এডিটোরিয়েল

হায়রুরগসু কান্নদ্রবা লৈঙাক ওইগদৌরিব্রা

*মমাংদগী পাউ–চেশিংনা মণিপুরগী হৌজিক ওইরিবা লৈঙাক অসিগা মরি লৈননা শেমদোকহন্নিংবা সিষ্টেম কয়াগী মতাংদা অপাম্বাশিং ফোঙদোক্লম্লে। মণিপুর সেক্রেটরিয়েট অনী লৈরিবা নেসনেল হায়রে ১০২ লম্বী অসিমদি চৎপা য়াদবা অমদি খ্বাইদগী হেন্না লম্বীগী শরুক অসি চিলহনবা ওফিসশিংগী মনুংদা অমা ওইরে। মমাংথক্তা পাউ–চেশিংনা কন্না ইনরকপদগী হায়রিবা লম্বী অসি নোংমা–নিনি ফাউবদি হায়বা ইনবা ট্রাফিক সিষ্টেম অমা ওইনা থেংনখি। মদু য়াম্না কুইবা ওইখিদে অমদি থংনবা নুমিৎতা অদুম নেসনেল হায়রে অসিগী ট্রাফিকতা অপনবা পীবা লম্বী মতেক অমা হায়বদু ওইদুনা লাকখি। ঙসিসু হায়রিবা লম্বী অসি মিনিষ্টরশিংগী লম্বী থিংবা য়াবগী হক্কী মখাদা লৈবা লম্বী অমা অদুম্মক ওইরি। মীয়াম্না হৌজিক লম্বী মতেক অসি লান্নবা হোৎনবদা পব্লিক সার্ভেন্ট কন্না অমা অনৌবা ওফিসিয়েল এটেন্দেন্স কয়া অমা বাইওমেট্রিক সিষ্টেমদা সহি তৌনবা হোৎনবদা অৱাবা কয়া অমা মায়োক্লরি। মসিমদি লৈঙাক অসিগী লোইশং কয়াদা মখৌ তৌরিবা মীওইশিংনা হেন্না খংলবা রাফমনি। লৈঙাক অমগী মপুং ওইবা মখৌ তৌরিবা লৈঙাক্লোই অমনা ওর্দর অমা থোক্লবসু হায়রিবা ইমপ্লোইশিংনা ট্রাফিক কনজেসনগী মতাংদা থেংনরিবা অমদি থেংনফম থোকপা মতমগী শরুক অদু বাইওমেট্রিক সিগনচর তৌবগা মরি লৈনহনবা তারগদি থবক তৌরিবা মীওইশিং অদুগী মোরেলদা শিংনবা অমা ওইনা থোক্লনি হায়না খল্লি। মসিনা মরম ওইরগা হৌজিক লৈঙাক সিগী মখাদা লৈরিবা দিপার্টমেন্টশিংগী ইমপ্লোইশিংনা সিষ্টেম অসিগী মায়োক্তা শিংনবা কয়া লাকপা য়ারিবনি। তশেংনা হায়রগদি মণিপুরগী ট্রাফিক সিষ্টেম অসি করম্বা মওংদা রেগুলেট তৌরিবনো হায়বা ৱাহং অমা লাকপা অসিনি। মণিপুরদা লৈরিবা ষ্টেট হায়রোশিংদা গারী থৌদুনা মশাগী ইমুং–মনুং পুনবা হোৎনরিবা মীওইশিংদা অচৌবা চৈথেং পীবগুম্না উরিবা সিষ্টেম অসি হোংদোক্লবা হোৎনবগী তত্তাই ফদবা অদুমদি লৈরে হায়না লৌবা য়ারি। হৌজিক মীয়াম্না পাম্লিশসি ইম্ফালগী মী চীল্লবা মফমশিংদা ট্রাফিক কন্ট্রোলগী ৱামদা গারীশিং অহিং চুপ্পা খামদুনা থমগদবা মফমশিংদা করম্বা থৌদোকশিং থোক্লকপা য়াবগে হায়না হংবা তারি।

হৌজিক ওইরক্লিবা ফিডম অমা হায়বা তারগদি মণিপুরদা গারী লোইরিবা মীওইশিং অসিনা মশাগী গারী থম্নবা মফম লৈত্রগসু লম্বী –শোরোক্তা গারী খামঞ্জিবগী চৎনবী অমা লৈরক্লিবা অসিনি। শম্না হায়রগী মীয়ামদা কিহন–খংহনবগী থবক চথরিবা অমদি চথদুনা লাকখিবা মীওইশিং অদুগী ৱাংমদা শিংনকপগী কয়া অমা থোক্লক্লিবসিদি মীয়ামগী মীহুৎশিংনা থোকহনবা ঙাক্তনি। মসিদা খ্বাইদগী তত্তাইফদবা অমা লৈরিবসি মতৌ করম্না ট্রাফিক সিষ্টিম অসি মেনেজ তৌবা ঙমবা মীওই অমা খনবা অমসু মহাকপু মখৌ তৌহন্দুনা ট্রাফিক্কী সিষ্টেম অসি অহোংবা কয়া পুরকপগী তত্তাইফদবা লৈরে হায়বা তাই। হিরমসিদা পৃক্লিং চংবা ৱাংপা অমদি মরম চাদনা ট্রেনিং ফংলবনি হায়না লৈঙাক্কী মখাদা মখৌ তৌরিবা মীওইশিং অদুগী লেভেল অমদি শোয়দনা লৌফম থোকপনি। মসি য়াম্না লাইবা থৌশিল অমা ওইরোই অমসুং য়ুনিয়ন গভর্ণমেন্টসু খুৎজা হেক্তা পাউজাক পীদুনা মখোয়না অপাম্বা থবকখুদিংমক অকক্লবা মতমগী মনুংদা চপ চানা পীগদবনি হায়রগদি মদুগী থবক অদু পাম্লনবা মীওই অমা লৈবা তাবনি। মদুগুম্না মীওইশিং লৈতবদগী মণিপুর লৈঙাক অসিনা মীয়ামগী ট্রাফিক্তা হেন্না চিনবা থৌরম কয়া থোকহনবনি। মসিগী মথক্তা ট্রাফিক কন্ট্রোল তৌরিবশিংনা মতম য়েংলগা মীয়ামগী চৎথোক–চৎশিন অসি কন্ট্রোল তৌবগী মখৌ অমসু তাই। অহানবদা শেমদোকপা মখৌ তারিবসি মণিপুর সেক্রেতরিয়েৎ ওফিসশিংগী মমাংদা ট্রাফিক সিষ্টেম অসি চুমথোকপনা ওইগনি খল্লি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

তাইওন্নরবা এডুকেসনগী লাইয়েং

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

*তশেংনা হৌজিক পাম্লিবা সরকার অসিগী অচৌবা থৌ পুবিরিবা এডুকেসনগী অশেংবা শক্তম অমা পুথোক্লবা হোৎনরি। মমাংদা লৈরম্না সরকারগী মতমদুগী এডুকেসনগী মাইওন চুন্নীরম্না মতমদুগা ঙসিগা খেন্নবদি উনরি। মসিনা মাং থখিবা ময়ামদুমক শেংদোকপা ঙমগনি হায়বসি থাজবা ঙমদি। মতমদুগী সরকার লৈরিঙৈ মতমদা শেফংলম্না অঙ্গানৱাদি সেন্টর কয়া মখোয়গী মীওইশিং হাংদোকহল্লি। থবক তৌগেরা তৌরোইরা মখোয় মখোয়গী মীওইশিংদা খনগখিবা ঙাক্তনি। হৌজিক অঙ্গানৱাদি অঙাং অমত্তা লৈতবা মদুগী চাকথুংশিংদি লেপ্তুনা লৌরি। কনামত্তনা থবকশিংদু য়েংশিন্না লৈতবনিনা চেদা ফাইলশিংদা থবক প্রোগ্রেস ওইরি। স্কুলশিং প্রাইমারিদগী হৌনা স্কুল অমদা ওজা ৭–৮ লৈবা ছাত্রদি শুপুগী ৫–৬ খক লৈবা য়াওরি। হায়রিবা স্কুল অদুগী মহৈরোইশিংগা ওজাগা য়েংনবদা ওজানা মশিং হেল্লিবনি। মখোয়না তাকপিরিবা ছাত্রশিং ইবা পাবা নিংথিনা ঙমদরি। লৌরিবা চাকথুংশিংদি অমুক্তা শোইবা লৈত্রবসু তমইবা অঙাংশিংদুতগী লৌরমগদৌবসু মাদ্দে। হৌজিক সরকারগী ওইবা য়েংশিনবীনবা মীওই লৈতবদৌনা মানা মানা অনিংবশিং তৌবগুম্না মীয়াম্না উরি। স্কুল অমদা হায়রা লৈরম্না ওজাশিং নুমিৎ খরনি লৈরগা অতোপ্পা ওজানা অমুক মহুৎ শিনবগী থৌওংদি তোয়না থেংনরি। ছাত্রদি মশিং শুদ্রবসু ওজাদি মশিং য়ামই, তলব কায়দনা পিরি। মসি চহী লিশাং শিংনা তৌদুনা এডুকেসনদা থাদরিবা শেনফমশিং উচি চাকহোন্দা মাংহল্লি। ঙসিফাওবদা অসিগুম্না স্কুলশিং য়েংশিনবীহৌদবদগী চুমথোকহৌদবদগী এডুকেসনদা চাওখৎপা হায়বসি ওইথোক্লি। লমদমসিদা এডুকেসনগী অনৌ অনৌবা টিচিং মেথোং কয়া অমা ভারত সরকার অসিনা পিরক্লগসু মদু নিংথিনা পায়খৎপিদবা অসিনা অপ্পর ক্লাস লৈরিবা স্কুল কলেজশিংদসু মঙাই। তৌগদবা থবকলোমদা মায় ওনশিনবীবসি উবা ৱারি। এদুকেসনদা অফবা মায়ওন পুরক্লবা হায়বসিমক য়াম্না দরকার ওইরিবনি অদুগীসু মথক্তা লমদমসিগী হৌরক ৱারীশিং লোইননা লমদমসিদা লৈমিন্নরিবা ফুরুপ খুদিংমক্কী অচুম্না হিট্লিশিং হৌগৎলকইবা মহৈরোই পুম্নদা খংহনবা হোৎনবসিনি। হৌজিক অশোয়বা কয়া মমাং মমাংদগী হৈনদুনা লাকপ্তবশিং চুমথোকপা হায়বসি ওজা খরা সসপেন্দ তৌবনা ঙমগনি থাজদি। থবক তৌরিবরা তৌদবরা হায়বগী য়েংশিন্নিবনা মহৈরোইশিংগী, ইরমদমগী য়াইফনবা তৌরমগে খপ্পবশিংদা শিন্নবা ঙমলবতদা মায় পাক্লা চাওখৎপা ঙমগনি থাজে। শেল মাংহনবা একাদমিক সেন্টর খুদিংমক থুপচিনখিনবগী থৌরাংসু মীৎয়েং থম্নীয়ু।

অদোমগী
কে ইমৌ মৈতৈ
ইম্ফাল

লৈশারিঙৈ অমদি য়ুম্বাল্লবা মতুঙগী ঈথিল

ডা. নুংলেকপম প্রেমী দেবী

লৈশাবী মপুঙ ফারকপগী মতম হায়বসিদি নুপীগী খ্বাইদগী ফজবা মতরি। নুপী অমা ওইনা লৈশাবী মপুঙ ফারকপগী মতমসি তঙইহন্দনা য়াম্না চেকশিনগদবা অমসু ওই। নুপীনা লৈশাবী মপুঙ মরৈ ফারকপা মতমসিদি তাইবঙপানবসিদা লৈরিবা খুদিংমক্লা কল্লক্তবা, পামদবা য়াওদে হায়নৈ। লৈশাবীগী ফজবা মায়থোং, চুং ফিরাল চাবা ফীভম উরুরগী খঙনিংবা, ঊনীখবা, থেংনমীংবা, পায়নীংবা অমদি ওইনীংবনচিংবশিং নুপা ওইবশিংদা ফাওবা হায়বসিসু হৌনশানি। নুপী ওইবীশিংনা খ্বাইদগী নুংঙইজবা মতমসিসু লৈশাবী মপুঙ পুরা ফারকপা মতমসিনি। লৈশাবী মপুঙ পুরা ফাবা মতমসিদি কনাগীসু অকা অপুম য়াওদনা হায়না–ছন্না মকা ফয়া মনীং ভন্না লৈজবা ঙমই। লৈশাবী মপুঙ ফারকপগী মতম অসি লৈরাংনা লৈশা তন্নকপগা পাম্বক ওই হায়না কনাগুম্না অইবশিংনা শৈথাবসু থেংনৈ। অদুবু নুপী ওইবী অমত্তনা মশানা মশাবু লৈশাবী মপুঙ ফারক্লে হায়বসি চপ চানা খঙবা ঙমদে। লৈশাবী মপুঙ ফারকপা হায়বসি নুপী খরগী ওইনদি য়াম্না ঙল্লিঙৈদগী হৌনা মশাগী ৱাখলদগী ফাজরকখিবসু অদুম ময়াওই। অমরোমদা তশেংনা লৈশাবী মপুঙ ফারবা নুপী কয়া অমনা লৈশাবী ওইদ্রিবদৌনা লৈজবা য়াওরি। ঙসিগী সমাজসিদদি নুপীনা লৈশাবী মপুঙ ফারকপা হায়বসি মশা মশাগী খঞ্জরিবা ৱাখলদুগী মখা পোল্লে। নুপী অমনা লৈশাবী মপুঙ ফারকপা হায়বসি মহাক মশানা চৎলিবা লমচৎ শাজৎকসু য়াম্না মরী লৈনৈ। মরম অদুনা লৈশাবী মপুঙ ফারকপা হায়বসিগী চপ চানা চহীগী ঙাম্বক অমা লৈতে হায়না লৌবা য়াই।

নুপীমচা অমা অফবা লম্বীদা পুবীবা মতমদা অচৌবা থৌদাং চৌদৌরিবসি মমানি। মমা ওইবীশিংনা নুপীমচাশিংবু ঙাকপী–শেনবীবতা নত্তনা নুপীনা করম্না লমচৎ–শাজৎ চৎকদগে হায়বদু মত্তাঙ চানা তাকপীগদবনি। লোয়ননা নুপীনা লৌগদবা চেকশিন থৌরাংশিংসু মতম চানা খঙহনগদবনি। ঐথোয়গী খুন্নাইসিগী অহলশিংনা হায়নবা 'কাঙখুলদা মপাল শাৎতে' হায়বসিমক কনাগুম্নী নুপীশিংদদি অচ্ছা ওইনা থোকপসু য়াওরি। নুপী হায়বসি তুঙগী লাক্কদৌরিবা খুন্নাই অমগী মমানি। অদুনা পিক্লিঙৈদগী হৌনা মমা ওইবীশিংনা খরা হেন্না নকশিনবা মওংদা তাকপী তন্বীবা অমদি য়ুম্নাবগা মরী লৈনবা রাফমশিং অসি মতম চানা খঙহনবা ঙম্রবদি নুপীশিংদা লমচৎকা মরী লৈনবা অহেনবা অমত্তা লৈরক্লোই। হোয়, ইমুং অমগা ইমুং অমগগী মমা ওইবীশিং অসি য়াম্না থেঁয়ে। ৱাখল্লোন খোন্নবা অসিনা অফবা অমদি ফত্তবা থৌদোক অনীমক্কী হৌরকফমসু ওই। মসিমদি য়েংনীংঙাই লৈরবা অমনি।

ঙসিগী মতমসিদদি মশাগী চহী য়াম্না ঙল্লিঙৈদগী হৌনা য়ুম্বানবগী ৱাখল্লোন লাক্কুনা মফম খঙহৌদনা চেনবা চোংবা কয়া অমা য়াওরি। য়ুম্বানবগী চৎন–লীচৎ, য়ুমগী মৌ অমনা তঙাইফদনা তৌগদবা থবক থৌরম অমত্তা খঙদনা য়ুম পাল্লুরগা য়ুম্বানবা ঙমদবদগী মপামদা হল্লক্লুনা লৈবা নুপী কয়া অমসু লৈরি। মসিমদি ঐথোয়গী খুন্নাইসিদা য়াম্না তোয়না থোকপদগী করিসু খন্নরক্লে। ঙসিদি ময়ুম পাল্লবা মতুঙদা নুপীনা মপামদা হল্লক্লগা লৈবা হায়বসি চৎনবী অমগা পাম্বক ওইরক্লে। নুপীমচাশিংনা মনুং–মতম চাদনা য়ুম্বানবগী ইথিল লৈরক্লিবসিগী অশোয়বা খরা মখৌদি লৈফম থোকই। মসিগী মরু ওইবা মরমসি মমা ওইবীশিংনা তাকপী তন্বীবা ৱাৎপা অমদি য়ুম্বানবগী মনুংগী ওইবা ৱাহম্বোক খঙহনবা ঙমদবদগী ওইবা য়াই। নৎত্রগনা মচানুপীদুনা মমাগী মতৌ তন্বা ওইবসু য়াই। ঙসিগী খুন্নাইসিদদি নুপীমচা পূম্নমক মশাগী মখৌ পান্দনা লৈবা ইয়াও য়াওনদে। মসিগী মখত্তা য়ুম্বানবা অসিসু থাদোকপা য়াদবা মশাগী মখৌ অমা ওইরি। করিগুম্বদনা নুপী ওইবী কয়া অমনা য়ুম্বানবগী লম্বীদা খোঙদানদা মপামদা অদুম পুন্সি লেনবসু য়াওনরি।

লীচৎ শাজৎ হায়বসিদি ইশানা শেমজবনি। লীচৎ শাজৎকী হৌরকফম্না ইশাগী ৱাখল্লোন্না ওই। অদুনা অফবা ৱাখল খনবা তন্না হায়বসি নুপীশিংগীদি তৌদবা য়াদ্রবা অমনি। চহী নৌনা মৌগী শিংদা চন্প্রবা মতুঙ য়ুম্বানবা হায়বসি করিনো খঙদবদগী নুপী ওইবীগী লীচৎ নাথৈরকপসু য়াওদবা নত্তে। মতম অমদদি নুপীনা য়ুম পানবা হায়বসি য়াম্না কুপ্পা খন্নরমই। তশেংনা য়ুম্বাল্লোন হায়বসি তুরেলগী লৈঙৈহেদগীসু হেন্না কুক্কী হায়বসিদা য়াম্না চেংনা থাজনরমই। অদুবু ঙসিগী নুপীজাশিং অসিনা য়ুম্বানবগী অর্থ অসি কয়া য়াম্না লুন্না লৌরিবগে হায়বসিমদি ৱাহনি। অমবু ওইরে অমবু ওইরে ঙসিগী হোংলক্লিবা ফিজেৎ চাকচা অমদি টেক্নোলোজিগী অঙকপা খুৎশু খুৎলাইশিং অসিনা নুপীগী ফজবা লীচৎ অমদি য়ুম্বাল্লোনগী ফজবা মশকশিংবু হুমদুনা খক পুহল্লোইদবনি।

নুপীনা লৈশারিঙৈ মতমদা য়ুম্বাল্লোন হায়বসি করিসু ওইনা খল্লক্লবদি অফবা মমা ওইবা ভন্নোই। অসিগুম্না য়ুম্বাল্লোন নীংথিনা খঙদবী অমগী মচানা তুঙগী অফবা য়ুম্বী অমা ওইগনি হায়বসিদি য়াম্না চিংনীংঙাইনি। ঙসিদি মতমগী খোঙলৈ হায়গদ্রা নৎত্রগা চাওখৎপগী ইথিল হায়গদ্রা নুপী অয়াম্না য়ুম্বাল্লোন অসি য়াম্না লুন্না লৌনদবগী মওং অমদা লৈরকপগুম তৌরি। স্কুল তম্নিবী নুপীমচা কয়ানা করিগুম্নমক মতম য়ৌদ্রিঙৈদা য়ুম্বানবগী ইথিল লৈরিবনো হায়বসিসু নৈনদবা য়াদবা অমা ওইরক্লে। ইমুং অমা হায়বসি মী অমগী খ্বাইদগী অহানবা মহৈলোয়শঙনি হায়নরিবনি। অসিগুম্না মীওইবগী অহানবা মহৈলোয়শঙ অসিদা মমা মপাশিংনা মচানুপীবু তাকপী তন্বীদুনা নুপী হায়বসি করিনো, মমাগী থৌদাং অমদি য়ুম্বাল্লোন করিনো হায়বসি ময়েক শেংনা খঙহনগদবনি। অদুতদা অফবা সমাজ অমা লীংবা ঙমগদৌরিবনি। অসিগুম্না তাঙ্গা অসি লৌহৌদ্রবদি মচা ওইবশিংনা করম করম্না লমচৎ শাজৎ চৎলক্কনি করম্না ৱাঙাঙ শঙাঙ ঙাঙলক্কনি হায়বসি তন্না ঙম্না নত্তে। অদুনা মতম চানা মমা মপা ওইবশিংনা নুপীমচাশিংবু য়েংশিনবীবা য়াম্নক তঙইফদে। ইমুং অমা খঙগে হায়রবদি ইমুংদুগী নুপীশিংবু অফবা খুন্নাই অমগীদমক অচুম্না মায়কৈদা লমজিংবীগদবনি।

তশেংনা মতম হায়বসিদি অহোংবা লৈতে, অহোংবা অওনবা হায়বসিদি চৎনবীনা মীওইবগী ৱাখল্লোন্দা ইথিল পীরগা ওইহল্লকপনি, অহোংবা নাইরিবদি মীওইবা ঐথোয়তনি। মরম অদুনা অহোংবা অওনবা লাকপশিংনা নুপীবু অরানবা লম্বীদা পুখিদনবা য়াম্না চেকশিনগদবনি।

(অরাই লাংবদগী)

হরা কংখু (Bronchial Asthma)

ডাঃ এমঃ এঃ রজাক

ব্রোনকিয়েল অসথমা হায়বা অসি ঐখোয়না "হরা কংখু" হায়না খঙনবা লায়না অসিনি। মসিগী মরুওইবা লাইওংদি শ্বরগী উতোং মচা –মচাশিং (Small Bronchi or air passage) খুজিবনা নৎত্রগা ফুঞ্জিন্দুনা লোক খুবা, থবাক খেবা অমসুং শ্বর হোনবদা ৱাবনি।

অসথমা, য়াম্না তোইনা থেংনবা লায়না মখল অমনি। অঙাং অহল খায়দনা নুপী–নুপা অনীমক্তা লায়না অসি উবা ফংই (লাইখুংনৈ)। ভারতকী ওইনা অপূনবা মীশিংগী চাওরাক্লে চাদা অমগী চাংদো অসথমানা নাই। মদুগী মনুংদগী চাদা ৬০ রোমদি ইমুং–মনুং অমদি শাগৈ নাতৈশিংদা (Familial) ওইনা তৌবা থেংনৈ।

অসথমা, মহিক্রা থোকহনবা নত্তে অদুগা লৌনগনবা লায়নাসু নত্তে। অয়াম্না মতমদা লায়না অসি পক্লদবা পোৎশকশিং হকচাদো চথিবদগী হৌরকই। মশুম্না হৌরকপা অসথমাবু এলরজিক অসথমা হায়না খঙনৈ। পক্লদবা পোৎশকশিংবু এন্টিজেন অসথমা হায়না খঙনৈ। পক্লদবা পোৎশকশিংবু এন্টিজেন (antigen) নৎত্রগা এলরজেন (allergen) কৌই। এন্টিজেন/এলরজেন মখল য়াম্নি, খুদম ওইনা

১. শ্বর হোঞ্জিনবদা চথিবা ইমুং –মনুং অমসুং মপানগী উফুল, পোলস (pollens) য়ুমদা য়োকপা শা –উচ্ছি মতু অমসুং অমাবেনচিংবিশিং অসিনা য়াম্না কমন ওইনা মরাওই এন্টিজেন্টশিংনী।

২. ইঞ্জেক্সন তৌবদা চথিবা ঈ (blood and serum), হিদাক (e.g. penicillins),

৩. চাবদা চথিবা – চাননা চিঞ্জাক, হিদাক (aspirin group), চোক্লেট, কেমিকেলস (e.g. food preservatives),

৪. হকচাংগা শোক্লবদা চথিবা – হিদাক, মচ্চশংনবা পোৎলমশিং (cosmetics) অইবা ঈশিং (cold water/ice), হায়রবিশিং অসিতা নত্তনা অইবা নুংশিং (cold air), য়াম্না শাবানুংশা (very hot sunlight) নসু অসথমা হৌহনবা য়াই। অদুগা, অসথমা অসি এলরজি নত্তনা অতৈ অতোপ্পা মওংসসু হৌহনবা ঙমই। মদুগুম্না মখলবুনা "নন এলরজিক অসথমা" হায়না খঙনৈ।

অসথমা হৌরকপগী মওংঃ

(ক) এলরজিক অসথমাঃ মথক্তা পঞ্জখ্রিবা এন্টিজেন্টশিং অসিনা হকচাদা চপ্প্রবা পুখোয় অমরোমগী মতুদা 'এন্টিবোডি' হায়না খঙনবা, হকচাংগী ঙাকথোকচনবা পাঁহেনা, চলক্লিবা এন্টিজেন্টগী ময়ায়বু চমহয়না হোৎনৈ। মসিবু এন্টিবোডি রিয়েক্সন' কৌই। মসিনা মরম ওইদুনা শ্বরগী উতোং মচাশিংদগী য়াম্না নপ্পা লোক থোকহল্লি লোয়ননা কেমিকেল ময়াম অমা থাদোকই। মদুনা স্বরগী উতোং মচাশিংবু খুজিলহল্লি। অদুগা অসথমাগী অনাবা হৌহল্লি।

(খ) নন এলরজিক অসথমাঃ মখল অসি এলরজিদগী হৌরকপা নত্তে। মসিদি Antomatic Nervous system' গী শিংলি নাউরি (Nerves) শিংদা ফাওরকপা (Stimulate) কয়াদগী হৌরকপা য়াই। খুদম ওইনা রাখল নুঙইতবা, কপ্পা, কয়া নোকপা অমদি অইংবদা হকচাং শাজেল তৌবনচিংবদগী হৌরকপা মখলনি।

অসথমাগী লাইওংঃ

হৌরক্লবদা নুমিৎ ৪/৫ নিগী মমাঙদা লোক থুবা (Common Cold), ভইরেল ফিভর, সাইনস ইনফেক্সন নৎত্রগা নাতোন ফুনবা, হাকথী খনবা অমসুং নাতোন্দগী মহি য়াম্না তাবা (running nose) নচিংবশিং অসি তৌগৈ। অসথমাগী ওইগনবা লাইওংনা লোক খুবা, শিত্তোকপদা ৱাবা, অনপ্পা খাক লৈবা, থবাক খেবা অমদি শ্বর ফুনবা অসিনি। অঙাংদদি অহিদদা লোক খুবনা অসথমাগী অমত্তা ঙাইরবা লাইওং ওইবা য়াই।

অসথমা নাবগী কনবা (হেঞ্জিনবা/হেঞ্জিদবা) মওংগী চাং (Degree of severity) অমসুং হৌদুনা লৈবগী মতম (duration of attack) অনাবা অমগা অমগা মান্নদবা য়াই। হৌদবা মতমদদি করিসু ইতৌ তৌদনা মতম শাংনা অদুম লৈবা য়াওই। হিদাক্কি দরকারসু ওইদবা য়াই। অঙাংদদি অয়াম্না চাদা ৪০/৫০ গী চাংদা, মশাগী চহি ১২ রোম শুরকপদা, মথক্তা কোকচখি।

অসথমাগী লায়েংঃ

অসথমা হায়বসি কোকহনবা হায়বদি ফহনবা ঙম্না লায়না নত্তে। অদুম্নমক মতাং অমসুং মরম চানা শিজিয়ফম থোকপা হিদাক শিজিয়রবদি মতম শাংনা ঙাকথোক্তনা থম্না ঙমই। লায়না অসিগী লায়েং অসি মখল অনী থোক্লা খন্নবা য়াই। মদুদি–

ক) অসথমা হৌরকপদা (attack) খিংনবা হোৎনবা (treatment of symptoms)ঃ অনাবা হৌরকপদুনা য়াম্না কন্দ্রবদি শ্বর উতোং মচাশিং লাওথোকহনবা ঙম্না হিদাক (Drugs which dilates bronchi) চাবা নৎত্রগা শ্বরদা চিংশিল্লগা (inhalation bronchi) ফহনবা ঙমই। অসিগুম্না হিদাকশিংবু Bronchodilator drugs হায়না খঙনৈ। হিদাক মখল অসি ওইনা, ইৌজিক্কি মতমদদি 'সালবুটামোল' (Salbutamol) 'টরবুতালিন' (Terbutaline) অমসুং 'থিওফায়লিন' (Theophylline) হায়রিবা হিদাকশিং অসি অয়াম্বনা শিজিয়ৈ। অদুবু অনাবদুনা কয়া হৌরবদি হোস্পিপটালদা লৈবা দরকার ওইগনি। ওক্সিজেন কাপ্পবা হিদাকশিং (e.g. by Dexona. hydrocortisone, deriphylline, antibiotics) অমসুং মেচিয়া শ্বর হোলহনবা (Mechanical ventilation) নচিংবা দরকার ওইগনি।

খ) অসথমাবু হৌরক্তনবা হোৎনবা (Preventive treatment)ঃ অসথমাবু হৌরক্তনবা / ঙাকথোক্লবা অতোপ্পা হিদাক অমসুং পাম্বৈ খরদি ১. শ্বর চিংশিন্নবা হিদাক (inhaler drug) শিং, অনাবা হৌরক্তবসু তত্তনা শিজিন্নগদবনী। মখল অসিদা তোইনা শিজিন্নবা হিদাকশিংদি – Inhaler steroid salmeterol, disodium cromoglycate নচিংবনি। ২. ইম্ন্যানো থেরাপি। ৩. য়েরুম, শঙ্গেম, খামেয়চিংবা পক্লদবা চিঞ্জাকশিং চাদবা ৪. চুকট অমসুং অতৈ মৈখু শিজিন্নদবা ৫. ইমুং–মনুংগী মৈখুদগী লাপথোকপা। ৬. ইমুং – মনুংদা হুই–হৌদোং ঙানু–খুনুনচিংবা থমদবা। ৭. তুমফম কাদা উফুল থাংদনবা পোৎ চৈ য়াম্না থমদবা। ৮. নাতোন ইতৎ– থত্তনা শেংদোকপা লোয়ননা নাতোনগী ফিলটর শিজিন্নবা। ৯. অইংবা মপান্দা চৎথোকপদা অরুম্বা ফিরোল শিজিন্নবা। ১০. লোক থুবা অমসুং সাইনসকি লায়নাবু থুনা লায়েংহৌবা।

মথক্কি পাম্বৈশিং অসিনা অসথমা হৌববু পুমথিং থিংবদি ঙমদবা য়াই অদুবু হৌরকপশিংবুদি কয়া হৌহনবা ঙমগনি। অমবু ওইরবসু অমবু ওইরবসু, অসথমাগী লায়নাবু চেঞ্জে খঙবীরবদি মতম চুপ্পাদা অখঙ অতৈ ডাক্তরশিংগী পাউতাক লৌবীনবা শেম–শাবীবা হায়বসিনা, লায়না অসিবু ঙাকথোক্লবা খ্বাইদগী ফবা উপাইনি।

তিকা থাদোকপা

ডাঃ আসগর খান

ঐথোয়গী অকোয়বদা লৈরিবা ইনবাইরোনমেন্ট অসিদা মখল কয়াগী লায়না থোকহনবা ঙম্রা পিকপ্তবা মহিক মিলিয়ন কয়ানা কোইশিন্দুনা লৈরি। অমরোমদসু মীওইবা ঐথোয়গী হকচাংদসু হায়রিবা মহিকশিং অসিবু ঙাকথোকচবা ঙম্রগী শক্তীসু য়াওজরি। অসিগুম্না মহিক অমসুং লায়না কয়াদগী ঙাকথোকচবা অমসুং কনথোকচবা ঙম্রগী শক্তী অসিবু ইম্যানিতি হায়না খংনৈ। ঐথোয়গী হকচাংদা মপুংফানা ঙাকথোকচবা ঙম্রগী শক্তী লৈজরবদি মদুবু অকনবা ইম্যানিতি লৈবা হায়না খংনৈ। অদুগা শক্তী অসি রাংনা লৈবা মীওইশিংবুনা অশোনবা ইম্যানিতি লৈবা হায়না খংনৈ। তৌবতবু মী অমগী ইম্যানিতি কনখৎলকপা অসি মীওই অদুনা চাওখৎলকপগা লোইননা মহাক্কী হকচাং কায়াৎ কায়াদা অহোংবা লাকপা অমসুং মহাক্না ইনবাইরোনমেন্ট অসিদা থেংনরিবা পোৎচাক কয়াগী মখা পোল্লি। শমনা হায়রবদা মপুং মরৈ ফারকপগা লোইননা মশাগী ইম্যানিতিসু কনখৎচরকই। ইম্যানিতি য়াওদ্রবা নৎত্রগা শোল্লবা কাংবুদি মতম পূম্নদা লায়না কয়ানা তৎতনা নাহল্লি। অমসুং মতম চুপ্পাদা মশাদু শোনদম নাদম তৌদুনা লৈহল্লি। মহৌশানা পোকপদা ঙাইরিবা অঙাংশিংদি ইম্যানিতি অসি য়াম্না ৱাৎকল্লি। মমা মপাগী ঈদগী খরা অদু নত্তনা মখোয়গী ইম্যানিতি ইরৈ লৈজদে। মরম অসিনা অপিকপা অঙাংশিংদা য়াম্না তমথিবা লায়না অমদি শিগনবা লায়না খরা ঐখোয়না তত্তনা থেংনরি। হায়রিবা লায়নশিং অদুদি, পোলিও, ট্যুবরকোলোসিস, দিপথেরিয়া, পরতুসিস, টিতানস অমসুং মীজলস হায়বা অসিনি। মথক্তা পনখিবা লায়না ৬ অসিতা নত্তনা অতৈ অতোপ্পা লায়না কয়া থোকহনবা ইনবাইরোনমেন্ট অসিদা য়াওরিবা মহিক কয়ানা মখোয়গী হকচাংদা ইরাই লাইনা চখিং, মচা কোকশিনলি অমদি হকচাং কায়াৎ কয়া শোকহন্দুনা অঙাং অদু অনাবা হাইবদু ওইহল্লি। মরম অসিনা অনাবা অঙাং অমা নৎত্রগা তিনজং কাইজংবা অঙাং অমা য়োকপা হায়বসি মমা মপা ওইবশিংগীদি অচৌবা অৱাবা পোৎলুম অমনি। মরম অসিনা হায়রিবা তমথিবরা লায়নাশিং অসিদগী ঙাকথোক্লবা উপাইদি ঙল্লিঙৈদা অঙাংশিংবু তিকা থাদোকপিহৌবা হাইবসিনি।

তিকা থাদোকপাঃ– হকচাংগী ইম্যানিতিবু য়াম্না ৱালবদি অকিবা লায়না কয়ানা নারক্লদবদগী ইরাই লায়না ঙাকথোকচবা ঙমজে। মরম অদুনা লায়না অমবু ঙাকথোক্লবা খৃৎশেমগী ওইবা পোৎশক খরনা লায়না অদুবু থোকহল্লিবা মহিক অদু হাৎতোক্লগা নৎত্রগনা মপাঙ্গল শোনথল্লগা শেমদোকই মসিবুনি ঐথোয়না তিকা থাদোকপা হায়না খনেরবসি। ঐথোয়না তিকা কাপ্পরিবা অসিনা হকচাংগী ইম্যানিতি কনখৎহল্লিবনি। অদুগা তিকা কাপথোক্তুনা ইম্যানিতি কনখৎহনবা অসিবুনা ইমুনাইজেসন তৌবা হায়না খংনৈ। ইমুনাইজেসন অসি তিকা পিথক্তুনা তৌবসু য়াই। খুদম ওইনা পোলিওগী হিদাক (দ্রোপ–দ্রোপ) পিথক্লিবসিনি। অদুগা ঐথোয়না য়াম্না তোইনা তৌনরিবা থৌওং খরা হাইবদি অশোক অপন য়াওবদা টিতানস তোকসোইদ (টী টী) কাপলিবা অমসুং হুইনা চিকপগা রেবিজগী তিকা কাপনরিবসি হকচাংগী ইম্যানিতি কনখৎহন্দুনা টিতানস অমদি রেবিজগী লায়নাশিংদগী ঙাকথোক্লবনি।

ইমুনাইজেসন তৌবাঃ– হকচাং ফবনা অথোয়বা লন্নি হায়বসি মতম পূম্নদা চুমদুনা লৈরবা রাফমনি। নিয়ম চুম্না অমদি মতম চানা তিকা থাদোকপিহৌবনা মীওই অমবু অঙাং নব্রা ওইরিঙৈদগী হৌনা মশা ফনা লৈননবা লম্বী অমনি। হকচাং ফনবনি হায়দুনা কাপনিংবা মতমদা তিকা অমা হেক্তা কাপ্পা য়াবা নত্তে। মপূং ফানা অমদি মতম চানা তিকা থাদোকপিরবদি মথক্তা পনখিবা তমথিবরা লায়নাশিং অসিদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। মরম অদুনা মথক্কী লায়না ৬ অসিবু তিকানা ঙাকথোকপা লায়না "ডেকসিন প্রিভেনতেবল দিজিজ" হায়না খংনৈ। হকশেলগী লমদা খং হৈরবা পৃথিবীগী মীওই কয়ানা তিকা থাদোক্তুনা মীওইববু লায়না কয়াদগী কয়নবা হোৎনদুনা লাক্লি। পাক শম্না তিকা শিজিন্নরকপনা মতম অমদা মীওই লিশিং কয়াবু অতৎ অথম লৈতনা হাৎতোকপিখিবা তমথিরবা লায়না কয়া লাইজাও থোকপা (স্মোল পোকস) হায়বদু ঙসিদি মালেমসিদগী পুংমুৎ মুথৎখ্রে। অমরোমদা তিকা শিজিন্নদুনা অমেরিকা অদি রেষ্ট্রন পেসিফিক লৈবাকশিংদগী পোলিও লায়না মুথৎখিবগী পাউস