

“য়িপিংঙা, নপিংঙা, মপিংঙা...!”

– এল ইবোমচা –

“মৈতান চাবী আওরে

কহুই খোরো রে”

“শেম্বুংদো দুঙ বাদো

মোইবুংদো ... গো”

রাইশিং অসি মতম অমদা মণিপুৰীগী মৈতৈশিংনা লোন ঙাঙবদা কৰি হায়ৰিবনো হায়ৰা মথোং মৱম খঙদবা ময়ান তুয়ান বান্ধলা অমদি হিন্দি, উৰ্দুগী শব্দদা য়ানশিন্নৱগা ঙাঙনৱস্থা ৱাহৈ খৱনি।

মমাঙঠৈগী মতমদা মণিপুৰ তস্পাক্কী মফম কয়ামৰুমদা সলাই তৱেংকী মীওইশিং হায়বদি – খাবা, লুৱাং, খুমন, মোইৱাং, চেংলৈ, অঙোম অমসুং নিংথৌজা হায়ৰিবা কাঙলূপশিং অসিনা নিংথৌ ওইবা লৈবাক মচা মচা কয়ামৰুম শেম্মাদুনা অমগা অমগা খুংকন পান্ধলবা তাম্ৰদুনা লৈনৱশ্মী। সলাইশিং অসি তেংবানবা মপু শিদবা ইপাগী মপাৰী অহুম মথংশিংনা অশিবা, অতিয়া শিদবা (নোংশাবা) অমসুং কোঞ্জিন তুথোকপা মথোয় অহুমগী মনুংদগী মপাৰি অমদা নিংথৌ খুতম শিন্নৱল্লবা মপা ইবুংঙো তেংবানবা মপু শিদবনা লৌশিং চাংয়েং নিংথিজনা পাঙথোক্লবা মতুংদা কোঞ্জিন তুথোকপনা লৌশিং য়াম্মা হেনবদগী “পাখংবা” মীংথোন ফংবা হাজুঙকী সলাই তৱেং খাইদোকখি হায়না থাজনবা লৈ। কাইনথংদা নিংথৌজা (পোইৱৈ-মৈতৈ) গী নিংথৌশিংনা মথং মথং খুদুম চনশিন্নগা খুষ্টগী চহীচা তৱামঙা শুবগী ময়ায় চল্লকপদা অপুনবা মৈত্ৰবাক কৌবা লৈবাক অমা শেমগৎলকখি হায়নসু থাজনবা লৈ। ঙসিদি সলাই অপুনববু মণিপুৰ হায়না খঙনখিদুনা মৈতৈ লোনবসু মণিপুৰী লোন হায়না খঙনৱে। লোনগী হৌৱকফম অমসুং শাণৈ কাঙলূপ পীবদা মণিপুৰী মৈতৈ লোনসি (টিব্বেটো-বৰ্মশন) লোনগী মনুং চল্লি হায়না থাজনৈ। অইবা খুংই লাইৱিক অমসুং নুঙদা অমদি কোৱি কোম্পান্তা হকুনা ইৱশ্বা খুংই লাইৱিকশিংদা থিজিল্লবগী মতুংইম্মা লোন অসিগী ময়েক (মৈতৈ ময়েক) অসি মৈত্ৰবাক শেম্ৰকপা মতমদগী চংনৱকপগা লোয়ননা ঙাঙনৱিবা লোন্দা-পুদা অসি য়ানশিৱবা পুংবা লোন শীজিন্নবা হৌৱক্ৰে হায়না থাজনৈ, অসিগুস্থা খুংই য়াওবা

চহী ২০ শুৱক্লবা মীওইশিংদা হাৰ্ট এটেক তৌৱকপা কনানা থোকহনবনো।

– ডা. কে এস ঐচ কাল্লা –

প্ৰসিদ্দেণ্ট, মণিপুৰ হাৰ্ট ক্যোৱ সোসাইটি

হাৰ্টকী অনাবসি য়াম্মা লৈ। মখল মখা কয়ামৰুমসিনা মীওইবা ঐথোয়গী ইশাদা অৱাৰা নুংঙাইতবা অমদি খুদোংথীবা কয়ামৰুম পীৱি। মসিনা মৱম ওইৱগা খাঙুথক্তা ঐথোয়গী পুন্নি অসি লেইখিবা য়াই।

পোকপদা ঙাইৱিৰা অঙাংশিংদা মমা-পুৰুংদগী য়াওৱক্লবা হাৰ্টকী অহোবা, ঈগী উতোং খুজিনবা অমদি মফম চানা লৈতবা অদুগা য়াওগদবা হাৰ্টকী ভলভ (Valve) শি মশীং শুনা য়াওৱক্তবা অসিনচিংবনি। মমা-দপা ওইৱিৰশিংনা মতম চানা লায়েংবীহৌত্ৰবদি নংত্ৰগা ডাক্তিৱশিংনা তাংদাংবা অমদি অশেংবা তাকপীত্ৰবদি অঙাংশিংগী পুন্নিসু মপুং ফানা চাওঈঙৈদা লেইখিবা য়াই।

মথক্তা পঞ্জখিবা অসিগুস্থা নন্তবা ব্ৰদ প্ৰেসৱ ৰাংবগী চাংসি চহী ১৮ শুৱক্লবা মীওইশিংদা য়াম্মা লৈৱে অমদি হাৰ্ট এটেক তৌবসিসু চহী ২০ শুৱবা মীওইশিংদা য়াম্মা তোয়না থোক্ৰে হায়না ইন্দিয়াগী মফম কয়ামৰুমদগী ৱিপোৰ্ট তৌনৱক্ৰে “As per medical experts, every Indian over 18 years of age, should screen their blood pressure” । মসি য়াম্মা নুংঙাইবা পাউদি নংত্ৰে অদুবু ঐথোয়না চেকশিন থৌৱাং লৌদুনা ঐথোয়গী পুন্নি অসি য়ামত্ৰবদা চহী ১০০দি হিংমিৱসি হায়জবনি।

ব্ৰদ প্ৰেসৱ ৰাংবা (হায়পৱটেনশন) হায়বসি হাৰ্টকী অচৌবা অনাবনি । মসি ৰাংবা মীওইশিংদা কোক মনুংদা য়াওৱিবা ঈগী উতোং মচা অমতং তংলগা ঈ থোক্ৰবদি ঐথোয়না ষ্ট্ৰোক (Stroke) তৌৱে হায়না খঙনৈ। মসিগী খুদোংথীবা অসি থোক্ৰবসু ব্ৰদ প্ৰেসৱ ৰাংবা মীওইশিংদা হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাং অসিসু ৰাংই। মৱমদি ব্ৰদ প্ৰেসৱ ৰাংবগী মৱম অমদি হাৰ্ট এটেক তৌবগী মৱম কয়ামৰুম মায়বা অদুগা ফংত্ৰবা লায়না অনীমক কনাগুস্থা মীওইশিংদা সাইলেন্ট কিল্লৱস (Silent Killers) নি হায়নৱিৰনি। নহানমথৈ মশাদা কৱিমত্তা অনাবা লৈতে হায়ৱগা ইখঙ খঙহৌদনা থবাক নাৰা, শ্বৱ হোনবা ৰাৰা, কোক ঙাওবা, জ্ঞান মাঙবা য়াওৱগা হাৰ্টকী মথৌ তৌবা লেপখিদুনা হোম্পিটালদা পুখৎলকপা মতমদা ডাক্তিৱনা মমল য়াম্মবা পুন্নি অসিবু লেইশ্বে হায়না মৱী মতাশিংদা খঙহনবা অসি হোম্পিটাল কয়ামৰুমদা তোয়না থোক্লি।

ইমা কোম্বী লৈখিদবগী ১৯শুবা...

লামায় ১গী মখা... পায়ৰী হায়বসি কনানো খঙদবা লৈৱল্লৱোই। হৌজিক লৈঙাক্ৰা য়ু লিগেলাইজ তৌনবগীদমক হোংনৱক্লিবা অসি মাঙজিল থাপ্ৰবা ইমা ময়াম্মা পামজৱস্থা অদুগী মায়োক্তনি। মৈৱা পায়ৰী লুপশিং অসি খুৱাই কৱৰা শেমখিৰনি। লময়ানবা অথৌবা টিকেদ্ৰজিং অমসুং ইয়াবতনচিংবা লুচিৰবশিংনা তৌৱস্থা থবকশিংগী ৰাহুহ্ৰোক হৌজিক ফাওবা হনবা লেইখিৰনি। ইমা কোম্বীনা মীয়ামগীদমক তৌৱস্থা থবকশিংসু মীংথাবদা লেইহা নাইৱোই হায়থি।

ঙসিগী থৌৱমদা শৱুক য়াথিবা অমুকোগী প্ৰসিদ্দেণ্ট ফৈৱোইজম নন্দো লুৱাংনা ফোঙদাকথিবদা ইৱমদম মণিপুৰ অসি চিাংনা কোয়না পনশাবা, চিংমীনা কোয়না পনঙাকপা লমদমনি হায়না শৈশৱস্থা ফজত্ৰবা মফমনি অদুবু হৌজিকী মতমসিদি ৰাফম অসি কদাই ফাওবা চুম্ববগে হায়বসি মীয়ামগী ৰাহং ওইৱক্ৰে। মহৌশা লাইৱেদ্বীগী খুংশেম অমসুং খুদোৱা ওইনা চিাংনা কোয়শিনবা মণিপুৰগী ওইদুনা লাকখিৰনি। খুদামিৱাৰিবা চিাংমী-তশ্মী ইচিল ইনাওশিংনা মীংথিজনা ঙাক শেদুনা লাকখিৰনি। অদুবু হৌজিকী ওইৱিৰা ফীভম অসি য়েংলুবদা চিাংগী ইচিল ইনাওশিংগী মৱঙগী খৱনা মণিপুৰগী অপুৰবগী শক্তদা অকাৰ্যবা থবকশিং তৌদুনা লাক্লি। চিাংগী মফম কয়াদা উমং কোকথোক্তুনা লায়্ে থাৱি। পোপি পাশ্বীশিং মৱাং কায়না থাদুনা খুৱাইদা মাঙহল্লকপনা লৈবাক ৰাথোক ওইৱক্লিৰনি। মৱম অসিনা চিাংমীনা কোয়না পনঙাকপা হায়বা ফজত্ৰবা ৰাহুহ্ৰোক পূৰা ৱাহৈশিং অদু ঙসিদি ওইত্ৰে হায়থি।

ৰাৱ ওন দ্ৰগস অসিবু দিবেটকী টোপিক অমগী মওংদা মৱে য়েংনদুনা লাকপসিসু অফবা খুদম নঙে হায়ৱদুনা মহাপ্ৰা মখা তানা হায়, চয়ংনবদা মওংদা উহদুনা মীয়ামদা চমল্লবা কয়। থোকহল্লিবা অসি থোকহনখিগনু। য়েংনবগী মহত্তা মথোয় মথোয়গী লৈৱিৰা মীয়াম্মা মত্বে পাংশিন্দুনা অঙস্থা যৌৱাং লৌমিন্দুনা মণিপুৰগী লৈমায়দগী ময়াই কাৰা চিজাকশিং মুখৎনবা হোংনমিৱৱসি। অমুকোগী ওইমদি লোকল অমদি দিষ্ট্ৰিক্ট লেভেলদা লূপ অসিগী মীংয়েং মখাদা ময়াই কাৰা চিজাকশিং থিংবগী খোঙজং চঙশিল্লি। ফগৎলকপা কয়্য মৈ থাদুনা মাওহল্লি। হৌজিক মণিপুৰদা দ্ৰগকী ৰাফম অসি পোলিটিকেল ইস্যু ওইনা চহলে। দ্ৰগকী ইস্যু অসি পোলিটিকেল ইস্যু খক ওইবগী মহত্তা সোসল ইস্যু ওইহন্দুনা মসিনা মীওইবা খুৱাইদা অচৌবা চৈতংখি পীৱি হায়না খুৱাইদা মাঙহল্লকপাট পাটি খৱনা ক্ৰেম অমসুং কাউটৱ ক্ৰেম তৌনদুনা/হয়দুনা লৈবগী মতম নংবে। মণিপুৰগী মীওইবগী কয়্যগী পুন্নি মাঙহনবা অমসুং লেকাৱ/খুল কয়াদা ক্ৰাইম থোকহল্লিবা অসিগী হৌৱকফমদি ময়াই কাৰা চিজাকশিংনি হায়থি।

মৱম অসিনা কনা কনানা হায়ৱিৰা চিজাকশিং অসি থিংবদা হকথংনৱিৰগে, দ্ৰগ অসি পুন্নিস, ক্ৰম অমসুং মৈৱা পায়ৰীশিনা থিংগদৰনি হায়বসিসু খঙমিৱসি। ঙসিগী অমসুং তুংগী মীৱোলেশিং কল্লসি হায়থি।

ঙসিগী ইমা কোম্বীগী লৈখিদবগী মীংশিং থৌৱমদা মৈৱা পায়ৰী ৰেলফোৱ এসোসিএসন কংলৈপাক (মেপৰাক) কী প্ৰসিদ্দেণ্ট আৱ ৰেংসোঙা কোইৱেংসু মীফমলেই ওইনা শৱুক য়াথি।

নুঙশিং “মণিপুৰ ষ্টেট মুজিয়ম” দা উৰা ফংগনি। পুংবা লোন খৱদং পল্লবদা, লোইবী চাং, লোইদাম থা, তৱা চাক, লাইজ ঈশিং, তাউবা হুই, য়াদ্ৰোই শামু, থৌদু নুং, তলা পামেল, চাকমোম খান্ধী, তেংনৌ য়োং, সনা চোইনৌ, পুনুং লং, শিঙেল লৈৱাং, মালং নুংশিং, পাথৌ মৰূপ, পান্ধা কৈ, য়াইবী থৱায়, নমু পোং, ৰাককৈ যি, কোৰৌ নুমিং, য়েগ্নাখা লুখা অদুগা নাপি শিংবীনচিংবনি। ইশিন্দুনা থল্লবগীদমক মতম অদুদা চে অমসুং মুক শেম শাবা হৈৱে হায়না থাজনৈ। মৱম অসিনা মতম অদুগী ইদুনা থনস্থা অইবা লাইৱিকশিংগী মতুংইমদি সলাইশিং অসি পুনশিনত্ৰবা মতুংদগী অপুনবা মৈতৈ লোন শাগৎখিবদা সলাইশিং অসিগী তোঙান তোঙানবা ৱাহৈ ৰাতা কয়ামৰুম তোংশিন্দুনা য়াওশনিখি। মতম অদুদা মথোয়না আগৱ উদগী শেম্বা আগৱবাক চেদা, কোনা মনাদা অমসুং তেংনাদসু মৈতৈগী অৱিৰা মৈহৌৱোলগী চংন-কাঙলোন, লাইশোন তিনশৌনগী হীৱমশিংদা কয়্যাম ইদুনা থন্থীৱশ্মী। ঙসি ঙসিমকসু আগৱৰক্তা ইদুনা থনস্থা খুংই লাইৱিক কয়্য কয়্য কনা কনাগুস্থগী খুংশিংদা লৈবা য়াওনৱি। অদুগা মুক শেম্বদুনা উদগী লৌবা চা, মৈগী তেঙ্গালি অমসুং চে অসুবগনা পুৱ্লগা শেশ্মী, মসিবু মৈতৈ মুক হায়ৱগা খঙনৈ।

মোদ্দোলৌইদকী মনুং চল্লি হায়নৱিৰা মণিপুৰীশিংনা অৱিৰা মিঙ্গৈশিংদা বৰ্মিজশিংবু – থোমৱন, শেনবী কৰো, অৰা। ত্ৰিপুৰীশিংবু – তখেল। চিনাবু – খাগি। কছাৱিশিংবু – থোংনাং ময়াং। বঙ্গালিশিংবু – পান্ডুনা। অসামীজশিংবু – তেখাও হায়না খঙনবগুম বৰ্মিজ শিংনা মণিপুৰবু – কাতে। কছাৱিশিংনা – মোগাল। অসামীজশিংনা – মীকলি অদুগা চিমিহিন তুৱেলগীদি নোংপোক মায়কৈ লৈবাকশিনা কছে হায়না মিঙ্গৌৱশ্মী। মৱমশিং অসিনা মথকী লৈবাকশিং অসিগী মীওইশিংনা মণিপুৰবু মশক ফজনা খঙবদগী মমিং চেংপা লৈবাক অমা ওইৱস্থনা লৈবাকশিং অসিগা চাৰৌ-মৌৱৌনৱশ্মী। অদুবু খুষ্টগী চহীচা তৱা তৱেং শুৱকপা অদুৱাইদদি মণিপুৰদা ইন্দিয়াগী মফম কয়াদগী ব্ৰান্ধনশিং চঙশিল্লক্তুনা খুন্দাবা হৌৱকপদগী হিন্দু ধৰ্ম্ম অমসুং অৰ্য্যা লোনগী ঈহৌ কনখৎলকপা মতমদুনি। অদুগা মণিপুৰদা ইন্দিয়াগী লমদমশিংদগী লান্দাৱকপা মুসলিম লানফা খৱসু খুন্দাহনবা য়াহনখিবগা লোয়ননা সংস্কৃট অমসুং বঙ্গলাগী ৱাহৈ কয়্য কয়্য থেংচিদ্দুনা ইবা অমসুং ঙাঙবা হৌনৱকখি। মসিনা মৱম ওইৱগা মণিপুৰদা চংনজদুনা লৈজৱিৰা অৱিৰা লোন্দা মপানগী লোন কয়্য য়ানশিল্লক্তুনা

চহী ৪০গী ময়াদা হাৰ্ট এটেক তৌদুনা লৈখিত্ৰবা মৰু ওইবা মীওই খৱগী মমিং পঞ্জৱি :

Sl. No.	Date of Expired	Name	Age	Sex	Designation	Cause of Death	Place of Death
1	10-11-2022	Aindrila Sharma	24	F	Bengali Actress	Heart Attack	Kolkata
2	22 10 2022	Firo Cugui	34	M	Cricketer Lower	Heart Attack	Assam
3	31-১-2013	Ahr Coswani	37	M	T.V Actor	Heart Attack	Mumbai
4	2-10-2021	Siddharth Shukla	40	M	Actor V/P	Heart Attack	Mumbai
5	17 4 2022	Cedric Mc Afllan	44	M	Body Builder	Heart Attack	America
6	11-11-2022	Suryavanshi	46	M	T.V. Actor	Heart Attack	Mumbai
7	29 10 2021	Punita Rajgumar	46	M	Kannada Actor	Heart Attack	Bangalore
8	23-৪-2021	Anit Mishra	49	M	Actor	Heart Attack	Mumbai
9	30-4-2021	Raj-Kaushal	50	M	Film Producer, Director	Heart Attack	Mumbai
10	30 ৪ 2022	Sagar Pandey	50	M	Superstar Actor	Heart Attack	Mumbai
11	5-3-2022	Shahe Warne	52	M	Australian Cricketer	Heart Attack	Ireland
12	31-5-2022	Singer K.K. (Krishnakumar Kunnath)	53	M	Singer	Heart Attack	Kolkata

ঐথোয়না থেংনজবদা ইন্দিয়াগী মীওইশিংদা হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাংসি ৫০%দি চহী ৫০গী মখাদা ওই অদুগা ২৫% অমনা চহী ৪০ গী মখাদা ওই। অদুবু হন্দভি চহী নৌৱিৰা অঙাংশিংদা হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাং অসি হেনগৎলক্লি হায়না মফম মফম খুদিংমক্তগী ৱিপোৰ্ট তৌনৱক্ৰে। **অমুকসু চহী ২০-৩০ শুৱবা মীওইশিংদা হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাংসি চহী খুংবগী ২% হেনগৎলক্লি হায়নসু ফোঙদোক্লৱক্লি।** নেনগলকপগী মৱম খৱদং হায়জৱদা ফতুবা অমদি কামদবা চিজাক চাশনিবা, চুৰুট-বিড়ি, য়ু-কানি তোয়না শীজিন্নবা, মশাগী ব্ৰদ প্ৰেসৱ ৰাংহনবা, দাইবেটিস কন্ট্ৰোল তৌদবা, ঈদা য়াওবা কোলেষ্টেৰোল ৰাংবগী খঙহৌদবা, মশাগী অৱস্থা হেলহনবা, হকচাং শাজেল তৌত্ৰবা অমদি নুমিং চুপ্পদা লাংতক্লৰা ৰাখলগা লোয়নবা অসিনচিৰনি।

হৌজিক মণিপুৰদসু ঈংবগী চাংসি ৰাংবনা হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাংসি ৰাংবনা অযুক অঙনবদা ৰাকিং চেংপসিসু মতম খৱদংদি তৌবগীমু হায়জৱি। ঈ-পাউ অমসু নীংশিংমীয়াস “উত্তৱ প্ৰদেশতা কোন্ড ৰেদমনা মীওই ৯৮ হাৰ্ট এটেক অমদি ব্ৰেন ষ্ট্ৰোক্স লৈখিত্ৰে” অদুবু হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাং অসি অমেৱিকা ৰোমদদি হহুৱে হায়নৱক্লি। মৱমদি মথোয়না ঐথোয়দগী কেশিন থৌৱাং লৌবসি হেল্লি। ঐথোয়গী লাইবক থীবা অমনা ইন্দিয়াদা লৈৱিৰা ঐথোয়গী ইশাদা য়াওৱিবা ঈগী উতোং অসি মথোয়গা য়েংনবদা ঐথোয়দা য়াওৱিবা অসিনা পীকপা ওই। মথোয়গী মশাদা য়াওবা ঈগী উতোংশিংদা ঐথোয়দগী চাওবা হেল্লি। মসি ঈ চেনবগী চাংসি মথোয়না হেল্লি হায়বা য়াই।

ঐথোয়গী মণিপুৰ অসিদসু হাৰ্ট এটেক তৌবগী চাং অসি য়াম্মা তোয়না থেংনজৈ অদুবু অনাবশিং অমদি মৱী মতাশিংনা হোম্পিটালদা থমদুনা মতম চানা লায়েংবগী থবকসি তৌবা

ষ্টেটকী পাউ

পোপি পান্ধী য়ান্হুংপা...

লামায় ১গী মখা... লম্বীশিংদসু মীয়াম থোৱক্তুনা থিংবগী খোঙজং চঙশনিখি।

ভি দি এফ পৰ্সনেল প্ৰেমানন্দ মফম খঙদনা লৈৱক্লিবা অসিগী মায়োক্তা শেমখিবা জে এ সীনা মীয়ামগা লোয়ননা চঙশিল্লকথিবা জেনৱেল ষ্ট্ৰাইজা শৱুক য়াথিবা মীয়ামগী মৱঙগী খৌবাল দিষ্ট্ৰিক্ট পুন্নিসকী এদিসনেল এস পি (ওপস) ওক্ৰম্‌চা ৰাংথোম্‌না লুচিৰা টিম অমা লাক্ৰুনা ৱাৰী শানখি। জে এ সীগী মায়কৈদগী চীফ মিনিষ্টৱগা উদুনা যৌদোক অসিগী মতাংদা ৱাৰী শানবদা হায়ৱদগী জে এ সীগী মীহুং কাওবু অমনা চীফ মিনিষ্টৱগা উন্নবদা চংখি। অদুমকপু চীফ মিনিষ্টৱগদি উন্নৱকখিদে। চীফ মিনিষ্টৱগী মহত্তা ৰাক্স মিনিষ্টৱ গোবিন্দাস কোছৌজমগা ওইনা মহাক্কী ওফিস চেম্বৱদা জে এ সীগী মীহুংশিংগা উল্লখি। উন্নবা অদুনা খৌবালগী এস পি জোগেসচন্দ্ৰ হাওবিজম অমদি খাওবাক্কী এম এল এ ওক্ৰম সূৰ্য্যকুমাৱ য়াওখি।

নাকল অনীগী মৱক্তা উন্নদুনা ৱাৰী শানবদা অকক্লবা দিমান্দ খৱগী মতাংদা থাজবা পীৱকপদগী য়াম্ৰবা পুৱক্তুনা ঙসি অযুক্তগী চঙশনিখিবা জে এ সীনা লুচিৰা ইফাল-মোৱে লম্বীগী জেনৱেল ষ্ট্ৰাইক্কী খোঙজং মতম খৱগী ওইনা হন্দোক্ৰে হায়থি।

মিনিষ্টৱ গোবিন্দাস কোছৌজমগা উন্নৱা মতুংদা জে এ সীগী কনভিনৱ এন ৰাংলোৱা ফোঙলোকথিবদা জে এ সীগী মায়কৈদগীদি মাঙত্ৰিবা প্ৰেমানন্দবু অৱৈবা ফোৰ্স থাজিদুনা অথুবা মতমদা পুথোকপীগু হায়বগী অকনবা ৰাফম লৈঙাক্ৰা থমখি। মসিগী মতাংনা কুপ্পা ৱাৰী শানৱৰা মতুংদা হয়েংদগী অহেনবা ফোৰশিং থাজিদুনা থিৱগে। নুমিং হুমনিগী মতম পীবীয়ু হায়জৱকপদগী নাকল অনীগী মৱক্তা থাজনবা পুৱকথিৰনি। য়াথিখিবগী মতুংইমা জে এ সীগী মায়কৈদগী লৈঙাক্ৰা থা অসিগী ৫ ফাওবগী মতম পীৱদুনা নুমিং অসিগী মনুংদা মাঙত্ৰিবা প্ৰেমানন্দগী লংলা লংজিন পুথোক্ৰুৱদি মথংগী নুমিং ফেব্ৰুৱাৰী ৬তগী জে এ সীগী ওইবা মীফম পাঙথোক্ৰুনা মখা তাৰা কৈদৌগদগে হায়বদু লেপকনি হায়থি।

পনৰা য়াবদি, ঙসি ফাওবা মফম খঙত্ৰিবা ভি দি এফ পৰ্সনেল এন প্ৰেমানন্দ থা অসিগী ১৬তগী ফাইসি ডিৱেলজদা পোপি পান্ধী য়ান্হুংপা চেংদা শৱুক য়াথিৰনি। অদুগা থা অসিগী ২১দনা মহাকপু মফম খঙত্ৰে হায়দুনা দিপাৰ্টমেণ্টকী মায়কৈগী ৱিপোৰ্ট তৌৱকখিৰনি হায়ৱি।

ঙসিগী জেনৱেল ষ্ট্ৰাইজা শৱুক য়াথিৰশিংনা থিবা খঙত্ৰিবা এন প্ৰেমানন্দবু থিৰদা লৈঙাক্ৰা যৌওইবিত্ৰে, নুমিং ১১নি শুৱৰা ফাওবা লৈঙাক্ৰা তুমিমা লৈশিনবা য়ানিংদে অমদি এন প্ৰেমানন্দবু ফংনবা থিৰদা মীয়াম্মা মতেং পাংবীয়ু হায়বা ৱাহৈশিং ইবা প্লেকাৰ্শিং পাৰথি।

লোনয়ান চঙলবা লোন অমা হায়বদু ওইথি।

খৃষ্টাব্দ চহী ১৮৯১দা বুচিশনা মণিপুৰবু খুদুম চল্লগা লৌশিনত্ৰবা মতুংদা নোংচুপলোমগী লাইৱিক্কী মঙাল খৱা খৱা ফংনৱকপদগী মণিপুৰ লোন অমসুং সাহিত্য চাওখৎলকখি। অদুবু লাইবক থীৱিৰদি চংনদুনা লৈৱিৰা মৈতৈ ময়েকসি ইছুৱল্লগা বঙ্গলা ময়েক্ৰা ওইনা মহুং শিল্লগা শীজিন্নবা হৌথি।

কুনশুৰা চহীচা চঙলক্লবা মতম, লময়ানবা কবিশিং হায়বদি – চাউবা, কমল, অঙাংহল অমসুং দৱেন্দ্ৰজিং থোক্ৰক্তুনা ময়েক্ৰা বঙ্গলাগী ওইবা মণিপুৰি সাহিত্য চাওখৎলকখি। অদুগা লোনগী অৱি-অনৌ শিন্নবা চহীচা হায়দুসু ওইখিদুনা ৱাহৈ ৰাতা অমসুং মীংথোনশিংদা সংস্কৃট অমসুং বঙ্গালী ৱাহৈ য়াল্লগা ঙাঙন-শক্লবনা চিং-লেশ্বা ওইনা লৌনদুনা কৰি হায়ৱিবনো খঙদবা মথোং মৱম খঙদবা মথক্কী “মৈতান চাবী আওৱে” হায়বা ৱাহৈ অসি ফনা কুইনা ফাগি ওই কৰি ওই শীজিন্নদুনা লৈখি। অদুগা প্ৰমান পাছৈনা মীবু শাগা চাংদল্লদুনা চৈবগী মীচৈ শীজিন্নবা হৌৱকখি হায়বদি ইকায় খঙদবা মীবু – হৌদোং। য়াম্মা পংবা মীবু – গথা, যণ। চাকচা কান্ধা মীবু – ওক। মীখা থাবা হৈনৰা মীবু – হুই। লৌনম তাৎতা হৈ শিংবা মীবু – লমহুই। চৰেং-চৰেং ঙাঙবা মীবু – চৱোই। মীথিংগাই তৌবা, গা-গা লাউবা মীবু – ক্ৰাক। তনান্দবা অমোংপা মীবু – ইৱোই। ইচং যৌবা মীবু – কৈ অদুগা থৌইদোক হেন্দোক্ৰা মতিক মথৌনা লৈবা মীবুনা – নোংশা হায়না মীচৈ অমসুং মীংথোন পীবগী চংনবী হৌদোকখি।

অনীশুৰা লাঞ্জাও মতুংদদি লোনয়ান শীজিন্নবা পামদবা অৱিবা লোন্দা – পুদা খক্তা শীজিন্নবা পামজবা মীনকেতনচিংবা অইবা খৱনা অশেংবা য়ানশিন্দবা মণিপুৰী মৈতৈ লোন শীজিন্নৱগা চাংয়েং ওইনা চেফোঙ কয়্য পুথোকপা হৌৱকখি। মতম অদুদগী মণিপুৰীগী মখল মথেলগী লাইৱিক কয়্য পুথোকপা হৌনৱক্লবা মৱক্তুদা ইংৱাজি লোনাসু তস্থা হৌনৱকপদগী ইংৱাজি লোন লোনয়ান ওইনা চঙলক্তুনা শীজিন্নবা হৌৱকখি। তৌবতবু মশীং থিবা অমসুং হায়বগী মতাংদদি অমা, তৱা, চা, লিশীং, লিচা (লাখ), লিপুন (ক্ৰোৱ) হায়না মমাঙঠৈদগী অসুম ঙাঙনদুনা লাকপা ৰাাঙাঙশিং অসিদিদি মংপোপ কৱিমত্তা কাইহন্দনা শীজিলৈ। অদুগা মতমদুদা ইবানি, নবানি, নবানি হায়বা ৱাহৈশিংসি শীজিন্নবগী মহত্তা “য়িপিংঙা, নপিংঙা, মপিংঙা...” হায়বা লোন্দা-পুদাসি মতম কুইনা শীজিন্নদুনা লৈখি হায়না থাজনৈ। ●

ঙমদে। মৱমদি শেল থুমগী অৱাৰা লৈবনা অমদি মথোয়গী মশাদা হাৰ্ট এটেক হায়বা লায়না অসি য়াম্মা ফজনা খঙৰা ৰাংপদগীনি। ময়ুমদা পুত্ৰবা মতুংদা অনাবগী মপুন্নি অসি ইখঙ খঙহৌদনা লৌইশিনখিবা অসি য়াম্মা তোয়না থোক্লি। মৱম অসিদগী হোম্পিটালদা হাৰ্ট এটেক তৌদুনা লৈখিদবগী চাং অসি চপ চানা খঙবা ঙমত্ৰিৰসি।

ঐথোয়গী হাৰ্টতা মচিজ়াক পীনবা ঈগী উতোং অনী লৈ। অমনা লেফট কোৱোনেৰি আৰ্টৱি (Left Coronary Artery) অমদি ৱাইট কোৱোনেৰি আৰ্টৱি (Right Coronary Artery) নি। ঈগী উতোং অসি থাগৎলকপা, অফুনবা অমদি ঈ চেনবা ৰাংলকপা মতমদা ইশাদা থবাক নাৰা, শ্বৱ হোনবা ৰাৰা, কোক ঙাওবা অমদি মিছল তপথবা অসিনচিংবা তৌৱকই অমদি হাৰ্ট এটেক তৌগদৌৱে হায়না খনবীবা য়াই।

হাৰ্ট এটেক থোকহন্দনবা পাইথিংগী মনুংদা খৱদং হায়জৱবদি – (১) Blood Pressure (Average Blood Pressure is 120/80 mmHg) ৰাংৱৱা ৰাংদবৱা হায়বদু খঙদোকপীবা, ৰাংলবদি দৱকৱ লৈবা হীদাক্ৰু মতম শাংনা, মতম চানা চাবীগদবনি, ঈদা য়াওবা চিনি (Fasting <100mg/dl, Post Prandial<180mg/dl) অমদি কোলেষ্টেৰোল (Cholesterol<200mg/dl, Triglyceride<150mg/dl)