# হীদাক কান্নরবা পান্বীশিং ঃ কবো লাংথ্রে

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

*লাংথ্রে* পান্বী হায়রগদি মণিপুরগী মাইবা-মাইবীগী অনা-লায়েংদা থোইদোক্লা মরু ওইবা মফম অমা কল্লিবা হীদাক পান্বীনি। মণিপুরদা লাংথ্রে পান্বী মখল খরা হৌবগী মনুংদা কবো লাংথ্রে অসিসু অমনি। লাংথ্রে অমসুং কবো লাংথ্রে মখল অনী অসি লাংথ্রে পান্বী মখলশিং ওইনা কৌনরবসু পান্বী ২ অসিদি য়াম্না খেৎন্নখরে মদুদি জেনেরা অমসুং ইসপিসিস ফাওবা তোঙাল্লি। কাবো লাংথ্রে পান্বী অসি ইংলিসতা গোটস হেদ (Goat's head) নৎত্রগা ষ্টার বর (Star burr) নৎত্রগা টেক্সাস কোকস্পর (Texas cockspur), ফ্রেঞ্চতা হর্বি সেভান (Herbe savane), নাইজেরিয়াদা কসিনিয়াও (Kasinyawo), হিন্দি অমসুং ইনিদয়াগী লোল খরদা কাতু নেরিনজি (Kattu neringi) নৎত্রগা সারোতো (Saroto), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *একান্থোসপর্মম হিসপিদম (Acanthospermum hispidum DC)* নৎত্রগা *একান্থোসপর্মম হ্যমিলি (Humile)* হায়না কৌই অমসুং লাংথ্রে নৎত্রগা নুমিৎলৈ পান্বীগী শাগৈ *এসতরেসী (Asteraceae)* দা চল্লি। পান্বী অসিগী জেনেরিক্কী ওইবা মমিং একান্থোসপর্মম হায়বসি গ্রীক্কী ৱাহৈ একান্থোস হায়বসি তিংখং (Spiny or thorny) অদুগা ইসপর্মা হায়বনা মরূ হায়বনি - হায়বদি পান্বী অসিগী তিংখং পানবা মরূ পানবা পান্বী হায়বনি।

অদুগা ইসপিসিসকী মমিং হিসপিদম হায়বসিনা লেতিনগী ৱাহৈ হিসপিদা হায়বসিদগী থোনখিবনি - মসিগী ৱাহন্থোক্তি কবো-লাংথ্রে হায়রিবা পান্বী অসি মতু য়াম্না চোন্বা (হিসপিদ) হায়বনি। তশেংনমক কবো-লাংথ্রে পান্বীগী মশা পুন্নমক্তা জৌ-জৌ লাওবা মতু য়াম্না চোন্মী। কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি সেন্টিমিটর ৯০ ফাওবা ৱাংবা মসা য়াম্না লোঙবা চহী ১ নৎত্রগা ২ রোম পুন্সিবা হঙ্গাম মপাল মচুগী খূৎনাওবীমুক চাউবা লৈ পানবা পান্বী অমনি।

পাউদমশিংগী মতুং ইন্না কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি খা অমেরিকাদগী হৌরকখিবা ওইজরগসু ময়ায়থংবা অমেরিকা অসিসু পান্বী অসিগী হৌরকফম অমনি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা পাউদমলি। অদুবু ঙসিদি কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি অৱাং থংবা অমেরিকাগী লমদমশিংগী, এসিয়া অমসুং ওষ্ট্রেলিয়াগী অয়াম্বা মফমশিংদা শন্দোকখিদুনা মহৌশাগী ওইবা মওংদা হৌখরে। তশেংনমক্তি পান্বী অসি শারপ তৌবা সব-ত্রোপিক অমসুং হেন্না শাবা ত্রোপিকেলগী লমদমশিংদা য়াম্না চুংশিন্ননা হৌজরবসু খরা ইংলপ তৌবা তেম্পরেতকী মফমশিংদসু অদুমক মপুং ফানবা হৌবা ঙম্মী। তশেংবদি কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি ৱীড (Weed) হায়বদি হাজোংবা পান্বী অমনি। পান্বী অসি লৌবুক, ইংখোল, খোংবান-লুপান, শনজাবুং, উমং-ৱামংগী মখাদা য়াম্না তোয়না হৌগল্লি। ঐখোয়না থাজনৈ মদুদি পান্বী অসি কবো লমদম (হৌজিক ম্যান্মারগী শরুক অমা ওইরিবা) দগী হৌরকখিবনি। কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি ইহান হানবা ওইনা কুমজা ১৯৪০ গী অদুৱাইদা ইন্দিয়াদা চঙলকখিবনি হায়না থাজনৈ। ইহান হানবা ওইনা খা ভারত্তা কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি রেলৱে ষ্টেসনগী ময়াদা উখি।

ইথনোবোতানিকেলগী ওইবা পাউদমশিংগী মতুং ইন্না কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি কুইরবা মতমদগী জোন্দিস (Jaundice) মলেরিয়া (Malaria), ওবা (Vomiting), সেফালজিয়া (Cephalgia) হায়না খঙনবা কোক য়াম্না কন্না চীকপা, থজিন শাওগৎপা, অঙাংগী য়াঙ চিংবা, পুক নাবা, খোঙ হান্বা য়াদবা, য়াম্না কন্না অরুম-লাইহৌ তৌবা, লিন্না চীকপা, শারৈ থুংবা, ব্লেনোরিয়া (Blennorrhoea) হায়না খঙনবা নুপীগী অঙাংথোঙদগী অনংবা মচুম য়াম্না তোয়না তাবা নৎত্রগা মীত্তগী য়াম্না তোয়না মচুম তাবা, হেপাতো-বাইলিয়ারি (Hepato-biliary) হায়না খঙনবা লিভর শোক্তুনা মথৌ মপুং ফানা তৌবা ঙমদবা অমসুং মহীক-মতাংনা থোকহনবা অনাবশিং অসিদা লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নরক্লি। অতোপ্পা পাউদম অমগী মতুং ইন্না কবো-লাংথ্রে পান্বী শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু মনা-মশিং অমসুং মহৈ-মরোং পান্বীশিংদা চাইথোকপদা লায়না-তিন্না কয়ামরুমদগী ঙাকথোকপগী মথক্তা শাষণনসু চাদে (মসিবু এন্তিফিদেন্ত হায়না কৌই)। পাউদম অমগী মতুং ইন্না কবো-লাংথৈ পান্বী অসিদা মীওইবগী পাঙ্গল হেঙ্গৎহনবা ঙম্বগী মগুন য়াওই অমসুং এন্তিবাইওটিক্কী হীদাকশিং শাবদা শীজিন্নৈ। অঙাংনা য়াম্না তোয়না লোক-কংখু তৌরবদি কবো-লাংথ্রে পান্বীগী অনৌবা মতোন নৎত্রগা মনা অদু ঈশিংদা ফজনা চামথোক্লগা শুগাদুনা লৌবা মহী অদুদা খোইহী খরা হাপ্তুনা নোংমদা চামচ ২ গী চাংদা পীথক্তুনা লায়েংবা য়াই। হায়রিবা অশেন্বা মহী অদু চাং নাইনা পীথকপদা য়াম্না তোয়না য়াঙ চিংগনবা (Convulsion) অসিদসু থোইদোক্লা কান্নবগী পাউদমসু লৈ। কবো-লাংথ্রে পান্বী অদু ফজনা চামথোক্লগা শুগাইদুনা শেন্বা অনংবা মলম অদুনা চাং নাইনা তৈবদা মখল-মখা কয়াগী উনশাগী লায়নাশিং লায়না ফহনবা ঙম্মী হায়বগী পাউদমসু লৈ। কুমজা ১৯৯৪ দা লেমোনিকা অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা পীখিবা পাউদম অমগী মতুং ইন্না কবো-লাংথ্রে পান্বী অদু ঈশিং খরগা শুগাইদুনা শেন্বা মহী অদু অঙাং য়ৈথবা (Abortion) ঙম্বগী মগুন য়াওই হায়বসিনি। **Alphaherpesvirus, Pseudorabies virus** অমসুং **Bovine herpesvirus** শিং অসি ঙাকথোকপা ঙম্বগী মগুন অসি কবো-লাংথ্রে পান্বীদা য়াওই হায়না **Artur Summer field** অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা কুমজা ১৯৯৭ দা থিজিনবদগী খঙবা ঙমখি। **Abdulkarim Agunu** অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা কুমজা ২০০৫ দা থিজিনখিবদগী ফংলবা পাউদমগী মতুং ইন্না কবো-লাংথ্রে পান্বী অদু য়ু (Methanol) দা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু মীওবগী খোঙ হামথবা অদু থিংবা ঙম্মী হায়না চাংয়েং তৌদুনা উৎখরে। থোইদোক্লা পূক্লিং থৌগৎনিংঙাই ওইবা থিজিন হুমজিনবা অমদা কুমজা ২০০৭ তা **Deepa** অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা কবো-লাংথ্রে পান্বী অসি চাদা ৫০ গী মপাঙ্গল লৈবা ইথানোল হায়রিবা য়ু মখল অসিগা শুগাইদুনা শেন্বী মহী অদু উচীদা চাংয়েং চথ্দুনা য়েংবদা **Dalton's ascites lymphoma** হায়রিবা কেন্সর মখল ফজনা ঙাকথোকপা ঙম্বা মরম্না পান্বী অসি মীওইবগী কেন্সর মখল খরা ঙাকথোকপা ঙমগনি হায়না পাউদমখি। **Enterococcus faecalis** অমসুং **Staphyloceccus aurens** হায়রিবা বেক্তিরিয়াশিং অসি ঙাকথোকপা ঙম্বগী মগুন অসি কবো-লাংথ্রে পান্বীদা য়াওবগী পাউদমসু লৈ।।

# থৌনা ফবী ইমাশিংবু ইকোক নোন্না পুনেমজরি

-ডা. ঙাঙবম শান্তিকুমার মীতৈ-

*(হান্নগী মখা...)*

মসিদি ইমা ইবেলদা নত্তে ইরমদম কংলৈপাক অমদি নোর্থ ইষ্টতা লৈরিবা মীপূম খুদিংমক্কী তৌদা য়াদ্রবা মথৌনি, ইথৌনি হায়না লৌগদবনি। খোঙজং অদুদা বি জে পিনা পায়বা লৈঙাক্লা, কোংগ্রেসনা পায়বা লৈঙাক্লা নৎত্রগা অতোপ্পা পোলিটিকেল পার্টি অমনা পায়বা লৈঙাক্লা হায়বগী খেন্নবা লৈতে। অসিগুম্বা ঐখোয়দা শোক্কদবা লো অমা নৎত্রগা চৎনবী অমা হেক ষ্টেট নৎত্রগা সেন্টর লৈঙাক্লা পুথোরক্লবদি মদু থৌনা ফনা থেংনদুনা, মায়োক্নদুনা ঙাকথোকহৌবা হায়বসি ঐখোয় খুদিংমক্কী ইথৌনি। পোলিটিকেল পার্টিনা শাগৎপা ঈহৌ নত্তে। তুংদা অকায়বা, অশোয়বা ময়াম অমা লাক্কদবা অদু উবদগী, খঙবদগী মীপাইবা পোক্লবা মীয়ামগী থম্মোয়দগী হৌরকপা ঈহৌনি।

অসিগুম্বা পাল্লিবা লৈঙাক্কী অমদি আর্মি অমদি পুলিস ফোর্সকী মথোং চাদবা থৌওং অদুদা ইমা কয়া অশোক-অপন, অকি-তুজুং নংখিবনি। ইমা ৬ অমদি য়াম্না হেনজিন্না শোক্তুনা হোস্পিটালদা লায়কন্নখিবনি। য়াম্না শাথিনা শোকখিবা ইমা খরা অমদি হৌজিকসু হোস্পিটালদা লৈরি হায়না তাই। প্রিন্ট মিদিয়া, সোসল মিদিয়া অমদি রেদিও, টি ভিনচিংবা মিদিয়া কয়াদদি ইরমদম কংলৈপাক্কী ইমাশিংবু থৌনা ফবীনি হায়না তোইনা তোইনা থাগৎপীরি মখোয়না লৌরিবা থৌদাং কয়া অদুগীদমক। নহান ফেব্রুৱারী ১৮গী পাউচেশিংদসু ইরমদমগী ওনরেবল চীফ মিনিষ্টরনা অহল ওইরবা মমা মপাশিংদা তাথি তাওইনা তৌবশিংবু চৈরাক পীননবা লো চৎনহল্লগনি হায়না লাউথোকপীরি। মসিদি ঐহাক্কী ৱাখল্লোন্দদি অদুক্কী মতিক থাগৎচৈ ঐখোয়গী ওনরেবল চীফ মিনিষ্টরবু অসিগুম্বা লো অসিগীদমক। অদুবু হংজনীংলিবা ৱাফমদি মীয়ামগীদমকনি, ইরমদমগীদমক্তনি শিরসু চঙলসু হায়দুনা ইরমদমগীদমক অমদি মীয়ামগীদমক চোঙথোরক্লিবা ইমাশিং, অহলশিং অসিদি য়ূমগী অহল লমন নত্তবরা। মখোয়বু লুনা, চান্না, নুংশিনা তৌবিফম অমদি ইকায় খুম্নফম থোক্তব্রা... করিগী মখোয়গী মথক্তা অসুক নুংশি হৈতবা থৌশিল থাদরিবনো... করিগীদমক্তা ঈংতপ্পা য়াম্না দেমোক্রেটিক ওইবা মওংদা ফমদুনা ৱাকৎ খোঙজং চঙশিল্লিবা ইমাশিং অদুবু মচাগুন্নবা আর্মি অমদি পুলিস ফোর্সশিংনা তাথি তাওইনা তৌবিরিবা। মসিগুম্বা মওং চাদবা চৎহৈদবা, তৌহৈদবা থৌদোকসি নোর্থ ইষ্টকী তোঙান তোঙানবা ষ্টেটশিংদা অমত্তা থোকখিদে। মখোয়গীদি লুচিংবশিংসু মীচমগা পূন্না চৎমিন্নখিবনি। অদুগা ঐখোয়গীনা চিনবাদদি মীয়ামগী সেন্টিমেন্ট খঙনা মীয়ামগা চৎমিন্নরি, মীয়ামগী অপাম্বগী মায়োক্তা লৈঙাক্লা চৎলোই হায়রগা অহল ওইরবী ওইগী লমদাং ওইরিবী ইশা ইশাগী ইমাগুন্নবা অহলশিং অসিদা শা ষণ তানবদৌনা টিয়র গ্যাস কাপশিন্দুনা, মোব বোম পোকখায়হন্দুনা, অশোক অপন থোকহন্দুনা অৱা অনা থোকহল্লিবা। থৌওং অদু য়াম্না পেন্দে। লৈঙাকপু পায়বিরিবা (ওর্দরদু লৈঙাক্লা পীখিবনিনা) লুচিংবশিং অমদি পুলিস অমদি আর্ম ফোর্সতা লৈবিরিবা ইচিন ইনাওশিংনা নীংশিংবীগদবা অমনা ইমাশিং অসিনা অতোপ্পা মহৈরোয় কাঙলূপশিং, সী এস ওশিং অমদি অতৈ অতোপ্পা মীয়ামগা খন্ন- নৈনদুনা, অফ-ফত্ত খুদিংমক খঙদোক্লবা মতুংদা কন্না হোৎনমিন্নদুনা সী এ বি পাস তৌখিদবগী অফবসি আর্মি অমদি পুলিস ফোর্সতা লৈবিরিবা ইচিন ইনাও নখোয়গী অমদি নখোয়গী নচা নশুশিংগীসু শরুক য়াওরি হায়বসি কাউবীগনু। মতুংদদি লৈঙাক্লা হায়রক্লবসু নখোয়না য়ানা য়ানবা নিংথিনা হায়নদুনা লোইশিন্নবা হোৎনবীয়ু, খূৎ থাগে খক খনবীগনু। ইমাশিং অসি ঐখোয় পূন্নমক্কী ইমানি। মখোয়দা খূৎ থাবা হায়বসি ঐখোয় ঐখোয়গী অপোকপী ইমামক্তা খূৎ থাবনি হায়বসি কাউগুমসি।

নাকল অমরোমদনা, টাইৱানগী চাইনিজ ইমাশিং অমদি অহল-লমন অসিনা থবক্তগী পোত্থাদুনা অৱাবা অমত্তসু য়াওদনা লম্পাক্তা, পার্কতা অমদি নীংথিজরবা তুরেল মপালদা চৎতুনা, জিমদা চৎতুনা (জিমদা চৎলি চাইনিজ ইমাশিং অমদি অহল ওইবা ইপা ইপূশিংসি। মখোয়না অঙম্বা কার্দিও এক্সর্সাইজ তৌবা, সাওনা অমদি ষ্টিমনচিংবশিং শীজিন্নদুনা পোত্থাবা) শাজেল তৌদুনা, ৱারী ৱাতাই শানদুনা নুংঙাইনা মতম লেল্লি। মখোয়দা শেলগী অৱাৎপসু লৈতে, টাইৱানগা চাইনাগা লাল তৌনগনি হায়বগী অৱাবসু লৈতে (লালদি ঐহাকসু করিমত্তা খল্লুদে, থোক্লোই মরমদি চাইনিজ মশেলনি)। অসুম্না লেল্লি মখোয়গী পুন্সি। অদুগা ইরমদম কংলৈপাক্কী ইমাশিং অসিনা নুংতিগী ইমুং মনুং পুবা ঙম্নবা অফং অফংবা থবক কন্না শূদুনা শেলসু তাল্লি অদুগা থা কাংদনা লৈকায়গী, লৈপাক্কী শোক্কদবা করিগুম্বা হীরম, থৌরম অমা হেক থোরকপদা ইমাশিং অসি অচিনবা থবক খুদিংমক থাদোক্তুনা ঈহৌ কয়াদা মাঙ থাদুনা চৎলি। অসুম্না ইমুং পুবা নত্তনা লৈপাক্কী ইস্যু কয়াদসু শরুক য়ারি। মসি ইমুং মনুং থাক্লবা হোৎনবগী, কোন্নদবগী অৱাবা মথক্তা লৈপাক্কী অৱাবা পোৎলুম কয়াবুসু লেপ্পা লৈতনা পুরিবনি। ঐখোয় পোকত্রিঙৈদগী ৱাদুনা লাকপদুনা ঙসিসু লেপ্পা লৈতনা ৱারি ইমাশিং অসি। মখোয়গী মীৎলু পিরাং কংবা হায়বদুসু লৈত্রে ইমুংগী অৱাবা, লৈত-লায়রগী অৱাবা, লৈপাক্কী অৱাবা, অৱাবগী অৱাবা ময়ামসিনা। করম্বা মতমদা ইরৈবাক্কীনি, ইরমদমগীনি, ইচা ইশুশিংগীদমক্তনি হায়বগী অৱাবা ৱাখলসে য়াওদনা ইমাশিং অসিনা মোমোন নোক্লা, হরাউ তয়াম্না টি ভিকা য়েংথোক্তুনা, লম্পাক লমজাউদগা কোয়থোক্তুনা মশুং মমান্নবী কয়াগা ফমিন্নদুনা, ৱা-ৱা নোকমিন্নদুনা নুমিৎ তাবা ঙাইদুনা নুংঙাইনা হিংজবা মহিংদো ফংলক্কদবা। ঐহাকপু পোকপীবা ইমাদি ঐহাক্কী মঙলানসি মঙফাওনদ্রিঙৈদা মচা ১০বু চাউনবা হোৎনরকপদা থবক কন্না শূমনখিবনা, চরা নাম্মা নাম্মতা চাদুনা লাকখিবনা পুন্সি নুংশাংনা হিংবা ঙমদনা, নুংঙাইবা ফংদনা পুন্সি অদুম লোমখ্রে। য়াম্না পেন্দে সুম খল্লুবদা। অপোকপী ইমানা অসুম্না চৎখ্রবসু হৌজিক হৌজিক লৈরিবা ইমাশিং অসিবুদি মখোয়গী লেমহৌরিবা পুন্সিগী নুমিৎনা তাদ্রিঙৈ চহী খরতা ওইরবসু করি শূদুনা শেল তানগনি, হোরেন হয়েংদি করি চাগনি, ইরমদম অসিবু মীতোপ মীয়ানচাশিংনা থোমজিল্লক্তুনা ঐখোয়গী ইচা ইশুশিং করম্না হিংহৌগনি, ঐখোয়গী ঙমখৈসিবু সুম সুম লোইশিল্লক্লব্রা হায়বনচিংবা অৱা অনাগী ৱাখলশিংসি য়াওদনা হরাউ নুংঙাইনা লেমহৌরিবা পুন্সিদো নুংঙাইনা লেনজবা ঙম্লবদি কয়াদা পেঞ্জগনি ঐহাক্কী থম্মোয়না। ইমাশিং অসিসু ঐহাক্কী অপোকপী ইমাগুম অসুম ৱানা ৱানা পুন্সি লোমখিগদ্রা হায়না ইতোমতা ৱাজৈ অরাপ্পা টাইৱান কৌবা লমদমসিদা। অদুবু ঐহাক্নদি নীংজবা অমদি ৱাজবা নত্তনা করি পাম্বৈদি লৈরি। ঐহাক্তি শেল পায়বসু নত্তে অদুগা ইরমদমগী লুচিংবা অমসু নত্তে। অদুবু ইরমদমদা লৈবিরিবা ইরমদমগী ইরৈচাশিং অমদি লুচিংবশিং অসিনা থম্মোয় শেংনা মথৌ তৌনরবা, খরা কৎথোকপগী ৱাখল চেন্নরবা, অতোপ্পগী অৱাবা উবা ঙমদুনা অতোপ্পগী মতেং পাংবীবা ঙম্লবা, ইরমদম কংলৈপাকপু তশেংনা নুংশিবীরবদি ইমাশিং অসিগী লেমহৌরিবা পুন্সিসি নুংঙাইনা থম্বীবা শোয়দনা ঙমগনি খল্লি।

লোইশিল্লকপদা, ইরমদম কংলৈপাক্কী ইমাশিং অসি য়াম্না ৱারে। অৱাবতনা মশরুক ওইরে। ইমা খুদিংমক অসিনা হেক মমা অমা ওইরকপদগী পুন্সি লোম্বা ফাওবসি অদুম ৱানা ৱানা অফং অফংবা থবক শূদুনা ইমুং পুনবা হোৎনদুনা লাকপতা নত্তনা লৈপাকসিদা থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোক কয়াবুসু তেমশিংননবা হোৎনবিরি। অসুক য়াম্না ৱানা ৱানা লাকখ্রবা অমদি লৈপাক্কীনি অমদি মচা মশুশিংগীনি হায়বদা থৱায় খূবাক্তা হাপ্তুনা চোঙথোকপা ঙম্লবী ইমাশিং অসিদা মনা মথুম পীদুনা ইকায়খুম্নবা উৎপগী মহুত্তা মখোয়বু তাথি-তাওইনা, থীনা তৌবিবদি য়াম্না অরানবা ওইগনি খল্লি। লৈপাক্কী লুচিংবসু ওইসনু, আর্মিসু ওইসনু, পুলিসসু ওইসনু, ডোক্তরসু ওইসনু, শেল পায়বসু, ফনা মতিক ময়াই লৈবা মীওইসু ওইসনু ইমাশিং অসিবু তাথী তাওইনা তৌবিবদি য়াম্না অরানবা লমচৎনি। ৱাদুনতা লাক্লবা, মীৎলু পিরাং কংজবা খঙজদ্রবা ইমাশিং অসিবু তাথী তাওইনা তৌবীবগী মহুত্তা মখোয়বু নুংশিনা, ইকায়খুম্নবা উৎপীদুনা, মখোয়গী থৌনা থাগৎতুনা মখোয়গী মচা মশুশিংনি হায়না চাউথোকফম থোক্তব্রা? অসুম্না মখোয়বু ইকায়খুম্নবীদুনা অমদি নুংশিবীদুনা লেমহৌরিবা মখোয়গী পুন্সিবু নুংঙাইনা থম্বীবনা মচা ওইবা ঐখোয়গী ঈহৌ ওইহনবনা পূন্নমক্কী অফবা ওইগনি হায়বসি কাউফদে। ইরমদমগী ৱাজরবী, মীৎলু পিরাং কংজদ্রবী, থৌনা ফরবী ইমাশিংনা য়াইফরে, কংলৈপাক্লা য়াইফরে, পূনশিনবনা য়াইফরে।

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