এডিটোরিয়েল

এগ্রিকলচরদা অনৌবা টেক্নোলোজি শিজিন্নবা

ইন্দিয়াদা হৌখিবা চহী কয়াদগী হেনগৎলক্লিবা মীশিংগা পোথোক পুথোক্কদৌরিবা লৌবুক্কী শরুক্কা য়েংনবদা পোথোক পুথোক্কদৌরিবা লমগী শরুক অসি কা–হেন্না হন্থরে হায়বসি খঙদুনা লাকই। মণিপুরদা লৈরিবা লৌবুকশিং অসিদা ঈথৈ –লৌখোঙগী খুদোঙচাবা অদুদি ঙসিফাউবা পীবা ঙমদ্রি। মসি মরু ওইনা ঈথৈ–লৌখোঙ শেমগৎলবসু মদুদা পীরক্কদবা ঈশিং অদু ফঙদবদগী য়াম্না মরু ওইবা থৌরাং অমা ওইনা মতম কয়াগী মমাংদগী পায়খৎলবসু ফেল ওইরবা প্রোজেক্ট অমা ওইনা মীয়াম্না লৌনদুনা লাকপনি। মপুং ওইনা মমাংগী লৈঙাকশিংনা ইন্দষ্ট্রিয়েল পোলিসিরোমদা কা–হেন্না মীৎয়েং চঙখিবনা মরম ওইরগা লৌবুক কল্লবা থৌরাংদি পায়খৎখিদে। মখা তারকপদা মেন লেন্দ ইন্দিয়াগী মফম্ব কয়া অমদি ইন্দষ্ট্রিয়েল ইষ্টেটনা হেনগৎলকপদগী মদুগী অশোয়বা পোলিসি অদু খঙলকপগা লোয়ননা শেল ফংগনি অমসুং পোথোক মরাং কায়না পুথোক্লুনা মীওই পূম্নমক ইনাকখুনবা হায়বদু ওইহনগনি হায়বা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী মীৎয়েং অদু লাল্লে হায়বসি রেষ্ট বেঙ্গলগী সিঙ্গুর দিষ্ট্রিক্টতা লৌবুক পূম্নমক খোপচিল্লগা ফেক্টরী অমা শানবা হোৎনরকপদা লৌমীশিংনা হৌরকখিবা ঈরাং অদুদগী লৌশিং তানরকখি হায়না লৌবা য়াই। মসি মীয়াম্না এগ্রিকলচরগী পোথোকশিং পুথোকপগী তঙাইফদবা অদু খঙলকপদগীনি হায়বা তাই। শেলখক্তা নৎত্রগা শেঙ্গাও পায়বা মীওই খরনা পায়খৎপা অরানবা পোলিসিনা মরম ওইরগা মীচমশিংগী তঙাইফদবা চান–থক্লবগী পোৎলমশিং ফংহন্দনবা নৎত্রগা পোথোক হন্থহন্নবা হোৎনবা হায়বসি আচুম্বা থৌশিল নত্তে। মমাঙগী লৈঙাকশিংদা চান–থক্লবা পোৎলমশিং মপানদগী পুশিল্লক্লগা মীয়ামদা ফংহনবগী থৌশিল অমা পায়খৎপদৌনা উখি অমসুং মরুওইনা মণিপুরগুম্বা ষ্টেট অমদদি মপান লমদগী পুশিল্লকপা পোৎলমশিং অদুনা পুক থনবা ঙমদবা মীওইনা হেন্না মীশিং য়াম্না ওইবনা ইরমদমগী লৌবুকশিংদগী থোরকপা পোৎলমশিং অদুদা হেন্না লুম্না লৌই।

মতম অমদা ইরমদমগী পোথোক অসি মতমদুদা লৈরম্বা মীশীংনা চাবা কোন্নবদগী হেন্না পুথোক্লম্বা ষ্টেট অমনি হায়না হায়বা তারবসু লমদমসিগী লৌবুকশিংদা লৈঙাক্লা থমখিবা মীৎয়েং অদু লাল্লি হায়না লৌবা য়াই। হৌজিকসু হায়রিবা অফবা অমদি চাথোক লৈবা লৌবুকশিংদা মীৎয়েং থল্লগা কান্নদবা লৌশিং ওইরবা লৌবুকশিং অসিদি অতোপ্পা ষ্টেটসিগী ওইনা রেভিন্যু লাক্কদবা লম্বী অমদা হায়বদি ইন্দষ্ট্রিয়েল পোলিসিদা ওইনা শিজিন্নবগী তঙাইফদবসু লৈ। লোক্তাক পাৎতা ফাওবা লম খোপচিল্লগা য়ুম–কৈ শাজিল্লকপগী ফিভম অমদা লাক্লিবা কয়া অসি ঙসিগী লৈঙাক্লা অমুক্তদা লৌশিং লাকপদৌনা থিংনবা হোৎনগনি হায়বসি কদায় ফাওবা য়ৌনা থবক্তা ওহোকপা ঙমগদৌরিবগে হায়বসি খন্থবগী মথৌ তারি। চীংদা উ–ৱা য়াহুৎপা থিংবা অমদি অনৌবা উপাল থাবগী প্রোগ্রামশিং ফাওবা মায় পাকপা ঙমদবা ষ্টেটনি অদুবু অনৌবা লৈঙাক অসিনা ষ্টেটসিদা অওনবা অমা পুরক্কনি হায়বগী থাজবা পীখিবা লৈবনা মদু ঙাক্লবা হোৎনবদা তঙাইফদনা ষ্টেটসিগী এগ্রিকলচরেল প্রদক্টশিং অসি কা–হেন্না নৎত্রবসু লমদমসিগী মীশিংগী চাবা কোন্ননবা পুথোক্লবা হোৎনবগী তঙাইফদবা অমদি লৈ। মসিদা ৱাহৈনা মীয়ামদা খঙহনবগী মহুত্তা থবক্তা ওইনা পায়খৎলগা উৎপদুনা হেন্না ফগদ্রা অমদি মীয়াম্না পামগদ্রা হায়বসিসু খন্থবগী মথৌ তাই। হন্দক্তসু ইন্দিয়াগী ভাইস প্রসিদেন্টনা লমদমসিগী লৈরিবা রিসোর্চ অসিদা রিসার্ছ তৌরবা মতুঙ মদুদগী ফংলকপা কয়া অদু শিজিন্নরগা লমদমসিগী এগ্রিকলচরগী লম অসিদা হেন্না চাউখৎহনবা চঙই হায়না ফোঙদোক্লমবদু য়াম্নমক চুম্লবা অমদি ষ্টেট লৈঙাক অসিনা মতম শাঙনা চঙলক্তবদগী ওইরিবা ফীভম অদু অমুক নৌনা লৈঙাকসিদা তাক্লম্বনি হায়না লৌবা তাবনি। হায়রিবা লৈঙাক্কী লুচিংবশিংনা ষ্টেটসিদা লাকপদা থল্লম্লিবা ৱাফমশিং অসি মণিপুরদা ওইরিবা ফিভম অমদি থাদখ্রিবা শেনফমগা শেমগৎ –শাগৎলিবগা খেন্নবা কয়া অদু য়াম্না কুপ্পা মিনিষ্ট্রিগী লেভেলদগী খঙলবা মতুং ষ্টেট লৈঙাক অসিদা নাথৈননা এদভাইস তৌরম্বনি হায়না লৌবা তাবনি। লৈঙাক অসি ঙসিদি মীয়াম্না থাজবা লৈবা অমসুং ষ্টেট পূম্বগী ওইনা হান্না লৈরম্বা ফীভম কয়া অদু শেমদোকপা ঙম্লবা থবক কয়া পায়খৎলিবা লৈঙাক অমনি হায়না লৌনরি। ঙসি চিফ মিনিষ্টরনা মীয়ামগী ৱাকৎ কয়া তারিবা অমসুং চীং অমদি খুঙ্গংগী মীওই কয়াগা উন্নদুনা শোখরিবা চউখৎ –থৌরাঙগী থবকশিং অসিগী মতাংদা মীয়াম্না দাইত্ব লৌদুনা শুরিবা থবকশিং অদু হকখেঙনা য়েঙশিন্নবসু থৌশিল অমা ওইনা পায়খৎলিবনি। অসিগুম্বা তাঞ্জা অমদা লৌমীশিংগী খুদোঙ চাবা পীরগা মখোয়গী পোথোক হেন্না পুথোকহন্নবা হোৎনবা হায়বসিদা তঙাইফদনা ঈথৈ –লৌখোঙগী খুদোংচাবা অমদি পীদবা য়ারোই অমসুং মসিগা লোয়ননা ঈশিং –ঈচাউনা মাঙহন–তাকহনবা য়াবা কয়া অদুদগীসু কন্নবা থৌরাং অমদি শেমদবা য়ারোই। করিগুমবা ঈথৈ–লৌখোঙশিং অসি নিংথিজনা শেমগৎতুনা তঙাইফদবা মতমদা লৌবুক্তা ঈশিং পীবা অমসুং ঈশিং হেল্লবা মতমদা মদু চিথোকখিনবা থৌরাংসু পায়খৎপা তাবনি। হায়রিবশিং অসি থবক্তা ওহোক্লবা হোৎনবা মতমদা অনৌবা টেক্নিকেল ওইবা থৌশিল কয়া অমা পুথোকপসু তঙাইফদবা অমনি। মসি য়াম্না কুপ্পা মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা নৈনবগী মথৌ তাই। হিরমসিদা হেন্না মীৎয়েং চঙবনা মরু ওই হায়বসি ষ্টেট অসিগী মরুওইবা দিপার্টমেন্ট খরগী মকোক থোঙবা ওফিসারশিং অমদি দিপার্টমেন্ট অদুবু পায়রিবা মিনিষ্টরগী মীৎয়েং চিঙশিল্লম্বনি হায়না ঐখোয়না লৌফম থোকই। অথুবা মতমদা হিরমসিদা মীৎয়েং চঙদুনা নোংজু থা লাকক্রিঙৈদা করি তৌগদগে হায়বদু দিপার্টমেন্টশিংগী মকোক থোঙবশিংনা খন্নহৌবগী তঙাইফদবদি লৈরে হায়না খল্লি।

এডিটরদা থারকপা

চিঠি
কর্ম্মচারিশিংগী সেভেন পে রিভিজন

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

ষ্টেটসিগী কর্ম্মচারিশিংগী সেভেন পে রিভিজনগী খোংজং অসিদা সেক্রেটরিয়েৎ, নন– সেক্রেটরিয়েৎ লোইননা ডিষ্ট্রিক খুদিংমক্কী কর্ম্মচারি পূম্নমক্লা মত অমত্তা ওইনা চংশিনমীন্নবা দরকার ওই। মমাংঙৈগী অহন লম্মনশিংনা হায়নরম্মী, অচৌবা উ বিম অমা পালোংদা থাংগৎপদা মীওই খরনা য়েংদুনা লৈরগা খরনা থাংগৎলবদি অৱাবা ওইবদ নৎতনা, ঙমহৌদ্রবদি নন্দুনা শিবা তাবনি, য়েংবগী মহুৎতা পুল্লপ মান্নদুনা থাংগৎমীন্নরবদি অৱাবসু ওইরোই, য়ান্নসু লাইনা থাংগৎপা ঙমগনি।

লৈখিদ্রবা আর কে জয়চন্দ্রনা চিফ মিনিষ্টর ওইনা, সেন্টরদা লৈখিদ্রবা রজিব গান্ধীনা প্রাইম মিনিষ্টির ওইবা মতমদা ষ্টেট সিগী কর্ম্মচরিশিংগী অহানবা সেন্ট্রেল পে (ফোর পে– রিভিজন) ফংনবা এমতুক অমসুং এমজিওগী জে এ সিনা সিজ ৱার্ক স্ট্রাইক নুমীৎ তরানিরোম চথরবা ফাওবদা মতমদুগী সরকারনা ষ্টেটসিদা সেন্ট্রেল পে পিবা ঙমলোই হায়দুনা শিখাং খাংখিবদগী ষ্টেটসিগী এসেনসিয়েল সার্ভিস, মৈ ইশিং অনা লায়েংশংশিংগী কর্ম্মচরি পূম্নমক্লা সরকারদা দেতলাইন (মতম অমা পিরগা) মৈ থাররোই, ঈশিং থাররোই, অনা অয়েক লায়েংলরোই, একতিব সারভিসতা লৈবা কাংবুনসু গন দাউন্দ, নোংমৈ বেরেকতা থমজিল্লগনি হায়না কর্ম্মচারি খুদিং 'মক্লা সরকারদা মুকপদগী সরকারসু খাংবা ঙমদবদগী ষ্টেটসিদা অহানবা সেন্ট্রেল পে ফংবা ঙমখিবনি। ফিব–পে রিভিজনসু লৈখিদ্রনা দবলিউ নিপামচানা চিফ মিনিষ্টর ওইনা ষ্টেটকী শেল থুমগী ফিবম ফৎতবা (ওভর দ্রাপ) মতমদা চিং–তমগী কর্ম্মচারি খুদিংমক্লা মত –অমত্তা মান্ননা ফংখিবনি। অমত্তা ওইনা চপ মান্নরবদি ফঙলোইদবগী মরম লৈতে। সরকারসু খাঙবা য়াখিগনি, য়াররোই খঙলিবনি সরকারসু সেন্ট্রেল কর্ম্মচারি, ষ্টেটকী কর্ম্মচারি চপ মানৈ খনবীগদবনি। সেন্ট্রেল পে পীবা হৌখ্রবনি। পীফম থোকই, ফঙফম থোকপা হক তানবদা সরকারনা উরৈ–পারৈ লৈফম থোক্তে।

অদোমগী,
থিংবাইজম ইতোবী সিংহ
তোপ অৱাং লৈকাই

খোঙহাম্বাগী লায়না অমসুং মসিগী লায়েং

ডা. ক্ষেত্রিময়ুম মংলেম সিংহ

কনাগুম্বা মীশক অমনা নোংমদা হৈনবী ওইনা খোঙ অমুক, অনীরক নৎত্রগা অহুন্নক হান্বা অসিগী মথক্তা হেন্না তোয়না খোঙ হান্নবদি খোঙহাম্বা লায়না কৌই। ইংরাজি লোলদা মহী ওইবা খোঙ তোয়না হান্নবু ডাইরিয়া কৌই। খোঙহাম্বদা ঈ নৎত্রগা ইতোন (ম্যুকস) নৎত্রগা অনীমক য়াওবা অসিবু ডিসেন্টরি হায়না খঙনৈ। খোঙহান্নদা ওবা লোয়নবা অসিবু গেষ্ট্রো–ওন্টরাইটিস হায়না খঙনৈ।

খোঙহাম্বা ওইরকপগী মরম

মহিক মখল–মখা অয়াম্বনা লায়না তৌহল্লি। কাহেন্না চাবা, পক্লদবা চীঞ্জাক চাশিনবা, পাখৎপা অমসুং অকিবনচিংবা মরম কয়ামরুম অসিনসু খোঙহাম্বা তৌহল্লি। ভাইরস, বেক্তিরিয়া, প্রোটোজোবা, ফঙ্গস অমসুং হকচাং মনুংদা লৈবা তীল (ৱার্ম) মখল মখা অয়াম্বনা খোঙহাম্বা লায়না থোকহনবগী অচৌবা মরম ওই।

মথক্তা পঞ্জরিবা মহিক মখলশিং অসিনা থীরীলগী কুয়োমদা চঙদুনা হু ওইবা পোৎশক অতৈ পুথোক্লুনা চাবা তুমহনবদা অপনবা পী নৎত্রগা চাখিবা চীঞ্জাক চুপশিনবদা থিম্বহল্লি নৎত্রগা থীরীলদগী মহি কা হেন্ন থোকহল্লি। খোঙহাম্বা লায়নাগী চাদা ২২ দগী ৬৬ ফাওবা রোটা ভাইরস হায়না খঙনবা ভাইরস মখল অসিনা থোকহল্লি। চহীঅনী ফাওবগী মনুংদা লৈবা অঙাংগী খোঙহাম্বা লায়না তঙখাই অমদি ভাইরসনা ওইহল্লি। খোঙহাম্বা তৌহনবা বেক্তরিয়াগী মনুংদা ঈ–কোলাই, ভি কোলেরি, সাল্মোনেলা অমসুং জিজেলাগী মমিং পনবা য়াই। তীল মখলগী মনুংদা ঈ হিস্তোলিটিকা, জি সারডিয়া অমসুং তীলশাংনচিংবনা খোঙহাম্বাতৌহনবতা নত্তনা থীরীলদা থন্না লৈশিন্দুনা থীরীল ফুনগৎহনবা অমসুং খুদক্তা থাং থাবগী দরকার লৈবা য়াওই। মতম শাংনা কনাগুম্বা মীওই অমদা অতোপ্পা লায়নাগী লায়েং ওইনা এন্টিবাইওটিক শীজিন্নবা মতমদা কেন্দিভা অলবিকান্স হায়না খঙনবা ফঙ্গস মখল অসি য়াওশিল্লক্তুনা খোঙহাম্বা লায়না তৌবা য়াওই।

করম্বা মীওইদা খোঙহাম্বা লায়না তৌবগে

লায়না অসি থা তরুক্তগী চহী অনী ফাওবগী মনুংদা লৈবা অঙাংশিংদা খ্বাইদগী হেন্না তৌই। মমাগী খোম নত্তবা অতৈ চীঞ্জাক পীজবা থা ৬ মখাদা লৈবা অঙাংশিংদসু লায়না অসি তোয়না তৌই। মপুং ফানা পীজদবা অঙাং, শেল–থুমগী ফিভম চাদবা ইমুং, থা শুদনা পোকপা অঙাং তরু–তহেন্দবা ইমুং অমসুং নিয়ম চুম্না পীজ–পীথক তৌদবা ইমুংদা খোঙহাম্বা লায়না তোয়না তৌই।

লাইওং ঃ

খোঙহাম্বা লায়না অসি তপ্না নৎত্রগা খঙহৌদনা তৌরকপা য়াই। মহৌশানা লায়না অসি মতোমতা ফজখি। নুমিৎ মঙাদগী তরেৎনী ফাওবদা অনাবা অসি ফগল্লি। নোংমদা খোঙ হান্বগী চাং অসি ৪৫ রক্তগী ১০০ গী মথক্তা ওইবা য়াই।

রোটা ভাইরসনা ওইহনবা খোঙহাম্বা মখলদা খোঙহাম্বা হৌদ্রিঙৈদা ওবনা হান্না তৌরকপা য়াই। বেক্তিরিয়ানা ওইহনবা খোঙহান্নদা ঈতোল য়াওই। মসিগা লোয়ননা অরুম হৌবা, উচিরাই কাবা (মসল ক্রেম্প) অমসুং পুক নাবা য়াওই। খোঙহান্নদা হকচাংগী পোটাসিয়ম হেন্না চৎখিবদগী পুক কংখৎপা তৌই।

খোঙহাম্বা মতমদা হকচাংগী অরুম্বা চাদা তরাদগী হেন্না হন্থরবদি খোঙহাম্বা অদু শাথীবা (সেভিয়ার দিহাইদ্রেসন) মখলনি হায়না লৌবা য়াই। অঙাংদা সেভিয়ার দিহাইদ্রেসন তৌরবদি অথুবা লায়েং লৌখৎকদবনি। ফিভম অসিদা অঙাং অদু মশা তুকথগনি অমসুং হকচাং শোকচিন্না উগনি। মীহুল পিকই অমসুং য়াম্না হুল্লি। খোঙ–খুৎ ইংই অদুগা মশা অতৈদি শাবুং –শাবুং তাগনি। অঙাং অদু ঈশিং লীক্লা চৎলি। মতম কুইনা ঈশিং চত্তনা লৈগনি। মসিদগী হেঞ্জিনখ্রবদি কিডনীগী মথৌ তৌবা লেপখিগনি। মসিগা লোয়ননা পেৎনা উরিবা লৱাই লেম্ফু অসি কুৎথগনি। মিৎ কুৎলি। লৈ অমসুং খৌনাউ কংই। অঙাং অদু য়াম্না খৌরাংবা পোকই। খুৎশা অনীনা য়েংবদা উনশানা হান্নগী মফমদা হঞ্জিনবদা মতম চঙই। অপীকপা অঙাংদা শাথীবা খোঙহাম্বদা সোদিয়ম, কেলসিয়ম অমসুং মেগ্নেসিয়মগী চাং হন্থবগা লোয়ননা ঈ কুংশিল্লকপদগী ঈ–উতোং ফুনবা (সেরিব্রেল) য়াওবনা মরম ওইদুনা মশা চিঙথেকপা য়াওবা য়াই।

খোঙহাম্বা লায়না লাকশিনবা

ৱার্ল্ড হেলঠ ওর্গনাইজেসন্না মখাগী থৌরাংশিং অসি পায়খৎনবা হায়রি।

১। অথুবা থৌরাং ওইনা চান্নবা লায়েং পায়খৎপা।

২। মখা চথগদবা থৌরাং ওইনা–

(ক) মমা অমসুং মচাগী চেকশিন–থৌরাং পায়খৎপা।

(খ) ঙাকথোক্লবা থৌরাংশিং।

(গ) খোঙহাম্বা লায়চৎ থোকহন্দনবা থৌরাংশিং।

চান্নবা লায়েং থৌরাংশিং

(ক) ওরেল রিহাইদ্রেসন থেরাপী (ও আর তি)

ও আর তি অসিনা চহী মতাং খুদিংমক্তা খোঙহাম্বগী লায়েংদা ঙমখৈ লৈতনা কান্নবা পী। খোঙহাম্বা লায়নাগী চাদা ৯০ দি ও আর তিনা ফহনবা ঙমই হায়না মোত পীনরি। অসি হায়দুনসু খোঙহান্নদা কাহেন্না মহী চৎখিদুনা হকচাং শোকচিল্লবদি লায়েংশঙদা পুখৎপীদুনা শীংলীদা মহী কাপ্লবা (ইন্ট্রাভেনস রিহাইদ্রেসন) হোৎনবিগদবনি।

ও আর তি দা য়াওবা মচল (দব্লিউ ঐচ ও গী ষ্টেন্দর)

১। শৌরগা ইংহল্লবা ঈশিং লিটর ১

২। গ্লুগোজ গ্রাম ২০ নৎত্রগা চিনি গ্রাম ৪০

৩। সোদিয়ম ক্লোরাইদ গ্রাম ৩.৫ (থুম চামচ মচা ১–২)

৪। সোদিয়ম বাইকার্বোনেট গ্রাম ২.৫ (সোদা বাইকার্বোচামচ মচা ১–২)

৫। পোটাসিয়ম ক্লোরাইদ গ্রাম ১.৫ (চম্প্রা ১–৪ গী মহী)

নোংমদা পীথকপীগদবা ও আর তিগী চাং	
চহী মতাং	চাং
থা ৬ শুবা ফাওবা	অচৌবা গ্রাস ১ দগী ২ ফাওবা (মিলিলিটর ২০০ দগী ৪০০ ফাওবা)
থা ৭ তগী চহী ১ ফাওবা চহী ১ দগী চহী ৫ ফাওবা চহী ৫ গী মথক	মিলিলিটর ২ দগী ৩ ফাওবা মিলিলিটর ৩ দগী ৪ ফাওবা লিটর ১ দগী ৪ ফাওবা

অঙাংদু ও আর তি অসি মিনিট ২ দগী ৪ ফাওবা কান্নরগা চাম ১–২ পীথকপীবা য়াই। খোঙহাম্বা য়াওরবদি অঙাংদা মহী অসি তপ্না পীথকপীগদবনি। ওবা য়াওরবদি অঙাংদা মহী অসি তপ্না পীথকপীগদবনি।

অসুম্না পীথকপদা মিৎপান পোমখৎলবদি মহী অদু থুম য়াওদনা শেম্বগদবনি। শেমখ্রবা মহী অদু পুং ২৪ গী মনুংদা পীথকপা লোয়শিনবিগদবনি। ও আর তি পীথক্লিঙৈ মরক্তা মমাগী খোম পীথকপীবা য়াই।

মমাঙগী মতম খরদি খোঙহাম্বগী লায়েংদা চীঞ্জাক পীজবা য়াদে হায়না অথিংবা থম্লম্মী। হৌজিক্তী চহী মতাং খুদিংমক্তা লায়েংবদা চীঞ্জাক পীবদা নত্তনা খোঙহামবা লায়না ঙাকথোকপা ঙমহল্লি। খোঙহাম্লিঙৈদা অঙাংদা পীজবা য়াবা চীঞ্জাক্তী চাক, ঙা, য়েরুম যঙোমদগী শেম্বা চীঞ্জাকশিং, কিহোম, য়ুবী অনৌবগী মহী অমসুং লফোই (পোটাসিয়ম য়াওরবা) অসিনচিংবনি।

হীদাক থাবা

খোঙহাম্বগী লায়েংদা মরম চাদনা এন্টিবাইওটিক মখলগী হীদাক থাবা চুমদে। অনাবা ফহনবগী মহুত্তা হেন্না ফৎহন্দবা য়াই। অঙাংগী মমা–মপা ওইবশিংনা খোঙহাম্বা থুনা ফনবা ডাক্তরদা অকনবা হীদাক থাবীনবা অকনবা শাফু পীবা তোয়না থেংনৈ। মশা শাবগা লোয়নবা খোঙহামবা মখল খরদি এন্টিবাইওটিক থাবগী দরকার ওই।

২। মখা চথগদবা থৌরাং

(ক) মমা অমসুং মচাগী চেকশিন থৌরাংঃ মীরোনবী নুপীগী চীঞ্জাক ফগৎহনবনা মমাদগী থোক্লকপা খোমগী মগুণ হেনগৎলি অমসুং মশা–মউ ফবা অঙাং পোক্লুনা খোঙহাম্বা লায়নাদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। মমাগী খোম পীথক্তনা খুৎশেমগী চীঞ্জাক পীজ–পীথক তৌদুনা য়োকপা অঙাংদা খোঙহাম্বা লায়না তৌবগী চাং শরুক ২০ হেন্না ওই। য়ারিবমখৈ শাংথনা মমাগী খোম অঙাংদা পীথকপীগদবনি। কৈদৌঙৈদসু অঙাংনা থা ৬ শুদ্রিঙৈদা খোম খায়বা তৌবীরোইদবনি।

(খ) লায়না ঙাকথোক্লবা থৌরাং

১। অঙাংদা মমাগী খোম শাংথনা পীথকপা।

২। অঙাংদা চীঞ্জাক লু–নান্না পীজবা। তঙাই ফদনা খুৎশেমগী চীঞ্জাক পীজ–পীথক তৌবিবা লীক্লি অমসুং খোমচুপ অনীমক ঈশিংদা মহীক চঙদনবা লোম্বোকপীরবা মতুংদা শীজিন্নদ্রিঙৈ মমাঙদা মোৎহন্দনা থম্বীবা। রবরগী খোমচুপ অদু খুৎ নৎত্রগা অমোৎপা লীক্লি মখুমগা শোক্লহনবিরোইদবনি।

৩। চীঞ্জাক নীংথিনা পীজবা ৱাৎপা অঙাংদা খোঙহাম্বা লায়না তোয়না তৌই। চীঞ্জাক মচল শুনা তরু–তহেন্না পীজবীবা অমসুং মমা ওইবীশিংনা হকশেলগী লৌশিং লৈবিরবদি অঙাংশিং খোঙহাম্বা লায়নাদগী ঙাকথোকপা ঙমই।

৪। অপীকপা অঙাংদা খুৎচুপ লিবিবা অমসুং অকে–অমৌগী মিংদা নুপীশিংনা খুজিল শাংনা খাকপদগী পুক নাবা অমসুং মসিগা লোয়ননা খোঙহাম্বা লায়না তৌনবগী অচৌবা মরম অমা ওই।

৫। উফুল চেল্লবা অমসুং হয়িং তোংলবা চীঞ্জাক চাবিদবা। সমাজ অসিগী চৎনবী ওইনা মতম শাংনা চাক থীদোক্তুনা থম্লবা মতুংদা চাক চাবগী হৈনবী থাদোকপিগদবনি।

খ্বাঙ নাবা

নুপীসু ওইসনু নুপাসু ওইসনু 'খ্বাঙ নাব' হায়বসিবু থেংনদ্রবদুমদি য়াম্না তাঙনা থোকপা মরায়বক ফরবা হায়বদুনি। করিনা, লায়না মখল অসিদি, অমদসু–অমদসু পংথোক–থোক্লরিবা 'লোক–লাইহৌ'গী হেক ঙমথং চৎলিবা লায়না মখলনি। অনীসিদা খেন্নরিবা হায়ববু, লোক লাইহৌদি অমগা–অমগা লৌনৈ, খ্বাঙ নাবদি লৌনদে।

মীপাইনিঙাই ওইবা, খুদোংথীনিঙাই ওইবা লায়নাবুদি নত্তে – খ্বাঙ নাবা। অদুন্নমক ঐখোয়গী নোংমগী পুন্সিদা য়াম্না অপনবা পীবা অমসুং য়াম্না নুঙাইহন্দবা মখলগীনি। মসিনবু নারবদি– লেংবা ওৎপা, অনোপ – অতিং তৌবা, চথোক – চৎশিন অমদি শু–নোম্বনচিংবদা চাওনা অপনবা পীদুনা লৈতাফম খঙহন্দে। তৌবগীবুদি, লায়না অসি মীওই অমদা কুইনা, মতম শাংনা পক্কনবা মখলদি নত্তে। মসিনা নাহল্লকপা মীওই অদু করিসু ইতৌ–তৌরুদনা হপ্তা অমগী মনুংদা নৎত্রগনা থা অমগী মনুংদা মথন্তা ফজখিবনা অয়াম্বনি। অদুবু লায়না অসিনা নারক্লবা মীওই চামগী মনুংদা তরাগুম্বগী চাংদি তুং কোয়নগী ওইনা লাইচুদুনা অরিবা অনাবা (ক্রোনিক) ওইদুনা লৈহৌগল্লি। মসিগুম্বা মতাংদসু থোইদোক্লা কোয়চেন–চেল্লুবগী মথৌ তাদে, ইচম–চন্না, শেল চংহন্দনা ইশানা চথবা য়াবা মখলগী লায়েং কয়ামুক লৈরি।

খ্বাঙ নারকপগী মরমশিংঃ

লায়না অসি নারকপগী মরম কয়ামুক লৈ। অদুবু খ্বাঙ নারকপা মতমদা, মদু করিদগীনো হায়বদু চপ–চানা হেক্তা হায়বা ঙমদে, হকচাংগী অশোয়বা অমা নৎত্রগা অমদগী হেনবা মরম খরা নৎত্রগা খরনা হেক্তা ওইরম্বা য়াই। অদুন্নমক লায়না অসিগী মরু ওইরিবা হৌরকফম খরদি – (১) হেঞ্জিন্না অরুম্বা থাংবা অমসুং থবক শুরুবদগী নঙ্গলগী তোংশাশিংগী মফম অমা নৎত্রগা অমদা খঙহৌদনা লাকশিন – চিংথোক্লকপা (মশল স্পাজম), য়াংলেন শরু অনীগী মরক্তা লৈরিবা শরুশিংবু লেং–ওৎপা য়াহল্লিবা অকোয়বা অপাবা মপাক (দিস্ক) তা অপোম–অতং য়াওরকপা, নিঙ্গোঙগী (পেলভিজ) শরুনা শিংলি ননখায়বা, খ্বাঙ মখাগী (লম্বার) শরুকশিংদা মফম হোং–হোংদুনা খংচিক–খংচিক চিক্লা নারকপা (সাইটিকা), শরু শন্নফমশিংদা নারকপা (অর্থ্রাইটিস) হায়বনচিংবশিং অসিনি। ময়াম অসিগী মথক্তা, খ্বাঙ নাবগী য়াম্না মরাং কায়বা মচাক ওইরিবা মরম অমনা মতম শাংনা নৎত্রগা মতম অয়াম্বদা হকচাংগী ফিরেপ চুমদনা (ফম্বা–হিপ্পা–লেপ্পা খুদিংমক্তা) লৈবা অমদি হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎলকপা অসিনি। অদুগা খরা লুশিনবা মওংদনা – শরু নৌবা– শোনবা (ওষ্টোপোরোসিস), শরু কায়বা, শরুনচিংবদা য়েম্বীনিং শৌবা (ট্যুমর), ঈচেল উতোং (ভাস্কুলর) গী লায়না লৈবা, অমদি পুক্কী (এবদোমেন), নিঙ্গোঙ শরু (পেলভিক), পুক্লিন (রক্তম) নচিংবগী শরুকশিংদা নিয়ম চুমদনা অকায়বা থোকপনচিংবদগীসু খ্বাঙ নাহল্লকই। খ্বাঙ নারকপগী মওং অদু য়াম্না কনবা মওংদা খাঙঙমদবা ওইরগসু অয়াম্বা মতাংদদি করিসু ইতৌ–তৌরুদনা মতোমতা ফজখি। কনাগুম্বদনা খজিক–খজিক হাইফেৎ–শাফেৎ নারম্বদগী অরুবা ফিভম ওইরকপসু য়াওই। অদুনা খ্বাঙ নারক্লবদি করিসু তৌরোইদা হায়দুনা লাইথোক্লা লৈথোকপসু চুমদ্রি, অখঙ–অহৈ ডাক্তরশিংগা তানদুনা পাওতাক লৌহৌবনা খ্বাইদগী ফবা চেকশিন–থৌরাং ওইগনি। অদুন্নমক, অখঙ–অহৈ উনরুবগী তশেংনা তঙাইফদবা লৈরবনি খঙবীগদবা মতাং হায়বদুমদি খঙজিনবীয়ু। মদুশিংদুদি–

(ক) ইশাগী চহী ২০ শুদ্রিঙৈ নৎত্রগা চহি ৫৫ গী মতুংদা নারক্লবা,

(খ) খ্বাঙ নারক্লিবা অদু–

১. হকচাংগী মখা থংবা শরুক খোঙলোমদা ইশি–শিথরকপগী মওংগা লোয়নরক্লবা,

২. তোংশাশিংগী মপাঙ্গল শোম্বরক্লবা,

৩. পুক্লি (বারেল) নৎত্রগা ঈশিং খাও (ব্লাদর) গী থিংবা ঙম্বগী চাং কায়থরক্লবা,

৪. হকচাংনা লেং–ওৎপদসু অদুন্মক নাদুনা লৈরবা,

৫. নঙ্গলগী মথক থংবা শরুক নৎত্রগা থবাক লোমদসু অনাবা ফাওরক্লবা,

৬. নুমিদাংগী মতমদা অমদি হিপথরবদসু অনাবা হেনগৎলক্লবা,

৭. মথোং খঙদনা লাইহৌ পংহৌ–হৌরক্লবা,

৮. মথোং খঙদনা হকচাংগী অরুম্বা কে জি ৫ নৎত্রগা মথক্তা তাথরক্লবা,

৯. হান্নদগী কেন্সর (মখল অমা নৎত্রগা অমগী) লৈ হায়বা খঙলবা, অসিনচিংবা।

মথক্তা পঞ্জরিবা ফিভমশিং অসিদা খ্বাঙ নারক্লবা নৎত্রগা খ্বাঙ নারকপনা মরম ওইদুনা ফিভমশিং অসি ওইরক্লগদি, লায়না অসি চন্না লৌবা য়াদে। অখঙ–অহৈ ডাক্তরশিংগা উনবীদুনা পাওতাক লৌবীগদবনি অমসুং ইনবীগদবনি। লুরিবদি খ্বাঙ নারকপা মতমদা, চন্না নারকপবু ওইরবসু, অরুবা ফিভমদা নারকপবু ওইরবসু অখঙ–অহৈ তানবীদুনা চেকশিন থৌরাং পায়খৎপীহৌবা হায়বসিনা মফরে। করিনা, চয়েৎনবা লৈতনা লাকপা খ্বাঙ নাবগী মওংদি অদুন্মক ফজখিগনি হায়জরগসু, অতোপ্পা লায়নানা মরম ওইদুনা নারকপা ওইরম্লগদি নিয়ম চুম্না লায়েংহৌবগী তাঙইফদবা লৈ।

খ্বাঙ নারকপদা চন্না তৌবা য়াবশিংঃ

১. ফমুংদা নিংথিনা পোথাবগা লোয়ননা লোংনা হিপ্পগা নোনখৎ নোম্ব খরা শান্নবীগদবনি। মসি থোইদোক্লা কান্নরবা পাম্বে অমা ওইনা মহৌশাদগী তৌনরক্লবা শাজেলনি। হিপ্নবগীদমক্তা অমোনবা মোনপাক্কী মহুত্তা শাদিং ওইবা ফমুং শিজিন্নবীগদবনি।

২. থবক শুংশু–শুদনা অদুন্মক হিপতুনা পোথাদুনা লৈথোকপসু ফত্তে, নারবসু নানা অঙম্বা অমসুং অচম্বা থবক খরা–খরসু অদুন্মক শু–নোম্বীগদবনি।

৩. অরুম্বা পোৎ– চৈ থাংবীরোইদবনি, পাঙ্গল মুক্তুনা হকচাং লৈথোক–লৈশিন, নোনখৎ–নোম্ব তৌবীরোইদবনি।

৪ অনাবা খজিক্তংবু ফগৎলক্লবদি হিপ্তুনা পোথাবীবগী মহুত্তা হকচাং তিংনা লেপ্তুনা অয়াম্বা মতমদা লৈবীগদবনি লোয়ননা মূর্ত্তি চুম্নতমক ফম্বীগদবনি।

ৱাফম অমনা, নারক্লগা লায়েংববুদি নারক্তনবা হোৎনহৌবনা হেন্না ফৈ হায়নবগুম, খ্বাঙ নাবা হায়বা লায়না অসিগীদমক্তদি ঐখোয় খুদিংমক্লা চেকশিন তৌরাং ওইনা অরাইবা মখলগী শাজেলশিং, য়ামদ্রবদা হপ্তা অমগী মনুংদা অমুক–অনীরক্তা ওইরবসু চাং নাইনা তৌনহৌবা ফৈ। শাজেলশিং অদুগী লাইয়েকশিং মখাদা পীজরি।

মসিবু তত্তনা অমসুং চাং নাইনা শাজেলনবীরবদি খ্বাঙ নারক