

# ষণদা মতম চানা নাওফম তারক্তবা - করমা ঙাকথোক্কনি

ডাঃ সরাংথেম জেম্মারাগী

**ষণবীনা** ষনাও পোকপ্তবা মতুং পুং ৩-৮ ফাওবগী মনুংদা করিগুস্তা নাওফম তারক্তবদি মদু ঐথোয়না বিতেন প্লেসেন্টা/নাওফম তাদবা হায়না খঙুনে। নাওফম মতম চানা তাদবগী লায়ওং অসি ষণ, ইরোই, হামেঙে অমদি যাওগা য়েংনবদা ষণদনা ষ্বাইদগী হেমা তোয়না থোকপা থেংনে।

**নাওফম তাদবগী হৌরকফম :**

১) করিগুস্তা ষণবীনা ব্রুসিলোসিস, ইনফেক্টমস বোভাইন রাইনোট্রেকাইট্রিস, টুবরকুলোসিস অমদি অতোপ্লা কোকফাইনা থোকহনবা লায়না কয়া অসিনা নাওফম তাদবগী মচাক অমা ওইহল্লি।

২) করিগুস্তা পোকপ্তবা ষনাওদুনা মশা চাউনা পোকপা নংত্রগা ষণবী মচা পোকপা গুদদনা নংত্রগা মচা খাও লৈশি দুনা লৈবা অসিনসু নাওফম তাবা গুদহলেদে।

৩) থা শুদনা পোকপা নংত্রগা থা মঙগী মনুংদা মচা কায়বা অসিনাচিবা ময়ামসিনা নাওফম তাদবগী মচাক ওইহল্লি।

- হীদাক শীজিমুদুনা নমদুনা মচা পোকহনবা
- মপা মপু হাঙুস্তী ওইরকপা।
- শঙ্কাম থোকপী অমদি মচাঞ্জাক হেমা পীজবা ষণদনা হেমা উবা ফুই।
- চ্চী লীরবা, লাবা পোকপা ষণবীনা হেমা থোকহল্লি।
- ভিটামিন অমদি মিনরেল রাংলসু হায়রিবা নাওফম মতম চানা তাদবগী অরাসি য়ায়া তোয়না থেংনে।

**নাওফম তারক্তবগী লায়ওং :**

করিগুস্তা মতমদু নাওফম মচেনে অমা মপানথোঙা পুং ১২ দগী হেমা য়াহুদুনা লৈবা থেঙুনে। হায়রিবা মতমসিদা ষণবীদা চানিং-থিক্কাবা ফাওহলেদে। শঙ্কাম থোকপা হুইহল্লি। করিগুস্তা মতমদু মচা খাওদা চাউখংহুদুনা হকচাং শাগংহল্লি, অয়ান্না মতমদা শঙুদুনা লৈবা থেংনে অমদি খোমদা হৌরকই।

নাওফম তাদবগী অরাসি মায়োক্কট্রিঙেদা মখাগী যৌরাংশিংসি ষণবুনা পায়খংপীবা য়াই :-



সে নং	মতম	করি তোঁবা য়াই
১.	গর্ভ পুরে হায়বা খঙলবা মতমদা	- শজিক মরাং কায়না পীজবা। - মফোনগী শরক্ক পীজবা মতমদা

২.	মচা পোকপ্তবা থা অনীমুক রাংলিঙে	- ভিটামিন, মিনরেল অমদি থুম হাঙুগা পীজবগনি। - ষণবী খুদিংমক নোংমদা পুং ২ গী চাংদা হকচাং শাজেল তৌহনবা ফে। - শগোল হরাই অতিংবা নোংমদা গ্রাম ২৫০- কেজি ১ ফাওবগী চাংদা পীজবগনি মসিনা ভিটামিন ঙি অমদি সেলিনিয়মগী চাং রাংৎপা হুইহনগনি।
৩.	পোকপ্তদৌবা হাপ্তা অনী রাংলিঙেদা	- মচা পোকপ্তদৌবা ষণগোন্দু নিংথিনা লু-নামা থস্বীগনি। - মসিনা মচা পোকপ্তবা মতুংদা লায়না কয়াদগী ঙাকথোকপা গুমগনি।
৪.	মচা পোকপা নুমিৎ	- হান্না নাওফম তাদবগী যৌদোক থোকপ্তগদি মচা হেক পোকপগা ওক্রিটোসিন ৩০-৫০ IU কালীগনি। মসিনা মতুং পুং ১২ লৈরগা অমুক হুই কালীগনি।

**নাওফম তাদবসি করমা লায়োংগনি:**

করিগুস্তা ষণবীনা অনা অয়েক্কি লায়ওং উল্লেক্কদি তপ্প-তপ্পা নাওফমদু চিংখোকপীবা য়াই। অদুনা মসিদা ফেরসায়না চিংখোকপীরগদি মচাখাও মনুংদা

লৈরিবা কেটিলিডেনশিংসি য়ায়া পাবনিনা নপশিন্দুনা লৈত্রগদি অতোপ্লা লায়ওং কয়া থোরকপা য়াই অমদি মচা পোকপদগী মথং হিট লাকপগী মতমসি শাংথহল্লি।

করিগুস্তা মতমদা নাওফমদু চিংশিলবা হীদাকশিং শীজিমবা য়াই অদু মসি কায়বা কয়া উবা ফুইদে। করিগুস্তা ষণবীদুনা মমাঙদা নাওফম তাদবগী কেস লৈত্রগদি হায়রিবা হীদাকসি মচা হেক পোকপগা শীজিমবা য়াই।

**নাওফম তারক্তবগী ষণবুনা করি করি তোঁবা য়াবগে :**

১) মতম চানা নাওফম তারক্তবগী মনাক নকপদা লৈবা খঙ হৈরবা ভেটিরিনারি ডাক্তর অমগা তানবগনি।

২) নাওফম মচেনে অমা য়াওরকপা উরগদি মদুনা লৌইনা তারক্তবা অরুনা পোৎ অমনা খক য়াহুইরোইদবনি।

৩) নাওফম মচেনে তারক্তবদু মপানথোঙগী মনাক্তা খক কথংপীরোইদবনি। মরমদি মসিনা অমুক মচাখাওদা চঙশিনত্রগা কুইনা লৈদুনা লায়না লায়ওং কয়া অমুক লাক্কনি।

৪) ফাইবোক পোকপা ষণবী অয়ান্না নুমিৎ ৮-১০ গুনখংনা পোকই। মসিনা নাওফম মতম চানা তাদবগীসু মরম অমা ওইহল্লি।

৫) করিগুস্তা হীদাক শীজিমুদুনা নাওফম তাখিবা ওইরগদি হীদাকশিং খুদম ওইনা এপিটাইওটিক্স, এপিটাইক্লেমেটরি, ভিটামিন অমদি মিনরেল সপ্লিমেন্টশিং অসি হাপ্তা অমুক পীজবগনি/কালীগনি।

৬) নাওফম তাদবগী লায়নাসি লায়োংলবা মতুংদা অমদি মচা পোকপ্তবা মতুং থা অমা লৈরগা অমুক হুই চেক অপ তোঁবগনি অদুনা মসিদা অয়ান্না মচাখাও নাবগী লায়ওং থেংনবীরগদি মসিসু লায়োংবীহৌগনি।

৭) নাওফম তাদবগী লায়নাসি লায়োংলবা মতুংদা অমদি মচা পোকপ্তবা মতুং থা অমা লৈরগা অমুক হুই চেক-অপ তোঁবগনি। অদুনা মসিদা অয়ান্না মচাখাও নাবগী লায়ওং থেংনবীরগদি মসিসু লায়োংবীহৌগনি।

৮) নাওফম তাদবগী লায়োংলগা ফরকপা ষণবীশিংবু অমুক থা অমা ফারকপা অমাঙথোঙদা হুইদুনা য়েংবদা করিগুস্তা মচাখাও নোর্মেল তারক্তবা অমদি ফত্ববা মচু মপালথোঙদগী তারক্তবা ওইরগদি হিট সাইকল অনীরক কানবীরগা মচা লৌবীনা হেমা ফে। মসি নংত্রগা মচা পোকপ্তবা মতুং নুমিৎ ৬০ নি লৈরগা লৌবীনা হেমা ফে।

৯) করিগুস্তা মতমদু ষণাও হেক পোকপা মপীদগী মখোম পীথকহৌদ্রগদি হোমেন চেঞ্জ তৌরকপদগী য়ায়া থুনা মচাখাও তাদবগী মচাক অমা ওইহল্লি।

১০) নিংশিংবীরগদা অমনা নাওফম তাদবগী হীদাক লাংথক শীজিমুদুনা লায়োংলিবা মনুংদদি লায়োংলিবা ষণবীদুগী শঙ্কাম শীজিমবীরোইদবনি।

ঐথোয়না নিংশিংনা শেনবীবা অমদি মতম চানা লায়োংবীহৌরগদি ষণবীশিংসি চাবোক ফনা লৈবা গুমনবতা নত্তনা হেমা শেপদাং লৈবা অমসু ওইহনগনি।

# ঙা য়োকপগা মরী লৈনবা ইকো-টুরিজম শেমগৎপা

ডাঃ য়ুমাম বেদজিং সিংহ

**টুরিজম** হায়বসি করিগুস্তা মফম অমা চাওখংহনবদা য়ায়া মরু ওইবা যৌদাং লৌরিবা লৌইশঙ অমনি। টুরিজম অসিনা খুনাইদা শেল-থুমগী ফীভম অমদি মফম অমগী মমাঙুঙেদগী লৈরক্কিবা হৌন-লোনচং কয়া চাওখংহনবদা অচৌবা যৌদাং লৌরি। টুরিজম অসিনা লৈবাক্কি/মালেম পুস্বগী ওইবা মরুপ-মপাং ওইবগী অফবা মায়কৈদা পুরকপদসু অচৌবা যৌদাং লৌরি। টুরিজম অসি লৈবাক্কি মপালদা পোৎ য়োনখিনবা ষ্বাইদগী চাউবা ইন্দপ্তিজ অমনি হায়বদি মালেম পুস্বগী ওইনা লৈবাক অমগী মপালদা পোৎ য়োনবদা টুরিজমা চাদা ১০ ওই অমদি মালেম পুস্বগী লল্লোন ইতিক্কি খবজা চাদা ৩৮ ওই।

হিমালয়া অমদি মসিনা অকোয়বদা উমং কয়া অমদি তুরেল কয়া লৈরি। হায়রিবা মহৌশাগী ওইবা ফজরবা শক্তমশিং অসিনা ইকো-টুরিজম চাওখংহনবা য়াবগী অচৌবা খুদোংচাবা অমা পীরি। ইকো-টুরিজমদা মরুওইবা পোৎশক অহুম য়াওরি। মখোয়শিং অদুদি মহৌশাগী ওইবা ফজবা, লমকোয়বা মীওইশিং অমসুং মফমদুনা লৈরিবা মীওইশিংনি। ইকো-টুরিজমদদি মল্টি নেসনল কম্পানিগা খেঁনে হায়বদি মফমশিং অসি মফমদুগী মীওইশিংনা মপু ওইবতা নত্তনা মফম অদুগী অচা-অথক অমদি পোৎ চৈ পুম্মক শীজিমৌ। মরম অদুনা ইকো-টুরিজম অসি মহৌশাগী খল কায়হন্দবা, মফমদুনা লৈরিবা মীওইশিংদা কান্নবা পীবদা নত্তনা লম কোয়বা লাকপা মীওইশিংদসু কান্নবা পীবা যৌওং অমনি।

অসুয়া ফিসরিগা মরী লৈনবা ইকো-টুরিজম অসি নৌনা চাওখংলক্কিবা যৌওং অমনি। মফম অসিদা খোই চোপ্পা, হি তোংবা অমদি ইরোইবনচিবা যৌওং কয়া পাঙথোক্কুনা লমকোয়বা মীওইশিংগী পুঞ্জিং চিংশিল্লি অমদি গুগী মহৌশাগী খল কায়হন্দবদা নত্তনা মফমদুনা লৈরিবা মীওইশিংগী শেন্টিংলোন ফগংহল্লি।



ইকো-টুরিজম অসি অকোয়বগী খল কায়হন্দবদা যৌওং অমা ওইবদা নত্তনা অতোপ্লা অচা অথক কয়া অমদি পোৎ চৈ কয়া অমসু য়োন্দুনা মীওই কয়াদা শেদাল লস্বী পীরি। মসিদসু নত্তনা মফমদুগী ওইবা জগোয় ঙশৈ কয়া উৎপগী খুদোংচাবা কয়া পীদুনা থবক ফংদা মীওই কয়াবু থবক পীবদসু মতেং পাংলি। খোই চোপ্পগী অমদি গু ফাবগী অখোই-অহেন তানবগী যৌরম কয়াসু পাঙথোক্কুনা মপু ওইরিবা মীওইদুখক নত্তনা অকোয়বদা লৈবা মীওই কয়াবুসু শেদাল লস্বী পীরি।

ঐথোয়গী লমদম অসিদসু চিংখোং-চিংয়া, পাৎ-তুরেল অমদি গায়োক পুঞ্জি কয়াবু ইকো-টুরিজমগীদমক শেমগৎপা য়াবগী খুদোংচাবা লৈরি। গু ফাদুনা শাম্বা, গুনা চুন-চুন ইরোইদুনা চংপবু য়েংবা হায়বসি য়ায়া নুংওইবা অমদি অরাসি পোখাবা য়াবা যৌওং অমনি।

মরু ওইনা অঙাংশিংনা গুনা ঙশিংদা চাবা অমদি শাম্বা উদবা য়ায়া হরাউজৈ। গু য়োকপা নংত্রগা লৌউ-শিংউবগী থবক পায়খংপদা চ্চী চ্চুপা চাং নাইনা শেল ফংবা হায়বসি রানা থোক্কনি।

তৌইগুস্তাসু ইকো-টুরিজম ওইনা শেমগৎলবদি চ্চী চ্চুপা চাং নাইনা শেল লাকপদা নত্তনা মীওই কয়াবুসু থবক পীবা গুমগনি। মণিপূরগী ওইনদি চিং, পাৎ, তুরেল অমদি গু য়োক্কিবা মফম অয়ান্না ইকো-টুরিজম শেমগৎপগী খুদোংচাবা মফমশিংনি। মরম অদুনা ইকো-টুরিজমগী কান্নবশিং অসি খুইমিান্দুনা খুয়াই অসিগী শেল থুমগী ফীভম ফংহনবদা খরদা ওইরবসু মতেং পাংনবা হেংনমিমরসি।

# লান অদু এপ্রিল ২২দা হৌরবসু, এপ্রিল ২৩না খোংজোমগী অকনবা লানফমনি

ডা. টি এচ সুরেস, এক্স দিরেক্টর হেলথ

**খোংজোম দে লাকপগা লায়ননা, এপ্রিল ২৩ নংত্রগা ২৫না করমা খোংজোম লাল নুমিংনো হায়বগী চয়েংনবা অমুক লাক্কানি। মণিপূরগী অমনা অনী, অনীনা মরি থোকপগী চহনবী অদুম লৈরি। জপ্তি কস্মিট ১৮৯১না এক্সেলো-মণিপূরী রারগী মতাংদা প্রেস ক্লবতা মার্চ ৩১ অমদি এপ্রিল ১, ২০১৮দা শিবনা সেমিনারদা স্পিসিয়েল ইনভাইটি ওইনা য়াওক্করবনা, ঐগী রিদরশিংদা খর হেমা মরীক চ্চুপা খঙহুইংজৈ।**

**বেক্সাউন্ড :** হৌরকখিবদি ইকায়খুম্ভজরবা মীওই খরনা বৃটিশ রিপোর্টতা য়ুম্ফম ওইরগা এপ্রিল ২৫না চুই হায়দুনা হায়রকপদগীনি। মখোয়শিং অদুদি Cheitharol Kumbaba<sup>1</sup> দা (C.K.) য়াওরিবা Captain F.M. Rundall & Captain Drury (Gurkha Regt) কীনি। মসিনা মথক্তা Mrs. Grim Wood<sup>2</sup> না মগী লাইরিজ Lt. Grant না ময়ুদা ইবা নেরেটিভিশংদু ঐনা ফুজ্জৈ। Grant হায়বসি মদ্রাস ইনফেন্ট্রী ১২শুবা Regt. কী কম্মান্দরনি। Tamu Column Commander Gerald T. Graham, মণিপূরগী পি এ অমদি অতৈ মকোক খোংবশিংনা ইবা পুম্ম মক হায়রিবা ফিল্ড কমান্দর ৩ অসিনা ইবদা য়ুম্ফম ওইবা গুত্তনি। মহাক্স লালদি য়াওননা লাল মশামক য়াওই হায়বা য়ানবগীদমত্তা মখা থংবা ওফিসরশিংদা এপ্রিল ২৩গী মথুংতা এপ্রিল ২৫দা লাল তৌই হায়না General Graham না ইহনবগী ওইথোকপা লৈ হায়বসি ঐগী লেংদ্রবা রাখলনি। অদুনা Gerald অসিনা Major Culprit নি। কম্মান্দর অসি এপ্রিল ২৩তা পল্লেলদা

থুই। অদুনা এপ্রিল ২৫গী মমাঙদা মহাক টমু নংত্রগা বন্সগী অতৈ গার্সিনশিংদা লৈফম থোক্কই।

**বৃটিশ রেকর্ডস :** a) Rundall না মণিপূরগী সিমফাই, লানবন অমদি খুংখোলা য়ানবগী মরমদা ই। অদুনা করমা মতমদা লাল শোক্কৈ হায়বদুদি পদে। b) Drury না মণিপূরগী সিমফাই ১০০০ মুকনি অদুনা খুংখোলা য়ান্বে হায়বদু পদে। ঐথোয় সিমফাইশিংনা হন্দোরকপদা Drury + Graham গী (2nd Battalion Gurkha 12th Madras Infantry) সিমফাই ৩৫০না থিংই, অদুনা মণিপূরগী দিফেন্স অদু য়ায়া কল্লি হায়না ই। মণিপূরগী সিমফাই ১২৪ শিবদা নত্তনা মাওন্টেন ইনফেন্ট্রি তাহাদুনা মী ময়াম অমসু হাংলি হায়না পল্লি। অদু অঙকপদি, বৃটিশ সিমফাই অনীখক শি অদুনা ১২ খক শোক্কই হায়না পল্লি। অশোকপদা Drury, Carnegie, Grant, Cox নাচিবা ওফিসরশিং য়াওরে। খুংকা খুংকা য়ান্বে লানফমদুনা মসিবু থাজবা ওইনীংগুইরা? মহাক্স করমা অমনা লাল শোক্কৈসু ইদে। c) Grant কী লেট্রেরা বৃটিশকী অপুনবা সিমফাই ১৫০নি হায়না পল্লি। অদুনা Drury না জেনরেলদা অহেনবা সিমফাই থাবিরক্কা হায়জৈসু হায়। লালগী মতমদু অমুক পুং ১১.৩০নি অদুনা অপুনবা মণিপূরগী শিবনা ২৩ই হেল্লি হায়না ই। বৃটিশকী শিবনা ২খক অদুনা অশোকপদা ১০/১১ হায়না ই (Graham গা মট্টে)। মসি থাজনীংগুই ওইবরা? মহাক্স মখোয়গী অহেনবা লাম্বী কয়া থাজিল্লকপগে অদুনা খুংখাংমা খাঙুনা য়ানবদসু পদে।

Grant না ময়ুদা ইবদুনা অতৈ পল্লিবশিংদি : i) 43rd Gurkha Light Infantry গী লাম্বী ৩৫ তমুনা মার্চ ২৭তা লাক্কই। মখোয়না তাং ২৫দা অচৌবা লানফম অমা থোক্কি তল্লদুনা শিখিবা/ফাখিবা/নাহোকখিবসি গুরখা ৫০০নি (ওফিসর ৫৫০নাওনা) তম্বী। ii) মহাক তাং ২৭গী নুমিৎ পুং ১১দা ইফ্যাল চহনবা ওর্দর ফুই। অদুনা মথংগী নুমিৎকী অমুক পুং ৫দা সিমফাই ৫০, অমগী

রাউন্ড ১৬০গা লোননা, মখা লৌইনা খোংশিল্লকই। iii) লস্বীদা লাল মতেক মতেক শোক্কুনা তাং ৩০গী অমুক পুং ৭তা পল্লেলদা থুই। iv) তাং ৩০ - মগী কাঙকুনা চিংদা কোম তৌদুনা লোংলস্বা য়োক্কা সিমফাই ১৫০ তানথোক্কি। অদুনা পল্লেলদা সিমফাই ২০০মসু তকথোক্কি। অদুনাগীদি খৌবালদা তাং ৩১গী অমুক পুং ৯দা থুংলদুনা মফমদুনা অকনবা লাল থেংনখি। v) লাল অদু এপ্রিল ১ ফাওবা চখখি। অদুনাগীদি এপ্রিল ১-৫ ফাওবা সড্কাগী বারী শাম্বাখি। vi) তাং ৬- মণিপূরগীশিংনা কয়া লান্দারক্কম্বী। মদুনা মণিপূরগী ১০ হাংখি। vii) তাং ৮ (থাংজ) - মণিপূরগী সিমফাই ময়াম অমা থোমজিল্লকপা উই। অদুনা বন্সাদগী লিংহল্লকউ হায়না ওর্দর তৌদুনা বিখত্রো তৌই। viii) পল্লেলদা মণিপূরগী সিমফাই ৩০০/৪০০ লোম থেংনৈ, মণিপূরগীশিংনা মখোয়বু থেংননি খন্দবা জাংনি। মখোয়না মণিপূরগী ৪০ হাংখি, Major Charles Leslic কী গুরখা ৪০০ (২-৪শুবা গুরখা) রি-এনফোর্সসু তৌরকখি হায়না পল্লি। মসিনা মতুংদগীদি মহাক্কী Narrative অসি য়ায়া মরুওইবা এপ্রিল তাং ১০-২৪ অসি করিমত্তা পদে।

**চৈথারোল কুম্বা রেকর্ড :** টমু কলমগী লালদি মার্চ ২৮দগী হৌরবনি। মসিদা ইরিবদি i) তাং ২৮- বৃটিশ অমনা লুইচিবা সিমফাই ৫০ ববোরোমদা চোখি (Bimani<sup>3</sup> গী মতুং ইলা মসি 42nd Gurkha Regiment কী Jamadar Birbal Nagarkati নি হায়)। মখোয়সি Yengkhoiba Major না লুইচিবা সিমফাই ১০০না তামখি। তাং ২৯দা তেংনৌপল যৌবদা বৃটিশক অকনবা লাল থেংনখি, মদুনা বৃটিশনা গুদমদা মখোয় তাং ৩১দা অথোকপম যৌখি (বিরমনি তেংনৌপলদা থেংনবদা গুদমদা নিংহল্লনা নুওঁরোজ অমুক থেংনখি, মদুনা য়েংখোইবা খক্ত হিংখি, মী য়ায়া শিখি, খরনা চোখি। য়েংখোইবিদ নুওঁরোজ চোখি, অদুনাগী মরীং খুনবীদা, অদুনাগী অথোকপদা)। -মথং-মথং