ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ

ꯊꯥꯡꯖ, ꯁꯦꯞꯇꯦꯝꯕꯔ ꯰꯷, ꯲꯰꯲꯴, ꯏꯝꯐꯥꯜ

꯴꯸ ꯁꯨꯕ ꯆꯍꯤ, ꯱꯵꯵ꯁꯨꯕ ꯃꯁꯤꯡ

হুইয়েন লানপাউ

থাংজ, সেপ্টেম্বর ০৭, ২০২৪, ইম্ফাল

৪৮শুবা চহী, ১৫৫শুবা মশীং

৪৫- হোৎরোং হো

কদাইদে খাম্বনো, কদাইদে পীছনো

হায়রুরগদি শাওরক্কনি, হায়দা হায়জিল্লুরগা ঐখোয় অমত্তা ওইমিন্নরি, পূক্নিং ৱাখল খেন্নবা লৈতে, চুংশিন্নরিবশিংগসু 'কোলিসন ধর্ম্ম' ঙাক্না চৎমিন্নরি হেক্তা হায়রক্কনি। হায়রক ও, অদুম্মাইনা হায়রকপদা তানীংদবা, য়ানীংদবা লৈতে। লৈঙাক লুচিংলিবগা, শৌগৎলিবশিংগা, চৎমিন্নরিবশিংগা পূক্নিং ৱাখল অমত্তা ওইমিন্নবা হায়বসিদি খ্বাইদগী ফবনি। লৈঙাকসু মরা চেৎকনি, তৌগে খনবা থবক্তা ঙমদবসু লৈরোইদৌরিবনি। অদুবু সেপ্টেম্বর ৫, ২০২৪দা চীফ মিনিষ্টরগী বঙ্গলোদা রুল্লিংগী এম এল এশিং পুনখিবদুদা মশীং য়াম্না ৱাৎখ্রিবা, শুবা ঙমখিদ্রিবা করিগীনো? মপান্দা চখোক্লখিবা য়াওব্রা, হৌগৎ-কাংখৎপা শুকঙম ঙমদনা অনা ফমুংদা হেদো নাহে চন্দুনা লৈবা য়াওখিবা জাৎলা? ৱাহংসি হংই হায়দুনা লাই 'চিত্রকুপ্ত' গী থৌওং নত্তে। এম এল এ/মিনিষ্টরশিং পুনখিবদুগী মরম য়াম্না চাউনা লৈ। মদুগী ৱাহন্থোক য়াম্মী। মরমদি এম পিসু ওইরিবা পার্টি ওর্গনাইজেসনদা মরু ওইবা থৌদাং লৌবা মীশক অমা ওইরিবা সম্বিট পাত্রা লাক্লমখ্রিবনি। হোবে-হোবে লাক্লল্লগা চীফ মিনিষ্টর, পার্টিগী ষ্টেট প্রসিদেন্ট অমসুং এম এল এ/মিনিষ্টরশিং মথং-মথং উনরল্লগা দেল্লীদা তনহন হনখ্রিবনি। মহাক্কী খোঙচৎতুসু য়ুনিয়ন লৈঙাক্না থা ১৬ হেঞ্জিল্লক্লবা লানসিগী ৱারোইশিন পুরক্লবা পাম্বে থিরকপদা মণিপুর লৈঙাক্তা অহোংবা অমা পুরক্তুবদি শুকয়া য়ারোই হায়বসি থেংনদুনা খঙখ্রবনি। তাল্লকসিদা লান হৌরকখিবা কুকি টেররিষ্টশিংনা দ্রোন শীজিন্নদুনা বোম থাদরগা মীচম হাৎলক্লিবনি। তমথীরবা লান হেন্না কনশিল্লক্লিবনি। মরমশিং অসিনা সম্বিট পাত্রাগী খোঙচৎ য়াম্না মরু ওই। থোইদোক হেন্দোক্লা মরু ওইরিবনা মহাক হনখ্রবা মতুংদা চীফ মিনিষ্টরগীদা পুনখ্রিবা অদুনি। অদুবু পুনবদুদা মপূং ফাখিদ্রিবা, মশীং শুখিদ্রিবা, কৈবু কৈওইবগী ননীং-নমাং হোৎরোং হো, নতু লৈমা কাং-কোক হায়বদুগী ফীভমদু য়ৌনা ওইখ্রিবা করিগীনো হায়বনি।

ৱাহংসি হংলকপদা শাওরক্কনু। শাওরক্কদবা নত্তে, পাউখুম ওইনা পীরক্কদবনি। মরমদি লৈঙাক্লোইশিং কনা কনানো, করি তৌরি, করি ঙাঙলি-শক্লি হায়বনচিংবা খোপ-খোপ্না খঙবগী হক মণিপুর মীয়ামগীনি। খঙফম থোকই। হি তোংলিবা মীয়াম্না হিহোনবদু, হিনাও শাবদু মশক খঙগদবনি। তোর্ব্বান তান্না হোনজিনগদবদা ঈয়াইদা হিরাক্নহল্লক্লবদি তোংলিবশিংগী পূন্সি খাঙঙুথক্তা মাঙগদৌরিবনি। হি হোনবসু হৈতবা, হিনাও শাবসু হৈতবশিংদি মথংগী মীখলদা মশা শাগন লাক্তুনা চিংথগদৌরিবনি। মসিগী চৎনবীসি লমদমসিদা লৈরকপা কুইরবনি। অদুবু হৌজিক লৈরিবা লৈঙাকসি কুমজা ২০২২দা পাঙথোকখিবা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মীখলদুগী মতুংদগী লিংলক্লিবনি। হৌজিক চহী ৫গী মপূন্সিগী মনুংদা তঙ্খাই চনশিল্লক্লে। অদুবু হৌজিক ফাওবদা লৈঙাক পায়রিবা মশেলসিবু ঈশিংগা থাওগা য়ানশিন্নবদৌনা লৈরিবা করিগীনো? মতিক চাবা লুচিংবা ওইরগবু অসিগুম্বা ফীভমসি ওইরকফম থোকপ্রা হায়বনি। হায়রুরগদি করিসু তৌদে, অদুগুম্বা লৈতে হায়রক্কনি। তৌদবসু ওইয়ু, লৈতবসু ওইয়ু হায়বনি। অদুবু লৈঙাক্না 'লাষ্ট দে ওফ পোম্পে' অমদি 'দি লাষ্ট লেসন' ওইরক্কদ্রা হায়দুনা থরক হুনগৎনরিঙৈদা চীফ মিনিষ্টরগী বঙ্গলো পুনবদা ফাওবা মশীং শুবা ঙম্লক্ত্রিবসিবু লৈঙাকসি 'ৱাটরলু' ওইরক্কদৌরিব্রা হায়বনি। অপূনবা সিট ৬০গী মনুংদা ৩২ কাবনি। এবসোলুট মেজোরিটি ফংখিবনি। শৌগৎকনি হায়দুনা হোৎচিন্নরকপা পার্টি অমদগীসু ৫ চোংশিল্লক্তুনা ৩৭ শুরবনি। হোয়, মণিপুর শেগাইগে তেমশিংনরকপা ১০ খায়দোকখ্রবসু ৬০গী মনুংদগী ৫০ লৈহৌরিবনি। মসিদগী মহাভারতকী পান্দবকী মচিল-মনাওগুম্লবা এম পি ২ ফক্তুনা লৌবা ঙমখিবা ওপোজিসনগী ৫ খায়দোকখ্রবসু ৪৫ য়ঙ-য়ঙ লাউনা লৈরিবনি। ইন্দিপেন্দেন্ট ওইনা কারকখিবশিং ফাওবা এম এল এ ওইবগী পীরকপা সর্টিফিকেটতা তৌবা সিগনেচরগী মুক কংদ্রিঙৈদা হোৎচিল্লক্তুনা শৌগৎনখ্রিবনি। লৈঙাক খূৎপায়নবগী মশীং লৈরিক-লৈরাক থন্না লৈরক্লিবনি। ফীভমসিদবু লৈঙাকসিনা ৱান্থদুনা বোম লাউনা তুরমদাইগী শ্বর চনিং-চমাং শম্নদনা শোন্দম-নান্দম্বা হৌনব্রো? মমাঙগী লৈঙাক্তসু দেমোক্রেসিগী লৈঙাক্লোনদা মুশিন মুবা হামুক তৈশিনবা মানবা থৌদোকশিং পীক-থন্না থোকখি। হন্দকপুদি খরা শাফরে হায়রবসু কাঙ্খদা লিন ময়াম চঙবদৌনা তৌই। লৈঙাক মনুংদা ওমদুনা চাকপগুম্বগী মৈখু কাই, মনম নম্মী। লৈঙাক্লেনা ৪৫ ফাওবা পুকচেল খোইজেল তিন্নবা ঙমদ্রগা লান শোক্লরিবা মশেল নুংশিনহন্দুনা লান লোইশিনগনিগা হায়দুনা মতমগা থারকই!!

꯴꯵- ꯍꯣꯠꯔꯣꯡ ꯍꯣ

ꯀꯗꯥꯢꯗꯦ ꯈꯥꯝꯕꯅꯣ, ꯀꯗꯥꯢꯗꯦ ꯄꯤꯆꯅꯣ

[illegible]

ঙরাং হায়বা ৱাগা ঙসি হায়বগা ইমান মান্নদবা

ৱাইরু-ৱাইরুবদা

মী অমনা হোটেলদা করিদা লম্বীদা ঙাঙনীং-ঙাঙনীংবা ৱা পঙঙাঙদা ঙাঙবা য়ারম্বা মতমদো ওইখিদ্রে। তৌসু তৌদবা অমা ঐনা অদু তৌখি, অদা তৌখি হায়না হায়নীংবা হায়জিল্লম্বা মহৌশাদি করিসু কায়রমদে। হৌজিক্তি ৱা ঙাঙবা ফরক য়াম্না তারবা মতম্লি। অওইবা ঙাক্তা ঙাঙউ হায়বা মতম্লি। অরানবা শেন্নবীনবা মী য়াম্না লৈরে।

মতম অমদদি ইশা থাগৎপসু শীধবসু আ য়ৌনা থাগৎলগা ঙাঙবদু অমুক পুথোকপীনবা কনা অমত্তা লৈরমদে। ঙাঙবা লোইবগা অদুম লোইরে। মানা-মানা ঙাঙনীং-ঙাঙনীংবা হেঞ্জিন-হেঞ্জিন্না ঙাঙবদা অকায়বা করি অমত্তা ওইরমদে। লোইনমক ইয়াদা য়ারম্মী। মীনা করি অমত্তা খঙনরমদে। মীশক মীওং য়েংল-য়েংলগা থোক্ল-থোক্লবা কুশিনি। হৌজিক্তি মীদিয়াগী মতম্লি ৱা ঙাঙবা লুরে, রেকোর্দ লৌশিল্লগা খোঙদোকপা হৈবা ঙাক্তা ওইরে। মতম অমদদি লৈকায় অমদা মিনিষ্টর অমা লাক্লগা ঐনা নখোয়গী থোংসি শারম্বনি, নখোয়গী টোটি ঈশিং ঐনা তাহনবীরম্বনি, অদু ঐনা শেমগৎলম্বনি হায়দনা হায়জিল্লম্বদা ময়াম লোইনা খূবাক খূহনবা ঙল্লম্বদু হৌজিক্তি মোবাইল ফোন অমদা ভিদিও নমশিল্লগা অখঙবা-অহৈবশিংগী মমাঙদা ঙাঙলুবদা ৱা অদুম থোক্লরে। মতম অমগী ভিদিও কেমেরা অচৌবা অমদগী হেন্না ময়েক শেংবা মোবাইল ফোনগী ভিদিও কেমেরা ফোন লৈরে, টেপ রেকোর্দর অমদগী হেন্না ময়েক শেংবা মোবাইল ফোনগী রেকোর্দর। কুমজা ২০০০ ফাওবদা মীওইবগী খোঞ্জেল অমা ময়েক শেংনা রেকোর্দ লৌগে হায়রদি এ আই আর ইম্ফাল নৎত্রগা ঈশৈনম্ফম ষ্টুদিওগুম্বা নৎত্রবদি মদু নম্নবা খূৎলায় লৈরমদে।

ওদিও, ভিদিও নৎত্রগা ফোটো অমা মীয়ামদা য়ৌহনগে হায়রবদি পাউচে, রেদিও অমদি টেলিভিজন নত্তনা খূৎলায় লৈরমদে। হৌজিক্তি স্মার্টফোন খূবাকমুক্তা পাকপী অসিদা য়াদবা অমত্তা হেক লৈত্রে, কিবু কিরে। ফোন, ইন্টরনেট, য়ুট্যুব, ইন্সটাগ্রাম, ফেসবূক, ৱাটসএপপু হায়বনে খুদক খুদক্তা মী অমদগী অমদা য়ৌহনবা ইয়া য়াবা অসিনি লুরিসে। সিদৈদা কনানো ৱা শেরান তুরান ঙাঙবা ঙমগদৌরিবা?

কুমসি চহী ২০২৪গী মেত্রিক এগজামদা মহৈরোয় ৯৩.০৩%না পাস তৌখি। মসি ২০২৪গী মে থাদা লাউথোকখিবা রিজল্টনি হায়না খল্লি। চহী চূপ্পা চথরিবা অৱাবা লাল্লক অসিদা অসুক চাউনা পরিক্ষা পাস তৌবগী চাং ৱাংলকপদা মীয়াম লোইনা অঙকপা অমা ওইনখি। মসি মণিপুরগী এদ্যুকেসনগী ইতিহাসতা থোইদোক হেন্দোকপা রেকোর্দ অমনি। হৌখিবা চহী ২০২৩দা পরিক্ষা থাখিবা অপূনবা মহৈরোয়শিংগী মনুংদা ৮২.৮২% পাস তৌখি। মসিফাও ওখাক ৱাংলে হায়দনা মতা অমা ওইনা মায়থোঙ মকা লাম্নখ্রবনি। মরী লৈনবা মিনিষ্টরনা পরিক্ষা অসিদা মহৈরোয়শিংনা চাং য়াম্না ৱাংনা পরিক্ষা পাস তৌরকপা খূৎতৌ অসিদা মাগী মায় পাকপনি হায়না সোসল মীদিয়াদা থাগৎতুনা উনখ্রবনি। কুমসিগী মহৈরোয়শিং মশীং য়াম্না মায় পাক্লিবা অসিনা মশানা তানা/ময়েক লানা/তরং-তরংনা তাকচবদি ওজানা ফজনা লাইরিক তাকপীরে হায়বসিনি। মখোয়না ফজনা শুক্তাক তাক্তনদি অসুক চাউনা ৯৩.০৩% য়ৌনা মায় পাকপা ওইরোই। মসি ওজাশিংনা কন্না হোৎনজবগী মমি চাউনা তারে, ফজনা তারে।

মথক্কী মায় পাকপগী নুংঙাইবা অসি সেপ্টেম্বর থা য়ৌরকপদা তায়োন্নরকই। থৌরম অমদা মরী লৈনরিবা মিনিষ্টরনা স্কুল ওজাশিং অসিগী মনুংদা ৮০%দি শেলগীদমক্তা খনবা লাইরিক তাক্লিংদবা, হৈতবা অমদি থবক চঙবদা লান্না চঙলকখিবনা অয়াম্বনি হায়না পাউচে অমদা তান চারুদুনা পাবা ফংজখি। চৎলিবা চহী অসিগী সেপ্টেম্বর ২গী পাউচে অমদা য়াওরকপা থেংনখি। এ! করিনোনে পোৎসে থুমনখ্রেদা থুনা তাইয়োন্নৈদা হায়না খনখি। ঐনা থাজদদুনা মীৎ নোইর-নোইরগা পাউচেদু হন্না-হন্না পাবদসু ঐনা পারিবা মরোল অদু চুল্লে। মানা হায়রিবসিবু চাদা চাম্মা য়ৌহন্নীংবগী ওইরিজাৎলনে খল্লি। মানা পনবিরিবসিগী মতুংইন্নদি ওজাশিংগী মনুংদা থৱায় য়াওবা ২০% খক্তনা তাকপদদা চাদা ৯৩.০৩% য়ৌনা মায় পাকপসিদা পেনমনখিদুনা হায়রিবা ওইরমগনি খনখি। অমরোমদা ঐনা তাজবদা, ওজা ওইরিবা খৈবিকমক, টি ঈ টি, বি এদ, এম এদ তৌরবা, সিতেদ নৎত্রগা দি ইল এদ পাস তৌরবা ঙাক্তনি হায়বসিনি। ফজনা ইন্টরভিয়ুসু লৌরগা কোকসি খত্তুনা লৌখ্রবা, ওজা লৌবদা মার্ক ৱাংনা-ৱাংনা ফংবা ঙাক্তসু খনগৎলগা লৌখ্রবা অদুগা সিবু কমাইনা তৌরিবনোনে হায়না ইতোমতা থম্মোয় খুদুম শুজখি হেরা য়ারোইদা সিদি তায়োন্নৈদা খঞ্জখি। শেলগীদমক্তা চঙলকপা অসি ওজা চাদা মরিফুনি হায়রি, তৌবগীবুদি শেল দরকার লৈবদি ওজাদা নত্তে ১০০% মী লোইনা শেল দরকার লৈরমগনিবো। গাড়ী অচৌবা তোংবা ঙম্নদ্রিবা, চেক্কী য়ূম মথোল নাইবা শাবা ঙম্নদ্রিবা, লৌ ইঙ্খোল লৈবা ঙম্নদ্রিবা, ফজবা শেৎপা ঙম্নদ্রিবা মী লোইনমক অসিবু শেল দরকার অমত্তা লৈরম্মোইদ্রনে? ঐদি মালেমসিদা লৈরিবা মী চাদা চাম্মদি অদুম-অদুম শেলতগী খল্লগা হিংলম্লেনা খল্লি। শেল মশক খঙদ্রবা মী ওইরগদি খঙজদ্রে। অদুগা ওজাশিং অসিনা কনানা কমাইনা খনখ্রিবজাৎনো? মসিগীসু অমুক ঙক্তবা ঙমদে পাউ অদু পারুবদা খল্লকপগী ৱাফম্লি, অতৈনা নত্তে।

খরা লৈরগা (নোংমা নীনি লৈরগা অমুক) সেপ্টেম্বর ৬, ২০২৪গী পাউচে অমদনা লৈবাক্কী থৌরম অমগা মরী লৈননা ওজাশিং অমদি অপূনবগী হোৎনজমলনা চহী খরা অসিদা মণিপুর এদ্যুকেসন সেক্টরদা শীংথাবা য়ানা ফগৎলক্লি হায়না ইকায়খুম্নজরবা মরী লৈনবা মিনিষ্টর মশামক্লা অমুক হায়বীরি। ... ওজাশিংবু অৱাংবা থাক্তা থম্বা চঙই হায়নসু হায়বিরি। স্কুলশিংগী ইনফ্রাষ্ট্রকচরশিংসু তপ্না-তপ্না শেমগৎকনি হায়রি। ইনফ্রাষ্ট্রকচরশিং ইরৈ লৈতনফাও ৯৩.০৩% য়ৌনা মায় পাক্লম্বসিদা মীচম অমা ওইনা ঙকপসু অমুক্কা হেন্না পোক্লে। খরা লৈরগা করি অমুক হায়রক্কদগে ঙাইমিন্নবা মথৌ তারি। খঙদে, মী অমনা হায়বা ৱা অসি পেপরদা, মীদিয়াদা অদুম লৈহৌবনিনা নোংম-নোংমগী ৱা হোং-হোংদনা ঙাঙবা অসিসু য়াম্না নোক্লিংবজাৎনি। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ ইন্সুলিন পাম্বী # ৪৫৫

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার —

চীফ সাইন্টিষ্ট

সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

ইন্সুলিন (Insulin) হায়বসি মীওইবগী চংফদ্রবা হোর্মোন (Hormone) মখল অমনি অমসুং মসিনা ব্লদ সুগর (Blood Sugar) গী চাং চানা থম্বদা মতেং পাংই। মীওই অমনা দাইবেটিসনা নারবদি মহাক্কী হকচাং অদুনা দরকার লৈবা ইন্সুলিন অদু পুথোকপা ঙমহন্দে নৎত্রগা মপূং ফানা শীজিন্নবা ঙমহন্দে। মশা-মউ ফবা মীওই অমগী ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং অদু অকক্লবা চাংদা থম্বা য়াম্না মরু ওই।

ইন্দিয়াদা ইন্সুলিন প্লান্ট (ইন্সুলিন পাম্বী) হায়না খঙনরিবা পাম্বী অসি ইংলিসতা স্পাইরেল ফ্লেগ (Spiral flag) নৎত্রগা ফাইরী কোসটস (Fiery Costus), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা কোসটস ইগনিয়স (Costus igneus N.E. Br.) নৎত্রগা কোসটস কসপিদেটস (Costus Cuspidatus (Nees & Mart) Maas) নৎত্রগা গ্লোবা কসপিদাটা (Globba cuspidata Nees & Mart) নৎত্রগা চামাকোসটস কপপিদেটস (Chamaecostus cuspidatus (Nees & Mart) C. Specht & D.W. Stev.) হায়না কৌই অমসুং কোসতেসী (Costaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। পাম্বী অসিগা খ্বাইদগী নক্লবা ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদা হৌবা পাম্বী অমা হায়রগদি ওকচাকখোম্বী পাম্বী - স্পাইরেল জিঞ্জরর (কোসটস স্পেসিওসস নৎত্রগা হেলেনিয়া স্পেসিওসা নৎত্রগা চিলোকোসটস স্পেসিওসস) অসিনি। ইন্সুলিন পাম্বী অসি এঙ্গলর অমসুং প্লান্টল (Engler and Prantl) হায়রিবা অফাওবা বোটানিষ্ট অনী অসিনা মখোয়গী ক্লাসিফিকেসন্দা মতম কয়াগী মমাঙদগী জিঞ্জিবরেসী (Zingiberaceae) শাগৈদা থমদুনা লাকপা অদু অহানবা ওইনা নাকাই (Nakai) হায়রিবা বোটানিষ্ট অসিনা অনৌবা শাগৈ কোসটেসী হায়বসি শেমদুনা মদুগী মনুংদা থমখি। পাউদমশিংগী মতুংইন্না শাগৈ অসিগী মনুংদা জেনেরা মরি অমসুং স্পিসিস ২০০ রোম লৈবগী মনুংদা জিন্স কোসটসকী মনুংদা স্পিসিস ১৫০ রোম লৈ।

ষ্টেপ লেদ্দর (Step ladder) হায়নসু খঙনবা ইন্সুলিন পাম্বী অসিগী অতোপ্পা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা কোসটস পীকটস (Costus pictus D. Don) নৎত্রগা কোসটস মেক্সিকানস (Costus mexicanus Liebm ex Petersen) নৎত্রগা কোসটস কোঞ্জেনিটস (Costus congenitus Rowle) অসি খা অমসুং ময়ায় থংবা অমেরিকাগী লমদমশিংদগী হৌরকখিবনি। পাম্বী অসি ইকুই কুইদ্রিঙৈদা অমেরিকাদগী ইন্দিয়াদা পুশিল্লক্তুনা থাখি অমদি ইন্সুলিন পাম্বী হায়না পাক শন্না খঙনরকখি। খা ভারতকী মফমশিংদা ইন্সুলিন পাম্বী দাইবেটিস লায়েংনবা অমদি লৈকোলশিংদা য়াম্না পাম্না থানরক্লি। পাম্বী অসি গল্লাদা অদুমক মায় পাক্লা থাবসু য়াই।

ইন্সুলিন অসি পেরেনিয়ল হায়বদি চহী ১-২দগী হেন্না পূন্সিবা লৈবাক মনুংদা মউ তাবা অথোৎপা পাম্বী অমনি অমসুং মসি ফুট ১.৫ ফাওবা ৱাংই। নৌরিঙৈ মতমদা পাম্বী অসি স্প্রিং অমগুম্না মকোন-মকোন কোন্দুনা হৌই অদুবু লিরক্লবা কান্দদি চপ য়ুংলকই। পাম্বী অসি হেক য়েংবদা ওকচাকখোম্বী পাম্বী মাল্লি। মনা অদু ইঞ্চি ৪দগী ৮ ফাওবা শাংই অমসুং মতম পূম্নমক্তা শংদুনতা লৈ অদুবু মখা থংবা শরুক অদুদি মঙ্গ্রা মচু চঙলপ তৌই। কোম্লা মচু চঙলপ তৌবা ইঞ্চি ১দগী ১.৫ ফাওবা চাউবা লৈশিং অদু নোং চুবা অমদি কালেনথাগী মতমদা শাৎলি। Devi VD অমসুং Urooj A না কুমজা ২০১০দা পীখিবা পাউদমগী মতুংইন্না ইন্সুলিন পাম্বীগী মনাদা য়াওবা মরু ওইবা পোৎচাকশিং অদুদি প্রোটিন, আইরন, এন্টিওক্সিদেন্টশিং মরু ওইনা Flavonoids, Steroids, Terpernoids, β-caretene, α-tocopherel অমসুং Ascorbic acid শিং অসিনি।

ইন্দিয়াগী অনা লায়েং খরদা ইন্সুলিন পাম্বী অসি কোসতুম (Kostum) হায়না কৌই অমসুং হিমালয়গী লমদমশিংদা হীদাক্কীদমক্তা থানৈ। খা ভারতকী মীওইশিংনা মরু ওইনা টামিল নাদুগী কোল্লি চীংশাংদা তাবা মীওইশিংনা দাইবেটিসনা নাবদা ইন্সুলিন পাম্বীগী অনৌবা মনা অদু নোংমদা অমুক অয়ূক্কী মতমদা পীজদুনা লায়েংনৈ। Melendez-Camargo ME, Castillo-Najera R, Silva-Tores R অমসুং Campos-Aldrete ME না কুমজা ২০০৬তা পীখিবা পাউদম অমগী মতুংইন্না মেক্সিকোগী অরিবা লায়েং পথাপ্তা ইন্সুলিন পাম্বীগী মখোক অমসুং মনা অদু পূন্না শুগাইমিন্নরগা শুমদুনা লৌবা মহী অদু চাং নাইনা মতম খরা পীথক্তুনা কিদনিদা নূঙ লৈবা, হক্কী ঈশিং য়াম্না লীক্তুনা ঈশিং চৎপদা য়াম্না শাবা অমদি নাবা অদু লায়েংনৈ। অদুম ওইনমক ইন্সুলিন পাম্বী অসি চাং ৱাংনা অমদি মতম শাংনা শীজিন্নরদি মীওইবগী হকচাংদা অমাঙ-অতা থোকহনবগী ওইথোকপা লৈ হায়না Jose B অমসুং Reddy LJ না কুমজা ২০১০দা পাউদমখি। কুমজা ২০১০দা Gothandam, Aishwarya অমসুং Karthikeyan না পীখিবা পাউদম অমগী মতুংইন্না ইন্সুলিন পাম্বী অদু মিথানোল হায়রিবা য়ু অদুদা শুগায়রগা লৌবা মহী অদু Bacillus cerus, Bacillus megaterium, Micrococcus leuteus, Staphylococcus lactis, Escherichia coli, Klebsiella pneumoniae শিং হাৎপা ঙম্মী। ●

মীতৈগী পুয়া 'নিঙ্‌থৌলোল্ লম্‌পুপা' (নিংথৌরোল লম্বুবা)- (২৮৬)

(পুয়াগী অরিবা ময়েক্তগী বাংলা ময়েক্তা চনম হেমচন্দ্রনা লায়থোক্লা ইথোকপা অসি মীতৈ ময়েক্তসু নুমিৎ খুদিংগী লমাই অসিদা ইথোক্তুনা ফোঙজরগনি।)

খমপাফাবী চারারোই থোংলেল নিংথৌ কোলশাফাবা। ফানা লম ও। মিংথোল মিংকৌয়ে। মৈতৈ লৈমা নোংপাললোন অঙোম চনু। হাওশি মংশাতাবা নিংঙোল লোইয়ুম মংশাতাবনা পোকচবী। খমপা ময়াং। লাইকোই চীঙ। হেমচেং লোইরং অতোইববু লাকচাথীনা কাইনা হুলবী ও। মিংথোল মিংকৌয়ে। নবেনথৌ মৈতৈ লৈমা নোংবাললোন অঙোম চনু। নিংথৌ পোকপীগী সনা পীবুকনুংদগী চাদারমবদি।

মৈদিংঙু লোইনাই খুমোমবা

নবুখৌ মৈদিংঙু লোইনাই খুমোমবা অতোনবা ও। মিংথোল মিংকৌয়ে। মৈদিংঙু লোইনাই খুমোমবা মিংকৌদরিঙৈ। লাইরেল মৈদিংঙু কৌবা মীয়োমবা ও। ●

ꯃꯤꯇꯩꯒꯤ ꯄꯨꯌꯥ 'ꯅꯤꯡꯊꯧꯂꯣꯜ ꯂꯝꯄꯨꯄꯥ' (ꯅꯤꯡꯊꯧꯔꯣꯜ ꯂꯝꯕꯨꯕꯥ) -(꯲꯸꯶)

[illegible]