

কুমজা ২০২৫ ফাওবদা টি বি খুদুম চনবা

ডো. সাধনা নিংখোজম

চহী খুদিংগী মাৰ্চ ২৪দা বৰ্ল্ড ট্ৰাবৰকুলোসিস (টি বি) দেগী খৌৱম পাঙথোক্কা লাক্ৰি। টি বিনা মীওইবগী হকশেল, খুয়াই অমসুং শেম্মীংলোন্দা পীৱিবা চৈখেং মীপুম খুদিংমক্তা খঙহনবগা লোয়ননা মালেমগী মফম পুম্মজা লায়না-লাইচং অসি শাদোৱকপা মপুং ফানা থিংনবগী পান্দমদা খৌৱম অসি পাঙথোকপনি। কুমজা ১৮৮২গী মাৰ্চ ২৪দা ডো. ৰোবাৰ্ট কোচনা টি বি ওইহক্লিক্কা মাহিক অদু মশক খঙবা গুপ্তে হায়না লাউথোকখি। মদুনা মরম ওইৱগা খুদোংখীনীংগুই ওইৱবা লায়না অসি লাউথেনবগী লক্ষী য়াংপা গুমখি।

মালেমদা স্বাইদগী লৌনগনবা অমসুং খুদোংখীনীংগুই ওইৱা লায়নাশিংগী মনুংদা টি বিসু অমনি। নুমিৎ খুদিংগী মীওই ৩০,০০০ টি বিনা নাহনবগা লোয়ননা মীওই ৪,০০০ ৰোম শিৱি। মালেমগী তোঙান তোঙানবা লৈবাকশিং খুংশম্মুনা টি বি লাকশিৱা থৌৱাং লৌখংখ্ৰবা মতুংদা কুমজা ২০০০গী মতুং তাৱকপদদি চাউৱাক্কা মীওই মিলিয়ন ৫৮ লোমগী পুলি কনবা গুমখি।

বৰ্ল্ড হেলথ ওৰ্গানাইজেশ্বন (ৱৰ্ল্ড হেলথ এচ'এছ) নামে মালেমগী খাজা ওফিসল ওইনা পাঙথোকপা পল্লিক হেলথ কেম্পেন ৮গী মনুংদা 'বৰ্ল্ড টি বি দে' সু অমনি। অতৈ খৌৱমশিংদি বৰ্ল্ড হেলথ দে, বৰ্ল্ড ব্লড দোনৰ দে, বৰ্ল্ড ইম্মুনাইজেশ্বন সৰ্বিক, বৰ্ল্ড মলৈৱিয়া দে, বৰ্ল্ড নো টোবেকো দে, বৰ্ল্ড হেপটাইটিস দে অমসুং বৰ্ল্ড এইচস দে।

কুমজা ১৯৮২দা ইণ্টৰনেসনল যুনিয়ন অগেন্ঠ ট্ৰাবৰকুলোসিস এন্ড লং ডিজিজ (আই যু এ টি এল ডি) নামে লৌখিবা ৰাৱেপ মতুংইয়া কুমজা ১৮৮২গী মাৰ্চ ২৪দা ৰোবাৰ্ট কোচনা টি বিগী মহীক মশক খঙদোকপা গুমখিবা নুমিৎ অদু নীংখিঙা ওইনা চহী খুদিংগী মাৰ্চ ২৪দা বৰ্ল্ড টি বি দেগী খৌৱম পাঙথোক্কা হায়না লাউথোকখি।

ইন্দিয়া হৌজিক টি বি মপুং ফানা লাকশিবগী মতুংদা থৌৱাং কয়া লৌখংলি। মালেমগী ওইনা কুমজা ২০০০ ফাওবদা টি বি লায়না মপুং ফানা খুদুম চনবগী পান্দম থল্লবসু ইন্দিয়াগী ওইনদি ৱিভাইস মতুং তাৱকপদদি চাউৱাক্কা মীওই মিলিয়ন ৫৮ লোমগী পুলি কনবা গুমখি। গী মিং নেসনল ট্ৰাবৰকুলোসিস এলিমিনেশ্বন প্ৰোগ্ৰাম (এন টি ৫ পি) হায়না ওহেঞ্জা কুমজা ২০২৫ ফাওবদা পান্দম ফনবা হোংনৰি। মাঙজেননা থৌৱাং লৌখংনবা পান্দম থল্লব হায়বসি ঐখোয়গী ফন্দামেণ্টেল ৱাইটনি। অদু পান্দম থল্লবা থবক ওইনা পায়খংতবা থোক্কাৱদি ক্ৰাইমনি। পান্দম ফনবা হোংনবদা মায়ৈ খুদিংমক্তা মতেং পাংশিনবা মথৌ তাই। মৰমদি অনাবশিঙা হীদাক-লাংথক পীজবা অমসুং মচি ওইবা চিঞ্জাক মচল শুনা পীজদুনা মশা ফগংহয়বা হোংনবদা শেল চংই। গুঞ্জিওঁদা লাইওং খঙদোক্কা লায়ংহৌবনা লায়না অসি মপুং ফানা লাকশিবদা মতেং ওইৱগনি। অকায়বগী ঈশিং-নুংখিঙা মহীক-মতাই চেলহন্দবসু গুমগনি।

অহানবা পান্দমদি মহীক হাংপনি, অনীশুৱদা মীপুম খুদিংমক মশা-মউ ফনা লৈহনবা, অহমশুৱদা এন টি ৫ পিগী মখাদা ডুংগী মীয়েল কনবনি।

এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবা মীওই (ইন্দিয়া মিলিয়ন ৩৭ লোম শুৱে) শিঙা ট্ৰাবৰকুলোসিস ঙাকথোক্কাৰ পীজ মৰি লৈ। মথোয়শিং অদুদি :-

- ১) হায় কাৰ্ভিট এণ্টি ট্ৰাবৰকুলৰ থেৱাপি (এ টি টি) গা লোয়ননা ইণ্টেন্সিফাইদ কেস ফাইন্ডিং (আই সী এফ)
২) আইসোনিয়াজিড প্ৰিভেণ্টিৱ থেৱাপি (আই পি টি) (মীওই লাক্ ৯ কানশিৱা পান্দম থল্লি)।



৩) ট্ৰাবৰকুলোসিস ইনফেক্সন কন্ট্ৰোল (হেপ্টিস্টাল নংৱেগা হেলথকোৱ সেণ্টাৰশিঙা এয়ৱবোন ইনফেক্সন কন্ট্ৰোল তৌবা)।

৪) এণ্টি-ৱিড্ৰোভাইৱেল থেৱাপি (এ আৰ টি) নি।

খুয়াইগী মীওই চাদা ৫০ ৰোম লেটেট টি বি ইনফেক্সন (এল টি বি আই) গী খুদোংচাদবা মায়ৈক্ৰি। স্বাইদগী ফবা বেক্টেৰিয়ল এ টি টি ড্ৰাগশিংগী মনুংদা আইসোনিয়াজিডসু অমনি। লেটেট টি বি ইনফেক্সনগী ফীডম হেঞ্জিনহন্দবা আইসোনিয়াজিডনা টি বি ইনফেক্সন ঙাকথোকপসু গুম্মী। থৌৱম অসিগী মখাদা মশাগী চহী ৬ শুভ্ৰিবা অঙাং অমসুং এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবা মীওইশিঙা কেমোপ্ৰোফাইলেক্সিসকী খুদোংচাবা পীদুনা টি বি লায়না চঙহন্দে। মী-মীগী হকচাংগী অৱস্থা মতুংইয়া আইসোনিয়াজিডকী চান্নাৱা দোজ পীজবা মথৌ তাই।

টি বিগী ইনফেক্সন হায়বদি লেটেট টি বি ইনফেক্সন ঙাকথোক্কাৰগীদমক থা ৬ চুপা নুমিৎ খুদিংগী টেব্লেট অমম পীজৈ।

চহী ৬ শুভ্ৰিবা অঙাংশিং :- অঙাংশিঙা স্কিনিং তৌৱাগা টি বিগী লাইওং অমত্তা থেংনদবা অঙাং পুম্মজা আইসোনিয়াজিড কেমোপ্ৰোফাইলেক্সিসকী মতুংনা টি বি ঙাকথোক্কা হোংনৈ। ইমুং-মনুং অমসুং মৰী-মতাংশিঙা মৰমদা হংগদবা ৰাংখিঙা :-

- ১) ইমুং-মনুংদা টি বি নাখিবা মীওই য়াওবা
২) হৌজিক হৌজিক লোক তোয়না খুবা
৩) লাইহৌ হৌবিবা য়াওবা
৪) হকচাংগী অৱস্থা হুহুৱকপা
৫) মচি ওইবা চিঞ্জাক মচল শুনা চাখিদ্দবা অহলশিংদি এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবা মীওইশিংখক্তক প্ৰোগ্ৰাম অসিনা কানশিঞ্জি।
য়েংখিঙাৰবশিঙা :-
১) হৌখিবা পুং ২৪গী মনুংদা লোক তোয়না খুবা
২) লাইহৌ হৌবিবা
৩) নুমিডাংগী মতমদা হুমাং শৌবা
৪) হকচাংগী অৱস্থা হুহুৱকপা হায়বসিনি।
লাইওং খঙদোক্কাৰগী অতৈ অতোপ্লা পাইফ্ৰেংডি চেপ্ট এন্ড-ৱে, টি এচ টি (স্কিন টেট) অমসুং ইণ্টাৰফেৱন গম্মা ৱিলিজ এসেস (আই জি আৰ এ) নি। পীজগদবা হীদাকী চাংনা অঙাংদা হকচাংগী অৱস্থা কেজি ১ খুদিংগী মিলিগ্ৰাম ১০ অমসুং পাইৱিৱেঞ্জিন (ডিটামিন বি-৬) মিলিগ্ৰাম ২৫নি।
এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবাশিঙা আইসোনিয়াজিড এম জি ৩০০ অমসুং

পাইৱিৱেঞ্জিন এম জি ৫০ নুমিৎ খুদিংগী থা ৬ চুপা পীজগদবনি। ডিটামিন বি-৬ পীজবদি এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবাশিঙা ন্যূৱোপেথিডদী ঙাকথোক্কাই। মথোয়ব সী টি এন এ এ টি মৌলিকালৰ টেট তৌৱদা নেগেটিভ ওইৱল্লবদি আই পি টি কেমোপ্ৰোফাইলেক্সিসকী মতুংনা এল টি বি আইগী চেকশিন থৌৱাং লৌখংপা য়াই। এচ আই ভি অমসুং টি বি পূনা নাৰগী মতাংদদি থা ৬ মপুং ফানা এণ্টি ট্ৰাবৰকুলৰ থেৱাপি (এ টি টি) গী কোৰ্চ লৌখিঙা মতুংদা নুমিৎ খুদিংগী আইসোনিয়াজিড এম জি ৩০০ ডিটামিন বি-৬ (পাইৱিৱেঞ্জিন) এম জি ৫০ থা ৬ পীজৈ। ৱিলাপস লাভনবা চহী ২ ফাওবা পীজবা য়াই। অনাবশিঙা খুদোংচাবা য়েংলগা পায়খংপা থৌৱাং ওইবনা আই পি টিগী হীদাক খুদিংমক এ আৰ টি/লিঙ্ক এ আৰ টি সেণ্টাৰশিঙা থাম্মী/অনাবশিঙা এ আৰ টিগী হীদাক লৌবা লাকপদা থা-থাগী ওইনা আই পি টিগী হীদাকসু পূনা লৌবা য়াই।

অনাবশিঙা লাকপা খুদিংগী মেডিকেল ওফিসৱনা ইনফোৰ্মেশ্বন পুম্মক হুইট কাৰ্দতা ৰেকোৰ্ড তৌদুনা থাম্মী। অনাবশিঙা থা অমা ফাইন্ডিঙা আই পি টিগী হীদাক চাবা তোকখ্ৰবদি কাণ্ডেঞ্জি তৌৱাগা থা ৬কী কোৰ্চ মপুং ফানা হীদাক পীজৈ। অনাবা মীওই অমনা থা ৩ হেমা আই পি টিগী হীদাক চাবা লেপখিবা তাৱবদি অমুক হুমা পীজবগী মথৌ তাৱে। আই পি টিগী হীদাকশিং এ আৰ টিগা পূনা চামিমবদা অকায়বা লৈতে। মীয়েলিওঁদা চাবা তাৱবসু খুদোংখীনীংগুই ওইহে। আই পি টিগী লায়ং চখিৱিওঁদা কনাগুম্মা মীওই অমা টি বিগী লাইওং উৎখোৱক্কাৰ আইসোনিয়াজিড (এচ), ৱিফাম্পিসিন (আৰ), অমসুং কেগী ড্ৰাগ সেলিটিডিটি টেট তৌৱাগা লায়ং চংখৈ।

নুংখিঙা শব্দকপা লায়না লাকশিবনা :-

অনাবা মীওই অমদি ষ্টাফ পুম্মক খুদোংখীবা নহন্দনবা হেলথ সেণ্টাৰশিঙা মতিক চাবা চেকশিন থৌৱাং লৌখংতুনা নুংখিঙা শব্দকপা লায়নাশিং লাকশিবনা য়াম্মক তঙাইফদে। থৌৱাং অসিগী শৰুক অমা ওইনা আউট পেসেণ্ট দিপাৰ্টমেণ্ট (ও পি ডি) দা মতিক চাবা ফেসিলিটি ফংহনগদবনি; কা হেমা মী চিলহল্লোইদবনি; অনাবশিঙা ফক্ষম মতিক চানা থল্লিগদবনি, লোক খুবা অমসুং এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবাশিঙা মতম শাংনা কুদা লেপহল্লোইদবনি অমসুং পৰ্সনেল ৱেপ্পিৱেটৰি প্ৰোটেক্চন দিভাইস পীবিদুনা অনাবশিঙা য়াইফনবা থৌৱাং লৌখংপীগদবনি। মীওই অমদগী অতোপ্লা অমদা লায়না লোয়নৱক্তনবা অনাবশিঙা নুংখাগী মঙাল মতিক চানা ফংবা অমসুং নুংখিং মৱাং কায়না ফংবা কাদা থমগদবনি। অনাবশিঙা মতৌ কৱ্কা লোক খুগদগে হায়বা নীখিঙা তাকপীবগা লোয়ননা অনাবগী ইমুং-মনুং অমদি থৌগল তৌৱিবা মীওইশিঙা তৌগদবনা কৱিনো অমসুং তৌৱেইদবনা কৱিনো হায়বদু ময়েক শেংনা খঙহনগদবনি। য়েংবদা ইচম-চম্মা মাল্লগসু থোঙ-থোঙনা ও হাংদোক্কা অশেংবা নুংখিং-নুংখা মৱাং কায়না চঙহনবা হায়বসি স্বাইদগী ফবা থৌৱাংনি।

ইন্দিয়া অপূনবা মীশিঙা চাদা ৪০ ৰোম নিংশা শ্বৰ হোঞ্জিবদা টি বি মহীক য়াওখ্ৰবসু লাইচং উৎখোৱক্কা মৱননা মশাদা অনাবা লৈ হায়বা খঙজদে। হায়ৱিবা মীওইশিং অসিগী মনুংদা মীওই চাদা ৫দগী ১০ ফাওবদি পুলিগী তাক্ক অমা নংৱেগা অমদা টি বিগী লাইওং উৎখোৱক্কাই। কনাগুম্মা মীওই অমদা টি বিগী মহীক চঙখিদ্দনা ইনফেক্সন তৌৱকসু টেট তৌৱদা ইয়ায় লায়না হেজা খঙবা গুমদে। য়ামত্ৰবদা চেয়াল ৮দগীনা চেয়াল ১০ ফাওবগী মতুংদা খঙবা গুম্মী। ইচম-চম্মা মীওই অমগা চাংদম্বদা এচ আই ভিগা শাগোন্নদা হিংলিবাশিঙা টি বি নাৱকপা য়াবগী ৱিক্স শৰুক ৬০ ৰোম হেল্পি। মতৌ অসুম্মা ইন্দিয়া টি বি অমসুং এচ আই ভিগা স্বাইদগী খুদোংখীনীংগুই ওইবা লাইচং ওইনা লাক্ৰি। নেসনল টি বি ইলিমিনেশ্বন প্ৰোগ্ৰামগী মখাদা কুমজা ২০২৫ ফাওবগী মনুংদা টি বি লায়না মপুং ফানা মুখংনবা মীয়ালা অমত্তা ওইনা থবক তৌমিৱা মতম ওইৱে। ●

খম্মা থৌইবী শৈৱেংদা 'কাংজৈ': লায়ৱ লমজাদগী লৈৱেই মকোক খুমন কংলা নিংখৌবা-৩

ডা. নোংমাইথেম প্ৰনোদীনি

'কাংজৈ' পন্দুপা মণিপুৰী কলচৰদা লৈঙাক্কা লৌৱাৰা থৌদাং ময়েং শেংনা উৎলি। লৈ লাংবা, লাই হৱাওবগী থৌৱম শাগোন্নৱিবা থৌৱল্লি। লৈৱেয় মকোক নন্তনা হোংবা চাউবা কনাগুম্মা অমনা লাইনীংই হায়নদা হেজমক য়াদে। লৈৱেই মকোক্কা লাংগদবনি। মীয়ালা ইকায় খুম্মা ফম ওইৱশ্মী। হৌজিক মতমদবু অদুক হাক্কা লুশিমা খঞ্জিনবীদবগী ৱানি। মতম অমদদি লৈঙাক্কা ফম অমা পায়বগুম্মনি। লৈবাক নিংখৌগী থৌজাল ফংলবশিং, অঙম অখৌশিঙা শৌগংপীবা মীশকশিঙা ফম অসি ফংজা গুম্মী। মদুমক ওইদনুসু, শমান লেংমালবা হিদাৱকপদা পেজং ফীৱান থেংপা গুম্মা তাৱকই। মমাঙউ মতমদদি শা-লান্দা হৈশিঙা, শান-খোংনবদা মীমোক থোংবা, চংপা-শৱান য়েংবদা নুপাদা নুপা ওইবা, চুং ফীৱান চানা ফজৰা নুপাদু মতিক চাবনি খম্মা শীংখাংগী। মদুননি, থৌগল্লোন মচেং অমা পঙ্কবসু, নাপলনা মৱেপ থল্লবসু অঙাম নোংবানবু ইচদা চান্নৱল্লিবা, তালায় তৱেংনা থৌগল তৌৱল্লিবদি। চহী তৱেং কাংজৈ মুক্কাদা লম্মা পাবনিবা লৈতবনা মাবুতা শোৱৱল্লিবনি। থৌগল্লোন ৰাংপা মতৌ, মী উশিঙবা কৈদাদুনা মৱম ওইৱগা মাৰু কি তক্কচবা ময়াম অমা য়াওৱবসু লৈঙাক মপু, অঙম অখৌশিঙা মাৰু থৌশাদবা গুমদে। মাগী মতিক মঙন অদুননি। চহী তৱেং মনম লৈবাক তাহনবা গুম্মা লম্মা অমত্তসু অদুক চাউত্ৰবা কেগে হোংইয়াং লৈবাক চাংখোৱক্কা হায়ৱিসিদ্দ নোংবানবু তৱাই তৱাইনা খল্লবা য়াপোং নভে। ৱাৰী শেল্লিবসু, ৱাৰীৱ ফজৰবা মহাকব্য অমা ওইনা ইথোক্কা থল্লিৱল্লিবসু য়াম্মা হৈ-শিঙা, কল্লক পেলা নোংবানবু থাংগংপা য়াৱা থাংগংলি। মদুননি, মাৰু মায়থীবা পীগুম্মা খম্মগী মঙন খঙৰাং ৰাংখংখিৱসু।

চাউবা নোংখোনবগুম্মসি ওইৱমদৌ মাল্লি নিংখৌ গুম্মা অঙম্মা হায়নবদি। মাগুম্মা অঙম্মগী ৱাদু লানবা চুমা থিগংপগী মথৌ তাৱমদে, অচুম্মনি হায়না লৈঙাক মপুনা লৌই হায়বসি হাম্মা লৈৱেই মকোক্কা ফম পায়জৱম্মা নামেইজাম্মবু খুদুতা থাওঁদোক্কা খম্মবু থাংজি ল্লকখিবদু নিংখৌগী য়াংখংনি। য়াংখং তাউখিবদু, চাউবা নোংখোম্মগী লৌশিং শীজিমদুনা শাগংপা ৱাৰী মতেক অমনি। অসুম্মা শৈথায়ি, 'এবু লৌইবা লৈমাৰা, জাৰি-নামেইজাম্মদে, হায়ৱেই ননাই ঐডোন্দা, লৈৱেই মকোক ওইবদি/নামেইজাম্মা ঐহাক্কা, খুম্মক পানা অসিদা' তঙাইফদবগী লৈতবগী তৌবনি/য়াৱবদি ইনগাশিং অঙাং ওইবা হৌৱকপা/অদুম্মবু ওইহনসি' হায়জৱম্মি ঐডোন্দা/শামান লেংমাৰা থম্মা নোংবান অনীনি/খুনখা লৈৱেই মকোকসু ননাই নোংবান ইচানি/কয়না সনা বুদ্ধিদা' হংগংলক্কা চাওবনা।/নামেইজাম্মা মৱাদি তাৱা নভে চাওবদে। মতৌ অসুম্মা মীথৌই মীহেনবা লৈবাক নিংখৌ, অঙম অখৌগী থৌজা ৱ ফংবা মীশক্কা লৈৱেই মকোক্কা ফম পীদুনা ইকায় খুম্মা হৌৱে হায়বসিমদি ময়েক শেংনা উবা ফংলে। কাংজৈদা খম্মগী মশেক মঙন ফুদেৱকপদা পাৰী পুৰী থিগংলি। অশেংবদু খঙলবা নিংখৌনা লৈৱেই মকোক্কা প্ৰম্মদহিদা খম্মগী মপা পুৱেহন্দা অহনবা ফমদখিবা লৈৱেই মকোক্কা মকুম খম্মদসু পীখিবা, হৌৱেইয়াং অঙম অখৌ মৱক্কা তিঞ্জনবা লায়ৱ লমজাগী খোঙচং হৌশ্ৰবনি। অমৰোমদা অদুগুম্মা ফম পীৱদা মপা মপুব হুহুংনা য়েংবগী মচং লৈৱম্মগী খুদি। শৈথায়িবা মতাংদি, 'ননাই ইপু ইতাওসু, লৈৱেই সিটে ফমদম্মি, পাখাং-পুখাং হায়ৱসু, ফমসিমজা ওইৱে।' হংগংলক্কা চাওবনা। অসুম্মা নিংখৌগী অয়াৰা লৌৱগা নোংখোম্মনা ফম হাপ্পা অমদি মদু মথং

খনবদা খঙহনবগী চংন-কাঙলোন লৈৱশ্মী। মতৌ অসুম্মা লায়ৱ লমজা ৱু ওইগেৱা, ফীৱান ময়ামনা চুম্মক্কাৰা খম্মবু লোভুনা থম্মা য়াখিদ্দে। খম্মা থৌইবীগী নুংখিবদি লেঙদবনি উৎলিবা পন্দুপি। চাউবা নোংখোম্মনা মপু মোইৱাং নিংখৌগী মফমদা কাংজৈ শাম্মগী ৰাফম হৌদোকখিবদু খম্মা থৌইবী নুংখি ৱাইথুংনি হায়না শৰী ৱাশক্কা থিৱগী চহী ফাৱকপদনি। চহী অমা চুপা উনত্ৰবসু পুকুৎল অনীমক হোংনদে। থৌইবীনা খম্মবু কয়ামুক খঙমগে হায়বদু কাংজৈবুংদা উৎখোৱক্কাই। মীয়াম তিল্লক্কাৰদদি চহী অমা চুপা উজবা ফংখিদ্দবা মথংলে মাজুদু লাকহীংবা হৌনশানি। উজনীংবগী চাংদি মদুতনা লাইনীং ওইৱে হায়না শৈথায়ক্কাই। প্ৰমান ৱাইহনি, লৈৱাং থৱেনা থাজ মঙন গুইবগুম্ম। নীংবু নীংজৱদি ফংজৈ হায়বদুম্মিক্কা, খুম্ন খম্মবু কাংজৈবুংদা যৌৱকহনখিবদু। খম্মবু কাংজৈ য়াওহনবীদুনা মায় পাকহনবীনা লাইনিংখৌ থাংজিঙা থৌনিজৈ। খম্মনা লৈ হেকপা চংপাদ পুনবাৱা তৱা চয়াম শেল্লগা থম্মে য়ুমদা থিল্লক্কা তৌঙম্মী ওইৱকপা নুংখিৰেদমক হৌনবা হৌনদবা থিৱক্কাৰনি হায়নিংই। তাইবং মীওইবনা পাঙথোক্কাৰ থবক খুদিংমক অৱন অৱাক লৈহন্দনা মায় পাকহনবীনা অমদি য়াইফ-নুংগুই নোংদম্মীনা তাইবং মপুব নীংজৈ, থৌনিজৈ। মাগী থৌজাল, নোংখোম্মখোল হৈ হাবদু উৎপনি, খম্মবু কাংজৈ য়াওহনবগীদমক থাংজি লাই অমদি কোয়ৱেল লৈমনা শীনিখিবদু।

পন্দুপ অসিদা য়াওৱিবা নুংখিৱা ৱাৰী মতাংদি খম্মগী পছৌ পুৱেহন্দা অমদি পলেম গাংখৰৈমা অনীগী হৌশ্ৰবা ৱাৰীগী লামায় হাইগুম্মা মোইৱাং নিংখৌ, চাউবা য়াওনা খঙবা গুম্মখিবসিনি। অপাৰা অতাবশিঙা থম্মোয়দসু থুক লাউবা ফাওহল্লি। খম্মগী লৈৱমদি পাং অনীগী তাইনবা মৱক্কা লৈবনি, খুম্মি, লমজা মচিন মৌপাদ লৈ হায়ৱকপদা মতাউ পুৱেহন্দা অমদি মচন গাংখৰৈমা থম্মনা অঙাংশিঙনি হায়বা মচিন মৌপাগী মিং তাকথোজিঙৈ মমাঙদগী অদুম্মক খঙৰা গুম্মী। মপু মোইৱাং নিংখৌগী মফমদা খম্মবু মশক তাৰুবা হোংনবদা শনৱেই চাইশ্ৰাগী ৱাৰীদা য়ুম্মফম ওইবা ফজৰবা পাউখোঙ মতক অমা থম্মি। অহাং ওইৱিঙুদা ইমানা লীবিখিবা নুংখিৱা ৱাৰীনি, নিংখৌগী তালায় ওইদুনা লৈমৱেনবী ওইশ্ৰবী শনৱেই (শম্মেনবী) বু মপামদা মাচা পুৱগা লাকপদা মমা পোকক্কা অমদি পোকমিদ্দবী মনাও চাইশ্ৰা অনীনি লৌতনুদনা ঈশিং অশাবনা হৈজিঙগা হাতোক্কাই। শনৱেইগী লিক-কোন, সনা লুপা পুম্মক শীজি লগা চাইশ্ৰা লৈমৱেনবী নন্তনা লৈমৱেনবী শা মাগী মচাসু নন্তনা মচা ঙাকখি নম্মাখক তৌদুনা লৈখি। মতম অদুদা শনৱেইগী থৱায়না ওনিখী লমখুনুনা খৌখিবা মৱেল অদু চাউবনা মোইৱাং নিংখৌনা অসুম্মা পাউখোঙ ওইনা চনখি, 'সনৱেই উথকতাং চাইসৱানা ফম্মান তেং, হা! নিংখৌ তুকাওবা নচা নিংখৌ শিগনি, কুক্ক-কুক্ক-খাংলিতং।' মমাঙথক্কা ৱাৰীবু নীংখিহয়বা হোংনবনি। অদুওঁ পুৱেহন্দা তোবুংদা কৈ মতা ফাবদা অদুক্কা মতিক পেজৰবা নিংখৌনা সনা ঈ ওইবী খম্ম মিতমত্ৰবী তালায় অতোম্মী গাংখৰৈমবু পুৱেহন্দা খুদোল তমখি ৱাৰী মতাংবুসু থেংচিদুনা মথেন অমা ওইহল্লি। পুৱেহন্দা-চাওবা অনী কয়ামুক লুনা চান্না লৈমিৱনৱগে হায়বদু ফজনা শৈথায় মতাং য়াওৱি। চাউবা নোংখোম্মনা খম্মবু ময়ামদা পুৱক্কা মাগী তালায় নোংখোম্মদা মশক তাৰু। খম্মবু উবদা নোংখোম্মগী খোম্মাং ঈহৌৱকপা, মহাক্কা খম্মবু নুংখিৰবদু মশামক্কা পোকচবা মচাদগী তাতে হায়বগী প্ৰমান শৈথায়ি। খম্মা পোকপা মতাংদা মহাক্কা খোম্মাং ইনবীখিবগী ৰাফম পুশিল্লক্কাই। পঙকুই কুইট্ৰিঙৈ মতমগী ৱানি, ইচা মীচা থিনৱমদে, তাইবং ফাওৱকপদমক গুয়ৱিবা অঙাংবু, মমাগী

খোম্মাং থোজিঙৈ কৱৈয় লৈকায়গী মচা অনৌবা চেঞ্জিৰাশিঙা খোম্মাং পীথক্কাই। অসুম্মা নুপী খুদিংমক্তা লৈৱিবা মমা ওইবীগী অৱাংবা মঙন অদু তাকপনি। শৈথায়িৱা মতাং অম, 'পাৰি 'বুংঙো ইমানা, ইতা নমা লৈৱিঙে, খুম্ন নংবু পোকপদা খোম্মাং ইনখিবদুগী, লৈহৌৱেই মখাংগি। খুম্ন নশক উবদা/খোম্মাং চৈৱে চোংলক্কা। ইমা খোম্মাং ইনগে লাও।' মতৌ অসুম্মা লমজা মচিন মৌপাদ মোইৱাংদা মশক তাকপগী মতাং য়াওৱি। পুৱেহন্দা নন্তনা পুৱেহন্দা হিংলিঙৈ মতমদা মমোম খম্মবু চাউবা নোংখোম্মগী মপাৰী ফৈৱেইজাম্মদা থাজৱম্মগী ৰাফমসু চিংখোৱক্কাই। মীগী মপোং মৱন শোক্কাৰা শিংবা গুম্মবদি নমদুনা মীনাই ওইহনবগী মচং লৈৱশ্মি হায়বসি চাওবনা খম্মদা ফিজান পীবা মতমদা খম্মনা হায়বিখিদ্দুনা ময়েক শেংনা ফোংদোক্কাই।

নোংখোম্মা ফম পায়ৱিবা চাউবগী তৌবা গুম্মা মতিক ময়াই কাংজৈ শাম্মবগী শীল-লাঙৰা, লাই হৱাউবগী নুমিৎ লেগা, খম্মবু লৈৱেয় মকোক হাপ্পা থৌৱাংলকপা কয়া অসিনা তাকক্কা। পুৱমকসিগী

মথক্কা কনাগুম্মা অমবু চৈৱাক পীবা গুম্মা অঙম্মনি হায়বসু ময়েক লানা উৎলি। কাংজৈ লৈৱেই মতুংদা খম্মগী মমা মপা কনানো হংলকপদা তাকউ য়াৱবা খম্মবু পাউখুম ফংখিঙাওবা চৈশিং খঙননা ফুননবা য়াংখং তাউখবা গুম্মী মাগী য়াংখিগী ইনফদবনি, দোলাই পাৰা তৱেং অমদি নুপা তৱামঙনা ফুননবা থৌৱাং হেজমক তৌই। মজাইবেম্মা থৌইবীনা সেনু থাদুনা থিংনববা হোংনবদসু কৱিমতা নাচুংবীদে। অহোৱনদুম ইয়ায় লায়না হায়দোক্কাই, নহোয় নুপীনা খঙঙাইকে! লৈপাক নিংখৌ পানবগী, লৈৱি হৌনবা হায়বা। অমৰোমদা লৈঙাক্কা, ৱায়েল থৌদাগী হীৱমদা নুপীগী হক লৈতবা অমদি অঙম্মা অমগী থবক থৌৱমদা কনামত্তনা য়েংপা গুম্মদে হায়বনি।

