ইম্ফাল ইষ্ট অমসুং ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট মপূং ফাবা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমমম লৈবা মথৌ তারে

– ডা. সোরাম মনিকান্তা –
প্রসিদেন্ট, ইন্দিয়ন সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি,
মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চ
dr.smanikanta@gmail.com

মণিপুর অসি বর্গ কি মি ২২,৩২৭ পাক চাউবা এদমিনিষ্ট্রেটিভ সেগমেন্ট ১৬ লৈবা, অপূনবা মীশিংনা লাখ ২৪.৫৬ (২০১১ সেন্সস) অসিগী মনুংদা চাদা ৭০.৮না খুঙ্গং (রুরেল) দা লৈবা লমদম অমনি। লায়রবগী পনখৈ মখাদা লৈবা (বি পি এল) মীওইনা চাদা ৩৭ লোমনি। লমদম অসিদা লৈরিবা মীওইশিংগী হকশেল ফগৎনবা হোৎনবদা লৈঙাক্লা মখল মখা কয়াগী থৌরাংশিং পায়খৎলি। মসি থাক (লেভেল) অহুম থোক্লা খাইদোকপা য়াই। লেভেল অমদগী লেভেল অমদা রিফর তৌবা য়ানবা হকশেলগী লোয়শঙ কয়ামরুম লৈ। লেভেল অহুম অদুদি :- Primary care, Secondary care অমসুং Tertiary care নি।

১) প্রাইমারি হেল্থ ক্যের হায়বসি করিনো :- মীওইবগী পুন্সিদা নুংঙাই য়াইফনা, নাদ-য়েক্তনা, পূক্নিং ৱাখল ফনা লৈনবা হোৎনবদা হকচাং ফনা লৈবা, নাদনবা হোৎনবা, নারল্লুবা মতমদা মতম চানা লায়েংবা চঙই। অসিগুম্বা মখলগী হকশেলগী খুদোংচাবা পীনবা হোৎনরিবা থৌরাং অসিবু প্রাইমারি হেল্থ ক্যের হায়না খঙনবা য়াই। মসি মীয়াম্না লৈরিবা মফম অদুদা হেল্থ ৱার্কর/হেল্থ প্রোফেসনেল অদুনা হকশেলগী লোয়শঙ মরু ওইনা প্রাইমারি হেল্থ সব-সেন্টর (পি ঐচ এস সী) অমসুং প্রাইমারি হেল্থ সেন্টর (পি ঐচ সী) গী খূত্থাংদা য়ৌহল্লি। মতম মতমগী ওইনা লৈঙাক্কী হেল্থ পোলিসি/প্রোগ্রাম কয়াসু মীয়ামদা ফংহল্লি। মতম চানা হকশেলগী খুদোংচাবা মীয়ামদা ফংহনবতা নত্তনা মথৌ তাবা হকশেলগী অৱাৎপশিং লৈহন্দনবা হোৎনবা হায়বসিসু প্রাইমারি হেল্থ ক্যেরগী থৌদাংনি।

২) সেকেন্দরি হেল্থ ক্যের :- মথৌ তাবা লায়েংগী থবক লায়েংশঙদা মিং চন্দুনা লায়েংবগী খুদোংচাবা পীগদবনি। মসিদা স্পেসিএলিষ্টকী খুদোংচাবা লৈগনি। মসি কম্যুনিতি হেল্থ সেন্টর (সী ঐচ সী) নৎত্রগা সব-দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল নৎত্রগা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল ওইবা য়াই। বেসিক লেভেল স্পেসিএলিষ্ট ক্যের সর্ভিসকী মথৌ তাবশিং অদু সী ঐচ সী নৎত্রগা সব-দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটালদা ফংগনি। মপূং ফাবা স্পেসিয়েলিষ্টকী খুদোংচাবদি দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটালদনা হেন্না ফংগনি।

৩) Tertiary care :- মসিদি অখন্নবা এদভান্স মেদিকেল ইনভেষ্টিগেসন অমসুং লায়েং মথৌ তাবা খুদম ওইনা কেন্সরগী লায়েং, Neuro Surgery, Cardiac Surgery, Plastic Surgery, Severe Burn, Advanced Neonatology Services, Palliative অমসুং Complex Medical and Surgical Intervention গী খুদোংচাবা লৈবা মফমনি। খুদম ওইনা রিমস হোস্পিটাল, জেনিমস হোস্পিটাল, ববিনা সুপর স্পেসিএলিষ্ট কেন্সর হোস্পিটাল পনবা য়াই।

কোভিদ-১৯ লায়না অসিনা মণিপুরদা মীওই লিশীং ৫৮গী মথক্তা নাহল্লে। মীওই ৯২৫না লায়না অসিদগী লৈখিদ্রে। (ৱারেং অসি ইবা ফাওবদা)। মতম অমত্তদা থোমজিল্লকপা অনাবশিংনা জেনিমস, রিমস, শিজ হোস্পিটাল, রাজ মেদিসিটি অমদি প্রাইভেট হোস্পিটালশিংদা অনাবা য়েংফম লৈতবগী খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লখি। অনাবা য়েংবা ফংদনা শিখিবা কয়া ঐখোয়না থেংনখ্রে। খ্বাইদগী হেন্না শোকহল্লিবা দিষ্ট্রিক্টশিংদি ইম্ফাল ৱেষ্ট অমসুং ইম্ফাল ইষ্ট অনী অসিনি। অনাববু ফরবদি, মথ্বায়তবু হিংলবদি হায়দুনা অৱৈবা মাল-চাং কায়থোক্তুনা, লৌ-ইঙ্খোল বনধান থমদুনা লায়েংবদা থেংনখিবা অৱাবশিং, লায়েংমল পীবা ঙমদবদগী অশিবা মশাগা মনতিক্লখিবা, ককচীং দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা প্রাইভেট হোস্পিটাল অনীদা লায়েংমল য়াম্না লৌহৌরে হায়বগী ৱাকৎ, লৈঙাক্লা লেপখিবা অনা লায়েংমল প্রাইভেট হোস্পিটালশিংনা চৎনদবগী পেন্দবা কয়াগী ৱাকৎ লেপ্পা লৈতনা তারি। মতাং অসিদা খন্নবা, নৈনবা য়াবা ৱাফম অমদি Super Speciality অমদি Tertiary Care Hospital JNIMS অমসুং RIMS অসিদা নোংমদা থোমজিল্লক্লিবা অনাবা মচা অরায়বদগীনা অরুবা অখন্নবা লায়েং মথৌ তাবা খুদিংমক মণিপুরগী মফম খুদিংমক্তগী মরু ওইনা ইম্ফাল ৱেষ্ট অমসুং ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টতগী লাকপা মীওইশিংনি। মরম অদুনা Tertiary Care পীগদবা রিমস অমসুং জেনিমস হোস্পিটাল অনী অসিদা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল নৎত্রগা সী ঐচ সীদা য়েংবা য়াবা অনাবশিং য়েংদুনা লৈরে। মসি ঙসি ঙরাংতগী নত্তে। মসিগী মরু ওইবা মরমদি ইম্ফাল ইষ্ট অমসুং ইম্ফাল ৱেষ্ট অনী অসিদা মপূং ফাবা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমমম লৈতবদগীনি। কোভিদ-১৯ লাইচৎ থেংনবা মতমদা লায়েংফম লৈতদুনা মীশি মীনা য়াওনা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরি। মসিদা লায়েংবা ফংদবা কয়ানা প্রাইভেট হোস্পিটালদা চৎতুনা লায়েংনরি। অদুবু মসিদা চঙবা লায়েংমল অদুদি পুবা থাংবা ঙমদবা পোৎলুম অমা ওইরি। হান্নদা শেল-থুমগী ফীভম ফত্তবগী মথক্তা কোভিদ-১৯ লাইচৎ অসিদা অমুক্তা হেন্না কোক্তা খূৎ হাপ্পা হায়বদু থোক্লে। লমদম অসিগী মীওই অয়াম্বদি লৌউ-শিংউ তৌবা, নোংমগী খূৎশূমল তাল্লগা নৎত্রগা লল্লোন ইতিক মচা মচা তৌরগা হিংবনা অয়াম্বনি। লায়রবগী পনখৈ মখাদা লৈবা মীওই ঙাক্তনি। নোংমগী চরা তান্নবা হোৎনবদা ৱারবা মতম অসিদা লায়েংবগী পোৎলুম অমা হাপকৎলকপদা অৱৈবা মাল-চাং কায়বা, য়োনবা নত্তনা অতোপ্পা পাস্থে লৈতে। লায়রবগী মথক্তা হেন্না লায়রনবগী মরম অমা ওইহল্লি। মসি সহরদসু চপ মান্নে। অর্বান পোর মশীং য়াম্মী। মরম অসিনা মশানা শেল পুথোক্তুনা লায়েংবা (Out of pocket expenditure) অসি ইমুং অদুগী ইনকমগী চাদা ১০দগী হেল্লোইদবনি। ইমর্জেন্সি ওইবা অনাবা অমা লায়েংশঙদা পুখৎপা মতমদা পুং ১গী মতমদগী হেন্না চঙলোইদবনি। অসুম্না তৌবা অসিনা সেরিয়স ওইবা অনাবা কয়া Golden hour গী মনুংদা পুখৎলক্তুনা কনবা ঙমগনি। করিগুম্বা হেন্না ফবা লায়েংফম অমদা রিফর তৌবা তারবসু মদুগীদমক এম্বুলেন্স সর্ভিস পীগদবনি। লায়েংবদা চঙবা শেল-থুমগী পোৎলুম হন্থনবা লৈঙাক্লা হেল্থ স্কিম কয়া পায়খৎলি। সী এম ঐচ টি, পি এম জে এ ৱাই, অহোঙবা মমলদা হীদাক লৈবা য়ানবা Jan Aushadhi Yojana, PM Dialysis Yojana মমিং পনবা য়াই। অদুবু লায়েংশঙদা চৎতুনা লায়েংবা ফংদবদগী স্কিম ময়াম অসি কান্নফম খঙদনা লৈরি। কোভিদ-১৯ লাইচৎনা মীচম কয়াগী পুন্সি লোমখিবদগী লন্নাই লায়েংবা ঙমদবদগী শিবা মশীংনা হেল্লি।

Universal Health Coverage (UHC) হায়বদি মীপূম খুদিংমক মথৌ তাবা হকশেলগী খুদোংচাবা শেল-থুমগী পোৎলুম লৈহন্দনা ফংহনগদবনি। লায়েংবদা চঙখিবা শেনয়াম অদুনা মখোয়বু লায়রবগী মথক্তা হেন্না লায়রবা ওইহল্লি। লৈজবা লন-থুম য়োন্থোকপদা নত্তনা শেন্দোল কয়ানা চাওখৎপা ঙমহন্দে। হৌগৎলক্লিবা অঙাংশিংগী তুংগী লম্বী শেম্বদা অপনবা ওইল্লি। মীপূম খুদিংমক অফবা মখলগী লায়েং শেল-থুমগী অৱাবা লৈহন্দনা ফংহনগদবনি হায়বা ৱাফম অসি মালেমগী লৈবাক খুদিংমক্লা য়ু এনগী কুমজা ২০১৯দা ফমখিবা জেনরেল এসেমব্লিদা য়ানখিবা ৱাফম অমনি। য়ু ঐচ সীগী ৱাহন্থোক অসি ফংনবা হোৎনবগা লোয়ননা মতুংদা লাক্কদবা কোভিদ-১৯ ইনোৎ (ৱেভ) কয়া লান্থেংনবা ঙম্নবা ইম্ফাল ইষ্ট অমসুং ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট অনী অসিদা মপূং ফাবা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমমম লৈবা মথৌ তারে। ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট সব দিভিজন ৩ থোক্লা খাইদোকপা মীশিং লাখ ৪.১২ (২০১১ সেন্সস) খুন্দাবা মফমনি। মসিদা মপূং ফাবা ফঙ্কসনেল ওইবা লায়েংফম অমা হায়বা তারবদি শগোলমাং সী ঐচ সী নত্তনা লৈতে। অতৈদি মমিংতগী ওইনা লৈরি। দিষ্ট্রিক্ট অসিগী মরু ওইবা লায়েংশঙ অয়াম্বা ইম্ফাল ম্যুনিসিপাল কোর্পোরেসনগী মনুং চনবা মফমদা লৈ। খুঙ্গংগী লমদদি মতিক চাবা লায়েংফম অমত্তা লৈতে। মরম অসিনা অরুবা অনাবদি থম্বু থমখো অনাবা অমা হেক য়াওরকপদা জেনিমস হোস্পিটালদা পুখৎপা নত্তনা অতোপ্পা মিন্স অমা লৈতে। মরম অসিনা Tertiary Hospital হায়না লৈগদবা জেনিমস হোস্পিটাল অসি Overburden ওইহল্লি। মথক্তা পঙ্খিবা খুদোংচাদবা ময়াম অসিগা চপ মান্নবা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টতা লৈরিবা মীওইশিংনসু থেংনরি। দিষ্ট্রিক্ট অসি সব দিভিজন ৪ থোক্লা খাইদোকই। অপূনবা মীশিংনা লাখ ৫.১৮নি। দিষ্ট্রিক্ট অসিদা সেকেন্দরি ক্যের হায়বদি অনা লায়েংফম সী ঐচ সী সেকমাই অমসুং সী ঐচ সী ৱাঙ্গোই নত্তনা মপূং ফাবা লায়েংফম অমত্তা লৈতে। মরম অসিনা স্পেসিএলিষ্টকী লায়েং মথৌ তাবা মতমদা রিমস নৎত্রগা ইম্ফালদা লৈরিবা প্রাইভেট হোস্পিটালদা চৎপা তাবনি। হায়রিবা দিষ্ট্রিক্ট অনী অসিদা মপূং ফাবা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমমম লিংবা ঙল্লবদি অশোক অপন, অথু-অকাই অমসুং ইপিদেমিক থোকপা মতমদা মায়োক্লবা ঙমগনি। অসিদসু নত্তনা রিমস অমসুং জেনিমসতা অনাবা মশীং ওভরলোদ ওইরিবা অসিসু হন্থহনবা ঙমগনি। ক্বালিটি সর্ভিস অমা ফংহনবা ঙমগনি। অনাবা পুথোক পুশিন তৌবগী পোৎলুম অদুসু হন্থগনি। মতম কুইনা অনাবা য়েংবগী ঙাইনরিবা অসিগী অৱাবা অদুসু কোকহনবা ঙমগনি। ইমর্জেন্সি, লম্বীগী অশোক অপন কয়াদা মতম চানা পুখৎতুনা লায়েংবা অমসুং অশি-অনাদগী কনবা ঙমগনি। জেনিমস অমসুং রিমসতা পুখৎনবা হোৎনবদা মায়োক্লরিবা খুদোংচাদবা অসিদা নত্তনা শেল-থুম চঙবসু হন্থগনি। কোভিদ-১৯ লাইচৎকী অহানবা অমসুং অনীশুবা তাঙ্কক অসিদা হোস্পিটাল অনী অসিদা থেংনরিবা খুদোংচাদবা কয়া ফনা য়াম্না হন্থহনবা ঙমগনি। অখঙ হৈশিংনা হায়বসু লৈরি মদুদি কোভিদ-১৯ লাইচৎ অহুমশুবা অমসুং মরিশুবা তাঙ্কক লাকখিগনি। কোভিদ-১৯ লাইচৎকী ৱা ঙাক নত্তবদা অসিগুম্বা লাইচৎ কয়া তুংদা লাকপসু য়াই। মরম অদুনা লৈঙাক্লা টোপ প্রাইওরিটিদা দিষ্ট্রিক্ট অনী অসিদা মপূং ফাবা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল অমমম লিংখৎনবা হোৎনহন্নীংই। হীরম অসিদা হেল্থ দিপার্টমেন্টনা লৌখৎখিবা থবক কয়াসু লৈখ্রে। ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী ওইনা হৌজিক লৈরিবা শগোলমাং সী ঐচ সী অমসুং ক্যামগৈগী মফম অমদা মতিক চাবা লম লৌশিন্দুনা থৌরাং তৌদুনা থমখ্রে। কম্পাউন্দ ফেন্সিং তৌখ্রে। লোয়ননা ইম্ফাল ৱেষ্টকী ওইনা ময়াং ইম্ফাল বজারদগী ইরাপ লাপ্তুনা লম একর ৯ লৌশিন্দুনা কম্পাউন্দ ফেন্সিং তৌদুনা লৈরে। দিষ্ট্রিক্ট অনী অসিদা মপূং ফাবা লায়েংশঙ অমমম লৈদুনা অনা লায়েংগী খুদোংচাবা ফংলবদি কোভিদ-১৯ লাইচৎ থেংনবদা খুদোংচাবদা নত্তনা মপূং ফাবা হেল্থ ক্যের দেলিভরি সিষ্টম অমা মীয়ামদা ফংহনবা ঙমগনি।

হন্দক্কী কোভিদ-১৯ লাইচৎ অসিদা লায়েংশঙদা লায়েংবীয়ু য়াদবদগীমীওই কয়া লৈখিদ্রে। য়াম্না নুংঙাইতবা থৌদোক ঙাক্তনি। মেদিকেল দাইরেক্টোরেটনা মতম চানা থিজিন্দুনা মতুংদা অসিগুম্বা থৌওং অসি অমুক হন্না থোক্তনবা থবক পায়খৎহন্নীংই। হোস্পিটালগী বিল শেংদোক্ত্রবদি অশিবা মশা পীরোই হায়বসি য়াম্না লাইবক থীবা, তাবদা অকি-তুজুং ফাওবা থৌদোকনি। প্রাইভেট হোস্পিটালদা লৈঙাক্লা থোকপা লায়েংমন চৎনহনবা ঙমদ্রিবা অসি য়েংশিনহন্নীংই। অদু নৎত্রবদি লৈঙাক্কী ওর্দর ৱাহন্থোক লৈরোই। কোভিদ-১৯ লাইচৎ মনুং অসিদা প্রাইভেট হোস্পিটাল কয়ানা হোস্পিটাল বেদ হেনগৎলে নৎত্রগা হেনগৎলগনি হায়রিবসিদা লৈফম থোকপা ষ্টেন্দার্দ অদু লৈরব্রা হায়দুনা মেদিকেল দাইরেক্টোরেটনা য়েংশিনবা মথৌ তাই। মসিদা নীংশিংবা য়াবা ৱাফম অমদি মণিপুরগী ষ্টুদেন্ট ওর্গনাইজেসন অমনা ইম্ফালগী এরিয়াদা হাংলিবা আই ক্লিনিকশিং অসিদা লৈফম থোকপা স্পেসিএলিষ্ট নৎত্রগা টেক্নিকেল এক্সপার্ট কয়া লৈতবতা নত্তনা মণিপুর হেল্থ দাইরেক্টোরেটকী অয়াবা চে য়াওদে হায়দুনা ক্লিনিক ৩০গী মথক্তা থিংজিনবা লৈখ্রে। মসিদা মেদিকেল দাইরেক্টোরেটনা চপ চাবা থবক লৌখৎহন্নীংই। The Manipur Nursing Homes and Clinics Registration Act & Rule গী মখাদা অকনবা মীৎয়েং চঙহন্নীংই। লমদম অসিগী মীওইশিংনা হৌজিক থেংনরিবা অৱাবা কয়া অসি খঙবীদুনা থবক তৌহন্নীংই। হেল্থ দিপার্টমেন্ট অমা লৈরি হায়বদু উৎহন্নীংই। মীচম মীয়াম অমগুম য়েংদুনা লৈবগী মহুত্তা হেল্থ দাইরেক্টোরেটনা অকনবা মিৎয়েং চঙদুনা থবক তৌহন্নীংই। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ মাইরোংবী # ২৯৪

– ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার –
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট
ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

এঙ্গুং অমসুং চিঙ্গাক ওইনা পাক শন্না অমদি মালেম শীনবা থুংনা পাম্না শীজিন্নরিবা মাইরোংবী হায়রিবা পাম্বী অসিদা য়াওরিবা চিঙ্গাক অমসুং হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং অসি থোইদোক্লা শীংথানীংঙাই ওই। মাইরোংবী পাম্বী অসি ইংলিসতা পিজনপি (Pigeonpea) নৎত্রগা রেদ গ্রাম (Red gram) নৎত্রগা গুঙ্গো পিজ (Gungo peas), সংস্কৃটতা আধাকি (Adhaki), হিন্দিদা আরহর (Arhar), বেঙ্গোলিদা তর (Tur), ফিলিপিন্সতা কেদিয়োস (Kadyos), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *কাজানস কাজান (Cajanus cajan (L.) Millsp)* হায়না কৌই অমসুং *পপিলিওনেসি (Papilionaceae)* নৎত্রগা *ফেবেসী (Fabaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। শাগৈ অসিদা চনবা অতোপ্পা মরু ওইবা পাম্বী খরদি হৱাই থরাক পি (পাইসম সাতাইভম), হৱাই মুবী ব্রোদ বিন (ভিসিয়া ফাভা) অসিনচিংবনি।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না মাইরোংবী নৎত্রগা হৱাই মাইরোংবী পাম্বী অসি ইন্দিয়াগী পেনিন্সুলার লমদমশিংদগী হৌরকখিবা ওইরমগনি হায়বসিনি। হৱাই মাইরোংবী পাম্বী অসিগা য়াম্না নক্নবা কাজানস কাজানিফোলিয়া (Cajanus cajanifolia) অসি ইন্দিয়াগী য়াম্না শাবা ট্রোপিকেলগী মনা কেনগনবা উমংশিংদগী হৌরকখিবগী পাউদমসু লৈ।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না মাইরোংবী পাম্বী অসি মীওইবনা চহী ৩৫০০গী মমাঙদগী থাদুনা শীজিন্নরক্লে। আর্কিওলোজিকেলগী ওইবা থিজিনবগী মতুংইন্না হৱাই মাইরোংবী পাম্বী অসি ঙসিদগী চহী ৩,৪০০গী মমাঙদা ইন্দিয়াগী মফম কয়ামরুমদা মরু ওইনা মতমদুদা সাঙ্গানাকালু (Sanganakallu) হায়না কৌনবা অদুগা হৌজিক্লা কর্ণাটাকা ষ্টেট অসিদা লৈবা কালাবুরাগী (Kalaburagi), তুলিজাপুর (Tulijapur or Tuljapur) হায়না কৌনবা মহারাষ্ট্রগী মফম অমসুং ওরিষাদা লৈবা গোপালপুর অমসুং কেরেলাগী মফমশিংদা হৌরক্লে হায়বসিনি। মফমশিং অদুদগী পুখিদুনা মাইরোংবী পাম্বী অসি নোংপোক অমসুং নোংচুপ থংবা অফ্রিকাগী লমদমশিংদা থাদুনা হৌখিবদু অহানবা ওইনা য়ুরোপিয়ানশিংনা অহানবা থেংনখিদুনা পাম্বী অসিবু কোঙ্গো বিন (Congo bean) হায়না থোনখিবগী পাউদমসু লৈ। মসিগী মখা তারকপদা মাইরোংবী পাম্বী অসি ১৭শুবা চহী চাদা অমেরিকাগী মফমশিংদা থাবা হৌখি।

হৱাই অমদি মরূ-মরাংশিংগী মনুংদা মাইরোংবী অসি চিঙ্গাক্কী ওইবা মগুণশিং থোইদোক হেন্দোক্লা য়াওবা পাম্বীনি। পাউদমশিংগী মতুংইন্না মাইরোংবীদা য়াওবা চিঙ্গাক্কী ওইবা মগুণশিং অদুদি - ইনর্জি কিলো-কেলোরি ১৩৬, কার্বোহাইদ্রেট চাদা ২৩.৮৮, ফেট চাদা ১.৬৪, প্রোটিন চাদা ৭.২ অসিনচিংবনি। ভিটামিনশিংগী মনুংদা থীয়ামিন মিলিগ্রাম ০.৪, রাইবোফ্লেবিন মিলিগ্রাম ০.১৭, নিয়াসিন মিলিগ্রাম ২.২, পেন্টোথেনিক এসিদ মিলিগ্রাম ০.৬৮, ফোলেট মাইক্রোগ্রাম ১৭৩, ভিটামিন সী মিলিগ্রাম ৩৯, ভিটামিন ঈ মিলিগ্রাম ০.৩৯, ভিটামিন কে মাইক্রোগ্রাম ২৪ অসি য়াওবগী পাউদমশিং লৈ। য়ু এস দি এ ফুদ দাটা সেন্ত্রেলগী মতুংইন্না হৱাই মাইরোংবীদা য়াওবা মরু ওইবা মিনরেলশিংদি - কেলসিয়ম মিলিগ্রাম ৪২, আইরন মিলিগ্রাম ১.৬, মেগনেসিয়ম মিলিগ্রাম ৬৮, মেঙ্গানিজ মিলিগ্রাম ০.৫৭, ফোসফোরস মিলিগ্রাম ১২৭, পোটাসিয়ম মিলিগ্রাম ৫৫২, সোদিয়ম মিলিগ্রাম ৫ অমসুং জিঙ্ক মিলিগ্রাম ১.০৪ অসি মাইরোংবী মরূ গ্রাম ১০০ খুদিংদা য়াওই।

মাইরোংবী অসি মীওইবনা মখল মখা কয়াগী চিঙ্গাক ওইনা শীজিন্নে। মাইরোংবীগী অনৌবা মহৈ অমসুং মরূ অদু মনা-মশিং অমগুম্না এঙ্গুং থোংদুনা চানৈ। পাম্বী অসিগী অমুনবা অমদি অকংবা মরূ অদু কূপ্পা তকখায়রগা শেম্বা য়াম অদু তন হৌবা, কেক অমসুং বিসকিট শাবদসু শীজিন্নে। করিগুম্বদসু মাইরোংবীগী অনৌবা মনা অদু এঙ্গুং মহী হায়বদি সুপ শেম্নে। নুংশিৎ য়াম্না কন্না শীৎপা মফমশিংদা মাইরোংবী পাম্বী থাদুনা নুংশিৎকী খোঙজেল অদু হন্থহনবদসু শীজিন্নে। মাইরোংবী পাম্বীগী মনা অদু পৎথহল্লগা-পুমথহল্লগা শেম্বা হার অসি থোইদোক্লা মগুণ লৈ। পাউদমগী মতুংইন্না মালাগাসী (Malagasy) দদি মাইরোংবী পাম্বীগী মনা অদু মুগা-তীল য়োকপদা মচিঙ্গাক ওইনা পীজনৈ। ভেনিলা অমসুং অতোপ্পা পাম্বী খরা থাবদা মাইরোংবী পাম্বীগা পূন্না থামিন্নদুনা চাথোক হেঙ্গৎহনবা ঙম্মী হায়নসু পাউদমলি।

মীয়াম্না থোইদোক্লা থাজনদ্রবসু মাইরোংবী পাম্বীদা হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং অসি থোইদোক্লা শীংথানীংঙাই ওই। ইন্দিয়া অমসুং জাভাগী মীওই কাঙলূপ খরনা মাইরোংবী পাম্বীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা লৌবা অনংবা মহী অদুনা চাং নাইনা তৈদুনা চাথৎপা অমসুং অপাৎপা অদু লায়েংনৈ। হায়রিবা মহী অমসুং মপং অদু থোম্বদা অশোক-অপন তৌদুনা ঈ থোকপা অদু য়াম্না থুনা খকহনবসু ঙম্মী হায়দুনা অরিবা অনা-লায়েংদা শীজিন্নে। জোন্দিস নাবা মীওইশিংদা মাইরোংবীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা লৌবা মহী অদুদা অচা-থুম খরা তুমহল্লগা শেম্বা মহী অদু পীথক্তুনা লায়েংনবগী পাউদমসু লৈ। ইন্দো-চাইনাগী অরিবা লায়েং-পথাপ্তা মাইরোংবী পাম্বীগী কংহল্লবা মনা অদু তকখায়রগা শেম্বা মকুপ অদু লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংদা পুং খরা তিংলগা ফিদা ফজনা চুমথোক্লবা মহী অদু চাং নাইনা থা অমরোম নোংমদা গ্লাস ১-২গী চাংদাদা পীথকপদা ঈশিং মরীদা অমসুং কিদনিদা লৈবা নূং অদু তুমহন্দুনা হক্কী ঈশিং চৎপদা পুথহনখিবা ঙম্মী হায়দুনা হীদাক ওইনা শীজিন্নে। অর্জেন্টিনাদদি মাইরোংবীগী মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু উনশা অমসুং নুপীগী ফিনুংদা তৈদুনা হাক্কচবা অদু লায়েংনৈ। মাইরোংবী মপাল শুগাইরগা পীজদুনা লোক থুংবা, অরুম-লাইহৌ হৌবা অসিসু লায়েংনৈ। মাইরোংবী মরা অসি য়া চিকপা অমসুং তীল লৈবদসু কান্নে। মাইরোংবী অনৌবা মহৈ অসি লিভর অমসুং কিদনি নাবা মীওইশিংদা পীজবদা য়াম্না কান্নে। ●

ষ্টেটকী পাউ

ইশোক অমসুং লৈত্রামদা পাক-শন্না ভেক্সিনেসন কাপথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১১ (ঐচ এন এস):

কোভিদ-১৯গী সেকেন্দ ৱেভ লাকপগা লোয়ননা মীয়াম্না হেন্না অৱাবা মায়োক্লরিবা অমদি শিবগী চাং হেনগৎলকপা থিংনবা পান্দমদা লৈঙাক্লা মাস ভেক্সিনেসন তৌরকপা থৌরাংগী শরুক অমা ওইনা দিষ্ট্রিক্ট ইম্যুনাইজেসন ওফিসর (দি আই ও) বিষ্ণুপুর, পীপল্স রিসোর্চ দিভলপমেন্ট এসোসিএসন (পি আর দি এ) বিষ্ণুপুর অমদি মণিপুর ভোলুন্টরি হেল্থ এসোসিএসন (এম ভি ঐচ এ) ইম্ফালনা খূৎশম্নদুনা শীন্দুনা চহী ৪৫ অমদি মথক্কী মীওইশিংদা কোভিদ-১৯ ঙাকথোক্নবা কোভিসিল্ড ফর্ষ্ট দোজ মীপূম খূদিংদা কাপথোকপা (মাস ভেক্সিনেসন)গী থবক বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মনুংদা লৈবা মফম অনী- নম্বোল এ সীগী মনুং চনবা ইশোকতা লৈবা চিংফু নিংথৌ শেন্বীলৈমা কম্যুনিটি হরাওবুং অমসুং ওইনাম এ সীগী মনুং চনবা লৈত্রামদা লৈবা হেল্থ এন্দ ৱেল্থনেস সেন্টরদা ঙসি পাঙথোকখ্রে।

ডা. সীঐচ জোয়োরাকাশনা লুচিংদুনা পি ঐচ সী লৈমপোকপম অমদি পি ঐচ এস সী ইশোককী দোক্টর, নর্স অমদি পেরামেদিকেল ষ্টাফশিংনা পাঙথোকখ্রে। অদুগা লৈমরামদা পাঙথোকখিবা ভেক্সিনেসন অদুনা পি ঐচ সী ওইনামগী এম ও ইন-চার্জ ডা. ৱাই কিরননা লুচিংদুনা পি ঐচ সী অসিগী অমদি হেল্থ এন্দ ৱেলনেস সেন্টর লৈত্রামগী পেরামেদিকেল ষ্টাফশিংনা ভেক্সিনগী থবক পাঙথোকখি।

ইশোকতা ভেক্সিন কাপথোকপগী থবক অদু পি ঐচ সী লৈমপোকপমগী সিনিয়র এম ও

কোভিদ-১৯ ভেক্সিন কাপথোকপগী আওটরিচ সেন্টর অনীমক পি আর দি এ বিষ্ণুপুর অমদি এম ভি ঐচ এ ইম্ফালগী সেক্রেটারি এল সুরঞ্জয়না মীয়াম্না চিংনবা লৈতনা ভেক্সিন পাকথোক্নবা কোইনা চত্তুনা য়েংশিনখি।

লৈত্রামদা পাঙথোকপা ভেক্সিনেসন সেন্টরদা হকথেংননা য়েংশিল্লিবা ডা. ৱাই কিরন মৈতৈনা ফোঙদোরকপদা, মমাঙদা কোভিদ ভেক্সিন কাপ্পগা মরী লৈনবনি হায়বা লাইবক থিবা থৌদোক অনীমক থোকখিবনা হীদাক কাপ্পা মীশিং থোরকপা ৱাৎলি। অদুবু হীদাক কাপফমদা দোক্টর মশা য়াওনা অমদি অতৈ মফমশিংদসু দোক্টরশিং য়াওনা হীদাক কাপ্পগী থবক পাঙথোক্লি। দোক্টরশিংনা হীদাক কাপ্পা লাকপশিংবু কূপ্পা শেন্নরি। অদুনা মীয়াম্না অকিবা থাদোক্তুনা লেম্না হীদাক কাপথোকপগী খুদোংচাবা লৌবীয়ু অমদি কোভিদ-১৯ লাঙ্থেংনবদা মায় পাকমিন্নসি হায়খি।

অমরোমদা, নেসনল হেল্থ মিসন মণিপুরগী দিরেক্টর ডা. এন শ্যামজাই অমদি অতৈ ষ্টাফশিংনা কোয়না চত্তুনা মফম অনী অসিদা ভেক্সিন কাপ্পগী থবক কূপ্না য়েংশিনখ্রে।

ইশোকতা লাকপা য়েংশিন খোঙচৎতা ডা. এন শ্যামজাইনা ফোঙদোকখিবদা হীদাক অমা কাপ্পা হায়বসি মদুগী রিএক্সন খরা থোকপা, নাবা, পোম্বা মরক্তা য়াওবা য়াই। অদুবু অখঙ অহৈশিংগী মতুং ইন্না কোভিদ-১৯গী অনৌবা ৱেভ অসি অশুক্কী মতিক শাথি। মসিদগী ঙাকথোক্ন বা খ্বাইদগী ফবা ইশা ঙাকথোকচনবা লম্বীদি ভেক্সিন কাপথোকপনা ওইগনি। হন্দক জুন ৮দা থোকখিবা লাইবক থিবা থৌদোক অদুগীদমক হেল্থ দিপার্টমেন্টকী মায়কৈদগী থম্মোয় শোক্লা নুংঙাইতবা ফোঙদোক্লি। অদুবু, ভেক্সিন কাপ্পগী কান্নবগা মাঙজবগা কান্নবনা হেনবনা মীয়াম্না পূক্নিং ফাথবীরগা হীদাক কাপ্পা য়াবা মীওইশিংদি য়ারিমখৈ ইশানা য়ানা হীদাক কাপথোকপীয়ু, কোভিদ-১৯ মায়থিবা পীমিন্নসি হায়খি।

লুপা ক্রোর ১০ চঙনা নৌনা শাগদবা পল্লেলগী ইমা কৈথেল এম এল এ রামেশ্বরনা য়েংশিনখ্রে

ইম্ফাল, জুন ১১ (ঐচ এন এস):

ককচিং দিষ্ট্রিক্টকী পল্লেলদা লুপা ক্রোর ১০ চঙনা নৌনা শারগদবা পল্লেলগী ইমা কৈথেলগী শাগদবা মফম ককচিং এসেমব্লি কন্সটিট্যুএন্সিগী এম এল এ এম রামেশ্বরনা কৈথেল অসিবু শাবগী থবক তৌগদৌরিবা মণিপুর পুলিস হাওজিং কোওপরেসনগী ওফিসলশিংগা লোয়ননা য়েংশিনখ্রে।

ঙসিগী খোঙচৎ অদুগী মতাংদা এম এল এ রামেশ্বরনা হায়, ষ্টেট অসিদা কোভিদকী লাইচৎ অসি মীয়াম্না মায়োক্লরবসু চাওখৎ থৌরাংগীথবক অসি তৌদবদি য়াদবনা মহাক্না চীফ মিনিষ্টরদা কন্না হায়জবদগী ইমা কৈথেল অসি শাবগী অয়াবা পীরকপা অসি পল্লেলগী মীয়ামগী য়াম্না লাইবক ফবনি। লোয়ননা পল্লেলগী কৈথেল অসি মোরেগসু য়াম্না নকপা মফম অমা ওইবনা লল্লোন ইতিক তৌবদা য়াম্নসু মফম চাবা অমা ওইরি।

কৈথেল অসি অথুবা মতমদা শাবা হৌনবা বজার বোর্দ অমদি লন্নাই পাট্টাদারশিংগসু য়ানবা অমা পুরকপা ঙম্বা অসিনা কৈথেল অসি অথুবা মতমদা শাবা হৌরগনি। পল্লেলগী মীয়াম্নসু কৈথেল অসি শাবা লোইরকপা মতমদা মায়কৈ অসোমগী শেন্মীৎলোনদসু চাওনা কান্নবা পীগদবা অসিগী য়েংলগা কৈথেল শারিবা এজেন্সি অসিদা মপূং ফানা মতেং পাংদুনা পীরিবা মতম অসিগী মনুংদা কৈথেল অসি শাবা লোইহন্নবা হোৎনমিন্নসি হায়খি।

নীংশিংবা য়াবদি পল্লেলগী ইমা কৈথেল অসি হন্দক্তা সেন্টরদগী মণিপুরগী অনৌবা ইমা কৈথেল ১০ শানবা লুপা ক্রোর ৬০ পীরকখিবা অদুগী মনুংদা য়াওরকখিবনি। ষ্টেটকী প্লান্নিং দিপার্টমেন্টনসু ককচিংগী দি সীদা নৌনা শাগদৌরিবা কৈথেল অসিগী মফম অদু চপ চানা খঙহল্লক্ক বা চেরোল ইদুনা খঙহল্লকপসু লৈখ্রবনি।