

থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

তানিংদবা পাউদুগী খোয়দৌ শাউগৎহনবা পাউ অমা

তোয়না তম্মনখিন্দা অমুক হুয়া তম্মরোই খল্লরবা পাউদমসি, তম্ময়ফননা তম্মসিদি তম্মিংবা ইথিল অমা কমা থম্মোয়সিদা ফাওরকুনা তম্মিংবা অমুক তম্মজনবা তম্মা অদু লৌজগে।

করি পাউ গী পাউদমনে? কোল্লম অসি চাং নাইনা পাবীরিখিন্দা খঙবীরল্লনি। অতৌগী নভে, কোভিড-১৯ পামে দমিককীনি। থা অনী হেল্পনা নোংমতা কাংননা তম্মনা, অনৌবা পাউ লৈতদুনা ইবা তনবা নংখিন্দা, লোকল-পেপার, নেসনল পেপার, লোকল টি ভি চেয়েল, নেসনল টিভি চেয়েল - ফাউ-য়েংলু খুইদ্বা মাদী পাউতা ওয়রন্বা, থরায় অমদি পুন্সি শীংনবা পাউ ওইরসু তানিংলজবগী থাক য়োরকপদগী ইবা তোক্লেগে লেখুবনি।

পাউ অসি 'ইন্ডিয়ান কাউন্সিল ফোর মেডিকেল রিচার্স' (আই সী এম আর)না শেমখিবা 'ওপরেসন্স রিচার্স গ্রুপ' অমা খিজিন-হুমজিন তৌরগা থাদোরকপা রিপোর্ট অমদা যুক্ষম ওইরগনি। গ্রুপ অসিগী খিজিন-হুমজিন তৌরিবা রিচার্চর (দোক্তর)শিংনা ফোঙদোরকিবা রাফম অসিগা, লৈঙক পায়রিবা লৈঙকপশিংনা ফোঙদোকখিবা রাফমগা পুরা তায়ওমবগী মওং অমা লাকপসিদনি, ইনিংলবসু ইনিংদনা থম্মোয়গী রাফম খরসিতদি ময়ামদা স্যোর তৌরগে থা কলম পায়খলুবনি।

ইন্ডিয়া কাভিড-১৯ লাইচৎ য়োরক্লে, য়ুরোপ অমদি আমেরিকাদা লায়না অসি লাকশিনবা গুন্ম' শম্দোরক্লে, লায়ং পথাপ পুথোক্লে খঙলকপা মীংকুপ অদুনা, ইন্ডিয়াগী হেল্প মিনিষ্ট্রি, 'করি য়ৌরাং লৌখৎকদবনে' - চপ চাবা য়ৌরাং লৈরমদে, নুমিৎ ২১ নিগী টোটেল লোকদাউন লাউথোকখিবদু, মীং উইশিল্লগা লাইবক য়েংবগী মওংনা থাংলকখিবা খোঙথাং অমনি হায়বসি, লৈঙক পুরন-মোদিনা হায়দোকখিবা রাঙাং অমদি মতুং তাবদা থোক্লেকখিবা য়ৌদোকখিঙনা খুদম-চাংদম ওইরকখি।

কোরোনা ভাইরাস পল্লবা, নারে খঙদ্বিবা অনাবশিং, নারমগনি চিংনবা মীওইশিং, নাথৈ শেংনা নারে খঙলবা অনাবশিং - মখেয় পুম্মক তোখায়না থমগদবনি হায়বা খঙনা-খঙনা, চিনাদা করি য়ৌরাং পায়খংখিবা, চাওখংলবা লমশিংদা, থওই-রাওইরকদবদগী করন্বা অরাফম মায়োক্লেখিবা, উনা উনা তৌফম থোকপদু তৌখিদি। খল্লমগনি - মালেক্সা ওক্সা শোলখিবা লোকদাউন-থৌশিল ওক্সা পায়খংহৌবদুনা কোভিড-১৯ ঈরায় লায়না লাকশিনগনি, মালেক্সিসু ওকহনগনি। বিগ বোসতুগী মরা নন্তুনা কনামন্তুগী রা তাখিদি।

লোকদাউনসিগী হৌরকপা, ভিমি নিঙোম্ম মথন্তা কোভিড-১৯ পোজিটিভ ওইরকপা মতম, কর্কিম মতো মাল্লম্মী, লম্বী শরজা সন্মল খারম্মী। লোকদাউনগী অহকপা-অখিংবা কোমথোরক্লেবা মতমসিদনি কোভিড-১৯ নাবা মীগী মশীংসু লিখিং তল্লক্লে।

লৌশিং পুকে

থাগী খোঙকাপ লাকপা অমসুং পুক য়েকপা

থাগী খোঙকাপ লাকপা পুক য়েকপগী অরাবা মায়োক্লেবা নুপী কয়ামরকম লৈ। য়ান্না শেংনা হায়রবদা নুপী খুইদ্বমক পুসিগী তাক্ক অমা নংত্রগা অমদা খুদোংচাদবা অসি মায়োক্লে।



অদুনা অনৌবা ষ্টুদিগী রিপোর্ট অমদা হায়খি, মদুদি থাগী খোঙকাপ লাকপা পুক নাবা য়েকপগী থৌওং অসি হাট এটেক্সা চপ মায়বা মওংনা খুদোংখিংঙাই ওই।

ডোক্তর নুপাশিংনা মপুন্সিদা মায়োক্লেবা থৌওং ওইবনা রাফম অসি হকচিলা লৌদে। অমরোমদা, নুপী ডোক্তরশিংনা খল্লিবদি মখেয় মশামকসু মায়োক্লেবা থৌওং অমা ওইবনি।

দিসমেনোরিয়া নংত্রগা পেরিয়ড পেন ওইহল্লকপগী মরম কয়ামরকম লৈ। এন্ডোমেট্রাইটিস হায়না খঙনবা থৌওং অমদা ফীভম অসি ওইহল্লকপা য়াওই।

মতাসিদা খনবা য়ারিবা রাফমদি করি মরমগী পেরিয়ড পেননা নুপী খরদা কা-হেমা খুদোংচাদবা মায়োক্লেহল্লগা নুপী খরদনা করিসু থৌদোকপা তৌদ্বিবা করিগিনো হায়বসিনি।

লৌশিংক নংত্রবসু নুপী ওইবী খরদা থা খুইদ্বগী মায়োক্লেবিবা খুদোংচাদবা অসি কোকহনবগী মতাসিদা ইশা ইশানা চেকশিন য়ৌরাং লৌখৎকদবনি হায়না অখও অইহেংনা ফোঙদোক্লে।

খুদোংচাদবা পুম্মক কোকখিগনি অমসুং পুক য়েকপা ফহনগনি। জিঞ্জর টিওম্মা এন্টি-ইনফ্লেমেটরিগী মগুন চেনবা মই মরাং কায়না থকপা মতমদা ঈ মাঙখিবিগী খুদোংচাদবা খরা কোকহনবা গুন্মী।

ফাইবর, ভিটামিন অমদি এন্টিওক্সিডেন্ট মরাং কায়না য়াওবা উই হেই অমসুং মনা মশিং মরাং কায়না চাগদবনি। এলোবেরা মই থকপগা লায়ননা অরাখী চাবসু কায়গনি।

কনামন্তু মীওই খরদা ট্রান্সকুটোমিয়ন ইলেক্ট্রোনিক নর্ভ স্টিমুলেশন তৌনবা মেছিন শীজমদা কায়বা ফংই। মেছিন অসিদা চনিং মপাগী উনসাদা অপীকপা ইলেক্ট্রিকেল ইম্পলস থাজিল্লগা নর্ভশিং স্টিমুলেট তৌবা মরম্মা চেনাখোল ফহনবনি।

চাং নাইনা একুপ্ৰেসর তৌবা মতমদা পুক য়েকপা ফহল্লি হায়বা ষ্টিড অমদগী খঙবা ওল্লে। ঈগী ঈচেল ফগৎহল্লুনা পুক য়েকপা ফহনবগীদমক চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবগা লায়ননা মচি ওইবা চিঞ্জাক মচল শুনা চাগদবনি হায়না অখও অইহেংনা ফোঙদোক্লে।

অমেরিকান একাদেমী ওফ ফেমিলি ফিজিসিয়লকী রিপোর্ট অমদা হায়খি, হেংনবা য়া বা হেংনরবসু কায়বা ফংদবা তারবদি গাইনিকোলোজিষ্ট অমগা তায়রগা ওরেল কন্ট্রাস্টেণ্ট পিল চাবা য়াই।

অমেরিকান একাদেমী ওফ ফেমিলি ফিজিসিয়লকী রিপোর্ট অমদা হায়খি, হেংনবা য়া বা হেংনরবসু কায়বা ফংদবা তারবদি গাইনিকোলোজিষ্ট অমগা তায়রগা ওরেল কন্ট্রাস্টেণ্ট পিল চাবা য়াই।

হুইয়েন লানপাউ পল্লিক ওপিনিয়ন

মীয়ায়লা করি হায়রি, করি পাল্লি

ওইনাম কুঞ্জকেশ্বর, লাজিং অটোবা কোভিড-১৯ লায়চৎ পাকশা শম্দোরক্লেবনা লৈঙক্ল ফন কমা লাউরবসু ইতা তবিবগী থৌওং উবদা য়ান্না নুংঙাইজদে।

এম বৃষ, চিংগামখা য়ান্না লৌনগনবা লায়না-লায়চৎ অমা ওইরিবা কোভিড-১৯ লাকপদগী ক্যারন্টিন হায়বা রাইহে অসি মীপুম তিন্দা ডাংনরকপা রাফম অমা ওইরক্লে।

অদোমগী মক্লেওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৯৪৮০৩১৪৫ নংত্রগা huiyen_lanpao@rediffmail.com/huiyen_lanpao@yahoo.co.in

দিলিমিটেনগী থবক কুমজা ২০৩১ ফাওবা দিফর

তৌবীনবা গভর্নরদা চে পীশিনত্রে : এম দি এ

ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : মণিপুরদা দিলিমিটেনগী থবক কুমজা ২০৩১ ফাওবা দিফর তৌবীনবা গভর্নরদা চে পীশিনত্রে মইদুনা তকশিনত্রে হায়না মণিপুর দেশেক্ট্রিক এল্লাইসন্স (এম দি এ) গী কনভিনিয়ন এম তোপ্ট্রীনা পাউমীশিংগা উনবা দা ফোঙদোক্লে।

‘লৌমীগী অরাবা কোকহনবীয়ু’ ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : লৌমীশিংগী অরাবা খরদা ওইরবসু কোক্লেবা লৈঙক্ল মীংয়েং চব্বীয়ু হায়না য়ুনাইটেড পিপস ফ্রন্ট (পি পি এফ) কী এসিষ্টেণ্ট সেক্রেটারি পল্লিসিটি এম সুনিলনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমদা হায়রি।

থাগৎপা ফোঙদোরক্লে ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : তমননা রমন কৌবী নুপী অমদা মণিপুরী লালপু বেঙ্গলদগী হৌখিবনি হায়খিবা অদুগী মতাসিদা থবক লৌখৎবনা আর্ট এন্ড কলর মণিপুর অমসুং জে এন এম দি এদা চেরোল পীশিনত্রে মতুংইয়া থবক লৌখৎবনা তমননা রমন মশাক্লেবা খুংয়েং পীশিনত্রে হায়বা হারোল অমা দিপার্টমেন্ট অসিগী মেলাদা থারক্লে।

মীংয়েং চঙবীয়ু

ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : লমদমসিগী শম ককপশিংগী অরাবা মীংয়েং চঙবীয়ু হায়না শম শেপ্তা য়ৌমীগী অপুনা লুপকী কনভিনিয়ন রাজেননা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমদা হায়রি।

ময়ুমদা ক্যারন্টিন তৌনবা হলহনত্রে

ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : খাঙবোক এ সীগী এম এল এ ও সূর্যকুমারগী মীংয়েং মখাদা এন্টি কোভিড-১৯ সেন্টেল কন্সিট্রিভিভি মীংয়েং মখাদা য়ৌদাং লৌদুনা শম্মাইয়ুক্ষম হায়র সেক্টরদি ফুলদা ক্যারন্টিন তৌরিবা ইনমোর্শিং টেস্ট তৌবদা নেগেটিভ ওইবদগী মখা তাবা ক্যারন্টিন ময়ুমদা তৌরনবা হলহনত্রে।

ফৌবাকাও ইমা ফৌওইবী কৈথেল দেপুটি স্পিকরনা শঙ্গাত্রে

ইফ্যাল, জুন ১৫ (এচ এন এস) : ফৌবাকাও ইমা ফৌওইবী কৈথেল ডিসি মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লীগী দেপুটি স্পিকর কোংথাম রোবিন্দ্রনাথ শঙ্গাত্রে।

ওসিগী রাশি ফল

Table with 2 columns: Sign (e.g., Aries, Taurus) and Description (e.g., মেঘ : হরাওবা নুংঙাইবা, লজ্জান ইতিহাস চাওনা কায়না অমদি মীনা লাকপা অমদা নুংঙাইবা...)