লুচিংবা অমগী মগুন নীংথিনা চেনবা মীহুৎ খল্লবদি অফবা লৈঙাক্লোই লৈহনবা ঙমগনি : করাম শ্যাম

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

লোক জনশক্তি পার্টি (এল জে পি), মণিপুর ষ্টেট অমদি এল জে পি লংথবাল য়ুনিটনা পুন্না শীন্দুনা লিলোং চজিং মাইরেনখোং কম্যুনিটি হোলদা পার্টি অসিবু লুচিংলম্বা লৈখিদ্রবা রাম বিলাস পাসৱালগী ৭৫শুবা মপোক নুমীৎ নীংশিং থৌরম পাঙথোকপগা লোয়ননা লৈখিদ্রবগী মফমদা হৈকৎ লৈকৎ তমদুনা ঈকায় খুম্লবা উৎখ্রে।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা লংথবাল এ সীগী এম এল এসু ওইরিবা লোক জনশক্তি পার্টিগী নেসনল ভাইস প্রসিদেন্ট করাম শ্যামনা হায়খি, লৈখিদ্রবা রাম বিলাস পাসৱাল দলিটকী ইমুং অমদা পোক্লকখি। মহাক কাঙলুপ-ফুরুপকী খেন্নবা থমদনা অপীকপা ফুরুপশিংবু হন্থনা য়েংবগী মায়োক্তা লৈদুনা তোল্ল-তারবশিংগী য়াইফনবা কয়া হোৎনরমখি। মশাগী চহী ২১শুবদা এম এল এ ওইরকপদা নত্তনা লোক সভাগী এম পি ১০রক, রাজ্য সভাগী এম পি ২রক, তোঙান-তোঙানবা লৈঙাক্তা কেবিনেট মিনিষ্টর ৬রক ওইরম্লবা মশক নাইবা লুচিংবা অমনি। মহাক্না কুমজা ২০০০দা লোক জনশক্তি পার্টি লিংখৎতুনা ঙসিদি লৈবাক অসিগী অচৌবা পোলিটিকেল পার্টি অমা ওইবা ঙম্লে।

মহাক্না হায়খি, লাক্লিবা মণিপুরগী এসেমব্লী ইলেক্সন অসিদা মীরেপ ওইগদৌরিবশিংগী মগুন শেলনা লেপ্পগী মহুৎতা লুচিংবা অমগী মগুন নীংথিনা চেনবা মীহুৎ ওইনা খল্লবদি লমদমসিদা অফবা লৈঙাক্লোই লৈহনবা ঙমগনি। অফবা লৈঙাক্লোই মশীং য়াম্লবা লৈরবা মতমদা ষ্টেট অসিদা ঈং-তপ্না, তংদু-লৈতানা লৈবা ঙমগনি। হেন্নসু চাউখৎকনি। লুচিংবা খৃদিংমক্তা হৈকৎ-লৈকৎ তমদে। করিগীদমক লুচিংবা অমনা লৈখিদ্রবা মতুংদা মাগী মগুন হেনগৎলক্তুনা হৈকৎ-লৈকৎ তম্লিবনো হায়বসি ঐখোয় খৃদিংমক্লা খঙবগী মতম ওইরে। লুচিংবদা কখোকপা য়াওদ্রবা, থম্মোয় শেংদ্রবা, ৱানা অমা ঙাংলগা থবক্লা অমা তৌরবা, লৈত-লায়রবশিংবু মীনুংশি ফাওদ্রবা, মীওইবা খুন্নাইগীদমক কখোকপা ঙমদ্রবা, লৈবাক্কীদমক থৱায় কখোক্কনি হায়বা ৱাখল চেন্দ্রবদি লুচিংবা অমা ওইবগী মগুন য়াওদে। লুচিংবা অমা হায়বসি নমদুনা ঈকায় খুম্ল হনবা য়াদে। মহাক্কী লমচৎ-শাজৎ, ৱাঙাং-শাঙাংগী মতুংইন্না মীয়াম্না ঈকায় খুম্লগদৌরিবনি। অদুনা মীখল থেংনরিবা, মীখলদা মায় পাক্লক্লবা অমদি লৈবাক ঙাক্লিবা খৃদিংমক লুচিংবা অমা ওইবগী চপ চাবা মগুন অদু চেন্দুনা কখোকপগা লোয়ননা থবক তৌরবদি লুচিংবা ওইবগী মগুন শোয়দনা হেনগৎলক্কনি।

হৌজিক্কী মতমদা শেলবু পায়রবদি ভোট লেপ্পগী মতৌ অমদা লাক্লে। মীয়াম্নসু মীরেপ ওইনি হায়না থোরক্লিবা মীওই অদুগী মরমদা নীংথিনা য়েংশিল্লুদে। মীওই অদু চহী খরগী মমাঙদা করি তৌরম্মী, মীয়াম্না চহী ৫গী ভোটিং রাইট অদু শীন্নখ্রবা মতুংদা করি তৌগদৌরি, মীয়ামগীদমক কখোকপা ঙমগদ্রা নৎত্রগা শেল খরা পায়রগা তাৎ-পাৎ তৌরিব্রা হায়বসি নৈনবা মতম ওইরে। অদুনা ঐখোয়না অফবা মীহুৎ খনগদবনি হায়বা ৱাখল্লোন অসি মণিপুরগী মীয়ামদা লৈহন্নিংই হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা লংথবাল এ সীদা খ্বাইদগী চাং ৱাংনা কোভিদ ভেক্সিনেসন কাপথোকখিবা পোল্লিং ষ্টেসন অমা ওইরিবা হাওরৈবীগীদমক এম এল এনা লুপা লিশিং ১০ পীদুনা পূক্লিং থৌগৎখি। লোয়ননা এম এল এনা মহাক্কী ফেসবুক পেজতা মহাক্না সাইকল থৌরিবা অসিগী মরম চাবা পাউখুম পীরকখিবা হৈরোক্তগী জি পি ৱিমেন কোলেজদা পোষ্ট গ্রেজুএট তৌরিবী পি থোইবীদসু লুপা লিশিং ১০ পীদুনা পূক্লিং থৌগৎখি।

থৌরম অদুদা লোক জনশক্তি পার্টি মণিপুর ষ্টেটকী লুচিংবশিং, এল জে পি লংথবাল য়ুনিটকী প্রসিদেন্ট লাইশ্রম বিরেনয়াইমা অমদি য়ুনিট অসিগী থৌ পুবা কয়াসু শরুক য়াখি।

লিটরেরি ক্যুজগী ২০শুবা তাঙ্কক্কী ৱিন্নর ইবোচৌবনা ওইখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

পাউচে অসিগী লেপ্তুনা চৎথরক্লিবা লিটরেলি ক্যুজগী ২০শুবা তাঙ্কক্কী ৱিন্নর হাওরৈবী মখা লৈকায়দা লৈবা য়ুম্লাম ইবোচৌবনা ওইখ্রে। ৱিন্নর ওইখ্রবা ইবোচৌবনা ফোঙদোরকপগী মতুংইন্না লমদম অসিদা ফোঙলিবা পাউচেশিংগী মনুংদা ঐগী ওইনা খ্বাইদগী পামজবা পাউচেদি 'হুইয়েন লানপাউ' নি।

'হুইয়েন লানপাউ' হায়রিবা পাউচে অসিদা মখল-মথেল কয়াগী ঈ-পাউশিং হায়বদি মণিপুরগী মরুওইবা পাউ, ইন্দিয়াগী পাউ অমদি মালেমগী কাচিন-কোয়াশিংদা থোকপা পাউশিং লৈঙাকলোনগী অফ-ফত্তবা কয়া মতিং লৈনা ইবা মখল শুনা হাপ্তুনা ফোঙলি। অসিদসু নত্তনা পাউ অমা মীয়ামদা খঙহনবদা য়াম্না মরিক চুম্বগী মশক অমা য়াওরি। পাউচে অসিগী মরুওইবদি প্রজা মীয়াম্না খঙবদা কান্নগদবা ঈ-পাউতমক ফোঙবিবা অসিনি। থোইদোক হেন্দোক্লা ঐনা নুংঙাইজরিবদি সাহিত্যগী তোঙান-তোঙানবা কলম অসিনি। হায়রিবা কলম অসিদা মতম-মতমগা চানবা হায়বদি অথোই-অহেন তান্নবগী থবক লৌখৎপা অসিনি।

লিটরেরিবু পামজবা হৌরক্লিবা নহারোলশিংগীদমক হুইয়েন লানপাউনা চহী লিশাং শিংনা লিটরেরি ক্যুইজ সেরিজ অমা থা অমগী মনুংদা অনীরক পাঙথোক্লিবা অসি ঐগী ৱাখলদদি য়াম্না ফৈ হায়না লৌই। মসিদা ঐনা অমুক্তা হেন্না হায়জনিংবদি ক্যুইজ অমদা পীরিবা নুমীৎ মশিং অসি খরা শাংবগী মহুৎতা নুমীৎ মশিং খরা তেনবা পাম্মী। লিটরেরি ক্যুইজ সেরিজ অসিনা মণিপুরী খোরিরোলগী পুৱারী অমসুং মসিগী তোপ-তোপ্পা মহাও অমা প্রজা মীয়ামদা পীবিরে। লোয়ননা কোভিদ-১৯ গুম্বা তমথিরবা লায়না লাইচৎ অসিনা শোকপা ঙমদবা প্রজা মীয়ামগী খোরিরোল ওইহনবদা অচৌবা মতেং অমা ওইরি। মী লৈতনা খোরিরোল লৈবা ওইথোক্তে, ঐখোয় হিংনবা ভেক্সিন দোজ শুনা কাপথোকপীয়ু। তমথিরবা লায়না অসিবু মায়থিবা পীনবা তৌফম থোকপা থবককিং তৌমিন্নসি হায়না মীয়ামদা পাউজেল পীজরি হায়না মহাক্না মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

মাস ভেক্সিনেসন পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

কোভিদ-১৯গী মাস ভেক্সিনেসনগী মখা চথরকপা ওইনা জিরিবামগী দি সী অমদি সী এম ওগী মীৎয়েং মখাদা জিরিবামগী কোভিদ টাস্ক ফোর্সকা খুৎশম্নরগা অজুকানা শীন্দুনা ঙসিসু পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুগী মতাংদা অজুকাগী প্রসিদেন্ট এম মাইপাকসনা মঙাংনা হায়খি, জিরিবামগী দি সী অমদি সী এম ওগী মীৎয়েং মখাদা জিরিবামগী কোভিদ টাস্ক ফোর্সকা খুৎশম্নরগা ঙসিসু মাস ভেক্সিনেসনগী থৌরম অসি পাঙথোকখি। লেপ্তুনা চথরকপা মাস ভেক্সিনেসন অসি জিরিবাম দিষ্ট্রিক্টপু কোভিদ ফ্রী জোন ওইহন্নবা হোৎনবদা মীয়াম্না মতেং পাংবীদুনা কোভিদকী ভেক্সিন অসি কাপথোকপীদুনা কোভিদ ফ্রী ওইবা লমদম অমা ওইনবা হোৎনমিন্নসি হায়না অজুকাগী মায়কৈদগী আপীল তৌজরি হায়নসু ফোঙদোকখি।

চাক্লেন তেংবাঙখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

নিংথৌখোং ৱার্ড নম্বর ৮দগী সোসল ৱার্কর লাইশ্রম সোমোরেন্দ্রোনা ঙসি নিংথৌখোংদা লৈবা কোভিদ ক্যের সেন্টরশিংদা ঙসি অয়ুক্কী চাক্লেন তেংবাঙখ্রে।

চাক্লেন তেংবাঙখিবা অদুগা মরী লৈননা সোসল ৱার্কর লাইশ্রম সোমোরেন্দ্রোনা নিংথৌখোং মোদেল হায় স্কুল অমসুং মাঙ্গোলঙানবী কোলেজদা হাংলিবা কোভিদ ক্যের সেন্টরদা লৈরিবা মীওইশিংগী মোরেল বুষ্ট তৌননবা ইন্টরেক্সনসু তৌখি। লোয়ননা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট কোভিদ-১৯ টাস্ক ফোর্সকী ভলন্টিয়রশিংদসু পূক্লিং থৌগৎখিবগা লোয়ননা মখা তানসু মহাক্কী মায়কৈদগী অঙম্বা মতেংশিং পাংখিগনি হায়না লাইশ্রম সোমোরেন্দ্রোনা ফোঙদোকখি হায়রি।

কুমগী নোং চুবগী চাং ৱাৎপদগী লম্লাই মায়কৈগী লৌবুকশিং ইকং মায়োক্লবগী ফীভমদা লৈরে

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

কুমগী নোং লাকখ্রবসু হৌজিক-হৌজিক নোংজু চাং ৱাৎপদগী লৌবুকশিংদা ঈশিং তুংবা ঙমদবনা লম্লাই এ সীগী মনুংচন্না লৈবা অয়াম্বা লৌবুকশিং ইকং মায়োক্লবগী ফীভমদা লৈরে হায়না এম পি সী সীগী কো-ওপটেদ মেম্বর অচৌইবম দেবেননা চীফ মিনিষ্টরগী পুক্লিং চিংশিনখ্রে।

ৱাফম অসি লম্লাই ব্লোক কোক্সেস কম্মিটিগী মায়কৈদগী থাদোরকপা ভিদিও রিলিজ অমদা অচৌইবম দেবেননা ফোঙদোকখিবনি। মহাক্না মখা তারদুনা হায়, লৌউ পাম্বা য়ৌশিল্লক্লবা ফাওবদা নোং চুরক্তবা অসিনা লৌমীশিং মীপাইবা ফাওনরে। মরম অসিনা মণিপুর লৈঙাক য়াওনা মরি লৈনবশিংনা লৌউশিংবগী থবক থৌরমশিং পায়খৎপা হোৎনবিয়ু। লম্লাই এ সীগী মনুংদা লৈরিবা লৌবুকশিং অসি ইথৈ-লৌখোং নীংথিনা লৈতবনা মরম ওইরগা লৌশিংউবগী থবক-থৌরম পায়খৎপা য়াদনা লৈরি। মমাংদা কয়ারক হন্না লৈঙাক য়াওনা মরি লৈনবা লোইশঙশিংদা এ সী অসিগী মনুংদা লৈবা লৌবুকশিংদা মতম চানা লৌ উবগী থবক পায়খৎপা য়ানবা ইথৈ-লৌখোং শেম্বিয়ু হায়না তকশিন্দুনা লাকখিবনি। অদুবু ঙসি ফাওবদা থবক্তা ওম্থোকপীরক্তবনা মরম ওইরগা অদুমক লৌমীশিংনা অৱাবা মায়োক্লরি।

লম্লাই এ সী অসি চাদা ৭০দি লৌউশিংউবগী থবক তৌদুনা হিংবা কুমগী নোংদা দিপেন্দ তৌবা লৌমীশিংনা অয়াম্বনি। কোভিদ লায়নাগী ৱারবা চৈরক অসিদা লৌউশিংউবগী থবক অসিসু লৌবুক্তা ঈশিং লৈতবা ইকং থোক্তুনা লৈবনা মরম ওইরগা লৌমীশিং য়াওনা মায়কৈ অসোমগী মীয়াম চানবা ফৌ-চেং লৈররোইদ্রা হায়বগী মীপাইবা অমগা লোয়ননা হিংলি। ষ্টেট অসিদা হৌজিক ওইরিবা কোভিদ লায়নাগী ফীভম পল্লদুনা মহাক্না মখা তানা হায় লম্লাই মায়কৈদা কোভিদ লায়নাগী অৱাবা কোক্লনবা লম্লাই ব্লোক কোক্সেস কম্মিটিগী মায়কৈদগী পায়খৎপা য়াবা থবক থৌরমশিংসু পায়খৎলি। লায়না অসিদগী ঙাকথোক্লবা উপাই ওইরিবা ভেক্সিনেসনগী থবকসু হেন্না খুমাং চাওশিন্না পায়খৎনবা লৈঙাক্লা হোৎনরিবা অসিদা ঐখোয় পূম্নমক্লা শরুক য়াদুনা কোভিদ লৈতবা লমদম অমা ওইনবা হোৎনমিন্নরসি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

আই আর সী এসনা মাস্ক অমদি হেন্দ সেনিটাইজর য়েন্থোকখ্রে

ইম্ফাল, জুলাই ০৫ (ঐচ এন এস):

পরিং নাইনা চথরকপা মাস্ক অমদি হেন্দ সেনিটাইজরশিং আশা ৱার্করশিংদা য়েন্থোকপা থৌরমগী শরুক অমা ওইনা ঙসি শওম্বুং প্রাইমারী হেল্থ সেন্টর, লম্লাই প্রাইমারী হেল্থ সেন্টর, য়াইঙংপোকপী প্রাইমারী হেল্থ সেন্টর অমদি হৈঙাং প্রাইমারী হেল্থ সেন্টরনা কোনবা আশা ৱার্করশিংদা ইন্দিয়ন রেদ ক্রোস সোসাইটি, ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চনা সেন্টরশিংদা কোয়না চৎতুনা হকথেংননা য়েন্থোকখ্রে।

থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা আই আর সী এস ইম্ফাল ইষ্টকী চেয়রমেন নরেন্দ্র নিঙোম্বনা আশা ৱার্করশিংনা হেল্থ ক্যেরদা অমদি কোভিদ-১৯গী পেন্দমিক অসিদা চিংনবা লৈতনা লৌরিবা থৌদাং অসিবু ঙমখৈ লৈতনা থাগৎপগা লোয়ননা পুক্লিং থৌগৎখি। অপীকপা ইনসেন্টিভকী শেনফম ওইনা খজিক্তং ফংজরগা চেন-চোংখিবগী থৌদাং অসিদি অসুক্কী মতিক চাউই। অসুক কিনরবা পেন্দমিক অসিদা মশা-মশানা মাস্ক, হেন্দ গ্লোভ অমদি সেনিটাইজর লন্নাই ওইনা লৈরগা মীয়ামগী মতেং পাংলিবা অসিমক কোভিদ-১৯গী লাম্থেংনবা অসিদা অসুক্কী মতিক খুদোংচাদবা থেংনরমগনি। মরী লৈনবা লোয়শঙশিং অমদি পুকচেল চাউরবশিংনা মাস্ক, হেন্দ গ্লোভ অমদি হেন্দ সেনিটাইজরশিং মতেং খরদা ওইরবসু পাংবীবা মথৌ তাই। মরী লৈনবশিংনা হীরম অসোমদা মায় ওনশিন্দুনা মখোয়গী মতেং পাংবীয়ু হায়না অপীল তৌখি। লোয়ননা রেদ ক্রোস ব্রাঞ্চনসু অঙম্বনা মতেং পাংজবনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

পেন্দমিক অসিদগী ঙাকথোক্লবা লৈঙাক্লা পীরিবা এস ও পিশিং চপ চানা ঙাক্তুনা কোভিদ-১৯বু মায়থীবা পীসি। থৌরম অদুদা রেদ ক্রোসকী ভলন্টিয়রশিং তোকপম জিনেশ, লাইশ্রম কুবের অমদি লাইশ্রম রাজে শসু শরুক য়াখি।

অমরোমদা, ঙরাংসু ইন্দিয়ান রেদ ক্রোস সোসাইটি, ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট ব্রাঞ্চনা সগোলমাঙ পি ঐচ সীদা লৈরিবা আশা ৱার্করশিং অমদি খুরাই নিংথৌবুংদা মোইরাংকম্পু পি ঐচ সীগী মখাদা লৈবা আশা ৱার্করশিংদা মাস্ক অমদি সেনিটাইজরশিং য়েন্থোকখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা আশা ৱার্করশিং অমদি ক্লবকী মেম্বরশিংতগী ওইবা কোভিদ-১৯গা মরী লৈননা ঐখোয়না ঙাক্কদবা চৎন-কাঙলোনশিংগী মতাংদা অমদি ভেক্সিনেসনগী মতাংদা এব্রোরনেস পীখি।

থৌরম অদুদা ব্রাঞ্চ অসিগী চেয়রমেন নরেন্দ্র নিঙোম্বা, ট্রেজরর এল কুবের, প্রেমজিৎ নাওরোইবম অমদি ব্রাঞ্চ অসিগী জোইন্ট সেক্রেটরি তোকপম জিনেশনা মরু ওইনা শরুক য়াখিবগা লোয়ননা ঐখোয়না লৈঙাক্লা পীরিবা এস ও পিশিং অসি চপ চানা ঙাক্তুনা চৎলবদি কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। ফেস মাস্ক কাঙলোনশিং চুম্না উপ্পা, খৃৎ-শা সাপোন শীজিন্নদুনা তোয়না হামদোকপা, হেন্দ সেনিটাইজর শীজিন্নবা, সোসল অমদি ফিজিকেল দিষ্টেন্সিং ঙাক্লবদি লাইচৎ অসিদগী ঐখোয় ঙাকথোকপা ঙমগনি। লোয়ননা মীপূম খৃদিংমক্লা ভেক্সিন কাপথোকপীয়ু হায়না মীয়ামদা আপীল তৌখি।

কোভিদতগী ফরক্লবা মতুংদা

লৌশিং পুক্কে

থেংনবা দাইজেষ্টিব ইস্যুশিং থৌশাদবা তৌরোইদবনি

কোরোনাভাইরসতগী ফগৎলক্লবা মতুংদা মতম কুইনা মায়োক্লদুনা লৈবা লাইওংশিংবু মেনেজ তৌবা তম্নবা অমদি পোখাদুনা লৈনবা হোৎনবা হায়বসি য়াম্না মরু ওইরক্লি। লেপ্তুনা লোক খৃবা, নীংশা হোনবা ৱাবা, মসল পেইন অমদি ইনফেক্সনগী রিস্ক ৱাংখৎপা য়াওনা পোষ্ট-কোভিদ রিকোভরি অসি সিম্পটমেটিক মেনেজমেন্টকী মখা য়াম্না পোল্লি। মতম অসিমক্তদা হার্টকুম্বা হকচাংগী মরুওইবা ওর্গানশিংদা শোকহনবা, অকনবা চেকশিন থৌরাং মথৌ তাবা অমদি থৌশাদবা তৌরোইদবা সিম্পটম খরসু লৈতবা নত্তে। অসিগুম্বা সিম্পটমশিং অসিগী মনুংদা দাইজেষ্টিব সিষ্টেমদা শোকহনবশিংসু য়াওরি।

কোভিদ-১৯গী অনীশুবা ৱেভকী মতম অসিদা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিম্পটমশিং অসি য়াম্না কম্মন ওইরকপগা লোয়ননা কোভিদনা নারুবদগী ফরবা পেসেন্টশিংনা হনবা নাইদবা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিম্পটমশিং থেংনবরা হায়বগী মতাংদা পুক্লিং চঙনবা অমদি লৈরগদি চেক তৌথোক্লবা দোক্টরশিংনা ফোঙদোক্লি। হীরম অসিগী মতাংদা মখাদা পীরি।

অনীশুবা ৱেভ মনুং অসিদা দাইরিয়া, এসিদ রিফ্লক্স, পূক নাবা, ওনীংবনচিংবা য়াওনা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিম্পটমশিং মায়োক্লবা মীওইশিংগী মশিং য়াম্না ৱাংখৎলকখি। হায়রিবা সিম্পটমশিং অসি মমাঙদা থেংনবগী ইভিদেন্স লৈখিদ্রগসু গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেলগী খুদোংচাদবা খরদি ভাইরসকী হোংলক্লিবা অমদি ম্যুটেট তৌরক্লিবা মওং অসিগা মরী লৈনরি।

সাইন্টিষ্টশিংনা থাজরি মদুদি, গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিষ্টেমদা য়াম্না একুট ওইনা এফেক্ট তৌরিবা অসি গটকী মনাক্তা এ সী ঈ ২ রিসেপ্টরশিং চাং ৱাংনা য়াওবননি।

ফাইন্দিংশিংগী মতুংইন্না কোভিদ-১৯ পেসেন্টশিংগী মনুংদা ৬০%দি গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেলগী খুদোংচাদবা মায়োক্লে, মসি লায়না অসিগী সেভ্যিরিটিগা তোয়না মরী লৈনগল্লি। অদুগা কোভিদ-১৯ পেসেন্টশিংগী ৪৪% দা হোস্পিটালদগী দিসচার্জ তৌবা মতমদা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেলগী অনাবশিং উবা ফংই হায়না লাম্লেটতা পল্লিস তৌখিবা ষ্টদি অমগী মতুংইন্না হায়রি।

এসিদ রিফ্লক্স, দাইজেষ্টিবকী অনাবশিং, ওনীংবা, পুক নুংঙাইতবা, পুক নাবা, দাইরিয়ানচিংবশিং অসি কোভিদ-১৯না নারিবা পেসেন্টশিংদা থেংনবা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল দিষ্টর্বেন্সশিংগী কম্মন ওইবা খুদম ঙাক্তা ওইবা য়াই। লোং কোভিদ-১৯গা মরী লৈনবা মরুওইবা কমপ্লিকেসন কয়াগী মতাংদা থিজিন্নবা রিসার্ছ কয়া লেপ্তুনা চথরিঙৈ অসিদা দোক্টর খরনা মখোয়শিং অসি পেসেন্টশিংনা নাবা ফরক্লবা মতুং থা অহুম ফাওবা শাংনা মায়োক্লদুনা লৈবা লোং-কোভিদ সিম্পটমশিং ওইবসু য়াই হায়রি।

দাইজেষ্টিভকা মরী লৈনবা খুদোংচাদবশিং অসিনা কোভিদ-১৯দগী ফগৎলক্লবা হোৎনবদা য়াম্না মরুওইরিবা মীওই অমগী ন্যুট্রিসনেলগী ওইবা মথৌ তাবশিংদসু চৈথেং পীবা ঙমই। মরম অদুনা মতম শাংনা থেংনরিবা কোভিদ সিম্পটমশিংগী সিম্পটমেটিক ট্রিটমেন্টশিংগা লোয়ননা এসিদ রিফ্লক্স, ওনীংবা অমদি দাইজেষ্টিব প্রোব্লেমশিংনচিংবা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেলগী খুদোংচাদবশিং অসিবু মেনেজ তৌনবা হোৎনবরোমদসু প্রাইওরিটি ওইনা মীৎয়েং থমগদবনি হায়রি।

মতম কুইনা লোয়নদুনা লৈহৌবা কোভিদকী সিম্পটম কয়া অমদি ইনফেক্সনগী সেভ্যিরিটি অমসুং রিস্ক ফেক্টরশিংগা মরী লৈনে। অদুগা সিম্পটম খরা অমদি হকচাংদা লৈহৌবা ইনফ্লেমেসননা থোকহনবসু য়াওই।

মতম শাংনা মায়োক্লদুনা লৈবা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিম্পটমশিংগী ওইনদি মীওই অদুদা নাখ্রিবা ইনফেক্সন মখল অদুগী মতুংইন্না সিম্পটমশিং মতম শাংনা মায়োক্লবা য়াবগী ওইথোকপা ৱাংবতা নত্তনা হাইপোক্সিয়া কৌবা কম্মন ওইবা কোভিদ কমপ্লিকেসন অমনা থোকহনবা ওইবসু য়াই।

হাইপোক্সিয়া হায়বসি হকচাংগী ওক্সিজেন সেচুরেসন লেভেলনা নোর্মেল ওইবা চাংদগী হন্থখিদুনা হকচাংগী মরুওইবা ওর্গানশিংদা ওক্সিজেনেটেদ ব্লদ য়ৌবগী চাং হন্থরকপগী থৌওং অমনি। হাইপোক্সিয়াগী খ্বাইদগী অকনবা ইফেক্ট অসি রেস্পিরেটরি ওর্গানশিংদা ফাওরকই, মসিনা নীংশা মপুঙ ফানা হোনবা ঙমদবা, থবাক নাবা অমদি নীংশা হোনবা ৱাবনচিংবা থোকহল্লি। অদুমওইনমক এক্সপার্ট কয়ানা হায়বগী মতুংইন্না হাইপোক্সিয়ানা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল ট্রেক্টতসু চৈথেং পীবা য়াই, অমদি মসিনা হকচাং নুংঙাইতবা, এসিদ রিফ্লক্স অমদি দাইজেষ্টিবগী অনাবনচিংবা সিম্পটমশিং ওইহল্লি। ঈদা ওক্সিজেন সেচুরেসন হন্থরকপা হায়বসি সেভ্যির ন্যুমোনিয়াগা য়াম্না নক্লবা মরী লৈনবা সিম্পটম অমনি অমদি মসি গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেলগী খুদোংচাদবশিংগসু মরী লৈনে।

গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল অমদি দাইজেষ্টিভ সিম্পটমশিং অসি কোভিদ-১৯ লায়েংনবগীদমক শীজিন্নবা হীদাক-লাংথক খরা মতম শাংনা শীজিন্নবনসু থোকহনবা য়াই। কোভিদ-১৯ নারিঙৈদা পীবা অকক্লবা হীদাক-লাংথক খরনসু কিদনিগী হেন্ঠতা সাইদ ইফেক্ট থোকহনবা য়াই অমদি মদুবু গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল সিম্পটমশিংগী মওংদা উখোরকই।

ইনফ্লেমেসননা মরম ওইরগা, ইন্সুলিন প্রদক্সন নেম্বা মতমদা লিভরগী সেলশিং পোমথোকপনা মরম ওইরগা লিভর এঞ্জাইম মখল খরগী চাং হেনগৎলকপা য়াই। মসিনা দাইজেসন, চানীং-থক্লীংবা পোক্তবা অমদি অতোপ্পা মরী লৈনবা খুদোংচবশিংগা মরী লৈনবা খুদোংচাদবশিংসু থোকহনবা য়াই।

মথক্তা পীখ্রিবা মরমশিং অসি লৈবনা কোভিদনা নারুবদগী ফগৎলক্লবা মতুংদা থেংনবা লোং-কোভিদকী লাইওংশিংবু মেনেজ তৌবগী মথক্তা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল অমদি দাইজেষ্টিভকী খুদোংচাদবশিংবুসু থৌশাদবা তৌদনা য়াম্না চেকশিনবা মথৌ তাই। খুদোংচাদবা লৈরগদি দোক্টরদা তানদুনা য়েংথোকহৌবনা অফবা ওইগনি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না কারি হায়রি, কারি পাম্লি

পেন্সনর ঐখোয়সু ট্রেজরর ওফিস চৎপগী মহুৎতা ফোটো কাপ্পগী হৈনবী থমসি

মীপুম খুদিংমক চিৎথদনা কোভিদ-১৯গী ভেক্সিন কাপথোকসি হায়বগুম পেন্সনর ঐখোয়সু য়ুম-য়ুমদা লৈরগা ট্রেজরি ওফিস চৎলুবগী মহুৎতা ফোটো কাপ্পগী হৈনবী থমসি। ফোটো কাপ্পা চৎপদা পোজিটিভ ওইরকপা য়াবগী চাং য়াম্না ৱাংই। লৈঙাক্লসু মশা-মশাগী মোবাইলদা অদুমক দাউনলোদ তৌবিয়ু হায়নসু খঙহনখিবা লৈখ্রে। ঐ ইশামকসু থোইনা অহানবদদি খঙলমদে। অদুবু তৌদবা য়াদ্রবা ইথৌ অমনি খন্দুনা অখঙ-অহৈশিংগা তান্নদুনা উচিন-নাচিন মোবাইলদা দাউনলোদ তৌরবা মতুংদা মখা তানা ট্রেজরি ওফিস চৎপগী মথৌ তাদ্রে। অসুক নুংঙাইবা থবক অসিবু তরাই-তরাইনা খনগুমসি। হায়রিবা অনৌবা টেক্লোলোজি অসি শীজিন্নরবদি ট্রেজরি ওফিসতা অহল ওইরবা পেন্সনরশিং অমত্তা উবা ফংলরোই। ট্রেজরিদা থবক তৌরিবা মীওইশিংদসু মখোয়না তৌজরিবা থবকশিং অদু খরদং ওইরবসু কোমজরগনি। লোয়ননা হৌজিক-হৌজিক থেংনরিবা কোভিদ লায়না লাইচৎ অসিনসু নাহল্লকপগী চাংসু য়াম্না নেমথরগনি। মরমদি য়ুমদা অদুমক লৈনা লৈনা ট্রেজরি ওফিসতা চৎতবা য়ারবনিনা। মচা ওইবশিংনসু অহল ওইরবা মমা-মপাশিংবু পেন্সনগী থবক থৌরমদা ট্রেজরি ওফিসতা চৎতনবগীদমক তঙাইফদনা পেন্সনরশিংগী খুদোংচাবা পীরিবা অসিগী কান্নবা লৌসি। মপান থোক্তনবা য়ুম-য়ুমদা ফোটো কাপ্পবা ঐখোয় পূম্নমক হোৎনমিন্নরসি।

❒ নিলকমল খাইদেম, চিংমৈরোং

ওনলাইন ক্লাস তৌনবনগী স্মার্ট ফোন লৈরিবসি মচাশিংনা ফজনা শীজিন্নরিব্রা য়েংশিনবিবা চঙই

ওনলাইন ক্লাস তৌবগী মীংদা লৈবা-লৈতবা, চাবা-চাদবা ইচাগী ওনলাইন ক্লাস তৌনবনি অমদি য়াওনবনি হায়দুনা স্মার্ট ফোন অমমম লৈদুনা পীশিল্লুবদগী হৌজিক অঙাংশিং মোবাইল ফোন্দা লাইচুবা, ঙাওশিন্নবা, গেম শান্নবা তৌদুনা অরেম্বদা মতম কয়াসু মাঙহন্দুনা লৈরে। ৱা ঙাঙনবা য়ারক্তরে, ইন্টরনেট নেটৱর্ক য়াদ্রে হায়রবসু নোংমগী জি বি ১, জি বি ১.৫ অমদি জি বি ২গী রিচার্জ তৌশিন্দুনা মখুৎতা শীন্নরিবনি। মসিদা মখোয়দি মতোন থোক্লে হায়দবা য়ারোই। ফেসবুকতা ইন্সটাগ্রামদা অমদি ত্বিটরদা কোক থাদদুনা লৈবসু কয়ানি। মখোয়-মখোয়গী ক্লাসকা মরি লৈনবা সবজেক্ট অমদি দোক্যুমেন্টস থীবা অমুক্তা উবা ফংদে। ওনলাইন ক্লাসকী ফিদি পীদবা য়ারোই। ক্লাসতি অয়াম্বনা তৌবা উদ্রে, খরা খক নত্তনা। ওনলাইন ক্লাসকী য়াম্না পুক্লিং থৌগৎনিঙাই ওইবা হায়বা তারগদি মশা ইংচবা ঙমজরবা গ্রেজ্যুটকী মথক্তা লৈবশিং, প্রোফেসনেলগী লম্বীদা ট্রেন তৌরিবা অঙাংশিংগীদি য়াম্না কান্নবা ওই। ক্লাস নোট, ক্যুজ অমদি এসাইন্টমেন্ট মশা-মশানা ঙম্লবা কন্না হোৎনজবা উরগা মমা-মপা ওইবশিংনসু পেনজৈ অমদি নুংঙাইজৈ। ৱেবমিনার/ভরচ্যাল ক্লাস কয়া পাঙথোক্লি। ঝুম এপ শীজিন্নদুনা পুন্না-পুন্না ক্লাস চাং নাইনা তৌবিরিবা ওজাশিংবুসু হায়নিঙাই লৈতনা থাগৎচনিংই। য়াম্না নুংঙাইতবা পেনজ দবা অমতং হায়জবা তারগদি ষ্টুদেন্টশিংবু তাকপীরিবা ওজাশিংগী মরক্তা অনৌবা টেক্লোলো