কোভিদ-১৯ লাইচৎ মনুং অসিদা বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট মেনেজমেন্ট হেন্না চেকশিনবা অমসুং য়েংশিনবা মথৌ তাই

— ডা. সোরাম মনিকান্তা —
প্রসিদেন্ট, ইন্দিয়ন সাইকিয়াট্রিক সোসাইটি, মণিপুর ষ্টেট ব্রাঞ্চ
dr.smanikanta@gmail.com

কোভিদ-১৯ লাইচৎ মায়োক্নরক্লিবা অসি চহী অমগা মখায় ফারক্নে। মণিপুরগী ওইনা অপূনবা মীওই ৮৮,৯৭৮ কোভিদ-১৯ নাবা থেংনরে। মসিগী মনুংদা মীওই ১৪৩৬ লৈখিদ্রে। শিবগী চাং চাদা ১.৬নি। এক্টিভ কেসকী চাদা ৬০-৬৫দি HI (Home Isolation), CHIC দা লৈ। হায়রিবা অসি জুলাই ২২, ২০২১ ফাওবদা ফংবা রিপোর্টকী মতুং ইন্ননি। লাইচৎ অসিদগী ঙাকথোক্নবা ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) অমসুং ইন্দিয়ন কাউন্সিল ওফ মেদিকেল রিছার্স (আই সী এম আর) না পীবা গাইদলাইন, এস ও পি, কোভিদ এপ্রোপ্রিএট বিহেবিয়র (চৎন-কাঙলোন) কয়া ঙাক্না চৎনবা পাউতাক পীদুনা লাক্লি। মসিগী মনুংদা অকোয়বগী ফীভম তরূ-তনান্না থম্বা, ফত্ত-হৌদি (ৱেষ্ট দিস্পোজেল) মফম চানা লোইশিনবা, খুৎ-শা শেংনা হামদোকপা হায়বসিসু কোভিদ-১৯ লাইচৎ থেংননবা হোৎনবদা য়াম্না মরু ওইবা চৎন-কাঙলোন অমনি। মসিদা হংবা য়াবা অমসুং নৈনবা য়াবা ৱাফমদি হোম আইসোলেসন, সী ঐচ আই সী, সী সী সী, দেদিকেটেদ কোভিদ ৱার্দ অমসুং কোভিদ-১৯ অনাবা লায়েংলিবা জেনরেল হোস্পিটালশিং (লৈঙাক্কী অমসুং লন্নাইগী) অসিদগী থোরকপা বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট ময়াম অসি মতৌ করম্না ত্রিটমেন্ট চথরিবগে হায়বদি লোইশিল্লিবগে হায়বসিনি। ঐখোয় হোস্পিটাল ৱেষ্টশিং অসি করি করিনো খঙমিন্নসি। হোস্পিটাল ৱেষ্ট হায়বসি মখাগী অসুম্না খাইদোকপা য়াই -

১) General Waste :- মসিদি মরু ওইনা পেপর, প্লাষ্টিক, পোৎ চৈ য়োম্বদা শীজিন্নবা পোৎলমশিং অমসুং চাবা থকপগী অরেম্বা শরুকশিংনা অয়াম্বনি। মখোয়শিং অসিদি হকচাংদা শোক্নীংঙাই ওইদে।

২) Pathological Waste :- হকচাংগী টিস্যু কয়াৎ (ওর্গান), বোদি ফ্লুইদস, বোদি পার্টস য়াওরবা পোৎলমশিংনি। মসি হকচাংদা শোক্নীংঙাই (Hazardous) ওই।

৩) Infectious Waste :- ক্লিনিকেল লেবোরেটরিদগী থোক্লকপা কলচর তৌবদা শীজিন্নবা মচাকশিং, ওটোপসি নৎত্রগা এনিমেল লেবোরেটরিদগী থাদোরকপা মহীক য়াওরবা পোৎলমশিং অমসুং অনাবা মীদা শীজিন্নবা স্বাব, বেন্দেজ, দিসপোসিবল দিভাইসশিং পনবা য়াই।

৪) Sharps Waste :- পোৎলমশিং অসিদি চেকশিন্দ্রবদি পায়বা খোৎপা তৌবদা অশোক অপন থোকপা য়াই। মরু ওইবা পোৎলম খরদি Needles, Syringe, Glass মচেৎ, Blades, Scalpel অসিনচিংবা।

৫) Pharmaceutical and Chemical Waste :- এক্সপ্যারি ওইরবা, শীজিন্নদ্রবা দ্রগস, ভেক্সিন্স, ৱার্দতগী রিটর্ন তৌরকপা শীজিন্নদ্রবা কেমিকেলশিং খুদম ওইনা সর্ফেস দিসইনফেক্টেন্টস, অকায়বা থর্মোমিটর নৎত্রগা বি পি ইন্সত্রুমেন্টতা য়াওবা মর্করি, বেত্রিস ওইবা য়াই।

৬) Radioactive Waste :- মসি মপং, মহি নৎত্রগা গ্যাসকী মওংদা ওইবা য়াই। লায়েংবদা নৎত্রগা চাংয়েং চথবদা খুদম ওইনা ওর্গান ইমেজিং, ট্যুমর লোকেলাইজেসন তৌবদা শীজিন্নবা radionuclides য়াওবা পোৎলমশিংনি।

বাইও-মেদিকেল-ৱেষ্ট (বি এম দব্লিয়ু) হায়না খঙনরিবা অসি হোস্পিটালস, হেল্থ ক্লিনিক্স, নর্সিং হোমস, ইমর্জেন্সি মেদিকেল সর্ভিসেস, দেন্টিষ্ট, মোর্গ, রিছর্স লেবোলেটরি ময়াম অসিদগী থোরকপা মহিক নৎত্রগা হকচাং শোক্লিংঙাই ওইবা মচাকশিং য়াওবা পোৎলমশিং অসিবু শম্না বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট হায়না খঙনবা য়াই। বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট খুদিংমক হকচাং শোক্লিংঙাই ওই। মসি অপূনবা হোস্পিটাল ৱেষ্টকী চাদা ১৫গী চাং ওইগনি। অদুবু মসি জেনরেট তৌফমদগী মতম চানা segregate তৌদুনা অতে ৱেষ্টকা পূনশিন্নদনবা হোৎনগনি। মরমদি অতে হকচাং শোক্লিংঙাই ওইদবা কয়া অদুসু হকচাং শোকনীংঙাই ওইরকপা য়াই। মফম চানা, মতম চানা হায়রিবা বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট অসি তোঙান্না segregate তৌবা ৱাৎপদগী হোস্পিটাল ৱেষ্টকী চাদা ৩০দি বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট ওইনা থোরকই। হোস্পিটাল ৱেষ্টকী চাদা ৭০দি ম্যুনিসিপাল ৱেষ্ট মেনেজমেন্ট ফেসিলিটিগা তানদুনা দিসপোজ তৌবা য়াই। হোস্পিটাল ৱেষ্টকী চাদা ২০দি Autoclaving, Microwaving তৌগনি নৎত্রগা মচেৎ মচেৎ ককথৎতুনা, থুগায়দুনা লৈনুংদা ফুমজিনগনি। লেমহৌরিবা চাদা ১০গী চাং ওইগদবা পোৎলমশিং অদুনা মৈ থাদুনা মাঙহনগনি। মসিগীদমক্তা Bio-medical waste incinerator অমমম লৈবা মথৌ তাই। হোস্পিটাল ৱেষ্ট মতৌ করম্না লোইশিনগনি হায়বদু ইনভাইরনমেন্ট প্রোটেক্সন এক্ট, গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়াগী মখাদা বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট (মেনেজমেন্ট এন্দ হেন্দলিং) রুলস, ১৯৯৮গী মতুংইন্না চৎথগনি। সুপ্রিম কোর্ট ওফ ইন্দিয়াগী ১৯৯৪দা পাস তৌখিবা রুল্লিং অমগী মতুংইন্না ফমুং ৫০দগী তাদনা লৈবা হোস্পিটাল খুদিংমক শোয়দনমক্কী বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট ইন্সিনেরেটর অমমম লৈগদবনি।

হোস্পিটাল ৱেষ্টকী চাদা ৭০দি জেনরেল ৱেষ্টনি। মসি কম্মন বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট ত্রিটমেন্ট ফেসিলিটি (সী বি এম দব্লিয়ু টি এফ) অমদা য়ৌহনখিবা য়াই। জেনরেল ৱেষ্ট অসি মফম চাবা লেন্দফিল অমদা পৈশিনবা নৎত্রগা কান্নবা পোৎশক অমা ওন্থোক্তুনা শীজিন্নবসু য়াই। অসিগুম্বা জেনরেল ৱেষ্ট অসি মফম চানা দিসপোজ তৌবা য়ানবা সী বি এম টি এফ অমা লৈঙাক্না শিনবীবা ফৈ। অসিদসু নত্তনা হোস্পিটাল নৎত্রগা ক্লিনিক খুদিংমক্তা "The Bio-medical waste (Management and Handling) rules, 1998, Schedule II, rule 6 কী মতুংইন্না colour coding bag/container শীজিন্নদুনা বি এম দব্লিয়ু দিসপোজ তৌনবা হোৎনগনি। য়েল্লো কলর প্লাষ্টিক বেগ অমদা হ্যুমেন এনাটোমিকেল ৱেষ্ট, এনিমেল ৱেষ্ট, মাইক্রো বাইওলোজি ৱেষ্ট অমসুং সোইল ৱেষ্ট ময়াম অসি কলেক্ট তৌরগা য়েল্লো কন্টেনর অদুদা হাপচিনগনি। মসি মৈ থাদোক্তুনা মাঙহনগনি অমসুং লৈনুংদা ফুমজিনগনি। রেদ মচুগী বেগ অসিদনা কলচর তৌবদা শীজিন্নবা পোৎলম অমসুং খূৎলায়শিং Catheter, Intravenous নৎত্রগা GI tract probe তৌবদা শীজিন্নবা Tubings collect তৌদুনা রেদ মচুগী কন্টেনরদা ষ্টোর তৌগনি। পোৎলমশিং অসি Autoclaving, Microwaving, Chemical Treatment তৌরবা মতুংদা দিসপোজ তৌগনি। ব্লু/হ্বাইট মচুগী বেগ অসি puncture proof ওইগদবনি। মসিদা Needles, Syrings, Scalpel, Blades, Glass মচেৎ হায়রিবা পোৎলমশিং অসি হাপকনি। ওটোক্লেভিং, মাইক্রোক্লেভিং, কেমিকেল ত্রিটমেন্ট পীদুনা দিসপোজ তৌগনি নৎত্রগা destruction/saredding তৌদুনা লৈনুংদা ফুমজিনগনি। Shredding তৌরবা পোৎলমশিং অদু অমুক হন্না শীজিন্নবা য়ারোইদবনি। অমুবা (ব্লেক) মচুগী প্লাষ্টিক বেগ অসিদা হাপকদবা পোৎলমশিং অদুদি discared drugs, cytotoxic medicine, মৈ থাদোকখ্রবা মতুংদা লেমহৌবা incineration ash মখোয়শিং অসি কেমিকেল ত্রিটমেন্ট পীরবা মতুংদা মহী ওইরগনা দ্রেন অমদা থাদগনি, মপৎ ওইরগনা লেন্দফিল অমদা হৈদোক্কনি। কেমিকেল ত্রিটমেন্টকীদমক্তা চাদা ১গী চাংদা য়াওবা সোদিয়ম হাইপোক্লোরাইট সোল্যুসন শীজিন্নবা য়াই।

বাইও-মেদিকেল ৱেষ্টশিং অসি মতম চানা, মফম চানা, মওং চুম্না দিসপোজ তৌরিব্রা হায়বসি য়েংশিনবা মথৌ তাই। মসিদা হেন্না মরু ওইরিবদি জেনরেট তৌরিবা মফমদুমক্তদগী segregation হৌগদবনি অমসুং colour coded bag শিং অদুদা হাপচিনগদবনি। Segregate তৌদবা পোৎলম অমত্তা disposal গীদমক লৌরোইদবনি। সেগ্রিগেসন তৌদবা থেংনরবদি হোস্পিটাল ওথোরিটিদা খঙহন্দুনা অথুবদা থবক লৌখৎকনি। সেগ্রিগেট তৌরবা বি এম দব্লিয়ুশিং য়াওবা পোৎলমশিং অদু puncture proof bag অমদা হাপকদবনি। অসুম্না তৌবা অসিনা অশোক অপন তৌবদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। পোৎলমশিং অসি নুমিৎ খুদিংগী স্পেসল ত্রান্সপোর্ট ভেহিকল অমদা লৌখৎকনি। ভেহিকল অসি অতৈ অতোপ্পা অমদা শীজিন্নবা য়াদে। ড্রাইভর/ষ্টাফ অমসুং বি এম দব্লিয়ুগী তোঙানবা কেবিন অনী লৈগদবনি। ৱেষ্ট কেবিন অদু leak proof base ওইগদবনি। Colour coded container শিং অদু তোঙান তোঙান্না হাপ্পা য়ানবা কাখল কয়ামরুম থোক্না খায়দোক্কনি। কাখলশিং অসি য়াম্না লায়না চামথোক শেংদোকপা য়ানবা মখা থংবা ফ্লোর অদু ঈশিং তুংদনবা অকুৎ অতোং লৈহল্লোইদবনি। কাখলশিং অদু মনিং নৎত্রগা নাকলদা ইরায় লায়না পোৎ হাপ্পা নৎত্রগা লৌথোকপা য়ানবা শিনগদবনি। গাড়ী অদু বি এম দব্লিয়ু সিম্বোল থেৎকদবনি অমসুং সী বি এম টি এফ অদুগী adoress, telephone no. display তৌগদবনি। হোস্পিটাল খুদিংমক্তা মতিক চাবা নুংশিৎ নুংশা মরাং কায়না ফংবা য়ামদ্রবদা মিটর ২ ৱাংনা খাগৎপা, ফ্লোর অমসুং ৱালশিং অদু স্মুথ ওইবা untreated/treated BMW storage তৌনবা সাইট লৈগদবনি। তোঙান তোঙানবা হোস্পিটাল য়ুনিটশিংগী পোৎলমশিং, দিসপোজ তৌবগী মুভমেন্ট দেল্লি রেকোর্দ তৌশিনগনি।

কোভিদ-১৯ লাইচৎ মতম অসিদা বি এম দব্লিয়ু মেনেজমেন্ট হেন্না ফজনা তৌবা মথৌ তারি। ফমুং ৫০দগী তাদবা হোস্পিটাল অমদা BMW incinerator লৈব্রা হায়বদু য়েংশিনগদবনি। লাইচৎ অসি মপূং ফানা লাকশিনবা ঙম্নবা বাইও-মেদিকেল ৱেষ্ট (মেনেজমেন্ট এন্দ হেন্দলিং) রুলস, ১৯৯৮গী মতুংইন্না হোস্পিটাল ৱেষ্ট মেনেজমেন্ট ফজনা চথরিব্রা হায়বদু য়েংশিনবা মথৌ তারে। সী সী সী লম্বোইখোঙনাংখোঙদা মসিদগী থোরকপা ৱেষ্ট মেটেরিএল হুন্দোকফম লৈতবগী পাউ তত্তনা তারি। মসিদসু নত্তনা হোম আইসোলেসন্দা লৈরিবা মীওইশিংদগী থোরকপা ৱেষ্ট মেটেরিএলশিং অদু মতৌ করম্না দিসপোজ তৌরিবগে হায়বসি য়েংশিনফম থোকই। মতৌ করম্না Non hazardous ওইবা মওংদা দিসপোজ তৌগনি হায়বদু ফেমিলি অমদি কোভিদ-১৯ অনাবা মীওই অদুদা তাকপীগনি। প্রোপর ৱেষ্ট মেনেজমেন্ট তৌরিব্রা হায়বদু য়েংশিনফম থোকই। হীরম অসিদা মেদিকেল দিরেক্টোরেটকী পূক্লিং চিংশিলহন্নীংই। হন্দক কোভিদ-১৯ পোজিটিভ ওইবগী চাং ৱাংখৎলকপা, পোজিটিভিটি রেট হেনগৎলকপা অসিবু টেষ্ট মশীং য়াম্না তৌবগীনি, থোইনা কিনীংঙাই ওইদে হায়বসিমক্তি লাইচৎ অসিগী সেরিয়সনেস খঙবা ৱাৎপা মাল্লি, হায়হন্নীংদে। থৌদাং লৈনা থবক তৌহন্নীংই। ●

হীদাক কান্নরবা পান্বীশিং ঃ ক্লাক থবী # ৩০০

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

মণিপুরগী তম্পাক্কী অয়াম্বা মফমশিংদা ৱীদ (weed) হায়বদি হাজোংবা পান্বী অমা ওইনা থোইদোক হেন্দোক্না মরাং কায়না হৌবা অদুবু হীদাক্কী ওইবা মগুনশিংদি য়াম্না শীংথানীংঙাই ওইনা য়াওবা পান্বীশিংগী মনুংদা ক্লাক-থবী হায়রিবা পান্বী অসিসু অমনি। পান্বী অসি ৱারক-থবী নৎত্রগা মার্বোল পান্বী হায়নসু কৌনৈ। ক্লাক-থবী পান্বী অসি ইংলিসতা লোলিপোপ ক্লাইম্বর (Lollipop climber) (পান্বী অসিগী মহৈ অদু হেক য়েংবদা লোলিপোপ হায়রিবা মিথাই অদু মানবদগীনি) নৎত্রগা ইন্দিয়ন ব্রাইওনি (Indian Bryoni), সংস্কৃততা বাহুপাত্রা (Bahupatra) নৎত্রগা বাকাপুসপা (Bakapushpa) নৎত্রগা চিত্রফালা (Chitraphala) নৎত্রগা দেবী (Devi) নৎত্রগা লিঙ্গিনি (Lengini) নৎত্রগা শিভলিঙ্গি (Shivalingee), হিন্দিদা গর্গুমুরু (Gargumuru) নৎত্রগা শিভলিঙ্গি (Shivalingi), বেঙ্গোলিদা মালা (Mala), শিদধা (Siddha) ইয়াভেলি (Iyaveli), নেপালিদা ঘুর্মি ঈশারা (Ghurmi ishara) নৎত্রগা ঘুর্মী লাহারা (Ghurmi lahara), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *ব্রাইওনিয়া লেসিনিওসা (Bryonia laciniosa L.)* নৎত্রগা *ব্রাইওনিয়া পালমাতা (Bryonia palmata L.)* নৎত্রগা *ব্রাইওনিয়া কোর্টালেন্সিস (Bryonia courtallensis Arn.)* নৎত্রগা *ব্রাইওনোপসিস লেসিনিওসা (Bryonopsis laciniosa Hook.)* নৎত্রগা *ব্রাইওনোপসিস ভ্রিথ্রোকার্পা (Bryonopsis vrythrocarpa Naud.)* নৎত্রগা *কুকুমিস ভেরুকোসস (Cucumis verrucosus)* নৎত্রগা *কোকসিনিয়া পালমাতা (Coceinia palmata)* নৎত্রগা *দিপ্লোসাইক্লোস (Diplocyclos palmatus (L.) Jeffrey)* হায়না কৌই অমসুং *ক্যুক্যুরবিতেসী (Cucurbitaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। বোটানিকেলগী ওইবা মমিংগী দিপ্লোসাইক্লোস হায়বসি গ্রীক্কী ৱাহৈ দিপ্লোস (Diplos) হায়বগী ৱাহন্থোক্তি দবল হায়বদি অনী অদুগা কাইক্লোস (Kyklos) হায়বনা রিং (Ring) হায়বদি খুজিগুম্না কোনবা হায়বনি - মরমদি পান্বী অসি মকোয় (Tendril) অসিনা অনীরক য়েত্তুনা অতোপ্পা পান্বীশিংদা কাদুনা হৌই। শাগৈ অসিদা চনবা অতোপ্পা মরু ওইবা পান্বী খরদি - থবী পান্বী (Cucumis sativus L.), মাইরেল পান্বী (Cucurbita maxima Duchesne), তোর্বোট পান্বী (Benincasa hispida (Thunb) Cong.), খোংদ্রুম পান্বী (Lagenaria siceraria (Mol.) Standl.) অসিনচিংবনি।

ক্লাক-থবী হায়রিবা পান্বী অসি চহী অমদগী হেন্না পুন্সিবা ফুট ৩০ ফাওবা শাংনা মরী চৎপা অদুগা নিংথম থাগী মতমদা মনা কেনগনবা উরি (Deciduous climber) মখল অমনি। পান্বী অসিগী মরা অদু মঙ্গ্রা অঙাংবগুম্না লৈনুংদা তাই লোয়ননা পান্বী অসি মতাং (Node) পাল্লি। পান্বী অসিগী লৈশিং অদু শংলপ তৌনা হঙ্গাম মপাল মচু ওই। মহৈ অদু মার্বোলমুক চাউনা মতুম তাই অমসুং ঙৌরুনবা মচুনা শাংনা লাংই। মহৈ অদু মুল্লবদি মচু অদু ঙাংশং ঙাংই লোয়ননা মহৈ ২-৩ অতেনবা মখোক্তগী য়াম্থদুনা পূন্না পানমিন্নৈ।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না ক্লাক-থবী পান্বী অসি ইন্দিয়া, ভুটান, চাইনা, নেপাল, পাকিষ্টান, থাইলেন্দ, জপান, শ্রীলঙ্কা, ফিলিপিন্স, ইন্দোনেসিয়া, আফ্রিকা, ওষ্ট্রেলিয়া অসিনচিংবা মফমশিংদা মহৌশাগী ওইনা হৌজৈ। ইন্দিয়াগী মনুংদা অরুনাচল প্রদেশ, বিহার, গোৱা, গুজরাট, হিমাচল প্রদেশ, জম্মু অমসুং কাশ্মীর, কর্ণাটাকা, মহারাষ্ট্র, মধ্য প্রদেশ, ছটিশগর, মণিপুর, ত্রিপুরা অমসুং উত্তর প্রদেশনচিংবা মফমশিংদা ক্লাক-থবী পান্বী অসি থোইদোক্না মরাং কায়না হৌবগী পাউদমশিং লৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি ক্লাক-থবী পান্বী অসি তম্পাক্কী অয়াম্বা মফমশিংদা থোইদোক্না মরাং কায়না হৌবা থেংনৈ।

ক্লাক-থবী পান্বীগী মহৈ অসি খাতক তৌই। পান্বী অসিগী মরূদা চাদা ১২গী চাংদাদা মনিল ইকা কাদবা থাও মখল অমা য়াওই। পাউদমশিংগী মতুংইন্না হায়রিবা থাও অসিদা য়াওবা মরু ওইবা মচলশিংদি - প্রোতিন, গোনিওথেলামিন (Goniothalamin), ব্রাইওনিন (Bryonin), প্যুনিসিক এসিদ (Punicic acid) অমসুং লিপিদশিংনি। প্যুনিসিক এসিদ অসি খ্বাইদগী ৱাংবা চাংদা চাদা ৩৮ লোম য়াওই হায়না পাউদল্লি। ক্লাক-থবী পান্বীগী মনাদা য়াওবা মরু ওইবা কম্পাউন্দ খরদি - p-coumaric, ferulic, syringic, caffeic acids, flawonoids, alpha অমসুং beta-amyrin অমসুং sitosterol নচিংবশিং অসিনি।

অরিবা লায়েং পথাপ্তা ক্লাক-থবী পান্বীগী মরূ অদু তকখায়রগা শঙ্গোম অশাবদা হাপ্তুনা নৈখায়রগা চাং নাইনা পীথকপদা নুপীনা মীরোলবা ঙমদবা অদু মীরোলহনবা ঙম্মী হায়দুনা য়াম্না কুইরবা মতমদগী শীজিন্নরক্লি। হায়রিবা হীরম অসিদা নুপীনা থাগী খোঙকাপ লাকখ্রবা মতুং ক্লাক-থবীগী মরূ ৬-৯ ফাওবা শঙ্গোম গ্লাস অমদা শুগাইরগা নুমিৎ ৫নি চাং নাইনা পীথক্তুনা লায়েং চথবিগনি।

পাউদম অদুনা মখা তারদুনা হায় মদুদি হায়রিবা অশেম্বা অদু চাং নাইনা পীথকপদসু নুপাগী ফম্বী ফগৎহনবা ঙম্মী। নুপীনা থাগী খোঙকাপ চাং হেন্না লাকপদসু হায়রিবা অশেম্বা মহী অদু পীথক্তুনা লায়েংনৈ। ক্লাক-থবী পান্বীগী মরূ অদু তকখায়রগা চিনি অঙাংবগা তোৎলগা গুলি (Pills) শেমদুনসু শীজিন্নৈ। মৈনা পোকপদা ক্লাক-থবী পান্বী শুগাইরগা শেম্বা মোলোম অদুনা চাং নাইনা তৈবদা মৈশা অদু থুনা ইংথহনবগী মথক্তা অচাকপা উনশা অদু মহৌশাগী মওংদা থুনা হক্তিনহনবা ঙম্মী। খ্বাং নাবা অমসুং লেঙবা য়াদবদা ক্লাক-থবী পান্বীগী অনৌবা মখোক অদু তিলহৌগা পূন্না মৈদা ঙৌরগা চাং নাইনা পীজবদা থোইদোক্না কান্নবগী পাউদমসু লৈ। থজিন শাওগৎপদা ক্লাক-থবী পান্বীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা লৌবা মহী অদু পীথক্তুনা লায়েংবা য়াই। পাউদম অমগী মতুংইন্না শ্বর হোনবা নুংঙাইতবা অমসুং হরা-কংখু তৌবদা ক্লাক-থবী পান্বীগী মনা অদু যুবী থাওদা ফজনা ঙৌরগা চাং নাইনা পীজদুনা লায়েংনৈ। মতম শাংনা খোঙ হামদোকপা ঙমদদুনা অমাংবা য়ৈখত্তুনা লৈরবদি ক্লাক-থবী পান্বীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা শুমদুনা লৌবা মহী অদু পীথক্তুনা কুইরবা মতমদগী শীজিন্নরক্লি। পুক নুংশিৎ কাবা, লোক থুংবা অমসুং দাইবেটিস তৌবদা ক্লাক-থবী পান্বীগী নৌতক তৌবা মনা অদু শুগাইরগা শুমদুনা লৌবা মহী অদু খোইহী খরা নৈখায়রগা পীথক্তুনা লায়েংবগী অরিবা পথাপ লৈ। ক্লাক-থবী পান্বীগী মরূ অদু তকখায়রগা শেম্বা মোলোম অদু উনশাগী লায়না কয়ামরুম মরু ওইনা বেক্টেরিয়া অমসুং কোকফাই শুজানা নাহনবা উনশাগী লায়নাশিং লায়েংনবগী পাউদমসু লৈ। ●

মীতৈগী মঙাঙ সলাই অমসুং নিংথৌচা সলাই

- ইবোপিশক নোংথোম্বা -

মালেম অসিদা লৈরিবা ফুরুপ-ফুরুপশিংগী মতৌগুম্না মীতৈ ঐখোয়গীসু ‘সলাই’ হায়দুনা কাঙলূপ তরেৎ থোক্না খায়দুনা থম্বীরমই। হায়রিবা সলাই তরেৎ অসি কোনচিন তুথোকপা/পা-খংবনা তোঙান তোঙানবা লৈমা তরেৎ পান্নদুনা শন্দোকপীরম্বনি। মখোয় অদুদি - পাখংবনা (১) পুকসিখোম্বী পান্নদুনা মঙাঙ সলাই পোকই, (২) হুইমুলৈমা পান্নদুনা লুৱাং সলাই পোকই, (৩) থোঙাইলেমপী পান্নদুনা খুমন সলাই পোকই, (৪) পীথেৎলৈমা পান্নদুনা অঙোম সলাই পোকই, (৫) উলুমখাউজাউতোমপী পান্নদুনা মোইলাং সলাই পোকই, (৬) তালিলৈমা পান্নদুনা খা-ঙানপা সলাই পোকই অমসুং (৭) লিলিলৈমা পান্নদুনা সলাই লৈসাংথেম পোকই। অসুম্না হৌজিক হৌজিক চৎনদুনা লৈরিবা সলাই তরেৎসি ওইরকখি।

হৌজিক মতমদা, মিং ইবদা সলাই/য়েক সলাই তপ্পসি য়াম্না পাম্না চৎনরক্লি। মসিগী কান্নবা লৈ খল্লি। অফবা অমনি। পাখং মচা, লৈশাবী মচাশিংনা য়ুম পানবা মতমদা য়েক সলাই খঙদদুনা, য়েক থোক্নবা লৌন-লৈনবা কয়া ঐখোয়না থেংনরি। অদুনা মিংদা সলাই তপ্পবদি অসিগুম্বা অসিদগী খরমখৈদি হন্থহনগনি নীংই। মরম অদুনা মমা-মপা ওইবশিংনা মচাশিংগী মিং থোনবা মতমদা মিংগী মমৈদা মাগী মাগী সলাইগী মিং হাপ্পা, তপ্পসি তৌবীবা য়াম্না কান্নগনি খল্লি। য়েক সলাই তিন্নবা মশেল লৌন-লৈনরবদি চারোল তরেৎ শুবদা শাগৈ মুৎলি হায়না ইপা ইপুশিংনা হায়নরল্লিবসি তরাইনা লৌফম থোক্তে খল্লি। ঐখোয়গী পুয়ানা করি হায়রি - সলাইলেননা মচা পাখংবদা হায়খি, - ‘ইচাকী চাতা সলাইলুপ সখাইসিংনা লাইকী লিচৎপু লৌতুনা চৎপা য়ারোইয়ে। ... লাইকী লুপ্পা ইচাকী চাতা নাউতাপু সোকউপা অসিতি লাইপুংথৌ ৭কী মতুংইন্না ইপানা ঙসিতকী হৌনা য়েক হায়না কৌলকে। ইচাকী চাতা নাউতানা লাইকী লুপ্পা চৎলমপা ফিতম চৎলকলপতি... য়েক্লপসুং ওইসনো। ... চালৌ মৌলৌনপা য়ালোইয়ে ... চালৌ মৌলৌনপা তৌলপতি নাউতাকী সুথাং ৭তা লোমকনিয়ে।’’ ৱাকোকলোন হীলেন থীলেন সলাই অমাইলোন পুকোক পুয়া, লা: ৫৬-৫৭।

নাট-কলচর হায়বসিমক্তবু মীওইবা ফুরুপ-ফুরুপ্তুগী য়ানবা মওংদা শেম্বা হোংনাইবা চৎনবীদুনি। মরম অদুনা, চৎনবী হায়বসিদা মরম চাবা, নাতে চাবা, চুন-চানবা হায়বদুসু য়েংবা চঙই খল্লি। মথক্তা, মীতৈগী সলাই তরেৎ লৈ, পনখ্রে। অদুবু হৌজিক মতমদা ‘মঙাঙ’ সলাই অসি নিংথৌচা সলাইগা অমত্তা ওইবগুম লৌনবা মীওই কয়া থেংনরি। মসি মুন্না, কুপ্পা থিজিনবা চঙই খল্লি। ইজরিবা অহিবসু হান্নদি কন্নাগুম্বনা হংলকপদা ‘নিংথৌচা সলাইনি’ হেক্তা হায়রল্লিবনি অদুবু মতম খরগী মমাঙদা ৱাফমসিগী মতাংদা ৱারম খরা থেংনরুবদগী অনী অসি মান্নদবোইরে খল্লকপনি।

লুরিবা ৱাফমদি - অখঙ-অহৈনি লৌনরবা মীওই কয়ানা ইরম্বা, ইরিবা লাইরিক কয়াদা ‘মঙাঙ সলাই’ হায়বসি শুকয়াও য়াওদবা, ‘নিংথৌচানা’ মহুৎ শিন্দুনা ইবা লাইরিক কয়া থেংনরিবা অসিনি। অদুনা করম্বনা অশেংবা অচুম্বনো খন্দোকপদা অৱাবা অমা ওইরনি হায়বা তাই, মীচম মীয়ামদা। অইবশিংনা মানা মানা পাম্বা, য়ানীংবা মওংদা ইবনিদনা খল্লকই। অদুননি ইজরিবনা হেক হেক হায়জবা, ইজবা- ‘‘লাইরিক্তা য়াওই, লাইরিক্তা ইরমই হায়দুনা লোইনা অচুম্বনি লৌবা য়াদে। মরম চাবা, থিবা অমা চঙই’’ হায়জরিবা।

হৌজিক ৱারেংসিগী ময়াঙদা লাকচগে, মঙাঙ সলাইগা নিংথৌচা সলাইগা করিদা খেন্নবগে হায়বদু। মঙাঙ সলাইগীদি ৱারেংসিগী অহৌবমক্তদা পঞ্জখ্রে। মদু ‘ৱাকোকলোন হীলেন থীলেল সলাই অমাইলোন পুকোক পুয়া’’ কৌবা পুয়া লাইরিক্তগীনি। মীতৈগী সলাই পোক্লকপা, সলাইশিংগী লৈফম-চাফম কুপ্পা ইবা পুয়ানি হায়নীংই। মীতৈগী য়েক-সলাইগী মতাংদদি য়াম্না মরু ওইবা, লৌবা য়ারবা লাইরিক অমনি নীংই। মথংদা নিংথৌচা/নিংথৌজা সলাইসি মতৌ করম্না পোকখি, কমদৌনা ওইরকখিবা হায়বদু তমজগে, য়েংসি-

১) চেংলৈ নিংথৌ থাংয়ি খোংজ্রোম্বা/খোংচি নুংলাইবনা য়াওরৈবা চনু (ময়েংবম চনু) পান্নদুনা থাবুম মঙা শুরববু মৈতে নিংথৌ নাউখম্বনা মুন্দুনা লৌই। মতম খরা লৈরগা নাউখম্বগীদা থাংয়ি খোংজ্রোম্বগী মচানুপা অমা পোকই। মমিংনা নাউফং অহনবা কৌই। খরা অমুক লৈরগা নাউখম্বগী মচানুপা অমা ফংজৈ। মমিং নাউফংবা কৌই। নাউখম্বনা নোঙ্গারবদা নিংথৌ খুভমগী ৱাথোক অমা থোকখি। নাউখম্বনা মচানুপা অহনবু নিংথৌ ওইহন্নীংলম্লবসু অঙম অথৌশিংনা য়ারমদে। মমৈথংদা লাইগী ৱায়েল য়েংলমই। নিংথৌমচা অনীমক ইশিংদা লুপহল্লমই। নাউফং অহনবদি থুনা ফাওগৎলকখি। নাউফংবদি কুইনা লুপখি। অদুনা মানা ফম্বাল কাখি। নাউফং অহনবনা কুম্বা পাৎ অদুবু য়েকসোই পাৎ কৌখি। অদুগা নাউফংবনা লুপ্পা পাৎ অদুনা য়েক্লাপাৎ কৌখি।

‘‘শকাব্দ ৩৫০দা নাউফংবনা নিংথৌ ওই। ... কাইরৈমা চনু (খুমন্থেম চনু), য়াওরৈবা চনু অনীমা পান্নদুনা কাইরৈমনা সমৈরাং পোকএ। য়াউরৈবা চনুনা থমংলাং পোকএ।’’

‘‘শকাব্দ ৪৪০দা সমৈরাংনা নিংথৌ ওইএ। **থমংলাংনা নিংথৌজাগী য়ুম্নাক তাবা হৌখি।**’’ চৈথারোল কুম্বাবা, লা: ৪

২) ‘‘মৈদিংঙু নাওফংবগী তুংদা খৃ: ৫০৮দা সমৈরাংনা নিংথৌ ওই। **মমা লোন্নবীনা পোকপা থমংলাংদগী নিংথৌজাগী ইহানবা য়ুম্নাক তাবা হৌখি।**’’ (মণিপুর ইতিহাস, লা: ৭; রাজকুমার সনাহল)।

৩) ‘‘মৈদিংঙু নাউফংবনা হনু লৈমল চল্লক্লবা মতমদা লৈবাক্কী অঙম অথৌ ফম্বে ফমদুনা নোংথৌ তুবা কুচুদা পিবারেলনা ফমদেংদুনা হায়রক্লম্মী- **কংলৈ পিবারেল ঐনা চালৌ মৌলৌনবদা চৎলম লুতিন কাইনা চৎতুনা ইমা ময়ুমগী য়াওরৈবা চনুগী য়াওরৈবা চনু অমুক লৌদুনা পোকপা থমংলাংদি** অদুগুম্বা **নামুং নিংথৌ ঈনি হায়বা খঙনবা নিংথৌচা হায়না য়ুমতাহল্লগে হায়রকপদা অঙম অথৌ পূম্নমক হোয়াজরম্মী।**’’ সমৈরাংনা নিংথৌ ওইখি।

- হুইয়েন লানপাউ ১৭/০৩/২০, লৈবাকপোকপা, মঙাংচা নাওরেম হেরাঙম্বা।

মথক্কী ৱারোলশিং অসিদগী ঐখোয়না খঙঙে, নিংথৌচা হায়বা সলাই অসি মঙাঙ সলাইদগী তোঙানবা সলাইনি। কাইনথংদা পোক্লকপা, শেম্লকপা সলাইনি। হায়বদি মঙাঙ সলাইদি কংলৈপাক্তা সলাই ৭ পোকপা মতমদগী লৈরক্লবনি। অদুগা নিংথৌচা সলাইনা য়াম্না কোম্থনা পোক্লকপা সলাইনি। মরম অদুনা, হৌজিক মীতৈশিংনা মশাগী শক্তম, মনাৎ, লাইনিং য়োকখৎনবা কন্না হোৎনরক্লিবা মতমসিদা য়েক-সলাইগী মতাং অসিসু মরম চুম্না চৎনবা হোৎনবা চুমই নীংই।

অরোইবদা অমুক হন্না পঞ্জনীংবদি - মঙাঙ সলাইনা, সলাই ৭কী অহানবা মকোকনি। নিংথৌচা সলাইনা য়ুম্বাল মরম চাদনা লৌবা পী-পানা পোকপা মচাদগী পোকখিবা সলাইনি। মঙাঙ সলাইনা অমনি। নিংথৌচা সলাইনা অমনি। অনী অসি মান্নদে। মীতৈগী সনামহী লাইনীং চৎপীরিবা পূম্নমক্কী মীৎয়েং চিংশিনজরি। ●

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