এডিটোরিয়েল

মহৌশাগী ফজবনা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিনবা

মালেম অসি তোঙান তোঙানবা চাউখৎপগী থাক লৈবা লৈবাক কয়ানা পুন্নগা শেন্নিবনি। লৈবাকশিং অদুগী মনুংদা চাউখৎপগী থাক লেপলিবসি লৈবাকশিং অদুদা লৈরিবা মীওইশিং অদুগী ৱাখল্লোন অদুদগীনি হায়না মীয়াম্না লৌনরিবনি। ইন্দিয়ানা ৱসিসু চাউখৎপা লৈবাক অমগী ষ্টেটস অদু ফংদনা লৈরিবসি মপুংওইনা লৈবাক অসিগী সিটিজেনশিং অসিগী ৱাখল্লোন অদু নেন্নদগীনি হায়না লৌবা তাবনি। অতোপ্পা য়ুরোপীয়ান কন্ট্রিশিংদা লৈরিবা মীওইশিংদি ৱাখল তারবা ঙাক্তা ওইত্থে অমসুং ৱাখল তারবা মীওই ওইনা পোকপদগী শেন্নবা থৌরাং কয়া পায়খংত্থে। মদুনা মরম ওইরগা মীওই খুদিংমেক্কী ওইনা মশা মশানা নীংবা থবকশিং অদু মীয়ামগী য়াইফনবগীদমক নৎত্রগা মরুওইনা মীওইবগী য়াইফনবা ওইবা তারগদি হায়রিবা অদুমক পায়খৎনবা মতিকচাবা শেঙ্গং কয়া পীখরি। অমরোমদনা হায়রিবা লৈবাকশিং অদুগী সিটিজেনশিং অদুনা লৈবাক অদুগী শেন্নীংলোন ফগংহয়বগীদমক মখোয় মখোয়গী ওইনা তঙাইফদনা থিফম থোকপা টেঙ্গ খুদিংমক থিদুনা মতম চানা লৈবাক অদুগী শেন্নীংলোনদা মতেং পাদুনা লাকই। হায়রিবা টেঙ্গ থিরিবা মীওই খুদিংমক মশা-মশাগী ফফফম থোকপা হক পুন্নমক ফংদবা য়াদে অমসুং পীদবসু য়াদে। অদুগুম্বা চাউখৎলবা মীওই অমনা টুরিষ্ট ওইনা অতোপ্পা মফম অমদা লাকপা মতমদা মহাক্না পান্নিবসি মহাক্না লাক্লিবা মফম অদুগী ওইরিবা মহৌশাগী ফীভম অমসুং মফমদুদা লৈরম্লিবা মীওইশিং অদুগী শেঙ্গোক লগী, মখোয়গী মরুওইবা শিনফম, আর্ট অমসুং কলচর অমদি য়ুমলৈ -কৈরেগী ফীভমশিং অদু খংবা হায়বসি ওইগনি হায়না খল্লি। মসিগী মথক্তা লৈবাক অমনা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিনগে হায়বা তারগদি অদুগুম্বা লৈবাক অদুগী লো এন্দ ওর্ডরগী ফীভম অদুগী মখা পোনগনি। খংন-চৈনবা অমদি হাংন-শুনবগী থৌদোক ঙাক্তা থোকপা মফম অমদা অতোপ্পা লৈবাকতগী নৎত্রগা ষ্টেটতগী টুরিষ্টশিং লাক্লিংবা হৌনদে। অদুনা খ্বাইদগী হেন্না টুরিজমগী পোটেন্সিয়েল লৈবা লেনমম অমদা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিনগে হায়রগদি লমদম নৎত্রগা লৈবাক অদুগী মনুংদা লৈরিবা মীওই কাংলুপশিংগী মরক্তা নুংশি -চায়না হিংমীন্নবা অমসুং টেরোরিজমগী থৌওংশিং থোক্তবা হায়বসি ওইহনবা তাবনি। হায়রিবা হিরম অসিদা মপুং ওইবা ষ্টেট অমগী লৈঙাক্লা অকনবা মীৎয়েং চলেবা মতমদা মশা মতোমতা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং লাকপা তাবনি। মদু নৎতদুনা অথিংবা ময়াম অমগী মরক্তা মতম-মতমগী ওইবা থৌশিল খরনা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিনবা ঙমগনি হায়বা তারগদি মদু খ্বাইদগী শোইবা ৱাখল্লোন অমা ওইগদা হায়না খল্লি।

মতম -মতমগী ওইনা শেমগৎ-শাগৎপদা থাদরিবা শেনফমশিং অসিগী মহুৎতা মণিপুরগী লৈরিবা মীওই কাংলুপশিংগী লৈফম অমসুং মখোয়গী আর্ট অমসুং কলচর অদু চাউখৎনবা অমসুং মখোয়না লৈরিবা খুলশিং অদু য়ৌনা চৎকদবা লম্বীগী মফমশিং অদু শেমগৎপনা হেন্না টুরিজমগী ৱাহন্থোক লৈগনি হায়বসিসু লৈঙাকসিনা খনফম থোকপা হায়না খল্লি। টুরিজমদা নৈনগদৌরিবসি মহৌশাগী ফজবা ষ্টেটকী শক্তম অমসুং ষ্টেটসিদা লৈরিবা মীওই কাংলুপশিং অদুগী লৈনরিবা মরীশিং অদু মালেমগী মীওইশিংদা উৎপদুনা ওইগনি খল্লি। উফুল হৌদবা লম্বী ঙাক্তা থেংনবা চাউখৎলবা লৈবাক্কী মীওই অমনা উফুল হৌবা ষ্টেট অমসু ইন্দিয়াগী মফম অমদা লৈরম্মী হায়বদু টুরিষ্ট অমনা ফোঙদোরকপা মতমদা ইন্দিয়ানা ইকাইভবনা অমনি, ইন্দিয়াদা তীল্লুবা ষ্টেট অমনা করম্না ফীভম অমদা লৈরিবগে হায়বদুনা হেন্না মরুওই হায়না লৌবা তাবনি। মহৌশাগী ওইবা ফজবা শক্তম অমনা মণিপুরদা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিন্নকপনি হায়বসিদি ককপা য়াদবা ৱাফম অমনি। মফমসিদা টুরিষ্টশিংগী লাক্লগীনি হায়দুনা নৎত্রগা মখোয়না মণিপুরবু চাউখৎতবা মফম অমনি হায়না উখিগনি হায়না লৌবদগী মখোয়না লাক্লদবা অমদি চৎকদবা লম্বী খরদা মকে শেন্নবা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিনগনি হায়বসিদি থাজবগী ৱামেনি। লম্বীগী শরুক খরা শেন্না অমসু লম্বীদা লৈরম্না পোটেহোল খরা মেনবদা থাদরিবা শেনফম অদু মণিপুরগী চীংগী লমদা খুন্দারিবা চমজরবা মনুং হঞ্জিনবদা লৈবা খুনজাশিং অদুগী লম য়ৌনা চনবা লম্বীশিং অদু শেমজিন্নদা থাদবনা হেন্না ফগনি খল্লি। মহৌশাগী ফজবনা টুরিষ্টশিংগী মীৎয়েং চিংশিন্নবা হোৎনবনা শেল ইচ-চদেনা মণিপুরগী টুরিজমগী পোটেন্সিয়েল এরিয়াশিং অসিদা মালেমগী মীৎয়েং চিংশিনবা ঙমগনি খল্লি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

লম্বী হাংইবসিদি নুংঙাই

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

তশেংনা নুংঙাইবদি নত্তে অদুবু নোংম ফাদোক হাংবসিসু ফৈ অমরেমদা হাপ্তা অমদা নোংমতা চারাহেনবা ফৈ হায়নবগুম্বনি। অমরেমদা লমদমসিগী য়াইফবগী ৱাখলদা থরাই য়াওজরিবশিংনা ঙসি ভারতকী শক্লাইরবা প্রসিদেন্ট লাকপদা অথিংবা থমই। করি মরমগী থমইবা হায়বসি ভারতকী অঙম অথৌশিংনা খম্বথা য়ারে। লানবা চুম্বা অমদি য়াওনা পেন্দবা খরা লৈরে হায়বসি মমাং মমাংদা কয়া কয়া তৌগ্রবনি। তশেংনা হায়রুরগদি হৌজিক মীয়াম্না তোয়না ফোংদোক্লরকইবা মর্জর এগ্রিমেন্ট ইহৈ লাকইবা লোইননা ইহৈ কয়া অমা তকশিন্নকইবা তশেংনা য়েবিদে হায়বনি। হৌজিক হৌরিবা লমদমসিগী ইহৈ কয়ামরুম অসিদা তশেংনা ওইথোকপা য়ারোইদবা ওইহল্লুবদা খুবাক খুদুনা নোক্লরক্লদবা করেম্লরক্লদবশিংসু য়াওদবা নত্তে। কংগ্রেস দলনা মণিপুরগী য়াইফনবা নৎত্রগা য়াইফদনবা তৌরকপ্তা হায়বসিগী পাওখুম অরাইবা ওইদে। তারতা দল অসিনা মতম শাংনা পাইদুনা লাকখিবা মতম অদুদা মণিপুরবুসু মখোয়গী লৈঙাক মনুং চলহল্লকখি। মতমদুগী লৈঙাক ফীদা ফমইশিং মরক্তসু লমদমসিবু চাওখৎহনবা পামদবা মীওইশিং য়াওখিবনা নত্তোন নস্থা নর্ট-ইষ্ট ষ্টেটশিং মরক্তা মণিপুরবু হকচিন্না লৌখিবা অসিনি। মণিপুরগী নিংথৌ পাল্লিউে মতমদা পাক চাওবা কয়াসি মখোয়গা নকশিন্নরুবদগী ময়েং তাখিবসিমক ঐখোয়বু নুংশিবদগী ওইরমগদা ৱাহংসিনি। লমদম অসিগী লৈরম্না তুংগী পোরম খংদবশিং মতমমুগীদি অখণ্ড অহৈনি পুথোক্লরবা ভারতকী ওইনা ইরুজনিংবগা থোম্লা তেকপা হায়বদু ওইখি। ভারতকী চীরোল হৈবা লুচিংবশিং কয়ানা লমদমসিগী থাগৎপা থাগৎপিররবদি লোইনা য়ারে হায়জবশিং কয়ানা য়াংপীরম্না পোরমশিং কয়ানা ঙসিদি মীগী মখাদা নিংদোল পোম্না হিংহল্লি। লমদমসিদা থোকখিবা ৱাথোকশিং মশিং খংদনা মীশি মীনা কয়া অমা থোকচ্রিবশিং ভারতকী অঙম্বশিংগী নাকোংদা তাবীবা লৈখিদে। মতমদুগী মখোয়গী অনম কনবগী থৌওংশিং লমদমসিবু মীরাইনা খনবদগী নহারেরাল হৈহৌশিং শাফোংবা হৌরকখিবনি। লমদমসিগী মতিক ময়াই চেন্নবা শান্নরোই কয়াগী মতিক ময়াইশিংনা লমদমসিবু নমথবা ঙমলকখিদবা মচাক অমা ওইরকখি। লমদমসি কলচর শেমজিন শাজিনবা মতিক মঙনশিং কয়াবুদি তশেংনা মখোয়গী খুদোংচোবা লৌনবা হোৎনবনি। হৌজিকসু লমদমসিগী অচৌবা ইহৈ কয়া লাংতক্লরুল্লিবা মীয়ামবু মসিসু মখোয়গী মতমগী লৈঙাক মনুংদা য়াওখিবনি। খম্বরুরগদি নিংশিন্নুরগদি মরি-মরি পংনিংদা নিংশিংলকপসু য়াই। পুন্নমক মীয়াম্না ফোংনা পুথোক্লরক্লরবদি অফবসু য়াওদবা নত্তে অদুবু ফত্তবা খরা অসিনদি পুন্নমক চেয়হল্লে। পেন্দবা ময়ামদু ফোংদোকপা তাবগনি হায়বসি হৌজিকমক্কী থাজবা নেন্নি।

অদোমগী,
কে ইমো মৈতৈ, ইম্ফাল

চেঙ্গুম্না ঐখোয়দা পিবা খুদোল

সৈলৈবম বিহারি

" More than 100 edible species are collected and then eaten, and most other fungi are merely inedible rather than actually poisonous to humans." - Patrick Harding না ইবা Mushroom Hunting কৌবা লাইরিক্কি লমায় ১৮০ ইবা ৱাহৈপরেং অমনি।

ৱাহৈ পরেং অসিনা তাকপদি ঐখোয়না লম্লক্তা হৌবা চেঙ্গুমশিং চানরিবসি চাবা য়াদবা হূ চেনবা কয়ামরুম য়াওরি। তশেংনমক লমলক্তা হৌবা চেঙ্গুম খুদিংমক চাবা য়াই হায়দুনা চারিবা চেঙ্গুমশিং অসিগী মনুংদা চাবা য়াদবা হূ চেনবা চেঙ্গুমশিং অসিগী মনুংদা চাবা য়াদবা হূ চেনবা চেঙ্গুম কয়ামরুম য়াওরি।

হৌজিক অতোপ্পা ৱাহৈ পরেং অমা অমুক য়েংসি:- "Historic figures such as Siddharta Buddha, Pope Clemens VII and the emperors Diocletian and Charles VII are thought to have died as a result of mushroom poisonig nevertheless." - GERRIT J. KENZER না ইবা লাইরিক। মমিনো "The complete Encyclopedia of MUSHROOMS." - লমায় ২৮। মমিং চহলবা নিংথৌরেল কয়াত্তা নত্তনা মালেমগী মীওই লাক্ষ কয়ানা লাইওয়া লাংনরিবা ভগবান বুধদেব ফাওবা হূ চেনবা চেঙ্গুম চারুবদগী কনবা ঙমদনা শিখিবগী রেকোর্ড লৈরম্লিবসিনি। করিগীদমক্তা হিষ্টোরিক ফিগরশিং অসিনা হূ চেনবা চেঙ্গুম চারুরিবনো?

শেংনা হায়রবদি মখোয়না চাম্বিবা চেঙ্গুমশিংদু চাবা য়াবা চেঙ্গুমগী মশক চপ মাঙবা হূ চেনবা চেঙ্গুম চারুবদগী খুদোংথৌবা থোকখিবা ওইরমগনি। ঐখোয়না খংজিনগদবসি লম্লক্তা হৌরক্লা চেঙ্গুম অমবু চাবা য়াবনি নৎত্রগা য়াদবনি চপ-চানা হায়য়া ঙম্বা মীদি মণিপুরদদি লায়রদুনা ভারতকী ওইনফও য়াম্না লিক্লা লৈ। মসিদি এক্সপারিএন্স লৈবা মাইকোলোজিষ্ট ঙনা খংগদবনি সুকসোই শোইদবদি লেবোরেটরি টেষ্ট তৌরগা অশেংবা খংবা ঙম্মী।

হৌজিক মমাংগী ৭ শুবা ইচ্ছিসনগী মখা তাজরক্লে। মমাংগী ইচ্ছিসন্দা অমানিন্টিন হায়না খংনবা খ্বাইদগী কনবা চেঙ্গুমদা য়াওবা হূ না সেলুলার পোইজন্নিং হায়না খংনৈ। মখৎদা খর হম্ববা শিগনবদি ওইবা মখল অমনা নর্ভস পোইজন্নিং থোকহনবা Musorine অমসুং Ibotenicহোয়না খংনবা টোক্সিন য়াওবা চেঙ্গুম মখল খরসু লৈ। খুদম খর পনবা তারবদি Amanita muscaria, Aamanita pantherina, Inocybe patouillardii অমসুং Clotocybe spp. অসিনচিংবনি। হূ মখল অসি য়াওবা চেঙ্গুম চারুরবা মতুংদা ওইরক্লদবা লাইওংদি হকচাংগী তোংসা পুম্না শাফু কন্না ত্রৎ-ত্রৎ চিংশিনবা, চনিং খাংবা ঙমদনা নাবা, খোং-খুৎ-খুৎসানচিংবা মতেক মতেক উচিরাই কাবা, খোঙ মহি লেপ্তোনা হান্না মমৈদা কোমাদা তারক্তুনা অসিবগী খয়াত্তা তাবা য়াওই।

চেঙ্গুম কাংলুপ অসিগী তোকসিটিগী মতাংদা Dr. R.K. Pandey অমসুং Dr. S.K. Ghosh না ইবা A Hand book Mushroom cultivation দা অম্লা ঙরি - Death occur due to cardiac or pulmonasyx disease constriction of pupil fall in blood pressure and slow pulse is caused by the consumtion of this mushroom.

লাইরিক অসিদা ত্রিতমেন্টকী মতাংদা অসুম্না পল্লি -Emesis should be initiated. Atropine should be given, if life threatening clolonergic symptoms exit. A test dose of 2 mg 10 in adult and 0.05 mg 1/kg in child is standard. Suportive care with intravenous fluid is necessary.

অমবু ওইরো অমবু ওইরো ডাক্তরগী মনাক্তা পুবা হায়বসিনা খ্বাইদগী ফরবা পাম্নৈনি অদু ডাক্তর য়ৌদ্রিঙৈদা ফাষ্ট-এইড পীবা হায়বসিনা ইহান -হান্না তৌদবা য়াদবনি। নৎত্রবদি মীৎকুপ অমদা হেনজিন্দুনা হূ না হকচাং শিন খুৎথিদুনা ডাক্তরনা খুৎ থাবা ঙমদবা য়াই। অসিগুম্বা খুদোংথিবা থোকপা মতমদা অইবগী ফোন নম্বর ৮৯৭৪৮৭০৮১০ দসু পাও পিবিরকউ ফাষ্ট এইড পীনবা মরোল পিজরক্লে। অসিগুম্বা থৌদোক অসিগী পরা অসি য়ুনিভরসেল মশরুম ক্লবনা পিবা নুমিৎ ছন্নিগী লেপ্তোনা চথরিবা চেঙ্গুম থাবগী ত্রেইনিংদা মচা খায়না তম্মি।

নিংথম লৌবুক মাঙহন্দনা থম্বা

নবকিশ্বর ঙাংবম

হিয়াঙ্গৈ অমদি পোইনু থাসি লৌরোক থানি। মহৌশানা থা অসিগী থাঁমেদদি মণিপুরগী লৌবুক অয়াম্বদা চরূখোক ঙাক্তা ঙায়নরক্লে। কালেন থা ফাওবনি। থা তরুক অসিদি অকংবা নাপী-শিংনানা কুপথৌরগনি। চাথোক লৈতবা অরেম্বা লমহাং ওইহৌরগনি। হন্না য়েংবিদবা লৌরী অমদি চরূখোক্তা লৌমীগী য়েক্লবা তীল কাঙশিংগী শাইদাংফম ওইহৌগনি ওক্লরুপা চহিদা লান্দারক্লবা। খোইদোকপীদুনা নুংশিৎ-নুংশা লাংহন্দ্রবা য়ৈশিল্লবা লৈবাকশিংদুসু মহৌশা লাইরেষীদগী লৈহাও খরদং ফাওবা ফাজিলহৌবা ঙমহৌরোই। মসি ঐখোয়গী হাঙলবা নিংথম লৌবুকশিংগী নুংনাংনিংঙাই ওইবা শক্তমগী শরুক খরদনি।

অসিপ্পুরবা অহাঙবা লৌবুকশিং অসি লৈনা লৈনা ঐখোয়গী লৌমীশিংনা করিগীদমক থা তরুক থবক ফংদনা লৈগদগে? লৌ হেক লোকপগা মতম চানা খোইদোকপীরবা লৌবুক অদু ঈনিল শোয়দনা লৈগনি। 'কেপিলরি এক্সন'না পাইথোকখিগদবা লৈপাক্কী ঈনিলশিংবু মতম চানা শোমগায়রিবা লৈহাওদা মতম কুইনা ফাজিনবা ঙম্মী। খোইগাইদুনা নুংশিৎ নুংশা লাংহল্লবা লৈবাকশিংদি লৈহাও লৈবা হেনগৎলকই। চরূখোক অমসুং লৈনুংদা লোক্লুনা লৈরম্না তীল কাঙশিং নুংশাগী মৈশানা মাঙহল্লি। মথংগী লৌরোক্তা খুদোং চায়। খ্বাইদগী হেন্না ফরিবনা থবক ফংদবা লৌমীশিংবু থা তরুক অমগা থবক পীবিদুনা অহেনবা শেক্লোক তানবা ঙমহনবা অদুনি।

নিংথম থাদা লৌবুকশিং হাঙহন্দনা থম্বা থাবা য়াবা মহৈ মরোংশিংগী মখল য়াম্না লৈ। অদুবু করম্না মখলগী পান্নীশিং থারগা মায় পাক্কদগে হায়বদুদি খরা কুপথনা খনবা অমদি হৈ-শিংবা চঙই। পান্নী অদুগী মপুন্সি খঙবা তই, মদু থাবগী মরমদা মপুং ফাবা জ্ঞান লৈবা তাই, লৌফমদুগী লৈপাক লৈহাওগা চাম্বা পান্নী খনবা তাই, ঈশিং মায়শিং পীবগী খুদোংচাবসু য়েংবা য়ারোই পুন্নমক অসিগা লোয়নানা কৈথেলদা য়োনবগী ফিভম ফাওবা য়েংহৌবা ফৈ। ফৌ-গী লৌবুক্তা থাগদবা মহৈ মরোংশিংদি ফৌ-গা কাঙলুপ মান্নদবা (ফেমিলি চিত্রদবা) ওইবা ফৈ। মসিনা লৈহাওম্নদুনা চাবগী চাং হন্থরুনগনি অমসুং লায়না তীলনা থোকহল্লিবা জীবশিংগী খুদোংচাদবা ওইহনগনি। থা অহুম-অহুমদা লোকপা য়াবা মপুন্সি তেনবা মখলগী মহৈ মরোংশিংদগী অনীদং খল্লগা ফৌগী লৌবুক্কী অহাঙবা মতমদা মতম মান্নহন্দনা মেনশিনবা য়াই। করিগুম্বা কান্দা থাগদবা চারাশিং অদু অতোপ্পা মফমদা হান্নবা থৌরাং তৌদুনা থম্বসু য়াগনি। মসিনসু মতমগী খুয়ৌনবদগী য়ান্না হন্থহবনা ঙমগনি। মতৌ অসুম্না মান্নদবা মখলগী পান্নী থাদুনা পোথোক পুথোকপগী থবকশিংবু 'ক্লোপ রোটেসন' কৌনৈ। ফৌনা মপুং ওইনা লৌবুক্তা তৌবা ওইরগদি 'ফৌগী ক্লোপ রোটেসন' হায়নগনি।

লমদম অসিদা ফংবা অমসুং থানরিবা মহৈ মরোংশিংগী মনুংদা ফৌগা 'রোটেসন' তৌমিনবা য়াবা (ঙম-ঙমনা থাবা য়াবা) খরদং লৌখক্তুনা নৈনসি। থাগদৌরিবা পোৎশিং অদুগী মনুংদা হরাই চেংরাইগুম্বা থরাক পানবা কাঙলুপশিংগী মনুংদগী অমদি শোয়দনা য়াওহনবা ফৈ। উ-হরাই মতোল অমসুং চু-চু রাগৈ নচিংবসু কাঙলুপশিং অসিগী মনুং চল্লি। কাঙলুপ অসিগী মনুং চনবা পান্নীশিংগী মরাদা ফুরিঙ্গল্লা উবা 'নোদুলস' কৌবা শক্তম ময়াম লৈবা থেংনগনি। ফুরিশিংদুগী মনুংদা নাইত্রোজেন মপৈ মপৈ য়াওরবিনি। নাইত্রোজেন হায়রিবসি পান্নীগী য়ান্না কাম্নবা মচিঞ্জাকনি। নাইত্রোজেন য়ান্না লৈরবা মফমদা য়ুরিয়া চাইরগী মথৌ তাদ্রে। মরম অদুনা হরাইগী মরাশিংদু লৈনুংদগী ফু ত্ত ংলোইদবনি, খোইজিনবীগদবনি- মতুংদা থাগদবা পান্নীগী মচিঞ্জাক ওইহৌনবা। হরাই চানা, হরাই থারাক, হরাই মুবীনচিবা ওইরবদি লৌ হেক লোকপগা থাজিনবা য়রে। গ্রীন মেন্যুওরিং (অশং-অমানগী হার) গীদমক চু-চুরাংগৈ থাবিগে হায়রবদি অতোপ্পা ফেব্রুরারী ফাওবগী মনুংদা লোকপা য়াগদবা মহৈ মরোং অমা থাহৌবা নংগনি। ফেব্রুরারী-মার্চ লোন্নবদা লৌবুক্তা চু-চুরাংমৈ থাবগী চপ চাবা মতমনি। মসিনা লৌবুক্কী লৈহাও হেনগৎহন্দুনা মতুংদা থারক্লদৌরিবা ফৌদা দরকার ওইগদবা য়ুরিয়াগী চাং অসুক্কী মতীক হন্থহনগনি। য়ুরিয়া অমুক হন্না হাপ্পুবগী মথৌ ইতামক তাদবফাওবা য়াই।

মতম অসিদা থাবা য়াবা অতৈ মহৈ মরোংশিংগী মনুংদা আলুমু মরুওইবা অমনি। থাও থোকপা হঙ্গাম, মনা-হঙ্গাম, গাজর, মুলিনচিংবা নিংশিংবা য়াই। কোবী ফুল, নোলখোল, থমচেংমানবী, ব্রোকোলিনচিংবা কোবীগী মখলশিং থাবা য়াই। মরী চৎপা পান্নীশিংগী মনুংদা কালেন থবী, তরবুজ নচিংবা পনবা য়াই। খামেন অমসুং খামেন অশিনবা য়ান্না লায়না ফহনবা ঙম্ম মতমনি। মরোই মপাংশিংগী মনুংদগী ফদিগোম, তিলহৌ, চন্দ্রচিংবা থাবগী চপ চাবা মতমমক্লি।

অসুম্না নিংথমগী চোকথরবা লৌবুকশিংনা লৌকোল হুপ্পা অশংবা লৌবুক ওইরক্লবদি অয়েংবসু নুংঙাইরনি, লৌমীগী শেন্থোক হেনগৎলনি, জাতিগীসু য়াইফরনি।

ব্রীদিংগী পাম্বৈনা অফবা মখলগী ওক পুথোকপা

ডা. এম রাজেন্দ্র সিংহ

ব্রীদিং হায়বসি অফবা অমসুং অপামবা মখলগী লাবা অমদি অমোম অনী তিন্নহল্লগা, হেন্না ফবা অমসুং অপামবা মখলগী মচা মশু পুথোকপবু ব্রীদিং হায়না খঙনৈ। শেন্দোং লৈনা মায় পাক্লা ওক য়োক্লবা হোৎনবদা ব্রিদিংগী প্রোগ্রাম পায় খত্তবা য়াদে। চাবোক অমদা মচাগী মশিং য়ামহয়বা, অপোকপা মচাশিংগী চাওবা অমসুং লুম্বা হেনগৎবনা, মপীগা খাইনবদা লায়নাতিয়া চেন্দবা, মশা-মউ ফরবা, চাউরে কল্লবা ওক মশিং য়াম্না ফংনবা লোয়ননা অথুবা মতমদা মপুং ফানা চাওহনবা ঙমদুনা য়োকপদা চখিবা পৈশা অদু অথুবা মতমদা শেন্দোং লৈনা হঞ্জিনবা য়াননবা ব্রীদিংগী থৌরাং অসি তঙায় ফদনা চংই। অদুগীসু মথক্তা ব্রীদিংগী পাঁম্নৈ মমা মমাগী মগুন্দগী হেন্না ফবা তোপ-তোপ্পা মঙ্গন মচা শিংদা য়াওরকপা, হায়ব্রীদ ভিগর নৎত্রগা হেতোরোসিস হায়না খঙনবা মঙ্গন অদু ফংহন্দুনা য়ান্না হেন্না কান্নহল্লি

ব্রীদিং অসি মায় পাক্লা পাঙথোকপা ঙম্রবা, মখাগী ৱাফমশিং অসি হান্না নৈনবা লোয়ননা খঙদোকপা দরকার ওই। মদুদি ঃ -

১. ওক্কী মচা পোকপগা মরি লৈনবা কয়াংশিং অমসুং মখোয়গী ফিজিওলোজি

২. ব্রীদিংগীদমক অফবা অমদি অপাম্না ওক খনবা।

৩. লাবা-অমোম তিন্নহনবগী অপাম্না নিয়ম খনবা।

৪. পায়খৎকদবা ব্রীদিংগী থৌরাং।

১. ওক্কী মচা পোকপগা মরি লৈনবা কয়াংশিং অমসুং মখোয়গী ফিজিওলোজি

ক. মপাশাগী কয়াংশিংঃ-

মপাশাগী, মচাগী মরু পীনবগা মরি লৈনবা কয়াংশিংদিঃ-

টিষ্টিকলস, ডক্তস ডেফেরেন্স, সেমিনেল ভেসিকলস, প্রোষ্ট্রেট গ্রাণ্ড, বলবো য়ুরোথ্রেল গ্রাণ্ড, য়ুরেথ্রা অমসুং পেনিস অসিনি। টেষ্টিকলস হায়বসি য়েরুম মওং শাবা, অমমমনা গ্রাম ৫০০ দগী ৮০০ ফাওবা লুম্না ক্লোটম হায়না খঙনবা ওক্কী শৌজগী মথাদা খুদুগী করাং মথক্তা য়াম্বদুনা লৈবা কয়াং অদুগী মনুংদা অনি থোক্লা য়াওবা কয়াংশিংনি। টেষ্টীকলশিংসি সেমিনিফেরস ট্যুবুল হায়না খঙনবা মরৈ-মরৈ তাশিন্দুনা লৈবা উতোং মচা লিশিং লিশিংনা শেন্বনি। হায়রিবা উতোং মচাশিংসিগী মনুংদা, স্পার্ম হায়বা মচা শেন্নবা মরু অদুগী স্পার্মাটোজোআ হায়বদু শেন্বনি। অসিদা নত্তনা, টেষ্টেষ্টেরোন হায়বা লাবগী মঙ্গন পীহল্লিবা হোর্মোন অদু উতোংশিংসিদগী থোরকপনি। স্পার্মাটোজোআশিংনা মৈরে মরৈ তাশিনবা উতোংশিংদা ফাওদুনা লাক্লগা ইপিডিডাইমিস হায়বা মতুম তাবা টেষ্টেকলসগী মনিঙদা নপ্লগা লৈবা কায়াং অদুদা য়ৌরকই। ইপিডিডাইমিসতা মতম খরা লৈরিউেদা স্পার্মাটোজোআশিংদু চাওখৎলক্তুনা মপুং মরৈ ফারকই। মপুং ফানা চাওববা স্পার্মশিংদু ডক্তস ডেফেরেন্স কৌবা ইপিডিডাইমিসতগী মবুক মনুংলোমদা চলেকপা উতোং অদুদা লাক্লগা য়ুরেথ্রাদা ফৌক্তুনা পেনিসতা থুগৈল।

বলবোয়ুরেথ্রেল (কাওপর্স গ্রাণ্ড) হায়বা কায়াং অসিদি য়ান্না চাওবা, শীলিন্দর মওং মানবা, পেলভিক য়ুরেথ্রাদা মচেৎ খরনা নল্লগা লৈবা কায়াং অমনি। প্রোষ্টেং গ্রাণ্ড হায়বদুনা ব্লেদর (য়ুংখাও) গা য়ুরেথ্রাগা তায়নফমদা কুপশন্দুনা লৈ। সেমিনেল ভেসিকলসতি পাইরামীদকী মওং মানবা কাখল নায়না তোঙখৎপা য়ান্না চাওবা, কয়াং অমনি। মসি পেলভিক কয়াংশিংসি পেলভিক য়ুরেথ্রাদা লোয়নমক শন্নরৈ। পেনিস হায়বসিদি সেন্টিমিটর ৪৫ দগী ৭৫ ফাওবা শাংই, সেন্টিমিটর ১দগী ১মখাইগী ডাইমেটেরদা চাওই। মসি রিত্রেক্তর মশল ২না চিংথোক চিংশিন তৌহনবা য়াহল্লি। মসি ঙাংলেনবা, চোং-চোং লাওবা মতোন্দা লেপ্লেগী মচিন্দৌনা লৈথখলপ তৌবা কয়াং অমনি। মসি অমোমদা সাভীস পীরমদাই মতমদা নৎত্রগা মথন্তা লিবিদো লাকপা মতমদা তিংখৎলক্তুনা, হক্কী ঈশিং থোকফমগী মখুলদা কোয়াশিল্লিবা প্রেপ্যুলতগী লৈর-লৈরগা থিন্দোরকই।

মপাশাগী কয়াংশিংসি মশাগী চাহিনা থা ৮ দগী ১০ ফাওবদা মপুং ফারকই হায়বদি মেচুর ওইরকই। মেচুর ওইরবা, শারেপ ফারবা, মপাশা অমনা অমুত্তংং কাপথোরকপদা সিমেন মিলি লিটর ১০০ দগী ৫০০ ফাওবা থোরকই। মসিদা স্পার্ম ৫০,০০০ দগী ৬০,০০০ ফাওবা য়াওই।

খ) ওক অমোমগী কয়াংশিংঃ-

অমোমগী চাবোকপা মরি লৈনবা কয়াংশিংদি-

ওভেরি অনী, ওভিডক্ত অনী, য়ুটেরস, শেটিক্স, ভেজাইনা (চাবোকথোঙ) হায়না খঙনবা, মথং মথং শন্নদুনা লৈবা কয়াংশিং য়াওই।

ভেজাইনা অসি ইঞ্চ ৪-৫ শাংই। মসি অথাবা মপুং মথুপ লৈবা ইঞ্চি ৩ লোম শাংবা ভলভা হায়না খঙনবা মপাম্না কোয়শিল্লি। ভেজাইনাগী মনুংদা ভলভাগী মথাথবা শরুক্তা ক্লাইতোরিস হায়না খঙনবা কয়াং অমা তোঙখৎলগা তৌবা। ক্লাইতোরিসকী মমাঙদা হক্কী ঈশিং থোকফম মখুন (য়ুরেথ্রেল ওপনিং) লৈ। ভেজাইনাগা হেক থংনা হায়বদি ইঞ্চি ৪-৫ শাংনা মনুংদা চংশিল্লগা শেভিক্স লৈ। শেভিক্স অসি অথাবা শদোংনা শাবা, মমায়দা মখুন হুৎপা লোয়ননা মখুনগী পরিং অদু শাংনা মরৈ-মরৈ তানা মথুপ মথুপ থুপচল্লগা শাবা কয়াং অমনি। হীট লাকপা মতমদা নত্তনা অতৈ মতমদা শের্ভিক্সকী মখুন অদু ফুন্দুনা লৈ। মপাশানা মচাগী মরু পীবা হায়বদি সার্ভিক্স মনুংদা ফাওজিন্দুনা চংই। শের্ভিক্সকা হেক থংনবা অথোংশী তোঙংগুম্বা, য়ুটেরস হায়না খঙনবা কয়াং অদু লৈ। শের্ভিক্সকা শন্নরা লৈবা, ইঞ্চি ২ রোম শাংবা শরুক অদুবু য়ুটেরাইন বোদি হায়না খঙনৈ। য়ুটেরাইন বোদি অসিগী মতোন্দা মশা (মচি) অনি লোংলগা, চনিঙগী য়েং ওইদা শন্দোক্তুনা মৈরে মরৈ তাদুনা লৈ। মশা (মচি) অনী অসিবু য়ুটেরাইন হোর্ন হায়না খঙনৈ। গর্ভ লৈতবা ওক্কী য়ুটেরাইন হোর্ন অমনা ফুট ৪-৫ ফাওবা শাংই। য়ুটেরাইন হোর্ন অনী অসিগী মতোন্দা অপিকপা মরিলনা মরৈ মরৈ তাশিন্দুনা অমুক শাংথবি। মরিল মচা অসিবু ওভিডক্ত নৎত্রগা ফেল্লোপিয়ান টিউপ হায়না খঙনৈ। ওভিডক্কী লোয়শিল্লকপা মতোন্দা ওভেরিয়ান বর্সা কৌবা খাওগুম্বা অমা লৈ। মসিগী মনুংদা য়েক্লম মওং মানবা, ওভেরী হায়বা কায়াং অদু লৈ। ওভেরী অসি মেচুর ওইরকপদা কব্রচাক মহৈদৌনা মতোং মতোং তোংখৎতুনা লৈ। তোংখৎলিনবা শরুক অদু ফোল্লিকল নৎত্রগা কোর্পোরাল্যুটিঅা হায়না খঙনৈ।

ওক অমোমগী মবুক্কী মথাথংবা পরিদো পরেং অনী থোক্লা মখোম (মস্মেরী গ্রাণ্ড) ১০ দগী ১৬ ফাওবা পাল্লি। মখোম খুদিংগী খোমজিন অমমম পাল্লি। খোমজিন খুদিংদা মখোমদগী খোমগী উতোং ২-২ লাক্তুনা শন্নরৈ।

ওক অমোমনা থা ৬ তগী ৮ য়ৌরকপদা কয়াংশিং অসি মেচুর ওইরকই, লোয়ননা অহানবা ইষ্ট্রস (হীট লাকপা হৌই) । ইষ্ট্রস অসি অমুত্তং লাকপা হৌখিবদগী নুমিৎ ২১ নি খুদিংগী ইষ্ট্রস শাইকল ওইনা লাকই। ইষ্ট্রস (হীট) অমগী মতম অসি পুং ৪০ দগী ৬০ ফাওবনি। হীট হৌবদগী পুং ৩৮ দগী ৪৮ ফাওবা লৈরগা ওভুলেসন (ওভেরীদগী ওভা হায়না খঙনবা, অমোমগী মচা ওইগদবা জার্ম (মরু থোরকপা) হৌই। অয়াম্না ওকশিংদা ওভুলেসন অমুক্তং তৌবদা ওভা ১০ দগী ২০ ফাওবা থোরকই, অদুব