থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

অনৌবা চহী, অনৌবা পাউজেল

ঙসিদগী অনৌবা চহী হৌরে। ২০২০ লোইখিদুনা ২০২১গী অহানবা নুমিৎ, জন্যুৱারী তারিখ অমদু ঙসিনি। অনৌবা চহী থুংলবগী হরাও তয়াম চাকলেন চানরি, সেলেব্রেসন তৌনরি, য়াইফ পাউজেল পীনরি ... অনৌবা চহী লাকপসিগা নুংঙাইবা, য়াইফবা, য়াইবী মরাং কায়রবা, অৱা-অনা লৈতবা পুন্সি অমা ওইরসনু। মমাঙ চহী (২০২০) হৌবদসু অসিগুম্বা পাউজেল পীনখিবনি। 'নোস্ত্রা-দামস'না পাউখোঙ ওইনা পীরম্বা 'লাইফাউ' গুম্বা তুংলমচৎ, অচুম্বা ওইরক্লুনা অসুক য়াম্বা মীশি-মীনা থোকহন্দুনা, অৱা-চৈথেং পীরমগনি হায়বসিদি খনখিদে। করিগুম্বা, হায়ফম-তম্ফম খঙদবা য়েংহৈদ্রবা খরা থোল্লরনি হায়বসিবুদি হায়নখ্রবসু, অসি য়ৌনা তমথীরক্কনি খঙদবনা হায়নখ্রিবনি 'য়াইফবতা ওইয়ু' ... 'নুংঙাইবতা নশরুক ওইয়ু'। অদুগা, দিসেম্বর থা লোইশিল্লকপা, অমুক হন্না লাক্লরোইদবা '২০২০' বু বিদাই পীবদা হায়রকই ... 'তমথীরবা, নুংশি হৈত্রবা চহীসি চৎখ্রসনু, চৎখিবদা পুখ্রসনু কোভিদ-১৯-মহিকসু'...। মীওইবগী পুৱারীদা কাউঙমদনা লৈরগদবা থৌদোক অমা ওইরগদবা লাইচৎ অসিগী মমিং থোনবদা, ২০১৯ লোইশিল্লকপদা থোরকখিবা ভাইরস মখল অমননি নীংশিংহন্নবা 'কোভিদ-১৯' থোল্লম্মী। অদুগা, লাইচৎসিনা মরম ওইদুনা মালেম শীন্না মীশি-মীনা থোকহনখিবনা ২০২০ চহীদনি হায়দুনা, চহীসিসু 'ফৎখিদ্রবা চহী' অমনি হায়দুনা মরাল অমা শীজিনবী মীওইবনা। লাইচৎসিনা মরম ওইদুনা মীওইবগী মাঙনবই মশক ওইখ্রবসু মালেমসিবুদি হেন্না নীংথিজবা মালেম অমা ওইহল্লমখিবা, মীওইবগী লমচত্তা অহোংবা অমা লাকহল্লমখিবা, হিংমিন্নবগী অনৌবা লম্বী অমা তাক্লমখিবা চহী অমনি হায়দুনদি শীংথানবীদে। ২০২১- চহীসিগী মনুংদা করি অমুক থোক্লগবা! কনানসু খঙদে। অদুবু 'নুংঙাই য়াইফনা থল্লবা চহী অমা ওইরসনু' ... 'অনৌবা চহীসিনা অনৌবা আশা, অনৌবা পুন্সি অমা পুরক্লসনু' ... য়াইফ-মঙ্গল পীনরি। 'হান্না খন্নরম্বা ৱাখল খূৎখন অসি হোংদোকসি' কনানসু হায়নদে। পুন্সিসিদা অহোংবা পুরক্কদবা, নুংঙাই-য়াইফ নৎত্রগা অমাঙ-অতা থোকহল্লক্কদৌরিবদি ঐখোয় মীওইবগী 'ৱাখল' অমদি ৱাখলদুনা লমজিংলগা তৌরক্কদৌরিবা 'থবক' অদুননি। অদুনা, ঐদি মরুপ-মপাং, মরী-মতা কনাদা অনৌবা চহীগী য়াইফ-পাউজেল পীখিদবা কুইরে। খঙই ঐ-ঐনা য়াইফ পাউজেল পীরগা মহাক য়াইফবা ওইরক্কদবা নত্তে। 'ৱাবা' নৎত্রগা 'নুংঙাইবা', 'অকিবা' নৎত্রগা 'তূক্কচবা' - মীওইবগী ৱাখলগী থাক অমমমনি। 'গৌতম বুদ্ধ' গুম্বা পূক্নিং-ৱাখলগী ইহুল পূম্নমক লাকশিনবা ঙম্লবা মীশক অমগী মফমদদি অৱা-নুংঙাই অনীমক চপ মান্নে, খেন্নবা লৈতে। কল্লকপা, খম্বনবা, অপাম্বা, মিহৌবা পোত্ত্রবা মহাক্কী মফমদবু 'য়াইফবা ওইয়ু'/'নুংঙাইনা পাল্লু' হায়বা পাউজেলসিগী কান্নবা করিনো? মঙোন্দদি হৌখ্রবা অমদি লাক্কদবা মতমগী খেন্নবসু লৈতে। মতম হায়বসি অহৌবসু লৈতবা, অরোইবসু লৈতবা মশক নাইদবা পোৎশকনি। হৌখ্রবা চহী অমদি লাক্কদবা চহী হায়বা অমসু লৈতে। পূম্নমক ৱাখলসিদই থোকপনি। '২০২১' হায়বদি 'জিসস খ্রাইষ্ট' কৌবা খৃষ্টিয়ন ধর্ম্ম হৌদোল্লুম্বা নুপাদু শিখিবা চহী লিশীং অনীগা কুম্মাথোই শুরে হায়বনি। মতম হায়বসিগী ২০২১শুবা মশক নত্তে। হিন্দু ধর্ম্ম হায়না খঙনরিবা ধর্ম্মসিগা মরী লৈনবা ৱারীদি মতমসিগী আ মমাঙ কয়াদগী লৈরল্লে। কনাগুম্বা মীশক, লাইগী মচানি হায়জবা কনামত্তনা হৌদোকখিবা নত্তে। 'হিন্দু' কৌবা মীওই কাঙলূপ অমত্তসু লৈতে, মপানগী মীওইশিংনা থোল্লম্বা মিং অমনি। 'ইস্লাম' কৌবা লাইনীং মখল অসিসু খৃষ্টগী তুং তরেৎশুবা চহীচাদগী হৌরকখিবনি।

অসুম্না, মীওইবগী ৱাখল খূৎখন হোংলকপগী মতুংইন্না, থৌরাং থৌশিল য়াৎপদা খুদোংচাহন্নবা, হোংলক্লিবা পুন্সিগী মশক লেপ্পবা, মীওইবগী ৱাখলনা মতমবু মতুপ-মতুপ খায়দোক্লবা পান্বে অমা পুথোক্লবা হোৎনরকখি। মীকূপ, পুংজা, নুমিৎ, চয়োল, থা হায়বনচিংবা কাথুপ কয়া খায়দোরকখিবসিগী, মালেমনা নুমিৎকী অকোয়বদা অমুক্তং মপূম ফানা চৎপা খোঙচৎ অসিগী মতম অদুবু চহী অমা হায়দুনা খঙনখিবতনি। বি সী (বিফোর খ্রাইষ্ট) নৎত্রগা এ দি (এন্নো দোমিনি), জুলিয়ন অমসুং গ্রেগোরিয়ন কালেন্দরগী মশক তাক্লবা ৱাহৈনি, মতমগী শক্তাক নত্তে। অসিগুম্বা, মতমগী মশক তাকপসু নত্তবা, ২০২০ নৎত্রগা ২০২১ হায়না মমিং থোল্লবা 'অফবা চহী'/'ফত্তবা চহী' হায়দুনা মতমগী মশক তাক্লুমসি।

কোভিদ-১৯! ২০১৯দা শাফোঙলকখি, ২০২০দা মীওইবদা অকনবা এটেক চথুরকখি, তমথীবা শক্লোন লৌরকখি, মীওইবই নাপন থুদেকখি, খুন্নাই মশক ওলহনখি। ২০২১ য়ৌরক্লে, মাবু লাকশিন'ঙম্লবরা? লাকশিন্নবা হোৎনরিঙৈ, কোভিদ-১৯ মশামকসু চামরিরক মশক ওল্লমখি, কাইনথংদা খঙলকখি - য়ুনাইটেদ কিংদমদা শায়োনলকখিবা 'য়ু কে স্ট্রেন' অসিদি 'ৰুহান ভাইরস' অসিদগী শরুক হুমফুতরা হেন্না তমথীবা হেল্লি, অঙাংদনা হেন্না খুদোং-থী, ইম্যুন-সিষ্টম-কনবা-মীদুদসু লায়না এটেক তৌ'ঙম্মী, হান্নগী ভাইরস'তুদগী হেন্না য়াঙনা-থুনা শন্দোক'ঙম্মী, মহীকসিগী অনৌবা শায়োন (ম্যুটেটেদ স্ট্রেন) সি শকখঙলকপা মীকূপ্তা লৈবাক তরানিপান্দা (ইন্দিয়া য়াওনা) মহীকসি হান্ননা শন্দোল্লক্লে। তবলিঘি-জমাত-এক্সপরিয়েন্স নীংশিংসি। 'কোভিদ-১৯' নারুরগা ফগাৎলকপগী চাং ৱাংলে, কন্ত্রোল ঙম্লগনি (শিখিবা খরা শিখ্রবসু) হায়বদুগী মওংনি। চেকশিন-থৌরাং ওইনা য়ু কে'দগী ইন্দিয়া তম্না পাইরক্কদবা ফ্লাইট থিংজিনবগী থৌশিলবুদি চথুরি, অতৈ ফ্লাইটশিংদি নোর্মেল ওইনা পাইরবগা অমহানি। য়ু-কে-স্ট্রেন-কোরোনা-ভাইরস ইন্দিয়া য়ৌরকখ্রে হায়বসিসু শেংলবনা, ঐখোয়, পূক্নিং তয়াং তশোইনগুমসি। ন্যু ৱেভ ওইনা ভাইরস অসি শন্দোরল্লবা, অনীশুবা নেসনল লোকদাউন মায়োক্লনবা 'ইকনমিক পাৱর' অমদি 'প্রজাশিংগী তোলেরেন্স' লৈররোই। কাংশি খিংদুনা, মৈ মূখৎলগা মৈরা থান্দুনা 'কোরোনা-মায়োক্লব'গী থৌওংদুদি অমুক হন্না তৌরগুমসি। থা মাপন চূপ্পা মনীং হন্দুনা চৎখিবা ইন্দিয়ন ইকোনোমীগী ফীভম হান্নই ফীভমদা হল্লক্তরি। পূক্নিংদুনা পামজবা 'ন্যু-য়র-গ্রীটিংস' পীবদা অতৈ অমা হায়বীনু, অনৌবা কোরোনা ভাইরসনা পীরকপা য়াবা অকিবদুতং নীংশিংবীয়ু, চেকশিন-ৱা'তমক হায়বীয়ু। শোকচিনখিবা ইকোনোমি হঞ্জিল্লক্ত্রি কাউবীনু। সিক্সটিজগী মতমদা থোকখিবা ইন্দো-চাইনা-ৱার অমদি ইন্দো-পাক-ৱার, লান অনীনা শোকহনখিবা ইন্দিয়ন ইকোনোমিগী চৈথেংদুনা, সেভেন্টিজগী মতমদা 'ইন্দিয়ন গ্রীন রেভল্যুসন' থোকহনখি। কোভিদ'না কাং-খোং চাইহল্লবা ঐখোয়গীসু অনৌবা পুন্সি অমা হৌনবা, লাইচৎ অসি লাকশিল্লগা, কান্দুনা চৎখ্রবা 'ইন্দষ্ট্রিঅল রেভল্যুসন' নৌনা অমুক হৌহনসি।

অদোম্না করিগুম্বা 'ন্যু-য়র-গ্রীটিং' পীবা তারবা হায়বীয়ু অসুম্না 'অনৌবা চহীগা লোয়ননা থুংলরিবা কোরোনাগী অনৌবা শায়োন, ঐখোয়'নাক্তা থুংহনগুমসি ... এভোইদ কোরোনা, লেট'স প্রোসপর তুগেদর...।

নীংশিং লূপ তেকচমগী ৪শুবা মপোক নুমিৎ পাঙথোকখ্রে

থৌবাল, দিসেম্বর ৩১ (ঐচএনএস): থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা তেকচমদা নীংশিং লূপ তেকচম লিংখৎতুনা মীয়ামগী য়াইফ থৌরাংনচিংবা পাঙথোক্তুনা লাকপা চহী ৪ মপূং ফারকপা মপোক নুমিৎ থৌরম ঙসি তেকচমদা লৈবা লূপ অসিগী শঙলেন্দা পাঙথোকখ্রে।

লৈঙাক্লা পীবা এস ও পি ঙাক্লা য়াম্না চম্না পাঙথোকখিবা থৌরম অদু তেকচম গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান এল ইবোয়াইমানা লূপকী ফিরাল চিংখৎখি।

থৌরম অদুদা তেকচমগী মৈরা পায়বী লুচিংবীশিং, তোঙান তোঙানবা ক্লবশিংগী মীহুৎশিং অমদি নীংশিং লূপকী মেম্বরনা শরুক য়াখিবগা লোয়ননা মীয়ামদা মাস্ক অমসুং সেনিটাইজরসু য়েনখি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

মণিপুরদা হৈরবা দোক্টর কয়া লৈরবসু মপান লমদা অনা-লায়েংবা চৎনরিবসি করি অহোবা লৈবগীনো

ইরমদম অসিদা অফাওবা হৈর-হৈরবা দোক্টর কয়া লৈরি অদুবু অনাবনা খজিক্তং লুশিল্লক্লবদি অতোপ্পা ষ্টেটশিংদা লায়েংবা চৎনরি। ষ্টেট অসিদা লৈহৌগদবা শেনফমশিং অতোপ্পা ষ্টেটশিংদা হুন্দোক্লি। লমদম অসিদা লৈরিবা দোক্টর অমদি পেসেন্ট অনীগী মরক্তা থাজনদবা লৈবনরা নৎত্রগা খুৎলাই শুনা লৈতবননি হায়গদরা অৱাৎপা অমদি অদুম লৈবদৌনা উরি। মীরমদা য়েংলিবা দোক্টরশিংনা ইরমদম অসিদা লৈরিবা দোক্টরশিংদগী ক্বালিফিকেসনদা হেনবা নত্তে। অদুবু মখোয়না পেসেন্টগা লোইনবগী মওংদি ইরমদমগী দোক্টরশিংগা খরা খজিক খেৎনৈ হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। অনাবা খুদিংমক দোক্টরগী মনাক য়ৌরবদি নাবা ফরনি খন্না লাক্লরিবা ঙাক্তনি। অনাবদুগী মরমদা পেসেন্টশিংনা করিদি খঙলুগনি অদুবু খঙনিংলিবশিং অদু হংলকপদা দোক্টর অদুনা শুগাইনা তাকপীবা, পেসেন্ট অদুবু হরাউহনবা হায়বসি দোক্টর অমগী মথৌনি খঞ্জে। ষ্টেট অসিগী দোক্টরশিং লোয়নমক নৎত্রবসু মীয়াম্না খরা হেন্নবু পাম্নরল্লবদি নাপল অমা অদুম অয়াম্বনা লোইনবদৌনা তৌরিবসি তশেংনা তৌহনজ নিংদে। মরমদি দোক্টরশিং অনাবগীদি মীৎনা উবা ইশ্বরনি হায়নরিবনি।

❒ মাইবম সোমেন, লাংমৈথেৎ ময়াই লৈকায়

লমদম অসিদা এক্সিদেন্ট কয়া থোক্লিবা অসি লম্বীগী মরাল ওইগদৌরিবরা নৎত্রগা কনাগী?

হৌজিক মণিপুরদা নোংম-নোংমগী ইঞ্জিন পানবা গাড়ি মশিং লেপ্পা লৈতনা হেনগৎলক্লি। মসিনা মরম ওইরগা চৎথোক-চৎশিনদা হেন্না খুদোং চাহনবদি লায়রদনা হেন্না খুদোং থিনিংঙাইদুম ওইহল্লে। নোংমা কাংদনা লম্বীগী খুদোংথিবা থৌদোক কয়া থোক্লি। মীশি-মীনা কয়া থোকহল্লে। মসিগী মরুওইবা মরমদি মণিপুরগী লম্বী অয়াম্বা ফজনা শেম্বা ঙমদবা, লৈরিবা খরা অসিসু য়াম্না পীকপা, মীয়াম্নসু ট্রাফিক রুল ফজনা ইন্দবা, নুমীদাংগী মতমদা হায় বিম থাল্লগা গাড়ি থৌবা, ময়াই কাবা চিঞ্জাক চাশিন-থকচিল্লগা গাড়ি থৌবা, চহী নৌরিবা অঙাংশিংদা গাড়ি পীদুনা থৌহনবা, পার্কিং সিষ্টম ফজনা লৈতবনচিংবশিং অসিনা অচৌবা মরম অমনি। পূম্নমক অসি মীয়াম্নসু অমদি লৈঙাক্লসু খঙই। অদুবু খঙনা-খঙনা করিসু কনানসু করিমত্তা হোংদোকপা ঙমদে। হান্নগী মতৌগুম অদুমক লৈরি। চহী খুদিংগী অরিবা চহী লোয়রকপা অমদি অনৌবা চহীনা লাকপা মতম অসি এক্সিদেন্ট য়াম্না থোক্কল্লি। অদুনা হন্দক্কী অনৌবা লাক্লিবা চহী অসিদদি ঐখোয় খুদিংমক ৱাখল তানা গাড়ি থৌদুনা লম্বীগী খুদোংথিগদবা কয়াদগী ইশাবু অমদি অতোপ্পগী মমল য়াল্লবা থৱায় কন্ননবা হোৎনমিন্নরসি। মদুনা মমা-মপা অমদি নুপী ওইবি কয়াগী পুন্সিদা অৱাবা পীবা হায়বদু ওইরোই। লোয়ননা য়াইফ-নুংঙাইবা লমদম অমা ওইনবা পূম্নমক্লা থৌদাং লৌমিন্নরসি।

❒ ইনাউতোম্বা নাউরেম, খুনফম মখা লৈকায়

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১।১।২০২১ ইং, ইরাই; অয়ুক পুং ৯.৩৪ ফাওবা পোইনুগী ১৭নি পাল্লি, মতুংদি ১৮নি পাল্লনি।

মেষ : অঙনবদা হরাওবা, মীয়াম্না পান্নবা অমদি ৱাখল লাংবা খরা লৈগনি। নোল্লুক্লা চৎচবা, শাওদবা অমদি চরাংনদবনা হেন্না মায় পাক্কদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্নিং ঈংথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ : মীচং লৈগনি, মীনসু থাগৎপীগনি অমদি ঙাঙ-শকপদা পকচবা নুমিৎনি। য়েৎনরুনু অপঙ তাগনি অমদি অঙম্বগা মুক্লদবা ফগনি। নচা ননাই ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : লৌশিং চাওবগী ৱা তারবা অমদি অনৌবা থৌরমদা খুৎচাও থাদ্রবা অমাঙবা লৈরোই। অরুবা থবক পাংদবা ফৈ অমদি নাইতোম ৱারেপ লৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - পঙশিন্নবনা য়াইফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

কর্কট : হরাওবা-নুংঙাইবা অমদি ওইজবা ফংবা নুমিৎনি। থাজদনা অনৌবা মরুপ ফংবা অমদি নুংঙাইবা পাউ তাবসু লৈগনি। মরুপশিংনা থোইনা চানবীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : নথক থোংবা অমদি মরুপ মপাংগী মতেংতনা নুংঙাইবা অমদি পূক্নিং পেঞ্জবা ফংগদবা নুমিৎনি। হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎলি অমদি ৱা য়াম্না ঙাঙদবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - অনম তানগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : থাজদনা কান্নবা নুমিৎনি-মীচংসু য়াম্না লৈ অমদি হকচাংসু থোইনা নুংঙাইজে। থিবা হুম্বা কন্দবনা অফা অপুন্নবা অমদি নচা ননাই ময়েং তাবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা থাগৎপি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

তুলা : য়েৎনগনু অমদি চিঞ্জাক কামগনু মদুনা পামদবা নংবা য়াবা লৈ। ৱাখলগী পাঙ্গলদি য়াম্না লৈ অদুনা খন্থরগা পাংবা থবক থৌরমদি শোয়দনা মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

বৃশ্চিক : মীয়াম্না চাল্লি, হরাওবা নুংঙাইবা ফংগনি অমদি ইমং মনুং নুংশিনৈ। হুরানবনা তাথীবা অমদি খৎনবা য়াবদি লৈ-চিঞ্জাক কামগনু, চিন কনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনদি চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : ৱা য়াম্না ঙাঙদবা অমদি হোয়া ফদবনা য়াইফগনি। অশাওবনা মাঙহনবা অমদি চেকশিন্দবদগী অরং অরাক মাঙবা য়াবা লৈ। মরুপ মপাং লোয়নবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - হেন্না পামশনদবনা ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

মকর : নীংজবা থুংগনি, লাইবকসু থোইনা ফগনি অমদি অরং অরাক ফংবগুম নুংঙাই। অদুবু নক্লবনা পোৎলুম থাগৎলকপা অমদি নচাক নরলগী য়েৎনবদি লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/ফৌ।

কুম্বা : মীচং হেনগৎপা, নীংবদুমক পাংবা য়াবা অমদি মীয়ামগী মতেংনা থৌপাংজৌ হায়বা নুমিৎনি। মীকোক থেংজৌ হায়বসু লৈ-অফবা থবক্তা নিংহন্নগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱাখল নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : চরাংনগনু অমদি হেন্না অশা চাওগনু। অদুবু অফবা থবক তৌবদা খুৎলোইবা, পাইরক্কী লৌশিং চাওবনা মুক্লবদা চাওনা মায় পাকপা লৈগনি -চিংনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

লৌশিং পুক্কে

তিলহৌ-চনমনা চীঞ্জাকপু মহাউ হেনগৎহনবগী মথক্তা হকচাংবু কেন্সরদগী ঙাকথোকপদসু মতেং পাংই

ষ্টদি অমগী মতুংইন্না তিলহৌ-চনমনা চীঞ্জাকপু মহাউ হেনগৎহনবগী মথক্তা হকচাংবু কেন্সরদগী ঙাকথোকপদসু মতেং পাংবা ঙম্বা য়াই হায়রি।

তিলহৌ, চনম অমদি নাকুপ্পীনচিংবগী মখলশিং অসিবু এল্লিয়ম ভেজিটেবল হায়না খঙনৈ। মখোয় অসি মালেমগী মফম অয়াম্বদা হৌবা, ইমুং খুদিংদা য়াম্না মরু ওইনা শীজিন্নবা মনা-মশিংশিংনি। মমাঙদা চথুবা ষ্টদিশিংদা এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিংদা য়াওবা ফ্লেভানো অমসুং ওর্গানোসলফরনচিংবা কম্পাউন্দ কয়া অসি বাইওএক্টিব ওই হায়বা খঙখ্রবনি। ষ্টদি খরদদি হায়রিবা মনা-মশিংশিং অসিনা হকচাংদা কেন্সর দিভলপ তৌরকপদা থিন্থহল্লি হায়না উৎখিবা লৈখ্রে।

এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিং চাং য়াম্না চাবনা কোলোরেক্টল কেন্সর নারকপদগী ঙাকথোকপা ঙম্বরা হায়বগী মতাংদা খঙননবগীদমক চাইনা মেদিকেল য়ুনিভর্সিটিগী মখাদা লৈবা ফার্ষ্ট হোস্পিটালগী সাইন্টিষ্টশিংনা থিজিনখ্রে হায়রি।

স্কিন কেন্সর য়াওদনা বোৱেল কেন্সর হায়রগসু খঙনবা কোলোরেক্টেল কেন্সর হায়রিবসি য়ুনাইটেদ ষ্টেটকী নুপা অমসুং নুপীশিংদা খ্বাইদগী চাং য়াম্না নাগনবা কেন্সর মখলনি হায়রি। রেদ মিট নৎত্রগনা প্রোসেস তৌরবা মিটশিং য়াম্না চাবনচিংবা কেন্সর নাহল্লকপা য়াবা মরম কয়াদি সাইন্টিষ্টশিংনা হান্নদগী খঙলবনি। অদুবু কেন্সর ঙাকথোকপা ঙম্বা চীঞ্জাকশিংগী মতাংদদি থোইদোক্লা খঙনদ্রি।

অল্লিয়ম ভিজিটেবলশিং অসিনা বোৱেল কেন্সর নাবগী চাং হন্থহনবা ঙম্বরা হায়বগী মতাংদা সাইন্টিষ্টশিংনা থিজিনবা হৌখিবা লৈরে। মখোয়শিং অদুগী মরক্তা খরদি য়াম্না কান্নবা ফংবা থেংনরগসু অতৈ অতোপ্পা খরদি কান্নবা খজিক্তং ফংবা নৎত্রগনা শুকফং ফংদবগী খুদম থেংনখি।

রিজল্টশিংগী মরক্তা খেন্নবা য়াওরিবসিগী মরম অসি দেটা কল্লেক্ট তৌবগী মওংদা খেন্নবনসু ওইগনি হায়না অনৌবা ষ্টদি অসিদা শরুক য়াখিবা সাইন্টিষ্টশিংনা থাজরি। খুদম ওইনা ষ্টদি খরদনা এল্লিয়ম ভিজি টেবলগী মনুং চল্লিবা মনা-মশিং খুদিংমক এনালাইজ তৌনবা গ্রুপ অমদা য়াওহল্লি অদুগা ষ্টদি খরদদি কয়া কম্মন ওইদবা এল্লিয়ম ভেজি টেবল খরা য়াওহনখিদে।

মরমশিং অসি খঙলবা মতুংদা সাইন্টিষ্টশিং অদুনা এল্লিয়ম ভিজি টেবলশিংনা কোলোরেক্টেল কেন্সরগী মতাংদা করি কান্নবা পীবগে হায়বদু ময়েক শেংনা খঙনবা ষ্টদি মখল অমা চৎথখি। অনৌবা মখল অসিগী মতুংইন্না থিজিন্নবগীদমক মখোয়না লৈফম অমদি চহী চপ মান্নবা কোলোরেক্টেল কেন্সর নারবা মীওই ৮৩৩গা নাদবা মীওই ৮৩৩গা চাংদম্নদুনা য়েংখি। পার্টিসিপেন্টশিং অদুবু ইন্টর্ভিয়ু লৌরম্মী অমদি অখন্নবা ক্বেসন্নেয়র মখল অমা শীজিন্নদুনা মখোয়গী চাবা-থকপগী হৈনবীশিং রেকোর্দ তৌরম্মী।

রিছার্সরশিং অদুনা থাজরম্বগা চপ মান্ননা মীওই অমনা এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিং চাবগী চাং অমদি কোলোরেক্টেল কেন্সর নারকপগী রিস্ক অনীগী মরক্তা য়াম্না চাউবা মরী অমা লৈরম্বা থেংনখি। এল্লিয়ম ভেজি টেবল খ্বাইদগী চাং য়াম্না চাবা মীওইশিং অদুনা খ্বাইদগী চাং য়ামদনা চাবা মীওইশিং অদুদগী কোলোরেক্টেল কেন্সর নারকপা য়াবগী রিস্ক চাদা ৭৯গী চাংদা হন্থবা থেংনখি। হায়রিবা থৌওং অসি এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিং লোইনা শুনা চাবদসু উবা ফংখি অদুগা অকক্লনা চনম, চনমগী মউ, লীক (তিলহৌ মখল অমা), তিলহৌ অমসুং ঈশিং তিলহৌ অসিনচিংবশিং অসি চাবদসু উবা ফংখি।

রিছার্স অদুগী সিনিয়র ওথর ওইরিবা ডা. ঝী লিনা এল্লিয়ম ভেজি টেবলশিং চাং য়াম্না চারিবগী মতীক কোলোরেক্টেল কেন্সর ঙাকথোকপা ঙম্বগী চাংসু হেল্লি হায়বসি থিজিল্লিবা অসিদগী খঙলে হায়খি।

লৈনরিবা মরী অসি নুপা অমসুং নুপীশিংগী মরক্তসু চপ মান্ননা উবা ফংখি। মমাঙদা চথুখিবা ষ্টদিশিংদদি নুপা-নুপী খেন্নবগী মতুংইন্না খেন্নবা রিজল্ট ফংখি, অদুনা হন্দক্কী থৌওং অসি য়াম্না নুংঙাইনিংঙাই ওইরি। হান্না পাঙথোকখিবা রিছার্সশিংদা চয়েৎনবা খরা লৈরবসু এল্লিয়ম ভেজি টেবল চাবগা কোলোরেক্টল কেন্সরগা লৈনরিবা মরী অসিদি ময়েক শেংবা হেনগৎলক্লি। খুদম ওইনা সাউদর্ন য়ুরোপিয়ান পার্টিসিপেন্টশিংদা চথুখিবা ষ্টদি অমদা এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিং চাবগী চাং খেন্নবগী মতুংইন্না কোলোরেক্টল কেন্সরদগী ঙাকথোকপগী চাংসু খেন্নবা থেংনখি। মসিগা চপ মান্ননা হেন্না পাক-শন্না পাঙথোকখিবা থিজিনবা অমদসু এল্লিয়ম ভেজিটেবলশিং চাবগা কোলোরেক্টল কেন্সর ওল্লক্কদবা এদেনোমেটস পোলিপশিং হকচাংদা লৈবগা মরী লৈনবা থেংনখি। এল্লিয়ম ভেজি টেবলশিং চাং য়াম্না চাবগা কোলোরেক্টল এদেনোমেটস পোলিপকী চাং হন্থবগা মরী লৈনরম্বা য়াই হায়না সাইন্টিষ্টশিংনসু ফোঙদোকখি।

এল্লিয়ম কাঙলুপকী মনা মশিং অসিনা পুন্সি মহিং হোংহন্দুনা কোলোরেক্টল কেন্সরগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়না ডা. লিনা থাজৈ।

তশেংনমক্কীসু অসিগুম্বা মনা মশিং খক্তনা তশেংনা রিস্ক অদু হন্থহনবা ঙমদ্রবসু অতোপ্পা দাইটরি চেঞ্জেসশিংগা পূল্লবদি শোয়দনা কান্নবা ফংগনি।

এল্লিয়ম ভেজিটেবল মরাং কায়না য়াওবা দাইটনা কেন্সরগী রিস্কতা হোংহনব্রা হায়বদুদি য়েৎনদুনা লৈখিবা য়ারি। খুদম ওইনা হায়রবদা মনা-মশিং থোংবগী মওং খেন্নবগী মতুংইন্না মদুদা য়াওবা কেমিকেল কম্পোজিসনশিংদা হোংহনবা য়াই।

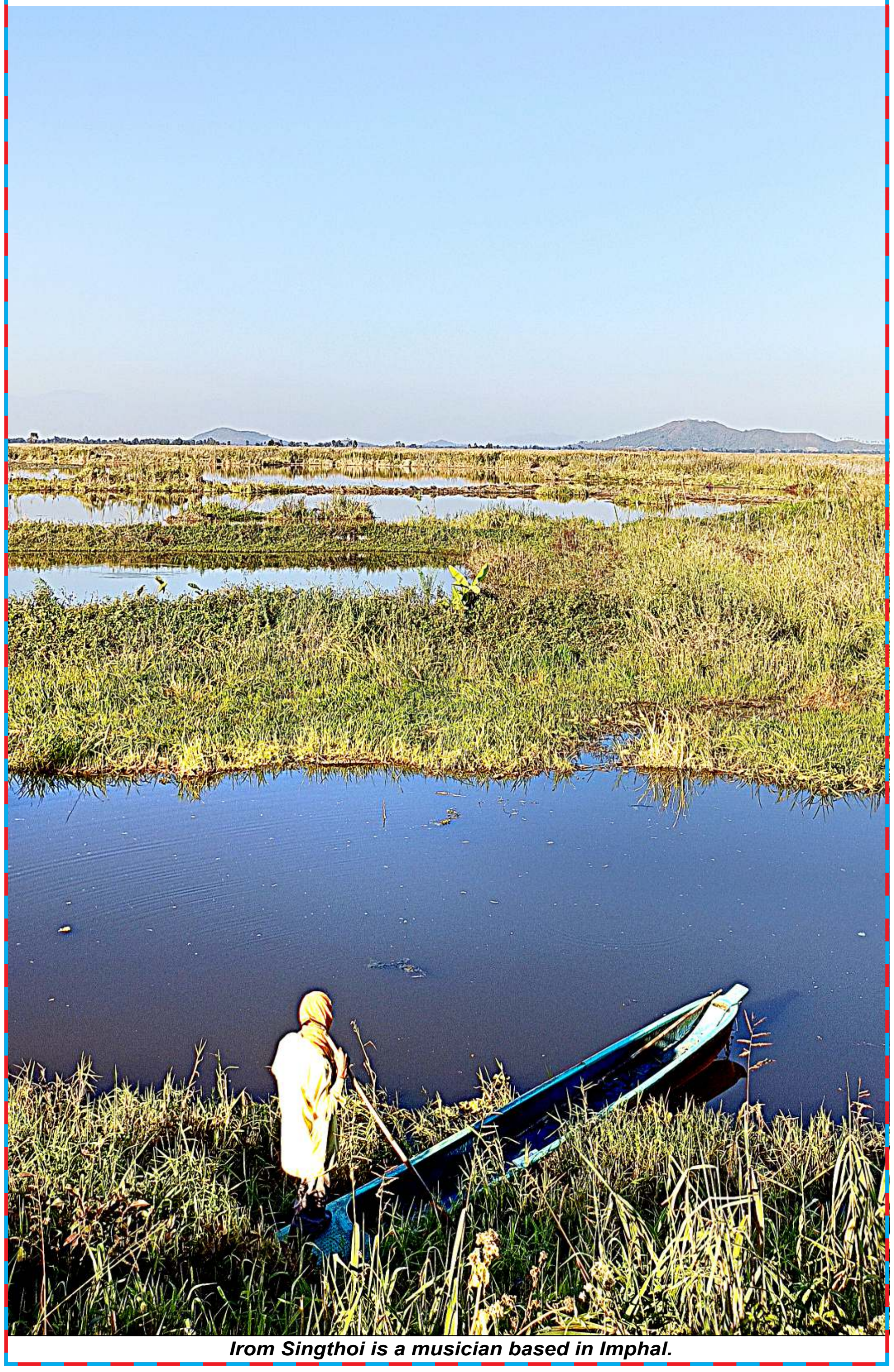
মরমসিনা তোঙান তোঙানবা মফম অমদি মীওই কাঙলুপশিংদা তৌবা ষ্টদিশিংদা তোঙান তোঙানবা রিজল্ট ফংলিবনি।

হীরম অসিগী মতাংদা ৱারোইশিন অমা চপ চানা লেপথোকপা ঙমদ্রগসু ঐখোয়গী য়েঞ্জাংদা তিলহৌ-চনম খরা হাপ্পনা মহাউ হেনগৎহনবগী মথক্তা কোলোরেক্টেল কেন্সরগী রিস্কসু হন্থহনগনি হায়রি।

মমি ৱারী

হেনগৎলো অনৌবা নুমিৎ

ইরোম সিংথোই



Irom Singthoi is a musician based in Imphal.