এডিটোরিয়েল

লম্বীগী ৱাকৎ

লৈঙাক অমগী মপু ওইবা হায়বসি কোক শানিংঙাই ঙাক্তনি। অফবা লৈঙাক মপু অমা ওইবা হায়বসি মরী লৈনবা মিনিষ্টরশিংগী পুকচেল শেংনা লৈঙাক্কী লুচিংবা অদুগী থম্লিবা ভিজন, ৱাখল্লোন অদুগা লোয়েননা থমখিবা পান্দমশিং অদু অপীবা মতমগী মনুংদা পাঙথোক্লবা হোৎনবগী মখা পোল্লি। হায়বদি লৈঙাক মপু অদুগী থৌশিল পুন্নমক্তা কাউন্সিল ওফ মিনিষ্টরসনা য়ানখিবা মতুংইন্না মশা–মশাগী থৌদাংশিং অদু লৌনরগা সনালৈবাক অসি তশেংনা অরংবা সনালৈবাক হায়বদু ওইহয়বা হোৎনবা তাই। মসি মণিপুরদা মথং মথং পাল্লকখিবা লৈঙাকশিংগী মিনিষ্টরশিংনা খনখিদবা ৱাখল্লোননি। মসিনা মরম ওইরগা চাওখৎ থৌরাংগী থবকশিং পায়খৎপদা থিঙ্গনা অমদি সেন্ট্রেল ফন্দিংগী মখাদা পায়খৎপা প্রোজেক্ট কয়া অমা অপীবা মতমগী মনুংদা লোয়শিন্না ঙমদবদগী প্রোজেক্ট কোষ্ট অদু চহি খুদিংগী রিভিয়ু তৌবা তাহল্লি। মদুবু মরি লৈনবা মিনিষ্টর অমত্তগী অপাম্বা ওইগনি নিংদে। অদুম্বক ওইদুনসু মখোয়না মতম চানা রিভিয়ু তৌরম্রবা ওইবা তারগদি মদুদা পোলিটেক্নীকী খুৎ চংঙি নত্রগা চংদে হায়বসি ইরাই লায়না খঙবা য়াবা ঙাক্তনি। মদুসু লুচিংপুরেল ওইরিবা লৈঙাক মপু অদুনা তৌগদবনি। দিমোক্রেসি চৎপা লৈঙাক অমনি হায়দুনসু মীয়াম্না য়াদুনা খল্লবা লুচিংপুরেল অদুগি মীয়ামগীদমক খল্লগা অকি অখং লৈতনা লৈঙাক পুবা হায়বসি মশানা তাবনি। মহাক্কী মখাদা লৈবা মিনিষ্টর অমনা মশাগী মথৌ নিংথিনা পাঙথোক্তবা তারগদি মহাকপু মীয়ামগী য়েক্লবনি হায়না লৌরগা অকনবা রায়েলগী মখাদা ৱারকপা তাবনি। মদু তৌবা ঙমদ্রবা লুচিংপুরেল অদুদি মীয়ামগী লুচিংবা ওইবগী মতিক চাদ্রে হায়না লৌবা তাই। মসিগী মতাংদা নিংথৌগী লৈঙাক্তা নিং–তম্না পাল্লিঙৈগী চহিশিং অদুদগী চহি ১০০ সু শুদ্রিঙৈ মতমসিদা হিংলিবা মীওইশিংনা দিমোক্রেসিগী লৈঙাক অসিদা ওইরিবা অমসুং ওইরক্লিবা লৈঙাক্কী কাংলোন কয়া অসিদা য়েৎনিংবা, শাওনিংবা, পামদবা হায়বসিদি ময়েক্লা তাবনি। পামদবা, তৌহরিদবা, ওইহন্নিংবা কয়া অদু ওইরক্লবা মতমদা মীয়ামগী অশাওবগী ঈহৌ–খোঙজং কয়া চংশিল্লকপা হায়বসি মণিপুরল লৈঙাক্লা বার্ত্তন তৌজবনি, মসিদি মীয়াম্না লৈঙাক্তা য়েৎপা, পামদবা নত্তে। মসিগী ৱাখল্লোন অসিদি মীয়ামগী লুচিংবা ওইরগে খন্না চোংখোক্লকবা মীপুম খুদিংমক্লা খঙদবনি অমসুং মণিপুরী অমা ওইনা, ত্রেদিসন অমগী মখাদা মশানা খনগদবা অমসুং মখোয়দা চোংগদবনি। মতাং চানা হায়নিংবা অমনা মণিপুরগী লৈরিবা মীখলদা মায় পাক্লক্লবা লুচিংবশিং অসি ঙসি ফাওবদি মখোয় মীয়ামগী য়াইফ–থৌরাংশিং পায়খৎনবা মীয়াম্না থাজবগা লোয়ননা থাগৎখিবনি হায়বসি মশা–মশানদি খঙবা ঙমজদ্রি হায়বসিনি। মখোয়না দিমোক্রেসিগী ইলেক্টোরেল প্রোসেসপু ভোটরশিং লৈরগা মায়পাকপা ঙম্নবা প্রোসেস অমদা ওইনা উথিবা অমসুং মীয়াম্নসু শেল য়াম্না পীবা ঙমবদা ভোট থাদবগী হৈনবীদা মশাগী হক য়োম্থোকখিবদগী লাকপা য়াম্না মরুওইবা তাঙ্কক অমগী খুদোংচাবা লৌনবগী লম্বী অমনি। খুদোংচোবা লৌনবগী লম্বী থীরিঙৈদা মীয়ামগী লম্বীনা মাঙজহৌবা অমসুং মীম্বৎকী শেম্থোক লম্বীনা হেনগৎখিবদগী ঙসি লম্বী শেমদবগী লম্বীগী খুদোংথিবা থোকপগী ৱাথোক কয়াসি লাকপনি। পোলিট্রিক্সতা হায়জিন্না য়াদবা রাফম অমত্তা লৈতে, পোলিটিসিয়ানশিংদি শেংদোক্লিংবা মতমদা শেংদোকপা মীয়ামবু থাজহনবা ঙম্বগী পাঙ্গল লৈবশিং অদুনি হায়বসি ভোটরশিংনা খঙদবদগী অতোংবদা লেপ্লিবশিংদা লৈথোনখিবগী ৱাতনি। লম্বীদি চপ মাদ্রে, চৎকদবা অমা–চৎলোইদবনা অমা হায়বা পাউখোংদুনি।

মরম কয়াশিং অসিদগী মীয়াম্না শিজিন্নগদবা লম্বীশিং মীম্বৎশিংনা মশাগী ওইজবা শেঙ্গা লৈতবদগী নত্রগা মশানা কায়থোকহল্লগা মশাগী ফুরিৎখাউদা চহেনখিবদগী ঙসি মীয়াম্না মাইঁকে খুদিংদগী লম্বী শেমদবদগী লম্বী থিংজিন্নগী খোঙজং চংশিল্লকপনি। লোকেল এরিয়া দিভলপমেন্ট ফন্দ হায়দুনা এম এল এ অমদি এম পিশিংদা পীরিবা শেনফম অসি মশা–মশাগী কেন্দ্রশিংদা শোখহৌরিবা চাওখৎ থৌরাংগী থবকশিং অদু পায়খৎনবনি হায়বসি মীয়াম্না খঙলবসু মীম্বৎ ওইরিবশিংনদি মখোয়দা সরকারনা পীবা শেরাল–তুরালগী শেন্দাল লম্বী ওইনা উরে। মসিদগী কেন্দ্র খুদিংগী লম্বী শেমদবগী ৱাকৎ লাকপনি। এম পি অহুমখক লৈবা ষ্টেট অসিগী এম পি শিংদা থাদবা লুপা ক্লোর কয়াগী শেনফম হৌখিবা চহি কয়া অসিদা চাদা ২৫ গী চাং ফাওবা থৌরাংদা থাদবা লৈতে হায়বসিদি লম্বী শেমদবগী খোঙজংশিংনা উৎলবনি। মসিদা চিংগী ডিষ্ট্রিক্ট হায়বদি আউটর মণিপুর পার্লিয়ামেন্টরি কন্সট্যিয়েন্সিগী ওইনদি এম পি লোৎকেল এরিয়া দিভলপমেন্ট ফন্ডদগী করি থৌরাং পায়খৎখ্রবগে হায়বসি হংবা য়াই। মদুনা কুপশিল্লগা মশাগী লম্বীদু শেম্থোক লম্বী ওইখিবনি। মদুগা চপ মান্নানা লুপা লাক্ষ খরগী কম্যুনিটি হোল খরা শাবদুনদি চিংদসু অমদসু লম্বী থোং ফগংহন্না ঙম্বা হায়বসি ওইথোক্তবা অমনি। লম্বীশিংনা হংলিবা ৱাহংদি ফত্রবা মতমদতা নিংশিংলকপা নখোয় কৈদৌঙৈ মীচৈ তাদবা, মীয়াম্না থীংদবা লম্বী ওইহাদগে হায়বসিনি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

মণিপুরদদি থবক অমা হায়দোক্লবা হোৎনবদা চহি কয়ামরুম চঙই

ইকায় থুম্নজরিবা এডিটর,

মণিপুর হায়বা ষ্টেট অসি ইন্দিয়াগী মনুংদা অপীকপা ষ্টেট অমনি। মসিদা অচৌবা অচৌবা থৌদোক–ৱাথোক কয়া থোকই হায়বা য়াই। নাকল অমরোমদা মণিপুরদা থবক অমা লৌবা মতমদা চহি কয়ামরু চঙই হায়বা য়াই। শম্না হায়বদা থবক হায়দোক্লবা হোৎনবদা চহি ৩–৪ রোম চঙই হায়বা য়াই। অসি করিগী অশুক য়াম্না মতম লৌরিবনো হায়বা ঙসিসু মীয়ামগী থম্মোয়দা ফাওরিবা ঈহল অমনি। থবক অমা লৌবা মতমদা মদুগী রিজল্ট য়াম্না থুনা হায়দোক্লুনা হাংলিবা সিটিশিং অদু মেনশিন্না কয়া য়াম্না কাইবগে। মতম শাংনা নমশিন্নগী নুংগী ওইবা করি এজেন্দা লৈবগে হায়বসি মীয়ামদা খঙহন্না থোকই। ঙসিগী নহারোল অসিনা মণিপুরগী সরকারগী থবক অমা ফংবা হোৎনবা মতমদা চহি ২–৩ দি ঙাইবা তারি। মসিনি ঐখোয় মণিপুরগী থবক খুৎলৌ। মসিবু অতোপ্পা জাতিদসু তৌবা জাৎলা। অদুবু ঙসিগী নহারোল কয়া অমদি সরকারগী থবক থাগনি খন্নদা তন্না অমসু ফাওনদে হায়বা য়াই, সেন্ট্রেল জোবতা ওইনা ঙসিগী নহারোলশিংনা ফোকস পীনরে হায়বা য়াই। মসি করি মরমদগী ওইরকপা য়াই হায়বসি ঙসিগী মরী লৈনবা মীওইশিংনা কুপ্পা খন্থবা চঙই।

অদোমগী,
লাইশ্রম কৃষ্ণা মীতৈ
ইম্ফাল ৱেষ্ট

এজমা অমসুং হোমিওপেথিগী লায়েং

ডাঃ এন বিরকুমার সিংহ

এজমা হায়বসি শম্না হায়রবদা য়াম্না তোয়না শ্বর হোনবা ৱাবগা লোয়ননা শ্বর হোনবা মতমদা খেবগী লায়ওশিং অদুবুনি হায়না লৌবা য়াই। এজমাগী অনাবসিনা হৌরকপা মতমদা ব্রোনকল মসলশিং অসি খুজিল্লকপা নত্রগা চপশিল্লক্তুনা নুংশিৎ উতোং শিংগী মনুং থবা Mucous muscles অসি পোমথোরক্তুনা শ্বর হোনবদা ৱাহল্লকই অমসুং Bronchus মনুংদগী য়াম্না নাং নাং লাওবা মহিশিং থোরক্তুনা নুংশিৎ উতোং ফুজ্জিল্লক্তুনা নিংশা শ্বর হোনবদা অপনবা পীরক্তুনা ৱাহল্লকপদুবু ঐখোয়না এজমা হৌবা হায়না খঙউনে।

এজমাগী মথলশিংঃ

1. Extrinsic Asthma
2. Intrinsic Asthma

অদুম ওইনমক অশেংবা এজমাদি নত্তবা মসিগা হায়ফেৎ মাদ্রবা খরসু লৈ। মখোয়দুগী মনুংদা chronic Bronchitis, Cardiac Asthma, Hysterica, Asthma অসিনচিংবশিং অসিনা মরু ওইবনি

Asthma নাহল্লকপগী মরম খরদিঃ

১। Asthma due to pollens: মনা মশিং অমদি হৈ–লৈনচিংবশিংনা মপাল শারকপা মতমদা থোকহনবনা,

২। Asthma due to fungus: নোং–চিং চুরকপা মতম নত্রনা চোৎ–চোৎ লাওবা মফমশিংদা ঈশঙনচিংবা কারকপদা মদুদা পক্লদবদগী মীওই খরদা এজমা হৌহনবা য়াই,

৩। Asthma due to house dust: ইমুং–মনুংগী নত্রগা কা কাদা লৈরিবা অমোংপা অমসুং উফুল রাইফুলদা পক্লদবদগী এলর্জিক থোক্তুনা কনাগুম্বা মীওইশিংদা এজমা হৌহনবা য়াই,

৪। Asthma due to food particles: চাবদা পক্লদবা অচাপোৎ চারুবদগী ওইরকপা এজমা। খুদম ওইনা হায়বদা পক্লদবা মীওইশিংদদি শঙ্গোম, য়েরুম, আতা অমসুং য়ামগী ওইবা পোথোকশিং, ঙাগী মখল খর, থরোই , কোন্থেং, খজিংনচিংবা চারুবদগী ওইরকপা এজমা,

৫। Asthma due to insects: তোঙান–তোঙাৱা তীল মখল খরনসু এজমা থোকহল্লি। খুদম ওইনা হায়বদা হয়িংখোই , খোইজাও খোইবীনিংথৌ Yellow Jacket নচিংবা তীলশিং অসিনসু এজমা হৌহল্লি।

৫। Asthma due to animals: ঐখোয়না য়ুমদা য়োক্লিংবা য়ুমশা খরনসু এজমা থোকহনবা থেংনৈ। মখোয়শিং অসিগী মনুংদা হৌদোং, হুই, হামেং, য়াও, শগোল, থেবা অসিনচিংবা অসিনা পক্লদবা মীওইশিংদা য়াম্না শাথিবা মওংদা এজমা থোকহনবদা অচৌবা মরম ওইহন্দবা নত্তে।

হায়রিবা মথক্তা পঞ্জিব্রিবা মখল খর অসি নত্তবা মীওইবগী ৱাখল–পুক্কি ং, নুংশিৎ–নুংশাগী ফিভম, অঙ্গং–অশাগী মওং অমসুং পারি পুরি গী ওইবা মরম কয়ানসু এজমা নাহনবা য়াওরি। মরম অদুনা এজমা নারিবা মীওইশিংনা মখোয় মখোয়গা পক্লবা–পক্লদবা, চাবা য়াবা য়াদবা মওং অমসুং পোৎলমশিং য়াম্না চেকশিন্না অমসুং কুপ্পা খঙবা দরকার ওই।

এজমা লায়েংনবা হোৎনবাঃ

এজমা লায়েংবা হায়বসি য়াম্না লায়বা থবক্তি নত্তে। অদুম ওইনমক নারিবা অনাবা অদুনা য়াম্না চেকশিন্না অমসুং মাগী অনাবা হৌরকপগী মওং–মতৌ, নুংঙাইবা নুংঙাইতবা, লোয়ননা নারকপা মতমদা অনাবা খাঙবা নত্রগা অৱাবা অদু খরদং ওইরবসু পোথোবা য়ানবা মশানা হোৎনজবা মওং মতৌ অদু লায়েংলিবা ডাক্তর অদুদা নিংথিনা হায়বা ঙম্লবদি অনাবা অদু থুনা ফহন্দুনা পোথাহনবা ঙম্লবগী অফবা উপাই অমনি।

লায়েংবগী মওংশিংঃ

১। এজমা নাবা মীনা মশানা চেকশিঙ্গগদবা হায়বদি এজমা হায়বসি অয়াম্বা মতমদা করিগুম্বা পক্লদবা পোৎ চারুবা নত্রগা থেংনরুবদগীসু থোক্লক্তবা নত্তে। মরম অদুনা মশানা মাগী অনাবদু করি মরম তৌবদগী হৌরকখিবনো, হিদাক য়াওদনা মশানা করি করম তৌরগা খর পোখাবা য়াবগে হায়বদু মুন্না চাশিল্লবা, ঙানু, ষণশা নত্রগা ওকশানচিংবা চারুবদগী চাবা তুমদবগী চাং হেনগৎলক্তুনা এজমা হৌহনবা য়াওই। অতোপ্পা অমনা ঐখোয়গী খুনাইদা য়াম্না চৎনরিবা উসব মেলাদা য়াম্না হেন্না মখল মথেলগী য়েনশাং চাশিল্লবা অসিসু এজমা হৌহনবগী অচৌবা মরম অমা ওইদবা নত্তে। মরম অদুনা নারিবা মী মশানা য়াম্না চেকশিঙ্গবা দরকার ওই। অতোপ্পা অমনা ঐখোয় মীতৈগী চাক য়েনশাংদা উতি থোংবা, চগেম পোম্বা, পাল থোংবা, নুমিদাংদা হঙ্গাম্নচিংবা মনা মশিং অশং অমাননচিংবা চাবসিসু ফত্তে।

২। হিদাক য়াওদনা তৌবা য়াবা অহানবগী উপায়ঃ

এজমা হায়বা অনাবা অসি অয়াম্বা মতমদা অহিংগী মতমদা হৌগল্লি। মরম অদুনা অনাবগী অকিবগী চাংসু য়াম্না ৱাংই। অনাবা হৌরকপা মতমদা ফজনা ইংনা পুক্লিং ফাথদুনা ইশানা নুঙাইথাবা ফিভম অমা য়েংদুনা পোথানবা হোৎনগদবনি। লৈরিবা কা অদু অফবা নুংশিৎ নুংশা মরাং কাইনা চংহন্দুনা থোং থোংনাও নিংথিনা হাংদোকপীগদবনি। মনাক্তা মৈখু চেনবা, ধুপ অমসুং অতৈ মৈনচিংবা য়ারিবমখৈ থারোইদবনি। খুদক্তা শিং অমসুং তেজপত্তা ফজনা হাপ্তুনা লোনবা অশাবা চা খর খর থকপনসু Asthmatic attack হন্থহনবদা খরমখৈদি মতেং ওইগনি। লোয়ননা নারিবা মীদুগী মনমগন্দা তপ্পা তপ্পা মালিশ তৌবীবা, থবাক্তা Hot Water Bag কুম্বা হাপ্পীদুনা খরা–খরা নানবীবসু য়াম্না কাঁয়ে। করিগুম্বা হায়রিবা খরা অসিনা য়াদবা তারবদি থুনা ডাক্তরশিংগী তাৱবীবা নত্রগা মনাক নকপা হোস্পিটালদা পুবীগদবনি।

চেকশিনগদবাঃ

অয়াম্বা মতমদা কোক্কী শরুকশিং নুমিদাংগী মতমদা খরা লুম্না থম্লবা হোৎনগদবনি। অহিংদা মপাল–ইপাল থোকপা মতমদা ফি অপাবা মচা অমনা ইশাদা কুপশিন্দুনা ফমুংগী অশাবগী চাংদুদা হকচাংদু থম্লবা হোৎনবদিগদবনি। নুমিদাংগী মতমদা য়ারিবমখৈ য়াম্না কা হেন্না চাশিনবা অমদি শা–ঙগী শরুকশিং য়াম্না হেন্না চাবা ফত্তে। ফ্রিজিং তৌদুনা থম্না য়াম্না ইবা চিঞ্জাক য়ারিবমখৈ চারোইদবনি। য়াম্না কা হেন্না হরাওদুনা নোকপা, অৱাবা খাংবগী কপ্পা, থরাই নুঙাইতবা থৌওংশিং থোক্তনবা হোৎনগদবনি। মরমদি হায়রিবা ফিভমশিং অসিনা অনাবা হৌহানবগী য়াম্না চাওবা মরম ওইবা য়াই।

Homoepathy গী লায়েংঃ

হোমিওপেথিনা য়াম্না মায় পাক্লা য়েংবা ঙম্না অনাবশিংগী মনুংদা এজমা অসি অমনি। তৌবতবু নিয়ম চুম্না অনানবগী ৱারী রাখোং লৌবা, হৌজিক হৌজিক্কী নুঙাইতবা , করি করম্না হৌরপা , অনাবা মশাগী personal History , ইমুং মনুংগী Family History, Predisposing factor, করম করম্না ফিভমদা হৌই, হৌবগী মওং , করি তৌরগা অনাবা হেল্লি করিনা খর পোখাহল্লি হায়বনচিংবা পুম্নমক খঙনবা হোৎনবা চই। মদু পুম্নমক্তু খঙলগা চান্নবা হিদাক থাগনি।

এজমা দা মরু ওইনা তোয়না শিজিন্নবা কান্নবা হিদাক খর মখাদা পীজরি। মখোয়শিং অদুদি ঃ Aconite, Antim tart, Arsenic album, Baccilinum, Calc carb, Dulcamara, Ipecac, Lobellia, Natrum sulph, Nux vomica, Hepar sulph, Sulphur, Veratrum album, Thuja etc.

হায়রিবা হিদাক খর অসি মাগী মাগী ইন্দিকেসন অদু মুন্না নৈনরগা নিয়ম চুম্না থাবদা এজমাগী অনাবা মায় পাক্লা লায়েংবা ঙমই। তৌবতবু হোমিওপেথিদদি লায়েলিবা ডাক্তর অদুগী হৈ–শিংবা অমসুং খঙবগী তঙইহন্দবা লৈতবদি নত্তে।

ৱাখল পুক্লিংগী লায়না

ঙসি ঐখোয়গী সমাজ অসিদা মরুওইনা খুঙ্গংগী লমশিংদা ৱাখল অমদি পুক্লিংগী ওইবা লায়নশিংগী মরমদা লান্না থাজবা অমদি মমাংঙৈগী ওইবা চৎনবী কয়া অমা ঐখোয়না উবা ফংলি। মীপুম খুদিমক্লা মখোয়গী মশাদা করিগুম্বা নুংঙাইতবা চৈনা খরা ফাওরকপা মতমদা মদু মহাক্কী হকচাংগী শরুক খরদা অশোয়বা খরা য়াওরকপনি হায়বা লান্না খংবা ঙমই। খুদম ওইনা খুৎ তেকপা, মিৎ তাঙবা, না পঙবা অসিনচিংবা হকচাংগী ওইবা লায়না লাইওংশিং অসি উরুবা মতমদা ঐখোয়গী থম্মোয়দা নুংঙাইতবা ফাওবগা লোয়ননা অনা লায়েংশঙদং পুদুনা লায়েংথোক্লবা হোৎনৈ। অদুবু ঐখোয়না কনাগুম্বা পুক্লিং ৱাখলগী লায়না নারবা মীওইশিংবুদি করিদগী মতৌ করম্না ওইরক্লিবনো অমদি করম্না লোয়ননিবগনি হায়বনচিংবা অসি থোইনা হেন্না খঞ্জিল্লুদে। মখোয়দা পুক্লিং চংবিবা অমদি খুদক্তা অনা লায়েংশঙদা পুদুনা লায়েংনবা হোৎনবিবগী মহুত্তা লাই–তিন খুরম্বা, মন্ত্র শোনবা, থৌ তৌবা অসিনচিংবা মমাংঙৈগী চৎনরকপা লাইয়েং পথাপশিং অসি পাঙথোক্তুনা লৈবনা মতম চানা অচ্রম্বা লায়েং পীবিদুনা লাইয়েং পথাপশিং অসি পাঙথোক্তুনা লৈবনা মতম চানা অচ্রম্বা লায়েং পীবিদুনা থুনা ফগংহনবা য়াবা অনাবা মীওই কয়াগী ফিভম শোকচিংখিদুনা লায়েংবা মতমদা মতম শাংনা চহল্লি।

ঙসি ঐখোয়না অসিগুম্বা মখলগী লায়নাশিং অসিবু ওইরক্লিবা অমদি লায়েংবগী মরমদা লান্না থাজবা, মুন্না ভাব তাবা ৱাংপা মীনা খঙগ্রগা নোক্লুবিগদ্রা হায়বনচিংবা সমাজগী মিৎয়ে অমদি মীনোক কয়াবু কিবদগী পুক্লিং অমদি ৱাখলগী লায়ানানা নারবা মীওই কয়াদা করিগুম্বা মখল অমত্তগী ওইবা অনা লায়েংগী খুদোংচাবা ফংদনা লৈরি। মীওই কয়া অমগী ৱাখলদনা অসিগুম্বা মখলগী অনাবা অসি হৌখিবা মপোক্তা কর্ম্ম ফত্তবা তৌরুবা, পাপ চেনবা, ভুট প্রেট পোৎশেম যাদুনচিংবা মরম কয়াদগী ওইরকপনি হায়না লান্না থাজনৈ। মখোয়দা অখং অহৈ ডোক্টরশিংগা তাদদুনা হিদাক লাংথক চাং নাইনা পীজ পীথক তৌদুনা নিংথিনা লায়েংবিরবদি অসিগুম্বা মখলগী অনাবশিং অসি য়াম্না নিংথিনা লায়েংবিরবদি অসিগুম্বা মখলগী অনাবশিং অসি য়াম্না নিংথিনা ফগংহনবা ঙম্মী হায়বসি থাজদে। মরমশিং অসিদগী লাই তিন খুরম্বা, পূজা তৌবা পোৎশেম যাদু লৌথোকপা অমদি মাইবা পাঞ্জি তানদুনা মানা মশিংগী ওইবা হিদাক লাংথকশিং পিজবনা মরু ওইবা অনা লায়েংগী পাম্বে ওইনা শিজিন্নৈ। অমরোমদা কনাগুম্বা মীওই খরনা পুক্লিং ৱাখলগী ওইবা অনা লায়েংফম (Mental/Psychiatric Hospital) হায়রগা মরোল মরী তাদ্রবা, ফিজেৎ ফিগাই শেৎপা, সোডোক্তা কোয়চৎ চৎলবা, ৱারি রাতাই শাবদা পাউ ফাওনবা ঙমদ্রবা য়াম্না খুদোং থিনিংঙাই ওইরবা মওদা নারবা মীওইশিং অদুতবু ফাজিন পুন্সিন্দুনা থম্না অমদি তাথি তাওইনা তৌবা, ফুবা চৈবা কিহনবনচিংবা তৌদুনা লায়েংগদবা মফম ওইনা লৌনৈ। কনাগুম্বা হায়রিবা অনা লায়েংশঙ অসিদা লায়েংলুরবা মীওই অমবু কৈরোয় লৈকাইগী মীশিংনা মহাক মশাদা নত্তনা ইমুং মনুংগী মীওইশিং ফাওবা লান্না উবিবা, নিংথিনা তোংনা শম্নবিদবা অমদি ফত্তবা প্রচার কয়া অমা শন্দোকপিবা থেংনৈ। মসিমক্লা পুক্লিং ৱাখলগী অনা লায়েংশঙ অসিদা পুদুনা লায়েংনবা হোৎনবিবা মতমদা নিংহন্নবা পোকহল্লি অমদি পুবা তারবসু তঙাই ফদবা তৌদবা য়ারক্লবা মতমদত্তা অরোইবা উপায় ওইনা শিজিন্নৈ।

কনাগুম্বা মীওই খরা অমনা লায়েংবা হৌরন্দ্রগা খজিক্তং ফগংহল্লক্লবা মতমদা করিগুম্বা খুদোং চাদবা মরম খরা হায়বদি শেল থুমগী খুদোং চাদবা, থওই ৱাওইদবা, থাজদবা নত্রগা থাপমননবা মরম ওইদুনা চাথোক চৎশিন্দা খুদোং চাদবদগী অনাবা অদু মপুঙ ফানা ফবা ঙমদ্রিঙৈদা লায়েংবা লেপখিবসু য়াওই। অসুম্না মতম শাংনা লেপ্লুরবা মতুঙ অমুক হন্না অনাবা হৌরক্লবা মতমদা পুরকপনা মরম ওইদুনা নারিবা মীওই অদুবু মতম চানা অমদি মপুঙ ফানা ফনবা হোৎনবদা খুদোং চাহন্দে। মরম অসিদগী নারিবা মীওই অদুগী ইমুং মনুংগী মীওইশিং অদুনা অসিগুম্বা ডোক্টরগী অনা –লায়েংদা ফগনি হায়বা থাজবা লৈরক্লবা মতমদা অতৈ অতোপ্পা উপাই কয়া হায়বদি লাই–তিন খুরুম্বনচিংবা মাইবা পাঞ্জি তানদুনা লায়েংনবা হোৎনরকই। মদুনসু অমুক ফহনবা ঙম্রক্লবা মতমদদি নিংবা কায়রক্লুনা মৈমদদি মখা তানা লায়েংনবা হোৎনবগী মহুত্তা ফবা ঙম্রলোইদবা অনাবনি হায়না খন্দুনা থম্বীবা কয়াসু য়াওদবা নত্তে।

মসিদসু নত্তনা খুঙসংদা লৈরিবা মীওইশিং মরু ওইনা লাইরিক লাইশুগী মঙাল নিংথিনা ফংদ্রবা মীওইশিংনা সাইকোসিস হায়রগা খঙনবা খরা হেঞ্জিন্না নারবা মীয়াম্না অঙাওবনি হায়না লৌনরবা অনাবা মীওই অমবু পুক্লিং–ৱাখলগী ওইবা অনাবনি হায়না থাজনদে। করিগুম্বা লাইওক–তিলওক তৌবা অমদি ধর্ম্ম, কর্ম্মগী ওইবা ঈশ্বরগী শক্তি কয়ানা থোকহনবনি হায়না লৌনৈ। থৌওংশিং অসি লাইগী শাপ, লাই–তিন ফত্তবা নত্রগা অসিবা মীগী আম্বা অদুনা কনাগুম্বা মীওই অমদা চংপ্রবা থোকহল্লকপনি হায়না লৌবগা লোয়ননা লায়েংনবা পাম্বে ওইনা মাইবা পাঞ্জিগী মনাক্তা পুদুনা লাইতিন খুরুম্বা, মন্ত্র শোনবা লাইহফ তিনকম লাইশঙ মন্দিরনচিংবদা চৎতুনা আজা–পুজা তৌনৈ। হৌজিক্কী মতমদা অনা লায়েংশঙদা পুদুনা অমদি হিদাক লাংথক পিজদুনা লায়েংবিরবদি নিংথিনা ফহনবা ঙম্রো হায়বা থাজনদে। মরম অসিনা হৌজিক্কী মতমদা ঐখোয় খুদিমক্লা পুন্না ভাব তামিনবা দরকার ওইরিবদি পুক্লিং ৱাখলগী লায়নাশিং অসি তোঙান–তোঙানবা মরম কয়াদগী হায়বদি ব্রেন্দদা মহিক চঙখিবা, লায়না চেল্লকপা, মওং মতৌ কায়রকপা নত্রগা অমাঙ অতা থোকখিবা, ব্রেন্দগী মথৌ তৌরিবা শরুক্তা অশোয়বা য়াওরকপা, সমাজগী অমদি অকোইবগী ফিভমদা অহোংবা কয়া লাকপনা পুক্লিং ৱাখলগী ওইবা তোঙান তোঙানবা ৱাখলগী লায়না কয়া থোকহল্লি হায়বসিনি।

ঐখোয়না ঙসি খিজিন্নবা মতুংদগী খঙবা ঙম্বদি,

- খুঙং নত্রগা কৈরোই লৈকাই খুদিংদা মীওই চান্মগী মনুংদা অমদি (চাদা ১) য়াম্না হেনজিন্না নারবা, মীয়াম্না অঙাওবনি হায়না লৌনরবা (Psychosis) লায়নাগী লায়ওংশিংনা নাই।
- সাধারনগী ওইনা য়েংবা মীওই চান্মগী মনুংদা অহুম (চাদা ৩) গী চাংদা বুধি লৌশীং শোইনাইরবা (Metal Retardation) অঙাংশিংনি।
- ঐখোয়গী অপুনবা মীশিং অসিদা মীওই লীশীং অমমমগী মনুংদা মীওই তরাদি (১০/১০০০) শারৈ হৌবগী লায়নানা নারি।
- চান্মগী মনুংদা অমগী চাংদা (চাদা ১) ময়াই–কাবা নিশা শীজিন্নৈ।
- তোঙান–তোঙানবা অনা লায়েংশঙশিং হায়বদি ষ্টেট নত্রগা দিষ্ট্রিক্টকী অনা লায়েংশঙ, প্রাইমারি হেল্থ সেন্টর অমদি সব সেন্টরগী ওইবা অনা লায়েংশঙদা হিরম কয়াদা লায়েংবা লাক্লিবা অনাবা মীওইশিং অসিগী অপুনবগী চাদা কুন্দগী কুনমঙা (চাদা ২০–২৫) ফাওবনা ৱাখল লায়নাগী তোঙান তোঙানবা লায়না লাইওংশিংনা নাই।
- পুক্লিং পিকথরকপা নত্রগা শোম্বরকপগী লায়না (Major Depression) খঙনা শিরিবা মীশিংনা অতৈ অতোপ্পা মীশি মীনা থোকপা য়ানা মরু ওইবা মরমশিংগী মনুংদা অহুমশুবনি।

সেকেন্দ নিকু খুদিংগী য়ামত্রবদা মীওই অমমমদি মথক্তা পনম্বিবা লায়নাগা মরী লৈননা মশা মথক্তা সুসাইদ তৌদুনা শিরি।

অসুম্না ঙসি ঐখোয়গী ইরক্তা মশীঙ থীঙমত্রবা মীওই কয়া অমা অনৌবা মখলগী লায়েং পথাপ অমদি হিদাক লাংথক্কী খুদোংচাবশিং অসি ফংদনা তোঙান তোঙানবা পুক্লিং ৱাখলগী লায়না লাইওশিংনা নাদুনা লৈরি। ৱাখলগী লায়না নারবদি অঙাওবনি হায়না হেক্তা খনবা, অসুম্নবু নারবদি লায়েংদুনা ফবা ঙম্নরোই পুক্লি কোন্নরি, তন্না ঙমদে, থাজবা য়াদে , অরুবা থবক শিরবা য়াদে, মনাক য়াম্না নকশিল্লনু ফুরক্লনি অমদি চৈরক্লনি খনবা , ইসা ইসাদদি সুক্লা নারক্লরোইদবঙম খল্লিবা মীৎয়ে অসিমক্তি তশেংনা লাল্লবনি। মসিমক্লা ঐখোয়না ৱাখল লায়না নারবশিংবু কি তুক্কচনা খঁয়ে অমদি লোৎশিন্দুনা থম্নবা হোৎনৈ লোয়ননা মতম চানা লায়েংনবা হোৎনবদা মী খঙখিনি কিবদগী অপনবা ওই।

চুম্নী, কয়া নারিঙৈ মতম খরদি ৱাখল চুম্না খনবা ঙমদবদগী ঙাঙনবা য়াদবা মীঙোন্দা অসোক অপন থোকহনবা অমদি পামদবা থৌদোক থোকপা য়াওদবা নত্তে। অদুবু মুন্না খল্লুরবদি মসি রাখল লায়নাবু মতম চানা খঙদোকপিদুনা অচ্রম্বা লায়েং পিবিবগা লোয়ননা চেকশিন থৌরাং লৌখৎহৌদবদগীনি হায়বদা লৌননা লাল্লেই। লায়না অসি জাং বিজাৎ, অচৌ মচা, লায়র ইনাকখুনবা, নুপী নুপা, অঙাং অহল খায়দে, ঐখোয় খুদিমক্তা নারক্লেই হায়নিংঙাই লৈতে। মরম অসিনা ঙসি ঐখোয়গী হকচাংদা নাবা তোঙান তোঙানবা লায়নাশিং হায়বদি টি বি, লেপ্রোসি, টাইফটনচিংবা মীয়াম্না য়াম্না লুনা কিনা লৌননরগা লায়না কয়াবু ইরাই লায়না ফহনবা ঙম্নগুম পুক্লিং ৱাখলগী ওইবা লায়না লাইওংশিং অসিসু য়াম্না লায়না ফহনবা ঙম্নগুম পুক্লিং ৱাখলগী ওইবা লায়না লাইওংশিং অসিসু য়াম্না লায়না ফহনবা ঙম্রবা তোঙান তোঙানবা মখলগী হিদাক লাংথক অমদি অনা লায়েংগী খুদোং চাবশিং মরাং কায়না লৈরবা মতম অসিদা ৱাখল লায়না অমদি লায়েংগী মরমদা মীয়াম্না য়েলিবা মীৎয়ে অসিমক্তি তশেংনা হোৎদোকপা চুম্নবনি। লায়না অসিনা নারবা মীবু চিংনবা লৈতনা খুদক্তা অখঙ অহৈ ডোক্টরশিংগা তাদদুনা অচুম্না লায়েং পীবিনবা হোৎনবিয়ু।

লোইরবা
কর্সি ঃ মণিপুর ষ্টেট মেন্টেল হেল্থ অথোরিটি