ৱর্ল্ড অলজাইমরস মন্থকা মরী লৈননা খঙমীন্নগদবশিং

— নুংশি খুমন —

ৱর্ল্ড হেলথ ওর্গেনাইজেশনগী মখাদা সেপ্টেম্বর ২১ দগী হৌদুনা থা অমা চুপ্প া ৱর্ল্ড অলজাইমরগী থৌরম লৈবাক শিনবা থুংনা পাঙথোক্লি। থৌরম অসি 'Remember me' হায়বা থিমদা পালন অসি থা অমা চুপ্পা পাঙথোকপনি। অলজাইমর লায়না নারবশিংবু থাক ৱাংনা থন্বীদুনা, নুংশিবা মিৎয়েংদা, মীয়াম মরক্তা লোইনবীগদবনি। লায়না অসিগী মরমদা ইরমদম অসিগী দিষ্ট্রিক্ট হোস্পিটাল থৌবালদা Senior Physician and Neurologist Dr. Nongthombam Hemantakumar M.D. (Gen. Medicine) DNB (Neurology) গী পাউদম অসিবু মীয়ামদা নীংশিংদুনা লৈনবগীদমক থমজবনি।

মীওইবশিংগী মরক্তা নীংশিংবা, খঙবা, লাকশিনবা ঙমদবগী পাঙ্গল মাঙশিল্লক্তুনা মীওই অমগী নোংমগী তৌফম থোকপা শিন্থাশিং পাঙবা ঙল্লক্তবা য়াওরি। মসিনা মরম ওইদুনা খুন্নাই অমগী মীওই মশেলশিংগী মরক্তা অমগা অমগা মরী থম্নবা ঙল্লক্তবদগী ওইরক্লিবা লায়ওং অসিবু অকাওবগী লায়না (Dementia) হায়না খঙনৈ। অলজাইমরস দিজিজ অসিনা অসিগুম্লবা অকাওবগী লায়না অসি থোকহন্নবগী অচৌবা মরম অমনি। হায়রিবা লায়না অসি মীওই অমদা মশাগী চহী ৬০ গী মথক্তা লৈরবশিংদা অয়াম্বনা নাগল্লি। পারি পুরিশিংদগী লৌনরকপা ওইরগনা মীওই অদুনা চহী ৩০-৪০ শুরকপদগীসু নারকই। লায়না অসি নুপীনা নুপাদগী শরুক অনী থোক্লা হেন্না নাগল্লি। লায়না অসি নাগনবগী (Incidence) চহী অসি চহী ৭০, চহী ৮০, চহী ৯০ দা চাদা ০.৫, চাদা ২, চাদা ৫ ফাওবগী চাংদা মথংশিৎনা নাগল্লি। লায়না অসিবু নারবা মীগী চাং (Prevelance) দা অমুক হায়রগদি চহী ৬৫ দগী ৭৪ ফাওবগী মনুংদা লৈবশিংদা চাদা ৩ দি নাগল্লি, চহী ৭৫ দগী ৭৮ ফাওবগী মনুংদা লৈবশিংনা চাদা ১৮ রোম অমসুং চহী ৮৫ গী মথক্তা লৈবশিংদনা চাদা ৩০ দগী ৪৭ ফাওবগী মনুংদা নাগল্লি।

আজাইমর দিজিজ অসি নাগনবগী মচাকশিং (Risk fector) অসি অনী অহানবদা চহী য়ামশিল্লকপা নুপী কাঙলুপ, Apolipoprotein E e 4 allele য়াওবশিংদা নাগল্লি। অলজাইভর দিজিজ নাখিবা ইমুংগী মীওইশিং অমসুং Down syndrome না নাবা মীওইশিংদসু নাগল্লি। লায়না অসি নাগনবা নৎত্রগা নাবা য়াবা মীওইশিং হায়রগদি ৱাখল মাঙনা কোক্কী শরুকশিংদা শোকখিবা মীওইশিং, থম্মোয়গী লায়না নাবা মীওইশিং, ঈশিং পুকচৎ, ঈদা মহাও হেনবগী লায়না নাবা মীওইশিং অসিনচিংবশিং অসিনি। হায়রিবা লায়না অসিনা নাগন্দবা মীওইশিংদি লাইরিক লাইশুশিংদা থাক ৱাংনা হৈবা, Apolipoprotein E e 2 allele, নুপীশিংনা Estrogen য়াওবা হীদাক শীজিন্নবা কাঙবু, কোলেষ্টেরোলগী হীদাকশিং চাং নাইনা শীজিন্নবশিং, ঈদা পুবা তাঙ-তাঙ নাবগী লায়না (Rheumatoid arthrities), চিকপা নাবগী হীদাক শীজিন্নবা অমসুং এন্টিওক্সিদেন্ট য়াওবশিং শীজিন্নবনা হায়রিবা লায়না অসিবু ঙাকথোকচবা ঙম্মী। লায়না অসি নাবগী চাংদি পারি পুরিদগী (Genetic) নারক্লবা ইমুং মনুংগী মীওই Polygenie pattern চাদা ৪০ দগী ৫০ রোমদি নাই। Autosomal Dominant দনা চাদা ২ নি, মশক হোংবা (Genetic Mutation) শিংদা, ক্রোমোজোম ২১, ১৪, ১ হায়রিবসিদা চহী ৩০ দগী ৫০ গী অথেংবা ফাওবদা চঙগল্লি। Trisomy ২১ (Down Syndrome) নাবা মীওইশিংদগী থোপ মনুংদা মশাগী চহী ৩৫ দগী শোকপা হৌই অমসুং চহী ৫০ দগী অনাবসু হৌই।

অসিগুম্লবা অলজাইমর দিজিজ অসি মতৌ করম্না নারকপনো, করিনা থোকহনবনো হায়বসিসু নৈনবা য়াই। Polygenetic, Sporadie, Autosmal Dominant, Amyloid Hypothesis শিং নৈনবা য়াই। Amyloid beta peptids হেন্না পুথোকপা নৎত্রগনা ৱাৎনা শেংদোকপা অমসুং মওং মান্না লান্না Neuritic plaque শেম্লকপদা ন্যুরোনশিং শিথহল্লি, মাঙহল্লকই অমসুং দিমেন্সিয়ানা নাহল্লকই। মসিদা নত্তনা Tau hypothesis-Tau protein বু লান্না Phosphorylation তৌরবা মতুংদা neurofibillary Tangle ওইনা ন্যুরোনশিংদা পৈশিল্লকই অমসুং ন্যুরোনশিংবু শিথহল্লকই। ইম্যুন সিষ্টেমদা কায়রকপা Oxidative stress excilatory amino acid toxicity, mitochondria দা কায়রকপা অসিনচিংবশিং য়াম্না তোয়না নারকপগী মচাকশিং ওইহল্লি। য়াম্না তোইনা লোইনগনবা (commonly associated conditions) লায়নাশিং (ভাস্কুলর দিমেন্সিয়া) ঈ উতোংশিংগী লায়নাদগী, Lewy bodies গা লোয়নবা দিমেন্সিয়াশিং অসিনি।

অলজাইমর দিজিজ নারকপগী তাঙ্কক অসি অহুম থোক্লা খাইদোকপা য়াই। অহানবদা ফুদোক্ত্রিবা লায়না (Sub Clinical) Amyloidosis, Biomarker শিং ঈদা য়াওরকপা হৌরকই। অনীশুবদা Mild Cognitive Impairement (M.C.I) কাওবা হৌরকপা মতম অদুবু মথৌদি পাঙথোকপা ঙল্লিবা তাঙ্ককনি। অহুমশুবনা অলজাইমর দিজিজ (দিমেন্সিয়া) গী অনাবনা ফুদোরকপা মতমদনি। অহানবা তাঙ্কক অসিবু হেন্না কুপথনা নৈনরবদা তারিখ খঙলক্তবা, ৱাহৈ লাল্লকপা, পোৎকী মমিং কাউশিল্লকপা অমুক হন্না নীংশিংবা ঙমদবা, মরেপ-ময়ুং অমসুং মথা (3-D) লাইগুম্বশিং শিন্দোকপা ঙল্লক্তবা, করিগুম্বা প্রোব্লেমশিং তাইশিন্নবা ঙল্লক্তবা, হিসাব পাবা ঙল্লক্তবা, ৱাখল চোইরকপা, শাউগনবা অমসুং উংলগা লৈগনবা অসিনি। অনীশুবা তাঙ্কক ওইনা মতম অমসুং মফম ঙাওরকপা, মীনা ঙাঙবদা লৌশিনবা ঙল্লক্তবা, তাবগা ঙাঙথোকপগা মরী লৈনদবা, খঙখিবশিং অমুক হায়দোকপা ঙমদবা, থেংনা নীংশিংলকপা, য়াম্না হৈননা ইরোয়ননা লৈবা মফমদা লম্বী কাউশিল্লকপা, অঙ্ক হোৎপা ঙল্লক্তবা নৎত্রগা মশীং হোৎপা ঙল্লক্তবা, মরাক-ময়ুং (2-D) ওইবা লাই য়েকথোকপা ঙল্লক্তবা, ৱারোইশিন চুম্না পুথোকপা ঙল্লক্তবা, অচুম অরান লেপ্পা ঙমদবা, পোৎ লৈবা, চাক থোংবা হৈজিল্লক্তবা, শাউগনবা, ৱাখল নুংঙাইতবা, তূম্বা য়াদবা, লৈতাফম খঙদবা অসিনচিংবশিংনি। অলজাইমর দিজিজনা নাবা মীওইশিং কাউজরবসু হৌখিবা থৌদোকশিং অমসুং অঙাং ওইরিঙৈগী থৌদোকশিংগী নীংশিংবা ঙম্বগী পাঙ্গল লৈগল্লি। অহুমশুবা নৎত্রগা অথেংবা তাঙ্ককশিংদা লোন ফজনা শীজিন্নবা ঙমদবা, অতেনবা অমসুং ঙাইহাক ঙাইহাক্কী ওইনা নীংশিংবা খক ওইরকপা, য়ূমদা লম্বী মাঙবা, ইরুজবদা ফি শেৎপা-চাবা অমসুং মনুং চঙবদা অতোপ্পা মীগী মতেং চঙলকপা, হান্না হৈরম্বা হৈজিল্লক্তবা, ঈশিং অমসুং অমাং অশোই চোইরকপা, হৈনবী শাজৎ-লিচৎতা অকায় অতোয় য়াওরকপা অমসুং মওং হোংলকপা অসিনচিংবশিং অসিনি।

Senior Physician and Neurologist Dr. Nongthombam Hemantakumar M.D. (Gen. Medicine) DNB (Neurology), Thoubal না লায়েংবগী শক্তম

হায়রিবা লায়নাশিং অসিবু খঙদোক্লবা হিষ্ট্রিদগী য়েংবা মতমদা তপ্না তপ্না কাওবা অসি থা, চহী রোমদগী ওইরকপা, হৌজিক হৌজিক্কী ওইবা থবকশিং পাঙথোকপা ঙল্লক্তবা অসিনি। নীংশিংবগী পাঙ্গল, থবক শিন্দোক-শিঞ্জিনগী হৈশিংবশিং, নাক য়েৎ উবা খঙবগী, লোনগী অমসুং লীচৎ শাজৎশিংদা অহোংবশিং অসিদা য়ামদ্রবদা হীরম অনীদা শোয়বগী মওংশিং উরগদি অলজাইমরনা নারে হায়না খঙনবা য়ারে। হায়রিবশিং অসিদা চাংয়েং ওইনা টেষ্ট তৌবসু য়াই। অলজাইমর দিজিজ নত্তবা অতৈ লায়নাশিং খঙদোক্লবা Electrolytes, Glucoes, Kidney, Liver function, C.B.C, lipid pofile, B 12 Foliate LFT শিং অসি ঈদা য়েংথোকপা য়াই। মথৌ তারবদি (Inflammatory markers), HIV, lime antibodies, VDRL, x-ray, ECG, Thyroid Function Test ঈশিং অমসুং Toxicology EEG, CSF গী টেষ্ট তৌথোকপা য়াই। দিমেন্সিয়ানা ঙন্না নাখিবা ইমুংগী মীওইশিংজিনেটিক টেষ্ট তৌবা মথৌ তাই।

Cerebro Spinal Fluid (CSF) তা Beta Amyloid 42 হন্থরকপা অমসুং Tau Protein হেনগৎলকপদা অলজাইমর দিজিজনা নাবগী ওইথোকপা অসি চাদা ৮৫ Sensitvity অমসুং চাদা ৮৬ না Specificity ওই। মসিদা নত্তনা ন্যুরো ইম্অজিংনা ব্রেনগী মমিংশিংসু নৈনবা য়াই। সি টি স্কান, এম আর আই স্কানগুম্বশিং তৌবা মতমদা লায়না অদুগী cortical atrophy নৎত্রগা থোপকী কোর্টেক্স পীকশিল্লকপা অমসুং অতৈ লায়না নাই-নাদে খঙবদা মতেং পাঙই। Positron Emission Tomography (PET) হায়বসিদা থোপ্তা য়াওবা Hippocampus, Entorhinal cortex কী মপাঙ্গল খঙদোকপা ঙম্মী। Amyyloid PET imaging না ওনবা য়াই। মসিনা অলজাইমর দিজিজ নৎত্রগা Mild Cognitive Impairement (MCI) খঙদোকপা লায়না ঙম্মী। Mini Mental State Examination (MMSE), হায়রিবশিং অসি অলজাইমর দিজিজ নারক্লবা নৎত্রগা কাউগল্লবা মীওইশিংদা তৌগদবা টেষ্টশিংনি। অসিগুম্বা লায়েং চত্থরবা মতুংদা তোঙান তোঙানবা অখঙ অহৈশিং তানবা মথৌ তাই। লায়েং চত্থরবা মতুংদা নীংশিংবা ঙম্বগী পাঙ্গলশিং খরমখৈদি হেনগৎহনবসু য়াই।

দিমেন্সিয়া/অলজাইমর দিজিজ নারগদি মশানা মশাবু কয়ামুক শোকচিল্লবগে হায়বগী খঙবা ৱাই। ইমুং মনুং অমসুং মরুপ মপাংশিংনা অনাবা মীওইশিংবু মপান থোক্লা চৎতনবা, মৈ মনাক্তা চঙদনবা অমসুং অতৈ খুদোংথিবা য়াবা থবকশিং তৌদনবা য়েংশিনবীগদবনি। দিমেন্সিয়ানা নাবা মীওইশিং অয়াম্বনা তুগল্লি। করিগুম্বা তুরবসু শোক্তনবা অকোয়বদা লৈরিবা পোৎশিং মফম চানা থম্বীগনি। লম্বীদা তাবা থৌরি নৎত্রগা ৱায়রশিং পূম্নমক নিংথিনা লোইশিন্দুনা থম্বীগনি। খোঙউপ তোংবা নৎত্রগা ফিরোল শেৎপদা মশাদা নুংঙাইগদবশিং খল্লবা শীজিন্নহনগদবনি। য়ারিবমখৈ মৈ ঙান্না থানবা মফমশিংদা চৎহনগদবনি। লোয়নবীবা মতমদা মহাক্লা য়াম্না লায়না খঙগদবা মওংদা লোয়নবীগদবনি। অলজাইমরনা নারবা মীওইশিংদা ৱাখল খলহনবা য়াবা ৱাহংশিং হংবিরোইদবনি। নারিবা মীওই অদুগী লন থুম অদু মহুৎ শিলহৌবা য়াবা মীওই অমদা পানবীবা য়াবগী আইন লৈ। অলজাইমর হায়রিবা লায়না অসি ঙসি ফাওবদা লায়েংদুনা পুরা ফহনবদি ঙমদ্রি। মখোয়বু নুংশিনা থম্বীবা, নীংথিনা থৌগল তৌবিবনা খ্বাইদগী অথোইবা লননি। অলজাইমর দিজিজ হায়বসি নাদ্রিঙৈ মতমদা চপ চানা ঙাকথোক্লবা পাম্বৈ লৈত্রগসু মীওইবনা কল্লিঙৈ মতমদা অফবা মচল শুবা চিঞ্জাক চাদুনা মীওইবা খুন্নাইগী মরক্তা অমগা অমগা তিন্নবীদুনা মশা খিংনা হিংবা, চাং নাইনা শাজেল তৌবনা মীওইবগী থোপ্পু নাদ-য়েক্তনা অমসুং পাঙ্গল কন্না থম্বা ঙম্মী।

রেভল্যুস্নরি অমা ওইনা জন-নেতা ইরাবত

— ডা. এল শশীকুমার, য়ূরেম্বম —

কুমজা ১৮৯১ গী খোংজোম লান্দা মণিপুরগী নীংতম্বগী নুমিৎ এপ্রিল ২৫, ১৮৯১ দা লোইখ্রে। মণিপুরগী লৈঙাক সাসন পূম্নমক পুননবগীদমক মেজর মেক্সৱেলবু মণিপুরগী পোলিটিকেল এজেন্ট অমা ওইনা হাপখ্রে। মতম অদুগী মহারাজ কুলচন্দ্র, টিকেন্দ্রজিৎ, থাঙ্গালনচিংবা কয়াবু বৃটিশকী মথক্তা লাল হৌবগী মরাল শীজিনবীদুনা অৱাবা কয়া তাখ্রে। মণিপুর হান্না নীংতমজবা ফুরুপ অমনি। বৃটিশ সাসনগী চৈরাক্কী মখাদা টিকেন্দ্রজিৎ অমদি থাঙ্গালবু ফাঁসি তৌদুনা ফৈদাবুংদা হাৎখি। বৃটিশ সাসনগী চৈরাক অসিদা মতমদুগী মীচম মীয়াম খুদিংমক্লা পেন্দবগী চৈনাখোল অমদি মীয়ামদা ফাওরম্মী। মণিপুর মীয়ামগী থম্মোয়দা বৃটিশকী ৱায়েল থৌদাবু কনা অমত্তা পেনখিদে। অসিগুম্বা শুপ্নম সাসনগী লৈঙাক অসিদা মীয়ামগী নীংতম্বা মাঙখিবগী নুংনাংবা কয়া মীচম মীয়াম্না মায়োক্লখি। অসিগুম্বা বৃটিশ সাসন অসিগী নুংঙাইতবা নীংঙমদবা কয়া মণিপুরগী মীয়ামগী থম্মোয়দা ফুমদুনা লাকই।

অসিগুম্বা মীয়ামগী লুরবা চিরবা মতাং কুমজা ১৮৯৬ সেপ্টেম্বর ৩০ দা পিশুম ওইনাম লৈকায়, ইম্ফালগী য়াম্না চম্বা ইমুং অমদা ইরাবত পোকই। অপোকপা অপোকপীদি হিজম ইবুংঙোহল অমসুং চোংথাম চনু থম্বালঙম্বী (থম্বালঙাংবী) নি। অপোকপা অহল নৌনা কায়নখ্রে। অপোকপী মমা ইবেম্মনা পুদুনা ইরাবত, শৌগাইজম ওংবী মনে ইবেম্মা ইবেতোনগী নাক্তা (মোইরাংখোম শৌগাইজম লৈকায়) লৈখি। নৌনা অপোকপী মমাসু কায়নখ্রে। মনে ইবেম্মনা হোৎনবীদুনা মহৈ মশীং তম্লকই। (মহাক্কী মরমদা মীওই খরগী মত অমনা) ইরাবত অসি হৌজিক্কী ফার্ষ্ট মণিপুর রাইফলসকী মনিং নম্বুল তুরেলগী মনাক্তা কৈশামথোংগী কবুই খুল অসিগী অৱাংদা লৈরম্বা হিজম লৈকায়দা পোকখি হায়রিবসিনা অতোপ্পা মত অমনি। ইরাবতনা পোকপা কুমজা ১৮৯৬ হায়বসিমক মণিপুরবু বৃটিশনা খুদুম চন্দুনা লৈবা চহী ৫ গী মতুংদনি। ইন্দিয়া অসি বৃটিশনা খুদুম চন্দুনা পূম্নমক্কী মপু ওইখ্রে। অসুম্না মণিপুর বৃটিশকী মখা পোনখ্রবা মতুংসিদা লমদমসিগী মীয়ামগী থম্মোয়দা পেন্দবা নুংনাংবগী ঈহৌ অমা অতৎ অখম লৈতনা মীচম মীয়াম খুদিংমক্তা ফাওনরকপা মতমনি।

ইরাবতকী পুন্সি অৱাবা খুদোংথিবনা মপুংনি। মনেনা হোৎনবীদুনা মহৈ তম্বগী লম্বীদা চঙশিল্লকই। মহৈ-মশীন তম্বা মতমদসু অফবা মীশক অমা ওইনা হৌরকই। অসুম্না জোনষ্টোন স্কুলদা ক্লাস সেভেন ফাওবা তম্লগা মখাদি কুমজা ১৯১৩ দা ধাকাদা শৌগাইজম সমরেন্দ্রগী মতুং ইন্দুনা লাইরিক তম্বা চৎখি। মহাক ধাকাদা ক্লাস নাইন ফাওবা তম্লগা মহৈ তম্বগী তাঙ্কক লোইশিনখি। কুমজা ১৯১৫ দা ত্রিপুরাদা অমুক চৎখি। চহী খরা ত্রিপুরাদা লৈরুই। মশাগী চহী ২০ মুক শুরকপা মতাং অসিমক পুন্সিগী অচৌবা তাঙ্কক অমা ওইরকখি।

মতম অদু মালেমগী অহানবা লাঞ্জাওগী মতমনি। ইন্দিয়া নীংতম্বা ঈহৌগী অকনবা খোঙজং অমগী মতমনি। অঙাং ওইরিঙৈদগী মীনা লাকচবা য়াদবা অচুম্বগীদমক, অতোনবশিংগীদমক য়োকখৎচবা মীশক অমনি। মদুগী খুদম মহাক্লা জোনষ্টোন স্কুলদা তম্লিঙৈগী ৱারী কয়া লৈখ্রে। মহাক্লা ত্রিপুরাদগী হল্লক্লগা শৌগাইজমদা অমুক হঞ্জিন্না চঙখিদ্রে। ৱাংখৈদা লৈবা মতমদুগী মণিপুরগী ষ্টেট দরবারগী মেম্বর অমসু ওইরিবা মাইবম শমদেনগী য়ূমদা লৈখি। ইরাবত মতম চুপ্পা লেম্না খক লৈখিদে। অশংবা মতমদা মীয়ামগী মরক্তা তিন্ন-তোৎনদুনা মীয়ামগী অপাম্বা অচুম্বা লম্বী থিবতনা মাগী শিন্থা ওইরম্মী। মতম চুপ্পা মৱৈবাকপু নুংশিজবা, নীংতম্বা পাম্বা মীশক অমগী শক্তম লৌরকই। লমদমসিগী মীয়ামগী মফমদা থেংনরিবা অৱাবা খুদোংথিবা পেন দবা কয়া য়াম্না কুপ্না থিজিন্দুনা অনৌবা নীংতম্বা পুন্সি অমা পুরক্লবা লেপ্তুনা হোৎনরকই। কুমজা ১৯২০ অদুৱাইদা লমদমসিগী শান্ন-খোৎনবা, সাহিত্য দ্রামা, লমদমসিগী খুন্নাইদা শোত্থনা লৈরিবা শেল থুমগী মিৎয়েংদা কন্না থিজিনবা হৌরকই। কুমজা ১৯২২ দা মশামক্লা মণিপুরী সাহিত্যগী লমদা অনৌবা ঈথিল অমা খঙহৌদনা পীরকই। 'মৈতৈ চনু' তশেংনমক লমদমসিগী 'মৈতৈ চনু' শিংবু নীংশিংবগী চাওরবা খুদোল অমনি। মহাক্লা নোংচুপ লোমগী চাওখৎপগী মমি অদু ঐখোয়গী লমদমসিদা পুশিল্লকপগী অহানবা শক্তম উৎপনি। অসুম্না মহাক্লা খোরিরোলগী লমদা মণিপুরগী খ্বাইদগী অহানবা চেফোং পুথোকই। খোরিরোলবু লমদমসিদা য়াকাইবনি। ইরাবত লম খুদিংদা থৱায় য়াওজবা লাক্কদৌরিবা লমদমসিগী পাদম য়াম্না শান্না উবা ঙম্বা মীশক অমনি। মহাক্তি মীওইপোক্তা অতাংবনি।

কুমজা ১৯২৫ এপ্রিল ৩০ দা গোবিন্দজিগী মান্দবতা শান্নখিবা লাইরেনময়ুম ইবুংঙোহলনা ইবা ইতিহাসিক দ্রামা 'নরসিংহ' দা মহাক্লা কুমদতকী শক্তম লাংদুনা কুমখি। অসুম্না দ্রামাগী লমদা খোঙদাই। মহাক্কী শক্তম অদুমক মরৈবাক মরমদম্ম নুংশিবা মীশক অমগী শক্তমনি। থোইদোক হেন্দোক্লা অয়েংবশিংনা ৱারীনবগী মশক ওইরি। মথংদা 'অরেপ্পা মরুপ' শান্নরকই। মদুদসু চন্দ্রসিংহগী শক্তমদা কুমখি। দ্রামাগী লমদসু থোইদোক হেন্দোক্লা মীয়াম্না শকখঙবা মীশক অমা ওইনা নীংশিংনরি। মহাক্লা কুম্বা লীলাশিংদা মরৈবাক নুংশিবা, মমা মচা কায়নবগী শক্তম কয়াদা শক্তম লাংই। দ্রামাগী রোল কয়াদসু লমদমসিগী মীয়ামগী থম্মোয়দা কাউঙমদ্রবা মশক কয়া ময়েক শেংনা উৎলম্মী। ইরাবত লম কয়াদা মণিপুরগী মীয়ামগীদমক্তা শেমগৎ-শাগৎপা কয়াগী লুচিংবা অমা ওইনা হনবা লৈতনা চঙশিল্লকই। মরম অদুনা লমদমসিগী লাইবক লেপ্পবগীদমক্তা নহারোল কয়াগী মরক্তা চঙশিল্লকই। মণিপুরগী মতম অদুগী নহারোল কয়াগী পুন্সিবু শেমগৎ শাগৎপা, হকচাং পাঙ্গল য়োকখৎপা, মীওইবা ফুরুপকী অথোইবনি খন্দুনা শান্ন-খোৎনবগী লমদা নহারোলবু শেমগৎ শাগৎনীংবগী ঈহৌদা চঙশিল্লকই। কাং শান্নবা, শগোল কাংজৈ, মুক্না কাংজৈ, শরিৎ-শরাৎ, হোকি, ফুটবোলনচিংবা কয়াদা চঙশিল্লকই। অসুম্না কুমজা ১৯২৭ দা মণিপুরদা ক্রিকেট টিম অমা লিংখৎখি। অমুক মখা চত্থরকপদা কুমজা ১৯২৮ দা অহানবা হোকি অমসুং ফুটবোল টুর্নামেন্ট অমা আসাম রাইফলসকী গ্রাউন্দদা পাঙথোকই। অসুম্না শান্ন-খোৎনবগী লমদা নহারোল কয়াগী পুন্সি লমজিংবা মীশক ওইরকই। কুমজা ১৯৩০ এপ্রিল ১৭ তা মীওই ৬ না শাবা কমিটি অমা শেমদুনা দ্রামাগী লমদা ফুরুপ অসিগী ওইনা মণিপুর দ্রামাটিক য়ুনিয়ন হায়না মমিং থোনবা দ্রামাগী লুপ লিংখৎলকই। ঙসি ঙসিমক মণিপুরগী দ্রামাটিক য়ুনিয়নগী 'লাঙ্গোল কারল' ওইরিবা অসি মহাক্ন া পুথোক্লম্বনি হায়রি। মতৌ অসুম্না লেপ্পা লৈতনা ইরাবত হীরম খুদিংমংক্তা লমদমসিগী রেভল্যুস্নরি অমনি হায়না ঙসি ফাওবা মীয়াম্না মাবু ইকায়খুম্নবগী মফম পীবিরি।

মতৌ অসুম্না হীরম কয়াদা মহাক্লা খোং থাংজিন্দুনা মণিপুরগী মনুংদা মহাক্কী তৌবা ঙম্বা শক্তি মগুন, মথৌনা, মরিংজেল কয়ানা মাবু শকখঙদবা লৈরক্তে। মহাক্কী মীথোই মীহেনবা মতৌ অসিদা মতমসিগী নিংথৌকোন্দা লৈবা মীশক কয়ানা মাবু মরী-মতা ওইনীংলকখি। ইরাবত্তা মহারাজ চুড়াচান দগী ময়াম্বুং চন্দ্রহাসকী মচাইবেম্মা অহল খোমদোনস্নাবু থাজদুনা লুহোংখি। মতম অসি চাওরাক্লা মশাগী চহী ২৭/২৮ লোম ওইবা মতমনি। মতম অদুগী অঙম অথৌগী মচা মশু অমগী তৌফম থোকপা অওং অউনগা লোয়ননা মমাক ইবুংঙো হায়বা মিংথোল ফংদুনা লৈবাক্লা ইরাবত শকখঙবগী মথক্তা হেন্না মপুং ফাবা মীশক অমগী শক্তম লৌরমই। মহাক্কী পুন্সিদা মতেক খরা ওজা ওইরম্মী। নিংথৌগী মচা ইবেম্মা খোমদোনস্নাবু মাগী নুপী ওইনা ফংজবদগী সদর পঞ্চায়েট মেম্বরগী ফম অমা পীশিন্দুনা ওজা ওইবগী শিনফমদগী পোথাই। ইরাবতনা সদর পঞ্চায়ট মেম্বর ওইখিবসি কুমজা ১৯২৭ তনি। ফম অসিগী মতিক মগুন য়াম্না নীংথিনা চাওই। মতিক চাবা লৌ পরি ২৫, থাগী তলবকী মথক্তা পী। মতম অদুগী খুঙ্গংগী থবক পূম্নমক পঞ্চায়তকী খূত্তা লৈ। মখোয়গী মথৌদি মপূং ওইনা হুরান চিন্থি, অশোক অপন থোকহনবা, মীগী মরল মথুম, মীগী নুপী ঙাঙনরুবা অসিনচিংবা কয়ানি। ইরাবত শেঞ্জা থুমজা শুকয়া য়াদে। অচুম্বগীদমক্তা, লায়র-অনংগীদমক্তা লেপখিবা মীশকনি। মহাক মশা মতমদুগী ফম্নাইবমক ওইজরবসু মীবু মীনা ওৎপা য়াখিদে। ওৎপীরবশিংগীদমক্তা লেপখিবা মীশকনি। মতমদুগী মীয়াম্না ইরাবতপু মমাক ইবুংঙো 'মেম্বর' হায়দুনা মী খ্বাইনা ইকায়খুম্নরিবনি। অসুম্না অচৌবা ফমগী মনুংদা লৈজরবসু মীয়ামগীদমক্তা থৌনা ফনা লেপখিবা মীশকনি, মীয়ামগীদমক্তা খন্দুনা মশাগী ওইজবা কয়া থাদোক্তুনা ফম সম্পত্তি থাদোকখি।

ইরাবত তোল্ল-তারবশিং শুরি নোল্লিবা লৈবাক মীয়ামগীদমক্তা মপূং ফানা পুখৎনবা হোৎনবদা থওই ৱাওইবীদ্রবা মীচমগী পুন্সিবু হেন্না ৱাংনা পুখৎনবা অনৌবা অওনবা পুন্সি অমা ওইরক্লবা হোৎনখিবা মীশক অমনি। কুমজা ১৯৩৯ 'নুপী লান' বু মণিপুরী পুৱারীদা ময়েক শেংনা থম্লবা মতম লৈবা খিবিক্তা মীয়ামগী থম্মোয়দা থেংনদুনতা লৈহৌনবা কন্না হোৎনৈ। মতৌ অসুম্না ইরাবত ফুরুপসিগী অপূনবা লিপুন শাগৎনবা, লোন, চৎনবী কয়া পুখৎনবা লোইননা অওৎ-অনৈ কয়াবুসু থেংনরম্মী। মতম অদুগী লাইনীংগী মিংদা ওৎপা অমাং অশেংগী মতাংদা কয়া হনবা লৈতনা থেংনরকখি। অমাং অশেংগী মাংঙে হায়দুনা ইম্বোকপা শিরবা মীওই অমবু মাংই শেংই হায়বগীদমক্তা পোৎলোইবা য়াদবগী চাওরবা ৱাথোক কয়া থোরকপদা ইরাবত মশামক্লা পোৎলোইবা, মশামক্লা ঈশৈ শক্তুনা শোরাৎ শোনখিবা ৱারী কয়া লৈখি। অমাং অশেংগী মতাং কয়াদা ষ্টেট দরবারদা কেস ফাওবা থাঙ্গৎতুনা শোক্লখি। মায় পাকখি। লৌমী মীয়ামগী স্বার্থগীদমক্তা লৌমী লূপ শেমদুনা পুনশিন্নবা হোৎনখি। কুমজা ১৯৩৫ দা নম্বোলদা লৌমীশিংগী অচৌবা মিটিং ফমদুনা 'মণিপুরী কৃষী সম্মেলনী' কৌবা লূপ অমা লিংখৎখি। মশামক্লা প্রসিদেন্ট অমসুং মাইমোম মধুমঙ্গল, ওক্রম ইবোমচা অনীনা মথংশিৎনা জেনরেল সেক্রেটরি অমসুং সেক্রেটরিনি। হায়রিবা লৌমী লূপ অসিনা নমথবীরবা লৌমী মীয়ামগীদমক থেংনখি অমদি মখল মখা কয়াগী দাবী পুখৎখি- (১) লৌমীদগী লৌ শৎপা য়ারোই (২) উতোং হুম্ফুমরিনা শংবাই শাগদবনি (৩) সের নিফুনা মোন শাগদবনি (৪) পিয়োন আমিনগী চাকথাক ককথৎলু (৫) য়াইরেক শন্ত্রি ককথৎলু (৬) দোলাইরেং, পোত্থাং বেকার ককথৎলু (৭) চন্দোল শেনখাই লৌরোইদবনি। অসিনচিংবা দাবী কয়া তৌদুনা মতমদুগী লৌমী মীয়ামগীদমক্তা অনৌবা জ্ঞান লৌশিং কয়া পীরম্বা মীশকনি।

ইরাবতকী পুন্সিদি থেংনবতনা মাগী মপূং ওইবা মথৌ অমা ওইখি। মতৌ অসুম্না পোলিটিক্সকী লম্বীদা খোঙ থাংজিল্লকই। অসিগুম্বা পোলিটিক্সকী লম্বীসিদা পুৱারীগী তাঙ্কক কয়া মায়োক্লখি। ইরাবতনা নিখিল হিন্দু মণিপুরী মহাসভাগী মরিশুবা মীফম কুমজা ১৯৩৮ গী দিসেম্বর ২৯/৩০ চীংঙা মীফমদগী পোলিটিক্সকী খোল্লাও পুথোক্তুনা ইহান হানবা ওইনা মীয়ামগী ওইবা পোলিটিক্সকী ঈহৌ শাগৎলকখি। মীফম অদুদা লমদমসিগী লাইনীংগী খেন্নবা থমদনবা 'হিন্দু' হায়বা ৱাহৈ লৌথোক্তুনা 'নিখিল মণিপুরী মহাসভা' ওনখি।

কুমজা ১৯৩৮ গী নবেম্বরদা ৱাংখৈ লৈকায়দা ব্রাঞ্চ কমিটি শেমদুনা মীয়াম্না থম্মোয় তিন্ননা লিংজেল মান্নতা থেংনমিন্ননবা ৱারেপ্লখি। মীয়াম পূন্না হৌমীন্নদুনা আইন সভাগী ঈহৌ চঙশিল্লগদবনি হায়বা পুখৎলকই। হায়রিবা মিৎয়েং অসিনা য়ূম্ফম ওইরগা চীংঙা মীফম লাকখিবনি। চীংঙা মীফমদা মণিপুরদা পুর্নদায়িত্বসিল সাসন লিংগদবনি সভালক ভোটনা মীখল তৌদুনা মীয়ামগী মীহুৎ খনগদবনি, অসিনচিংবা খুঙ্গংগী চাওখৎ থৌরাং কয়াগী পোরম য়াৎখি। পূম্নমক্কী মনুংদা খরদং পঞ্জরবদা, লাঙ্গোল পায়বনা লৌগী মপু ওইগদবনি, পাৎ তুরেল নিলাম কক্কদবনি, চীং-তমগী সাসন পুনমিন্নগদবনি। রানি গাইদিনলিয়ু জেলদগী থাদোক্কদবনি। ইরাবতকী ৱাখল কয়াদা ফজখ্রবা চীং-তমগী খেন্নবা থমদবা মচিন-মনাও ওইবগী ফজবা ৱাখল কয়া মহাক্কী থম্মোয়দা পীরম্বা পাউজেল কয়ানি। ইরাবত মশাগী ওইজবা কয়া থাদোক্তুনা লমদমসিগী মীয়ামগীদক্তা হেন্না কত্থোকপা লোয়ননা পাঙ্গল থোক্লা থেংনবা হৌরকখি।

মতম অদুগী মণিপুরী নুপীশিংগী থোইদোকপা থৌনা লিংজেল পুৱারীগী অনৌবা তাঙ্কক অমনি। কুমজা ১৯৩৯ গী চাওরবা নুপী লান অসিনি। মালেমগী পুৱারীনা খক কাউবা য়াররোইদবা মশক অমনি। মীয়ামগী ঈহৌনি। চম্না খূৎতা খূৎলায় য়াওদনা লমদম অসিগী নুপী মীয়াম্না থেংনখিবা শান্তি ওইবা খোঙজং অমনি। অসিগুম্বা নুপী মীয়ামগী খোঙজং অসিদা খূৎলায় য়াওজদবা, চাবা ফংলক্তবদা চেঙ থাবা থিংঙু হায়বগীদমক নুপী মীয়াম্বু খূৎলায় মতিক চানা পায়বা সিফাইশিংনা সঙ্গিননা থিনখি, বুটনা নেৎথখি, লীচৈনা কনখি, নোংমৈ গুন্দানা শুখি। লমদমসিগী নুপী কয়া অশোক অপন নংখি। মতম অদুগী পুলিস ইন্সপেক্টর ধনচন্দ্রনা তোংব্রম শখি দেবীগী থবাক্তা খোঙপাক্লা কাওখি। নুপী কয়া সঙ্গিলনা থিন্দুনা শোকখি। মণিপুরী নুপীশিংগী হকচাংদগী শিন্থরকপা ঈখেংতনা মফম অদু ঈগী ঈপাক ওইখি। ফনা য়াম্না হোৎনদুনসু নুপী মীয়ামগী ঈহৌ থিংবা ঙমখিদে। অসিগুম্বা মতমসিদা ইরাবত মণিপুরদা লৈতে। মহাক কছারদা মহাসভা অমগী থৌদাং অমগীদমক লৈখি। ইরাবত পাউ হেক ফংবগা হল্লকখি। নুপী মীয়াম মহাসভাগী লুচিংবশিং উনদুনা ৱাফমদু কুপ্না খন্নখি। মতমদুদা স্লোগান লাউবা য়াদবদগী লম্বীদা ঈশৈ ওইনা শক্তুনা নুপী লানগী লাঞ্জং চঙশিনখি। কুমজা ১৯৪০ জানুৱারী ৭ তা নুপীশিংবু তমথিনা লাক্লখিবগী লমন শিংগদবনি হায়না লেপ্লখি। ইরাবতকী ৱাফম অসি য়াদবনা মশীং হেন্দুনা মায়থীখি।

কুমজা ১৯৪০ জানুৱারী ৯ গী অয়ূক্তা ইরাবত ময়ূমদগী ফাজিনখি। মহাক ফাখ্রবদা লোয়নবী খোমদোনস্নানা জানুৱারী ১৬ তা ক্রাউন রিপ্রজেন্টেটিবতা ৱাকৎচখি। পূম্নমক অরেম্বা তাখি। মহাক্কী মথক্তা মণিপুর ষ্টেট দরকারগী ক্রিমিনেল কেস নম্বর ৪, ১৯৪০ গী অরোইবা রাইদু কুমজা ১৯৪০ গী মার্চ ২১ দা লাউথোকই। মহাকপু অচম্বা মিয়াৎ পীরে। মতম খরা লৈরগা অমুক সিলেট জেলদা থাখি।

ইরাবত সিলেট জেলদা লৈবদগী কম্যুনিষ্ট ওইরকখি। কুমজা ১৯৪০ অদু ইরাবতকী পুন্সিগী অনৌবা তাঙ্কক অমনি। জেল মনুংদা তোঙান তোঙানবা পোলিটিক্সকী ৱাফম কয়া নৈনরম্মী। জেল মনুংদা ইমাগী পুজা শৈরেং ইখি। কুমজা ১৯৪৩ দা সিলেট জেলদগী থাদোরকখি। খ্বাইদগী থম্মোয়দা নুংঙাইতবদি মাগী পোক্লফম লমদম মণিপুরদা চঙবা য়াহল্লমদে। আসাম কম্যুনিষ্ট পার্টিনা শিন্দুনা কছারদা লৈরম্মী। কুমজা ১৯৪৩ এপ্রিল ২ দগী ৪ ফাওবা পঞ্জাবকী ভাকনাদা ফম্বা ফিসান কনফরেন্সতা য়াওই। লোয়ননা বোম্বেদা ফমখিবা কম্যুনিষ্ট পার্টিগী মীফম য়াওখি। অসুম্না ইরাবত কম্যুনিষ্ট পার্টিদা য়াওরকই। মহাক্লা কছারদা লৈরিঙৈদা লৌমী শিন্মী কয়াগীদমক্তা মখল মখা কয়াগী থৌদাং য়ারকই। অসুম্না থেংনবদগী আসাম লৈঙাক্লা মহাকপু ৱারেন্ট থমদুনা কুমজা ১৯৪৪ সেপ্টেম্বর থাদা ফাদুনা সিলচর জেলদা থমখি। অমুক জেলদগী থোরক্লগা শুরমী ভেলি কিষান সভাগী প্রসিদেন্ট ওইদুনা লৌমীগীদমক্তা হনবা লৈতনা হোৎনৈ। ঈহৌ কয়া শাগৎখি। কুমজা ১৯৪৫ এপ্রিল ৫ দগী ৯ ফাওবা ময়মনসিং জিলাগী নেত্রকোনাদা কিষান কনফরেন্স শরুক য়াখি। ইরাবতকী পোলিটিক্সকী লাঞ্জংদি হনবা লৈতনা মাংদা অসুম অসুম চঙশিল্লকপনি। লৌমী মীয়ামগী, নুপী খুন্নাইগী, মহৈরোয়শিংগী পূম্নমক থেংনবগী লাঞ্জংনি।

কুমজা ১৯৪৭ কী জুলাই ১ দা ষ্টেট দরবার মুখৎতুনা 'মণিপুর ষ্টেট কাউন্সিল' হায়দুনা দরবারগী মহুৎ শিল্লি। জুলাই ১৫ দগী মতমদুগী দরবারগী প্রসিদেন্ট ওইরম্বা এফ এফ পিয়সন্না চীফ মিনিষ্টর ওই। মাগী মেম্বরশিংবু অমুক নিংথৌনা ওগষ্ট ১৪ দগী পোত্থাহল্লগা মহারাজকুমার পৃয়বর্ত্তবু অনৌবা চীফ মিনিষ্টর ওইনা অতৈ মন্ত্রি ৪ অমসু হাপ্পী। কুমজা ১৯৪৮ ফেব্রুৱারী ২৮ দগী মার্চ ৬ ফাওবা কলকটাদা ফমখিবা কম্যুনিষ্ট পার্টিগী মীফমদা য়াওই। মীফম অদুনা খূৎলায় পায়বগী লালহৌগী লম্বী পুথোরকখি। মদুদা ইরাবতসু শৌগৎতুনা শরুক য়াই। কুমজা ১৯৪৮ গী জুন ১১ দগী হৌরগা জুলাই ২৭ ফাওবা এসেমব্লিগী মীখল পাঙথোকই। মীখল অদুদা ইরাবত উৎলৌ কেন্দ্রদা মীয়ামগী মীহুৎ অমা ওইনা কারকই। মতম অদুদা ইন্দিয়া কম্যুনিষ্ট লুচিংবশিংনা মণিপুরদা কম্যুনিষ্ট লিংনবগী ৱাফম লাকপদগী কুমজা ১৯৪৮ ওগষ্ট ২৩ দা ইহান হানবা ওইনা কম্যুনিষ্ট পার্টি লিংখৎখি। মদুগী মপূং ওইবা মেম্বর ইরাবতসু অমনি। মতমদুদা তখেল্লম্বম বোকুলবু সেক্রেটরি খনখি। অতৈ নহারোল কয়াসু কম্যুনিষ্ট পার্টিদা য়াওরকই। নুপী কয়াসু মথং মথং য়াওশিল্লকই।

কুমজা ১৯৪৮ সেপ্টেম্বর ২১ দা এম দি য়ু হোলদা, মণিপুর কিষক সভাগী মীফম অমা ফম্নবা থৌরাংই। মীফম অদু য়াওবা লাকপা লমলাই মায়কৈগী মীয়াম্বু পুলিস ওফিসার খরনা থিংবদগী 'পুংদোংবম ঘটনা' থোক্তুনা খুদোংথিবা নংখি। খুদোংথিবা অদুদা ও সি অমা শিখি। মসিনা মরম ওইদুনা ইরাবত অন্দরগ্রাউন্দ চঙখি। ইরাবত অন্দরগ্রাউন্দদা লৈখ্রবদা মহাকপু ফানবগীদমক্তা লুপা লিশীং ১০ গী মনা পীগনি হায়না মতম অদুগী লৈঙাক্লা লাউথোকই। মীয়ামগীদমক্তা খঞ্জবা, লায়রবা লৌমী-শিন্মীশিং য়াইফনবা হনবা লৈতনা লেপ্তুনা থেংনরকখিবদগী মীয়ামগী মরক্তা লৈদুনা মহাকপু ফানবগী লংলা লংজিন থুপ্না থমখি। ফাবা ঙমখিদে। মহাক্কী হৈশিংবা মীয়ামগী অপূনবা শাগৎপগী মরম্না চীংয়া তময়া কয়াদা লৈদুনা অৱাবা কয়া খাংদুনা লমদমসিগী দায়ত্বশীল সাসন, সেল্ফ দিটরমিনেসনগীদমক হনবা লৈতনা মীয়াম্বু লুচিংখি। মহাক্লা অন্দরগ্রাউন্দদা লৈরিঙৈদসু হনবা লৈতনা মীয়ামগী থবক কয়া তৌরম্মী। কুমজা ১৯৫০ গী মে থাদা বর্ম্মাদা চৎতুনা লমদমসিগীদমক্তা অনৌবা থবক কয়া পায়খৎখি। অসুম্না খ্বাইদগী খুদোংথিরবা মফম কয়া চীংনুং মানুংদা লেল্লকখি। বর্ম্মাগী মনিং থংবা অঙ্গো চীংখোংদা মোলনুম মোনোই খুল অদুদা সেপ্টেম্বর ২৫ গী অয়ূক্তা থাদোক্তনা নুমিদাংৱাইরমদা নোংপোক থংবা চীংখোংগী তাংউবো সেদো খুদা থুংলখি। মতম শাংনা চাবা থকপা খুদোংথিবা কয়া মায়োক্লরকপদগী ইরাবত মফম অদুদা মশা নারকখি। নুমিৎ খরা নারম্লগা ইরাবত কুমজা ১৯৫১ সেপ্টেম্বর ২৬ তা বর্ম্মাগী খুঙ্গং অদুমক্তদা পুন্সিগী অরোইবা য়াহিপ তানখি।

ইরাবতনা তোঙান তোঙানবা হীরম কয়াদা লমদমসিগী লমজিংবা রেভল্যুস্নরি অমা ওইনা লমজিং মৈরা চুখৎপীরম্বা মীশক অমা ওইরবসু, মপূং ওইনা মহাক্লা পোলিটিক্সকী লমদা অনৌবা অওনবা খুন্নাই অমা পুরকপা ঙম্নবা হোৎনখিবা মীশক অমনি। ইরাবত লম খুদিংদা রেভল্যুস্নরিগী থৌদাং য়াখিবা মীশকনি। ঙসিগী খুন্নাই অসিগী অৱা চৈথেং মীওৎ মীনৈ অসুম অসুম কনশিল্লক্লিবমখৈ ঐখোয়না ইরাবতপু নোংমা নোংমগী কাউবা য়াদনা লৈবা তারকখি। মহাক্কুম্বা থৌনা লৈবা লমজিংবীনবা মীশক অমা ঙসিগী মীরোল অসিদা থিবা তাবনি।