

এডিটোরিয়েল

এক্সট্রা জুদিসিয়েল কিল্লিং

হৌজিক মণিপুরগী রাজনিতীগী মায়ওল অসি কেথেল রাথোকী যুহাৰ মতুংদা থোকখিবা হৌদোক অদুগী মতুং কেথেল কাউথোকপ্ৰগা রবিনা অমসুং সঞ্জিৎ মীহাংকী খৌদোক অদুগী কোটা লাৰুপা রায়েল অদুনা ওইরে হায়না লৌবা যাই। এক্সট্রা জুদিসিয়েল কিল্লিংগী নোথ ইষ্টা থোখিবা মীহাং কয়াগী মতাংদা য়ায়া কয়া থিগৎলক্লি। মসিদা থিগৎলিবা কেসশিং অসিগী ভিক্তিম ফেমিলিশিং অদুগীদমজা মরাল লৈবশিং অদু লৈগাঙী চৈরাক ফংহলু হায়দুনা তকশিন্দুনা লাক্লি। মসিগী রাফম অদু লৈগাঙী প্রোৱেৰম ওইৱদদগী ওসিদি সেন্দ্ৰেল প্রোৱেৰম ওইদুনা লৈরে। মসিনা অমুক মতম অমগী মৰী লৈনবা ষ্টেট গভৰ্ণমেণ্ট অমসুং ষ্টেট হোম দিপাৰ্টমেণ্টপুসু অমুক হুয়া মরাল কয়া লোৎশিল্লহগী কামবা কয়া পুথোক্লিক্ৰি। ইং ২০০৯ গী জুলাই ২৩ তা খাইৱদদ কৈথেলগী মীহাং অদু খাইৱদগী হোম মীয়ায়ান যানখিদবা মীহাংশিং ওইখি। মরাল লৈগাঙী মণিপুৰী নীংঙোল অমা ইমা কৈথেলমজুদা মণিপুৰ পুসি পাৰ্লেমেণ্টলিংগী নোংমৈ মথোং খঙদনা কাঙ্গদগী শিখি অমসুং রবিনাগী মরালদি লৈচনা হাংখিৰনি। মণিপুৰ পুলিস অমসুং হোম দিপাৰ্টমেণ্টনা রবিনা অমদি পিক্ৰিবা মচাগীদমক পীবা কল্পেপসেন অদু মী অমগী পুসি অমসুং মথা তাবা মচাশিংগী পুসি অদুগী মিতিক চাবা শেফম ওইৱেৰা হায়বসিনি। মদুসু ওইখিদে অমসুং খুঙ্গংগী চুৱৰী নিংঙোল অমগী লাঞ্জৰুবা থৰাই অমা মশাগী পুসিগী চেঙ লোয়দুনা চংখে হায়না সরকারনা লৌবসু ওমখিদে। ওইৱিৰা ফিডমিট মীচাম ওইনা খাইৱদদ কৈথেলদা মপাম চংনবগী পোং খৰা লৈজবা লাৰুপী, চহী নৌৱিৰা মচা অমগা লৌৱনৰকপী নুপী অমা মথোং খঙদবা নোংমৈদগী কাপথোক্লিক্ৰপা মৰুনা পাল্লগা শিখিবা অমসুং মহাক্ৰী ৰাখল তালিবা মচাদুনা মমা শিৱে খঙজদবনা থৰায় য়াওব্ৰবা হকচাংদুনা ওইনজখিবদুনি। মদু খাইৱদদ কৈথেল ফৰী ইমাশিংনা উখি অমদি কৈথেল ইমাশিংগী লুপকী খৌ পুৰিৰীশিংনা খঙভবসু মমা ওইবী অমানদি মশাগী মমা ওইবীগী ৰাখলনা লুচিৰুনা থেমজিৰনি। ইমাশিংনা খৌদোক অদুদা লৌখিবা খৌদাং অদুগী মতাংদা কোৰ্টনা মথোয়নু ৰাহংনবগী খৌওং অমতা চথৱৰুদবা লৈতে। অদুবু তমখিৰবা নুমেংতুগী খৌদোকশিং অদুনা কা হেনবা মণিপুৰ হোম দিপাৰ্টমেণ্টকী অৱোনবা এজেন্দা অমা লৈবা মাল্লি হায়বসিদি মীয়ায়ান খঙনভবনি।

মদুসু হৌথৰা ৱাৰী অমনি হায়না মীয়ায়ান লৌনভৰা মতুং মণিপুৰদা নোথ ইষ্টকী লালহৌবগী ইয়াংশিং লাৰুপীশিল্লবা হৌনবনবা রায়েল চৈরাক তফম শঙ যৌদনা ইন্দিয়াগী আইনগী ৰাংমদা মরাল লৈতবা মীওই কয়া হাংখি অমসু মদুসু আৰ্দ্দ ফোৰ্চেস স্পেশিয়াল পাৰাৰ এন্ট (অফ্ৰুপা) গী খুদোংচাবা লৌৱগা লাৱীয়া অহেনবা খুদোংচাবা পীদুনা সিভিজেনশিংগী হক মংখিবগী খুদমনি হায়বসি য়াম্মক চুৱৰা ৰাক্লি। ইন্দিয়ান অমদি ফোৰ্চেসগী পাৰ্লেমেণ্টলিংগী তওনা পাৰ্লেমেণ্ট খুদিংমক চয়োলগী ওইনা ওইৱিক্ৰিবা অমসুং ওইৱদদবা ফিডমশিং অদু খঙহন্দুনা লাৰুপনা আইনগী ওইবা এঞ্জান কয়াদুদগী লাগথোকখিবনি। মদুগী মথা তাৰকপদা ইয়াংজেন্সিগী ইয়াং লৈবনি হায়বগী খুদোংচাবা লৈৱগা ষ্টেট ফোৰ্চেস পীদবা শক্তি শীজিমদুনা মশাগী ইজং অমসুং হোম দিপাৰ্টমেণ্টকী ফিডং ফলংনবনি খন্দুনা লালহৌবগী মীওইনি হায়দুনা মপা অনাবগী হিদ্দাক লৈবা লাৰুপা মীওই অমবু খৌদোংচাবা মতাংদা কৰি ওইৱিৰবেগে খঙদবা দুকান অমগী মনুংদা পুশিল্লগা হাংখি হায়বসি খৌদোক থোকখিবা মতমদুগী পাউচেশিনা ৱিপোর্ট টৌনবসু লৈখি। মসিগী মতাংদা মণিপুৰ সরকারনা সিবি আইদা ধীগৎহয়বা ফিৰেপ লৌখি অমসুং থিগৎহয়খি। সরকারনা হায়জবদগী সি বি আইনা কেস লৌখৎতুনা ৰাহং পাউহং চথবদা অশেংবা ৰাফম অদু ফোঙদোকখিত্ৰগা নৌনা শেয়া সুপ্ৰিম কোৰ্টকী কেস হিয়ারিংদা শোৱামবা ৰাফম ফোঙদোকপদগী ওসি ষ্টেট পুলিস ফোৰ্চ অসিগী ৰাফম অসিগী মথক্তা মীয়ায়ান চিংনবা হোম পোকহল্লে। মসিগী মথা তাৰকপদা অশেংবা ৰাফম ফোঙদোকখিবনি হায়না মশানা নোংমৈনা কাণ্ডনা সঞ্জিৎপু হাংখিবা মীওই ওইৱিৰা পাৰ্লেমেণ্ট অদুগী ৱিটনেস লৌবা মতমদা মীচেলনি হায়না লৌৱেইবগী মরম লৈতে।

এডিটৰদা থাৰকপা চিঠি

নেসনেল হায়ৱেদা পাৰ্কিং ওইশিনহনবা

ইকাৰ খুন্সজৰিবা এডিটৰ,  
ইফ্ৰাল সহৰ অসি গাড়ী মশীং নোংমৈ নোংমগী হেনগৎলকপগা লোয়ননা মপান লামগী সহৰলৌনা ট্ৰাফিক জাম তোবা অসি নুমেং খুদিংগী থোকপা খৌদৌ অমা ওইৱে। অদুবু মণিপুৰগী ওইনদি মণিপুৰ সরকারগী ট্ৰান্সপোর্ট দিপাৰ্টমেণ্ট অমদি মণিপুৰ পুলিসকী ট্ৰাফিক কন্ট্ৰোলগী কাণ্ডবনা খজিক্ৰ ৰাখল খহৰগা পুৰুচেল শেংনা লুপা ১০-২০ লৌদনা থবক পায়খৎলবদি ট্ৰাফিক জাম অসি হৌজিক ওইৱিৰা ফীডম অসি যৌনদি থোক্তবসু য়াৱি খলি। খুদম ওইনা পল্লবদা গৰ্ভৱৰগী মমাঙদগী পি ড্ৰিউ ডি ফাওবা চংলিবা নেসনেল হায়ৱে অসি ট্ৰাফিক জাম মতম পুন্মক থোকল্লিবা অসিগী মরম অমদি লেদ তৰুক লৈৱিবা অসিগী লেদ অনী অমদি কনাগী হুকুনে খঙদবনা পেশা লৌবা পাৰ্কিং ওইশিনবদগীনি। পাৰ্কিং অসিগা গাড়ী অটোবা অমখত থাবদগী হেদোতুনা ডবল পাৰ্কিং তৌশিনবসু য়াওৱি। লগী অসিগা ওইৱিৰা ট্ৰাফিক জাম অসিগা পাৰ্কিংগী ষ্টাফশিংনা কৰিসু নাচুৱন্দা চংখোক চংচিনি তৌদুনা গাড়ী থাদোক খাজিন তৌৱি। মসিনা হায়না ট্ৰাফিক জাম তৌদুনা লৈৱিবা লগী অসিগা চংলিবা মীওইশিন্দা শাখিবা অৱাৰা পীৱি। মসিগীসু মথক্তা য়ায়া ওক্ৰিবনা মী চিনভ্ৰবা কল্লা পাৰ্কী নোপুথ থংবা সনথোঙা লৈৱিবা ট্ৰাফিক আইলেদ অসিগী মনাজা খৌবাল মায়ংক ৰোমদা চংকদৌবা গাড়ীশিংগী পাৰ্কিং ওইশিনহনবা অসিনি।  
পুন্মক অসি য়েবু খঙনুৱগা মণিপুৰ অসি মৰু ওইনা ইফ্ৰাল অসি মানা মানা থোকপা পংজৌদ তৌনবা অত্ৰোশিংগী অৱা অনা খঙদনা মীওইশিংনা তৌনিবেত তৌদুনা ফুৰিংখাও চোমবা থবক চথদুনা লৈৱে হায়বগী চিংনবা লৈজৱে। মরম অদুনা ইকাই খুন্সজৰবা এডিটৰদা এহাৰু পুখংচিৰিবা ৰাফম অসি মৰী লৈনবা দিপাৰ্টমেণ্টলিংগী মীং নাকো শিহেনবীনবা নীংখিৰে।  
অদোমগী,  
নোংথোৱম চওবা মীতে  
চুৱাংখবম

ঈশিং চাইবগী তোঙান তোঙানবা মওংশিং

মঠে মরোংশিংদগী মপুঙ ফাবা চাথোক পুথোকহনবা ওম্মবগীদমক মথোয়না দরকাৰ ওইবা ঈশিং পীবা (ইৱিগেসন) গী মওং অসি মুখল কয়া অমুক থোক্ৰা লৈ। থাৱিবা মঠে মরোংদুগী মখল, লৌফদুগী মওং-মঠে, লৈবাক লৈহাওদুগী মওংখিবা খেৰমদগী মতুংইয়া চামগদবা য়েংদুনা ভোঙন ভোঙনবা ইৱিগেসনগী মওংশিং অসি শীজিলে।  
১। সৱফেস ইৱিগেসনঃ দরকাৰ ওইগদবা ঈশিংগী চাং অদু লৈমায়থক্তা চেলেহন্দুনা ঈশিং গীবগী থবক অসিনু সৱফেস ইৱিগেসন কৌই। মসিগীদমজুদি লৈবাক অদু হাম্মা লৈতেম মায়হনগনি অমসুং পোং খাট্ৰিওঙা ফৈদোম-চুৱিনচিবা নীংখিনা শেমহৌগদবনি। হেপাল অমসুং উজাওনচিংবশিং থাবগী ঈশিং চনবা মতমদদি 'ৱিং বেসিন মেটোদ' হায়বা উপায় অমা শীজিলে। ঈশিং খজিক্তনা কোৱনবা অমসুং অৱেৰা মাঙখিৰনবা উথোঙশিং অদু পল্লি মচা মচাশিংনা কোৱশিল্লগা ঈশিং খাজিনবগী মওংনি। ইয়াং নাপী (ভেজিটবল) শিং থাফমদা ঈশিং চনগে হায়ৱবদি ফৰো মেটোদ (চুৱিনা ঈশিং খাজিনবা) নংত্ৰগা ৱিক্ৰিৎ মেটোদ(ঈশিং পাঙৰুনা খাজিনবা) শীজিলে। চুৱিনা ঈশিং খাজিনবগী থবক ভৌগে হায়ৱবদি ফৈদোমশিং অদু মৱাক

খৰা চপ্পা শাংবা ওইনবা খুদোংচায়। চুৱিনমক ঈশিং তুঙহল্লগা ফৈদোমগী মথক্তদি ঈশিং থুমহয়দে। চু, লশিং, হীদাক মনা, আলু অমসুং ফৈদোম নাইনা লমা থাবা ইয়াং-নাপীশিংদা পায়ে অসিনা ঈশিং চাইবা যাই। হয়েফেক্তং ওম্মা মফমদদি কায়ভবসু খৰা য়ায়া ওম্মা ওইৱবদি চু ৱিৰিং অসি যুংবগী মছত্তা ফৈনা হায়গৎকদবনি। তিলহৌ, কোবীনচিংবা ভেজিটবল খৱদি পাঙৰুনা ঈশিং খাজিনবনা হোম চায়ে। মেটোদ অসি শীজিলগে হায়ৱবদি মফম অদু নীংখিনা লৈতেম মায়বা ওইগদবনি। অদুগা লোয়ননা ফৈদোমশিং অদুগী অকোয়বদু লৈপাৰুনা খাজিনবগীদবনি।  
২। ট্ৰিপ ইৱিগেসনঃ মসিগী ইৱিগেসন মওংসিদি পায়গী মথোংমজুদা ঈশিংগী ৱ্ৰোপ-ৱ্ৰোপশিংনা অমগী মথংদা অমা তপ্পা তপ্পা তাহনবনি। ঈশিংবু য়ায়া লীক্ৰা শীজিমবা মৱায়া লৈনুদা চুপখিবা অমসুং নুশিত্ৰা মনিল ওদুনা পায়থোকখিদুনা মাঙবগী চাং য়ায়া নেশী। মৱম অদুনা থাৱকদৌৱিবা ঈশিং অদুনা সিষ্টেমিক ওইবা তীলহাও হীদাক নংত্ৰগা পায়গী চানবা হাৱগী সোলুসন যানশিনবা য়াবগী খুদোং চাবসু ফহই। ঈশিং লিকপা অকংবা লামমশিং অমসুং লমা থাবা হৈপালাশিং অমসুং লফুনিচিংবগী

হৈকোলশিংগীদমজা থৌইদোক্ৰা চানবা মেটোদনি। মসিদা চঙবা খুংলায়শিংদি ঈশিং চিংনবা পম্প অমা, অমোংপা চুমথোক্ৰবা ফিল্টাৰ অমা, পাইপ লাইনা অমা অমসুং ঈশিং তপ্পা তপ্পা তাৱক্ৰবা কোনজিল য়াওই।  
৩। স্ত্ৰীংক্ৰেব ইৱিগেসনঃ পাইৱে অসিগী মতেনে ঈশিং চাইববদি পম্পতগী পায়গীকপা শাফুনা মৱম ওইনুনা কোনজিলদগী থাৱকপা ঈশিং অদু চাইনা চাইনা নোং চুৰঙায়া পায়গী মথক্তা তাহলি। পাইৱে অসিগী মতেনে ঈশিং চাইববসু চাইৱকদৌৱিবা ঈশিং অদুনা হাৱগী মই হাৱকপা য়াবগী খুদোংচাবা ফহলি। ঈশিং অদুসু অপাৰা চাং অমদা থাবা য়াবগী খুদোংচাবসু লৈ। উপায় অসিদি থাৱিবা মঠে মরোং খুদিংমজা শীজিমবনা য়াববা লৈতে। মসিগী খুদোং য়ায়া চাবা অমনা অতোঙ-অকুংশিং মামা তেমথোকপা য়াবগী পাইৱে লৈৱেবা মফমদসু নীংখিনা শীজিমবা য়াবা অসিনি। খুংলায় অসিগী মতেনে য়ায়া শাবা মতম পায়গীশিংবু ইঙহনবা য়াই। উন তাদুনা য়ায়া ইঙবা কান্দসু উনশিংদু চামথোকপীদুনা পায়গীশিংবু কনবা য়াই। খুংলায় অসিদা য়াওবা মচাকশিংদি ঈশিং চিখৎনবা পম্প অমা, ঈশিং থাখিনবা পাইপ অমা, ঈশিং চাইথোক্ৰবা

নবকিশ্বৰ ঙাংবম

কোনজিল অমসুং কোনজিল থাঙলিবা অসিকপা পাইপকী মশানি। প্ৰিঞ্জক্ৰব ইৱিগেসনগী খুংলায়শিং অসি মফম হোংদোক হোংজিল ভৌবদা য়াবা অমসুং য়াবদা নাই। মসিদা নত্তনা ৱিভোলবিং প্ৰিঞ্জক্ৰব অমসু ৱোটৰি প্ৰিঞ্জক্ৰব হায়দুনা অনী থোক্ৰসু খায়দোকই। শেদোংগীদমক হায়দুনা ডেজিটেবল থাবশিং গীদমজুদি ৱোটৰি টাইপকী প্ৰিঞ্জক্ৰব ওইনা শীজিমবনা খুদোংচাবা হেলি।  
৪। সৰ-সোইল ইৱিগেসনঃ মওং অসিগী ইৱিগেসনদি থোংলমগী পৰেশিংবু লৈমায়গী মখানা ঈশিং চেলেহলি। থোংলমশিংবু মশা লোঙহন্দুনা মশাশিংনা চেলেহলি ঈশিংদুনা লৈপাৰুনা লোৱা লৈতনা চুপখৎহল্লকই। অসুয়া পায়গী মৱাশিংনা মতম চুপ্পা ঈশিং ফংবা ওমহলি। পায়গী মৱাশি মনাক যৌনা ঈশিং পুশিল্লক্ৰবদি মছৎ-মছৎ হুংপা পাইপশিং শীজিলে। মেথোদ অসিদি ঈশিংনা মনিল ওদুনা মাঙখিবগী চাং খাইৱদগী নেদে।

ইয়াং-নাপীশিংদা ঈশিং পীবা

পায়গীশিংনা মপুং মঠে ফানা হিংবদা ঈশিং য়াওববা য়ায়ে। অদুবুপু হোম নীংখিনা মপুং ফানবগীদমজুদা দরকাৰ ওইবা ঈশিংগী চাং অমসুং মতমদি পায়গী মথল খেৰমদগী মতুংইয়া থেমে। ইয়াং নাপী অয়াৱগী মপুশি অসি ভেলি অমসুং পুনা হৌগলি। মৱম অদুনা অতেনবা মতমগী মনুংদা মপুং ফাবা শাৱেপ তালহৌনবগীদমক ইৱিগেসন (ঈশিং চাইবগী থবক) মতিক চানা পীহৌদবা য়াই। পায়গী মৱাশিংনা শদোংকুনা লৈৱিবা লৈহাওশিং অদুনা য়াওগদবা ঈশিং মনিলগী চাং অসি চামগী মনুংদা শৰুক ৭০-৮০ দি অয়াৱা মতমদা যৌহনগদবনি।  
আলু থাফমদা ঈশিং চনবদি ফৈদোমগী ৱাৱত লৈৱিবা চুৱিৰিচিবা ওইনা থাখিৰনবা ফে। মাদি মৱা লুনা চত্তবা পায়গীনা ঈশিং ভোয়না চনবিবা ফে। আলুগী পুসিদা ঈশিং খুদিংগী হোম দরকাৰ ওইৱিৰা মতমসি আলুনা পানগদৌৱিবা মতা (ষ্টোলো) শিং অদুনা থিন্দোকপদগী হৌদুনা লৈনুদা আলুশিংনা চাওখৎলকপা মতম অদু ফাওবনি। হায়ৱিবা মতম অসি আলু হৌৱবা মতুং নুমেং কুন্দগীনা হুফু অদুৱাৰিফাওবগী মতমদা ওইগদবনি। হায়ৱিবা মতম অসিদি ঈশিং মতিক চানা শোয়দনা পীগদবনি। লৈবাক্তা য়াওৱিবা ঈশিংগী মনিলনা তছায়মুস্তী (চাদা ৫০) চাং যৌৱবদি ঈশিং চনবা লেপ্পা য়ায়ে।  
তিলহৌ চামসু মৱা থেমা তাবা পায়গীশিংদি অদুনা মথোয়সু পায়গী অতৈ অতৈশিংদগী হোম তৌয়না ঈশিং চাইবিদবা য়াই। ঈশিং চনবগী

তুঙয়ফদবা মতম হায়বা তাৱগদি মৰুনা লৈনুদা চাওখৎলকপা হৌৱকপগী মতম অদুৱগীনি। লৈপাক্তা ঈশিং মনিলগী চাং খম থেংনা য়াওহনগদবনি। মতম শাংনা কংহল্লৱবা মতুংদা ঈশিং চনবদি মপাছংবা মকু অকু চেকখায়ৱক্ৰনি। লোক্তবদা চয়োল অহমমুস্তী মমাঙদগী ঈশিং চাইবা লেপ্পা লীবা খুদোংচাবা হেলি।  
খামেন অশিনবদা ঈশিং চনবদি মতম চানা অমদি য়ায়া চেকশিয়া দরকাৰ ওইবদুখতং চপ চানা পীনবা হোংনগদবনি। লৈবাক্তা য়াওবা ঈশিংগী মনিল চাংচং অমদা লৈনবা হোংনবা তাই। ঈশিং মনিলনা লৈবাক্তা য়াওবগী চাং ৱাংপা নত্ৰগা হেনবা অনিমক মাঙনিঙাই ওই। পীক্ৰিবা পায়গীশিংদি তশেংনা দরকাৰ ওইৱবা মতমদা ঈশিং চনবিগদবনি। চৈদা ওকখৎপা মপায়গীশিংদি নুমেং ৫-৭ ফাওবা কামৱগা অদুগা চৈ যুংববশিংনা নুমেং ১০ নি কামবা খুদিংগী ঈশিং অমুক চনবা য়াই। মঠেশিং অদু চেকখায়ৱক্তনবা মুনশিল্লকপা মতমদা ঈশিং হেনজিমা চাইশিংনবীৱেইদবনি। মাগী তুঙইফদনা ঈশিং চাইবদা য়াবদা মতম হায়ৱবদি হৌগৎলকপদগীনা মঠে পাল্লকপা মতম ফাওবনি।  
কোবী থমচেং মানবী, কোবী ফুল অমসুং নোলখোলনচিংবা পায়গীশিংদি লেপ্পা লৈতনা হৌগৎপা চাওখৎপা ওম্মনবা লৈপাক্তা মতম চুপ্পা ঈশিংগী মনিল লৈহনগদবনি। কোবী ফুলগী তুঙইফদনা ঈশিং ৱাংপা য়াবদা

মতমশিংদি ফুল কাবা হৌৱকপদগীনা চেংনা তাশিল্লকপা মতম ফাওবনি। অদু মওইনমক য়ায়ে অসিদা ঈশিংগী চাং হেনজিমা চাইশিনবদি মতম। মতম শাংনা কংহল্লৱবা মতুংদা ঈশিং য়ায়া চাইশিল্লবদি নোলখোলগী মকু অমসুং কোবীগী ফুলশিং চেকখায়ৱক্ৰনি। কোবী থমচেংমানবগী অঙনবা মখলশিংগী ওইনদি হাপ্তা অমদা অনীৱক অদুগা অথোংবা মখলগী মতমদা মানবীশিংগীনা হপ্তা অমগী মনুংদা ঈশিং অমুক অমুক চাইবা য়াই। অদুবু পুয়মক অসি নোংজু নুশাগী ফিডমগী মথা পোঞ্জি।  
ইছাম মুলা, তৱনিপ, সুগৰ ৱীট অমসুং অতৈ মনা চাগদবা মনা মশীংশিংগীদমজুদি ঈশিং য়ায়া ভোয়না চাইবিদুনা সেটিমিটৰ ৩০ মুস্তী লৈমায়গী লৈহাওশিং অদু ঈশিংগী মনিলগী চাং চানা ৭৫ দগী ১০০ ফাওবগী মনুংদা থেগীবা য়াই।  
হৱাই থৱাক থাফমদদি মতল নীংখীনা চোংবা ওম্মনবা মৱা হুৱিঙেগী মাঙওইননা থাফমদা ঈশিং অমুক থাজিনবীবা ফে। হনবা মতমদা লৈবাক্তা ঈশিংগী মনিল মতিক চানা লৈৱবদি হুৱবা মতুঙদা ঈশিং অমুক পায়গী চাইশিনবীদুনা মতল চাং মামনা চোংবা ওম্মনবা হোংনগীদবনি। অদুগী মতুংদদি ঈশিং অৱক্ৰবদি নুমেং ১০-১৫ কামনা ঈশিং পাৱপ পাৱপ চাইবিগদবনি। হৱাই থৱাক্তা ঈশিং পীদবা য়াবদা মতমদি মপাল শাৱকপদগীনা থৱক পানখৎলকপা মতম ফাওবনি। মৱম

নবকিশ্বৰ ঙাংবম

অদুনা মতম অসিদা ঈশিং অমুক নত্ৰগা অনিৱক্তি শুকশোয় শোয়দনা ফংহনবিগদবনি।  
তৱবুজ অমসুং খৱবুজ (ময়মোলো) কালোছাদা থায়ে। মথোয়দি নুমেং ৮ দগীনা ১০ নি খুদিংগী ঈশিং অমুক অমুক চাইবা ফে। মথোয়শিং অসিদি মিটৰ ১.৫ দগী ২ ফাওবা পাকপা ফৈদোমশিংগী মতমই মতলৈ থাগদবনি। মসিনা চুৱিনা ঈশিং খাজিনুনা চাইবদা খুদোং য়ায়া চাইহলি। মুক্তকপা মতমদা ঈশিং হেনজিমা চাইৱবদি মঠে চেকখায়ৱক্ৰনি মৱম অদুনা মতাংসিদা ঈশিং হোম চাইৱেইদবনি। থৰী, মাইৱেল, শেবাং-খোংক্ৰনচিবা অতৈ মৱা চংপা পায়গী অসিদি কালোছাদা মতমদা নুমেং ১০-১২ খুদিংগী ঈশিং চাইবিগদবনি। মথোয়গী মৱাশিংনা লৈবাক্তা সেটিমিটৰ ৪০ দগী ৬০ ফাওবগী চাবা শদোংকই।  
কোবী হৱাইথোয়গী কাঙলু অসিদি মৱা থোমা থাফমদা ঈশিং অমুক থাজিনবীবা ফে। হনবা মতমদা লৈবাক্তা ঈশিংগী মনিল মতিক চানা লৈৱবদি হুৱবা মতুঙদা ঈশিং অমুক পায়গী চাইশিনবীদুনা মতল চাং মামনা চোংবা ওম্মনবা হোংনগীদবনি। অদুগী মতুংদদি ঈশিং অৱক্ৰবদি নুমেং ১০-১৫ কামনা ঈশিং পাৱপ পাৱপ চাইবিগদবনি। হৱাই থৱাক্তা ঈশিং পীদবা য়াবদা মতমদি মপাল শাৱকপদগীনা থৱক পানখৎলকপা মতম ফাওবনি। মৱম

ওককি ফাৰ্মদা লায়না-তিমা ঙাকথোক্ৰবা থৌৱাং পায়খৎপা

ডা. এম ৰাজেন্দ সিংহ  
ওক্কী ফাৰ্ম অমদা ওকশিংনা লায়না মী চেদনা মশা-মঠ ফনা য়োকপা ওম্মনবা, ফাৰ্মগী মপান্দগী লায়না চংলক্তনবা অমসুং মনুংদনা লায়না থোৱক্তনবা থৌৱাং কয়া পায়খৎপা দরকাৰ ওই।  
গৰ্ভা পুৰী ওকশিংনা মচা পোকদবা নুমেং ১০ নি ৱাংলিঙো জিৱাৰ্মি ভৌৱগা মথংগী নুমেং শেংনা ঈৱুজথোক্ৰদবনি, অদুগা তিলশিংগী মৱম নংত্ৰগা মহা লৈতে খঙলবা, মচা পোকফম শেংনা চামথোকপদা পুশিনগদবনি।  
৫) উনশাদা লৈবা মেঞ্জ, হিকনচিবা মাঙহয়বা ২.৫% প্ৰোপ্ৰোএট সোলুসন নংত্ৰগা শীথিতন ৫% স্প্ৰে ওইনা নোংমৈ নোংমৈ কামৱগা ৫-৬ লক ওক্কান মনুং অমসুং ওকশিংদা কাপথোক্ৰদবনি।  
৬) উৰাক অমদি কংক্ৰিকী লৈমায়দা থৱা, মপীনা শেংনা লোয়ননা লৈবাক্তা থাদোত্ৰবা ওক মচা খুদিংমক ইমফেৱোন (আইৱন) ইঞ্জেক্সন কাপকদবনি। মকুওইনা নুমেং ৭ নিদা অমুক অমসুং ১৪ নিদা অমুক কাপতোক্ৰদবনি।  
৭) ওক্কানগী ৱেনেজ, নালা খুদিংমক নুমেং খুদিংগী শিং নামা শেংদোক্ৰদবনি।  
৮) চাং নায়না ওক্কান শেংদোক্ৰবা, লু-নামা থৱা হোংনবা, মফম চানা মথি-ময়ুং পুথোকখিনবা থৌৱাং কয়া নুমেং খুদিংগী মফি-মৱোল হোংদোক্ৰনগদবনি। লোয়ননা ফাৰ্মগী মেন গেজা থৱা হিচিনফেক্ট সোলুসন্দা খোঙাউ প-ফিনাং লু পশিল্লবা মতুংদা চংহনগদবনি।  
৯) ওক্কী লায়না য়ায়া থোকনৱকপা হায়বদি নাগনবা মতমদদি ফাৰ্ম মনুংদা মী হেংহল্লোইদবনি।  
১০) ওক মচাশিংনা হাপ্তা ৩ তগী ৮ ফাওবা শুৱকপদা হাইনা ফিডৰ টিকা থাদোক্ৰদবনি।  
১১) ওক মচাশিংনা নুমেং ২.১ নিদা পাইৱিৰ্জিন শীজিমদুনা ডিৱাৰ্মিং তোবা হৌগদবনি। অসুয়া

থা খুদিংগী অমুক চংখগদবনি। মপীনা চেঞ্জিঙেদা ৱাৰ্ম ইনফেক্টেসনগী চিংনবা লৈজগদি, মপীগা খাইৱনৰবা মতুংদা, পোকপদগী থা ও শুৱকপদা ডিৱাৰ্মিং তোবা হৌগদবনি।  
গৰ্ভা পুৰী ওকশিংনা মচা পোকদবা নুমেং ১০ নি ৱাংলিঙো জিৱাৰ্মি ভৌৱগা মথংগী নুমেং শেংনা ঈৱুজথোক্ৰদবনি, অদুগা তিলশিংগী মৱম নংত্ৰগা মহা লৈতে খঙলবা, মচা পোকফম শেংনা চামথোকপদা পুশিনগদবনি।  
৫) উনশাদা লৈবা মেঞ্জ, হিকনচিবা মাঙহয়বা ২.৫% প্ৰোপ্ৰোএট সোলুসন নংত্ৰগা শীথিতন ৫% স্প্ৰে ওইনা নোংমৈ নোংমৈ কামৱগা ৫-৬ লক ওক্কান মনুং অমসুং ওকশিংদা কাপথোক্ৰদবনি।  
৬) উৰাক অমদি কংক্ৰিকী লৈমায়দা থৱা, মপীনা শেংনা লোয়ননা লৈবাক্তা থাদোত্ৰবা ওক মচা খুদিংমক ইমফেৱোন (আইৱন) ইঞ্জেক্সন কাপকদবনি। মকুওইনা নুমেং ৭ নিদা অমুক অমসুং ১৪ নিদা অমুক কাপতোক্ৰদবনি।  
৭) ওক্কানগী ৱেনেজ, নালা খুদিংমক নুমেং খুদিংগী শিং নামা শেংদোক্ৰদবনি।  
৮) চাং নায়না ওক্কান শেংদোক্ৰবা, লু-নামা থৱা হোংনবা, মফম চানা মথি-ময়ুং পুথোকখিনবা থৌৱাং কয়া নুমেং খুদিংগী মফি-মৱোল হোংদোক্ৰনগদবনি। লোয়ননা ফাৰ্মগী মেন গেজা থৱা হিচিনফেক্ট সোলুসন্দা খোঙাউ প-ফিনাং লু পশিল্লবা মতুংদা চংহনগদবনি।  
৯) ওক্কী লায়না য়ায়া থোকনৱকপা হায়বদি নাগনবা মতমদদি ফাৰ্ম মনুংদা মী হেংহল্লোইদবনি।  
১০) ওক মচাশিংনা হাপ্তা ৩ তগী ৮ ফাওবা শুৱকপদা হাইনা ফিডৰ টিকা থাদোক্ৰদবনি।  
১১) ওক মচাশিংনা নুমেং ২.১ নিদা পাইৱিৰ্জিন শীজিমদুনা ডিৱাৰ্মিং তোবা হৌগদবনি। অসুয়া

লৌথোক্ৰবা মতুংদা, সুধা ৩%, লাইসোল ৫%, ডিভোল ২%, সেভলোন ২%, নংত্ৰগা ফোমলিন ১%, হাপ্তাৰা ঈশিংনা লৈমায়দা নত্তনা ওকশিংনা ফংবা য়াবা মফম খুদিংমক শেংনা চামথোককদবনি। চাফম-থকফম বাগোশিংদি ঈশিং অশেংবনা অমুক হুয়া চামথোককদবনি। চামথোকপদা খুলায়ননা পোলিথিন পাইপ মচা অমগী মতেনে প্ৰেসৰ য়াওনা ঈশিং কাপহনগদবনি।  
২) নুখিলগী নুশা শাগৎলকপা মতমদা ওকশিংবু ঈৱুজৰা ওইনা অশেংবা ঈশিং আইবনা অমুক ওক্কানগী লৈমায় ফল্গেচিবা চামথোককদবনি। চামথোক্ৰবা মতুংদা শজিক, নাপী-শিংবী পুশিন্দুনা ওকশিংবু পীগদবনি।  
৩) ওক্কানগী মপান্দা লৈবা, ওকশিংনা চংফম-শাফম ১ দি শাজেন ভৌফম ওইৱিৰা মফম খুদিংমক মথি-ময়ুং তুংশন্দুনা লৈহল্লোইদবনি। মথি-ময়ুং শেংনা ফোমলিন লিটৰ ০.৫ ঈশিং লিটৰ ৫০ দা য়ায়া চাইথোক্ৰদবনি।  
লায়না লৈবা ওকশিংগী মকোন শেংদোক পাঃ-  
১) ওক্কানগী মকুওইবা থোঙ লোনশিন্দুনা অতোৱা মী অমতা চংহল্লোইদবনি  
২) মকোন মনুংদা লৈবা মথি ময়ুংদা নত্তনা কুনফম তুমফম ওইনৱৰা চৰু-চমাই খুদিংমক শেংনা লৌথোক্ৰগা মেনা থাদোক্ৰদবনি নংত্ৰগা ওকশিংনা ফংলোয়দবা জগাদা লুনা তৌদুনা ফুজিগদবনি  
৩) ওক্কানগী লৈমায় অমসুং ফল্গেচিবা শেংনা শেংদোক্ৰবা মতুংদা ফিনাইল ২% নংত্ৰগা সুধা ৫% ঈশিংদা হাপ্তাৰা চামথোককদবনি।  
৪) ওকশিংনা চংফম শাফম লৈমায় অদু

লৈবাক ওইৱবদি ইফি ২-৩ গী লৈৱোল মথক থংবা লৈমায়গী লৌথোক্ৰগা মফম চানা ফুজি