ঐখোয়বু হিংখোরা, শিখ্রোরা
কোভিদ-১৯ লাইচৎ মনুং অসিদা অহল অমনা নিংঙমদনা শোলহৌই

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

কোভিদ-১৯ লাইচৎকী চৈথেং খম থেংনা ফংলবা মতমনি। মীপূম খুদিংমক লমজাও সরক থোকপদি লায়রদনা লৈরক খুল্লক শম্বল খাদুনা মীতোপ চঙবা থিংবা হৌনরকই। অনা-লায়েংশঙ কয়া থিংজিনখিদুনা ইমর্জেন্সি ওইবা অনা লায়েংগী খুদোংচাবা ফংদদুনা লৈখিদবা কয়া য়াওখ্রে। খ্বাইদগী হেন্না থম্মোয় শোক্লিংঙাই ওইবা থৌদোক্তি তমেংলোং দিষ্ট্রিক্তগী মীরোনবী নুপী অমা অরুবা ফীভমদা দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল তমেংলোং য়ৌরকখি। মফম অদুগী ডাক্তরশিংনা খুদোংচারোই হায়দুনা ইম্ফালদা পুনবা খঙহল্লকখি। ইম্ফাল য়ৌরবদি মখোয়গী অৰাবা কোক্লনি খন্দুনা অচৌবা থাজবা অমগা লোয়ননা ইম্ফাল য়ৌরকখি। ইম্ফালগী মরু ওইবা হোস্পিটাল রাজ মেদিসিটি, জেনিমস, রিমস চৎলুবদা লায়েংগী খুদোংচাবা ফংদবদগী শিজ হোস্পিটাল য়ৌরকপদা মমা-মচা পূন্না লৈখিদবগী পাউনা অচৌবা হেদলাইন ওইনা ফোঙনরকখি। নুংতিগী ফোঙবা চেফোঙ কয়াদা। মসি কুমজা ২০২০গী মে/জুনদা ওইগনি। কয়াদা নুংঙাইখিদ্রবা। নুপী অদুনা খাংলমগদবা চৈনা, ইমুং-মনুংগী মীওইশিংদা ফাওরমগদবা মৈশা কয়া অদু খল্লুবদা মসিনা লেসন অমা ওইরগা মতুংদা অমুক অসিগুম্বা থৌদোক থোক্তবা ওইসনু হায়না পূক্নিংদা তাইবঙ মপুদা থৌনিজখি। অনৌবা কুমজা ২০২১ হৌরকপদা কোভিদ-১৯ লাইচৎ শন্দোরকপগী চাং হন্থরকই। অশি-অনাগী পাউ তাবা লৎখি। ফেব্রুৱারী ১৫, ২০২১দা ইমা কৈথেল হাংদোকখি। মীপূম খুদিংমক থম্মোয়দা অনৌবা পুন্সি অমা হল্লকপগুম ফাওখি। অদুবু নুংঙাইবা মতম কুইখিদে। এপ্রিল থা হৌরকপদদি লায়না লাইচৎ অসিনা নাবা মীগী মশীং লেপ্পা লৈতনা হেনগৎলকখি। শিবগী চাংসু ৰাংখৎলকই। নোংমদা মী ৬০০ হেন্না নাবা থেংনখি। মিপাইবা ফাওই। মে থাগী চৈচৎ ৬/৭কী ন্যুজ হেদলাইন অমদা মীৎফম হোংবা য়াদনা থেংনখি। সেনাপতিদগী নহা ওইরিবা নুপা অমা ইম্ফালগী খ্বাইদগী চাওবা হোস্পিটাল ৫দা লায়েংবা ফংদবদগী লৈখিদ্রে। শ্বাই লাওই। মমাঙ চহীদা থোকখিবা মিরোনবী নুপী অদু লৈখিদবগী নুংঙাইতবা কোক্ত্রি। মখা পাথরকই মরু ওইবা হোস্পিটাল রিমস, জেনিমস, শিজ, রাজ মেদিসিটিদা লায়েংজগে হায়বদা য়ারক্তদুনা লিট্টল ক্লিনিক্তা পুশিল্লগা দিমাপুরদা এম্বুলেন্স অমদা পুনবা থৌরাং তৌরিঙৈদা নুমিৎ হুমনিগী মতুংদা লৈখিদ্রে। য়াম্না নুংঙাইত্রিবা ৰাফমদি হিংবা-শিবা ৰাফম অসিনা তোঙান্না থমখ্রগা হোপিটাল অমদা ডাক্তরনা অনাবা লায়েংবা হায়বসি অমুক হায়নদ্রবসু তৌফম থোকপা মথৌনি। লায়েংবা, হোৎনফম থোকপা কয়াগী মতুংদা কনবা ঙমখিদ্রে হায়বদুনা অমনি। লায়েংবা ফংদনা নুমিৎ হুমনি ৰানা খাঙলবা মতুংদা লৈখিদবা হায়বসি মীওইবগী মীনুংশিগী ৰাংমদনি। অনা-লায়েংগী শিনফমদা লৈরিবা ঐখোয়সি মীয়াম্না করম্না য়েংলমগনি। মীনুংশি খঙদবা, মেদিকেল ইথিক্স ঙাক্তবা, হোস্পিটাল লিংখৎলিবা, ডাক্তর তম্লুরিবা অসি করিগীদমক্তনো শোয়দনা মথম্মোয়দা হংনীংলমগনি। মণিপুরদা লৈরিবা প্রাইভেট হোস্পিটালশিং অসিদা চথুরিবা লায়েং মওং অসিগী মতাংদা নৈনদুনা ইবা ৰারেং কয়া লৈখ্রে। হায় কোর্টতা ফাওবা পি আই এল থাঙ্গৎপা থেংনখ্রে। মতাং অসিদা পনবা য়াবা ৰাফমদি প্রাইভেট হোস্পিটাল অমদা কোভিদ-১৯ অনাবা অমা মিং চন্দুনা লায়েংখি। অনাবদুগা ফোন্দা পাউ ফাওনৈ। নুংথিলগী পুং ১ তাবা মতমদা শ্বর হোনবা ৰাই হায়দুনা ওক্সিজেন পীনবা তৌরি হায়রকখি। পুং ২ তাবা মতমদা অরোইবা ওইনা ৰারী শানখি। সেরিয়স ওইবা পেসেন্ট অমা লাকপদগী মঙোন্দা পীরম্বা ওক্সিজেন সিলিন্দর অদু পুদুনা চৎখ্রে। নুমিদাংৱাইরম পুং ৫ তাবদা হোস্পিটাল ওথোরিটিদগী পেসেন্ট অদু লৈখিদ্রে হায়দুনা পাউ পীরকখি। ওক্সিজেন লেপ্তুনা চাং নাইনা পীরল্লবদি শিরমদবসু য়াই। মসি লাইচৎকী অহানবা তাঙ্কক্কী থৌদোকনি। জেনিমস হোস্পিটালদসু অদু মঙাই। মোনিটরিং তৌবা, সুপরভিজন ৰাৎপা, মতম চানা য়েংবীদবা কয়াদগী অনাবা অমা যূমদা পুরক্লগা ওক্সিমিটর, ওক্সিজেন রেগ্যুলেটর, ওক্সিজেন সিলিন্দর লন্নাই লৈদুনা যূমদা লায়েংবদগী অশিবগী খয়াৎতগী কনবা ঙমখি। হৌজিক ওক্সিজেন ৰাক্তুনা কোয়চেন চেল্লিবা অসি ঙসি ঙরাংতগী নত্তে। হেল্থ দিরেক্টোরেটনা চেকশিন্দবা, থৌশিল হৈতবগী মমি তাই। অনীশুবা ৱেভ অমা লাকখিগনি হায়বসি অখঙ অহৈনা মাঙজৌননা খঙহনবা লৈখ্রবনি।

দিকেদ খরা অসিদা হোংলক্লিবা লায়েং পথাপকী মওং অসি য়েংসি। জিরিবাম সী ঐচ সীদা পোষ্টিং তাবা মতমনি। ঙসিদগী চহী ৩৮/৩৯গী মমাঙগী ৰারীনি। ইম্ফাল-জিরিবাম লম্বী চৎথোক চৎশিন্দা খুদোং য়াম্না চারমদে। এম এস আর টি সীগী অতেনবা বস অমা/অনী চেনবা নত্তনা অতৈ ট্রান্সপোর্টেসনগী ফেসিলিটি লৈতে। তঙাইফদ্রবদি ইম্ফাল/সিলচর, সিলচর/ইম্ফাল ফ্লাইটতা চৎপা য়াই। সিলচর/জিরিবাম য়াম্না নকপা লম্বীসু নত্তে। জিরিবামদগী যূমদা বাই রোদতা লাকপদা নোংমতা লম্বীদা অহিং লেক্তবা য়াওখিদে। বস তোংলকপা মী ময়াম অদু য়াম্না নুংশিনৈ। অরৈ অরৈবা চেঙপাক, লফোই পুথোক্তুনা চামিন্নৈ। নোংমা জিরিবাম সী ঐচ সীদা দ্যুটি তাবা নুমিৎনি। মল্লি মল্লি তৌবা মতমনি। ঙাবোং খাও শারগা ৰা (বেম্বু) না লেংবান্দা পুরগা লাকই। মী ১/২সু ইন্নরকই। করিনো খল্লি। অনাবা পুরকপা ওইরম্মী। ইঙক ঙকই। ট্রান্সপোর্টেসনগী ফেসিলিটি য়াম্না ফত্তবা মরম্না অথাপ্পা খুঙ্গং, চীং লম্বীদা অনাবা পুরক্লবা অমত্তা ঙাইরবা পাম্বৈনি। জিরিবামগী মীয়ামদা নত্তনা জিরিঘাটতগী অসামিজ, বেঙ্গলি মুসলিম কয়া মফম অসিদা লায়েংবা লাকই। সী ঐচ সী, জিরিবাম অচৌবা অনা লায়েংশঙ অমনি হায়না লৌনৈ। মসিদগী রিফর তৌবা তারবদি অলিপুর মিসন হোস্পিটাল নৎত্রগা সিলচর মেদিকেল কোলেজ অনী অসিতনি। মসিদা লায়েংবা লাকপা মীওইশিং শেল থুমগী ফীভম ফত্তবনা অয়াম্বনি। সিলচর নৎত্রগা অলিপুর চৎলগা লায়েংবা হায়বসি অচৌবা পোৎলুম অমনি। সেরিয়স ওইবা পেসেন্ট কয়া সী ঐচ সী জিরিবামদা লায়েংবা ঙাক্তনি। হোস্পিটাল অসিদা ফংফম থোকপা হীদাক লাংথক, আই ভি ফ্লুইদ মরাং কায়না ফংই। মরম অসিনা অনাবগী মীওইশিংনা হীদাক লৈদে। মসিগীদমক্তা পৈশা তিংদে। মথৌ তাবা বেসিক ইনভেষ্টিগেসন মরু ওইনা মলেরিয়া, ব্লদ, যুরিন, ষ্টুল, টি বি-স্লাইদ, ঈ সী জি, এক্স-রে হোস্পিটাল অসিদা ফ্রীদা তৌই। ঐখোয়বু ময়াম্না এম ও (মেদিকেল ওফিসর) হায়না খঙনৈ। পরামেদিকেল ষ্টাফপুনা ডাক্তর হায়না কৌনৈ। ডাক্তরগা অনাবগা লৈনরিবা মরী য়াম্না ফৈ। ঐখোয়বু লুনা খল্লি, লোয়নবী। থবক তৌবগী নুংঙাইবা ফংই। চাওথোকচবসু ফাওই। ডাক্তর অমা ওইবগী মহাও, নুংঙাইবা ফংখি। অশি-অনা থোকপা মতমদা হৌজিক তৌনরিবা হোস্পিটাল থুগাইবা, ডাক্তর ফূবা লৈরমদে। অমনা অমবু ইকায় খুম্নে। অদুবু মসিগী চৎনবী অসি হৌজিক লৈরিবরা? চাওখৎলকপগী মতুংইন্না মীওইবগী অনীংবা, অপাম্বা, এক্সপেক্টেসন কয়া হেনগৎলকই। ঐহাকসু দেল্লীদা মখা তমথবা চৎখি। নোংমা এম বি বি এস তম্মিন্নরম্বা ওরিয়া ফ্রেন্দ অমা থেংনৈ। পোষ্ট গ্রেজুএসন লোইরবা মতুংদা দেল্লীগী কোর্পোরেট হোস্পিটাল অমদা থবক তৌরি। মমিং চৎপা হোস্পিটালনি। ঐনা হংখি মসিদা থবক তৌবসি নুংঙাইব্রা। মখা তারকই হেল্থ সেক্টর অসি শেল তানবা য়াবা অচৌবা বিজিনেস এরিয়া অমনি। মসিগী মতুং ইকান কান্নদনা ঐগা খঙনবা অমা ঐখোয়গী হোস্পিটালদা লাকই। দেল্লীদা হোস্পিটালসিবু করম্বনা ফবগে। হকচাংসি অমুক্তা য়েংথোকনীংই। ইমান্নবদু নীংশিংলকই। মমিং-মথা, হোস্পিটাল এদ্রেস পীখি। চয়োল অহুমগী মতুংদা ঐবু উন্নবা লাকখি। হোস্পিটালদু য়াম্না ফৈ। চয়োল অমা এদমিট তৌরগা লায়েংই। ইনভেষ্টিগেসন লোইনা তৌথোক্তুনা য়েংলে। পূন্না লুপা ৭০,০০০ চঙই। মতমদুদা য়ামখ্রবা শেনফমনি। অনাবা অমত্তা লৈতে খঙবদা য়াম্না নুংঙাই। মঙোন্দা শেল য়াম্না চঙখি হায়বগী নুংঙাইতবগী মমি তাদে। মহাক চৎখ্রবা মতুংদা ঐ য়াম্না নুংঙাইহৌদে। সী টি স্কেন, এম আর আই (হোল বোদি), অতৈ ইনভেষ্টিগেসন কয়া, হীদাক লাংথক, বেদ চার্জ, নর্সিং চার্জ, দাইট, ডাক্তর রাউন্দ ফী ফনা য়াম্মী। ইথন্তা খল্লি পূম্নমক অসি মথৌ তাখিবরা, অচুম্বা লায়েং অমা চথখিবরা? অতোপ্পা থৌওং অমসু নীংশিংলকই। ইম্ফালগী হোস্পিটাল অমদনি। শ্বর হোনবা নুংঙাইতে, থবাকসু নাই হায়দুনা ও পি দিদা চেক-অপ তৌবা চৎখি। পেসেন্টদুদা হংই - মরক মরক্তা মিহুন চোঙবা য়াওব্রা, য়াওই। শদৌ থোংবরা, থোংই। কোক ঙাওবা য়াওবরা, য়াওই। য়াম্না তোয়না চোকথগনব্রা, চোকথৈ। চেকশিনগদবনি। মতম চানা লায়েংহৌদ্রবদি হার্ট এটেক্তগী মীওই কয়া পুন্সি লোম্বা য়াই। ফজনা য়েংথোকসি। এদমিট তৌই। আই সী য়ুদা থম্মী, ওক্সিজেন পী। নুমিৎ নীনিগী মতুংদা করিসু লৈরমদ্রে, লাইবক ফবনি হায়দুনা দিসচার্জ তৌরকখি। অদুবু থংনবা মিৎকুপ্তা বিল উবদা ৰান্থগে তৌই। হার্ট ফরমদ্রে অদুবু ৰাখল লায়নাদি পুদুনা লাকখি। মসিনি হোংলক্লিবা লায়েং পথাপ। শেল-থুম পায়বা মীওই অমা ওইরল্লবদি নুংঙাইরে হায়দুনা লুপা লাখ ১ ফাওবা দোনেট তৌরম্বা য়াবা জাৎনি। কোভিদ-১৯ লাইচৎ মতম অসিদা হোস্পিটাল বেদ ফংদদুনা লায়েংবগী অৰাবা মায়োক্লরিঙৈ মতম অসিদা প্রাইভেট হোস্পিটাল অমদা বেদ মশীং হেনগৎলগনি হায়বগী পাউ তাখি। পূক্নিং থৌগৎনীংঙাইনি। হংনীংলিবা ৰাফমদি হেনগৎলিবা বেদ অদুগা লোয়ননা মথৌ তাবা মেনপৱার, ইক্বিপমেন্ট, ওক্সিজেন ফ্লো মতিক চানা লৈরব্রা। বিজিনেস মোটিভ অমদা চথদনবা হোৎনবা ফৈ। লায়রবা মীয়ামদি লায়েংবা ঙম্লোইদবা ফীভম অমদা লাকপা য়াই। মসিমক হৌজিক থোক্লিবনি। তূম্বা য়াদে হায়দুনা ঐখোয়গী মনিংদা লৈবা মীশক অমা ঐবু উন্নবা লাকই। ঐনা খঙবদা মহাক হার্ট পেসেন্ট অমনি। ৰারী তৌরকই হন্দক মরকসি তূম্বা য়াদে। লৈতবগীবু খনগদ্রা, ইশাগী লায়েংনববু হোৎনগদ্রা, লাইচৎ অসিনা চৎথোক খোৎতোকপসু য়াদ্রে। খল্লু খল্লুবদা নুংঙাইফম লৈতে, লৈতাফম খঙদে, য়েংলু য়েংলুবদা অৰাৎপগী অৰাৎপা ঙাক্তা। করি তৌগদবনো খঙদে। থবক অকনবা শূবসু ঙমদে। নতৈমনা কৈথেল থোক্লক্ত্রিবা, শূফম নোমফম খঙদ্রিবা অসি চহী অমা হেল্লে। অনাবগী চেক-অপ চৎতবসু কুইরে। নঙনদি থাজরোই চেক-অপ অমুক চৎপদা লুপা ৬০০০ তঙাইফদনা চঙই। ডাক্তরগী লায়েংমল লুপা ৬০০, ক্লিনিকেল লেবোরেটরি অমদা চাংয়েং তৌবদা লুপা লিশীং ২/৩। মসি লোইরগা অমুক হোস্পিটাল চৎকনি। মসিদসু লুপা ৩০০০ তিংগনি। খঙদ্রেদা ঐখোয়না তৌগদবসি। ঐখোয়বু হিংখোরা, শিখ্রোরা হায়বদু য়ৌরে।

হেল্থ দিরেক্টোরেটকী মখাদা কোভিদ-১৯ লাইচৎ থেংননবা হোৎনরিবা অসিসু পেন্নিংঙাই ওইদে। কোভিদ-১৯ লাইচৎ অহানবা তাঙ্কক্তা ঐখোয়না থেংনখ্রে মদুদি কন্টেক্ট ত্রেসিং তৌবা ৰাৎপা, হোম আইসোলেসন্দা লৈরিবা মীওইশিং মোনিটরিং এন্দ সুপরভিজন তৌদবা অমদি মাস টেষ্টিং তৌবা ৰাৎপা মসিগী মতাংদা ৰাকৎপা কয়া লৈখ্রে। কন্টেক্ট ত্রেসিং অমসুং হোম আইসোলেসন ফজনা মোনিটরিং তৌবা ৰাৎপদগী ফেমিলি অমগী মীওই লেইনমক, কম্যুনিতি অদুগী মীপূম খুদিংমক ইনফেক্সন তৌরক্লগী চাউরবা মরম অমনি। মণিপুর হেল্থ সর্ভিসেসকী মখাদা পব্লিক হেল্থ স্পেসিএলিষ্টশিংগী পুল অমা শেমদুনা মাস টেষ্টিং - কেস দিটেক্সন - কন্টেক্ট ত্রেসিং - আইসোলেসন - সী সী সী - হোস্পিটাল পূম্নমক অসিগী কন্টিনম ওফ ক্যের সর্ভিস অমা লৈহনগদবনি। পব্লিক হেল্থ এক্সপার্টকী অৰাৎপা লৈতে। বাইওকেমিষ্ট নৎত্রগা আই সী য়ুদা লৈগদবা ডাক্তর খরনা প্রোগ্রাম পায়দুনা লৈগদবা মতম নত্তে। কোভিদ-১৯ অনীশুবা তাঙ্কক অসিগী ওইরক্লিবা মওং অসিদি অহানবগী তাঙ্কক্তা চেকশিলহৌদবা, মপূং ফাবা এদমিনিষ্ট্রেটিভ সেট অপ অমা লৈহৌদবগী মমি তাই। অথুবদা এদমিনিষ্ট্রেটিভ সেট অপ অমা top to bottom revamp তৌবা মতম ওইরে। নৎত্রবদি মণিপুর হেল্থ সর্ভিস রুল লৈতবগা মান্নরগনি। জুনিয়র ওফিসরনা সিনিয়র ওফিসর কাল্লগা থবক তৌবা, Superannuation গী ৰাহম্লোক লৈরক্তবা ময়াম অসিনা মণিপুরদা খ্বাইদগী ইহান হানবা ওর্গনাইজ সর্ভিস সেক্টর অমা ওইরিবা মণিপুর হেল্থ সর্ভিসেস ফাগী তাবদা নত্তনা মণিপুর হেল্থ সর্ভিসেস ওফিসরশিংনা দিপার্টমেন্টকী হেদ ওইবা ফংলক্তবা য়াই। ঙসি ঙসিমক এগ্রিকলচর, হোর্টিকলচর, ভেটিরিনরি এন্দ এনিমেল হজবেন্দ্রি দিপার্টমেন্টতা থেংনরিবা খুদোংচাদবা কয়া অসি হেল্থ দিপার্টমেন্টতসু শোয়দনা থেংনরক্কনি। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ ৱাঙ্ # ২৯০

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

য়ূম-কৈ অমসুং উপু-কাংথোল চন্নবা অফবা উ অমা ওইনা শীজিন্নজরবসু ৱাঙ্ হায়রিবা উ পাম্বী অসিদা য়াওরিবা হীদাক্কী ওইবা মগুনশিং অসিদি থোইদোক্না শীংথানীংঙাই ওই। ৱাঙ্ পাম্বী অসি ইংলিসতা বিচৰুড (Beechwood) নৎত্রগা মেলাইনা (Gmelina) নৎত্রগা গুমার তীক্ (Goomar teak) নৎত্রগা কাশ্মীর ত্রী (Kashmir tree) নৎত্রগা মালে বিচৰুড (Malay beechwood) নৎত্রগা ৱাইট তীক্ (White teak) নৎত্রগা কান্দাহার ত্রী (Candahar tree), হিন্দিদা গামারি (Gamari) নৎত্রগা গাম্বারি (Gambari) নৎত্রগা সেৱান (Sewan) নৎত্রগা ছিৱান (Shiwan), অসামিজদা গোমারি (Gomari), বেঙ্গোলিদা গামার (Gamar) নৎত্রগা গুমার (Gumar), গুজরাটিদা ছীভান (Shivan), নেপালিদা গম্বারি (Gambari), গারোদা বোলকোবাক (Bolkobak), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *মেলাইনা আর্বোরিয়া (Gmelina arborea Roxb.)* নৎত্রগা *প্রেম্না আর্বোরিয়া (Premna arborea Roth.)* হায়না কৌই অমসুং *ভর্বেনেসী (Verbenaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। শাগৈ অসিদা চনবা অতোপ্পা মরু ওইবা পাম্বী খরদি - উরিকশিবী পাম্বী (ভাইতেক্স নিগুন্দো), চরোই-উতোং পাম্বী (ক্লেরোদেন্দ্রম সাইফোনেন্থিস), কুথাপ উকাবী পাম্বী (ক্লেরোদেন্দ্রম কোলেব্রুকিয়ানম), নোংবান লৈ পাম্বী (লান্তানা কামারা) অসিনচিংবনি। পৃথিবীদা মমিং য়াম্না চৎলিবা চীংশু পাম্বী হায়বদি তীক্ পাম্বী (তেক্তোনা গ্রেন্দিস) অসিসু ৱাঙ্ পাম্বীগা শাগৈ চপ মান্নে।

ৱাঙ্ হায়রিবা পাম্বী অসি ফুট ১০০ ফাওবা ৱাংবা দেসিদুঅস (Deciduous) হায়বদি নাকেনথাগী মতমদা মনা অয়াম্বা কেনগনবা য়াম্না থুনা চাওগনবা উজাও পাম্বী অমনি।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না ৱাঙ্ পাম্বী অসি মহৌশাগী ওইনা ইন্দিয়া, ম্যান্মার, থাইলেন্দ, লাওস, কম্বোদিয়া, ভিয়েটনাম অমসুং চাইনাগী খা থংবা প্রোভিন্সশিংদা সমুদ্র ঈমাইদগী মিটর ১৫০০ ৱাংবা মফমশিংদা হৌই। কুমজা ১৯৬০গী অদুৱাইদা ৱাঙ্ পাম্বী অসি ব্রাজিল, গেম্বিয়া, হোন্দুরাস, আইভোরি কোষ্ট, মলেসিয়া, মালাৱি, নাইজেরিয়া, ফিলিপিন্স অসিনচিংবা মফমশিংদা পুখিদুনা য়াম্না পাক শন্না থাখি।

অতোপ্পা পাউদম অমগী মতুংইন্না ৱাঙ্ পাম্বী অসি এসিয়াগী লমদমশিংদগী হৌরকখিবনি। ইন্দিয়া, ম্যান্মার, বাংলাদেশ, পাকিষ্টান, শ্রী লঙ্কা, থাইলেন্দ, কম্বোদিয়া অমসুং ভিয়েটনাম অসি ৱাঙ্ পাম্বীগী হৌরকফম ওইনা পীরি। অৰাং নোংপোক ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং মরু ওইনা ত্রিপুরা অমসুং অসামদা ৱাঙ্ পাম্বী অসি থোইদোক্না য়াম্না মরাং কায়না হৌই। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদসু ৱাঙ্ পাম্বী অসি য়াম্না পাম্না থানৈ। পাউদমশিংগী মতুংইন্না ৱাঙ্ পাম্বীগী মশা পূম্বদা মখল কয়াগী ফাইতোকেমিকেলশিং য়াওই। লিতিওলিন (Luteolin), এপিজেনিন (Apigenin), কোইরসেতিন (Quercetin) অমসুং বিতা সিতোসতেরোল (β-Sitosterol) অসি পাম্বী অসিগী মনাদা য়াওই। ব্যুতাইরিক এসিদ (Butyric acid), টর্টারিক এসিদ (Tartaric acid), এলকালোইদ (Alkaloid), মেলোফ্যুরান (Gmelofuran), মেলিনোল (Gmelinol) অসিনা মহৈদা য়াওই।

ৱাঙ্ পাম্বী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ। ৱাঙ্ পাম্বীগী উ অসি খরা য়াংতক তৌজরবসু মহুৎ কুপ্তক তৌনা য়াম্না কনবা মরম্না য়ূম শাবা, থোঙ-থোঙনাও অমসুং টেবল-চৌক্রি চন্নবগী মথক্তা উপু-কাংথোল চনবদসু য়াম্না পাম্না শীজিন্নৈ। মখল কয়াগী ম্যুজিক্কী ইন্সত্রুমেন্টশিং (Instruments) শাবদা ৱাঙ্ পাম্বীগী উ অসি য়াম্না ফৈ অমসুং পাম্না শীজিন্নৈ। হী অমসুং নৌ (Oars) শাবদা ৱাঙ্ পাম্বীগী উ অসি য়াম্না খুদোং চাই। অঙাংগী শান্নপোৎশিং, শমজেৎকী মখোক, ফোটোগী ফ্রেম চনবা, খূৎ-শা হৈবগী পোত্থোকশিং শাবা, খূৎশু-খূৎলায়শিংগী মখোক পানবা, ব্লেকবোর্দ, প্লাইৰুদ, পথাপ শাবদা পাক-শন্না শীজিন্নবগী মথক্তা মীওইবগী খূৎশেমগী খোঙ অমসুং খূৎ শাবদসু শীজিন্নৈ। চে শাবা অমসুং মৈখেৎ উপু অমসুং মৈখেৎ মচৈগী কারখানাশিংদসু ৱাঙ্ পাম্বীগী উ অসি পাক-শন্না শীজিন্নৈ।

পাউদম অমগী মতুংইন্না ম্যান্মারগী য়াঙ্গোন্দা লৈবা নেসনল ম্যুজিয়মদা থল্লিবা ম্যান্মারগী অরোইবা নিপালশুবা নিংথৌরেলনা শীজিন্নরম্বা দি লাইওন থ্রোন (The Lion Throne) অসি ৱাঙ্ পাম্বীগী উদগী শাবনি হায়বসিনি। ৱাঙ্ পাম্বীগী মনাদা প্রোতিন অসি চাদা ১১.৯গী চাংদা য়াওই অমসুং শা-ষণগী য়াম্না ফবা শজিক ওইনা পীজনৈ। অতোপ্পা পাউদম অমগী মতুংইন্না ৱাঙ্ পাম্বীগী উ অদু মৈ থাদুনা ফংবা উৎ (Ash) অদুদগী অতাঙবা মমলগী লাই য়েক্লবা মুক শাবদা শীজিন্নৈ।

হীদাক ওইনা ৱাঙ্ পাম্বী অসি মখল কয়াগী অনা-লায়েংদা য়াম্না কুইরবা মতমদগী শীজিন্নরক্লি। অয়ুর্বেদকী মালেম শীন-থুংনা মমিং চৎলিবা দসমুলা (Dashmula) হায়রিবা হীদাক অসি শেম্বদা ৱাঙ্ পাম্বীগী মরা অসি তঙাইফদ্রবা মচল অমা ওইনা য়াওরিবনি। হায়রিবশিংসিগী মথক্তা অয়ুর্বেদিক্কী হীদাকশিং- দসমুলরিসতা (Dashmularishta), দসমুলা-হারিতকি (Dashmula Haritaki), দসমুলা ঘ্রিতা (Dashamula Ghrita), ব্রিহাত পঞ্চমুলারি কভাথ (Brihat Panchamuladi Kvatha) শিং অসিদসু ৱাঙ্ পাম্বী অসি মচল ওইনা য়াওরিবনি। ৱাঙ্গী মরা অসি লোক খুবা, তাং চাওথোক্তুনা চিকপা-নাবা তৌবা, অরুম-লাইহৌ তৌবা, খোঙ হাম্বা য়াদবা, চাবা তুমদবা, অশিনবা খেগৎপা, হার্ট মপাঙ্গল শোনবা, নুংশঙ ঈ তাবা, থুকৎ-পাখৎকনবা অমসুং থিবোং-থিরিলদা তীল লৈবশিং অসিগী লায়েংদা হীদাক ওইনা শীজিন্নৈ। পাউদমশিংগী মতুংইন্না ৱাঙ্ পাম্বীগী মহৈ অদু পোপলি-পোপলি শুগাইরগা ঈশিংদা তীংদুনা লৌবা মহী অদু চাং নাইনা পীথকপদা নুপা-নুপীগী ফম্বী ফগৎহনবগী মথক্তা মীওইবগী শম অদু মপূং ফানা হৌহনবা ঙম্বা, এনিমিয়া হায়রিবা ঈ ৱাৎপগী লায়না, লেপ্রোসি হায়রিবা কুষ্ঠি থুংবা, চাকখাও চাথৎপা অমদি নুপীগী ফিঙৌ চৎপদসু হীদাক ওইনা শীজিন্নৈ। ৱাঙ্ পাম্বীগী লৈ অদু শুগাইরগা শেম্বা মলম অদু চাং নাইনা তৈদুনা মখল কয়াগী উনশাগী লায়নাশিং লায়েংনৈ। কনাগুম্বনা য়াম্না তোয়না কোক চিক্লবদি ৱাঙ্ পাম্বীগী মনা অদু শুগাইরগা শেম্বা মলম অদুনা লাইবক্তা অমদি লুখমদা তৈবদা অদুমক কান্নবা ফল ফংবা ঙমগনি। ৱাঙ্ উগী মকু অদু ঈশিংদা ফুৎলগা শেম্বা মহী অদু পীথক্তুনা থজিন শাওগৎপা, নুংশঙ ঈ তাবা, হক্কী ঈশিং চৎপদা য়াম্না লীক্তুনা শাবা অমদি চিকপা অসিসু লায়েংনৈ। ●

দশা য়েংজরি

চহীগী দশা-লাংফম, অঙাংগী মহৈ-মশিং, লাইরিক্তা থৱায় য়াওদবা, ফেল ওইবা, অৰাংবা পরিক্ষা, থবক মফম সরকারগী থবক, পক্লবা করবার, শেল-থুম, শেল পুখবা, য়ূম-ইংখোল, গাড়ী নম্বর মচু, যূম্বাল, ইচা-ইশু, অঙাং য়াওদবা, নিশাদা লাইচুবা, হায়না-তানবা ইন্দবা, হকচাংগী অনাবা, পোৎশেম-যাদু, এক্সিদেন্ট, য়েক্লবনা মাঙনবা তৌবা, পক্লবা লক্কিষ্টোন, যন্ত্র, ঈরাৎ-থৌনী মরমশিং অসি খূবাক ময়ি অমদি কুঠীদগী কুপ্পা য়েংজরি। যূমদা লাকপা খূদোংচাদবশিং Whatsapp কী খূত্থাংদা online দা য়েংবীবা য়াগনি। অয়ুক পুং ৭ তগী নুংথিল পুং ৪.৩০ ফাওবা, লৈবাকপোকপা য়েংজদে। Whatsapp mobile : 9077188456

Contact : **JM Dr Ph Rajendra,** (International Astrologer)
Nongmeibung Wangkheirakpam Leikai
Near Community Hall, Imphal East
HL-P/9658/21/4-22/5

নুংশং ওপরেসন তৌদনা ফহল্লসি

Naorem Ibomcha

নুংশংগা মরী লৈনবা লাইওং খূদিংমক :- অমাংথোঙ নাম্থবা, পোম্বা-তঙবা, চেখাইবা, ঈ তাবা, খোঙ হাম্বা য়াদবা, হাক্তৎচবা, নাই চারগা পোম্বা, অদুগা মখুল হুৎলকপা (ফেসতুলা), মচুম তাবা, ঈ অমাংবদা তৈরকপা, ঈ দ্রোপ-দ্রোপ তাবা, ঈ পেচকারিদৌনা কাপ্পা, মনুংদা পোম্বা (হেমোরোইদ), মনুংদা চাথৎপা, নাকল অমা চোম্থরকপা, মনুংদগী মতুম ওইনা ইম্থরকপা, চিকপা-শাবা, মপান অকোয়বা থাগৎপা, ফ্রা-ফ্রা লাওনা ইম্থরকপা, অমাংবা চেপ্পগা লাকপা, সনারৈ অথোনবদৌনা শাৎতোকপা, অরোয়বা তাঙ্কক হায়বদি খূৎনা ইনশিনবা, চঙদ্রবা (পদ্রাক-পদ্রাক তারবা) অমদি ওপরেসন তৌরুরগা অমুক হৌরকপা হায়রিবা লাইওংশিং অসি ওপরেসন তৌদনা য়াম্না লায়বা মওংদা ফহনবা ঙমজরে। মরম অদুনা মীয়ামগী লায়েংনবগী খূদোংচাবা থমজরি।

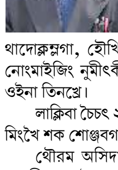
লায়েংজরিবা - **Naorem Ibomcha Meitei**
Heingang Awang Leikai Saya Club
Contact No. 6009147645/8014023792
HL-B/6972/17/5-15/6

অৰাবা ফোঙদোকপা

ঙসি তাং ২০/৫/২০২১ ইং, নুংথিল পুং ৩.০০ তাবা মতমদা মণিপুর সাহিত্য সমিটি থৌবালগী শঙলেন্দা এ. কে. দেবেন সিংহনা থৌরম মপূ ওইদুনা ফমখিবা মীফমদা মণিপুরগী অইবশিংগী মরক্তা কেসো সিংহ ইরেংবম অমদি ডা. যোদ্ধ চন্দ্র সনসম অনীনা মনুং মতম চাদনা খঙহৌদনা লৈখিদবদা সমিটিগী মেম্বরশিংনা ওজা অনীগী থৱায়না ঈশ্বরগী মনাক্তা লাইরমলেন্দা ঈংনা-চিক্না লৈরুনবা মিনিট ২ (অনী) তুমিন্না লেপ্তুনা অৰাবা ফোঙদোকখ্রে। লোয়ননা ওজা অনীগী ইমুং-মনুংগী অৰাবদসু শরুক য়াজরি।

হন্দক ওজা অনীনা লৈখিদবসি মণিপুরী সাহিত্যদা মেনখৎপা ঙম্লরোইদবা অৰাৎপা লৈহৌরগনি হায়বগা লোয়ননা মথং মপোক হায়বা অমা লৈরবদি মণিপুরী ইমাগী ফম্পাক্তা অমুক হন্না পোক্লক্তুনা ৱাৎহৌরিবা সাহিত্যগী পূক্কে থলহনবা ওইসনু হায়না ঈশ্বরগী মফমদা থৌনীজখি।

অৰাবা ফোঙদোকচরিবা : **সমোম রঘুমনি সিংহ**
মণিপুর সাহিত্য সমিটি
থৌবাল, মণিপুর
HL-P/9198/22



লান্ন-থৌরম ঃ

মালেম তাইবংপাল অসিদা মপূগী শিন্থা পাংজরম্বা, ঐখোয়গী ইরক্তা তিনবীরম্বা **অহৈবম প্রেমকুমার (ইনাও) মৈতৈ**- না মপূগী শিন্থা লোইরদুনা মাগী নুংশিজরবা ইমুং-মনুং, শাগৈ-নাতৈ অমদি মরুপ-মপাং খ্বাই পূম্নমকপু থাদোক্লম্লগা, হৌখিবা চৈচৎ ০৯/০৫/২০২১ কুমজা শজিবুগী ২৮নি পানবা নোংমাইজিং নুমীৎকী য়াইফরবা পুংফমদা তাইবং মপূগী লৈকোন্দা লৈরাং লৈনম ওইনা তিনখ্রে।

লাক্লিবা চৈচৎ ২২/০৫/২০২১ কালেনগী ১০নি পানবা থাংজ নুমীৎতা মপূগী মিংখৈ শক শোঞ্জবগা লোয়ননা লান্ন-থৌরম থোক্লে।

থৌরম অসিদা অহল-লমন অমদি মরুপ-মপাং খ্বাই খিবিক্লা মতম চানা লেঙবীরক্তুনা হৈরাং-লৈরাং কৎপীরনবা অমদি মপূগী মিংখৈ শকচ-শোঞ্জবা তাবীরনবা পাউচেগী থোঙদা পাউজেল চৎচরি। পাউচেগী থোঙদা পাউজেঞ্জবগী অয়োন-অরান খিবিক ঙাকপীগনি।

লৈঙাক্কী অথিংবা লৈবা মরম্না থৌরম অসি অয়ূক্কী পুং ৮দগী হৌজরগা ১১দা লোইশিঞ্জগনি।

সেবা ফংজরিবী :-
অহৈবম ওংবী সোফিয়া লৈমা (লোয়নবী) অমদি ইমুং-মনুং লমশাং বজার।
HL-P/9765/22

CONDOLENCE MESSAGE

The Employees of the Manipur Renewable Energy Development Agency (MANIREDA), Imphal, convey deepest condolence at the sudden and untimely demise of beloved colleague (Late) Shri Salam Baleshwar Singh, Computer Operator, MANIREDA, a resident of Takyel Khongbal, Khumanthem Leikai, Imphal West.

(Late) Shri Salam Baleshwar Singh, was the serving President of MANIREDA Employees Association (MEA). He was a sincere and dedicated person who was loved by all. His untimely demise has left all the employees of MANIREDA in deep grief and sorrow.

May his soul rest in peace and the Almighty give strength and solace to the bereaved family.

Sd/- **Director,**
MANIREDA
HL-P/9769/22 & 23

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্না মরী লৈনদে।