ঐখোয় পুনবগী মতম য়ৌরে, ইশাগী লৈবাক য়েলহৌমী ঐখোয়না কন্দ্রবদি কনানা কনগনি : জয়চন্দ্র

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৩ (ঐচ এন এস): ঐখোয়গী লৈবাক মণিপুরদি ঐখোয় য়েলহৌমীশিংনা কনগদবনি। অদুনা ঐখোয় পুনবগী মতম য়ৌরে। ঐখোয়না ঐখোয়গী লৈবাক অসি কন্দ্রবদি কনানা কনগনি হায়না জ ষ্টিস কম্মিটি ওন এংলো মণিপুর ৱার ১৮৯১ মার্টিয়র্স এন্দ ফ্রীদম ফাইটর ওফ কংলৈপাক (মণিপুর) গী চেয়রমেন জয়চন্দ্র কোন্থৌজমনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাফম অসি ঙসি জষ্টিস কম্মিটি ওন এংলো মণিপুর ৱার ১৮৯১ মার্টিয়র্স এন্দ ফ্রীদম ফাইটর ওফ কংলৈপাক (মণিপুর)গী কুমজা ২০২৫দগী ২০২৮ ফাওবগী থৌ পুগদবশিং মণিপুরগী হিষ্টোরিয়ন রিটাইয়র্দ প্রোফেসর এন জয়কুমারনা ৱাশক লৌরগা মণিপুরগী শেংলবা কংলাদা চত্তুনা থৌনিরবা মতুং জ য়চন্দ্রনা ফোঙদোকখিবনি।

মহাক্না মখা তানা হায়খিবদা, বৃটিশনা কংলৈপাক (মণিপুর)বু লোই চন্নবা হোৎনরকপদা লৈঙাক্লোনদা খূৎ থিংজিল্লকখি। বৃটিশপু শীংনদুনা অমুক্তদা বৃটিশকী অচৌবা ওফিসরশিং অমদি পোলিটিকেল এজেন্ট য়াওনা মীওই মঙা কংলাদা মঙক কল্লগা হাৎখিবা কংলৈপাক (মণিপুর)গুম্বা লৈবাক অমত্তা ইন্দিয়াদা লৈখিদে। মদুনা মরম ওইরগা কুমজা ১৮৯১গী মার্চ ৩১দা এংলো মণিপুর ৱার বৃটিশনা লাউথোকখি। লোয়ননা কংলৈপাক (মণিপুর)সু লানগী শেম শাখিবগা লোয়ননা মতমদুদা ঐখোয়গী ইপা-ইপুশিংনা মচা-মশুশিংদা 'মীখা পোনগদবগী শরুক নোংমত্তা ওইরবসু নীংতম্না হিংবনা হেন্না ফৈ' হায়বা পাউজেলসি পীরমখিবনি। ৱাফম অসি চিনফা পুরগা চৎপা হায়বসি মচা-মশুশিংগী মথৌদাংনি।

ইন্দিয়ানা খঙই মণিপুর হায়রিবা লৈবাক অসি য়াম্না মথৌনা ফবা লৈবাক্লি হায়বসি। নোংমা নৎত্রগা নোংমদি ইন্দিয়াগী মথক্তা ৱা ঙাংলক্কদবা লৈবাক্লি। মরম অসিনা মপাঙ্গল কলহনবা য়াদে হায়দুনা ঙসি ফাওবা নমথদুনা লাক্লি। বৃটিশকী মতুং ইন্দুনা লাকপা চিন-কুকিশিংনা নাগাগী লমদা থমজিং দুনা বৃটিশনা নাগাশিংগী লমবু কুকিদা পীহনখি। ঙসিদি ইন্দিয়ানা বৃটিশকী মতৌ তমদুনা চিন-কুকি মিলিটেন্টশিংবু কৌশিন্দুনা ইন্দিয়া লৈঙাক্কা 'সূ' তৌনরগা মণিপুরদা লান তৌহল্লে, মীচম কয়া হাৎলে, য়ুম-কৈ মৈ থাদুনা মরল-মথুম কয়া মাঙহনখ্রে। ইন্দিয়াগী লুচিংবশিংনা হৈ-শিংবা শারদুনা ঙাংনিং-ঙাংনিংবা ঙাংলি। ইন্দিয়ানা তৌরিবা অরানবশিংসি মালেমগী লৈবাকশিংনা খঙলমগনি হায়বগী ঈকায়বা ইন্দিয়া লৈঙাক্তা লৈতে।

ইশাগী লৈবাক ইশানা কঞ্জগদবনি হায়বা ৱাখলদা ঐখোয়গী অথৌবশিংনা মায়থীবগী অকিবা য়াওদনা মালেমদা মপাঙ্গল কল্লবা বৃটিশ লোইলম শন্দোকপশিংগা লাম্থেংনখি। লানফমদা মায়থীরবা মণিপুরগী অথৌবা কয়াবু ফাসি তৌখি অমদি লোই থাদুনা কলাপানিগী কৈশুমশঙদা থমখিবদু ঙসিগী মীরোল ঐখোয়না কাউফম থোক্তে। ঐখোয়গী লৈবাক মণিপুরদি ঐখোয় য়েলহৌমীশিংনা কনগদবনি। ঐখোয় পুনবগী মতম য়ৌরে হায়নসু ফোঙদোকখি।

মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলগী ২১শুবা নীংথম কুম্মৈগী নিপালনি চনবদা পোক্লেন পোকপা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী 'খৌরাংলবা ঈথক' উৎখ্রে

হেমচান্দ নিংথৌজম

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৩ (ঐচ এন এস): মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শীন্দুনা থা অসিগী ৬তগী চথরকপা ২১শুবা নীংথম কুম্মৈগী নুপী লীলাগী শরুক ঙরাং লৌহশিনখ্রবা মতুং ঙসিদগী নুপা কাঙবুগী লীলা উৎপা হৌখ্রে। ঙসি নুপা লীলাগী অহানবা নুমিত্তা পোক্লেন পোকপা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী 'খৌরাংলবা ঈথক' উৎখ্রে। লীলা অসিগী অইবা প্রতাপ চোংথাম অমদি লমজিং-লমতাকপনা ধেনু ৱাইখোমনি।

লীলা অসিগী শন্নপ্পা ৱারীদি নোংদম্বা কৌবা মীশক অসি অহল-লমননা হায়বা ইনবা, মথৌদা মপূক্লিং চঙবা নুপামচা অমনি। মমা থম্বালনা মহাকপু লুহোংবীনবা থৌরাং পুম্বা শেম-শাবা লোইরম্মী। অদুবু খঙহৌদনা থোক্লকপা থৌদোক অমনা মাগী পূন্সি করম্না হোংখিবা, মমা থম্বালনা মচগীদমক করি থৌদাং লৌখিবা অমদি মহাক্কী লোয়নবী ওইগদৌরিবী লাইজনা মহাক্কীদমক কদায় ফাওবা লেপখি হায়বদু উৎলিবা লীলানি 'খৌরাংলবা ঈথক'।

লীলা অসিদা শক্তম লাংলিবশিংদি নুপাগী শক্তমদা নোংদম্বা- মোচা, ইবোহল-দিপক, য়োইময়াই-রঞ্জন নিংথৌ, য়াইফবা-অশোক সলুংফম, লৈতুম-জেকি হৈরোকনি। নুপীগী শক্তম লাংখিবশিংদি থম্বাল- ধেনু ৱাইখোম, লাইজ-সর্জু থৌবাল অমদি নুমিৎলৈ-সঞ্জু উৎলৌনি।

অমরোমদা, লীলা অসিগী ম্যুজিক অমদি ঈশৈ-নোংমইন্দা শরুকয়ারিবশিংনা নুপা খোঞ্জেল শৈশকখিবা রাজেশ থোঙাম, নুপী খোঞ্জেলদা শৈশকখিবা কে ঐচ ধনেশ্বর, পেদ দ্রমদা কে ঐচ রোকি, তবলাদা ইবোমচা লাঙথেল, বাঁসিদা মোরাম্বা, গিটারদা গোপি, কিবোর্দ অমদি ম্যুজিক দিরেক্তরনা মংলেম অমসুং ঈশৈ ময়েক ইখিবনা বিমোল অসিনচিংবনি।

লীলা অসিদা শক্তম লাংলিবা এক্টরশিংনা থৱায় য়াম্না য়াওনা হোৎনজবগী মমি তাই। অদুম্নদি ওইরগা লীলা অসি রিহার্সেল খরা ৱাৎপগী মমিসু চাউনা তাখি। দিরেক্তরনা লীলা অসিগী মপুথোক অসিদা খরা হেন্না কুপথনা হোৎনদুনা শেম্লবদি লীলা অসি মীয়াম্না পাম্লবা, য়েংবদা নুংঙাইবা মখলগী লীলা অমদি শোয়দনা ওইগনি। লীলা অসিগী আর্টিষ্টশিংদি য়েংবদা চুং-ফিরাল চাবগা লোয়ননা মখোয়-মখোয়না লৌরিবা কেরেক্টরশিং অদুগা চান্নবা হায়বদু ওই। মীওইবা অমনা মীওইবা অমদা থম্মোয়গী ওইবা মরী অমা শাগৎখ্রবদি মরী অদুনা মরম ওইরগা কথোকপনা মাঙ থারগা পাঙথোকপা ঙমদবা থবক হায়বা অমা লৈতে হায়বদু লীলা অসিনা উৎনবা হোৎনরি।

লীলা অসিদা য়াইফবগী শক্তম লাংখিবা অশোক সলুংফমগী এক্টিং কন্টিন্যুটি য়েংবদা নুংঙাইখি। নুপী শাবী অহুম্মক্কী শকওং অমদি এক্টিংসু থোইনা নোপখিদে। তৌবতবু সিন অমদগী সিন অমা হোংলকপদা মফম অমদি মতমগা চান্নবা ফিজেৎ-লৈতেংশিং চেকশিন্না শীজিন্নরবদি অমুক্কা হেন্না লীলাসিগী ফজবা হেনগৎকনি। ফেষ্টিভেল অসিগী চৎনবী অমা ওইনা লীলা লোইরবা মতুং পোষ্ট শো টোক পাঙথোক্তুনা লীলাসিগী মরমদা নৈনখি।

জন্যুৱারী ১৪, ২০২৫দা শান্নগদবা লীলা ঃ-
নুংথিল পুং ২.০০ দা অপুনবা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী 'কৈদৌঙৈ নোক্কনি' উৎকনি

রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল দ্রামা ফেষ্টিভেলগী রিজল্ট লাউথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৩ (ঐচ এন এস): রূপমহল থিয়েটরদা মমাঙ চহী ২০২৪গী দিসেম্বর ২৭তগী ঙরাং জন্যুৱারী ১২ ফাওবা চথখিবা ২৩শুবা রূপমহল আর্টিষ্ট মেমোরিএল দ্রামা ফেষ্টিভেল ২০২৪-২৫গী রিজল্ট লাউথোকখ্রে।

ফেষ্টিভেল অসিদা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশন হিয়াংথাংগী 'ভানুমতি'না বেষ্ট প্রদক্সন, ইম্ফাল থিয়েটর, ৱাঙ্খে তোকপম লৈরক্কী 'লোইকুম-লোকা'না সেকেন্দ বেষ্ট প্রদক্সন তাখ্রে। বেষ্ট দিরেক্তরনা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী দ্রামা ভানুমতিগী দিরেক্তর সোইবমচা ইন্দ্রকুমার অমদি সেকেন্দ বেষ্ট দিরেক্তরনা মোনালিশা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশনগী দ্রামা 'শ্রীগোবিন্দ নিরুপোন'গী দিরেক্তর নোংমৈকাপ্পম মোনালিশানা তাখ্রে।

বেষ্ট স্ক্রপ্টনা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী ভানুমতিগী অইবা সোইবমচা ইন্দ্রকুমার অমদি সেকেন্দ বেষ্ট স্ক্রপ্টনা শ্রীগোবিন্দ নিরুপোনগী অইবা নাওরেম ইবোহলনা তাখ্রে। বেষ্ট এক্টরনা য়ুমজাও লাইরেম্বী দ্রামাটিক এন্দ কলচরেল য়ুনিয়নগী দ্রামা 'লেম্না থারোই'দা ইবোয়াইমগী শক্তম লাংখিবা বৃদিপ য়াংলেম অমদি সেকেন্দ বেষ্ট এক্টরনা মোনালিশা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশনগী শ্রীগোবিন্দ নিরুপোনদা ভগ্যচন্দ্র শাখিবা ইরোম জেনমিননা তাখ্রে।

বেষ্ট এক্ট্রেসতা ভানুমতি দ্রামাদা ভানুমতি শাখিবী থাংজম শালিনি অমদি সেকেন্দ বেষ্ট এক্ট্রেসনা ত্রেদিশনল ফোক এন্দ কলচরেল রিছার্স সেন্টরগী দ্রামা 'তেংথাখোল'দা শচিগী শক্তম লাংখিবী জি লাতাম্লনা তাখ্রে। বেষ্ট ষ্টেজ এন্দ লাইটনা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী ঐচ তেজমনি অমসুং রাহুল, সেকেন্দ বেষ্ট ষ্টেজ এন্দ লাইটনা খেঞ্জোংলাংগী অতোম রামেশ, নিংথৌজম মনিম্না, লাইশ্রম নিমাই অমসুং কোন্থৌজম লৈশেম্বনা তাখ্রে। বেষ্ট ম্যুজিকনা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী সুর্জিৎ ক্ষেত্রি অমদি সেকেন্দ বেষ্ট ম্যুজিকনা নোর্থ ইষ্টর্ন থিয়েটর একাদেমীগী রিঙ্গো অমসুং গামেশনা তাখ্রে।

বেষ্ট মেকঅপতা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী থাংজম শালিনি অমদি সেকেন্দ বেষ্ট মেকঅপনা মোনালিশা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশনগী নিঙোম্বম প্রিয়ানা তাখ্রে। বেষ্ট দ্রেস এন্দ কোষ্ট্যুমনা কমখ্যা আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী এস অনন্দ অমসুং সেকেন্দ বেষ্ট দ্রেস এন্দ কোষ্ট্যুমনা মোনালিসা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশনগী নিঙোম্বম রেবতি অমসুং এম নেলসননা তাখ্রে।

বেষ্ট চাইল্ড আর্টিষ্টনা য়ুমজাও লাইরেম্বী দ্রামাটিক এন্দ কলচরেল য়ুনিয়নগী লেম্না থারোই দ্রামাগী বেবি ও ভুমিকা অমদি সেকেন্দ বেষ্ট চাইল্ড আর্টিষ্টনা ইষ্টর্ন মণিপুর আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী দ্রামা 'মঙাল'দা শরুক য়াখিবী বেবি সুপ্রিয়া সাপমনা তাখ্রে। বেষ্ট কোমেদিয়ননা ইম্ফাল থিয়েটরগী এম বরুন, বেষ্ট দিসিপ্লিননা মোনালিসা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশন অমসুং সেকেন্দ বেষ্ট দিসিপ্লিননা সোসল দ্রামাটিক য়ুনিয়ননা তাখ্রে। ফেষ্টিভেল অসিগী বেষ্ট পব্লিসিটি এৱার্দনা মোনালিসা আর্ট এন্দ কলচরেল এসোসিএশননা তাখ্রে হায়না রূপমহল থিয়েটরগী সেক্রেটরি ঐচ অচৌবগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

কোফি থকপা অমদি হকচাং

লৌশিং পুক্কে

শাজেল তৌবনা চপ মান্নবা মওংদা কান্নবা পীবা ঙম্মী

অনৌবা ষ্টদি অমগী মতুংইন্না, কোফি থকপনা ঐখোয়গী ৱর্কিং মেমোরিগীদমক কান্নবা ফংবদুমক শুপ্লতগী মিনিট ২খক্তং হকচাং শাজেল তৌবনা ফংবা ঙম্মী হায়রি। ষ্টদি অসি অসিগুম্বা মখলগী ওইনদি ইহান হানবা ওইরি। নেচর সাইন্টিফিক রিপোর্টস হায়রিবা জর্নেল অসিদা ফোঙলকখিবা অনৌবা ষ্টদি অসিদা রিসার্ছরশিংনা ঐখোয়গী ৱ্রেনগী ৱর্কিং মেমোরিদা কোফিদা য়াওরিবা কেফিননা পীবা ইফেক্ট অদুগা হকচাং শাজেলনা পীবা ইফেক্টকা চাংদম্নদুনা য়েংখ্রে। মসিদা ইফেক্ট অনী অসি চপ মান্নে হায়না ৱারোইশিন পীখ্রে।

ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসনগী মতুংইন্না কেফিন অসি মালেমদা খ্বাইদগী পাক শন্না শীজিন্নবা সাইকোএক্টিব সবষ্টেন্স অমা ওইরি। চাং নাইনা কেফিন থকপনা হকশেলদা কান্নবা কয়ামরুম পী। কেফিন অসি লোং টর্ম মেমোরিদগী হৌরগা লায়না কয়া লাম্থেংনবগসু মরী লৈনৈ হায়না ষ্টদি কয়ামরুম্না তাকই। কোফি অসিনা কান্নবা কয়ামরুম পীজরগসু কেফিন অসি সাইকোএক্টিব সবষ্টেন্স অমা ওইবনা মসিগী সাইদ ইফেক্ট কয়াসু লৈতবদি নত্তে।

কেফিন শীজিন্নবগী সাইদ ইফেক্টশিং অসিগী মতাংদা কেনাদাগী ওন্টারিওদা লৈবা ৱেষ্টর্ন য়ুনিভর্সিটিদা লৈবা এক্সর্সাইজ এন্দ হেল্থ সাইকোলোজি লেবোরেটরিগী দিরেক্টর হেরি প্রাপাভেসিসনা লুচিংখিবা অনৌবা ষ্টদি অমনা থিজিনখি। ফোর্মর গ্রেজুএট ষ্টুদেন্ট মেথ্যু ফেগেন অমদি গ্রেজুএট ষ্টুদেন্ট এনিসা মোরাভাগা লোয়ননা প্রাপাভেসিসনা কেফিন অমদি হকচাং শাজেলগী ইফেক্টশিং অদু চাংদম্নরম্মী। ষ্টদিগী নোলেজগী মতুংইন্না মমাঙগী ষ্টদি অমত্তনা কোগনিসন নৎত্রগা কেফিন ৱিদ্রোৱেলদা এক্যুট এক্সর্সাইজগা কেফিন শীজিন্নবগা কম্প্যের তৌদুনা অমুক্তসু য়েংদ্রি হায়না মখোয়না ফোঙদোক্লি।

কেফিন শীজিন্নবগী কান্নবা লৈরগসু ফত্তবশিংনা মশিং হেনবা য়াই। এঞ্জাইটি মানবা সিম্পটোমশিং, হকচাং নীকপা অমদি ৱিদ্রোৱল হায়রিবা পুম্নমকশিং অসিগা কেফিন চাং নাইনা শীজিন্নবগী মরক্তা মরী অমা লৈনৈ। য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী ফুদ এন্দ দ্রগ এদমিনিষ্ট্রেসন (এফ দি এ)না কোফি কপ ৪-৫ হায়বসি খুদোংথীনিংঙাই ওইদে হায়না এদভাইস তৌরি। অদুমওইনমক, কনাগুম্বা মীওই খরদদি কেফিন অসি হেন্না সেন্সিটিব ওই, মসিনা ইন্সোম্নিয়া, কোক চীকপা, হার্ট রেট ৱাংবা, এঞ্জাইটি, চাকখাউ মথক মখা ওনবা, মসল ট্রেমর অসিনচিংবা সিম্পটোমশিং থেংনহল্লি।

কেফিন ৱিথদ্রোৱল হায়বসি কোফি থকপা হন্থনবা হোৎনরিবশিংগী মফমদদি য়াম্না নুংঙাইতবা ফিতম অমনি। ওনিংবা, চোকথবা, ইনর্জি য়াওদবা, ইরিটেবিলিটি, লো মুদ অমদি ফোগি ব্রেন হায়রিবশিং অসি কেফিন ৱিথদ্রোৱলগী সিম্পটোম ঙাক্তনি।

কেফিন ৱিথদ্রোৱলগী মতাংদা থিজিনবা ষ্টদিশিংগী রিতিয়ু অমদা কেফিন শীজিন্নবা লেপ্পা মীওইশিংগী চাদা ৫০না কোফি শীজিন্নবা লেপ্পা মতুং নুমিৎ ৯ নিদগী তাদনা কোক চীকপগী খুদোংচাদবা থেংনৈ হায়বা খঙখি। অনৌবা রিসার্ছনা ঙাইহাক্তং ওইরবসু হকচাং শাজেল তৌবনা মুদ অমদি কোগ্নিটিব ফগৎহল্লি হায়না তাক্লি। হকচাং শাজেল তৌবনা লায়নাদগী ঙাকথোকপা অমদি পুন্সি শাংহনবগুম্বা হকশেলগী ওইবা কান্নবা কয়া ফংহল্লি হায়নসু অতোপ্পা ষ্টদি কয়ামরুম্না উৎলি। অদুবু য়ুমগী মপান্দা থোক্তুনা হকচাং খজিক্তং লেঙ ওৎলুবগী মহুত্তা ঐখোয় অয়াম্বনা কোফি থক্লবা ওইনা হোৎনগল্লি। অনৌবা ষ্টদি অসিগী পান্দমদি ৱর্কিং মেমোরি ফগৎহনবদা হকচাং শাজেল অমদি কেফিননা কয়ামুক য়াম্না কান্নবা পীবগে হায়বদু চাংদম্নদুনা য়েংবা অসিনি।

ৱর্কিং মেমোরি হায়বসি ঐখোয়বু মীওইবা অমা ওইনা ফঙ্কসন তৌবা ঙম্নবগী মরুওইবা মচাক্লি। মসিনা লর্নিং প্রোসেসতা মতেং পাংদুনা ফোন নম্বর নৎত্রগা সোপ্পিং লিষ্টকুম্বা ইনফোর্মেসনশিংবু অতেনবা মতমগী ওইনা ষ্টোর তৌববু ওইথোকহল্লি। ঐখোয়গী কোগ্নিসনগী ফঙ্কসনেল পার্ট অসিবু টেষ্ট তৌনবগীদমক টিম অদুনা এন-বেক টেষ্ট অমা শীজিন্নরম্মী। হকচাং শাজেল তৌবা অমদি কেফিন শীজিন্নবা অনীমক্কী চপ মান্নবা ইফেক্ট লৈ হায়বসি ষ্টদি অদুগী রিজল্টনা উৎলম্মী। পার্টিসিপেন্টশিংনা ট্রেদমিলদা মিনিট ২০ শাজেল তৌবগা কোফি অমুরক্তং থকপগা চপ মান্নবা মওংদা পার্টিসিপেন্টশিং অদুগী ৱর্কিং মেমোরিদা ফগৎলক্লম্মী।

হায়রিবা ৱাফম অসি ট্রিপল এসপ্রেসো (কোফী) চাং নাইনা থকপা মীওইশিংগী ওইনদি নুংঙাইবা পাউ অমা ওইবা য়াই। অদুমওইনমক ষ্টদি অসিদগী খঙবা য়ারিবা মরুওইবা ৱাফমদি হকচাং শাজেল তৌবা অসিনা মতম শাংনা ফংগদবা কান্নবা কয়াগা লোয়ননা কোফী থকপগা চপ মান্নবা মওংদা মুদ ফগৎহনবা অমদি পুক্লীং চঙবদসু কান্নবা পী হায়বা অসিনি। কেফিন শীজিন্নবগী সাইদ ইফেক্টশিং অমদি কেফিন ৱিথদ্রোৱল সিম্পটোমশিং অদুগী য়েংলুরগসু ষ্টদি অসিগী ফাইন্দিংশিং অসি য়াম্না চাউনা কান্নবা অমা ওইরে। হকচাং শাজেল তৌবনা কেফিন ৱিথদ্রোৱল সিম্পটোমশিং ফহনবদসু কান্নবা পী হয়বা খঙবা ঙম্নকপা অসিনা মরম ওইরগা ষ্টদি অসি কোফী থকপা হন্থহন্নবা ফিরেপ লৌরবা মীওইশিংগী ওইনসু নুংঙাইরবা পাউ অমা ওইরি। 'কনাগুম্বশিংনা কেফিন ৱিথদ্রোৱল থেংনরগদি ঙাইহাক্তং ওইরবসু খোঙনা মতেক অমা চৎপদা সিম্পটোমশিং হন্থহনবা য়াই' হায়নসু ষ্টদি অদুগী রিসার্ছর এনিসা মোরাভানা ফোঙদোক্লি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাকক্কী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

পাখঙবা ফম্বাল কাবা থৌনি-থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ১৩ (ঐচ এন এস): ঙসি ৱাকচিংগী ১৫নি পানবা নিংথৌকাবা নুমিত্তা উত্রা শঙলেন, সনা কোনুংদা পাখঙবা ফম্বাল কাবা ঈরাৎ থৌনি থৌরম কংলৈ পিবারেল ইনিংথৌ সনাজাওবগী মীৎয়েং মখাদা পাঙথোকখ্রে হায়না উত্রা শঙলেন, সনা কোনুংগী ৱাঙ্খোরাকপগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি। লমদমসিদা মীগা লাইগা শম্নরিঙৈ মতমদা ইবুধৌ পাখঙবনা ফম্বাল কাদুনা তাইবংপানবগী মপু ওইবীখি। নমু পোং ওইবা তাইবং মীওইবশিংনা ইবুধৌ পাখঙবনা ফম্বাল কাববু নীংশিংদুনা কুমজা খৃদিংগী ৱাকচিংগী থানিল নুমিত্তা ইবুধৌগী মফমদা হৈকৎ-লৈকৎ তমদুনা লৈবাক্কী য়াইফনবা ঈরাৎ থৌনি পাঙথোক্তুনা লাকখি হায়রি।

ꯆꯥꯡ ꯷ ꯃꯇꯩ ꯕꯤꯡꯕꯥꯏꯗꯤꯡꯕꯤꯡꯕꯤꯡꯕ