থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

ৱাখল মান্নদবা মাবুসু ঈকায় খুম্নসি

ঙরাংগী থম্মোয় পাউদমসু কয়া ৱায়োং চাখিদ্রে। ৱাহৈ চিংথবা, বনান লানবা, ময়েক ওন্ন-তৈনখিবা কয়াসিনা তম্নিংবা ঈপাউদু ময়েক শেংনা ঙমখিদ্রে। অশোয়বদুদি কনাগী নত্তে ঐগীনি। নম্বীনবা থাখিবা পাউজেলদো নীংথিনা পাবা থোক্লমদ্রে। মুসি মুসি, মশেন-মরাং-কম্প্যুটর তাইপিং তৌরিবদো, ওন্থোক্লা হৈনবু তৌরম্মী, ঐনা মহাক ওইরম্লবা, ঐগী মচিং মতাসিগা নম্বফাওবা নম্লম্লোই।

শোয়বা হায়বনি মী ওইবৈ মচৎনি, হায়নবদাই! শোয়খিব-দুগীদমক ঙাকপীনবা হায়জরি। ঙাকপীগনি! মপুম ফাখিদ্রবা পাউদমদু মখা তানা অমুক্তংগা তমজগে, য়াথংদুতা পীবীয়ু। হায়খিবা ৱা হনজিনবা, কনানসু তানিংদে। হঞ্জিন্না তম্বনি খনবীনু মখা তাবনি খনবীয়ু।

ঙরাং তম্নিংখিবা পাউদম- ৱা ঙাঙবগী নীংতম্বা- পীবা অমসুং লৌবনি। মীবুসু ঙাঙহনবা, ঐনসু ঙাঙজবা। মীগী ৱাদু তারগা ঐগী ৱাসু ফোঙদোকপা। য়ানিংদবা ওইরসু, ঐনা থিংবা তৌদবা, মাগী মনিং তম্বদু, ঐনা ঈকায় খুম্নবা! মাগী ৱাদু তাদ্রবা, ঐগী ৱাসু তাখিরোই। হৌজিক মণিপুরগী মীয়াম পুম্বদা লৈরিবা খ্বাইদগী চাউবা অশোয়বসি- ঐগা মত মান্নদ্রে খঙলবা মহাক্তুগী নৎত্রগা মখোয়গী পূক্নিংদা লৈরিবা ৱাখল অদু ঐনা ঈকায় খুম্নবা ঙমদবা অসিনি। ঐতগী অশোয়বা নত্তে পুন্নমক্কী অশোয়বনি। ঐগা ৱাখল মান্নদবা মহাক্কা ঐগা করম চৎমিন্নগনি? পুন্নমক্কী থম্মোয়দা লৈবা ৱা'দুনি।

ঙরাং নীংশিংজখিবদুনি- ঐগা কৈদৌনুংদা য়াশিন্নবা পুরকপা য়াররোইদবা, য়ানদবা ৱাফমনি খঙলবসু মাগী মত অদু ঈকায় খুম্নগদবনি, শিদ্রিবফাওবা ঐগী মায়োক্তা ঙাঙলিবা মাগী ৱাঙাঙদু ঙাঙননবা হক পীগনি- হায়বা ফিলোসোফরদুগী ৱাহায়দু ঙসি কনানা লৌগদগে?

ঐগী/নঙগী অপান্বদি মাগী ৱারেপতু হোংহনবনি। অদোম্না খল্লি ওইথোক্লরোই। ৱাখল খুৎখন অদু অমুক্তং হোংদোকপীয়ু। য়েংসি ওইথোকপা য়াবরা?

অহানবদা, মানা খল্লিবা ৱাখল, মানা য়েংলিবা মীৎয়েং- মাগী মীৎয়েংদগী য়েংবা তম্বা। ঐগা মাগা হৌরকফম মান্নদে, লোয়নরিবা মীয়াম, চারিবা চীঞ্জাক্কী হৈনবী-খুৎথোং-চৎনবী অমত্তা মান্নদে। লাইনিং মান্নদে, নাৎ মান্নদে, অহল অমনগী পাউতাক ব্যবহার মান্নদে। অদোমগা মান্নবা ৱাখল করম্না খনবা হৌননি?

অনীশুবদা, সহরদা লৈবা মীশক অমনি খনবীরো অদোম। সহরগী পুন্সি অমদি চৎনবী লীপুন্না পুনখ্রবা মীশক অমনি খনবীরো। অদুগা তাবীয়ু, খুঙ্গংগী পুন্সি অমদি চৎনবীগা শাগোন্নবা হিংলিবা নুপা নৎত্রগা নুপী অমগী পুন্সি এক্সপরিয়েন্স। অদুগা মফম ওন্থোক্লবীয়ু। খনবীয়ু-ঐনা মহাক ওইরম্লবা, ঐহাক করি তৌরম্নি?

অহুমশুবদা, ঐগী ৱাখল পরিংদা য়েংলগা কনাগুম্বা অমনা ফোঙদোকপা ৱাফম কৈদৌঙৈদা অরানবনি খনবীগনু। মুস্লিমশিংগী চাকহেন থানি হৌজিক। রোজা পালন তৌদবা মী খুদিংমক ধর্ম্ম লৈতবা মীশকনি- মুস্লিমশিংনা খল্লবা, মহাক লাল্লি, খৃষ্টিয়ন নৎত্রগা হিন্দু অমগী মীৎয়েংদা ষন-শাবু চীঞ্জাক ওইনা চারিবা মহাক ধর্ম্ম লৈতবা মীফত্তনি- হকচিনবা হিন্দুশিংগী ৱাখল- মুস্লিম অমদি খৃষ্টিয়নশিংনা সুপয়া য়ারোই কৈদৌনুং। অদুগী মহুৎ খঙবীয়ু-মুসলমানশিংনা করিগী থাবুম অমা নুংথিল চরা হেল্লিবা? হিন্দুশিংনা ষন হায়বা থৱায় পানবা শাসিবু করিগী লাইগুম লাৎলিবা?

মরিশুবদা য়েংবীয়ু- মথক্কী চাংয়েং অহুমসি তৌবদা করিগুম্বদা খল্লকপরা- খোঙথাং তানফম অমদা ঐহাক লানবা য়াওখ্রমাল্লে। অদু নত্তদুনা, ওন্ন-তৈনবদা অদোম সুপলান লানখিদে খল্লক্লবা, খঙবীয়ু অদোম শোয়দনা লাল্লবনি।

মথংদা, খাঙবা কনবা, শাউগৎদবগী কান্নবা। অরানবা পাম্বৈনা শেল তানবা, মরল মথুম লেপশিল্লিবা নুপাদো করিগুম্বদা অদোমগা মায়োক্লবা থোক্লবা, হংবীয়ু মহাক্লা তৌরিবদো অচুম্বনি খনবরা? মহাক লান্দে হায়জনবা পীরক্কনি খুদম চাংদম কয়া-মাগুম্বা কয়ানা তৌরগা মহাক্লা করম লানগনি? হংজিনবীরম্মু অমুক্তং- অদোম্না লান্না তানশিনখিবা নরল নথুম, হুরানবা অচৌবা অমনা নোংমা পুল্লপ হুখ্রবা- অদোক ক রি ওইগনি? হুরানবদু করিগী লানগনি, নঙসু মাগুম' হুরানবনি।

তরুকশুবদা, অদোমগী নোল্লুকপা নতৌ, থৌজাল হৈবা মীৎয়েং- মহাক্লা ঈকায় খুম্ন রক্ত্রবা, করেম কথায়নরক্লবা- অদোমগী ঈং-তপ্পা নতৌ মাঙহনবীনু কৈদৌনুংদা। মাগী লমকেৎপা মতৌদুবু ঈকায় খুম্নবীরম্মু। য়েংসি, করি অহোংবা লাকপগে?

অরোইবা পাউদম- খনবীয়ু অদোম্না খল্লিবা ৱাখল খুৎখন অদুনা অদোমবু মায় পাকপগী লম্বীদা পুরিবরা? নৎত্রগা, মদুনা মরম ওইদুনা অদোমগী লম্বী খুরৌ থাংবরা? মায় পাকপদা থীন্থহনবরা? মায় পাকপগী লম্বীরোমদা লাক্ত্রবা, অদোমগা ৱাখল্লোন তিন্নদবা, অদোমবুদি ঈকায় খুম্নবা কনাগুম্বা অমগী মতেঙ লৌবদা পূক্নিং কিশি থাংলুনু।

লৌশিং পুক্কে

অঙাংশিংনা নোংমদা মপুং ফানা তুম্বগী তঙাইফদবা

পূক্নিং-ৱাখলগী ফীভম ফনা থম্বগা লোয়ননা চাউবা শারেপ ফারক্লবগীদমক অঙাংশিংনা নোংমদা মপুং ফানা তুম্বগী তঙাইফদবা লৈ। অফবা চীঞ্জাক চাবা মথৌ তাবগুম মপুং ফানা তুম্বা মথৌ তাই।

তুম্বা মপুং ফাদ্রবদি অঙাংশিংগী হকচাং অমদি পূক্নিং-ৱাখল অনীমক্তা অকায়বা কয়া থোকহল্লকই। তুম্বা ৱাৎপনা অঙাংশিংগী মহৈ-মশিন তম্বদা কয়ামুক য়াম্না অকায়বা থোকহনবগে হায়বদু ষ্টদি কয়াদগী খঙবা ঙম্লে।

ইন্দিয়াদগী হৌখিবা সাইন্টিষ্ট অমনা লুচিংদুনা চথখিবা ষ্টদিদগী তুম্বা ৱাৎপা অমসুং হেঞ্জিন্না তুম্বনা অঙাংশিংদা হাইপরটেন্সন, ওবেসিটি, দাইবেটিস অমসুং দিপ্রেসনগী রিস্ক হেনগৎহল্লি হায়বা খঙলে। মরম অদুনা অঙাং অমদি ইনখৎলক্লিবা মীওই খুদিংমক তুম্বা ৱাৎপা নৎত্রগা হেঞ্জিন্না তুম্বা য়াদে হায়না ইলিনোইগী স্প্রিংফিল্ডদা অমেরিকান একাদেমী ওফ স্লিপ মেদিসিনগী শালিনি পারুটিনা ফোঙদোকখি।

অমেরিকান একাদেমী ওফ স্লিপ মেদিসিনগী প্রসিদেন্ট নাথানিয়ন ৱাটসননা হায়খি, চহী নৌরিবা অঙাং খুদিংমক মপুং ফানা তুম্বা তঙাইফদবা লৈ। অদুম ওইনমক তোঙান তোঙানবা চহী মতাংদা লৈরিবা অঙাংশিংনা নোংমদা পুং কয়া তুম্বা মথৌ তাবগে হায়বদু অমসুং চহী ১৩ দগী ১৮ ফাওবদা লৈবশিংনা নোংমদা পুং ৮ দগী ১০ ফাওবা তুম্বা মথৌ তাই হায়রি।

রিছার্চরশিংনা থা ১০ গী প্রোজেক্ট অমা পায়খৎতুনা সাইন্টিফিক আর্টিকল ৮৬৪ নৈনবগা লোয়ননা তুম্বগী মতম অমসুং অঙাংশিংগী হকশেলগী মরক্তা নৈনবা মরী কূপ্না য়েংশিল্লগা ৱাফম অসি ফোঙদোরকপনি। চহী মতাং খেন্নবগী মতুংইন্না তুমগদবা মতমসু খেন্নে অমদি তুম্বা ৱাৎপা মতমদা অঙাংগী হকশেলদা অকায়বা থোরকই মীওই অয়াম্বনা খঙনদে।

অমেরিকান একাদেমী ওফ স্লিপ মেদিসিনগী রেক্কমেন্দেসন মতুংইন্না থা ৪ অমসুং থা ১২ গী মনুংদা লৈবা অঙাংশিংনা নোংমদা পুং ১২ দগী পুং ১৬ ফাওবা তুম্বা মথৌ তাই হায়রি।

চহী ১ দগী ২ ফাওবগী মনুংদা লৈবা অঙাংশিংনা নোংমদা পুং ১১ দগী ১৪ ফাওবা; চহী ৩ দগী ৫ ফাওবদা লৈবা অঙাংশিংনা পুং ১০ দগী ১৩ ফাওবা; চহী ৬ তগী ১২ ফাওবা লৈবা অঙাংশিংনা পুং ৯ দগী ১২ ফাওবা হায়বা ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি 'জর্নেল ওফ ক্লিনিকেল স্লিপ মেদিসিন'দা হন্দক্তা ফোঙলকখিবনি।

অমরোমদা, য়ুনিভর্সিটি ওফ পেন্সিলভেনিয়াগী রিছার্চরশিংনা পাঙথোকখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চাবনা হকচাং ফহনবদা নত্তনা মপুং ফানা তুম্বসু য়াহল্লি। ষ্টদি অদুবু লুচিংখিবা এন্দ্রিয়া এম স্পেথনা হায়খি, মীওইবগী চাকচা-যুথক অমসুং পুন্সি মহিংনা তুম্বগী মওং মতৌদা চাউনা অহোংবা থোকহল্লি। ঙসিগী মীওই অয়াম্বা মথৌ চিন্নবা মরম্না মথৌ পাঙথোক্লবা হোৎনবদা মপুং ফানা তুম্বা ফংদবগী ফীভমদা লৈরে। তুম্বা ৱাৎলবনিনা হকশেলদসু চাউনা অকায়বা থোকহল্লে। অদুবু চহী মতাংগী মতুংইন্না মথৌ তাবা চাং অদু য়ৌনা মপুং ফানা তুল্লবদি পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়না অয়াবা ঙাকথোকপা ঙমগনি হায়রি।

কনাগুম্বা খরনা মশাগী তঙাইফদবা মথৌ পাঙথোকপা হোৎনবদা মপুং ফানা তুম্বা ফংদ্রবসু কনাগুম্বা খরদি কান্নদবা থবক্তা মতম মাঙহনবদগী তুম্বদা অকায়বা থোকহল্লি হায়রি। খুদম ওইনা হায়রবদা নহা ওইরিবা মীওই কয়ানা ভিদিও গেম অমসুং মোবাইল ফোন শান্নবদা মতম মাঙহনবদগী মপুং ফানা তুম্বা ফংদে হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙবা ঙম্লে।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী য়ুনিভর্সিটি ওফ নোর্থ টেক্সাস হেল্থ সাইন্স সেন্টরদা এসিষ্টেন্ট প্রোফেসার ওইবা ব্রেন্দি রোননা লুচিংদুনা চথখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি ভিদিও গেম শান্নবনা চাংচৎতা অহিং খুদিংগী পুং অমা মখায়রোম থেঙথনা তুমহল্লি। ভিদিও গেম অমসুং মোবাইল গেম শান্নবা মীওই ৯৬৩ দা চথখিবা ওনলাইন সর্ভে অমদগী ৱাফম অসি খঙলকপনি।

অমরোমদা, মীওইবগী চাকচা যুথক্লসু তুম্বগী মওং মতৌদা চাউনা ইথিল পী হায়বা খঙলে। চাকচা-যুথক ফজবগা লোয়ননা মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চারবদি তুম্বা নুংঙাইহল্লি হায়রি।

য়ুনিভর্সিটি ওফ পেন্সিলভেনিয়াগী রিছার্চরশিংনা মশা মউ ফবা মীওই ৩৬ তা ষ্টদি চথবদা চাকচা-যুথক ফজবা অমসুং মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চাবা মীওইশিং মপুং ফানা তুম্বা য়াই হায়বা খঙলকপনি।

ষ্টদিগী রিপোর্ট অসি দেনভরদা জুন ১১ দগী ১৫ ফাওবা পাঙথোকখিবা অমেরিকান একাদেমী ওফ স্লিপ মেদিসিন অমসুং স্লিপ রিছার্চ সোসাইটিগী অপূনবা মীফম অমদা পুথোরকখি।

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ তেখাও-য়াইখু

ডাঃ হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ

মণিপুরগী অনা-লায়েংদা য়াম্না চাউবা মফম অমা কল্লিবা পাম্বীশিংগী মনুংদা তেখাও-য়াইখু হায়রিবা পাম্বী অসিসু অমনি। তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি ইংলিসতা কেশুমুনার জিঞ্জর (Cassumunar ginger) নৎত্রগা বেঙ্গোল জিঞ্জর (Bengal ginger) নৎত্রগা বেঙ্গোল রুত (Bengal root) নৎত্রগা থাই জিঞ্জর (Thai ginger), বাংলাদেসিদা বোন-অদা (Bon ada), কুব্যাদা জেঞ্জিব্রি অমারগো (Jingibre amargo), জর্মনিদা জেলবর জিতৱর (Gelber Ziwter), হিন্দীদা জঙ্গলি আদরক (Jangli adarak), ইন্দোনেসিয়াদা বঙ্গলাই (Banglai) নৎত্রগা বেঙ্গল (Bengle) নৎত্রগা পেঙ্গলাই (Panglay), মলেসিয়াদা বোলাই (Bolai),নৎত্রগা বুঙ্গলাই (Bunglai) নৎত্রগা লম্পোয়াং (Lampoyang), থাইদা প্লাই (Plai) নৎত্রগা ৱানফাই (Wanfai), নৎত্রগা পুলোই (Publei), কম্বোদিয়াদা পোনলৈ (Ponlei), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগীওইবা মমিংদা *জিঞ্জিবর মোন্তানম (Zingiber montanum (J. koenig) Link ex A. Dietr)* নৎত্রগা *জিঞ্জিবর কেশুমুনার (Z cassumunar Roxb.)* নৎত্রগা *জিঞ্জিবর লুরিদম (Z. luridum Salisb.)* নৎত্রগা *জিঞ্জিবর পর্পুরিয়ম (Z. purpureum Roscoe)* নৎত্রগা *জিঞ্জিবর জান্তোরিজোন (Z. xantorrizon Steud)* নৎত্রগা *কেশুমুনার রোক্সর্বগাই (Cassumunar roxburghei Colla)* নৎত্রগা *এমোমম কেশুমুনার (Amomum cassumunar (Roxb.) Donn.)* নৎত্রগা *এমোমম মোন্তানম (Amomum montanum Koenig)* নৎত্রগা *কোসতস কেশুমুনার (Costus cassumunar Sensu Bello)* নৎত্রগা *জাগেরা মোন্তানা (Jaegera montana (J. Koenig) Giseke)* হায়না কৌই অমসুং জিঞ্জিবরেসী (Zingiberaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি।

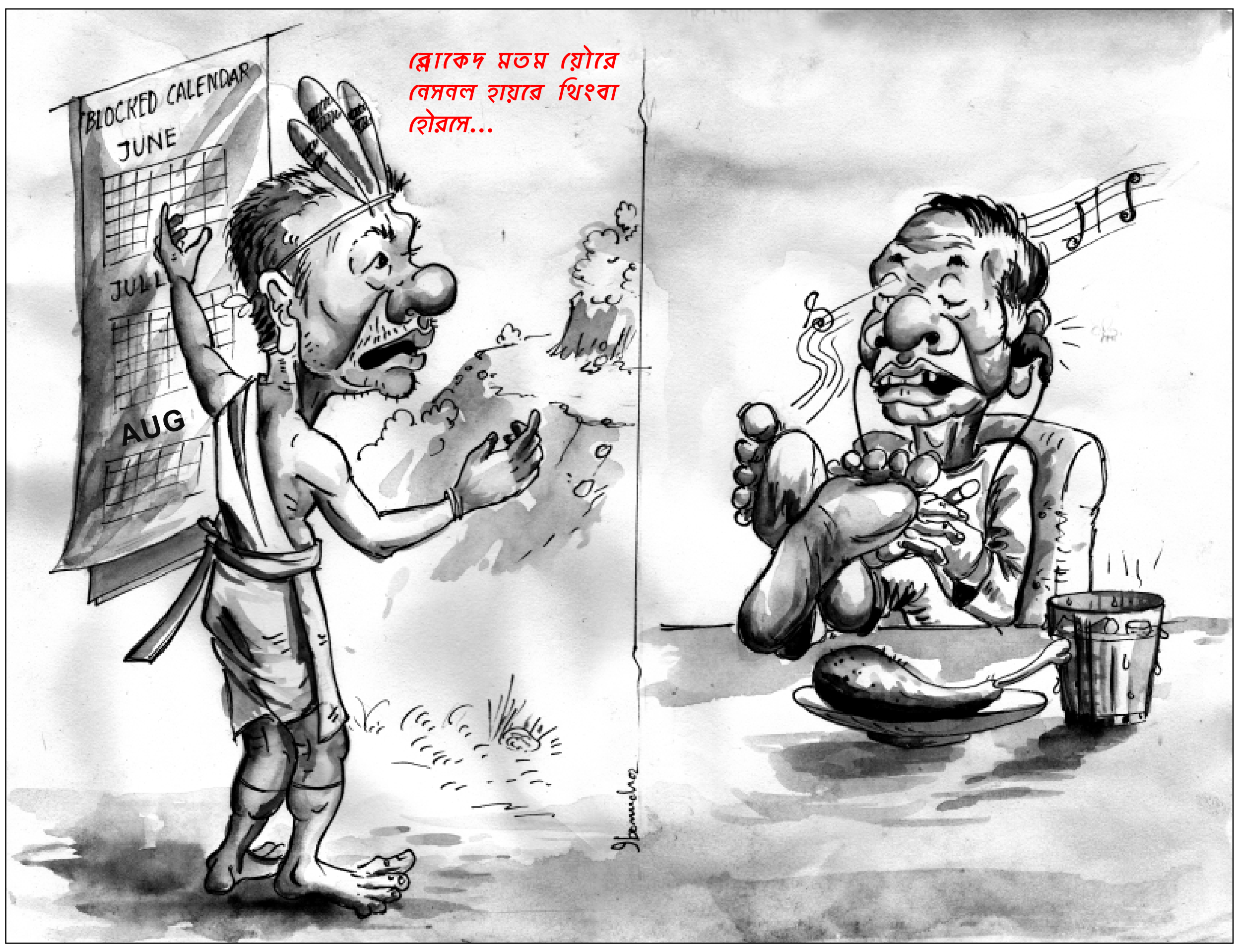
তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি খা-নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমদমশিং মরুওইনা ইন্দিয়াদগী হৌরকখিবনি হায়বগী পাউদম লৈ অমসুং খা-নোংপোক থংবা এসিয়াগী অয়াম্বা মফমশিংদা পাক শন্না থান্নে। তেখাও-য়াইখু অসি Global Compendium of Weeds কী মতুংইন্না Weed হায়বদি হাজোংবা পাম্বী অমনি হায়না ইরি। তপ্না শন্দোকখিদুনা তেখাও-য়াইখু হায়রিবা পাম্বী অসি অৱাং নোংপোক থংবা বাংলাদেশতদি মহৌশাগী (Natural) মওংদা হৌখরে হায়বগী পাউদম লৈ। অখঙ-অহৈ খরগী মতুংইন্না তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি ভিয়েৎতনামদগীসু ওরিজিন হায়বদি হৌরকফম ওই হায়না পীরবসু পাম্বী অসি মফম অসিদগী হৌরকখিবা নত্তে Naturalized হায়বদি মহৌশাগী মওংদা হৌহনবনি হায়না অখঙ অহৈ খরনদি পাউদমলি। তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি কুমজা ১৮১০ দা ইংলন্দা (Roxburgh) হায়রিবা বোটানিষ্ট অসিনা পুদুনা থাখিবনি হায়বগী পাউদম লৈজরবসু পেরিরা (Pereira) অমসুং কারসন (Carson) গী মতুংইন্নদি পাম্বী অসি ইংলন্দদা কুমজা ১৬৭২ দগী থাবা হৌখরে হায়না পাউদমলি। চাইনা, জাভা, মলেসিয়া, ফিলিপিন্স, অৱাং অমেরিকানচিংবা লৈবাকশিংদসু তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি পুরগা থাখিবদগী ঙসিদি য়াম্না ফজনা মফমশিং অসিদা হৌখরে। তেখাও-য়াইখু পাম্বী অসি ৱেষ্ট বেঙ্গোল অমসুং অৱাং নোংপোক ইন্দিয়াগী মফমশিং মরুওইনা অরুনাচল প্রদেশ, আসাম, মণিপুর, সিক্কিমনচিংবা মফমশিংদা ফজনা হৌই।

তেখাও-য়াইখুগী মশা পুম্নমক মরুওইনা মউ (Rhizome) দা মনম য়াম্না কনবা ইসেনসিয়েল ওইল হায়রিবা থাউ মখল অসি য়াওই। তেখাও-য়াইখুগী মনম অসি শীং (Ginger), কর্পুর (Camphor) অমসুং য়াইঙং (Turmeric) অহুম অসিগী য়ানশিন্নবগী মনম অদুগুম্না নম্মী। বিজ্ঞানগী পাউদমশিংগী মতুংইন্না তেখাও-য়াইখুগী মউদগী লৌবা থাউ অদুদা য়াওবা মরুওইবা মচংশিং অদুদি Sabinene চাদা ৩১-৪৮, Terpineol চাদা ৪-৩০, অদুগা খরা হন্থবা চাংদা Zerumbone, Cassumunarin type A, B অমসুং C অসিনচিংবনি। হায়রিবা থাউ অদুদা য়াওবা Active ingradient অদুনা E-1-(3,4-dimeth-oxyphenyl) but-1-ene অসিনি। হায়রিবা থাউ অসি মউ অসিদা চাদা ০.৫ গী চাংদা য়াওই।

তেখাও-য়াইখু হায়রিবা পাম্বী অসিগী হীদাক্কী ওইবা মগুনশিং অসি থোইদোক্লা শীংথানিংঙাই ওই। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি তেখাও-য়াইখু অসি ফজনা শুগাইরগা লৌবা মহী অদু খোইহী খরা হাপ্তুনা নোংমদা চামচ ২ গী চাংদাদা পীথক্তুনা হুপিং কফ (Whooping cough) হায়রিবা লোক শীথ-শীথ খুবা অমদি চাবা তুমদবদা লায়েংনৈ। জপান্দদি তেখাও-য়াইখু অসি শুগাইরগা অনাবা মফমদা থোমদুনা চৈনা হন্থনবা হীদাক ওইনা শীজিন্নৈ। তেখাও-য়াইখুগী মউ (Rhizome) দগী লৌবা থাউ অদু মখল মখা কয়াগী উনশাগী লায়নাশিং ফহনবা ঙম্মী। খোঙ-খুৎ লৈথেকপা, ঈ-অশিবা চঙবা (contusions), তাঙ-চীকপা, তোংশা কায়বা, নুপীশিংনা অঙাং পোক্লবা মতুংদা থোক্কনবা অনাবশিং (Postpartum), হকচাং মনুংদা তীন লৈবা (Vermifuge) অসিনচিংবশিং অসি তেখাও-য়াইখুগী মতেংনা লায়েংবসি কুইরবা মতমদগী চৎনদুনা লাক্লি। কনাগুম্বা মীওই অমা অরুম লাইহৌ তৌরবদি (Pyretic) তেখাও-য়াইখুগী মউ অদু শুগাইদুনা পীথকপদা য়াম্না কান্নগনি। ইন্দোনেসিয়াদদি কোক চীকপদা তেখাও-য়াইখু শুগাইরগা শেম্বা অনঙবা মহী অদু লাইবক্তা তৈদুনা লায়েংনবগী পাউদম লৈ। থাইলেন্দগী মীওইশিংনা হরা-কংখু (Asthma) তৌবদা তেখাও-য়াইখুগী মখোক অদু শায়দুনা চারগা লায়েংনৈ। চাবা তুমদবা অমদি পুক কংখৎপদা (Stomach bloating) তেখাও-য়াইখু অসি পীজদুনা অৱাং নোংপোক ইন্দিয়াগী ত্রাইবেলশিংনা লায়েংবগী পাউদমসু লৈ। মণিপুরদদি শা-ঙা থোংবদা তেখাও-য়াইখু অসি মচেৎ অমা থাকপনা মহাও লৈহনবতা নত্তনা অচৌবা শাগী শাদোং অদু থোৎতোকহল্লি হায়দুনা শীজিন্নৈ।

DIRECT & SPOT ADMISSION - 2016
MBBS,BDS,MDS,BAMS,BHMS,BPT, MPT, NURSING : B.Sc NURSING, GNM, PB-NURSING, MSc. NURSING
BE / B-TECH / M-TECH / LAT-ENTRY
CIVIL / EEE / MECHANICAL, ECE / IT / ARCHITECTURE COMPUTER SCIENCE, MECHATRONICS, ARONOTICAL/ROBOTIC
B. Sc. / M. Sc.
AGRICULTURE, HORTICULTURE, FORESTRY, FISHRIES
B. Sc., B.A. & M.A., M. Sc. & Ph.D.
PHY., CHE., ZOO., BIO., MATH., I.T., MASS COM, HIS., POL. Sc., ENG, ECO, GEPHY, GEO, SOCIOLOGY, FORENSIC Sc.
BBA, BCA, BIO-TECH, FOOD-TECH, BMLT, OPTHALMIC, FOOD NUTRITION & DIETETICS, B.PHAM, D.PHAM, MEDICAL MICROBIOLOGY, RADIOLOGY, TOURISM, MASS COM, ART & SCIENCE, MLT, OT-TECH, RADIOLOGY, DAILYSES, X-RAY, MRI, CARDIOLOGY, CT-SCAN, ETC.
PROGRESSIVE EDUCATIONAL COUNSEL
Singjamei Leishangthem Leikai opp. Library
SINGJAMEI - #9089335398 THOUBAL# 9089267407
HL-B/3128/7/06-0607

মরোপ থোকপা পাই -



খুঞ্জাও লৈচাওনবা চেঙ হোংবগী থৌরমশিং পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, জুন ২০ (ঐচ এন এস) ঃ য়েলহৌঙৈদগী হৌনা লৈবাক্কী খুঞ্জাও লৈচাওনবা নিংথৌগী মশিলগী মনুং চন্না লমদম অসিগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা পাঙথোক্তুনা লাকপা চেঙ হোংবগী থৌরম ঙসি তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা পাঙথোকখ্রে।

সনা কোনুং উত্রা শঙলেন অমদি ৱিমেন এসোসিএসন ফোর ইকোনোমিক দিভলপমেন্টনা শীন্দুনা উত্রা শঙলেন সনা কোনুংদা ইনিংথৌ লৈশেম্বা সনাজাওবনা মপুং ওইনা চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোকখি। থৌরম অদুগা মরী লৈননা ইনিংথৌ লৈশেম্বা সনাজাওবনা ফোঙদোকখিবদা, লমদম অসিদা মচোই-মচোই তারিবা, ফুরুপ কাঙলুপ খুদিংমক্কী ৱাখল্লোন্দা তংদু-লৈতাদবা ফীভমদা লৈরিবা অসি কোক্লনবা ইঙাগী থানিল নুমীৎ অসিদা ইপা-ইপু হাক্তক্তগী চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোক্তুনা লাক্লি। নুমীৎ অসিনা লাকপগা ইরোয়ননা লমদম অসিদা লৈরিবা লিংজেল মান্নদবা, নুংশিনদনবা পুম্নমক মাঙখিদুনা অমত্তা ওইবা নুংঙাই-য়াইফবা পুন্সিদা লাক্লবা লাইনিংথৌদা থৌ নীমিন্নসি হায়খি।

উত্রা শঙলেন সনা কোনুংগী চেঙ হোংবগী থৌরম অদুদা মাইবা হনবা কোন্দুম্বনা ফোঙদোকখিবদা, ইঙাগী ১৫ নি পানবা থানিল নুমীৎ অসিদা সনামহী চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোক্লিবসি লাইনিংথৌ অশিবা অমদি সনামহী অনীনা মালেম লৈখোং কোয়বা লোইরদুনা থুংলবদা অপোকপা অতিংকোক মরু শিদবগা য়ানখিবা নুমীৎ অদু নীংশিংবনি। য়ুমথোঙ খুদিংমক্তা য়েৎকী ফম্বালদা লেঙদনা তাইবঙ ওইবশিংবু ঙাকপী শেনবীনবা মপানা পীখিবা য়াথং মতুংইন্না নুমীৎ অসিবু চেঙ হোংবগী থৌরম হায়না পাঙথোক্তুনা লাক্লি।

নাকল অমরোমদা, লাইনিংথৌ সনামহী টেম্পল বোর্ড হয়িং খোংবানদা লৈবা লাইনিংথৌ সনামহীগী শঙলেন্দসু চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোকখি। থৌরমদুদা মিনিষ্টর কয়াসু শরুক য়াখি।

থৌরম অসি কংলা রিলিজস কম্মিটি, কংলা ফোর্ট বোর্দ, ইম্ফালনা শীন্দুনা কংলাদা লৈরিবা লাইনিংথৌ সনামহীগী লাইফমদা চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোকখি। থৌরম অসিদা বোর্দকী চ্যেরমেন সাইরেম নিলবিরনা লুচিংদুনা তোঙান তোঙানবা মীওই কয়ানসু চেঙ হৈদুনা লমদম অসিগী চাকহোং ঙাহোংনবা থৌনিজখি। আসাম রাইফলসনা কংলাবু লমদম অসিগী মীয়ামদা শিন্নখিবা নুমীৎতগী কংলা ফোর্ট বোর্দকী মখাদা পাখংবা চেঙ হোঙবা, সনামহী চেঙ হোঙবা, হিয়াং তান্নবা, ইমোইনু ইরাৎপনচিংবা থৌরম কয়া পাঙথোক্তুনা লমদমসিগী মীয়ামগী পুন্সি ঈংনা চিক্লা পান্নবা থৌনিদুনা লাকখি হায়না ফোঙদোকখি।