থংননা পোকপা চাবোক অনীগী মতম করম্না হন্থহনগনি

- ডা. সরাংথেম জেসমারানি -

মপূং ফারবা ষণবী অমদি ইরোইনা চহী অমদা মচা অমুক পোকপা মতমদা হামেং, য়াও অমদি ওকতি চহী অমদা মচা অনীরক পোকই হায়না পান্নবা য়াই। ষণবী অমনা অহানবা অমদি অনীশুবা চাবোক্কী মরকসি নুমিৎ ৩৬৫নি হায়না লৌনৈ। অদুবু মসি মতমগী মতুংইন্না হেনগৎলকপা ফাও য়াই, হন্থরকপসু য়াই। মতম শাংলগদি শঙ্গোম থোকপগী চাংসু হন্থরকই অমদি ষণনাও মচা য়োনবগী চাংসু হন্থরকই। মরম অসিনা চাবোক অনীগী মরকসি মখল অনী থোক্লা য়েংবা য়াই।

- পোকপদগী মথংগী মচা লৌবা ফাওবগী মতম
- গর্ভ পুবগী মতম

ক) পোকপদগী মথং মচা লৌবা ফাওবগী মতম : হায়রিবা মতমসি মচা পোকপদগী মথংগী মচা লৌবা ফাওবগী হায়রিবা মতমসিনা মরু ওইনা চাবোক্কী মতমসি লৌই।

খ) গর্ভ পুবগী মতম : ষণবীদা গর্ভ পুবগী মতমসি নুমিৎ ২৮০দগী ২৮৫ ফাওবনি হায়না লৌনৈ। মসিগী নুমিৎ খেন্নবসি অয়াম্বা মমা মপাগী জেনিটিক ফেক্টরনি। হায়রিবা মতমসি খুৎশেমগী মতেং নৎত্রবদি তেনশিনবা য়াদে।

পোকপদগী মচা লৌবগী মতমগী খেন্নবা : চাবোক অনীগী মরক্কী মতমসি নুমিৎ ৩৬৫নি হায়না লৌনৈ হায়না মথক্তসু থমজখ্রে। মসিদা চাবোকপদগী মচা লৌবগী নুমিৎ ৮০-৮৫গী মনুংদা লৈগদবনি। মসিদগী হেনবীরোইদবনি। মসি অমুক অনী থোক্লা য়েংবা য়াই।

১) চাবোকপদগী অহানবা হিট লাকপা : হায়রিবা মতমসি ওভরিয়ান সাইকলগী অমুক হান্নগুম্না মথৌ তৌরকপা অমদি হিট লাকপসিগা ইরোয়ননা মচা লৌনবগী ষণবুনা শেম শাবা।

২) অহানবা হিট লাকপদগী মচা ওইবা ফাওবা : হায়রিবা মতমসিদা ষণবীনা হান্নগুম ফীভম ফগৎলক্তুনা মচা ওইবা ঙম্বা অমদি গর্ভ পুদুনা অশোয় অঙাম য়াওহন্দবা।

চাবোক অনীগী মরকসি করম্না হন্থহনগনি : মচা পোকপদগী অহানবা হিট লাকপা অমদি সর্ভিস পীদুনা মচা ওইবগী মরকশিংসি হিট লাকপা ঙন্না খঙদোকপা অমদি মচা ওইবা ঙম্বা মতমদা লৈরে। মসি শীজিন্নরিবা সিমেনগী মখা য়াম্না পোল্লি। খুদম ওইনা হায়রবদা ষণলূপ অমগী চাবোকপগী মতমদগী অহানবা মচা লৌবা মতমসি নুমিৎ ৬০ ওইরগদি মচা ওইবগী মতমসি চাদা ৬০নি। অদুগা পোকপদগী মচা ওইবা ফাওবসি করিগুম্বা নুমিৎ ৯৩ ওইরগদি হিট লাকপগী মতম খঙদোকপগী চাদা ৫০নি। মরম অসিনা অহানবা হিট লাকপা অসি মুন্না খঙদোকপা, য়েংথোকপা মথৌ তাই। মসিদা পোকপদগী মচা ওইবা ফাওবগী মতমদি চাদা ৮০নি হন্থহল্লি।

পোকপদগী মচা লৌবগী মতম শাংদোক্লিবসিগী মরম অনী ওই। মখোয়শিংদুদি :

ক) ষণবীনা হিট লাকপা ঙমদবা

খ) ষণবুনা হিট লাকই লাক্তে খঙবা ঙমদবা

অমরোমদা হিট লাকপা ঙমদবগী মরমসু ঐখোয়না অমুক অনী থোক্লা য়েংবা য়াই।

ক) ওভরিয়ানগী মথৌ তৌরক্তবা।

খ) হিট লাকপগী লায়ওং উৎলক্তবা।

ওভরিয়ানগী মথৌ করম্না তৌহনগনি : ক) মচানা মপীদগী মখোম থক্লিবমখৈদি ওভররী মথৌ তৌবা হন্থে। মরম অসিনা ষণনাওশিংসি মপীদগী মতম পুন্নমক্তা নৎত্রগা মতম খরা মখোম পীথক্তবা মথৌ তাই। মখোম পীথকপগী মহুত্তা তোঙান্না শঙ্গোম পীথকপগী হৈনবী লৈরগদি য়াম্না ফৈ। মসিনা ওভরীগী মথৌ থুনা তৌবা ঙমহল্লি।

খ) শঙ্গোম মরাং কায়না থোকপী ষণবীদসু হায়রিবা ওভরীগী মথৌ থুনা তৌবা ঙমহন্দে। চাবোক নৌরিঙৈদা শঙ্গোম থোকপী ষণবীসি মশাগী ইনর্জি বেলেন্স পুবা ঙমদদুনা ওভরী মথৌ নীংথিনা তৌবা ঙমহন্দে। মসিনা হিট লাকপা থেংথহল্লি। মরম অসিনা অসিগুম্বা মতমসিদা নীংথিনা পীজ-পীথক তৌবীগনি।

গ) অঙৈং অশাগী মতমদসু হায়রিবা ওভরীগী মথৌসি নিংথিনা তৌবা ঙমহন্দে। নিংথম থাগী মতমদা পোকপদগী অহানবা মচা লৌবা য়াবগী মতমসি শাংই। য়াম্না শাবা মতমদসু হীট লাকপা ঙমদবা, মচা ঙন্না কায়বা য়াম্না তোয়না থেংনৈ। মসি নিংথিনা শেন্নবীরগদি ঙন্না হিট লাক্তুনা মচা লৌবা ঙমগনি।

মচাখাওনা হান্নগী ফীভমদা হঞ্জিল্লকপা অসি মথং মচা লৌনবগী য়াম্না দরকার ওই। মরম অসিনা মচা পোকপা নৌরিবা মতমদদি মতম অয়াম্বদা মখোম নিংথিনা পীথকপীগনি। মসিনা মচাখাওদু হান্নগী ফীভমদা লাকপা ঙমগনি।

হোর্মোন শীজিন্নদুনা চাবোক অনীগী মতম হন্থহনবা : হোর্মোন খুদম ওইনা হায়রবদা ইসত্রোজেনসি শীজিন্নরগদি ঙন্না হিট লাক্তুনা মচা লৌবা য়াই। মসি নত্তবা হোর্মোন ময়াম অমা খুদম ওইনা হায়রবদা গোনাদোট্রোপীন, প্রোজেসটিরোন GnRH ময়ামসিদা শীজিন্নদুনা হিট ঙন্না লাক্তুনা মচা লৌদুনা চাবোক অনীগী মতম হন্থহনবা য়াই।

মরম কয়াসি য়েংদুনা ষণবুশিংনা মতম চানা হিট লাকপা য়েংদুনা নীংথিনা পীজ পীথক তৌবীদুনা অমদি হোর্মোন কয়া শীজিন্নদুনা চাবোক অনীগী মতম হন্থহনবা য়াই। ●

ঙা মখল কয়া য়োকপগী তঙাইফদবা

ডো: য়ূম্নাম বেদজিৎ

ইন্দিয়াগী মফম অয়াম্বদা হৌজিক য়োক্নরিবা ঙা মখলশিং হায়রগা রৌ, কটলা, ম্রিগল, শিলভর কার্প, নাপী চাবী অমদি পুকলাওবীনি। তৌইগুম্বসুং অনৌবা ঙা হায়বদি হান্ননা য়োক্নরমদবা ঙা মখল কয়া ইন্দিয়াগী মফম কয়াদা য়োক্লবা হৌনরক্লি। খুদম ওইনা হায়রবদা ঙাহৈ, পাবদা, ঙাক্রা, তুংহনবী, খজিং, পেংবা, ত্রাউট অসিনচিংবনি।

ঐখোয়গী লৈবাক্কী ঙাথোক হেনগৎহনবদা অনৌবা ঙাশিং অসিনা অচৌবা থৌদাং লৌরি। তৌইগুম্বসুং হায়রিবা ঙাশিং অসি মফম খুদিংমক্তা য়োকপা চানগনি হায়বদি লৈতে। মরম অদুনা চানবা ঙা মখল য়েংবীরগা য়োকপীগদবনি। অনৌবা ঙা অমা য়োকপা হায়বসি ঙাদু য়াম্না থুনা চাওগনবা, মমল য়াম্না ৰাংবা, ময়াম্না য়াম্না পাম্নবা অসিনচিংবা মগুণশিং চেনগদবনি। তৌইগুম্বসুং মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌওং ফজনা খঙদোক্কদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা করিগুম্বা ঙা মখল অমা ময়াম্না য়াম্না পাম্নরবসু মচা পুথোকপগী থৌওং ফজনা লৈতবা অমদি মচা ফংদ্রবদি হায়রিবা ঙা অদু য়োকপগী খুদোংচাদবা কয়া থেংনগনি।

মণিপুরগী ওইনা হৌজিক পুথোক্লিবা ঙাগী চাং অসি ঐখোয়গী মথৌ তাবা অদুদগী অসুক্কী মতিক নেমখ্রে। তৌইগুম্বসুং অনৌবা ঙা মখল কয়া য়োক্নরক্লবদি খরমখৈদি মেনখৎপা ঙমগনি। ঐখোয়গী মণিপুরগী পাক চাউবগী চাউরাক্লা চাদা তরাখক্তমক তম্পাক্কী লমনি অদুগা লেমহৌরিবা মরিফুতরা অদুনা চীংগী লমনি। অদুবু হৌজিক হৌজিক পুথোক্লিবা ঙাশিং অসি তম্পাক্কী লমদগী অয়াম্বনি। চীংগী লমশিং অসিদগী ঙা পুথোকপা হৌরক্লবদি ঐখোয়গী মথৌ তাবা ঙাদগী লেম পানা পুথোকপা ঙমগনি। চীংগী লমশিং অসি অয়াম্বনা অইংবা মফম ওইবনা অইংবা মফমদা হৈনবা ঙাশিং য়োক্কদবনি। হায়রিবা মফমশিং অসিদা রৌ, কটলা অমদি ম্রিগল চানবা খরা ৰাংকনি অদুনা পুকলাওবী, নাপী চাবী, শিলভর ত্রাউট অমদি মফমশিং অসিদা হান্নদগী লৈজরম্বা ঙাশিং খুদম ওইনা হায়রবদা খাবক, সনাঙা, নূংঙা অসিনচিংবা ঙাশিং অসি য়োকপা য়াই। তৌইগুম্বসুং হায়রিবা ঙাশিং অসিগী মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌওংশিং ফজনা খঙদোকপা তঙাইফদে। মতাং অসিদা ঙাগা মরী লৈনবা লূপশিং অমদি মহৈ-লোইশঙ পুন্নমক্কী পূক্নিং চিংশিনজনীংই অমদি অনৌ অনৌবা ঙা কয়াগী মরমদা থিজিল্লবা মতুংদা অনৌবা ঙা কয়া য়োক্নরক্লগনি হায়বগী থাজবা থমজরি।

ঐখোয়গী মণিপুরগী ওইনা খুদোংচাদবা অমনা হৌজিক হৌজিক ঙা ফজনা য়োক্নরিবা তম্পাক্কী শরুক খরা অসিসু চহী অমদা থা তরুক অমদি ঈংই। মরম অদুনা অশাবা লমদা হৈনবা ঙাশিং হায়বদি রৌ, কটলা, ম্রিগলনচিংবা ঙাশিং অসি চাওগন্দে। মরম অদুনা অইংবা মফমদা হৈনবা ঙা য়োকপগী তঙাইফদবা লৈ। মসিদসু নত্তনা মমল ৰাংবা অমদি মীয়াম্না পাম্নবা ঙাশিং য়োকপগী তঙাইফদবসু লৈ।

ঙাতোন অমদি পেংবাগুম্বা য়োকপা মথৌ তাই। মসিনা ঙাথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা ঙা য়োক্লিবা ঙামীশিংগী শেনমিৎলোন ফগৎহন্দুনা নুংঙাই-য়াইফবা খুন্নাই অমা পুরকপদা অচৌবা মতেং পাংগনি। অনৌবা ঙা কয়া য়োকপগী তঙাইফদবা লৈ হায়দুনসু ঐখোয়গী হান্ননা লৈজরম্বা ঙাশিং অমদি অকোয়বগী ফীভমদা অকায়বা পীগদবা কয়া মপান লমদগী পুশিল্লক্তুনা য়োক্নবা থেংনৈ। মসি তৌবিরোইদবনি। মরমদি হায়রিবা ঙাশিং অসি য়োকপদগী ঙাথোক খরা হেনগৎলবসু মসিদগী থোক্লকপা অমাঙবনা য়াম্না হেল্লি।

নাপী চাবী, পুকলাওবী, শিলভর হায়রিবা ঙাশিং অসি মপান লমদগী পুশিল্লকপা ঙাশিংনি। অদুবু মখোয়না থোকহনবা অমাঙবগা, কান্নবগা চাংদম্নবদা কান্নবনা হেনবা মরম্না মখোয়শিং অসি ফজনা য়োক্নরিবনি। তৌইগুম্বসুং য়াম্না থুনা চাওগল্লি অমদি ঙাথোক লৈ হায়দুনসু জপান ঙাক্রা হায়রগা খঙনবা অফ্রিকান কেটফিসগুম্বা ঙা অসি য়োকপীরোইদবনি। তুংহনবী, পুকলাওবী অমদি ঙাহৈগুম্বা ঙা কয়াসু মণিপুরদা য়োকপা হৌনরে। মখোয়শিং অসিগীসু কান্নবা-কান্নদবা কয়া লৈরি। মপান্দগী পুশিল্লকপা ঙা কয়াগী অফ-ফত্ত ময়াম অসি ঙা য়োক্লিবা ঙামীশিংনা ফজনা খঙবা ঙম্নবসু ঙাগা মরী লৈনবা লোইশঙশিংদা ফজনা থিজিল্লবা মতুংদা পুশিল্লক্লবা থৌরাং লৌখৎচহন্নীংই।

মণিপুরদা লৈরিবা ঙা মখল অসি অসুক্কী মতিক য়ামখ্রে। মরুওইনা চীংগী লম অমদি অঙৈংবা মফমদা হৈনবা ঙা মখলশিং অসি অসুক্কী মতিক য়ামখ্রে। হায়রিবা ঙাশিং অসিদগী অফবা অমদি মীয়াম্না পাম্নবা ঙাশিং খনগৎলগা মখোয়গী মরমদা থিজিল্লবা মতুংদা য়োকপগী থৌরম পায়খৎলবদি মণিপুরগা ঙা পুথোকপগী চাংসি অঙকপা ফংনা হেনগৎহনবা ঙমগনি। মরমদি মণিপুরগী অপূনবা পাক চাউবগী চাদা মরিফুতরাগী লমদগী ঙা পুথোকপা য়াগনি। হৌজিক হৌজিক্কী ওইনদি মণিপুরগী পাক চাউবগী চাদা তরাখক্তমক ওইরিবা তম্পাক্কী লম অসিখক্তগী ওইনা অয়াম্বা শরুক্কী ঙা পুথোক্লি। মণিপুরদা ফংলিবা ঙাশিং অসি চাবখক্তমক নত্তনা লৈতেং ওইনা শীজিন্নবা য়াবা ঙা মখল কয়া য়াওরি। হায়রিবা ঙাশিং অসিগী মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌরমশিং ফজনা থিজিল্লগা য়োক্নরক্লবদি মপান লৈবাকশিংদা য়োন্দুনা লৈবাক্কী ওইবা অচৌবা শেনফম কয়া তানবসু য়াগনি। মতাং অসিদা খঙবীগদবা অমদি শেল ফংনবগীদমক্তা ঐখোয়গী অকোয়বদা ফংলিবা ঙাশিং ফাদুনা মপান লৈবাকশিংদা য়োনখিবা থোক্লবদি ঐখোয়গী অকোয়বদা মহৌশাদগী লৈরক্লিবা অতাঙবা ঙাশিং অসি মূৎখিবা য়াবগী খুদোংচাদবা লৈ। মরম অদুনা মচা পুথোকপগী থৌরম ফজনা পাঙথোক্লবা মতুংদা মপান লমদা য়োন্নবগী থৌরাং লৌখৎকদবনি।

নাকল অমরোমদা ঙাগী মরমদা থিজিল্লিবা লোয়শঙশিংনা থিজিল্লবা মতুংদা পুথোরকপা ঙাথোক লৈবা ঙাশিং খুদম ওইনা হায়রবদা জায়েন্তি রোহু, গিফ্ট (জি আই এফ টি) অমদি অমুর কার্পনচিংবা ঙাশিং অসি য়োকপগী তঙাইফদবসু লৈরি।

অসুম্না হান্ননা য়োক্নরম্বা ঙা মখলশিং অসি নত্তবা অনৌ-অনৌবা ঙা মখলশিং য়োক্তুনা ঙাগী ঙাথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা শেল-থুমগী ফীভম ফগৎহন্নবা হোৎনমিন্নরসি। ●

ফৌ থাবদা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টকী মরু ওইবা

ডা: ৰাইখোম জিতেন

ঐখোয়না ফৌ থাবা মতমদা পায়খৎপা য়াবা থবক থৌরম খুদিংমক পায়খৎনা ফৌগী অহেনবা পোথোক পুথোকপা ঙমদবগী মরমশিংগী মনুংদা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট হায়রগা খঙনবা পান্বীগী মচীঞ্জাক্কী মচলশিংগী মনুংদা অমা নৎত্রগা অমা ৰাৎপদগী ওইবা য়াই। মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসিনা ফৌ পান্বী অমগী মনুংদা পাঙথোক্লিবা থবক থৌরম ময়াম হায়বদি নুংশা মঙালগী মতেংনা পান্বীশিংনা মচীঞ্জাক শুংবগী থবক, পান্বীগী মনাগী অশংবা মচু থোকহল্লিবা ক্লোরোফিল শেন্বগী থবক, পান্বীশিংনা ওক্সিজেন শীজিন্নদুনা চিনিগী শরুকশিংবু থুগায়দুনা ইনর্জি পীবা, নুংশিত্তগী নাইট্রোজেন ফাবগী থবক থৌরমশিং, পান্বীগী সেলশিংগী মপান থংবা কুয়োম্বু শেম শাবা, Liquin হায়রগা খঙনবা পান্বীশিংগী মশা কলহনবা অমদি সেল ৰালশিংবু অতোপ্পা হিংকুপশিংনা শোকহনগদবদগী ঙাকথোকপা ঙম্বা পোৎলম অসি শেম্বা, নাপীশিংনা মপাল-মহৈ য়ালহনবদা মতেং পাংবা, লৌফমদগী লৌখৎলক্লিবা নাইট্রোজেনশিংবু এমিনো এসিদ, এমাইদনচিংবা ওন্থোকপদা মতেং পাংবা, পান্বীগী মরু ওইবা মচীঞ্জাক ওইরিবা নাইট্রোজেন, ফোসফরস অমসুং পোটাসিয়মবু পান্বীনা নীংথিনা শীজিন্নবদা মতেং পাংবনচিংবনি। পান্বী মশানা মখোয়গী তোঙান তোঙানবা তাঙ্কক্তা তোঙান তোঙানবা হোর্মোনশিং পুথোকপদা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসিগী অচৌবা থৌদাং লৈ।

মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট হায়বসি চাংদি য়ামদনা দরকার লৈবা, য়াওদবদি য়াদবা পান্বীগী মচীঞ্জাক্কী মচলনি। চাং য়ামদনা দরকার লৈ হায়রবসু পোথোক পুথোক্লবা হোৎনবা মতমদা মখোয়গী থৌদাং অসি চাং ৰাংনা দরকার লৈরিবশিং অদুদগী করিগুম্বা অমত্তা হন্থদে। হায়বদি খজিকখক দরকার লৈরবসু মখোয়গী মনুংদগী অমা ৰাৎপা মতমদা পান্বী অদু হম-হম চাউখত্তনা পোথোক পুথোকপা ঙম্লোইদৌরিবনি। মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট হায়বসিদা জিঙ্ক, আইরন, কোপ্পর, মেঙ্গানিজ, বোরোন, মোলিবদেনিয়ম, ক্লোরিনবু খঙনগনি।

ঐখোয়গী লৌফমশিং অসি ঙল্লিঙৈ মতমদদি নাইট্রোজেন খক ৰাৎপগী অৰাবা মায়োক্নরম্মী। অদুবু ঙসিদি নাইট্রোজেন, ফোসফরস, পোটাসিয়মগী মথক্তা সেকেন্দরি ন্যুট্রেন্ট (কেলসিয়ম, মেঙ্গানিজম, সলফর) অমসুং মাইক্রোন্যুত্রিএন্টকী মনুং চনবা পান্বীগী মচীঞ্জাক মখল অমা নৎত্রগা অমদগী হেন্না ৰাৎপগী পাউ লৈরে। অসুম্না পান্বীগী মচীঞ্জাকশিং ৰাৎপগী অৰাবা মায়োক্নরকপগী মরু ওইবা মরমশিংদি চাথোক লৈবা ফৌগী মখলশিং থানরকপনা মরম ওইদুনা লৈবাক্তগী পান্বীগী মচীঞ্জাকশিং হেন্না লৌথোকখিবা, চহী চুপ্পা পোৎ থাদুনা লৌফম হাঙহল্লক্তবা, পান্বীগী মচীঞ্জাক মখল শুনা য়াওরবা হার শীজিন্নবগী মহুত্তা মচীঞ্জাক মখল অমা নৎত্রগা অনীখক য়াওবা হার শীজিন্নবা, ষষ্ঠি-ষণয়ুং অমদি পান্বীশিংদগী পথ্য-পুমথহল্লগা শেন্দা হারশিং শীজিন্নবগী চাং য়াম্না নেম্বা অমদি পান্বীগী লেমহৌখাকশিং লৌফমদা খোইজিন্দুনা শীজিন্নবগী লৌশিং ৰাৎপনচিংবনি।

ইন্দিয়াদা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট ৰাৎপা লৌফম নোংমা নোংমগী হেনগৎলক্লি। লৌউ-শিংউ তৌরিবা মফমগী চাদা ৭০না জিঙ্ক, চাদা ২৭না আইরন, চাদা ১৯না বোরোন, চাদা ১৪না মেঙ্গানিজ ৰাৎপগী ৰাফম লৈ। লৌফম অমা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট মখলশিং ৰাৎলি হায়বসি লৌফম অদুগী লৈবাক নৎত্রগা থারিবা পান্বীশিং অদু চাংয়েং তৌথোক্লগা নৎত্রগা থারিবা পান্বীশিংনা মচীঞ্জাক মখল অদু ৰাৎপগী লায়ওং উৎলক্লবা মতম খক্তদা খঙই। অদুবু নীংশিংবীগদবদি পান্বীশিংনা মচীঞ্জাক মখল অমা ৰাৎপগী লায়ওং শুংউৎ উৎতনা লৌফম অদু চহী কয়া লৈবা য়াই। অসুম্না লৈরিঙৈ মতম অসিদা ফৌগী পোথোক চাদা ২০গী চাংদা হন্থহনগনি।

মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট মখলশিং অসি কয়া য়াম্না, করম-করম্বা মখলগী, করম্বা মওংদা অমসুং মতমদা শীজিন্নগদবগে হায়বসি ন্যুত্রিএন্ট মখল অনী/অহুম ৰাৎলক্লবা মতমদা ৰারেপ লৌবা মতমদা য়াম্না চেকশিনবা তঙাইফদে। মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট ৰাৎপগী অৰাবদগী ন্যুত্রিএন্টশিং অসি হেনবদগী থোকহনবা খুদোংচাদবশিং অদু মায়োক্লবনা হেন্না ৰাই।

মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসিগী মনুংদা অমা হেনবনা অতোপ্পা ন্যুত্রিএন্টশিং পান্বীনা লৌখৎপদা অপনবা পীবা অমদি লৌখৎপদা ৰারিবা মচীঞ্জাক মখল অদু ৰাৎপগী লায়ওং উৎলক্কনি। মরম অদুনা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসি লৈবাক্তা হাপ্পীবা মতমদা য়াম্না চেকশিনবা তঙাইফদে।

হৌজিক্তি তোঙান তোঙানবা পান্বীশিংনা দরকার লৈবা পান্বীগী মচীঞ্জাক্কী চাং অদু য়েংলগা শেম্বা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট মিক্সচর (মচল শুরবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট) শিং তোঙান তোঙানবা পান্বীগী ওইনা লৈবাক্তা হাপ্পবা নৎত্রগা ঈশিংদা থিৎলগা চাইনবগী মওংদা ফংলে। লৈবাক্তা হাপ্পবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট মিক্সচরশিং অদু কেজি ১ নৎত্রগা ৫গী খাওদা লাকই অদুগা ঈশিংদা থিৎলগা মনাদা কাপ্পবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিংনা গ্রাম ৫০০গী পেকেটতা লাকই। ফৌগীদমক লৈবাক্তা চাইনবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসি লৌ শঙম অমদা য়ামদ্রবদা কেজি ২ হাপ্পীবা মতমদা ফৌগী পোথোক হেন্না পুথোকপা ঙমগনি। অদুবু ঈশিংদা থিৎলগা মনাদা কাপ্পবা ফৌগী মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং অসি গ্রাম ৫০ ঈশিং লিটর ১৫দা হাপ্লগা, গ্রাম ২৫০না লৌ শঙম অমগী লৌফমদা অমুক কাপ্পীবা মতমদা ফৌগী পোথোক হেনগৎহনগনি। অমরোমদা অমুক লৌফমদা মরাং কায়না য়াওদ্রবা পান্বীগী মচীঞ্জাকশিং অসি ফৌদা য়াওরকপগী চাং নেম্মী। মরম অদুনা মীওইবদা অসিগুম্বা মচলশিং অসি নেম্না চাবদগী মচলশিং অসি ৰাৎপগী লায়ওংশিং উৎলক্কনি। মরম অদুনা মীওইবনা মথৌ তারিবা চাং অদু য়ৌনা ফংনবগীদমক ফৌ পান্বীশিংদা ফৌগীদমক শেম্লবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং শীজিন্নবীগদবনি।

লৈবাক্তা হাপ্পীগদবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিং ফৌ থানবগী লম শেম্বা নৎত্রগা ফৌ হৌরবা মতুং থা অসুক্কী মনুংদা অতোপ্পা হারশিংগা নৎত্রগা লৈঙোইগুম্বগা তোৎলগা চাইবীগনি। অদুগা ঈশিংদা থিৎলগা মনাদা কাপ্পীগদবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্টশিংগীদমক্তি ফৌগী পূন্সিগী মতমগী মনুংদা অনীরক নৎত্রগা অহুন্নক্লুম্বা কাপ্পীগনি। ফৌ হুনবদগী নৎত্রগা লিংবদগী থা অমা খরা হেনবা নৎত্রগা থা ফারকপদগী হৌরগা ফৌনা মখোম হানবা হৌরকপা মতম ফাওবগী মনুংদা নুমিৎ ১৫গুম্বা কান্নরগা অনীরক্তগী তাদনা কাপ্পীবদা ফৌগী পোথোক হেনগৎহনবদা মতেং পাংবা হীরম খুদিংমক্তা কান্নবা পীদুনা ফৌগী পোথোক হেনগৎহল্লি অমদি ফৌ অদুদা য়াওগদবা মীওইবদা মচি ওইবা মচলশিং মরাং কায়না য়াওহন্দুনা পোথোক অদু মগুণ হেনগৎহল্লি।

মতৌ অসুম্না ফৌগী পোথোক হেনগৎহনবা অমদি পুথোক্লিবা ফৌশিংগী মগুণ হেনগৎহন্নবগীদমক ফৌগীদমক শেম্লবা মাইক্রোন্যুত্রিএন্ট মিক্সচরশিং ফৌদা শীজিন্নবীগদবনি। ●

ফৌদা তাবা লায়নাশিং অমদি ইন্টিগ্রেটেদ দিজিজ মেনেজমেন্ট - (৪)

লোংজম বোরিস

• পান্বীনা মনা ২-৩ শুরকপদা য়ুরিয়া 25kg/ha গী চাংদা টোপ ড্রেসিং তৌবীবা।

• লৌহোনফমশিংদা লায়না তাব্রা হায়না চেকশিন্না য়েংশিনবীবা।

বি) লৌফমদা পায়খৎপা য়াবা থৌরাংশিং :-

• কালেন মতমদা লৌফম শম্পোৎ নীংথিনা খোইদুনা কোকফাই শুজা মরূশিং অমদি নাপী মরূশিং মাঙহনবীবা।

• লৌফমদা থা অমা ৰাৎলিঙৈদা নাপী, চরূখোক অমদি ফৌমাঙশিং মাঙহনবীবা অমদি ঈশিং নীংথিনা চনবীবা।

• লৌ হুনবা অমদি লিংবা মতমদা ফৌনা খূৎলোনবা মতমগা নোং চুবা মতমগা চান্নদনবা হোৎনবীবা।

• গ্রীন মেন্যুওর পান্বীশিং (Dhaincha, sunnhemp) লৌ শুগদবা নুমিৎ ৪৫নি ৰাৎলিঙৈদা হুনবীবা কান্নগনি। গ্রীন মেন্যুওর ক্রোপ হাপ্পনা গ্রীন মেট্রর ৩০-৩৫ t/ha ফঙহন্দুনা ৩০/৩৩ KgN/ha ফংহল্লি।

• হার কাঙলোন চুম্না হাপ্পীবা। সোইল টেষ্টিং রিজল্টকী মতুংইন্না নাইট্রোজেন ৬০-১২০KgN/Ha শরুক ৩-৪ থোক্লা, 30-60 kg P_2O_5 SSP নৎত্রগা DAP, MOP 40-60kg/ha শরুক অনী থোক্লগা $ZnSO_4$ @25kg/ha as basal.

• লৌরি অমদি পল্লিদা নাপী হৌহনবীদবা।

• *Pseudomonas fluorescens* @ 0.2% (2 g/litre) ফৌনা নুমিৎ ৫০, ৭০ অমদি ৯০ শুরকপা মতমদা চাইবীবা।

• Neem oil 3% (30ml/litre) নৎত্রগা 5% NSKE(neem seed kernel extract) চাইবীবনা sheath blight, sheath rot লায়নাশিং লাকশিনবা ঙম্মী।

লায়নাগী মতুংইন্না পায়খৎপা য়াবা থৌরাংশিং

ব্লাষ্ট	• তাগন্দবা ভেরাইটিশিং Prasanna, IR-36, Tulasi থাবীবা। • Pyroquilon 50 WP (Fongorene) @ 1 g/kg or tricyclazole 75 WP (Beam or Sivic) @ 1 g/kg or carbendazim 50 WP (Bavistin) @1-1.5 g/kg- হায়রিবা হীদাকশিং অসিনা seed treatment তৌবীবা। • লৌফমদা লায়না তারক্লবদি tricyclazole75WP@0.6g/l or iprobenphos 48 EC (Kitazin) @ 2g/l or isoprothiolane 40 EC (Fuji-One) @ 1.5 ml/l or carpropamid 30 SC (Protega) @ 1 ml/l or carbendazim 50 WP (Bavistin) @ 1 g/l or kasugamycin 3 SL (Kasu-B) @ 2.5 g/l or Swing 250 EC® (epoxyconazole 125 g/l + carbendazim 125 g/l) @ 0.5 ml/l.- হায়রিবা হীদাকশিং শীজিন্নবীবা য়াই।
Sheath blight	• Nitrogen হার হাপ্পা অসি তপ্না হাপ্পীবা অমদি শরু ৩দগী হেন্না খাইদোক্তুনা হাপ্পীবা। • লৌফমদা তারক্লবদি -validamycin3L (Sheathmar or Rhizocin)@2.5 ml/l or propiconazole 25 EC (Tilt or Result) @ 1 ml/l or hexaconazole 5 EC (Contaf or Anvil) @ 2 ml/l or carbendazim 50 WP (Bavistin) @ 1g/l or Thifluzamide 24 SC (Pulsar 24 SC) @ 30 g a.i. /ha হাপ্পীবা য়াই।
Brown spot	• মরূশিং হীদাক তোৎপীবা carbendazim 50 WP (Bavistin) @ 2g/kg or mancozeb 75 WP (Indifil M-45) @ 2.5 g/kg • লৌফমদা তারক্লবদি carbendazim50WP(Bavistin)@1g/l or chlorothalonil 75WP (Kavach) @ 2g/l or combination of carbendazim (12%) and mancozeb (63%) (Saaf) @ 1.5-2 g/l or mancozeb 75 WP (Diathane M-45) @ 2g/l শীজিন্নবীবা য়াই।
False smut	• লৌফমদা ফৌনা মপাল শাৎলকপা মতমদা chlorothalonil 75 WP (Kavach) @ 2 ml/l or copper oxychloride (Blue copper 50) @ 4 g/l or epoxyconazole 12.5 EC (Opus) @ 2 ml/l or propiconazole (Tilt or Result) @ 1 ml/l শীজিন্নবীবা য়াই।
Sheath rot	• মরূশিং অদু mancozeb 75WP(IndifilM 45)@2.5g/kg.orcaptan 50WP (Captaf) শীজিন্নদুনা তোৎপীবা। • ফৌনা মপাল শাৎলকপা মতমদা mancozeb75WP (IndofilM-45)@2.5g/kg or propiconazole 25 EC (Tilt or Result) @ 1 ml/l or hexaconazole 5 EC (Contaf or Anvil) @ 2 ml/l or thiophanate methyl 70 WP (Topsin-M) @ 1 g/l শীজিন্নবীবা।
Bacterial Blight	• ফৌ মরূশিং অদু পুং ১২Agrimycin-100 (an antibiotic containing 15% streptomycin and 1.5% terramycin) গী 0.025% solution অমদি ceresin দা তিংবীবা অমদি ঈশিং অশাবদা 52-55ºC পুঙ্খায় অমা তিংবীবা। • Agrimycin অমদি copper oxychloride 50:500ppm তাঙ্কক মঙা থোক্লা চাইবীবা। • হার কাঙলোন চুম্না হাপ্পীবা (60-80kg N/ha +MOP)
Rice Tungro :	• অশোকপা পান্বীশিং মাঙহনবা। • ৰাইকুম অমদি তীলশিং মাঙহন্নবা তীল হীদাক কাপ্পীবা।

ৰারোইশিন :- লায়নাশিং অসিবু অমুক্তা পুল্লপ ফহন্নবা পাম্বৈ লৈতবা মরম্না ইন্টিগ্রেটেদ ওইবা মওংদা চঙশিন্দুনা লায়নাশিং লাকশিনবা তঙাইফদে। অফবা মরূ শীজিন্নবা, মরূশিং হীদাক তোৎপীবা, তাগন্দবা ভেরাইটিশিং থাবীবা, হার কাঙলোন চুম্না হাপ্পীবা অমদি লায়নাশিং অসি তারব্রা হায়না য়েংশিনবীবনা লায়নাশিংগী মাঙহন তাকহনবগী চাং হন্থহনবা ঙমগনি। ●

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৯৭

১) **‘‘সাহিত্য অমসুং থিয়েটর’’** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবনো?

২) **‘‘শাবী লাউলাউ’’** হায়রিবা লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিক্নো? অইবা অসি কনানো?

৩) "Behind A Curtain" হায়না মিংথোনবা লাইরিক অসি মণিপুরীদা ইবা লাইরিক অমদগী ইংলিসতা ট্রান্সলেসন তৌবনি। ট্রান্সলেসন তৌরিবা অইবা অসিগী মমিং করি কৌবগে?

৪) **‘শকখঙদবী’** হায়বা লাইরিক অসি অইবা কনাগী লাইরিক্নো? করম্বা মখলগী লাইরিক্নো?

৫) **‘‘... মৈতৈগী নিংথৌরোন লম্বুবা, মোইরাং নিংথৌরোনগুম্না অচৌবা লাইরিক অমমক ওইদ্রবসু থাংয়ি তাওবুং খোংদৌবদগীনা য়োইকামু অতোনবা ফাওবগী মরমদা ইবা লাইরিক অমনি।’’** লাইরিক অসি করি লাইরিকনো?

মথক্তা পীরিবা ৰাহংশিং অসিগী পাউখুম সেপ্টেম্বর ১৫, নোংমাইজিং নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৰাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৰারেংশিং অসিগী ৰাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৰাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।