

হুইয়েন লানপাউ

নিংথোকাবা, এপ্রিল ০৬, ২০২০, ইম্ফাল
৪৪শুবা চহী, ০১৩শুবা মশীং

হীদাক মনাগী পোৎলমশিং পুশিল্লকপা

লৈঙাক্কা অখন্নবা মীংয়েং চঙলক্কনি হায়বগী খাজবা লৈ

কোভিদ-১৯গী লাইচং লাকশিন্নবা লৈবাকী মফম শীনবা থুংনা লোকদাউন তৌখিনবা তঙাইফদবা পোৎলম অয়াস্না ফংনরক্ত্রে। শেল ফনা য়াম্মা পায়রবসু মরু ওইবা পোৎলমশিং লৈবা ফংদ্রে। স্বাইদদী নুংনাংবা পোক্লিংঙাই ওইরিবা রাফমদি মীওইবগী পুলি কনবদা শীজিন্নগদবা হীদাক-লাংথকশিং ফংলক্তবগী মতাংদনি। তশেংনা হায়রবদা চাবগীদমক্তদি চেঙ খরা, হুৱাই খরা, মনা-মশিং খরা নোংমগী পুক থন্নবা পংচা চাবা য়াই। অদুবু ব্লদ প্রেসর রাংবা, দাইবেটিসনা নারবা মীওইশিং অমসুং ঐচ আই ডিগা শাগোন্নদুনা হিংলিবা মীওইশিংগীদমক্তদি নোংমঙৎ হীদাক চাহৌদবদা খুদোংখিনীংঙাইগী মশকনি। কোরোনাভাইরাসকী লাইচং লাকশিনবদি লায়রদনা নোংম-নোংমগী কেস মশীং হেনগৎলকপা অমদি মী শিবগী মশীংসু হেনগৎলকপনা মীপূম খুদিংমক মিপিহিবা অমসুং লাংতক্লবা পোক্লি। কোরোনাভাইরাসনা নাবা নংত্রবসু নোংমগী তঙাইফদবা চঙদবা যাদবা পোৎলম অমসুং হীদাক-লাংথক ফংলক্তবদি মীওই কয়া শিগদৌরিবনি। রাফম অসি থল্লবদা মীওই কয়া রাখল লায়না পোক্লকপা য়ানা লৈরে। লুরবা তানফম অসিদা য়াম্মবা ক্কা মনা অমসুং হীদাক-মনাগী পোৎলমশিং তোঙান-তোঙানবা কাৰ্গো ফ্লাইটশিংদা পুশিল্লক্লে হায়রিবসি লাইবক থীবনি। হীরম অসিগী মতাংদা কংলৈপাক ষ্টুদেন্টস এসোসিয়েশন (কে এস এ) না চেমবা মীওই পুন্মক চৈরাক গীগদবনি হায়না তকশিল্লক্লি। মইহেয়োয়শিংগী লূপ অসিনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, নোংমগী তঙাইফদনা চঙদবা যাদবা পোৎলমশিং পুশিল্লকপগী মছ্তা শেঞ্জাও পায়বা খরগী থৌনশিন মানবা মওন্দা হীদাক মনাগী পোৎলমশিং পুশিল্লক্লিবসি তরাইনা লৌফম থোক্তে।

ওল মণিপুর য়ুনাইটেড ক্লবস ওর্গানাইজেশন (অমুকো) নসু তঙাইফদনা চঙদবা যাদবা লাইফ সেভিং ড্রগশিং রাংহন্দনবা খৌরাং লৌখংপীয় হায়না তকশিল্লক্লি। লূপ অসিনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, লোকদাউননা মরম ওইরগা মীওইবগী পুলি কনবদা চঙবা হীদাক-লাংথকশিং ফংলরোইদ্রা হায়না মীয়ামদা ফাওরিবা লাংতক্লবা পুন্মক কোকহন্নবা খৌরাং লৌখংফম থোকই। চৈরকসিদা প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা ময়ায় তাংবল লৌদুনা কোভিদ-১৯ লাকশিন্নবগী কাউন্সিল ওফ মিনিষ্টরস অমসুং য়ুনিয়ন কেবিনেটকী মীফম পাঙথোকত্রে। অহানবদা থোইদোক্কা খৌশানরুদ্রগসু মালেমগী তোঙান-তোঙানবা মফমদা খুদোংখিনীংঙাই ওইবা মওন্দা কোভিদ-১৯ শব্দোরকপদগী সেন্টরনা মপান লৈবাক্তা দাইগনোষ্টিক কিটশিং এক্সপোর্ট তৌবা খুদক্তগী অথিংবা থমত্রে। থাংজ নুমিৎতা দিরেক্টোরেট জেনরেল ওফ ফোরেন ট্রেড (দি জি এফ টি) না থোকখিবা নোটিফিকেশন অমনা হায়খি, দাইগনোষ্টিক নংত্রগা লেবোরেটরি রিএজেন্টশিং য়াওনা দাইগনোষ্টিক কিটশিং এক্সপোর্ট তৌবা খুদক্তগী অথিংবা থল্লে।

নোংম-নোংমগী ফীডম লুপা হেঞ্জিল্লবসু অনা লায়েংবদা মথৌ তারিবা হীদাক-লাংথকশিংদি লায়রদনা পর্সনেল প্রোটেক্টিভ ইকিপমেন্ট (পি পি ঈ) ফাওবা লৈশিল্লক্তবগী অরাবা মায়েক্লরি। কোভিদ-১৯ লাকশিন্নবগী মতাংদা শেমখিবা তোঙান তোঙানবা ইম্পার্ড গ্রুপশিংগী মীফম অমা হৌখিবা থাংজ নুমিৎতা পাঙথোক্লি। মীফম অদুগী ময়ায় তাংবল লৌখিবা প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা মথৌ তাবা পর্সনেল প্রোটেক্টিভ ইকিপমেন্ট পুন্মক মরাং কায়না ফংহন্নবা মরী লৈনবা ওফিসলশিংদা খঙহনখি। য়াম্মা মরুওইবা নন-ষ্টেরোইদেল এন্টি-ইনফ্লেমেটরি ড্রগ (এন এস এ আই দি) মখল অমা ওইরিবা পেরাসিটামোল অমদি তোঙান-তোঙানবা এন্টিবাইওটিকশিংসু মরাং কায়না ফংহন্নবা খঙহনখি।

পর্সনেল প্রোটেক্টিভ ইকিপমেন্ট, হীদাক-লাংথক অমসুং চান-থক্লবা পোৎলম ফংদবগী অরাবা মায়েক্লরিঙৈগী চৈরক্তা মীওই কয়া ময়ুমদা হল্লকপা যাদবদগী তোঙান-তোঙানবা মফমদা পন্দুনা লৈরিবনি। কোভিদ-১৯ লাকশিন্নবা খৌরাংগী শরুক অমা ওইনা লৈবাকী মফম পুন্মক লোকদাউন তৌরে হায়না প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা ইখঙ খঙহৌদনা লাউথোরকপদা মীওই কয়া লম্বী-লমখাংদা পন্দুনা লৈরি। তোঙান-তোঙানবা মফমদা পন্দুনা লৈরিবা অরাং-নোংপোক লমদমগী মীওইশিংদা মতেং পাংনবগীদমক হৌখিবা ইরাই নুমিত্তা সেন্টরনা হেল্লালাইন নম্বর অমা লোঞ্চ তৌখি। ন্যু দিল্লিগী নোর্থ ব্লোক্তা লৈবা সেন্ট্রেল কন্ট্রোল ক্লমদা হাংদোক্লিবা হেল্লালাইন নম্বরদা অরাং-নোংপোক লমদমগী মীওইশিংনা ফোন তৌরগা মতেং লৌবা য়াগনি হায়রি।

রাষ্ট্রিয় স্বয়মসেবক সংঘ (আর এস এস) নসু দিল্লিদা লৈরিবা নোর্থ ইষ্টকী মীওইশিংগীদমক অখন্নবা হেল্লালাইন নম্বর অমা লোঞ্চ তৌপ্রবনি। লোকদাউননা মরম ওইরগা পন্দুনা লৈরিবা নোর্থ ইষ্টকী মীওই কয়ানা হেল্লালাইন নম্বর অদুদা ফোন তৌরগা মতেং লৌবা লৈত্রে। ফনা কনবা চেকশিন-ধৌরাং লৌখংলবসু কোরোনাভাইরাসকী লাইচং পাক হেক লাকশিনবা ওমদি। লৈঙাক্কা মীপূম খুদিংমক্তা ফেস মাস্ক অমদি হেন্দ সেনিটাইজরনচিংবা পর্সনেল প্রোটেক্টিভ ইকিপমেন্টশিং মতিক চানা ফংহনবসু ওমদি। ফীডম অসিদা লৈঙাক্কা মীপূম খুদিংমক মশা-মশানা য়ুমদা শেমজবা ফেস মাস্ক নংত্রগা ইচম-চম্বা ফি শীজিন্নরগা মায় খুমজিনবীয়ু হায়না ফোঙদোকত্রে। য়ুমদগী মপান থোকপা খুদিংগী মায় খুমজিনবা অমসুং লু-নানবগী হৈনবী থম্বা খক্তনা খুদোংখিনীংঙাই ওইরবা লাইচং অসিদগী ঙাকথোকপা ওমগনি হায়না য়ুনিয়ন মিনিষ্ট্রি ওফ হেলথ এন্ড ফেমিলি রেলফোরনা ফোঙদোকখি। মমাঙদা বর্ল্ড হেলথ ওর্গানাইজেশন (দব্লিযু ঐচ ও) নসু মীপূম খুদিংমক ফেস মাস্ক শীজিন্নবীয়ু হায়না রেক্কেমেন্দ তৌত্রে। য়ুনাইয়েদ ষ্টেটসকী সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্ড প্রিভেন্স (সী দি সী) না হায়খি, মীপূম খুদিংমক ফেস মাস্ক উল্লবদি খুদোংখিনীংঙাই ওইরবা লায়না-লাইচং অসি মপুং ফানা লাকশিনবা ওমগনি। নোংম-নোংমগী অনাবা অমসুং অশিবগী মশীং হেনগৎলকপগা লোয়ননা তঙাইফদনা চঙদবা যাদ্রবা পোৎলম অয়াস্না ফংলক্তবগী অরাবা মায়েক্লরিঙৈগী চৈরক্তা অখন্নবা কাৰ্গো ফ্লাইটশিংদা ক্কা মনা অমসুং হীদাক মনাগী পোৎলমশিং ইফোং-ফোংনা পুশিল্লকপগী মতাংদা লৈঙাক্কা অখন্নবা মীংয়েং চঙফম থোকই। পোৎলমশিং অদুগী মপু থোরক্ত্রে হায়রগা তুমি়া লৈশিনখিবা চুমলোই।

লৌমীশিংগী কাখল

খামেন অশিনবা থাবগী চেকশিন্নীংঙাই ওইবা রাফম খরা

ডো. এম থোইথোই সিংহ

মণিপুরদা চহী চুপ্পা খামেন অশিনবা ফংই। থাদবা থা লৈতে। চহী চুপ্পা ফংই। তাঙবা হোঙবগী রাফমখক্লি। নৌনা এঞ্জাং নাপী থাবা হৌরকপা মীওইসু কৈথলগী ফীডম, চান্নরিবা, পান্নরিবা কয়াসি উরগা খামেন অশিনবদা অহানবা ওইনা থুং থাউন। খামেন অশিনবা থাবদা খঙদবা যাদবা কাঙলোন শোয়খিবা কয়ানা পোথোক পুথোকপদা রাহল্লি। অখঙবা, খুংলৈহিঁরবা মীওই কয়ানা খামেন অশিনবা থাবা নুংঙাই। শেল কোম্বা ফংই হয়া।

খামেন অশিনবসি শাগৎলকপা মতমগী পান্নী ওইরবসু চহী চুপ্পা থাদুনা পুথোক্লরে। অদুমকপু চেকশিন্নিংঙাই ওইবা রাফম কয়ামুক্তি লৈরি।

অইং-অশা, হার অমসুং ঈশিংগী চাং শোয়বদগী পোথোক্কী চাং নেম্বা তোয়না থেংনরি। মইহে অমসুং পান্নীদা হোংলক্লিবা মওংশিংদু লায়না তিলনানি খন্দুনা মখল কয়গী হীদাক শীজিন্নবা তোয়না থেংনরি। লায়না তিলনাগী হীদাক শীজিন্নবা হায়বসিমক শেল, পান্দল, পোথোক অমসুং অকোয়বগী ফীডমদা শোকহল্লিবনি। মরমসিমক্কা তোয়না থেংনরিবা সমস্যা কয়াসি খঙদোকপা মথৌ তারি।

অইং-অশা ঃ কালেনগী পান্নী ওইরবসু য়াম্মা শাবা মতমদা মইহে তম্বা ওমদে। মপাল অমসুং মইহে নীংখিনা তম্বাবগীদমক নুংখিলগী মতমদা সেলসিয়স দিগ্রি ২৫ অমসুং নুমিদাংগী মতমদা সেলসিয়স দিগ্রি ১৮ হায়বসি য়াম্মা পট্লে।

শাদা শাস্ত্রবা নংত্রগা নিংথমথাগী য়াম্মা ইংবা মতমদা মপান কেনবা, মইহে তম্বা ওমদবা তোয়না থেংনৈ। নুংখিলগী মতমদা সেলসিয়স দিগ্রি ৩২, নুমিদাংদা সেলসিয়স দিগ্রি ২২ গী মথক অমসুং নুংখিল অমসুং নুমিদাংদা সেলসিয়স দিগ্রি ১৮ অমসুং ১২ গী মখাদা লৈব্রবদি মইহে তম্বা ওমদে। মরম অসিনা হৌখিবা নিংথম থাদা মপাল তোয়না কেনবা মইহে তম্বা ওমখিদবগী সমস্যা তোয়না থেংনখি।

অশাবা মতমসিদসু মপুং ফরবা খামেন অশিনবা কয়া ঙাংবা ওমদনা নাপু ছলপ লৈবা থেংনরি। অতোং অকুং নাইবগা লোয়ননা উংমানবা শংলি শংলিবা মচুগা নাপু চেনা লাংবা খামেনশিং থেংনরিবনি।

হার হায়ব্রীদ অমসুং হায়ব্রীদ নওবা খামেন অশিনবা পান্নী অনীসিদা

শঙম অমদা চংগদবা হারগী চাং				
খামেন অশিনবা মখল	নাইট্রোজেন	ফোসফোরস	পোটাস	
হায়ব্রীদ	৪৫	৩৮	৩০	
হায়ব্রীদ নওবশিং	৩০	২০	১২	

গীগদবা হার অসি অস্কী মতিক খেঁমৈ। হায়ব্রীদনা হার হোম্বা চঙই। ফোসফোরস তজ্জায়মুক

করম্মা তিলহৌ লোক্কনি অমদি লীগনি

- এস সুমঙ্গল -

তিলহৌগী মরু ওইবদি হৌখিবা চহী ২০১৯দা কর্ণাটকা, গুজরাট, মহারাষ্ট্রনচিংবা তিলহৌগী মরুওইবা ষ্টেটশিংদা নোং মতম চানা চুখিদবদগী তিলহৌগী মমল নোংদোল যৌনা রাংখিবা অমদি তিলহৌ ফংনদবদগী ওইরকপা রাথোক কয়া অমা লৌখিবদুনা অদুমক তাকত্রে। অতোপ্লা মওন্দা অমুক য়েংলগনা তিলহৌনা হকচাংদা পীরিবা কান্নবা কয়া অদু খন্নবা য়াই।

তিলহৌদা তোঙান তোঙানবা হকচাংদা কান্নরবা চিজ্জাক্কী মচল কয়া অমা য়াওরি। ভিটামিন বি, সী, মিনরেলদনা কেলসিয়ম, আইরন, ফোসফোরস পনবা য়াই। অসিদসু নঙনা প্রোটিন, ফেট, কার্বোহাইড্রেটনচিংবা অদুমক য়াওরি, মরুওইরবা মচাকশিং অসিগী মনুংদা ভিটামিন সী অসি য়াম্মা

তানরিবা এন্টি ওক্সিডেন্ট হায়রিবশিংসিগী মরু ওইবা অমনি।

কান্নরবা, মরু ওইরবা, মালেমগী ইমুং খুদিংমক্কা নুমিৎ খুদিংগী খরা অদুমক শুকশোয় শোয়দনা শীজিন্নরে হায়বা য়ারবা তিলহৌ অসি য়াম্মা নংত্রগা য়ামদনা থাদুনা চহী/কুম অমগী শীজিন্নবা কোন্ননবা নংত্রগা য়োন্দুনা শেদ্দোং ফংনবা হোংনরিবা পুন্মক্কা খঙজিনবা/পায়খংগা য়াবা মরু ওইবা রাফম খরা য়েংসি। হৌজিকসি থারিবা তিলহৌ অয়াস্না মরু কাদুনা লোকপা য়ারবা, লোক্কাদবা খরা রাংলিবা অমদি লোকপা লৌইব্রবা অসিনচিংবা তাজ্জাশিংনি। লোকপা লৌইব্রবদুনা কাঙলোন চুপ্পা লীনবা, লোকপা য়ারবা অমসুং খরা রাংলিবদুনা কাঙলোন চুপ্পা মতম চানা লোক্কা অমসুং লীনবা রাফম খরা থমজগে। মরমদি লোকপা অমদি লীবা শোয়বা মতমদা রাব্বা হকচাং, মাঙখিবা মতম লোয়ননা চঙখিবা শেল খুদিংমক অরেন্দ্ৰা তাগদৌরিবনি।

শাহৌ ফজনা হৌরম্বা, মরু কাগদৌবা মান্দনা লৈরম্বা পান্নীশিং, নুংশা শাগৎলকপা, নুংখিলগী মতম শাগ্দোরকপা অসিগা ইরৌইননা লায়না-তিলনা অমদি অতৈ অকায় অতোয় থোক্তুবদি ইকুই কুইদনা মরু কাশিল্লক্কগনি। খঙজিনবা য়াবা অমনা নিংখিনা শাহৌ ফনা হৌবা তিলহৌ পান্নীশিংদা মরু কাবসি ইকুই কুইহৌদে। মার্চ ২১গী মতুংদগী নুংখিলগী মতমনা অহিংগী মতমদগী শাংবা হেল্লক্কনি লোয়ননা মনা চাউবা হেনগৎলরোই, মরু মপুং ফাবরোমদা চথত্ৰনি। অদুবু উরুমদা হৌবা ওইরবা, মহী চুপ্পা তীলকুপ (থ্রিপস) তারবা, যুরিয়া হেল্লবা লোয়ননা ঈশিং হেল্লবা মরু কাবা কাদবা তম্বা ওমদে। লোক্কাদবা থাখায় রাংলিঙৈদা ঈশিং চনবা লেপসি, থ্রিপস কন্ট্রোল তৌসি (দাইক্লরভোস ৭৬% ঈ সী-এম এল ১০ ঈশিং লিটর ১৫ + থ্রিপস এম এল ৫ য়াল্লগা



মথোক লৌইরবা তিলহৌশিং



মথোক লৌইদ্রিবা তিলহৌশিং

হাম্মা য়োহোকপা/চাথোকপা ফৈ। লীবগী মওংসি তোঙান তোঙানবা লমদমশিংগী ওইনা অদুমক খেন্নবা লৈ। গোদাউন্দা চাউনা লীবগী মওং, য়ুমদা চাননবা খরা লীবা অসিনচিংবা কয়ানি। অদুবু মথোয়গী পান্দমশিংদি অমঙনি। তিলহৌদা অমাঙ-অতা



থ্রিপস তারবা পান্নী

থোকহন্দনা মতম শাংনা থম্বা অদুনি। লীরমদাইদা তিলহৌ মরা থোকফম মউ শোকহ্ দনা মউ নকনা মরাশিং শেংনা কক্কনি। লোয়ননা মরুদগী ইঞ্চি ১ কাখৎলগা মনাশিং ককপীগনি। মমাঙদা থমজখিবা কুইনা থম্বা য়ারৌইদবশিং খন্দোকত্রগা লেমহৌবশিং চাং মান্না খায়দোক্তুনা নুংশিংকী ঈচেল লৈবা হায়বদি ভেন্টিলেশন নিংখিনা লৈবা, ঈনিল নেম্বা, তেম্পরেচরনা রাংবা মফমদা লীবনা স্বাইদদী ফৈ। মরোল নাইনা মরোল অমদা ইঞ্চি মরিদদী হোম্বা থাহন্দনা মরোল অমগা অমগগী মরক্তা মতম মতমগী চ্যেক তৌবা চঙবা নুংঙাইনবা চাং য়েংদুনা হাঙহন্দুনা লীবীগনি। ঈনিল বাংলগনা মরা থোক্কল্লি, টেম্পরেচর বাংলগনা মতোন থোক্কলি। মতম মতমগী ওইনা চ্যেক তৌবীদুনা হামজি ক্লকপা, পংখিল্লকপা লৌথোকপীগনি।

অতোপ্লা মওং অমদনা মনা অমদি মরাশিংগা লোয়ননা নিংখিনা উরুমদা মতম খরা চঙনা কংহন্নবা মতুংদা মনা কক্তনা মপুন মপুন পুন্মগা খৌরি তিংদুনা মপুন তজ্জায় খায়দোক্লগা খৌরিগী নাকল নাকল তাহল্লগা য়াখুদুনা লীবা য়াই। য়োল্লমদাইদা মরা মনা নিংখিনা কক্তুনা মকু অতাবা লৌথোক্তুনা মীনা পান্নবা শেমদুনা য়োনবা য়াই। অসুন্না মতম চানা মশা ফনা লোক্তুনা কাঙলোন চুপ্পা লীবা তিলহৌশিং মথংগী তিলহৌ লোক্ত্রিফাও লীবা য়াগনি। ●