পূক্লিং ৱাখলগী অনাবগা লোয়নদুনা লৈরিবশিংগী দে ক্যের সেন্টর অমা হাংদোকখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ০৮ (ঐচ এন এস):

পূক্লিং ৱাখলনা নারবা মীওইশিংবু শেন্নবীদুনা লায়েংনবগী পান্দমদা সেন্টর ফোর দিভেলপমেন্ট এক্টিভিষ্ট (সী দি এ সী) ৱাংজিংনা নেসনল মেন্টেল হেল্থ প্রোগ্রাম, এন ঐচ এম, ষ্টেট হেল্থ সোসাইটি গভর্ণমেন্ট ওফ মণিপুরগী মীৎয়েং মখাদা পব্লিক প্রাইভেট পার্টনর্শিপ মোদেল (পি পি পি মোদেল)দা চলাইগদবা পূক্লিং ৱাখলগী অনাবগা লোয়নদুনা লৈরিবশিংগী দে ক্যের সেন্টর অমা ঙসি থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী ৱাংজিংদা হাংদোকখিবগা লোয়ননা সুইসাইদ প্রিভেন্সনগী মতাংদা টার্গেটেদ ইন্টর্ভেন্সন প্রোগ্রাম অমসু পাঙথোকখ্রে।

ৱাংজিং কৈথেল মোইরাংথেম লৈকায়দা লৈবা সী দি এ সী কমপ্লেক্সতা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা ষ্টেট হেল্থ সোসাইটি গভর্ণমেন্ট ওফ মণিপুরগী ষ্টেট মিসন দিরেক্টর ডা. এন শ্যামজাই, থৌবালগী চীফ মেদিকেল ওফিসর ডা. ৱাই নোকুল, নেসনল মেন্টেল হেল্থ প্রোগ্রামগী ষ্টেট নোদেল ওফিসর ডা. এ রানিতা, মণিপুর ষ্টেট মেন্টেল হেল্থ ওথোরিটিগী মেম্বর সেক্রেটরি ডা. কে ঐচ রোবিন্দ্রো অমসুং ৱাংজিং লমদিং ম্যুনিসিপাল কাউন্সীলগী এক্স-ভাইস চ্যেরপর্সন এন বিনোয়না মথংশিংনা অথোইবা মীথুং, থৌরম মপু অমসুং অখন্নবা মীথুংশিং ওইনা শরুক য়াখি।

অথোইবা মীথুংগী ৱারোল পীরদুনা মণিপুর লৈঙাক্কী ষ্টেট হেল্থ সোসাইটিগী ষ্টেট মিসন দিরেক্টর ডা. এন শ্যামজাইনা ফোঙদোকখিবদা, ঙসি থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী ৱাংজিংদা হাংদোক্লিবা দে ক্যের সেন্টর অসিনা মিনিষ্ট্রিগী শেন্থং মখাদা অহানবা মণিপুরদা পায়খৎপা প্রোজেক্ট অমনি। হৌখিবা থা খরা অসিদা কোভিদ লাইচৎ অসি লাকপদগী মীপুম খৃদিংমক অসি ৱাখলদা য়াম্না নুংঙাইতবা অমদি মীওইবগী পুন্সিদা অকায়বা কয়ামরুম পীখ্রে। মীয়াম্নসু ৱাখল নুংঙাইরক্লবা মতমদা সেন্টর অসিদা লাকপীদুনা এক্সপার্ট ডোক্তরশিংগা তান্নবীয়ু। সেন্টর অসিনা ফজনা মায় পাক্লবদি মখা তানা ষ্টেট অসিগী তোঙান তোঙানবা দিষ্ট্রিক্টশিংদসু হাংদোক্লবা পান্দম থল্লি হায়খি।

থৌরম অদুগী টেক্নিকেল সেসনদা দি এম ঐচ পি থৌবালগী দিষ্ট্রিক্ট নোদেল ওফিসর ডা. জিনা হৈফ্রুজমনা প্রিভেলেন্স এন্দ কোসেস ওফ সুইসাইদ হায়বা হীরমদা, মণিপুর ষ্টেট মেন্টেল হেল্থ ওথোরিটিগী মেম্বর সেক্রেটরি ডা. কে ঐচ রোবিন্দ্রোনা আইদেন্টিফাইং ওফ এ সুইদিকেল পার্সন এন্দ এপ্রোচিং হিম/হার হায়বা হীরমদা অমসুং দিষ্ট্রিক্ট মেন্টেল হেল্থ প্রোগ্রাম (দি এম ঐচ পি) চাগে দলগী সাইকিয়াট্রিক সোসল ৱার্কর ডা. এম সুশিলকুমারনা ৱেলফ্যের স্কিম ওফ পর্সন্স ৱিথ ৱাখলগী অনাবা (পি এম আই) হায়বা হীরমশিং অসিদা ৱা ঙাংখি।

কোলেজ ওফ নর্সিংগী প্রিন্সিপাল লৌথোকপীয়ু : এইমস

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ০৮ (ঐচ এন এস):

মণিপুর গভর্ণমেন্টকী মখাদা লৈরিবা প্রোফেসনল কোলেজ অমা ওইরিবা কোলেজ ওফ নর্সিং, লম্ফেলপাৎকী প্রিন্সিপাল এন নলিনিবালা রুলনা য়াবা প্রিন্সিপাল ওইদে খুদক্তা লৌথোকপীনবা অপূনবা ইরৈপাক্কী মহৈরোয় শিনপাংলূপ (এইমস)না লৈঙাক্কী পূক্লিং চিংশিঙ্গরি হায়না এইমসকী মায়কৈদগী ফোঙদোরক্লি।

এইমসকী এদ্যুকেসন এন্দ একাদেমীক এফ্যের্স সেক্রেটরি লোংজম থোইথোইবা মৈতৈনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, নর্সিং কোলেজ অসিদা হৌজিক প্রিন্সিপাল ওইনা পুরিবী অসি করম্বা আর আরগী মখাদা প্রিন্সিপাল ওইখিবনো হায়বসি অঙকপা থৌওং অমনি। ইন্দিয়ন নর্সিং কাউন্সীলনা পীরিবা গাইদলাইনগী মতুংইন্না চহী ১৫গী টিচিং এক্সপরিয়েন্সতগী তাদবা মীওইনা প্রিন্সিপাল ওইগদবনি লোয়ননা পীরিবা ষ্টেট অমদি নেসনল গাইদলাইনগী নোর্মস অমফাওবা শুনা য়াওদবা ক্বালিফাই ওইদবা মীশক অসিনা মতৌ করম্না প্রিন্সিপাল ওইহল্লিবনো। মণিপুর গেজেট নম্বর ১১২, কুমজা ২০১৪গী ওগষ্ট ৫গী মতুংইন্না এন নলিনিবালা অসি সিনিয়রিটি সেরিএল নম্বর ৬ শুবদা য়াওরি অমদি দিরেক্টর, হেল্থ সর্ভিসেসনা কুমজা ২০২০গী সেপ্টেম্বর ৩দা পীখিবা সিনিয়রিটি লিষ্ট অদুদসু সেরিএল নম্বর ৬ শুবদা য়াওরি। তশেংনা হায়রবদা এন নলিনিবালাদগী হেন্না টিচিং এক্সপরিয়েন্স লৈবা অমদি সিনিয়র ওইবা ওজা কয়া অমা লৈরি। রুল হায়বসি শেল অমদি মীচঙ-শঙ্গনা লৈবা য়াত্রা হায়বসিনি এইমসনা হংজনিংলিবদি।

চেরোল অসিনা মখা তানা হায়, হৌজিক প্রিন্সিপাল ওইরিবী এন নলিনিবালাবু মরী লৈনবা ওথোরিটিনা খুদক্তা লৌথোকপীয়ু। মতিক চাবা আর আর নীংথিনা শুরবা মীশক অমা প্রিন্সিপাল হাপ্পীয়ু। চৎন-কাঙলোন চুম্না লৌরকপা লৈঙাক্কী ৱারেপতা এইমসনা পূক্লিং যৌগৎচগনি। ওইদ-পাদবা, তাৎ-পাৎনা অচুম্বা শাবা করিসু য়ারোই। ৱাথোক অসি হেন্না চাউথোরকপা য়াই। অরাননবি খঙনা খঙনা খোঙ থাংবা হায়বসিদগী হেন্না চাউবা অরানবা অমা লৈত্রে হায়বসি খঙজিনবীগদবনি। লাল্লে খঙলবা খোঙফম অদু মফম মতম চানা হন্দোকপনা অচুম্বা লম্বী ওইগনি। মীয়াম মরুওইনা মহৈরোয় খুন্নাইগী মতাংদা অরান অহুই তৌরকপদা এইমসনা তুমীন্না লৈথোক্লোই। নর্সিং কোলেজ অসিগী প্রিন্সিপালগী ৱাথোক্লা লৈপাক ৱাথোক ওইরক্লনা একাদেমীক এটমোস্ফিয়রদা অকায়বা ওইহল্লোইসি। এইমসনা থমজরিবা ৱাফম অসিদা থওই ৱাওইদনা অনম কন্দুনা লৈরক্লবা অমদি লৈঙাক্লা অথুবা মতমদা এন নলিনিবালাবু প্রিন্সিপালদগী লৌথোক্লবদি অকনবা খোঙজং চঙশিল্লকপা য়াই। মরম অদুনা কোলেজ অসিদা চরাংনবা থোক্লকপগী থৌদাং এ নলিনিবালা অমদি মণিপুর লৈঙাক্লা পুগদবনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

লম্বী শেমজিনখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্ব ০৮ (ঐচ এন এস):

ৱাংখেম এ সীগী মনুং চন্না লৈবা কিয়াম মখা লৈকায় লৈতানপোক তায়নবদগী কিয়াম অৱাং লৈকায় ফাওবগী লম্বী সোসল ৱার্কর খারিবম জিবননা ঙসি নুঙ থাদুনা শেমজিনখ্রে।

লম্বী শেমজিনবা অদুদা শরুক য়াখিবা কিয়াম রেলফ্যের ক্লবকী মেম্বর থিঙুজম অর্জুননা ফোঙদোরকপদা লম্বী অসি চহী কয়াগী মমাঙদগী য়াম্না ফীভম চাদনা লৈরকপনি। নোং তাবা মতমদা লম্বীগী কোমকুৎশিংদা ঈশিং তুংশিনবা অমদি লৈখোম লৈনাংনা চৎপা য়াদবা অমদি নোং তাদবা মতমদনা উফুলশিংনা লম্বী অসিদা চৎথোক-চৎশিন তৌরিবশিংদা অৱাবা কয়া অমা লিশাং-শিংনা মায়োক্লদুনা লাকপনি। লৈকায় মীয়ামগী অৱাবা কয়া অসিবু ঊবীদুনা লাক্লিবা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লীগী মীখলদা ৱাংখেম এ সীদগী বি জে পিগী মীরেপ ওইননবা থৌরাং তৌরিবা সোসল ৱার্কর কে ঐচ জিবননা শেমজিনবীবা অসি হায়নিংঙাই লৈতনা অপেনবা পোকই হায়নসু মহাক্ল মখা তানা ফোঙদোরকখি।

সেপ্টেম্বর ২৪গী ষ্ট্রাইক শরুক য়াগনি : য়ুনিয়ন

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ০৮ (ঐচ এন এস):

সেপ্টেম্বর ২৪গী ষ্ট্রাইক শরুক য়াগনি হায়না ওল মণিপুর এক্রিদিটেদ সোসল হেল্থ এক্টিভিষ্ট (অশা) ৱার্করস য়ুনিয়নগী প্রসিদেন্ট টি ঐচ পুর্ণিমাসিনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, মতম কয়াগী মমাঙদগী মণিপুরদা লৈরিবা অশা ৱার্কর শিংগী থেংনরিবা খুদোংচাদবা, ফংফম থোকপা ফংদবা লৈঙাক্কী মখাদা লৈরিবা ৱার্কর অমা ওইনা শকখঙবীদবা অমসুং শাথিরবা কোভিদ লাইচৎ থেংনবদা লৌরিবা থৌদাং, অঙাং অমসুং মমাশিংবু নাদ-য়েক্তা হকচাং ফনা থম্লবা অমদি তোঙান তোঙানবা হেল্থ দিপার্টমেন্ট, হেল্থ মিসন ওথোরিটিনা শীনবা থৌদাং লেপ্পা লৈতনা লৌজরে। লৈবাক অসিগী তোঙান তোঙানবা ষ্টেটশিংনা মশাগী ষ্টেট বডজেটতা হায়রিবা অশা ৱার্কর শিংগী চাকথুং হাপ্পীদুনা ইন্সেন্টিভ কয়া পীবীখ্রে। অদুবু মণিপুরদদি মসিগী ৱাফমশিং অসি ঙসি ফাওবা মেমোরেন্দম কয়া পীশিঙ্গখ্রবা ফাওবদা খন্নবীদনা থম্বীরি। মসিগী মতাংদা হৌখিবা ওগষ্ট ১৯দা ষ্টেট অসিগী এদভাইজর টু সী এম সাপম রঞ্জন মশা উনজ দুনা মহাক্কী খুথাংদা চীফ মিনিষ্টরদা থবক ওইনা পাঙথোকপীনবা মতম থাজদুনা পীশিঙ্গখ্রে। মেমোরেন্দম অসিগী মরুওইনা দিমান্দ ৯ য়াওবগী মনুংদা অশা ৱার্কর শিংবু ষ্টেট হেল্থ ৱার্কর শিংগুম শকখঙবীয়ু লোয়ননা চপ মান্নবা খুদোংচাবা ফংহনবীয়ু, ফ্রন্ট লাইন হেল্থ ৱার্কর ওইনা শকখঙবীয়ু, ষ্টেটকী বডজেটতা অশা ৱার্কর শিংগী চাকথুং য়াওহনবীয়ু অমসুং ইন্সেন্টিভ পীবীয়ু, তোঙানবা ষ্টেটকী ইন্সেন্টিভ অসিগা লোয়ননা এল্লাওৱেন্স ফংহল্লু, সোসল সিক্যুরিটি এক্টনা কোনশিনবীয়ু হায়বনিংবনি।

মরক অসিদা লাক্লিবা সেপ্টেম্বর ২৪দা লৈবাক অসিগী ষ্টেট পুম্ন মক্তা জোইন্ট প্লেটফোর্ম ওফ স্কিম ৱার্করগী দিমান্দশিং মতম শাংনা নমশিন্দুনা থম্বীদুনা হৌজিক ফাওবা পীথোকপীদনা লৈরিবা অসিগী মতাংদা সেন্ট্রেল ট্রেদ য়ুনিয়নশিংগা খুৎশন্নদুনা চঙশিনগদৌরিবা ষ্ট্রাইক অসিদা য়ুনিয়ন অসিসু মপুং ফানা শরুক য়াগনি। এ আই টি য়ু সী মণিপুরনা শীনবা স্কিম ৱার্করশিংগী মীফমদা অশা ৱার্কর, মিদ দে মিল ৱার্কর, অঙ্গনৱাদি ৱার্কর শিংগী মীহুৎ য়াওনা ঙসি ইরাবত ভবনদা পাঙথোকখিবা মীফমদা লৌখিবা ৱারেপতা ষ্ট্রাইক অসি মপুং ফাহন্নবা ৱারেপ লৌখি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তানা ফোঙদোরক্লি।

শঙলেন শঙ্গাখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্ব ০৮ (ঐচ এন এস):

লংদুম সমাজ সুধার দল য়ুথ ক্লবকী নৌনা শাবা শঙলেন ঙসি শঙ্গাখ্রে। ক্লব অসিগী শঙলেন শঙ্গাবগী থৌরমদুদা কৈরাও এ সীগী এম এল এ লৌরেম্বম রামেশ্বর মীতৈ, লাইনিংথৌ সনামহী টেম্পল বোর্দকী ভাইস প্রসিদেন্ট কঙাবম চৌরজিৎ, কৈরাও গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান গোলমৈ কচুংলা, বামোন কম্পু জিলা পরিষদ মেম্বর কঙাবম রোমিলা চনু, ৱার্দ মেম্বর অসেম নাওচৌ অমসুং হিদাম উশানা মথংশিংনা চীফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট, স্পেসল গেষ্ট অমসুং গেষ্ট ওফ ওনরশিং ওইনা শরুক য়াখি। থৌরমদুগী মরী লৈননা বাবু জগজিবন রাম ইন্টরনেসনল এৱার্দী এম এল এ লৌরেম্বম রামেশ্বরবুসু অচম্বা খুদোলপোৎ তমদুনা হরাও তয়াম্না ওকপগা লোয়ননা ঈকায় খুম্নবা উৎখি হায়না ক্লব অসিগী সেক্রেটেরিনা থাদোরকপা চেরোলনা ফোঙদোরক্লি।

সগোলহৱাই অমদি চুজাক থাজিন্দুনা লৌশিং মেনশিন্নবা থৌরাংখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ০৮ (ঐচ এন এস):

প্রোগ্রেসিভ ফার্মরস ক্লব নোংদমনা কৃষি বিজ্ঞান কেন্দ্র (কে ভি কে) ইম্ফাল ইষ্ট, দিরেক্টোরেট ওফ এক্সটেন্সন এদ্যুকেসন, কাউ, ইম্ফালগা খুৎশম্ন দুনা হন্দক চহী অসি নোং মরাং কায়না চুসবনা মরম ওইরগা নোংদম খুলদা লৈবা লৌ পানবা য়াদ্রবা লৌশিংশিং মেনশিন্নবা থৌরাং ওইনা সগোলহৱাই অমদি চুজাক অনীগী ইন্টরক্রোপ তৌদুনা দবল ইনকম লাক্লবগী পান্দমদা মরূ হুনবগী থৌরম ঙরাংদগী হৌদুনা পাঙথোকখ্রে।

মহৈ-মরোং মরূ হুনবগী থৌরম অদুদা অচঙবা সগোলহৱাই মরূ অমদি চুজাক মরূ লোয়ননা শুনু অমদি হিদাক লাৎথকনচিংবা কয়া কে ভি কে ইম্ফাল ইষ্টনা পীরকখিবনি। লৌশিং মেনশিনবগী থৌরম পায়খৎপা অদুদা প্রোগ্রেসিভ ফার্মরস ক্লব নোংদমদা মতেং তৌবীরকখিবশিং ময়াংলম্বম বিলাশিনি, প্রধান নোংগ্রেন চিংনুংখোক জি পি, ককরাদগী নোংদম খুলদা ফার্ম তৌদুনা লৈবা রাজেন অমদি নোংদম খুলদগী এন জি বাইরোন মখোয় অহুম্না নোংমগী ট্রেক্টর মতেং তৌবীরকখি। কে ভি কে ইম্ফাল ইষ্টনসু পরার তিল্লর (কবোতা) অমা থবক থৌরম লোইদ্রিফাওবগী ওইনা মতেং তৌবীরকখি। নিংথৌজম সঙ্গাইঙানবী (ৱার্দ মেম্বর নোংদম)না দিজল লিটর ১৫, লম্লাইদগী সোসল ৱার্কর অচোইবম দেবেননা দিজল লিটর ৩০, প্রোগ্রেসিভ ফার্মর ক্লব নোংদমগী এদভাইজর অন্নান তখেল্লম্বমনসু দিজল লিটর ৩০ মতেং তৌবীরকখি। লোয়ননা ক্লবকী মেম্বরশিংনা শেল খরা খায়নদুনা অৱাৎপা দিজলশিং মেনখৎনদুনা লৌশিং মেনবগী থৌরম অসি পাঙথোকপনি হায়রি।

ক্লবকী এদভাইজর অন্নান তখেল্লম্বমনা হায়, হন্দক্কী লৌশিং মেনশিনবা অসিনা অহানবা ওইনা গ্রুপনা পায়খৎপা থবক্লি। মসিগী মখা তারকপদসু থবক কয়া পায়খৎলকখিগনি। লোয়ননা প্রোগ্রেসিভ ফার্মরস ক্লব নোংদমগী চীফ কোওর্দিনেটর রতন চুংখামনসু ক্লবকী এদভাইজর অন্নান তখেল্লম্বম অমদি লৌশিং মেনশিনবগী থৌরম অসিদা মতেং তৌবীরকখিবা খৃদিংমকপু থাগৎপা ফোঙদোরকখি। মরূ হুনবগী থৌরম অদুদা ডা. রাজেন্দ্র প্রসাদ সেন্ট্রেল এগ্রিকলচরেল য়ুনিভর্সিটি, পুসা, বিহার, হিমগিরি জী য়ুনিভর্সিটি, দেহরাদুন, উত্তরচল য়ুনিভর্সিটি, দেহরাদুনগী আর এ দব্লিয়ু ঈ ষ্টুদেন্ট টসশিংসু লাক্তুনা মখোয়গী ফিল্ড প্রক্টিকেলসু তৌখি। মহৈরোয়শিং অদুদা কে ভি কে ইম্ফাল ইষ্টকী সবজেক্ট মেট্টর স্পেসিএলিষ্ট নন্দিনি চোংথাম অমদি ডা. ঐচ রমানন্দ (এস এম এস) অনীনা মহৈরোয়শিং অমদি ফার্মরশিংদা তাকপী তন্বীখি। নোংদম খুলগী লৌফম খরদা চৎতুনা ফৌদা লায়না তীন্না তারকপনচিংবসু য়েংশিনবীরমখি হায়রি।

তূম্বদা তূমশিৎ ফাহৌদবা

লৌশিং পুক্কে

মেনখৎনবা হোৎনবদা মতম য়াম্না শাংনা চঙই

তূম্বা হায়বসি হকশেলগীদমক তঙাইফদবনি হায়বা অসি ইখঙ খঙনরবা ৱাফম অমনি। মসি থৱায় পানবা পুম্নমক্কী ওইনা চুল্লবা ৱাফমনি। অদুমওইনমক, অনৌবা রিসার্ছনা তাক্লি মদুদি, ঐখোয়না তূম্বা ৱাৎহৌবা মতমদা কোন্না ইরায় লায়না ফুক্কৎপা ঙম্মী হায়রিবা অসি অচুম্বদগীদি অরানবনা হেল্লি।

পোলেন্দদা লৈবা জাগাইলোনিয়ন য়ুনিভর্সিটি ওফ ক্রাকোগী ইনভেষ্টিগেটরশিংনা মপুঙ মরৈ ফারবা মীওইশিংগী মরক্তা তূম্বা য়াদবগা মরী লৈনবা হকচাংগী ফঙ্কসনশিংদা লাকপা অহোংবশিংবু চেকশিন্না এগজামিন তৌখ্রে। মখোয়গী রিজল্টশিং অদু PLOS ONE জর্নেলদা পব্লিস তৌরকখ্রে।

থিজিনবা অদুদা শরুক য়াখিবা পার্টিসিপেন্টশিংনা হান্না তূম্বা চাংগী শরুক অহুম থোকপগী অমা তাথরগা তূমহন্দুনা নুমিৎ ১০নি তূম্বা মচেৎ ৱাৎহল্লগা লেনখি। মসিগী মতুংদা চয়োল অমা চূপ্পা ৱাৎহৌরিবা তূম্বা অদু ফুক্কৎহনখি।

রিসার্ছরশিং অদুগী ফাইন্দিংশিংদুনা তাক্লি মদুদি, তূম্বা ৱাৎপনা হকচাংগী থবক থৌরমশিং তৌবা ঙম্বগী ফিভমদা মতম শাংনা অকায়বা পীদুনা লৈ। তূম্বা খরা খরা ৱাৎহৌবা অসিনা য়ামশিল্লক্লগা মীওইবগী ৱাখল ময়েক শেংনা খনবা ঙম্বগী পাঙ্গলদা য়াম্না চাউনা হম্বহল্লকই।

পার্টিসিপেন্টশিং অদু মখোয়না ৱাৎখ্রিবা তূম্বা অদু থংনবা নুমিৎশিংদুদা এক্সত্রা ওইনা তূমদুনা ফুক্কৎনবা হোৎনরবসু ইরায় লায়না ফুক্কৎপা ঙমখিদে।

মীওইবনা মথৌ তাবা তূম্বগী চাং অসি অমগা অমগা খেন্নে। অদুমওইনমক, চাংচৎতা মপুঙ মরৈ ফারবা অয়ুক নুংথিলগী মতমদা থবক থৌরমশিং মপুঙ ফানা তৌবা ঙম্নবগীদমক নুমিৎ খুদিংগী য়ামদ্রবদা পুং ৭ তূম্বা মথৌ তাই।

ইন্দিয়ানাপোলিসতা লৈবা ইন্দিয়ানা য়ুনিভর্সিটি স্কুল ওফ মেদিসিনদা ক্লিনিকেল মেদিসিন অমসুং ক্লিনিকেল ন্যুরোলোজিগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর অমা ওইবগা লোয়ননা স্লীপ মেদিসিনদা স্পেসলাইজ তৌবা ডা. ষ্টেফানি এম. ষ্টাহলনা ফোঙদোকখিবদা, তূম্বা ৱাৎপনা ঐখোয়গী অয়ুক নুংথিলগী থবক থৌরমশিংদা খুদোংচাদবশিং থোকহল্লি হায়বগী মশিং য়াম্নবা ইভিদেন্সশিং অদু ষ্টদি অসিনা অমুক হাপকৎলে। ঐখোয়গী পুং ৭গী মথক্তা তূম্বা হায়বা পান্দম অদুদগী পুং ১-২ খক্তং হম্বরগা তূম্বা নুমিৎ খরনিখক্তংনা ফাওবা মতম শাংনা অমাঙবা থোকহল্লি, হায়রিবা খুদোংচাদবা অসি চয়োল অমা চুপ্পা নীংথিনা তূম্লবা ফাওবদা ফগৎহনবা ঙমদে হায়বদু ষ্টদি অসিনা তাকই হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

ঙসিগী মথৌ চিন্নরবা তাইবঙ অসিদা মপুঙ মরৈ ফারবা মীওইশিংনা থবক্কীদমক, এন্টরটেনমেন্টকীদমক অমদি অতোপ্পা মরমশিংগীদমক তূমদবা হায়বা অসিদি য়াম্না কা হেন্না কম্মন ওইরে। য়াম্না য়ামদবা চাংদা তূম্বা ৱাৎপা মতম শাংনা মায়োক্লরকপা অসিনা মেন্টল অমসুং ফিজিকেল হেল্থতা পীরিবা চৈথেংশিং অসি মীওই কয়ানা লূম্না লৌনদে। খুদম ওইনা, মশিং য়াম্লবা মীওই কয়ানা মখোয়না তূম্বা ৱাৎহৌরিবা শরুক অদু ছুতি নুমিৎতা ফুক্কৎপা য়াই হায়না থাজনে। অদুম ওইনমক, অনৌবা রিসার্ছ অসিনদি ঐখোয়না তূম্বা ফুক্কৎপা ঙম্বগী পাঙ্গল অসিদা কা হেঞ্জিন্না থাজবা থম্বা ওইবা য়াই হায়রি।

রিসার্ছরশিং অদুনা মখোয়গী পেপর অদুদা পল্লি মদুদি, তূম্বা কায়বা হায়বা অসি অকক্লবা শিনফমশিং অমদি ইন্দষ্ট্রিশিংদা, খুদম ওইনা হেল্থক্যের, এন্টরটেনমেন্ট, অমদি ট্রান্সপোর্টেসননচিংবদদি মতম পুম্নমক্তা কম্মন ওইদুনা লৈরবনি। অদুমওইনমক, হৌজিক্তি নুংথিলগী থবক তৌবা মীওই কয়া য়ুমদগী থবক শূনরে, মসিনা থবক অমসুং লন্নাই পুন্সিগী মরক্তা লৈগদবা পল অদু মমি ইশাম শামহল্লে।

রিমোট ওইনা থবক শূরকপা ঙম্বগী ফিভম অদুবুদি পেন্দমিক মনুং অসিগী ওইনা অফবা অমা ওইজরগসু মসিনা হীরম খুদিংমক্তা ফহনবদি নত্তে। থবক শূবা অমসুং পোথাবগী রিধমদা কায়রকপা হায়বসি রিমোট ৱার্ককী কম্মন ওইবা সাইদ ইফেক্টশিংগী মনুংদা অমনি হায়না ইনভেষ্টিগেটরশিং অদুনা পল্লি।

মোদর্ন ওইবা পুন্সি অসি খোঙজেল য়াঙখৎলক্লি, অমদি থবক তৌবা, পোথোক পুথোকপা, অমদি পান্দম ফংবগী প্রেসর অসিসু অদুম্মক লোয়নদুনা লৈরি। মসি ৱার্কর প্রদক্টিভিটিগীদমক্তদি অফবা ওইজরগসু, মসিনা হ্যুমেন বাইওলোজিগী ফন্দামেন্টেল ফেক্ট : ঐখোয় অসি অয়ুক-নুংথিলদা হৈনবা থৱায় পানবা কাঙলুপনি হায়বা অদুবুদি মীরায়রি। ঐখোয় অসি নুমিদংগী মতমদা তূম্লগা নুমিৎনা লৈরিঙৈ মতমদা মীৎ-না শিংনা লৈনবা মওংদা ইভোল্ব তৌরকখ্রবনি। মসিদসু নত্তনা ঐখোয়না পুং ২৪ খুদিংগী তঙাই ফন্দনা য়ামদ্রবদা অকক্লবা চাং অমা য়ৌনা তূম্বা মথৌ তাই।

ডা. ষ্টাহলনা হায়, ক্রোনিক ওইনা তূম্বা ৱাৎপা হায়বসি ঐখোয়গী খুন্নাই অসিদা য়াম্না থৌশানদবা প্রোব্লেম অমনি। তূম্বা ৱাৎপা হায়বসি কন্সেপ্ট্রেসন ৱাৎপা, পুক্লিং চঙবা ঙমদবা, অমদি অয়ুক নুংথিলগী মতমদা তূম্লীংহনবা, এক্সিদেন্ট (গাড়ি এক্সিদেন্টশিং য়াওনা) থোকপগী রিস্ক হেনগৎহনবগী য়াম্না কম্মন ওইবা মরম অমনি। তূম্বা ৱাৎপগা মরী লৈনবা খুদোংচাদবশিং অসি মসিনসু লোইদ্রি। মীওই কয়া অমদি মতীক চানা তূমদবনা ঐখোয়গী হকশেলদা করম্না শোকহনবগে হায়বা খঙজদে। তূম্বা ৱাৎপনা হার্টকী লায়না, ষ্ট্রোক, কেন্সর, ইনফেক্সন অমদি দিমেন্সিয়াগী রিস্ক হেনগৎহনবা ঙমই হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

কম্মন ওইনা থাজনবা ৱাফম- তূম্বা খজিক্তং ৱাৎপনা মীওই অমগী হকশেলদা অকায়বা পীরোই হায়বা অসি অরানবা ৱাফমনি। তূম্বা য়াদবদগী রিকভর তৌরকপা হায়বা ৱাফম অসি রিসর্ছ টিম অসিনা স্কাইদগী ইন্টরেষ্ট লৈখিবা হীরমনি।

ষ্টদি অদুগী ওথরশিংনা হায়রি, চথরিবা ষ্টদি অসিনা তাকই মদুদি, নুমিৎ ১০নি তূম্বা ৱাৎহল্লবা মতুংদা পীরিবা নুমিৎ ৭নিগী রিকভরি অসি মীওইবগী রিএক্সন স্পীদপু বেজলাইনদা রিভর্স তৌহল্লক্লবখক্কীদমক মতীক চায়, অদুবু অতোপ্পা বিহেবিয়রেল, লোকোমোটর, অমদি ন্যুরোসাইকোলোজিকেল মেজরশিংগী ওইনদি ইম্প্রুভমেন্ট উবা ফংদে।

মসিনা তাকপদি মতম খরা তূম্বা ৱাৎখ্রবা মতুংদা মতম হেন্না শাংনা তূম্লগা ৱাৎখ্রিবা অদু ইরায় লায়না ফুক্কৎপা ঙমগনি হায়না ঐখোয়না ৱাখলনা লামশিল্লোইদবনি। মসি অদুক হাক্লা লায়না থোক্তবা য়াই। ৱাখল মচা তানা খনবা ঙম্বা অমদি থবক থৌরমশিং মপুঙ ফানা তৌবা ঙম্বগী পাঙ্গল অদুদা হম্বহল্লকপা য়াই হায়বনি।

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

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না কারি হায়রি, কারি পাম্লি

কোভিদ-১৯ লাইচৎনা ঐখোয়দা তাম্বিরম্বা তৌদবা য়াবা থৌরমশিং তৌদবনা চুমগনি খল্লি

হৌখিবা চহী ২০২০গী মার্চ থাদগী কোভিদ লাইচৎনা ঐখোয়দা লান্দারকপদগী ইরমদমসিদা হান্নদগী হৌনা শোয়ফদনা তৌদুনা লাকপা লাইগী থৌরম য়াওনা হরাউ-কুম্মৈ তৌদবগা লোয়ননা তৌরবসু মমিংতগী ওইনা পাঙথোক্লরে। খৃষ্টমাসকী থৌরম পাকশন্না পাঙথোক্তবনা চহী লোইবা অমসুং হৌবসু মনা-মনিল নাইদনা লেপখিবনা চাকচা-হৈজান্নবা অমসুং পিকনিক প্রোগ্রামসু তোক্লখ্রে। ইমোইনু ইরাৎপা, গাংঙাই, লুই ঙাইনি, সরস্বতি পুজা, শিবরাত্রি, চৈরাওবা, হনুমান জয়ন্তি, ইদুল ফিটর, ইদুল জুরা, কৃষ্ণজন্ম, দুর্গা পুজা, দিৱালিনচিংবা মরুওইবা থৌরমশিং য়াওনা পোকপা অমসুং শিবগী থৌরম পরেংশিং অদুগা লৈকায় খুদিং চহীগী তৌদবা য়াদবা উমং লাই হরাউবগী থৌরমসু পাঙথোক্তবগা পাম্বক ওইরে হায়বা য়াই। হায়রিবা শোইফদ্রবা থৌরমশিং অসি পাঙথোক্তবদা মীওইবা ঐখোয়দা অৱাবা চৈথেংসু ফংবা লৈতবগা লোইননা মালেম ইমানসু করিমত্তা অকায়বা লৈতনা নুমীৎ থা-থৱানমিচাক থোক্তুনা অহীং-নুংথিল খায়না মালেমগী খোঙচৎ কায়দনা চৎলি। অদুবু ওইরবদি লাই হাক্ততগী তৌদুনা লাক্লে হায়রিবা থৌরমশিং অসি তৌদবনা হেন্না ফরগনি খল্লি। কোভিদ লাইচৎনা ঐখোয়দা হায়নিংঙাই লৈতনা ৱাহল্লবসু ঐখোয়না খঙদনা লৈরম্বা অফবা কয়াবু তাকপিরে। মরম অদুনা কোভিদ লাইচৎনা তাকপীরম্বশিং অসি ঐখোয়না থবক ওইনা পাঙথোকমিন্নরসি।

❒ এল ইবোমচা, তাউথোং

হৌখিবা এম এল এশিংসু পৱার পায়না-পায়না মীয়ামগী থবক তৌবা ঙমখিদবনি

মীদিয়াগী থোংদা লাক্কদৌরিবা কুমজা ২০২২গী ইলেক্সনদা ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট ওইগদৌরিবা মীওইশিংনা পৱার পায়রবদি লৈবাক মীয়ামগী থবক তৌবা ঙমগনি হায়না ফোঙদোক্লরিবা অসিগী মতাংদা হায়জনিংবা ৱাফমদি মমাংঙৈদা এম এল এ ওইখিবা, এম এল এদগী মিনিষ্টর ওইখিবা মীওইশিং অমদি হৌজিক-হৌজিক এম এল এ ওইরিবা মীওইশিংনসু অদুমক হায়দুনা লাকখিবা ৱাফমশিংনি। অদুবু মীওইশিং অদুনা ভোট মমাংদা হায়খিবা ৱাহৈশিং হায়বদি পৱার পায়রবা মতুংদা মীয়ামগী থবক তৌগনি হায়খিবশিংদু অয়াম্বনা থবক ওইনা পাঙথোক্লখিদে, পাঙথোকপা ঙমখিদে হায়বসি মীয়াম্নসু হেন্না খঙনরবা ৱাফমনি। ভোট ময়া নকশিল্লকপদা পৱার পায়র