টাইৱানিজ ইভনিংদা উৎখিবা মমিং লৈরবা দিরেক্টর এং লীগী এৱার্দ কয়া ফংখ্রবা ফিল্ম 'লষ্ট কোসন'

- নানি

মণিপুরী ফিল্মনা মশক থোক্না মালেমগী অমদি নেসনলগী ওইবা থাক্তা কাখৎলক্লবদা ফিল্মবু নুংশিজবশিংনা তুমিন্না লৈশিনবা ঙম্মরক্তে। মণিপুরী ফিল্মগী হেন্না অফবা মায়ওন অমা পীনবগীদমক ওল মণিপুর ফিল্ম জর্নেলিষ্ট

এন্দ ক্রিটিক এসোসিএসন হায়বা অমা লীংখৎলক্তুনা য়াম্না ইচঙ থৌনা অমদি ফিল্ম স্ক্রিনিং অমদি দিস্কসন কয়া লেপ্তুনা পাঙথোক্তুনা লাকখি। এসোসিএসন অসিনা চাং নাইনা মতম-মতমগী ওইনা ফিল্ম দিরেক্টর, এক্টর, রাইটর, কেমেরামেন, প্রদ্যুসর অমদি অতৈ মরী লৈনবা পূন্নমকশিংগা লোয়ননা ইস্যু কয়াদা দিস্কসন, ইন্টরেক্সন অমদি সেমিনার কয়া পাঙথোক্তুনা প্রোসিদিং কয়া লৌদুনা লাকখি। মদু মরী লৈনবা লৈঙাক্তা লানখৎতুনা ফিল্মগী অনৌবা থৌশিল কয়া শীনবদা অচৌবা থৌদাং লৌবা লৈখ্রে। মণিপুরী ফিল্ম পোলিসি শেম্নবা অকনবা খোঙজংসু চঙশিনখিবদা মাঙজিল থারকখি। অদুবু মতম খরগী মতুংদা এসোসিএসন অসিগী খোঙচৎ অসি খঙতপ তপথরকখি। মসিগী অহোবা কয়াশিং অসি লৈবদগী মণিপুরদা নুংতিগী ফোঙবা পাউচেশিংদা অমদি ফিল্ম জর্নেলশিংদা ইরিবা রাইটরশিংনা পূনশিন্দুনা অনৌবা লূপ অমা থোরকখি।

ক্রিটিক এসোসিএসন, মণিপুর য়াম্না নৌরিবা ফিল্ম জর্নেলিষ্ট, ফিল্ম রিভিয়ু, থিএত্রিকেল রাইটিং, ফিল্ম ক্রিটিকশিং অমদি ফিল্মবু থৱায় য়াওজবা কয়াগী ওইবা লূপ অমা ওইনা হৌখিবা চহী ২০০৯ দা অহানবা ওইনা লিংখৎখিবনি। লূপ অসি লিংখৎখিবগী মরু ওইবা পান্দমদি মণিপুরদা ফিল্মগী খোঙচৎ অসি হেন্না কনখৎনবা, ৱর্ল্ড সিনেমাগী হোংলক্লিবা মচৎশিং অমদি মশিং কন্টেম্পররি সোসাইটি অসিদা পীরিবা অনৌবা ৱাখল্লোনগা শাগোন্নবা পাউজেল নৎত্রগা চেলেঞ্জশিং অমদি অফবা ফিল্ম কয়া পুথোরক্লবগী পান্দমদা, খোঙজেল য়াঙনা পুথোক্ল রক্লিবা মণিপুরী ফিল্মশিং মমুৎ তানা নৈনদুনা ফিল্ম অদুনা পীরিবা আর্টিষ্টিক প্রজেন্টেসন, তোঙান-তোঙানবা মায়কৈদগী য়েংদুনা ফিল্ম অদুগী হেন্না ফগৎলক্কদবা মায়রম অমা পুরক্লবা হোৎনবা অসিনি। মসিগা লোয়ননা ফিল্মনা মীয়ামদা পীরিবা কান্নবা কয়াশিং অদু কান্নফম অমা খঙনা লৌশিন্দুনা অনৌবা পূন্সিরোল অমা শেমগৎনবা হোৎনবদা মীয়ামদা ৱাখল-লৌশিং পীরিবনি। মসিগা লোয়ননা থোরক্লিবা অনৌবা এক্টরশিং, দিরেক্টর, কেমেরামেন অমদি ফিল্মগা হেক মরী লৈনরিবা পূন্নমকশিংগী প্রজেন্টেসন পূন্নমক্তা হেন্না চঙশিনগদবা অফবা সজেসন কয়া পীদুনা ফিল্ম অদু নৈনবনি। এসোসিএসন অসিনা হৌরকপদা মণিপুরদা পুথোক্লরিবা ফিল্মশিংগী প্রদ্যুসর, দিরেক্টরশিংনা অখন্নবা শো নৎত্রগা ইনভাইট তৌদুনা মখোয়গী ফিল্মশিং অদু নৈননবগী থৌরাং কয়া শীনবা থেংনখি। অদুবু হৌখিবা চহী খরা অসিদদি মদুগী থৌরাংশিং অদু লৌখৎপা থেংনখিদ্রে। অদুবু ক্রিটিক্স এসোসিএসন মণিপুরনা হেক লিংখৎলকপদগী লেপ্পা লৈতনা মণিপুরী ফিল্মবু চাউখৎনবা হোৎনবা ঙসিসু লেপত্রি।

ইন্টরনেসনল অমদি নেসনল ফিল্ম ফেষ্টিবেল কয়া পাঙথোকপা অসিগী মরু ওইবা অমদি তঙাইফদবা কয়া লৈরি। অদুবু ফিল্মগা মরী লৈনবা এজেন্সীশিংনা মণিপুরদা অসিগুম্বা ইন্টরনেসনল ফিল্ম ফেষ্টিবেল পাঙথোরক্তবা অসি ফনা কুইরে। অদুগুম্বা ফেষ্টিবেল অদুনা অনৌবা ফিল্ম মেকরশিংদা অনৌবা ঈথিল অমদি ৱাখল্লোন পোকহন্দুনা হৌখিবা চহীদা অহানবা এদিসন ওইনা **কানাদিয়ন ফিল্ম ফেষ্টিবেল** অমা মায় পাক্লা পাঙথোকখি। হন্দক অনীরক শুবা ওইনা **টাইৱানিজ ইভনিং** হায়না মিংথোন্দুনা অখন্নবা ফিল্ম স্ক্রিনিং অমা উষা সিনেমা হোলদা শীন্দুনা হৌখিবা সেপ্টেম্বর ১৬ তগী হৌরগা পাঙথোকখ্রে। পূন্না টাইৱানিজগী অখন্নবা ফিল্ম ৯ নুমিৎ মঙানি চুপ্না উৎখি। ফিল্মশিং অসি টাইৱানগী দিপার্টমেন্ট ওফ কলচরগা য়ানবা অমগী মখাদা থারকখিবনি। ফিল্মশিং অদুদি- **ৱারিয়রস ওফ দি রেনবো, দষ্ট ইন দি ৱিন্দ, কেফে নং.৭, লষ্ট কোসন, অৱর টাইমস, দি বোল্ড, দি করপ্ট এন্দ দি বিয়ুটিফুল অমদি মোঙ্গা** হায়রিবা ফিল্মশিং অসিনি।

লষ্ট কোসন হায়রিবা ফিল্ম অসি মালেমগী ওইনা মমিং লৈরবা ফিল্ম- **ক্রোনচিং টাইগর, হিদ্দন দ্রেগোন এন্দ ব্রোকবেক মাউন্টেন** হায়রিবা ফিল্মশিং অসিদা ওস্কার এৱার্দ ফংখ্রবা টাইৱানদা পোকখিবা এং লীগী মমিং চৎলবা ফিল্ম দিরেক্টর, রাইটর অমনি। ফিল্ম অসিদা কুন্নিবা মরু ওইনা ***ৱোং চিয়া চি***গী রোল লৌরিবা ***ৱৈ তাং*** হায়রিবা এক্ট্রেস অসিগীসু অহানবা ফিল্ম ওইরিবনি। এক্ট্রেস অসি ফিল্ম অসিনা স্প্রিং বোর্দ ওইরগা মমিং চৎখিবনি। থোইদোক্না মহাক্কী সেক্রিফাইস অমদি সিন্সরিটি অদু ফিল্মসিদা ময়েক শেংনা মমি তারি। ফিল্ম অসিদগী হৌরগা মহাক তোঙান-তোঙানবা শীংথানিংঙাই ওইরবা ফেষ্টিবেল কয়াদা পূন্না এৱার্দ ১৫ অমদি নোমিনেসন ২৯ ফংবা ঙমখ্রবীনি। এং লীনা তৎতনা হায়বা ৱাফম- *"A movie is really provocation. It's not a message, it's not a statement."* হায়বা অদুগী মমি মহাক্কী ফিল্মসিদা মমি তারি। ফিল্ম অসিদা য়াম্না হেন্না হেক ফজরিবা অসি ৱারী খুৎলি অমদি লিরিবা ৱারী অদুগী টেম্পো অমদি ক্লাইমেক্স অদু নীংথিনা মতু-মমান তেকহন্দনা অয়েংবশিংদা ফাওহনবা ঙম্বা অসিনি। ফিল্মসিগী ৱারী অসি **ঐলিন চাং**না ইবনি, **জেমস চানস্**না স্ক্রিনপ্লে ইরি। ৱারী অসি অনীশুবা মালেমগী লাঞ্জাও মনুংদা থোকপা থৌদোক অমদা য়ূম্ফম ওইনা শাগৎপনি। শাংহাই হায়রিবা মফম অসি জপানিজশিংনা লোই চনশিন্দুনা মখোয়গী মখাদা থমখি। মফম অদুগী মী পূন্নমকশিং মখোয়গী অপান্বা থবক তৌহনবা অমদি অতৈ হীরম কয়াদা শীজিন্নে। অচা-অথক চীঞ্জাক ফংহল্লমদে। পীরবসু য়াম্না ৱানা খজিক-খজিক্তমক খায়-খায়দুনা পীখি। মদুদা মীয়ামগী থম্মোয়দা য়ৌনা পেন্নখিদে। অদুবু করিসু হায়বদি ঙমখিদে। জপানিজশিংবু মখোয়গী লমদুদগী তকথোকখিনবা মচি-মচিদা ৱা খন্নবা হৌরকখি। নহা ওইরিবা খরগী খূৎপু অমনা লমন খুন্বা পামখি। লোন্না খূৎলায় পায়খৎপগী থবক চত্থরকই। জপানিজ পপেট গভর্ণমেন্টকী ওফিসর ওইরিবা ওফিসর মিষ্টর য়ী **(টোনি লিয়ু)** বু হাৎননবা থৌ ৱোং চিয়া চি **(ৱৈ তাং)** দা সিক্রেট এজেন্ট অমা ওইনা শীন্নখি। জপাননা লোই চনশিনখ্রবা শাংহাইবু মনীং-মখা তম্নবা চত্থরকপা লাল্লোং অমগী মখাদা ৱাং চিয়া চিনা নহা ওইবগী হৈ-শিংবা কয়ানা মিষ্টর য়ীগী পূক্নিং শুন্দৎতুনা নুংশি-নুংওনগী লাংদা থুহনখি। মমৈদদি মহাক্না হাৎকে হায়না লাঞ্জং চঙলিবা মিষ্টর য়ীবু থম্মোয় শেংনা নুংশিরকখিবা অমদি মদুদা থোরকখিবা মহাক্কী লাঞ্জংগী ৱাখল বেলেন্স লোয়ননা মদুগা লোয়নবা থৌদোক-ৱাথোক কয়াশিংদা য়ূম্ফম ওইবা মশা নান্‌বা অমদি ইরোটিক রোমান্সকী ময়াক য়াওরবা ফিল্ম অমনি।

ফিল্ম অসি মনা-মথুম কয়া ফংখ্রে। মদুগী মনুংদা গোল্ডন হোর্স এৱার্দ ওইনা বেষ্ট এক্টর, বেষ্ট ফিচর ফিল্ম, বেষ্ট দিরেক্টর, গোল্ডন লায়ন এৱার্দ, হোং কোং ফিল্ম এৱার্দ ফোর বেষ্ট এসিয়া ফিল্ম, সেটলাইট এৱার্দ ফোর বেষ্ট ফোরেন লেংগ্বেজ ফিল্ম হায়রিবা মনাশিং অসি ফংবা ঙমখি। ফিল্মসিদা শীজিন্নরিবা লোলশিং অসি মশীং য়াম্মী। কেন্টোনিজ, শাংহাইনিজ, মন্দারিন, জপানিজ অমদি হিন্দি লোল ফাওবা য়াওরি। লোয়ননা ইন্দিয়ন এক্টরশিংগী মনুংদা অনুপম খের ফাওবা শরুক য়ারি। য়েংবা য়াবা অফবা ফিল্ম অমনি।

মালেমগী অঙকপশিং

হা লোং বে

হিষ্টোরিকেল মতমগী মীওইশিং লৈ হায়বসি খঙবা ঙমখ্রে। থংন-থংননা এরিয়া অসিদা লাকখিবা মমাঙঙৈগী কলচরশিংদি সোই হু কলচর (খৃষ্টকী মমাঙ চহী ১৮,০০০-৭,০০০), কাই বিও কলচর (খৃষ্টগী মমাঙ ৭,০০০-৫,০০০) অমসুং হা লোং কলচর (খৃষ্টকী মমাঙ চহী ৫,০০০-৩,৫০০) অসিনি। হা লোং বে অসি ভিয়েটনামগী পুৱারীদা মরু ওইবা থৌদোক কয়াগসু শাগোন্নে। হীরম অসিগী মতাংদা বাই থো মাউন্টদা থেংনবা অর্টিফিক্ট কয়ানা ঐখোয়দা নোলেজ মরাঙ কায়না পী।

চহী ৫০০ গী মমাঙদা ঙুয়েন ত্রাইনা হা লোং বেগী ফজববু 'লো নহাপ পেন দোন' হায়বা মহাক্কী শৈরেংদা শিংথারম্মী। মহাক্না বে অসিবু অতিয়াদা লৈবা অঙকপা রোক্কী মফম হায়না শিংথাখি।

কুমজা ১৯৬২ দা নোর্থ ভিয়েটনামগী মিনিষ্ট্রি ওফ কলচর, স্পোর্টস এন্দ টুরিজমনা হা লোং বেবু নেসনেল রেলিক্স অমসুং লেন্দস্কেপ পব্লিকেসনদা ফোঙখি। কুমজা ১৯৯৪ দা হা লোং বেগী কোর জোন অদু য়ুনেস্কোনা ৱর্ল্ড হেরিটেজ সাইটনি হায়না ফোঙদোকখি।

ভিয়েটনামিজ মরোলদা ভিন হা লোং কৌবা হা লোং বে (দিসেন্দিং দ্রেগোন বে) অসি কুৱাং নি প্রোভিন্স, ভিয়েটনামদা লৈবা লম কোয়বশিংনা য়াম্না পান্নবা পন্থুংফম অমনি অমসুং য়ুনেস্কোগী ৱর্ল্ড হেরিটেজ সাইট অমনি। এদমিনিষ্ট্রেসনগী ওইনা য়েংবদদি বে অসি হা লোং সিটি, কাম ফা টাউনগীনি। মসি ভান দোন দিষ্ট্রিক্টকী শরুক অমনি। বে অসিদা লাইমষ্টোন কাষ্টশিং অমসুং মখল-মখা কয়াগী সেপ অমসুং সাইজগী ঈথৎ মচাশিং লৈ। হা লোং বে অসি অৱাং নোংপোক্তা বাই টু লোং বে, খা নোংচুপতা কেট বা ঈথৎ য়াওবা খরা হেন্না চাউবা জোন অমগী সেন্টর অমনি। অচৌবা জোনশিং অসি মান্নবা জিওলোজিকেল, জিওগ্রাফিগেল, জিওমোরফোলো-জিকেল, ক্লাইমেট অমসুং কলচরেল কেরেক্টরশিং স্যোর তৌই।

হা লোং বেগী পাক চাউবা স্কৱার কিলোমিটর ১,৫৫৩ নি। মসিদা অয়াম্বনা লাইমষ্টোনগী ওইবা ঈথৎ ১,৯৬০-২,০০০ য়াওরি। বে অসিগী স্কৱার কিলোমিটর ৩৩৪ ওইবা ময়ায় থংবা শরুক্তা ঈথৎ মচা-মচা ৭৭৫ চগুংননা লৈ। বে অসিদা লৈরিবা লাইমষ্টোন অদু তোঙান-তোঙানবা কন্দিসনশিং অমসুং ইনভাইরনমেন্টদা চহী মিলিয়ন ৫০০ চূপ্না শেম্লকপনি। ত্রোপিকেলগী অচোৎপা ক্লাইমেটকী ফীভম মখাদা বে অসিদা চহী মিলিয়ন ২০ চঙনা কাষ্ট শেমখি। এরিয়া অসিগী জিও-দাইভর্সিটিগী ইনাভাইরনমেন্ট বাইওদাইভর্সিটিগী ফীভম অমা শেমখি। বাইওদাইভর্সিটি অদুদা ত্রোপিকেল এভরগ্রীন বাইওসিষ্টেম, ওসিনিক অমসুং সি স্যোর বাইওসিষ্টেম য়াওরি। হা লোং বে অসিদা তোপ তোপ্পা পাম্বীগী স্পিসিজ ১৪ অমসুং শাগী স্পিসিজ ৬০ ফংই।

হিষ্টোরিকেল রিছার্চ সর্ভেশিংনা এরিয়া অসিদা চহী লিশিং কয়াগী মমাঙদগী প্রী-

হা লোং হায়রিবা মমিং অসি সাইনো-ভিয়েটনামিজ ৱাহৈ অমদগী লাকখিবনি ৱাহন্থোক্তি 'কুমথরক্লিবা চীংলাই' হায়বনি। ১৯সুবা চহীচাগী মমাঙদা হা লোং বেগী মরমদা অরিবা লাইরিকশিংদা রেকোর্দ তৌরমদে। বে অসি অল বাং, লুক থুই, ভান দোন অমদি অতৈ অতৈ মমিং কয়া থোন্নরম্মী। ১৯সুবা চহীচাগী অথেংবদা হা লোং বে হায়রিবা মমিং অসি ফ্রান্সকী মেরিটাইম মেপতা উবা ফংলকখি। মীওই ১৬০০ কী কম্ম্যুনিটিনা ঙা ফাবগী শিনফম ওইবা খুঙ্গং মরি খায়দোক্তুনা হা লোং বেদা তাই। খুঙ্গং মরিদুদি কুৱা ভান, বা হাং, কোং টাউ অমসুং ভোং ভেং (হুং থাং কম্যুন), হা লোং সিটিনি। মখোয়না ঈশিংদা তাওবা য়ুমশিংদা লৈ অমসুং ঙা ফাদুনা অমসুং মেরিন এক্বাকলচর তৌদুনা হিংই।

HL-P/5363/13/9-11/10(Alt.)

মিৎনা মীওইবদা খমথেংনা নূংঙাইহন্দবগী থোদো

মিৎ চোংবা (আই ষ্ট্রেইনিং)

মিৎপান চোংবা হায়বদি মিৎকী মথক থংবা নৎত্রগা মখা থংবা মিৎথূপ ওইরিবা মপান্দা চোংববু ঐখোয়না মিৎ চোংবা হায়না খঙনৈ। মসি মীপুম খুদিংমক্তা য়াম্না তোয়না থোকপা অমনি। মহৌশানা মিৎ চোংবা মতমদা মখা থংবা মিৎপান্দা চোংই। তৌইগুম্বসু মথক থংবা মিৎপান্দসু চোংবা য়াই। মিৎ চোংবা অসি খরা চোংলম্লগা অদুম ফখি, তৌইগুম্বসুং করিগুম্বা মতমদা নুমিৎ কয়ানিমুক, চয়োল কয়ানিমুক নৎত্রগা থা কয়ানিমুক লেপ্তুনা চোংবা য়াওই।

মিৎ চোংলকপা মতমদা ঐখোয়না মদু করিদগীনো হায়বা থিদোকপা য়াই হায়বদি, খজিক খজিক চোংবদা অকায়বা লৈত্রবসু মতম শাংনা লেপ্তুনা চোংবা তারবদি ঐখোয়দা খুদোংচাদবা থোকহনবা য়াই। দোক্টরশিংগী মরোলদা 'মায়োকিমিয়া' হায়না খঙনবা মিৎ চোংবা অসি থাঙ্গৈশেংবদি মপানগী মসল কন্ট্রেক্সননি। মসি ষ্ট্রেস লৈবা, চোকথবা, মিৎতা অৱাবা পীবা, কেফিন, অলকহোল, মিৎ কংবা, চিঞ্জাক্কী মচিগী বেলেন্স কায়বা অমসুং অলর্জিনা থোকহনবা য়াই। খঙহৌদনা মিৎ চোংলকপা অসি অরুবা ফীভম নত্তে হায়বদি খুদোংথীনিংঙাই ওইবা মেদিকেল প্রোব্লেম নত্তে। ইচম চম্বা মিৎ চোংবা অসি মিৎপান্দা শোকহনবা ন্যুরোলোজিকেল (নর্ভস সিষ্টেমগী) কন্দিসন নত্তে। অসিগুম্বা কন্দিসন খরসু লৈ, মদুদি তোয়না থোক্কনদে। মদু মিৎকী দোক্টর অমনা লায়ওং লেপ্পগা লায়েংগদবনি। মহৌশানা লাইফ ষ্টাইলগা মরী লৈনবা ৱাহং খরনা মিৎ চোংবগী মরম লেপথোক্তুনা মদু লেপহনবা খ্বাইদগী ফবা লম্বী থিবা য়াই।

করিগুম্বা মতমদা মীপুম খুদিংমক ষ্ট্রেস লৈনৈ। অসিগুম্বা মতমদা ঐখোয়গী হকচাংনা তোঙান তোঙানবা মওংদা রিএক্ট তৌই। মিৎ চোংবা অসিসু ষ্ট্রেসকী খুদম অমা ওইবা য়াই। মরু ওইনা মিৎকা হেন্না শিজিন্নদুনা মিৎতা অৱাবা পীবদগী লাকপা য়াই।

যোগ তৌবা, শ্বর শাজেল, মরূপ-মপাংশিংগা মতম খরা লেনমিন্নবা নহাক্কী রুটিন অমদা চৎনবা হোৎনবদা মিৎ চোংবগা মরী লৈনবা ষ্ট্রেস লৈহন্দনবগী পাম্বে ওইবা য়াই। করিগুম্বা মরম অমদগী তুম্বা ৱাৎপা অসিনসু হকচাং চোকথবগা লোয়ননা মিৎ চোংহল্লকপা য়াই।

কম্প্যুটর, টেবলেট অমসুং স্মার্টফোনশিং তোয়না শিজিন্নবদগীসু আই ষ্ট্রেস লাক্তুনা মিৎ চোংলকপা য়াই। মসি থোক-হন্দনবা '২০-২০-২০ গী রুল' অসি ইবা য়াই। মিনিট ২০ লৈরগা স্ক্রনদগী মায় লৈথোক্লগা ফুট ২০ লোম লাপ্না লৈবা পোৎশক অমদা সেকেন্দ ২০ নৎত্রগা হেন্না য়েং-দুনা মিৎয়েং থম্বনি।

নহাক করি খঙলে / অঙকপনা থল্লবা মীওইবগী হকচাং

- মীওইবগুম হৌদোংসু ওয়না হৈনবা অমদি য়েৎনা হৈনবা হায়দুনা লৈ। হৌদোং অমোম অয়াম্বা য়েৎনা কোৎলি।
- য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী ওইনা কোলেজগী থাক ফাওবা মহৈ তম্লবা মীওইশিংগী মনুংদা ওয়না কোৎপশিংনা শেল তানবা হেল্লি।
- মীওই অয়াম্বনা মখুৎ য়েৎ শীজিন্নরগা গীটর খোংবা তারবসু পোল মেককার্টনিদি মখুৎ ওয়নানা গীটর খোংই।
- য়ুগেন্দাদা লৈবা অপুনবা মীশিংগী চাদা ৫০ রোম মশাগী চহী ১৫ শুদ্রিবা মীওই ঙাক্তনি।
- দেনমার্ক মচা নেলস বোহরবু মালেমগী ওইনা খ্বাইদগী ফাওবা সাইন্টিষ্টশিংগী মনুংদা অমা ওইনা লৌনরি। কুমজা ১৯২২ দা মহাকনা নোভেল প্রাইজ ফংখিবগীদমক কার্লসবর্গ ব্রিৱরিনা মঙোন্দা য়ুম অমা খুদোল তম্লম্মী। য়ু শুংফম অদুদগীনা য়ুম অদু ফাওবা বিয়রগী পাইপ লাইন অমা তিংলম্মী। নেলস বোহরনা পাইপ লাইন অদুগী মচীন্দা পানবা কোঞ্জিন লৈথোক্লগা অপাম্বা মতমদা বিয়র লৌবা য়াহল্লম্মী।
- কনাগুম্বা নুপী অমা মীরোনবা থা মঙা শুরকপা মতমদা মহাক্কী হকচাংদা য়াওবা ঈ চাদা ৫০ রোম হেনগৎলকই।
- মীওইবগী ঈদা সনা মিলিগ্রাম ০.২ য়াওই।
- নহাক্কী হকচাংদা য়াওরিবা মহী খুদিংমক করিগুম্বা চাং খরদা ঈদগী শেম্বা ঙাক্তনি। নহাক্কী পি, খোম, হুমাংনচিংবা ঈ ঙাক্তনি।
- নহাক্কী চাকখাউগী ৱালবু নৌনা শেমগৎনবা মতম চূপ্পদা মথৌ চিন্দুনা লৈরিবা সেলশিংগী নৎলমদ্রবদি নহাক্কা নশা অপুম্বা তুমহল্লমগনি (দাইজেষ্ট তৌখিগনি)।
- দেমোদেক্স ফোলিকলরম কৌবা উবা ফংদবা কূপশিক-কূপ্পা তিল মচা মখল অমা (মাইটস) নহাক্কী মিৎকী পাদা লৈ অমসুং মখোয়না নহাক্কী অশিবা উনশাগী সেলশিং চাথোকই।
- কমোসিও কোর্দিস : মসি নহাক্কী থবাক্তা মফম অমসুং মতম চপ চানা হিট তৌবা মতমদা থোকই। মতমদুদা নহাক্কী হার্ট ফেল ওইবা য়াই (য়ৈশিনবদা নহাক্কী হার্টকী রিদমদা অকায়বা পী) মরম অদুনা নথবাক্তা য়ৈবা মতমদা নহাক শিবা য়াই। মসি মহৌশানা শান্ন-খোৎনবা তৌবা মশা-মউ ফবা নহা ওইরিবা নুপাশিংদা থোক্কল্লি।
- লিশাং শিৎনা থল্লক্তুনা লাইচূরবশিং (ক্রোনিক অলকহোলিকশিং) দি ইশোফেজ্যল ভেরিসিজ লাকল্লি। মখোয়শিং অসি মরু ওইনা নহাক্কী খনাউদা তৌবা ভেরিকোজ ভেইনশিংনি। করিগুম্বা মখোয়না কায়রকপা তারবদি মিনিট খরগী মনুংদা নহাক্কী নয়াদগী নৎত্রগা নচিন্দগী ঈ থোক্লক্কনি।
- টেলেমোরেজ - ইঞ্জাইম অসিনা নহাক্কী সেলশিংবু শিবা নাইহন্দে তৌইগুম্বসুং মসি ঐখোয়না হেক পোকপা মতুংদা হকচাংনা পুথোকপা লেপখি।
- মায়গী দেঞ্জর ত্রাইএঙ্গল : মীওইবগী নাতোন অমসুং মসিগী অকোয়বা এরিয়াদা ঈ সপ্লাই তৌবগী তোপ তোপ্পা মওং অমা লৈবনা মরম ওইদুনা নহাক্কী নাতোনগী এরিয়াদা ইনফেক্সন লৈবা মতমদা মদু ব্রেন্দা শন্দোকখিবা য়াই।
- ম্যুকস : চাংচত্তা নহাক্না নুমিৎ খুদিংগী অনংবা লোক-তীল (ম্যুকস) লিটর অনীরোম পুথোকই অমসুং য়োৎশিল্লি।
- মালেমদা লৈরিবা মীওইবগী মশিংদগীদি নহাক্কী হকচাংদা লৈরিবা বেক্টরিয়া অমসুং অতৈ ওর্গানিজমশিংগী মশিংনা হেল্লি।
- ওবষ্ট্রক্টিভ বোৱেল কেন্সর : লায়না অসিগী সিম্পটমশিংগী মনুংদা ওইবা য়াবা অমদি অমাংবা ওবনি।
- কূ মনুংদা অঙাং পোকপা (কোফিন বার্থ) : মসি অশিবা মীরোনবী মমাগী হকচাং মনুংদা গ্যাস ময়াম থোক্লকপা মতমদা মহাক্কী পুক্লুংদা য়াওরিবা অঙাংদুবু মপান্দা ইন্থোরকপবুনি (মহৌশানা অঙাংদুসু শি)।