মণিপুরদা মেন্টেল হোস্পিটাল অমা লৈবা মতম ওইরে

– ডা. সোরাম মনিকান্তা –

প্রসিদেন্ট, ইন্দিয়ন সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি, মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চ
dr.smanikanta@gmail.com

চহী খুদিংগী ওক্টোবর ১০ অসি ৱর্ল্ড মেন্টেল হেল্থ দে (মালেমগী পূক্নিং ৱাখল লায়নাগী নুমিৎ) হায়না কুমজা ১৯৯২দগী লেপ্পা লৈতনা থৌরম পাঙথোক্তুনা লাক্লি। হন্দক চহীগী ওইনসু নুমিৎ অসি লূপ কয়া অমদি মেন্টেল হেল্থ প্রোফেসন্দা থবক তৌরিবা লূপ কয়ানা থৌরম অসি পাঙথোক্লি। ইন্দিয়ন সাইকিয়াত্রিক সোসাইটি, মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চনসু থৌরম অসি পাঙথোক্লবা শিন-লাংলি। চহী অসিগী মরু ওইবা থিমদি - Mental Health for All : Greater Investment - Greater Access, Everyone, Everywhere হায়বদি পূক্নিং ৱাখলগী হকশেল ফগৎহন্নবা অমসুং অফবা মখলগী লায়েং পথাপ মীপূম খুদিংদা, মতম পূম্নমক্তা শেল তিংদনা ফংহন্নবা পৈশা হেন্না থাদরসি। মালেমগী কোভিদ-১৯ পেন্দেমিক্না ওইরক্লিবা তংদু-লৈতাদবা, চরাংনবা, লাংতক্লবা, অকিবা অমসুং ৱাখল পিকথরকপা মতম অসিদা থৌরম অসি য়াম্না মরু ওই। নুমিৎ অসিগী মরু ওইবা ৱাখল্লোনদি মীপূম খুদিংদা পূক্নিং ৱাখলগী হকশেল ফগৎহনবা, পূক্নিং ৱাখল লায়নাগী মরমদা ৱাখল তাহনবা অমসুং অফবা মখলগী লায়েং কাঙলোন ফংহনবা হায়বসিনি। মালেমগী ওইনা মীওই মিল্লিয়ন ৪৫০ ৱাখল লায়নানা মরম ওইদুনা শূবা-নোম্বা ঙমদনা লৈরি। ৱাখল লায়না অসিনা ঐখোয়গী খুন্নাইদা পীরিবা পোৎলুম অসি লায়না পূম্নমক্কী চাদা ১৫ ওইগনি। ৱাখল লায়নানা মরম ওইদুনা নোংমগী শূগদবা, চৎকদবা, তৌগদবা থবক থৌরম কয়া মপূং ফানা তৌবা ঙমহন্দে। মসিবু ঐখোয়না Daily Adjusted Life Year (DALY) হায়না খঙনৈ অমসুং চহীগী ওইনা য়েংবদা হীরম কয়ামরুমদা শোত্থহল্লি। মালেমগী লৈবাক খুদিংমক্তা ৱাখল লায়না নাবগী চাং অসুম হেনগৎলক্লি। দল্লিয়ু ঐচ ওগী রিপোর্ট অমগী মতুংইন্না মীওই মরি খুদিংগী মীওই অমদি মহাক্কী পুন্সিদা শোয়দনা পূক্নিং ৱাখলগী লায়নানা নাগনি। World Economic Forum (2018) না অসুম্না হায় মদুদি মতম চানা পূক্নিং ৱাখলগী হকশেল ফগৎনবা থৌরাং লৌখৎতবা তারবদি কুমজা ২০৩০ ফাওবদা মালেমগী ওইনা য়ু এস দোল্লর ত্রিল্লিয়ন ১৬ মাঙজগনি। ইন্দিয়াগী ওইনসু ৱাখল লায়না লায়েংনবা লৈরিবা খুদোংচাবশিং, অতৈ হকশেলগী খুদোংচাবশিং অসিগা য়েংনবদা য়াম্না শোত্থনা লৈরি।

মীওই অয়াম্বনা ঙাওনা, ফৈনা নাবা অনাবতবু পূক্নিং ৱাখলগী লায়নানি হায়না খল্লি অমসুং মপুন্সি চূপ্পা ফবা ঙল্লরোইদবা অনাবা অমগুম উই। মসিগী অমত্তা ঙাইরবা পাম্বৈদি mental asylum দা থমদুনা লায়েংবা অসিনি হায়না খন্নরম্মী। mental asylum দা মীওই অমনা য়াম্না কুইনা লৈদুনা লায়েংবা অসিনা ইমুং-মনুংগী মীওইশিংগা লাপথোক্লবগী মরম অমা ওইহল্লি অমসুং emotional attachment হন্থহল্লি। অনাবা ফরগা হল্লকপা মতমদসু কৈরোই-লৈকায়না চঙহন্নীংদে। কি-তুকচ্চনা (social stigma) লৌবনা মখোয়বু ইমুং-মনুং অমসুং কৈরোই-লৈকায়না লৌশিনবা পামদে। পূম্নমক অসি য়েংলুরগা হৌজিক্তি mental asylum অয়াম্বা Psychiatric hospital না মহুৎ শিল্লে। Psychiatric hospital অমদা লায়েংবা মতমদা ইমুং-মনুংগী মীওইশিংগী থৌদাং চাউনা লৈ। অনাবা শেন্নবদা মখোয়বুসু য়াওহল্লি। য়াম্লবদা চয়োল ৩-৪দগী হেন্না হোস্পিটালদা লৈবগী মথৌ তাদে। মেন্টেল নৎত্রগা সাইকিয়াত্রিক হায়বা ৱাহৈ অসিমক ঐখোয়গী ৱাখল্লোন্দা সোসল ষ্টিগমা অমগা লোয়ননা চৎমিন্নবা মাল্লি। মরম অদুনা পূক্নিং ৱাখল লায়নাগী লায়েংশঙ লিংখৎপা মতমদা মেন্টেল নৎত্রগা সাইকিয়াত্রিক হায়বা ৱাহৈ অসি শীজিন্নদনবা হোৎনরে। মসিগী মহুত্তা Centre for Behaviour and Allied Sciences নৎত্রগা Institute of Human Behaviour and Allied Sciences হায়না কৌনবসু য়াওরে। ইন্দিয়াগী নত্তনা মালেমগী ওইনা য়েংবদা পূক্নিং ৱাখলগী পোৎলুম অসিগা য়েংনবদা পূক্নিং ৱাখলগী লৌরিবা খুদোংচাবশিং অসি অসুক্কী মতিক শোত্থনা লৈখ্রে। মণিপুরগীসু রিমস অমসুং জেনিমসকী সাইকিয়াত্রিক দিপার্টমেন্ট অমমম লৈবা নত্তনা মশক থোকপা লায়েংশঙ অমত্তা লৈতে। কুমজা ২০০১গী ওগষ্ট ৬ অসি কাউঙল্লরোইদবা নুমিৎ অমনি। নুমিৎ অসিদা টামিল নাদুগী Ervadi হায়বা মফম অদুদা লৈবা mental asylum অমদা ৱাখল লায়নানা নারবা মীওই ২৮ মৈ চাক্তুনা শিখি। য়াম্না থম্মোয় শোক্লিংঙাই ওইবদি মখোয় খুদিংমক মখোঙদা য়োৎলি (iron chain) থাংদুনা পুল্লগা থম্বদগী নাম্থোকপা ঙমদবদগী মৈনা চাক্তুনা শিখিবা ঙাক্তনি। মসিনা মরম ওইদুনা থারকপা পি আই এল (পব্লিক ইন্টরেষ্ট লিটিগেসন) কেস অমগা মরী লৈননা ওনরেবল সুপ্রিম কোর্ট ওফ ইন্দিয়ানা ওর্দর অমা তাখি মদুদি ষ্টেট খুদিংমক্তা পূক্নিং ৱাখল লায়না লায়েংনবা মেন্টেল হোস্পিটাল অমমম শোয়দনা লিংগদবনি। "Every state government has to establish psychiatric hospital in the State."

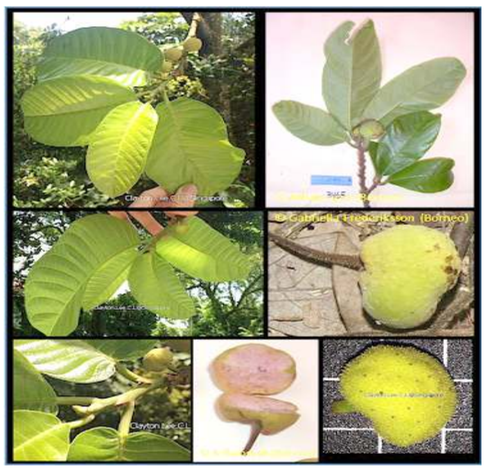
National Human Rights Commission (NHRC) of India না শিন্দুনা World Mental Health Day, 10th October, 2011 "Human Righst and Mental Health Care" হায়বা টোপিক অসিদা সেমিনার অমা ন্যু দিল্লিদা পাঙথোকখি। মসিদা খন্ন-নৈনখিবা অমসুং য়ানখিবা ৱাফমদি ইন্দিয়াগী হৌজিক ওইরিবা মেন্টেল হেল্থ প্রোব্লেম অসি মীপূম খুদিংমক্কী হকশেল অমদি চাওখৎ থৌরাংদা য়াম্না মরু ওইবা সমস্যা অমা ওইরে, মীৎয়েং চঙবা তঙাইফদ্রে। অফবা মখলগী মেন্টেল হেল্থ ক্যের ফংহনবা ঙমদবা মরম্না মীওইবগী হক কয়া খোঙ্গাওনরে। ফংফম থোকপা মীওইবগী হক কয়া ফংহন্দ্রে। মসি পূম্নমক অসিগী মরু ওইবা হৌরকফমদি মেন্টেল হেল্থ প্রোব্লেম নোংম-নোংমগী হেনগৎলকপা অদুগা মসিগী লায়েংবগী খুদোংচাবা অসি অতৈ হকশেল লায়েংগা য়েংনবদা অচৌবা গেপ অমা লৈবা অসিননি। মরম অদুনা ষ্টেটকী লৈঙাক খুদিংমক্না মেন্টেল হেল্থ ক্যের ষ্টদি রিপোর্ট অমা পীরক্লবা খঙহনখি। মসিগা লোয়ননা লৈঙাক্না লৌখৎকদবা থৌরাংশিং খুদম ওইনা খুদক্কী ওইবা (immediate), অতেনবা মতম (Short term) অমসুং অশাংবা (long term) প্লান করি করিনো অমসুং এক্সন টেক্কন রিপোর্ট পীখৎলক্লবা ষ্টেটশিংদা খঙহনবা লৈখ্রবনি। য়ুনাইটেদ নেসন্সকী Sustainable Development Goal (SDG) 2030 গী মখাদা মীপূম খুদিংমক মশা ফনা লৈননবা অফবা মখলগী লায়েং পথাপ লায়র-ইনাকখুনবা, সহর-খুঙ্গং, অরাপ্পা-অনকপা খেন্নবা থমদবা, লায়েংবদা শেল-থুমগী অৱা পোৎলুম পুহন্দবা মীপূম খুদিংদা ফংহনগদবনি। মসিদা মেন্টেল হেল্থকী খুদোংচাবা খুদিংমকসু য়াওগদবনি। চহী য়াঙ্খ্রেগী মমাঙদা দল্লিয়ু ঐচ ও (ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন) গী অহানবা দিরেক্টর জেনরেলনা অসুম্না হয়রম্মী - without mental health there can be no true physical health হায়বদি পূক্নিং ৱাখল ফৎত্রবদি হকচাং ফনা লৈবা ওইথোক্লোই। ৱাফম অসি হৌজিক্তি ময়েক শেংলক্লে। দাইবেটিস (diabetes) নাবা মীওইশিংদা দিপ্রেসন (depression) নাবা য়াম্না তোইনা থেংনৈ অমসুং দিপ্রেসন নারবা মতুংদা মশাগী চেকশিন থৌরাং লৌবা ৱাৎলকই। দাইবেটিস নাবগী ফীভম হেন্না শোকচিল্লকই। ৱাখল লায়না খুদম ওইনা লাংতক্লবা, পাখৎপা, ৱাখল পিকথবা মীওইশিংনা হার্ট এটেক নৎত্রগা Chronic obstructive pulmonary disease(COPO) নাবা হেল্লি। কেন্সর নাবা মীওই চাদা ৫০ ফাওবদি দিপ্রেসন নাগল্লি। মসি লায়েংবনা মখোয়গী পুন্সি শাংহল্লি। দিপ্রেসন নাবা মীওইশিংদা হার্ট এটেক তৌবগী চাং হেল্লি। দল্লিয়ু ঐচ ওগী রিপোর্ট মতুংইন্না সেকেন্দ ৪০ খুদিংগী মী অমমম সুইসাইদ তৌদুনা শিহল্লি। চহী খরগী মতুংদদি হার্ট দিজিজগী হেক মথংদা ৱাখল লায়নানা অনীশুবা শিবগী মরম ওইগনি হায়না পানরি।

ৱাখল লায়না মখল য়াম্মী। পোকপদগী শিবা ফাওবা মীওইবগী তাঙ্কক কয়াদা মখল মখা কয়াগী ৱাখল লায়না নাবা য়াই। মসি হীরম অমদা হেক্তা ওইবা য়াই। খুদম ওইনা - emotion, personality, geriatric, child and adolescent, substance use, behaviour and psychotherapy, intelligence and memory, sleeping, easing অসিনচিংবা। খুন্নাই অমা নৎত্রগা লৈবাক অমা চাওখৎপদা মসিদা লৈরিবা মীয়ামগী পূক্নিং ৱাখল ফনা লৈবা হায়বসি য়াম্নমক মরু ওই। অৱাং-নোংপোক লমদম অসিদা মণিপুর হকশেলগী হীরমদা খুমাঙ চাওশিল্লে হায়বা য়াই। অরুবা অনাবা কয়া খুদম ওইনা Heart disease, Chronic Kidney failure অমসুং কেন্সর মপান্দা চৎতুনা লায়েংলম্বা অদু হৌজিক্তি লমদম অসিদসু লায়েংবগী খুদোংচাবা ফংলি। হন্দক্তসু American Oncology Institute অমা ইম্ফাল ইষ্টকী খাবৈশোইদা হাংদোকখ্রে। কিদনি ট্রান্সপ্লান্ট অমসুং হার্ট সর্জরি মণিপুরদা মায় পাক্লা পাঙথোকপা ঙল্লে। রিমস, ইম্ফাল মতমগা চুনবা AIIMS, New Delhi গী থাক্তা পুখৎনবা কন্না হোৎনরি। অদুম ওইদুনসু ষ্টেট অসিদা পব্লিক সেক্টর নৎত্রগা প্রাইভেট সেক্টর নৎত্রগা পি পি পি মোদেলদা ওইরবসু মেন্টেল হেল্থ ক্যের সর্ভিস মপূং ফানা পীবা ঙমদ্রি। মেন্টেল হোস্পিটাল নৎত্রগা সেন্টর ফোর বিহেবিয়র এন্দ এল্লাইদ সাইন্সেস হায়বসি পূক্নিং ৱাখল লায়না খুদিংমক্কী লায়েংবগী খুদোংচাবা লৈগনি। মণিপুরদা মেন্টেল হোস্পিটাল অমগী অৱাৎপা অসি মতম কয়াগী মমাঙদগী লৈরক্লে। লায়েংফম লৈতবদগী ক্রিমিনেল এক্ট অমা পানশিল্লগা জেলদা থমজিনবসু কোঙ্গাইনি। হোম দিপার্টমেন্টকী খূত্থাংদা অগ্রা, রাঞ্চি, ত্রিপুরাদা লায়েংনবা পুখিবসু য়াওই। দ্রগ য়ুজর কয়ানা লন্নাই লায়েংশঙ, রিহেবিলিটেসন সেন্টর কয়াদা লায়েংবগী থবক চথরি। অদুবু অচুম্বা অফবা লায়েং পথাপ ফংলব্রা হায়বদুদি নত্তে। মীওই কয়া অমনা crisis period মতমদা সাইকোলোজিকেল সপোর্ট ফংনবা হোৎনবদা অৱাবা অমা ওইরি। হন্দক্তসু ষ্টেট অসিদা মেন্টেল হেল্থ ক্যেরগা মরী লৈননা থারকপা পি আই এল কেস অমদা ওনরেবল হায় কোর্ট, মণিপুরনা তাখিবা ওর্দর অমদা মণিপুর লৈঙাক্লা থা ৬কী মনুংদা মেন্টেল হোস্পিটাল অমা লিংখৎনবা খঙহনবা লৈখ্রে। মণিপুরদা অনৌবা লৈঙাক অমা লৈরকপা চহী ৩ মখায় শুখ্রে। অদুবু ঙসি ফাওবদা হেল্থ সেক্টর মরু ওইনা মেন্টেল হেল্থকী লমদা মশক থোকপা থৌরম অমত্তা পায়খৎপা লৈত্রি। তাখিবা, উখিবা হায়ববু কোভিদ-১৯ পেন্দেমিক্কী খুদোংচাবা লৌরগা মীওইবগী হকশেলবু শেলগা মন্তিক্লদুনা টেন্দর তৌদনা, সপ্লাই ওর্দর পীদনা, শেন্দোংগী খল্লগা অপাম্বা ফার্ম খরদা সব ষ্টেন্দর্দ ওইবা পোৎ-চৈ কয়া লৈশিল্লম্বগী লৈবাক ৱাথোক ওইখ্রবা থৌদোক ময়াম্না হেন্না খঙনরবা ৱাফমনি। হৌজিক্তি মিনিষ্টর রিসফল তৌখিবগা লোয়ননা অপিকপা পোলিটিক্সকী ৱাখল্লোন থাদোক্তুনা অফবা খুন্নাই, মতিং লৈবা মীওই, অফবা লৈঙাক অমা ৱর্ল্ড মেন্টেল হেল্থ দে, ওক্টোবর ১০, ২০২০না লাকপদা থৌরম অসিগী থিম ওইরিবা Mental Health for All : Greater Investment - Greater Access, Everyone, Everywhere থবক্তা ওন্থোকপা ঙম্নবা অমসুং মেন্টেল হেল্থ চাওখৎনবা লৈঙাক্লা ফন্দ হেন্না হাপ্পীদুনা মণিপুরদা অফবা মখলগী মেন্টেল হোস্পিটাল অমা লিংখৎলসি অমসুং অফবা খুন্নাই অমা লৈহল্লসি। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ হরিকোকথোং

– ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার –

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



মতম অমদা ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদা থোইদোক্লা মরাং কায়না হৌজরন্নবসু ঙসিদি ইউ উশিল্লক্তুবা পাম্বী অমনি হরিকোকথোং হায়রিবসি। হরিকোকথোং পাম্বী অসি ইংলিসতা মঙ্কি ফ্রুট (Monkey fruit) নৎত্রগা লকুচা (Lakucha), হিন্দিদা লকূচা (Lakoocha) নৎত্রগা লকুচ (Lakooch) নৎত্রগা বর্হাল (Barhal), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *আর্টোকারপস লকূচা (Artocarpus lakoocha Roxb.)* নৎত্রগা *আর্টোকারপস লকুচা (Artocarpus lacucha)* নৎত্রগা *আর্টোকারপস ফিসিফোলিয়স (Artocarpus ficifolius)* হায়না কৌই অমসুং *মোরেসী (Moraceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। শাগৈ অসিদা চনবা অতোপ্পা মরু ওইবা পাম্বী খরদি থৈবোঙ (Artocarpus heterophyllus Lamk), অশি হৈবোঙ (Ficus hispida Linn.), খোংনাং বোট (Ficus benghalensis Linn.), হৈবোঙ (Ficus glomerata Roxb.), খোংনাং-তরু (Ficus benjamina Linn.) অসিনচিংবনি।

হরিকোকথোং হায়রিবা পাম্বী অসি অয়াম্বা মতমদা শংদুনতা লৈবা ময়ায় ওইরপ্পা চাউবা উ পাম্বী অমনি। পাম্বী অসি ইন্দিয়া, বাংলাদেশ, ভুটান, কম্বোদিয়া, লাওস, মলেসিয়া, ম্যান্মার, নেপাল, শ্রীলঙ্কা, থাইলেন্দ অমসুং ভিয়েটনামদগী হৌরকখিবনি। হরিকোকথোং পাম্বী অসি ফুট ২০দগী ৩০ ফাওবা ৱাংবা খরা হেন্না শাবা ট্রোপিকেলগী লমদমশিংদা মহৌশাগী ওইনা হৌজৈ। ইন্দিয়াগী খুঙ্গং অমা ওইরিবা বারহারৱা (Barharwa) অসি হরিকোকথোং পাম্বীগী হিন্দিগী ওইবা মমিং বরহলদগী লৌরগা থোনখিবনি হায়বগী পাউদম লৈ। অখঙ অহৈ খরগী মত মতুংইন্না হরিকোকথোং পাম্বী অসি ইন্দিয়াদগী হৌরকখিবনি হায়না পাউদমলি।

হরিকোকথোংগী লৈ অসি লাবা অমসুং অমোম তোঙান-তোঙাল্লি অমসুং নুংশিবা মনম চেল্লি। লাবা অমোম অসি তীল-কাঙগী মতেংনা পোলিনেসন হায়বদি লাবা-অমোম তিন্নহল্লি অদুগা মরূ অদু মফম অমদগী অতোপ্পা মফমশিংদা উচেক অমসুং য়োংনা পুদুনা চৎলি।

বিজ্ঞানগী পাউদম অমগী মতুংইন্না হরিকোকথোংগী অমুনবা মহৈদা য়াওবা চিঞ্জাক্কী ওইবা মচলশিং অদুদি গ্রাম ১০০ খুদিংগী এনর্জি কেলো-কিলোরি ৭৩, ঈশিং মনিলগী চাং গ্রাম ৯০, প্রোটিন গ্রাম ২, ফেট গ্রাম ১, মিনরেলস গ্রাম ১, ফাইবর গ্রাম ৩, কেলসিয়ম মিলিগ্রাম ৬৭, ফোসফরস মিলিগ্রাম ২৫ অসিনচিংবনি। কম্পাউন্দশিং মরু ওইনা সাইক্লোআরটিনোল, এলফা এমাইরিন অমসুং ল্যুপোল এসিটেট অসি হরিকোকথোংদা য়াওবগী পাউদম লৈ।

বিজ্ঞানগী পাউদম অমগী মতুংইন্না হরিকোকথোং পাম্বীগী উদগী ষ্টিলবেনোইদ ওক্সিরেসবরাতোল হায়রিবা কম্পাউন্দ অসি শুংবা য়াই। মীওইবগী থিবোং-থিরিলদা লৈবা তীল (Haplorchis taichui) অমসুং তেনিয়া (Taenia spp.) না থোকহনবা টেনিয়াসিস (Taeniasis) হায়রিবা থিবোং থিরিলগী লায়না অসি লায়েংবদা শীজিন্নরিবা হীদাকশিং অয়াম্বা হরিকোকথোং পাম্বীগী উগী মচেৎশিং অসি ঈশিংদা মতম কুইনা শৌহল্লবা মতুংদা ফংবা ৱাওথাংনবা মকুপ অদুদগী শেম্বনি। হরিকোকথোং পাম্বী অসি য়াম্না লিরবা ইন্দিয়াগী পুন্সিরোল অর্থশাস্ত্রগী (Arthasastra) মতমদগী শীজিন্নরকপগী পাউদমশিং লৈ।

হরিকোকথোং পাম্বী অসি ঐখোয় মীওইবদা থোইদোক্লা কান্নখ্রে। পাম্বী অসিগী উ অসি য়াম্না ফবা মখলগী শীং ওইনা শীজিন্নৈ। নেপালদদি হরিকোকথোং পাম্বীগী মনা অসি শা-ষণগী য়াম্না ফবা শজিক অমা ওইনা পীজনৈ। হায়রিবা শজিক অসি শঙ্গোম শুল্লিবা শা-ষণশিংদা পীজবদা শঙ্গোম অদু শীংথানীংঙাই ওইনা হেঙ্গৎহনবা ঙম্মী হায়নসু পাউদমলি। মপূং মরৈ ফারবা হরিকোকথোং পাম্বী অমনা শজিক মনা অসি চহী অমদা কেজি ৬০দগী ২০০ ফাওবা পুথোকপা ঙম্মী হায়না পাউদম অদুনা মখা তারি।

হরিকোকথোং পাম্বীগী উ অসি মহুৎ হায়বদি গ্রেন অসি ময়ায় ওইরপ্পা কুপ্পী অমসুং লেটেক্স হায়বদি গমগী চাং অসি ৱাংনা য়াওবা মরম্না লৈশৌনা অমসুং শুম্না লায়না চাবা ঙমদে। উ অসি য়াম্না লুম্মী মদুদি উ ক্যুবিক মিটর অমদা কেজি ৬৪০ রোম লুম্মী। উ অসি থোঙ, হি অমসুং অচৌবা য়ুমশিংগী মখোঙ ওইনা শীজিন্নবদা য়াম্না খুদোং চাই। হরিকোকথোংগী উ অসি য়াম্না পাবা হায়বদি প্লাইৱুদ খায়বদা য়াম্না খুদোং চাহল্লি অমসুং য়াম্না পাম্নে। উগী মকুদা য়াওরিবা চাদা ৪দগী ৭কী গম অসি ক্লাগী মহুৎ শিন্দুনা চানৈ। হরিকোকথোংগী উ অমসুং মরাদগী অতাঙবা মখলগী মচু অমা শেম্নে।

য়াম্না লিরবা অনা লায়েংদা হরিকোকথোং উগী মকু অদু শুগাইরগা লৌবা মহী অদুনা লাইবক্তা চাং নাইনা তৈদুনা কোক চিকপা অসি লায়েংনৈ। পাম্বী অসিগী মরা অদু শুগাইরগা লৌবা অনঙবা মলম অদু তৈদুনা মখল কয়াগী উনশাগী লায়নাশিং লায়েংবা য়াই। অরিবা অনা-লায়েংদা হরিকোকথোং পাম্বী অসি খোঙ হাম্বা য়াদবা, তাং চাউথোক্তুনা চিকপা-নাবা অমসুং অশোক-অপন তৌবগী লায়েংদা শীজিন্নৈ। পাম্বী অসিগী উ অদু ঈশিংদা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু তৈবদা হকচাং মনুংদা য়াওবা হুশিং চিংথোকপা ঙম্মী হায়বগী পাউদমসু লৈ। হায়রিবা অশেম্বা অদু মখল কয়াগী তীলসু হাৎপা ঙম্মী। য়াম্না নুংঙাইবা পাউদম অমগী মতুংইন্না হরিকোকথোং পাম্বীগী মরূদা মীওইবগী ঈগী কেন্সর হায়বদি ল্যুকেমিয়া (Leukemia cancer cell) অসিনা থিংবা ঙম্বগী মগুনশিং য়াওই হায়বসিনি। য়াম্না চেকশিনবীগদবদি হরিকোকথোং পাম্বীগী মহৈ অসি য়াম্না তোয়না অমদি চাং য়াম্না চারবদি নুপী-নুপাগী ফম্বী কংহনবগী ওইথোকপশিং লৈ হায়বসিনি। ●

/ হন্না-হন্না নুংঙাইবা ফোঙদোকচরি

সুধাকর

সগোলবন্দ খম্নাম লৈরক ইম্ফাল আই টি আই মনাক্তা লৈবা নুঙগী লায়েংবা ওজা লাইশ্রম নবকিশোরগী মচানুপা লাইশ্রম সুধাকর (শামু)না লায়েংবীবদগী ঐগী নুঙগী অনাবা ফজরে। মসিগীদমক সুধাকরবু ঐনা পাউচেগী থোঙদা হন্না-হন্না নুংঙাইবা ফোঙদোকচরি।

থাগৎচরিবা :- য়ুম্নাম অজিৎকুমার
কৈশামথোং এলাংবম লৈকাই, ইম্ফাল
HL-P/7693/10

/ নপ মহী তাবা, নাহী তোয়না তাবা, নাতোন ফুনবা, নাতোন্দা শ্বর হোনবদা ৱাবা, নাতোন্দা মরেং-মরেং চৎলগা হাক্কৎচবা, লোক তোয়না থুংবা, উফুল মরক্তা চৎপা য়াদবা, হৈ অমদি অহিংবা ওইবা পোৎ চাবা য়াদবা ফহনবগী ওজা Zia-Ul-Haque পু থাগৎচরি

ঐগী হকচাংদা সাইনসনা য়াম্না কন্না নাদুনা নপ মহী তাবা, নাহী তোয়না তাবা, নাহী অসিনা তাদুনা কোক ঙাওবা, কোক চিকপা অমদি নুংশা মঙালদা থোকপা য়াদবা, কোক লুম-লুম লাওরগা লৈবা, নাতোন অনীমক ফুনবা, নাতোন্দা শ্বর হোনবদা ৱাবা য়ারোমদসু হোনবা, নাতোন্দা মরেং-মরেং চৎলগা হাক্কৎচবা, লোক তোয়না থুংবা, উফুল মরক্তা চৎপা য়াদবা লাইহৌ তোয়না হৌবা, হৈ অমদি অহিংবা পোৎ চাবা য়াদবা চারগনা সাইনস নাবা হেনবা, ঙকশম মরী নাবা, মীৎ মরী অসিসু চিকপা তৌরম্বা অদু ষ্টেট অমদি নেসনল এৱার্দ ফংলবা **Regd. No. 1591/SR/IW/2019, MD. Zia-Ul-Haque Phusam ☎ 8414825323, 9774274439** দা চৎতুনা লায়েংজরুবদগী ঐগী হকচাংদা লৈরম্বা অনাবশিং অদু মপূগী থৌজালদগী মপূং ফানা ফরে। মরম অসিনা ওজা Zia-Ul-Haque পু পাউচেগী থোঙদা হন্না-হন্না থাগৎচরি।

লায়েংফম :1. Kekru Villa North AOC, Opp. Kekru Pat, Imphal (10 a.m. to 5 pm.)
2. Mayang Imphal, Konchak Makha Leikai. (6 am to 9 am.)
3. Yairipok Bamon Leikai Kabastan Road (Only Wed. & Sat. Open) (10 a.m. to 4pm.)

থাগৎচরিবা : **H. Jeny Devi,** Singjamei
HL-B/6380/10

/ নূংশঙগী ওজাবু থাগৎচরি

Naorem Ibomcha

ঐগী হকচাংদা নুংশং হায়রিবা লায়না অসিনা নাদুনা লৈরকপনি। লায়ওংদি পোম্বা তঙবা, নায় চারগা অদুগা মখুল হুৎলকপা, মচুম তারকপা অসিনি। লাইবক ফবদগী মরুপ অমনা হৈঙাংদা চৎলু তাক্লকপদগী চৎচরুরে। নাওরেম ইবোমচা Phone No. 6009147645/8014023792 গী হিদাক চাবদগী ঐগী হকচাংদা লৈরম্বা নুংঙাইতবা অদু পুংফা ফজরে। মরম অদুনা নুংশিরবা ওজাবু মতম পুম্বগী হায়নিংঙাই লৈতনা থাগৎপা ফোঙদোকপগা লোয়ননা ঈশ্বরগী মফমদা থৌনিজরি।

থাগৎচরিবা - **Laitonjam Jayanta Singh**
Patsoi Makha Leikai, Part- 4
HL-P/7620/28 Sept. to 27 Oct.

/ 'ওজা ABDUL HAQUE পু থাগৎচরি'

পাউচে অসিদা কবিরাজ ওজা **Abdul Haque,** Contact No. : 8794429681, 8014623756 থেংনজবদগী ওজাগী মনাক্তা চৎতুনা লায়েংজবদগী ঐগী হকচাংদা নুংশংনা মরম ওইদুনা য়াম্না কন্না নাদুনা খোঙ হাম্বদা মতম কুইনা চঙবা, মপূং ফানা অমাংবা শেংদোকপা ঙমদবা, অমাংথোঙ ময়াদা পোল্লগা লৈবা অমদি অপোম্বা অদু চিকপা নাবা, মরক-মরক্তা ঈ দ্রোপ-দ্রোপ তাবা, মচুম অনাঙবা তাবা, পূকচেপ নাবা, ঙকশম মরী নাবা, পাঙ্গল শোন্থবা, খ্বাঙ নাবা অদু ঙসিদি মপূং ফানা ফজরে। মরম অদুনা ওজাবু থাগৎচরি অমসুং মতম শাংনা মীয়ামগী সেবা তৌদুনা পূন্সি নুংশাংনা হিংবীখো হায়না ঈশ্বরগী মফমদা প্রথনা তৌজরি।

ওজাগী লায়েংফমদি :-
1. Wangoi SBI Awang, Near Oil Pump (6:00-5:00 p.m.)

থাগৎচরিবা : **Ch. Umakanta Meitei,**
Mongsangei
HL-P/7520/10

/ খঙহঞ্জবা

ঐগী Punjab National Bank, Thangal Bazar, Imphal Branch অসিগী Passbook and Cheque Book ঐগী লৈকাই Kodompokpi Mayai Leikai দগীনা ঐগী Bank ফাওবগী চৎপা লম্বীদা মফম খঙদনা তাং ৪/১০/২০২০দা তাহৌরে। Account No. 0254010445467 নি। Passbook ID No. 409228251 নি। কনাগুম্বনা খুনবীরবদি মখাগী কন্টেক্ট নম্বর অসিদা পাউ ফাওবীরকউ।

Sd/- Naorem Jatra Singh
Customer - PNB, Thangal Bazar Imphal
9856148230
HL-P/7698/10

/ Register তৌজরগনি

Ningthoukhong Gopinath Mamang Leirak Ward no. 12 তা United Brothers Committee Ningthoukhong Gopinath Mamang Leirak কৌবা কম্মিটি অমা লিংখৎচরে, হায়রিবা কম্মিটি অসি দিষ্ট্রিক্ট কোওপরেটিভ ওফিস বিষ্ণুপুরদা রেজিষ্টর তৌনবা শেম শাজরে। কম্মিটি অসিনা রেজিষ্টর তৌবা মতমদা য়েৎপীনিংবা তারগদি ঙসিদগী থারগা নুমীৎ ১৫ নি ফাওবগী মনুংদা য়েৎপীবা য়াগনি। মতুংদা লাকপা ৱাকৎ লৌজরোই।

Sd/- Kh. Lenin Singh
President, # 8131939593
HL-P/7711/10

/ ORIGINAL CERTIFICATE CUM MARKSHEE LOST

I have lost my original Certificate cum Marksheet of Class X bearing Roll No. 12712 for the year 2009 issued by BOSEM on the way between Porompat and Thangal Bazar on 07/10/2020.

Finders are requested to handover the same to the undersigned.

Sd/- **Thounaojam Monika**
Top Khongnangkhong, Porompat
HL-P/7712/10

THE IMPHAL WEST PENCAK SILAT ASSOCIATION (IWPSA)

/ Registration তৌজরগনি

The Imphal West Pencak Silat Association (IWPSA) কৌবা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী শান্ন-খোৎনবগী এসোসিএসন অসি অথুবদা রেজিষ্ট্রেসন তৌজরগনি। কনাগুম্বা Club/Org./Individuals না ওবজে ক্সন/কমপ্লেন তৌবীনিংবা লৈরগদি লাক্লিবা তাং 25/10/2020 ফাওবগী মনুংদা তৌবীরকপা য়াগনি।

Sd/- A. Manoj Singh
General Secretary, IWPSA
HL-P/7706/10

/ কা শাঙ্গরি

অহুমশুবা ফ্লোরদা ওইগদবা ওফিস নৎত্রগা কোচিং সেন্টরসু ওইবা য়াবা ফ্লোর অমা শাঙ্গরি। পাম্বীবা মীওইশিংনা মখাগী কন্টেক্ট নম্বর অসিদা পাউ ফাওবীরকপা য়াগনি।

 # 8118991174
HL-P/7697/9-13/10

/ MOTOR CYCLE LOST

I have lost my motor cycle bike KTM-250 Duke bearing Registration no. MN01AF- 8623, Engine No. 8-937*25125* and Chassis No. MO2JPEYH6JC091258. It was stolen away by some unknown persons at Naoremthong Takhellambam Leikai, infront of KT Store on 10th September 2020 at around 2.00 pm.

Finders are requested to handover the same to the undersigned.

Sd/- **Huidrom Khambaton Meitei**
Naoremthong Takhellambam Leikai,
Imphal West.
HL-P/7701/10

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।