থম্মোয় পাউদম **হুইয়েন ইন্দু**

ঐখোয় কোরোনাভাইরসকা লোয়নদুনা হিংবা তম্বা তাই

ঙসিগী ঐগী পাউদমসিগী মিংথোন ওইরিবা ৱাহৈ পরেংসি ঐগী চীন্দগী হেক্তা থোকখিবা, ৱাখল খন্থদনা হেক্তা হায়জিনবা ৱাহায় নত্তে। হায়নীংদুনা হায়বসু নত্তে। ঐগী চহী মতাংসিগী মীওইতবু খন্দুনা 'সোফট-তার্গেট' ওইরিবা লানজাওসিদা, ঐগী য়েক্লবা ওইরিবা, এনিমি নম্বর ৱান 'কোভিদ-১৯' মহাকপু ঐগা থানবা য়াদ্রবা খোঙলোয় ওইনা লৈমিন্নবা তমসি হায়বা প্রোপোজেল অসিবু ঐনা হৌদোকপা হৌনব্রা? অদুবু, ঙসিদি ঐ, অদোম্না তানীংলোইদবা ৱা অসি হায়দবা য়াদ' হায়রিবনি। থম্মোয়গী ৱা নত্তে। ঐখোয় পূম্নমকপু অনা-অয়েক্তগী কন্নবা লৈরিবা, অনাবশিংগী মফমদদি লাইনা থারকপা মীমক্তা পাংখক ওইরবা 'দাক্তর', অমদি, ঐখোয়বু হকচাং ফনা থম্নবা থৌশিল য়াৎলিবা 'মিনিষ্ট্রি ওফ হেলথ'না থাদোক্লকপা পাউজেলদুনি।

'ঐখোয় হৌজিক্তি ভাইরস অসিগা লোয়নদুনা হিংবা তম্বা তাই' ... ৱি হেব টু লার্ন টু লিব ৱিদ দ ভাইরস ... ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী মিনিষ্ট্রি ওফ হেলথকী জোইন্ট সেক্রেটরি, মিনিষ্ট্রি অসিগী স্পোক্সপর্সনসু ওইরিবা 'লব অগ্রৱাল'না হৌখিবা ইরাই নুমিৎ, কোভিদ-১৯না নারবা মীগী মশীং লিশীং হুম্ফু নকশিল্লকপা, দিল্লি-মুম্বাই-বেঙ্গলোরনচিংবদা লৈরিবা, সরকারনা চাবা থাক্লিবা মাইগ্রেন্ট ৱার্করশিংবু অখন্নবা ত্রেনশিংদা ময়ূম-ময়ূমদা থিন্নবা থৌরাং পায়খৎলকপা মতাংসিদা প্রেস অমদি ইলেক্ট্রোনিক মিদিয়াদা ফোঙদোকখিবনি। মহাক্কী ৱাহৈ অসি মশাগী ওইবা মরন্নাই ৱা নত্তে। গভর্ণমেন্ট অসিগী ৱা ওইনা লৌবা তাবনি। য়াম্না সিরিয়স ওইবা ৱাফমনি। কোভিদ-১৯গী লানফমসিদা 'মায়থীরে' হায়না চঙজবগা অমহানি। অচৌবা লৈবাক অমগী য়ামখ্রবা মীয়াম অমবু থা অনীরোম লোকদাউন তৌদুনা থম্লুরগা অসিগুম্বা পাউজেল অমা থাদোক্লকপা! ঐঙোন্দদি তাবা ৱারবা ৱাফম ওইনা থোকই। খোয়রাংই, লাংতকই, শাউনীংই। জনতা কর্ফিয়ু লাউথোক্লুরবা মতুং, মাইগ্রেন্ট ৱার্করশিংবু ময়ূম-ময়ূমদা হনখিনবা তাঞ্জা অমা পীরগা, 'অসিগুম্বা নুমিত্তগী লোকদাউন তৌরগনি' হায়না লাউথোক্লল্লবদি পোৎলুম অসি, অসি য়ৌনা লূপ্লল্লোই। পূম্নমকপু ঙকহনবা, থৌনা ফবা অরুবা ৱারেপ অমা খঙহৌদনা লাউথোরকখিবা ... ৱারেপ অদু লাউথোকপদা প্রাইম মিনিষ্টর মশাদা ফাওখিবা থাজবা (সেল্ফ কনফিদেন্স), বোদি লেংগ্বেজ অদুনা উৎখি - 'লৈবাকসিবু অসুম্না নুমিৎ খরনি ছো লোনবগুম ময়ূম-ময়ূমদই মপান থোকহন্দনা থম্লবদি ভাইরস অসি শন্দোকপা ইরায় লায়না থিংগনি' ... খনখিবা মাল্লি অসুম্না। ভাইরস অসিগী 'মরমচৎ, মথৌ-মঙম' চপ-চানা খঙদ্রিঙৈ, থিজিন-হুমজিন লোইদ্রিঙৈ, খন্দোক্লুই - 'মহীকসিগী ইনক্যুবেসন পেরিওদ, নুমিৎ তরামরিদং মীশিং'সিনা অমগা অমগা লাপথোক্লনা, শোক্ল শম্নদনা লৈরবদি মরোমদোম পুন্সি লোমজখিনি, পাক্লা শন্না শন্দোক্লক্লোই'। শকউদবা মহীক্তুগী মরমচত্তি হায়রুনু, চীন-লৈ পাল্লিবা, অপাম-পামদ ফোঙদোক্লিবা, মীওইবমক্কী মরমচত্তুফাও খঙবা ঙমদবা মীওইবনি। হায়ন'-তান' য়ারল্লবা, খুদোংথীবসি খঙমীন্নরল্লবা, অসি য়ৌনা য়েংহৈদবা ফীভম অসিদা লাক্লমগদ্রনে?

হৌজিক্তি, মালেমগী ৱা তোক্লসি। মাগী মাগী ফননবা থৌশিল য়াৎচখ্রগনি। ঐখোয় ইন্দিয়াগী ওইনা খল্লসি। খরগা হেন্না পুকচেল পিকশিল্লগা, মণিপুরগী ওইনা খল্লসি। এম এল এ'শিংসু হৌজিক্তি মাগী মাগী কন্সটিট্যুয়েন্সিগী (মপান্দা লৈখিবা) মী লৌথোকপগী থৌরাং পায়খৎনরক্লেদনা। মুন্না খনজিল্লুরবদি মদুসু মাগী ওইবা মরন্নাই ভোট কানবা থৌশিল য়াৎচরিবনি। ঐখোয়সু হৌজিক্তি ঐ-ঐগী ইমুং-মনুং, ইশাখক্তগী খনবা তম্লসি। ঐ, 'ইন্দিভিজ্যুঅল অমা হিংবা' হায়বদি ঐখোয় পূম্নমক হিংবা, হিংমিন্নবা হায়বনি। কোরোনা, কোভিদ-১৯, হৌজিকমক্কী ওইনদি ঐখোয়না মূথুৎপা ঙল্লরোই। মাসু মানা থোকপা, ঐখোয়সু ঐখোয়না থোকপা হিংমিন্নবা তম্লসি হায়বনি। মিনিষ্ট্রি ওফ হেলথ'না হায়রিবসি ৱর্ল্দ হেলথ ওর্গনাইজেসন'নসু হায়রিবনি। মহীক অসি মীওইবগী হকচাংদা চঙহনবা ঙমদনবা হীদাক (ভেক্সিন) পুথোক্লবা, সাইন্টিষ্টশিংনসু হোৎনরি। হৌজিক হোরেনদি ওইথোক্লরোই। লোকদাউন পোলিসি! হন্থহন্নবা অমত্তা ঙাইরবা পাম্বৈ ওইনা পায়খৎলুবনি। পর্মানেন্ট পোলিসি নত্তে।

হায়নবা য়াবা হায়নরে, খন্নবা য়াবা খন্নরে। ৱাসি হনজিল্লুবই কান্নদে। কোভিদ-১৯গা লোয়নদুনা হিংবা তম্বা হায়বদি অতৈ করিসু নত্তে, হান্না হিংলম্বা পুন্সিগী মওং (লাইফ-ষ্টাইল) হোংদোকপা, খূৎ তোয়না সাপোন শীজিন্নদুনা সেকেন্দ কুন হামদোকপা, মী অমগা অমগা মিটর অমা-মখায় লাপ্লনা লৈনবা, য়ারিবমখৈ মীয়াম তিনবা থবক-থৌরম পাঙথোক্তবা, চৎলে-ফম্লে-কোয়রে য়ারিবমখৈ চীনগী চীনখুম থাদোক্তবা, খূৎনা মায়-মীৎ পায়বগী হৈনবী থাদোকপা... অসিনচিংবসি খক্তনি। হৌজিক্তি ঐখোয় খঙলে। থৱায় মাঙনীংদবনিনা পূম্নমক শোয়দনা তৌরক্লনি। ঐখোয় মীচম প্রজাশিংসিখক্তবু ৱাখল তাদবা, হায়বা ইন্দবদি তাহনবীদবা ফৈ। লোকদাউন মনুংদা, কর্ফিয়ু থুগায়বগীনি হায়দুনা ফারিবা, চৈরিবা, চৈরাক-ফাইন থীহল্লিবনচিংবা থবকশিংসি তৌনা তৌনা, থৌশিল-য়াৎপা-লৈঙাক-খূৎপুগীসু তৌফম থোকপা, তৌদ' য়াদ্রবা থবক খরদুদি তৌননবা শেম শাবীয়ুদনা। মদুদি তৌদে। তৌগে হায়নসু শুকখন খন্দে।

চথুরিবা লোকদাউনসি নোংমদি শোয়দনা লোইগনি। লেপ্তুনা তৌবা য়াবা থৌওং নত্তে। হাংদোরক্ল' মতুংদা, হিংনবগীদমক্তা মণিপুরগী মীয়াম পূম্বা ইম্ফাল-খোরী-কৈথেল, খ্বাইরম্বন্দ বজারদা থোমজিল্লকপা নত্তনা অতৈ লম্বী লৈতে। দুকান অমগা অমগা কৃক-কৃক শম্না মফৈ অমা ফাওবা লাপ্লদনা লৈরিবদুদা পোৎ লৈবা লাকপা মীওইশিং, ফনা ৱাখল তাবা লৈবাকমচা ওইসনু, সোসল (ফিজিকেল) দিষ্টেন্সিং, মিটর অমা-মখায় লাপ্লনা পরেং লেপহনবা, শুকওই ওইথোক্লরোইদবা, লাই লাক্তুনা শীল্লরবসু ওইথোক্লরোইদবা ৱাফমনি হায়বসিবু ঐখোয়গী লৈঙাক-পুরেন, অচৌ-অশাঙ, অঙম-অথৌশিংগী মনাকোং য়ৌহনগদবসি কনাননো? ইম্ফাল ময়োনসিদা য়োমশিন্দুনা লৈরিবা দুকানশিং, কোভিদ-১৯গা লোয়ননা হিংমিন্ননবগীদমক, মীয়ামগী ঈহৌ (অন্দোলন) অমা হৌরগা মতাই-কৈথেলশিংদা হোংদোকহল্লকপা নত্তনা অতৈ পাম্বৈ লৈতে। তারোই খন্না তাদ্রবনি, উরোই খন্না উদ্রবনি, ফনা কন্না ইরবসু, ফনা হৌনা লাউরবসু লৈঙাকসিনদি তাররোই। লৈবাক্কী খনবা সী এস ওগী লুচিংবশিং! মতম লৈত্রে, ঈহৌ অমত্তা মমায় চুম্বীরকউ তুংইনজরক্কে।

অদুগা, য়ূম-য়ূমদসু মী খুদিংমক্কী তোঙানবা কা অমমম তঙায়ফদনা শেম্নরসি। চাকচা হৈজানবা, নাহুৎ-নারেং, লুহোংবা, শোরাৎনচিংবা থৌরমশিংগী মওংসিমগা হোংদোক্লসি। পূম্নমক্না পাম্নগদবা থৌওং অমত্তং হৌদোকপীরকউ ৱাখল লৈবশিং।

লৌশিং পুক্কে

ওবেসিটি অমসুং কোভিদ-১৯গী মরী

Obesity & Covid-19

হৌজিকফাওবগী ওইনা ফংলিবা ইভিদেন্সকী দেটা মতুংইন্না কোভিদ-১৯না মরম ওইরগা নাবা অসি ওবেসিটি লৈবা, হায়বদি হকচাংগী অৱূম্বা হেনবা মীওইশিংদনা হেন্না কন্না নাবা য়াই হায়না উৎলি।

রিপোর্ট কয়া অমদা ওবেসিটিগা কোরোনাভাইরসনা শিহনবগা মরী লৈনবগী ৱাফম পল্লি। সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সন (সী দি সী)নসু সেভিয়র ওবেসিটি অসিবু সেভিয়র কোভিদ-১৯ নাহন্নবগী রিস্ক ফেক্টর অমনি হায়না শকখঙখ্রে। সী দি সীগী মতুংইন্না সেভিয়র ওবেসিটি হায়বসি বোদি মাস ইন্দেক্স (বি এম আই) ৪০ নৎত্রগা মথক্তা লৈবা অদুবুনি।

অদুমওইনমক, ওবেসিটি অসি হেন্না খুদোংথীনিংঙাই ওইবা মখলগী লায়না অমগা মরী লৈনরিবা করিগীনো হায়বা ময়েক শেংনা খঙদ্রি।

ফিভম অসি ময়েক শেংনা খঙনবগীদমক জর্মনি, য়ুনাইটেদ কিংদম, অমদি য়ুনাইটেদ ষ্টেটসনচিংবগী এক্সপর্ট টিম অমনা ইভিদেন্স অদুবু রিভিয়ু তৌদুনা ৱাফম অসিগী অচুম অরান খঙদোক্লবা হোৎনখ্রে।

মখোয়না থিজিনবদা ফংলকখিবা ফাইন্দিংশিং অদু নেচর রিভিয়ুজ এন্দোক্রাইনোলোজি হায়রিবা চেফোঙ অসিদা ফোঙলকখ্রে।

আর্টিকল অদুদা ওবেসিটি অমসুং কোভিদ-১৯গী হৌজিক ফংলিবা প্রিলিমিনরি দেটা অদুগী মরমদা চাউরাকপা অমা থমখি।

কোভিদ-১৯গী লাইচৎ শন্দোকপা হৌরকখিবা চাইনাদা পেসেন্ট ৩৮৩গী দেটানা উৎলি মদুদি কোভিদ-১৯গা মরী লৈননা সিভিয়র ন্যুমোনিয়া দিভেলপ তৌরকপগী রিস্ক অসি ওবেসিটিনা মরম ওইরগা চাদা ১৪২গী চাংদা ৱাংবা হেনহল্লি।

ন্যু য়োর্কতা কোভিদ-১৯ পেসেন্ট ৪,০০০ রোমদা চথখিবা অচৌবা ষ্টদি অমদা থেংনখি মদুদি, সিভিয়র ওবেসিটি অসি পেসেন্টশিংবু হোস্পিটালাইজ তৌহন্নবগী য়াম্না চাউবা রিস্ক ফেক্টর অমা ওই।

ৱাশিংটনগী সিটলদা, য়াম্না ফিভম লুনা নারবা কোভিদ-১৯গী পেসেন্টশিংদা চথখিবা ষ্টদি অমদসু চপ মান্নবা ফাইন্দিংশিং ফংখি। এনালাইসিস অসিদা থেংনখি মদুদি, ওবেসিটি লৈবা পেসেন্টশিংগী চাদা ৮৫ দি মেকানিকেল ভেন্টিলেসন মথৌ তাই, অদুগা ওবেসিটি লৈতবা পেসেন্টশিংগীনা চাদা ৬৪খক্তংদা মেকানিকেল ভেন্টিলেসন মথৌ তারম্মী। মসিগীসু মথক্তা ওবেসিটি লৈবা পেসেন্ট চাদা ৬২ কোভিদ-১৯না মরম ওইরগা শিবা মতমদা ওবেসিটি লৈতবা পেসেন্টনা চাদা ৩৬ খক্তং শিরম্মী।

অদুবু নিংশিংগদবা মরুওইবা ৱাফম অমদি, হায়রিবা ষ্টদি অসি পেসেন্ট ২৪ খক্তংদা চথবনি, মখোয় লোইনমক য়াম্না ফিভম শোক্লা নারবা ঙাক্তনি, মরম অদুনা ষ্টদি অসিগী দেটা অসিদা য়েংলগা ৱারোইশিন পীবা য়াবদি ওইদে।

এনালাইসিস অদুগী অরোইবা ওইনা ফ্রাঞ্চকী লিলদা চথখিবা ষ্টদিদা পেসেন্ট ১২৪ য়াওরম্মী। ষ্টদি অসিদসু ওবেসিটি লৈবা পেসেন্টশিংদনা ইনভেসিব মেকানিকেল ভেন্টিলেসনগী মথৌ তাবা য়াবগী চাং হেনবা থেংনখি। ইভিদেন্সশিং অসিনা তাক্লি মদুদি ওবেসিটি হায়বা অসি কোভিদ-১৯গী য়াম্না মরুওইবা রিস্ক ফেক্টর অমা ওইবা য়াই।

ষ্টদি অদুগী লুচিংবা, জর্মন সেন্টর ফোর দাইবেটিস রিসার্চকী ডা. নোরবর্ট ষ্টেফেননা হায়, 'নোভেল কোরোনাভাইরসনা ইনফেক্ট তৌরবা মীওইবু ওবেসিটিনা মরম ওইরগা হেন্না অরুবা ফিভমদা নাহনবা অমদি শিহনবা য়াবগী রিস্ক ৱাংই।'

ওবেসিটি অসি করিগী রিস্ক ফেক্টর অমা ওইরিবনো?

মরুওইনা হায়রিবা রিস্ক অসি অতোপ্পা অনাবশিং খুদম ওইনা ওবেসিটি লৈবা মীওইশিংদা য়াম্না তোয়না থোক্কনবা ব্লদ প্রেসর ৱাংবগুম্বগা মরী অমত্তা লৈনদবা ওইনা তৌরি।

ষ্টদিগী রিপোর্ট মতুংইন্না, ওবেসিটিনা সিভিয়র কোভিদ-১৯গী রিস্ক হেনগৎহনবগী ওইথোকপা য়াবা মরম অমা হায়রগদি রেস্পিরেটরি দিসফঙ্কসন হায়বসিনি।

ওবেসিটি লৈবা মীওইশিং অসি মখোয়গী নীংশা হোনবগী লম্বীদা রেজিষ্টেন্স লৈবা, লং ভোল্যুম নেম্বা, অমদি রেস্পিরেটরি মসল শোনবা অসিনচিংবা খুদোংচাদবশিং অসি হেন্না লৈবা য়াবগী ওইথোকপা লৈ। হায়রিবা ফিভমশিং অসিনা কোভিদ-১৯ থেংননবা হোৎনবদা য়াম্না অৱূবা ফিভম ওইহল্লিবনি। ফেক্টরশিং অসিনা মীওই অমবু ন্যুমোনিয়া নাহল্লকপা য়াবগী রিস্ক হেনগৎহল্লি, অমদি হার্টতা অহেনবা ষ্ট্রেসশিং লৈহল্লি।

ওবেসিটি হায়বসি দাইবেটিস, হার্ট দিজিজ, অমদি কিদনি দিজিজকসু মরী লৈনৈ, হায়রিবা পুন্নমক অসিসু ন্যুমোনিয়া দিবেলপ তৌহল্লকপগী রিস্ক হেনগৎহনবা য়াবা মরম ঙাক্তনি।

হায়রিবা ইসুশিং অসি নাকলদা থমখ্রগা, ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, কোলেষ্টেরোল লেবেল ৱাংবা, অমদি প্রিদাইবেটিস লৈবা মীওইবশিং ইনফেক্সনগী রিস্ক ৱাংই।

দাইবেটিস নাহল্লকপগী মরমশিং অমদি কোভিদ-১৯গী মরক্তা লৈনবা মরী অসি য়াম্না মরু ওইবা ৱাফম অমা ওইরি।

ডা. ষ্টেফেননা হায়, মশিং য়ামখৎলক্লিবা দেটানা উৎলি মদুদি, দাইবেটিস দাইগ্নোস তৌবা ঙম্বগী চাং য়ৌদ্রিবা ওইরবফাওবদা, হাইপরগ্লেসিমিয়া (ঈদা গ্লুকোসকী চাং ৱাংবা) লৈবা হায়বসি সিভিয়র কোভিদ-১৯ নাহল্লকপা য়াবগী মরু ওইবা মরম্নি।

ওবেসিটি লৈবা মীওইশিং কোভিদ-১৯গী রিস্ক ৱাংই হায়না রিসার্চ অসিনা ফোঙদোক্লগসু, এনালাইসিস অদুদা য়ৌশিনবা ঙমদবা খরদি লৈরম্মী। অহানবদাষ্টদি অয়াম্বা পিয়র-রিভিয়ু তৌখিদে।

অমদি, ষ্টদি কয়া অমদদি পেসেন্টশিংগী হকচাংগী অৱূম্বা নৎত্রগা অৱাংবা পন্দে, অনীমক অসি বি এম আই হোৎপদা মথৌ তাবা ঙাক্তনি। বি এম আই অসি হকচাংদা য়াওবা ফেটকী পর্সেন্টেজ ওনবদসু শীজিন্নবা য়াই।

লাইচৎ অসিনা খ্বাইদগী ফিভম থীনা শোকহনবা মফম ওইরিবা চাইনা অমদি লোম্বাদ্রি, ইটলি হায়রিবা মফম অনী অসিদা চথখিবা ষ্টদি খরদা পেসেন্টশিংগী হকচাংগী অৱূম্বা নৎত্রগা অৱাংবা পীদে।

ষ্টদিগী রিপোর্ট অদুনা হায়, মতুং তারকপদা চথবা ষ্টদিশিংদদি বি এম আই খক্তং ওল্লোইদবনি, খ্বাঙ চাউবগী চাং, লোয়ননা গ্লুকোজ অমদি মসিবু রেগ্যুলেট তৌরিবা হোর্মোন, ইন্সুলিনগী লেবেলশিংসু ওনগদবনি। হায়রিবা মিজরমেন্টশিং অসিনা ওবেসিটি, প্রিদাইবেটিস অমদি ইন্সুলিন রেজিষ্টেন্সকা কোভিদ-১৯গা লৈনবা মরী চপ চানা খঙদোক্লবা হোৎনবদা মতেং ওইগনি হায়রি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

গৌরকুমার ৱাহেংবম, ৱাবগাই তেরাপিশক

মালেমদা লৈরিবা মীপুম খুদিংমক অশিবগী খয়াৎনুংদা য়োৎশিল্লগে হায়বগী মতাগুম কোভিদ-১৯না লান্দরকপদগী খম থেংনা ৱানরিঙৈ চৈরক অসিদা দিলিমিটেসনগী থাংশাং পাইদুনা ঐখোয়বু মীকপ থোকহৌরো হায়বগী অচৌবা ইঙ্গিৎ পীরক্লি। হেনগৎলক্লিবা মীশিং য়েংলদুনা মীয়ামগী য়াইফনবগীদমক লমখৈ শেমদোক শেমজিন তৌবা হায়বসি লৈঙাক্কী থাংদবা য়াদ্রবা খোঙথাংনি। চহী ৭২ রোমদি আওটর মণিপুর পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুয়েন্সিগী সেগমেন্ট ৯দা ভোট থাদবদি য়াবা লেপ্পদি য়াদনা লাক্লি। লৈঙাক্লা হন্দক কন্সটিট্যুয়েন্সি শেমদোক শাদোক্তুনা দিষ্টিক্ট মশিং হেনগৎখিবগুম চিং অমদি তম অনীমক্তা এসেমব্লি কন্সটিট্যুয়েন্সি অমদি পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুয়েন্সি মশিং হেনগৎপীবত্তা নত্তনা মীপুম খুদিং ভোট লেপ্পা অমদি থাদবা য়ানবগী রাইট মণিপুরীশিংদা চপ মান্ননা ফংহনবিনবা লৈঙাক্লা হোৎনহন্নিংই। কন্সটিট্যুয়েসনশিংগী লমখৈ শেমদোকপদা ষ্টেট অসিগী পার্লিয়মেন্ট অমদি এসেমব্লিগী মেম্বরশিং দিলিমিটেসন কম্মিসনগী এসোসিয়েট মেম্বর ওইরবনিনা দিলিমিটেসন এক্ট ২০০২গী প্রোভিজনগী মখাদা কন্সটিট্যুসন শেমদোক-শাদোরকপদা সেগমেন্ট ৯ অসিদা ভোট লেপ্পা য়াবগী হক ফংহনবিরবদি লৈঙাক্লা মণিপুরীশিংদা পীবিখিবা অচৌবা খুদোল অমনি হায়না মণিপুরগী পুৱারীদা নীংশিংদুনা লৈহৌগনি খঞ্জে।

নিংথৌজম শিবদাশ, য়াইস্কুল জণ্মাস্থান

কোভিদ-১৯ পোজিটিভ ওইবা কেস লৈত্রে অমদি ষ্টেট অসি গ্রিন জোন ওইরে হায়রবসু লায়না অসিদগী ঙাকথোক্লবা অমদি শন্দোরক্তনবগী পান্দমদা লৈঙাক্লা চেকশিন থৌরাং লৌখৎতুনা লোকদাউন মখা তানা চৎথরি। পূম্নমক লৈবাক মীয়ামগী য়াইফনবা হায়দুনা লৈঙাক্লা পায়খৎলকপা খোঙথাংনি। চৈরক অসিদা অতোপ্পা ষ্টেটশিংদা পন্দুনা লৈরিবা য়াল্লবা মণিপুরীশিং লাক্লখ্রে অমদি কয়া অমসু থুংলগদৌরে। মখোয়বু য়াম্না চেকশিন্না অৱাৎ-অপা লৈহন্দনা স্ক্রিনিং তৌরগা ক্বরন্টিনদা ফজনা থম্বিবগী তঙাইফদবা লৈ। মদুনা মখোয়গী ইমুং-মনুং অমদি লৈবাক মীয়ামগী য়াইফবা ওইগনি। ট্রেনদা লাক্লিবা মীওইশিং অসিগী মরক্তা হৌজিকমক লায়না অসিগী লাইওং উৎপা মীওই য়াওরমদ্রগসু কোভিদ-১৯না নারবা মীওই য়াওরল্লোই হায়বসু ঙম্বা নত্তে। মরম অদুনা লৈঙাক্লা অমদি মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টশিংনা য়াম্না চেকশিন্না তৌরিবা থবকশিং অসি মখা তানা অদুমক চৎথবগী তঙাইফদবা লৈ। ঙা অনাবা অমনা পুখ্রিদা লৈরিবা ঙা পূম্নমক নাহল্লকপগী ফীভমগুম থোক্তনবা চেকশিনহন্নিংই।

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ইম্ফালগী ওইল পম্পশিং অয়ূক পুং ৭তগী নুংথিল পুং ২ ফাওবা হাংলগনি

ইম্ফাল, মে ১১ : ইসেন্সিএল সর্ভিসতা থবক তৌরিবা মীওইশিংদা পেট্রোল অমদি দিজল ফংহন্নবগী পান্দমদা ইম্ফালগী ওইল পম্প পুম্নমক হয়েংদগী হৌনা অয়ূক পুং ৭তগী নুংথিল পুং ২ফাওবা থোঙ হাংলগনি।

মণিপুর লৈঙাক্কী কঞ্জ্যুমর এফেয়রস ফুদ এন্দ পব্লিক দিষ্ট্রিব্যুসনগী কম্মিস্নর বোবি ৱাইখোমনা থোকখিবা ওর্দর অমগী মতুংইন্না মপান লৈবাক্তা পন্দুনা লৈরিবা মীওইশিং হোঞ্জিল্লক্কদবা বস অমদি অতৈ গাড়ীশিংসু থাও হান্নবগী খুদোংচাবা পীগনি। রুরেল এরিয়াশিংগী ওইনদি লৌউ-শিংউগা মরী লৈনবা থবক থৌরমদা শীজিন্নবা অমসুং ইসেন্সিএল সর্ভিসকীদমক ওইল পম্পশিং থোঙ হাংবা য়াই হায়রি। কর্ফিয়ু পাস অমদি সর্ভিস আই কার্দ পায়বা মীওইশিংখক্তদা পেট্রোল/দিজল পীগনি। ওইল পম্পশিংদা সোসল দিষ্টেন্সিংগী কাঙলোন ঙাক্লা চৎহনবগা লোয়ননা ইসেন্সিএল সর্ভিস নত্তবা অতোপ্পা কাঙলূপকী মীওইশিংদা থাও পীরোই হায়রি।

থক্লবা ঈশিং য়েনখ্রে

ইম্ফাল, মে ১১ (ঐচএনএস):

ইন্দিয়া পুম্বদা লোকদাউনগী মতম শাংদোক্তুনা কোভিদ-১৯গী লায়না অসি ঙাকথোক্লবা হোৎনবদা অৱাবা থাদোক্তুনা নোংজু-নুংশা, অহিং-নুংথিল খায়দনা লম্বীদা দ্যুটি তৌরিবা সিক্যুরিটি পর্সনেলশিং ইম্ফাল ৱেষ্ট, ইম্ফাল ইষ্টকী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা চৎতুনা থক্লবা ঈশিং য়েনখ্রে।

অনীরকশুবা ওইনা সগোলবন্দ তেরা অমুদোন অখাম লৈকায়দগী অরিবম মুহিন্দ্রোনা সিক্যুরিটিশিংগী দ্যুটিদা ঈকায় খুম্নবা উৎপা ওইনা ঈশিং য়েনখিবনি। ঙসি অৱাৎপা মফমশিং হয়েং অমুক য়েনখিগনি। করিগুম্বা লোকদাউন অসিনা শাংদোরকপা তারবদি মখা তানা সিক্যুরিটিশিংদা অঙম্বা মতেং পাংখিগনি।

কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবা লোকদাউন চথুরিবা মনুং অসিদা সিক্যুরিটি পর্সনেলশিংনা মীয়ামগীদমক দ্যুটি তৌদুনা লৈরিবনি। পুলিসশিংনা লৌরিবা থৌদাং অসিবু ঈকায় খুম্নবা উৎপা ওইনা ঈশিং য়েন্থোকপনি। ইম্ফাল ইষ্ট অমসুং ইম্ফাল ৱেষ্টকী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা মখা তানা পুলিস পর্সনেলশিংদা ঈশিং য়েনবগী থবক চথখিগনি। অৱাবা মায়োক্লদুনা মথৌ তৌরিবশিংবু ঈকায় খুম্নদুনা মতেং পাংবনি হায়রি।

পি পি সী এমনা কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা মাখেন ভিলেজদা চানবা তেংবাংখ্রে

ইম্ফাল, মে ১১ (ঐচএনএস):

প্রোটেক্সন এন্দ প্রিজার্ভেসন কম্মিটি মণিপুর (পি পি সী এম) না শোথরবা অমদি লৈঙাক্লা থৌশাদ্রবা চীং অমদি তমগী খুঞ্জাশিংদা চান-থক্লবা পোৎলম তেংবাংবগী শরুক অমা ওইনা ঙসি ইম্ফালদগী কিলোমিটর ২৫ রোম চৎলগা কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা লিয়াংমৈ ফরুপনা খুন্দাবা মাখেন ভিলেজদা চান-থক্লবা পোৎলম তেংবাংখ্রে।

পি পি সী এমগী পব্লিসিটি সব-কম্মিটিগী কনভিনর তোংব্রম ওংবী ইবেমচানা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, খুন অসিদা য়ুমথোঙ ১৪০ রোম লৈবগী মনুংদা য়ুমথোঙ ১০৮ খক রসন কার্দ পায়বা ওইরি। মীওইশিং অসি লৈঙাক্কী খুদোংচাবা ফংলি। লৈঙাক্কী কান্নবা ফংদবা ইমুং কয়া অমসু য়াওরি। ইমুংশিং অসিগী খল্লগা ফংলিবা খরা অদুনা পুন্না চপ মান্ননা য়েন্নদুনা চামিন্নবগী য়ুনিটি ওইবা খুন অমা ওইহৌরি। মসিগীদমক পি পি সী এমগী কনভিনর জিতেন্দ্র নিঙোম্বনা খুন অসিগী খুঞ্জাশিংদা থাগৎপা ফোঙদোকখি।

অৱাবা তারবা মতম অসিদা ৱারিবা খুঞ্জাশিংদা পি পি সী এমনা চান-থক্লবা পোৎলম খরা পীরকপা অসিদা খুঞ্জাশিংগী মহুৎ শীন্দুনা খুনগী চ্যেরমেন পানমনা থাগৎপা ফোঙদোরকখি। পি পি সী এমনা চীংমী-তম্মী অনীগী নুংশিনবা অসি হেন্না মরী চেৎশিন্নবা অমদি চীংমী-তম্মী ঐখোয় ইচিল-ইনাওনি, কৈদৌনুংদা ঐখোয় লাপথোক্লবা য়ারোই হায়বা ৱাফম থম্লকখি। অৱাবা তারবা মতমদা অমনা অমগী মতেং পাংনবা হায়বসিনা হেন্না নুংশিবগী ময়েক লারবা খুদম অমনি হায়না খুনগী চ্যেরমেননা ফোঙদোরকখি।

তেংবাং পোৎলম য়েন্থোকপগী থৌরম অদুদা হৌখিবা অৱা-নুংঙাইগী ৱারী কয়াসু পাউদম্লকখি। চল্লবা থৌরম অদুদা পি পি সী এমগী মায়কৈদগী কোভিদ-১৯না খম থেংনা ৱারবা খুন অসিদা ঙমজবা চান-থক্লবা পোৎলম চেঙ বেগ ৫, আলু বেগ ২, তিলহৌ বেগ ১, থুম বেগ ২ অমদি অচাথাউ তিন অমা খুন অসিগী ৱারিবা অসিদা খরদা ওইরবসু মতেং ওইনবা খুৎশিন্নখি। খুন অসিগী ওইনা শোথরবা ইমুংশিংদা মতেং পাংনবগীদমক পোৎলমশিং অসি খুনগী চ্যেরমেনদা খুৎশিন্নরমখি। খুন অসিগী খুঞ্জাশিংনা পি পি সী এমনা খুনগীদমক চানবা পোৎলম মতেং পাংবা লাক্কনি তাবদা হরাওবা ওইনা অরৈবা পোৎলম খরসু পি পি সী এমদা খুৎশিন্নরকখি।

প্রোটেক্সন এন্দ প্রিজার্ভেসন কম্মিটি মণিপুরনা পরিং নাইনা চথরকপা শোথরবা অমদি লৈঙাক্লা থৌশাদ্রবা চীং অমদি তমগী খুঞ্জাশিংদা চানবা পোৎলম তেংবাংবগী শরুক অমা ওইনা ঙসিগী থৌরম অদু পাঙথোকখি। মাখেন ভিলেজদা লৈরিবা খরা হেন্না শোথরবা খুঞ্জাশিংদা চান-থক্লবা পোৎলমশিং অসি মতেং ওইনা পীনবা খুৎশিন্নরমখি। অৱাবা তারবা মতমদা অমগা অমগা মতেং পাংনদুনা হিংমিন্নবগী ৱাখল্লোনগা লোয়ননা পোৎলমশিং মতেং পাংবগী থবক লেপ্তুনা চথরক্লি। কোভিদ-১৯না মরম ওইরগা লোকদাউন লৈখিবদগী হৌজিক মীয়ামদা চান-থক্লবা পোৎলম মরাং কায়না ফংদবগী অৱাবা মায়োক্লরিবা অসিদা খরদা ওইরবসু মতেং ওইনবগীদমক চান-থক্লবা তেংবাং পোৎলমশিং অসি য়েন্থোকখিবনি। তেংবাং পোৎলম য়েন্থোকপগী থৌরম অদুদা প্রোটেক্সন এন্দ প্রিজার্ভেসন কম্মিটি মণিপুরগী মরুওইবা থৌ পুবা কয়াসু শরুক য়াখি। অৱা-নুংঙাই ৱারী কয়াসু শানখি হায়রি।

তোঙান-তোঙানবা মফম কয়াদা চান-থক্লবা পোৎলম য়েন্থোক্লখ্রে

ইম্ফাল, মে ১১ (ঐচএনএস):

য়ং ষ্টুদেন্টস ক্লব, সেকমাইজিন অৱাং লৈকায়না কোনবা মফমদা লৈবা য়ুমথোঙ ২১১ লোমদা চান-থক্লবা থাউ, আলু, ঙারি, মোরোক, কোবী, খামেন অশিনবা, মাইরেন, সাপোন, থুম, তিলহৌনচিংবা পোৎলম ১০ য়েন্থোকখ্রে হায়না ক্লব অসিগী লাইশ্রম রঞ্জননা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, কোরোনাভাইরস (কোভিদ-১৯)না মরম ওইরগা লোকদাউন শাংদোকখিবদগী শুবা নোম্বা চৎপা য়াদদুনা অৱাবা মায়োক্লরিবা ফীভম অসি য়েংলগা চান-থক্লবা পোৎলম য়েন্থোকখিবনি। পোৎলমশিং অসি য়েন্থোক্লবা হোৎনবদা ক্লব অসিবু নুংশিদুনা অমদি মীয়ামগী অৱাবা য়েংদুনা তেংবাংলকপা খূদিংমকপু ক্লবকী মায়কৈদগী থাগৎপগা লোয়নান ঈকায় খুম্নবা উৎলি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

অমরোমদা, সোসল ৱেলফেয়র ক্লব, লমদিং চেরাপুর থৌবাল দিষ্ট্রিক্টনা কোনবা মফমশিংদা চান-থক্লবা পোৎলম কয়া য়েন্থোকখ্রে হায়না ক্লব অসিগী সেক্রেটরি কে ইবুংঙোনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, সোসল ৱেলফেয়র ক্লব, লমদিং চেরাপুরনা অনীরকশুবা ওইনা চান-থক্লবা পোৎলম য়েন্থোকখ্রে। কোভিদ-১৯ এস দব্লিয়ু সী রিলিফ ফন্দদগী ক্লব অসিনা লমদিং চেরাপুরদা লৈরিবা মীয়ামদা অহোংবা মমলদা অটা, চিনি, চা মনাননচিংবা পোৎলম কয়া ফংহনখি। মালেম শিনবা থুংনা কোভিদ-১৯গী অৱাবা থেংনরক্লিবা অসিদা ষ্টেট অসিদসু লোকদাউন লৈবনা চান-থক্লবা পোৎলমগী অৱাবা মায়োক্লরিবা অসি য়েংলগা তঙাইফদবা মতেং পাংনবা মীৎয়েং চঙলকপনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

লোকদাউন মনুংদা লাঙ্গোল এরিয়াদা দিমার্কেসন তৌবীগনু : লূপতিন

ইম্ফাল, মে ১১ (ঐচএনএস):

লোকদাউন মনুংদা লাঙ্গোলদা দিমার্কেসন তৌবীগনু হায়না লাঙ্গোল নিংথৌ থৌগল লূপতিনগী সেক্রেটরি শান্তিকুমারনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, অকিবগী মশক ওইরবা কোভিদ-১৯গা মরী লৈননা লৈঙাক্লা থল্লিবা লোকদাউন মনুংদা ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্ট অমদি রেভিন্যু দিপার্টমেন্টনা পুল্লগা লাঙ্গোল মায়কৈদা জোইন্ট দিমার্কেসন অমা পাঙথোক্লিবা অসি মতম চাদবা অমনি। জোইন্ট দিমার্কেসন অসিনা কোভিদ-১৯গী লোকদাউন মনুংদা য়ুমদগী মপান থোক্লন্দনা ৱানা খাংলিবা মায়কৈ অসোমদা লৈরিবা মীয়ামদা হেন্না মীপায়বা পোক্লরে। লৈঙাক্কী দিরেক্সন ময়াম অমসু লৈরিবা চৈরক অসিদা অসিগুম্বা নাকল নাম্মতগী ওইবা থবক অমা পায়খৎলকপসি য়াম্না লাইবক থীবনি।

জোইন্ট দিমার্কেসন অসি মায়কৈ অসোমদা খুন্দারিবা মীয়ামগী ইন্টরেষ্ট খন্থবীরমদনা অমদি লোকদাউন মনুংদা চথবা অসি মরম চাদে। মখা তানা দিমার্কেসন চথবীগনু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

অমরোমদা, লাঙ্গোল অঙীং লৈকায় অপূনবা লূপকী সেক্রেটরি জয় ওইনামনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, হন্দক ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্ট অমদি রেভিন্যু দিপার্টমেন্টনা মণিপুর পুম্বগী ওইবা লম ওনবগী থবক অমা চথরক্লি। মসিগী শরুক অমা ওইনা মৈতৈ লাঙ্গোল অঙীং লৈকায় রেভিন্যু নম্বর ৯১ দা লম ওনবা অদু লৈকায় মীয়াম্না য়ানিংদে। ওনগদবা মফমদদি ওন্দনা ওল্লোইদবা মফমদা ওল্লগা চৎখ্রে। মরম অসিনা লৈঙাক্লা অথুবদা মীৎয়েং চঙদুনা মীয়ামগা লোয়ননা অমুক হন্না ওন্নবা থৌরাং পায়খৎপীয়ু হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১২।০৫।২০২০ ইং, লৈবাকপোকপা; অয়ুক পুং ৫.৫৪ ফাওবা কালেনগী ২০নি পাল্লি, মতুং ২১নি পাল্লনি।

মেষ : অয়ুক্তদি লাইবক ফবা ৱাৎলি অমদি লৌশিং থোকপা ৱাংকনি। অদুবু থেংথরকপগা লোয়ননা লাইবক ফগনি, মরুপ-মপাংগী মতেং ফংগনি, কান্নবা ফংজৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

বৃষ : অয়ুক্তা য়াম্না ফবা খোঙশাল লৈ অমদি লল্লোন ইতিক কান্নগনি। থেংথরক্লদি ওইজ-ওইথক ফংবা ৱাৎকনি। মরম চাদনা শেল চৎকনি, মীনদি লাকচরোই।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্লিং লাংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

মিথুন : অয়ুক্তা নীংবা থুংবা অমদি অনৌবা থবক পাংবা হৌহৌবা অফবা মহয় ফংগনি। থৌনা লৈবা অমদি কিদবনা থৌ পাংবতা নত্তনা শেল-থুম, মীংচৎ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - হায়জবা তাবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কর্কট : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি অমদি শেল-থুমগী লম্দা শোয়দনা মীকোক থোংগনি -নীংহন্নগনু। হন্থবা লোয়নরদি পামদবা নংবা য়াই, লাংতক্লগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবগী নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : থেংলপ্না নীংবা থুংগনি, লল্লোন ইতিক কান্নগনি, অনীংবা থবক পাংবগী নুংঙাইজবা লৈগনি। থাজদনা কান্নবা য়াম্না ফংগনি। অনমদি তানগনু-নোল্লুকউ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : চরাংনবা কান্নরোই অমদি ওইজবা মাঙগনি। ৱানোম থৌনোম কান্নগনি। মীনা থাগৎপীবা লৈ অমদি নরল ফংই। অদুবু অনম তানবনা হকচাং নুংঙাইরোই।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : অয়ুক্তা অফবা খোঙশাল লৈগনি, লাই-গুরুনা চানবীগনি অমদি ঙাঙবা শকপা হৈগনি। নিংথিনা থবক থৌরম শিন্দোকপা য়াররনি। ইমুং মনুং ৱাখল তান্নবদি ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : থেংলপ্না লাইবক ফগনি, হায়জ-নোনজবা কান্নগনি অমদি য়েৎনরম্বা কোকচগনি। পূক্লিং ৱাবা অমদি ফংবা য়াবা অমদি পন্দুনা লৈগনি-চিন য়াংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মরুপগী মতেং লৌবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/ফৌ।

ধনু : ঙল্লিঙৈদা অনৌবা থবক হৌহৌবা ফগনি। কান্নবা থিবা থবক্তা খুৎচাও থাহৌবা য়াগনি - থেংলক্লদি মীচং হন্থৈ। অরোনবা হায়দোক্তবা অমদি ঙক কন্দবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱারৌনগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর : থেংলপ্না নীংবা থুংগনি, ৱাখলসু খরা থোক্কনি অমদি ইমুং-মনুং ৱা তানবা কান্নগনি। অদুবু নকন্থিনা নরল মাঙহনগনি অমদি নাপল তৌবনা মরুপকা নুংঙাইনরোই।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্বা : অয়ুক্তা শেল ফংবা অমদি কান্নবা য়াম্না ফংবা নুমিৎনি। থেংলক্লদি পূক্লিং ফাথদ্রদি চাদিং হেনগনি। মরুপ-মপাং লোয়নবা কান্নগনি। হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী - হায়জবা তাবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মীন : থবক পাংগনি, শেল ফংগনি, য়েক্লববু লাকশিনবা ঙমগনি অমদি অহেনবা লৌশিং তানশিনবা য়াগনি। অচুম্বনা মায় পাক্কনি অদুনা অরানবনা মাঙওইনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মায় পাকই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।