপা, ৪৫ মুক শাংবা পোলিথিন পেপর অমনা ঈশিং-নুংশিং চঙদনবা মমিৎতু খাক্লগা য়েংশিনগনি। নুমিৎ মরি মঙানিগী মতুংদা নাতোন চাবী মশাদুগী মতোন অদু মমিৎকী মথক্তা মনা ৩ খাক্লগা ককখৎকনি। নুমিৎ অসিগী মতুংদগীদি পাম্বীদুদা চোংলকপা মমিৎ খুদিংমক কোৎথোক্তুনা গুলাপকী মমিৎ অদুদমক খাক্তদবনি। নাতোনচাবীগী মমিৎ অতৈ চোংবগী তাঙ্গা ফংহনদ্রবদি গুলাপকী মমিৎ অদু য়াম্না থুনা লিৎখৎলত্তুনা ফজরবা মশা ওইরক্লগনি। য়েংলম্না পোলিথিনদু লোংথোক্তুনা চৈঙাক অমদা অনৌবা মশাদু মতম খরদংগী পুনশিনবীরো। মশাদুনা থুনমক মপাম্বী ওন্দুনা ফজরবা গুলাপ অমা অদোমদা খুদোল তন্নক্লনি। বদ্দিং তৌখিবা মফমদুদি লৈপাক্লা ফুমজিনবা য়াদে কাওবীগনু। হৈপাল লৈপালশিংগী চারাশিংসি অয়াম্বা মতমদা মরুদগী শেম্বগী মহত্তা মপাম্বীগী শরুক্তগী মচেৎ অমা কক্তুনা লৌনে। মসি খুদোচাবা য়াম্না লৈ। মরুদগী শেম্বা চারাশিংদি করিগুম্বা কান্দা ঐখোয়না পাম্নুরিবা ধারাদু শেংলমদবা য়াওই। মপালদুনা মহি ওন্ত্রিঙৈদা অতোপ্পা পাম্বীগী মপালদগী লাবগী লৈরিক চঙখিবদগীসু মসি ওইরকপা য়াই। মরু ঙম্বরা শেম্রকপা চারাশিং মপাল শারকপা ফাওবদা মতম য়াম্না শাংনা চঙই। মপাম্বী নত্রগা মনাগী উগী শরুক য়াওবা উশাশিংদা মরা চোংহল্লগা কক্তুনা চারা লৌবগী থবক অসি তৌবা য়াই। চপ্প্রা -কেঙ্গ্রা, হৈনৌজোম, রবর পাম্বীনচিংবা অচৌবা উপাল ফাওবগী উশাশিংদা উথক্তা মরা চোংহল্লগা চারা শেম্বগী থবক অসি তৌবা য়াই। চারা লৌবা পাম্রিবা য়াম্না নৌবদি নত্তবা উশাদুগী মতোলরাইদা ইঞ্চি অমুক শাংনা থাঙনা ইকোয় কোয়না মকুদু ককখৎলগা নিংথিনা লৌথোক্তনি। মকুগা অকনবা উগী শরক্তা অনিগী মরক্তা লৈবা অপাবা মপ্রাম অদুসু লৌথোক্তদবনি। অইবো নালা মপাল অমদি চেক্কী রালগুম্বদা হৌগনবা ইশং (স্পেগম মোস) খরা চোংহল্লগা উকু খোকথোকখ্রবা শরুক্তুদা য়োমশিনবীগনি। ইশং অদু তাখিদনবা অমসুং ইনিল অদুসু মত্তখিদনবা প্লাষ্টিক অমনা নিংথিনা য়োমশিল্লগা চেংনা পুনশিনবীগনি। মতম খরগী মতুংদা ইশং মরক্তা মরা চোংথোরকপা উগনি। মরাশিং অদুনা ফজনা লিশিল্লক্লবা মতমদা মরা য়াওরবা উশা অদু কক্তুনা লৌথোকপা য়ারে। উশা অদু নোংমদা তুপ্পবা কক্লোইদবনি। নুমিৎ মঙা-তরানি খেল-খেয়না অনি অহন্নক ককপদা লোইশিনবা ফৈ। মরী চৎপা অঙ্গুরগুম্বা, নেম্না লৈবা উশাগুম্বদদি ইশংনা য়োম্বগী মহত্তা লৈমাইদা চিংখরগা লৈপাক্লা ফুমজিন্দুনা চেক নুংনচিংবনা ননশিল্লগা থম্বা য়াই। মতৌ অসুম্না অশাংবা মশা অমনা ঙাপ্রম মথুপকুম্না থেক্তুনা কলম কয়ামরুম শেম্বা য়াই।

খ) মরা য়াওদনা করুগা কলম শেম্বাঃ- হৈপাল-লৈপাল মখল খরদি হৌরিবা পাম্বীদগী মশা নত্রগা পাম্বীগী শরুক খরা করুগা ঈনিল লৈবা মফমদা য়ুংশিন্দুনা কলম শেম্বা য়াই। অসুম্না কলম শেম্নবগীদমক করুবা মশা অদু লৈপাক্তা য়ুংশিনবগী মহত্তা শাগৈ তিন্নবা অতোপ্পা মখলগী পাম্বী অমদা নপশিল্লগা অমত্তা ওইহন্দুনা হৌহনবা য়াই। কোন্না নপশিল্লকপা মশা অমসুং হান্না লৈজরম্না মশা অনিমক চাং মান্নবা য়োক্তুনা হিংহল্লবদি তোঙান তোঙাম্বা মপাল অমসুং মহৈশিং পাম্বী অমত্তদা পাল্লক্লনি। হান্না লৈজরম্না মশা অদুনা তেন্না ককখৎপ্রগা কোন্না নপশিল্লকপা মশাদু খক্ত য়োক্তুনা হিংহল্লগা অপাম্বা মখলগী লৈ নত্রগা উহৈ পালহনবা য়াই। অসুম্না মতোল চোংবা য়াবা মমিৎ অমদগী হেয়া য়াওবা অমদা অতোপ্পা পাম্বী অমদা উচন চানা নপশিন্দুনা হিংহনবা অসিবু 'প্রাফটিং' কৌই। হৈ-রাগী চারাশিং অসি গ্রাফটিং তৌদুনা শেম্লে। অদুগা মশা ওইনা নপশিনবগী মহত্তা মমিৎ অমখক্তং নপশিল্লগা হৌহনবা ওইরবদি থৌওং অদুবু 'বদ্দিং' কৌই। আট গুলাবকী কলমদি নাতোনচাবী পাম্বীদা বদ্দিং তৌদুনা শেম্লে।

নবকিশ্বর ঙাংবম

ওক মচা য়োকপা

পোকপদা ঙাইরিবা ওক মচানা মপীগী হৎকচাংদগী মপাল থোরকপদা অকখবা অরুবা ফদি অমনা মচাদুগী মনাতোন অমদি মচিন্দা পক্লকপা অনপ্পা মাম্রম অমসুং কুরাংবানশিং অদুনা শ্বর হোঞ্জিনবা মতমদা ফুনগৎতনবা খুদক্তা নাম্বোক-তৈথোক্তদবনি। মথদা মশা পুম্বদা পক্লকপা মাম্রম অমসুং কুরাংবানশিং তৈথোক্তুনা লৌথোকপীগদবনি। করিগুম্বদা, ফুনগৎপদগী শ্বর হোনবা ঙমদবগী ফিভম থেংনরবদি, খুদক্তা পম্প অমগী মতেংনা নাতোন মথুদগী মহি মনায় অদু চিংথোক্তদবনি অদুগা অশেংবা নুমিৎ, পম্প অদুগী মতেংনা খুদক্তা মনাতোন মখুন্দা কাপশিনগদবনি। লোয়নদা ওক মচাদুগী ছমদাং মথক্তদা খুৎশানা নমদুনা প্রেসর পীরগা শ্বর হোন্দোক্লবা হোংনগদবনি। অসুম্না মপুং ফানা শ্বর হোদ্রিবা ফাওবা হঙ্গৎ-হন্দা শান্নবগিনি। শ্বর নিংথিনা হোন্দুনা লেংবা চোংবা ঙম্রবা ওক মচা অদুগী খোয়রী অদু ককংনবা হোংনগনি। মসিগীদমক টিনাচর আইওদিন লুপ্লবা লং অমনা মচাগী মবুক্তগী আইন্ডি অনি চখরগা কন্না কিশিনবীগনি, অদুগা মপীরোম থংবদা কাটি অমনা খোয়রী অদু ককখৎকনি। খোয়রী অদুগী ককখক মতোন অদুদা টিনচর আইওদিন হাক্লীগনি। মসি হেক লোয়বগা য়া করুবা কাটি (টিথি ক্লিক্সর) অমগী মতেংনা, ওক মচা অদুগী অতুম্বা ময়া নিপাল (য়াথক্তা মরি, য়াথাদা মরি) অদু য়াথোঙদা চপ্পগা ফুক্তৎকনি। ময়া ফুক্তৎপদগী ঈ খরা থোরক্কনি। ঈ থোরককম য়ারি অতৎপদুদা টিনচর আইওদিন দা লুপ্লবা লশিংনা ঙাইহাক্ত ঙাইহাক্ত নমশিন্দুনা থমগনি। ঈ থোক্লব্বদু লেপখিবগা খুদক্তা ম পীগী থোমজিন্দা পুশিল্লগা মখোম পীথকপা তম্নীগনি। অসুম্না মপীগী মখোম থক্তুনা মবুক থল্লবা ওক মচাশিংদু ক্রদদ (মৈশা পীদুনা লুম্না থন্নবা উপু) দা থাংজিন্দুনা থম্নীগনি। মবুক লামদুনা খোংলকপগা ক্রদদবগী থাদোক্লগা মখোম অমুক পীথকক্কনি। লোয়রগা অমুক ক্রদদবা থাংজিনগনি। অসুম্না নুমিৎ ছম্নি-মরিনি শেন্নদুনা মপীগী মখোম পীথকপা দরকার ওই। করিগুম্বা মরম খরদগী মপীগী মখোম থকপা ফংক্লবদি ওক মচা খুদিংমক প্রি-ষ্টার্টর ফীদ (যণবীগী শঙ্গোম অনৌবা+খোইহি+বাদাম থাও+মিনরেল ভিটামিন মিকচর+এন্টিবাইওটিক্স) খুদক্তা শেন্নগা নোংমদা ৬ লক থোমচুপ অমগী মতেংনা পীথক্কনি। তঙাই ফন্দা, পোকপদগী নুমিৎ ছম্নি ফাওবগী মনুংসিদা মচা খুদিংমক মখোম পীথক্লবা হোংনগদবনি। নুমিৎ ছম্নসিগী মখোমদা য়াওবা কোলোট্রেম্না নৌরিবা ওক মচাশিংবু লায়না তিন্নাদগী ঙাকথোকপা ঙম্রগী শক্তি ফংহল্লি।

পোকপগী মতুং নুমিৎ ৪ নি শুবদা আইরন ইঞ্জেক্সন (ইমফেরোন) মিলিলিটর ০.৫-১ ওক মচা খুদিংগী মফৈগী শদোংদা কাক্লীগদবনি, লোয়নদা ফুরাজোলিডোন মিলিগ্রাম ১০০ নোংমদা ওক মচা অমদা মথাদা হাক্লীদুনা নুমিৎ হাম্নি থংন-থংনদা পীজগদবনি।

নুমিৎ ৭ নি শুবদগী ওক মচাশিংদা ক্রীপ ফিদ পীজবা তঙ্গীগনি। ক্রীপ ফীদতি মপীনা ফংদনবা ক্রদদ মনুংদা নত্রগা মফম চাবা য়েংদুনা থম্না পাত্র (ফিদর) দা হাপ্পগা পীজগনি।

ক্রীফ ফীদ পীজবাঃ- পীক্লিবা ওক মচাশিংগী মবুক্তা অহানবা লেক্তেক কেজিন অমসুং লাইনা তুমগাদবা ফেৎ খক্ত তুম্নবা ইঞ্জাইম য়াওরকই। মথদদা চনাং , মখোমগী নত্তবা চিনি অমদি কেজিন নত্রগা অতোপ্পা প্রোটিন তুম্নবা ইঞ্জাইম তপ্তা তপ্পা শেন্নকই। অদুবু য়াম্না ঙম্না পীজবা তঙ্গীরগদি হায়রিবা মচলশিংসি তুম্না ঙম্না ইঞ্জাইম সুক্রেজ, মালটেজ এলাইমেজ অমসুং ট্রিপসিন য়াম্না থুনা শেন্নকই। মরম অদুনা পোকপদগী নুমিৎ ৭ নি শুবদগী হৌনা মখোয়না চাবদা পামগদবা, লাইনা তুম্না ঙমগদবা ক্রীপ ফীদ অদুনং-নং লাওনা থিংলগা অপাকপা প্লেট অমদা হৈদোক্লগা, মফম চানা ক্রদদগী মনুংদা নত্রগা মপীনা ফংলোইহবা জগাদা থল্লগা পীজবা তঙ্গীগদবনি। অসুম্না মথং-মথং কুপ্পা মফোন তানা তকথায়রবা মচলশিংসু কনা, মপাল রাদবা পাত্র অমদা হাপ্পগা পীজবা তঙ্গীগনি। নোংমদা খর খরদং ওইনা য়াম্না তোয়না ৪-৫ রক থোক্লা পীজগদবনি। অরেপ্প মমি ময়ুং তোংলবা মচিঙ্গাক পীজরোইদবনি। য়াম্না তোয়না পাত্র অমদি লৈমায় অদু চামথোক্লদবনি।

মপীগী মখোম থক্লিবা ওক মচাশিংদা ক্রীপ ফীদ পীজবগী কন্নবাঃ-

(অ) মহৌশানা চয়োল অহম শুরকপদগী মপীগী মখোম থোকপগী চাং অসি হন্থরক্তুনা চয়োল ৮ শুরবা মপী খাইদোকখিবা মতমদা মচাশিং অদু অয়োৈবী থাক্তা চাওহনবা ঙমদে। অমরোমদা , মপী অদুসু মচাশিং অদুনা নোংমগী দরকার ওইবা মচিঙ্গাক অদু মখোমখক্তদা তাইনদুনা চিংথোককখিবনা মরম ওইদুনা শোম্বহল্লি। মরম অদুনা ক্রীপ ফীদ পীজরবদি অশোয়না অসিদগী ঙাকথোকপা ঙমই।

(আ) মপীগী মখোম থক্লিঙৈদা মপং পীজবা তঙ্গীহৌবনা মপীদগী হেক খাইদোরকপা ম পীদগী হেক খাইদোরকপা, মখোম ফংদবা মতমদা মচিঙ্গাক ওন্নবদগী থোকপা শোন্দম নাদন্নবা, মবুক চাওথোকপা, চাবা তুমদবা অমদি চাওজনথিবনচিংবগী অশোয়বা (মালএবজোর্পসন সীন্দ্রোম এট ষ্ট্রীনিং) অদু লৈহন্দে।

(ই) অফবা মখলগী ক্রীপ ফীদ পীজরবদি চয়োল ৪ দগী ৬ ফাওবদা মচাশিংদগী মপী অদু মথংগী চাগোক্লীদম ঙম্না শেম শাবা ঙমই।

নুমিৎ ১৪ নি শুবদা আইরন ইঞ্জেক্সন মিলিলিটর ১ মঁফৈগী শদোংদা অনিরক শুবা ওইনা কাক্লীগদবনি।

নুমিৎ ১৫ দগী ৪০ ফাওবগী মনুংদা নুমিক্লী অহং-অশা, নোং-নুংশিংকী ফিভম য়েলগা (কোলেনথাগী নুংশা য়াম্না শাবা নুমিৎ ওইরগা, অয়ুক অঙনবদা অদুগা নিংথমথাগী য়াম্না ইবা নুমিৎ ওইরগনা নুংশা থোরকপা মতমদা মপাশাগীদমকখন্দা কান্নরোইদবা ওক মচা লাবা খুদিংমক শাবা শেমদোক্লবনি হায়বদি কাশক্রেসন তৌগদবনি। মরক অসিদা ক্রীপ ফীদ পীজ-পীজনা অফবা মখলগী শক্তিক-লুর্ফন, সিরাক্রো অমদি মপ্লামনচিংবগী অনৌবা মনা কুপ্পা কককখৎলগা পীজবা তঙ্গীগদবনি।

ডাঃ এম রাজেন্দ্র সিংহ