চাগোক ফবী ষণবী করম্না খঙগনি

- ডা. সরাংথেম জেসমারানি -

হায়নবা লৈ ষণবী অমনা চহী অমদা মচা অমা পোকই। অচুম্বনি ষণবী অমনা থা ১২-১৩গী মনুংদা ষন্নাউ অমদি পোকই। চাগোক ফবী ষণবী অমা ওইহন্নবা ষণবুগী থৌদাং য়াম্না চাউনা লৈ। ষণবুনা মতম চানা হীট লাকপা খঙদোকপীহৌবা, অফবা মখলগী ধরানা মচা লৌবিবা, হাতমশিংবু নীংথিনা য়োকপী শেন্নবীবা, অহল ওইরবা ষণবীবু হাতম্না মতম চানা মহুৎ শিংদাকপিবা, গর্ভ পুরিঙৈ মতম অমদি চাবোকপা মতমদা অকায়বা কয়া লাক্তনবা নীংথিনা শেন্নবীবা, গর্ভ পুবা মতম ঙন্না খঙদোকপীবা, গর্ভ পুবগা মরী লৈনবা লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্লবা হোৎনবা অসিনচিংবসি তৌবীগনি। মসিগী মথক্তা ষণবুশিংনা মশাগী ষণবীগী রেকোর্দ খুদিংমক থম্বীগনি। মচা লৌবগী রেকোর্দ থম্বসিনা ষণবীগী মরমদা অমদি ষণবীগী ফর্টিলিটিগী মরমদা খঙবা ঙমহল্লি।

রেকোর্দ থম্বগী কান্নবা ঃ

১) ষণবীগী মমাঙগী মচা লৌবদা থেংনখিবা অশোয়বা কয়া অমা খঙবা ঙমহল্লি।

২) মসিনা মথংগী মচা লৌদ্রিঙৈদা লাইওংগী মতুং ইন্না লায়েংহৌরগদি তেক্তা কায়দনা হেন্না চাবোক ফবা ঙমহল্লি।

৩) করম্না মতমদা হীট লাক্কনি হায়বা খঙদোকপা ঙমহল্লি।

৪) হীট লাকপগা রেগ্যুলর ওইবরা নৎত্রগা ওইদবরা খঙদোকপা ঙমহল্লি।

৫)চারোন নাওরোন্নবদা অশোয়বা কয়া অমা ঙন্না খঙদোক্তুনা মতম চানা লায়েংবা ঙমহল্লি।

অরিবা ষণবীশিং হাতম্না মহুৎ শীন্দোকপা ঃ ষণবুনা ষণ লোয়বিরিবসি অয়াম্বনা শঙ্গোম অমদি মশা চানবগীদক্তনি। শঙ্গোম হেন্না পুথোক্লবা হোৎনবদা অশোয়-অঙাম য়াওদনা ষণবী লোইবীগনি। করিগুম্বা ষণবীনা মশা পোথোক হম্বরক্লগদি থম্বদা অমাংবা অমা ওইবনা অফবা হাতম্না মহুৎ শীন্দুনা অরিবা ষণশিং মশা চানবা য়োম্থোকখিবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। হাতমশিং নীংথিনা লোয়নবীনবগীদমক ষণবুশিংনা মখাগী থৌরাংশিং অসি পায়খৎপীগনি:

১) হাতমগী চহীগী মতুং ইন্না লৈফম অমদি চাফম নীংথিনা থম্বীগনি।

২) হাতম্না থা ১৫-১৮ য়ৌরক্লগদি হীট লাকপগী মতম য়ৌশিল্লক্লবনিনা অয়াম্বা মতমদা ষণবুনা য়েংশিনবীগনি।

৩) হীট ঙন্না লাক্লগাসু হাতম্না থা ১৫-১৮ শুরবা নৎত্রগা কে জি ২০০দগী ২৫০ লুম্লবদি মচা লৌবিবা য়ারে।

৪) গর্ভ লৈরবা হাতমশিং নীংথিনা পীজ পীথক তৌবিগনি। মসিনা হাতমশিং অমদি পুক্নুংদা লৈরিবা যন্নাউগী হেন্না মশা ফহল্লি। হাতম অমদি পুক্নুংদা লৈরিবা যন্নাউ চাউবা লেপত্রিবা মরম্না হেন্না মচী ওইবা মচীঞ্জাক পীজবা মথৌ তাই।

শঙ্গোম থোকপী ষণবী লোয়বা ঃ শঙ্গোম শুম্লিবা মচা চেনবী ষণবীসি মচা লৌখ্রবা মতুংদা গর্ভ পুরগদি মচা পোক্তিঙৈ থা অনীরোম ৱাৎলিঙৈদগী হান্নগী মচাদু মখোম খায়বিবা য়াম্না মথৌ তাই। ষণবীদা থা অনী ৱাৎলিঙৈদা মখোম খায়বসি অৱাবা অমা ওই। অসিগুম্বা ষণবীদা মখোম খঙখায় খায়দোক্লগদি মশাদা অমদি মচাদা অশোয়বা কয়া অমা লাকই। মরম অসিনা ঐখোয়না তপ্ন-তপ্না খায়দোকপা অমা দরকার ওই। ষণবী অয়াম্বনা শঙ্গোম শুম্লিবা মতমদা মফোনগী শরুক পীজনৈ। হায়রিবা মফোন পীজবগী চাংশি নুমিৎ খুদিংগী খরা-খরা হম্বুবিরগা অমদি শঙ্গোম শুমদোকপগী চাংসু অসুম-অসুম হম্বুবিরগা লেপ্পীগনি। শঙ্গোম শুম্বসি নোংমদা অনীরক হায়বদি অয়ুক্তা অমুক নুমিদাংৱাইরমদা অমুক শুম্মী। মসিসু নোংমদা অমুকলক শুম্বীরগা খরা-খরা অসুম-অসুম নোংমা কাল্লগা নোংমদা অমুক শুমদোকপীবা অদুগা পুরা শুম্বা লেপ্পগা খোমজিন্দা এন্টিবাইওটিক্স কাপ্পীরগা পুরা শুম্বা লেপ্পীগনি। শঙ্গোম শুম্বা লেপ্পবা মতুংদা গর্ভ পুরবী ষণবীদা হান্না পীজরম্বা মফোনগী শরুক্তগী কে জি ১.৫ দগী ২দা হেনগৎতুনা মচা পোক্তিফাওবা পীজবিগনি।

হীট লাকপগী মতম খঙদোকপা ঃ অয়াম্বনা চাদা ৯০-৯৫গী ষণবীদি মতম চানা হীট লাকই। হীট লাকপা মতম চানা খঙদোকপা ঙম্লগদি মতম চানা মচা লৌবা ঙমগনি। নিংথম থাগী মতমদা অয়ুক পুং ৬-৭ ফাওবগী মনুংদা য়েংবিরগনি। নুমিদাংৱাইরমদনা পুং ৪.৩০-৫.৩০গী মনুংদা য়েংবিগনি। কালেনগী মতমদনা অয়ুক্কী ওইনা পুং ৫.৩০-৬.৩০ফাওবা অদুগা নুমিদাংৱাইরমগীনা পুং ৫.৩০-৬.৩০ ফাওবগী মনুংদা য়েংবিগনি। হীট লাকপগী মতমসি পুং ১৬-২৪ ফাওবা ওইগল্লি। হীট লাকপা লোয়রবা মতুং পুং ১০-১৪গী মনুংদা ওভরিদগী মরু থোরকই। হায়রিবা মতমসিদা মচা লৌবীগনি। হীট লাকপগী মওং-মতৌসি অঙনবদদি কয়া উবা ফংদে। অদুবু মওং-মতৌ খরা হায়বদি অতোপ্পা ষণগা লৈমিন্নরগদি অতোপ্পা মনাক নকপা ষণদা মনম নম্বা, চোংখৎপা, খোংবা, চানিং-থক্লিংদবা, মপাম্থোংগী শরুক্তা ঙাংশিল্লকপা অমদি পোমতক তৌরকপা, অরুবা মচুম তারকপা, পুং ৬-৮ লৈরবা মতংদা অমুক ষণবীবু হীট লাকপগী মওং-মতৌ শেংনা উবা ফংগনি। মসিদগী ষণবীদু লেঙদনা লেপ্পগা লৈবা উগনি। মসি পুং ১৪-১৬ ফাওবা লৈগনি। মসিগী মতমদা খোংবা, চানিং-থক্লিংদবা, মপাম্থোংদগী মচুম তারকপা, শঙ্গোম থোকপগী চাং হম্বুরকপা অসিনচিংবা উগনি। করিগুম্বা চবোকথোঙদা ঈ য়াওবা মচুম তারকপসু থেংনরগদি নুমিৎ ২-৩গী মমাঙদা হীট লাকপ্রে হায়না লৌবিগনি। মরম অসিনা ষণবুনা নুমিৎ ১৬কী মনুংদা হীট অমুক লাকপ্রা হায়না চেকশিন্না শেন্নবীগনি।

মচা লৌবগী মতম ঃ মচা লৌবগী মতম অমদি অফবা মখলগী মরু (সিমেন) না তেক্তা কায়দনা মচা ওইবা ঙমহল্লি। ঙন্না মচা লৌবা/থেঙনা মচা লৌবনা মচা ওইবা ঙমহন্দে। মচা লৌবা য়াবগী মতমসি হীট লাকপা লোইরমদাই পুং ৮ ৱাৎলিঙৈদগী মচা লৌবা য়াই। চৎনবী অমা ওইনা অরাইবা মওংদা ষণবী অমনা অয়ুক অঙনবদা হীট লাকপগী মওং-মতৌ উৎলক্লগদি মথং নুমিৎকী অয়ুক্তা মচা লৌবা য়ারে। অফবা মহয় লাক্লবগীদমক মচা লৌবা মতমদা অনীরক লৌবিহৌবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। করিগুম্বা মতমদসু হীট লাকপগী মতমসি পুং ২১দগী হেন্না লাকপসু য়াওই। হায়রিবা মতমসিদদি মচা লৌবা মতমদা অনীরক লৌবিগনি। করিগুম্বা মতমদা মচা লৌবদা অশোয়বা কয়া য়াওদুনা মচা ওইবা ঙমদবসু য়াওদবা নত্তে। মরম অসিনা মচা কাপ্পীরবদি মফম, মতম চানা অমদি পরম চুম্না মচা কাপ্পীগনি।

মতম চানা গর্ভ পুবা খঙদোকপা ঃ ষণবীদা গর্ভ পুবগী মওং-মতৌসি নুমিৎ ৪০-৪২ ফাওবগী মনুংদা খঙদোকপিবনা খ্বাইদগী ফৈ। থেঙলবদা থা অহুম (৩) ফাওবগী মনুংদা খঙদোকপিবনা ফৈ। গর্ভ পুবা খঙদোকপা মতমদা খঙ হৈরবা অমনা অমাংথোঙলোমদগী খূৎ হুম্বীরগা য়েংবিগনি। করিগুম্বা গর্ভ পুরমদবা ওইরবদি অখঙ-অহৈ তান্নবীগনি।

মচা লৌখ্রবা মতুংদা ষণবুদু করম্বা ওইগনি খঙদোক্লবা মখা থমজরি :-

ক) মচা ওইনবগীদমক সর্ভিস মশীং: মসি করম্না খঙগদগে হায়রবদি

মচা ওইনবগীদমক সর্ভিস মশীংসি ষণবীদা সর্ভিস পীবা মশীংদগী মচা গর্ভ পুবগী মশীং অসি খায়দোক্লগা তারকপা মশীংদু ওইগনি।

অহানবা সর্ভিস পীরগা মচা ওইবসিনা খ্বাইদগী ফবনি অদুগা আইদেল ওইবা মশীংসি ১.৭নি। করিগুম্বা ২.০দগী হেনখ্রবদি ষণবীদু অখঙ-অহৈগা তান্নবীগনি।

খ) গর্ভ হুনবগী রেট : মসি ষণবুনা খঙনবা

গর্ভ হুনবগী রেট অসি ষণবী গর্ভ পুরকপদা ষণবীশিং মচা লৌখিবগী মশীংনা পুরিরগা তারকপা মশীংদা ১০০না পুরিরগা তারকপা মশীংদু ওইগনি।

গ) মচা পোকপগী রেট : মসি চহী অমদা পান্নে। চাবোক ফবী ষণবী ওইরগদি চহীদা চাদা ৯০গী মচা পুথোকই।

মচা পোকপগী রেট = (৩৬৫ / চাবোক অনীগী মরক্কী মতম) X ১০০

ঘ) চাবোক অনীগী মরক্কী মতম : ষণবীনা চাবোক অনীগী মরক্কী মতমদি থা ১২-১৩ লৈরগদি খ্বাইদগী ফবী ষণবী ওই।

ষণবুশিংনা মতম চানা পীজ-পীথক তৌবিদুনা লু নান্না শেন্নবীদুনা অমদি অফবা মখলগী মরুনা মচা লৌবিহৌরগদি হেন্না চারোন নাওরোন্নবা অমদি চাগোক ফবী ষণবী ফংবা ঙমগনি। মসিদসু নত্তনা শঙ্গোম হেন্না পুথোক্তুনা শেন্দোং লৈবদু ঙমগনি। ●

বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি পাঙথোকপদা তোয়না থেংনবা খুদোংচাদবা খরা অমদি ঙাকথোক্লবা পাম্বে

ডা: য়ুম্নাম বেদজিৎ

বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি অসি হৌজিক্কী মতমদা য়াম্না পাম্নবা থৌওং অমা ওইরক্লি। তৌইগুম্বসুং থৌওং অসি পাঙথোকপীগে হায়রবদি শুংশোয় শোয়দনা খঙজিন্দবা য়াদ্রবা থৌওং খরা লৈরি। হায়রিবা থৌওংশিং অসি খঙদবা অমদি পাঙথোকপীদবা তারবদি বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি অসি শুপ্লগী নোংমা খক্তদা মায়থীবা ওইবা য়াই। অথুবা মতমদা ঙা পুম্নমক শিখিদুনা অচংবা শেল পুম্নমক মাঙবা য়াবগী খুদোংচাদবসু লৈরি। টেক্নোলোজি অসি পাঙথোকপদা থেংনগদৌরিবা অমদি শুংশোয় শোয়দনা পাঙথোক্তবা য়াদ্রবা থৌওং খরা থমজগে।

১) অঙ্গং-অশাগী চাং : বাইওফ্লোক ফার্মিং পাঙথোকপা মতমদা লৈহনগদৌবা অঙ্গং-অশাগী চাং অসি ঐখোয়না শীজিন্নগদৌরিবা প্রোবাইওটিক বেক্টরিয়াগী মখা পোল্লি। চাওরাক্লা সেলসিয়স দিগ্রী ২৪দগী ৩০ ফাওবা অসি প্রোবাইওটিক বেক্টরিয়ানা হৈনবা অঙ্গং-অশাগী চাংনি। করিগুম্বা ঈশিংগী অঙ্গং-অশাগী চাংসি সেলসিয়স দিগ্রী ২০গী মখাদা লৈখ্রবদি ফ্লোক অদু মায়থীদুনা অতোপ্পা বেক্টরিয়া ময়াম লৈরক্কনি অমদি ঙাদা খুদোংচাদবা ময়াম থোকহল্লক্কনি। মরম অদুনা বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি অসি হৌবা মতমদা কালেনগী মতমদা হৌবীগদবনি নৎত্রগা থর্মোষ্টেট শীজিন্নদুনা ঈশিংগী অঙ্গং-অশা অদু হোংহন্দনা থম্বীগদবনি।

২) ঈশিংগী মচু : ঈশিংগী মচু অসিনা করম্বা মখলগী মাইক্রোবশিং খরা হেন্না য়াওই হায়বদু খঙবা ঙম্মী। করিগুম্বা ঈশিংগী মচু অসি শংনা উরবদি ঈশং য়াম্না য়াওরে হায়বা খঙবা ঙম্মী। মসি ফ্লোক শেম্বা হৌরকপা মতমদা থোকই। করিগুম্বা ঈশিং অদু ব্রাউন মচু ওইরবদি ফ্লোক ফজনা ওইরে হায়বা খঙবা ঙম্মী। তৌইগুম্বসুং ঈশিংগী মচু অদু য়াম্না মমশিল্লক্লবা অমদি অমোৎপা ময়াম য়াওবগুম উরক্লবদি ঈশিং খরা শিন্দোকপীগদবনি অমদি ঈশিংগী মখাদা ফমথদুনা লৈবা লৈরোল অদু লৌথোকপীগদবনি।

৩) ঙানা মচীঞ্জাক চারক্তবা : ঙানা মচীঞ্জাক চারক্তবা হায়বসি মরম কয়ামরুম লৈ। পনবা য়াবা মরম খরা হায়রগদি ঈশিং ফৎচিল্লক্তবা নৎত্রগা মচীঞ্জাক্কী চাওবগী চাংগা ঙাগী চাওবগী চাংগা চান্নদবা। খুদম ওইনা হায়রবদা অপিকপা ঙাগীদি অকূপ্পা মচীঞ্জাক পীজগদবনি।

৪) ঙানা মথক্তা চাখৎলকপা : ঈশিংদা য়াওবা ওক্সিজেনগী চাং অসি নেম্লকপা মতমদা ঙানা মথক্তা চারক্কনি। বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি অসিদগী ওক্সিজেন অসি ঙা খক্তা নত্তনা প্রোবাইওটিক বেক্টরিয়াশিং অসিনসু শীজিন্নবা মরম্না এরেটরগী চাং ফজনা য়েংবীগদবনি।

৫) ওক্সিজেনগী চাং নেমথরকপা : ওক্সিজেনগী চাং অসি নেমথরক্লবদি এরেটর খরা কন্না থাবীবা নৎত্রগা কৈথেলদা ফংবা ওক্সিজেন হেনগৎহন্নবা হীদাক/পাওদর হাপ্পীবা। মসিদসু ফগৎলক্তবদি ঈশিং খরা শিন্দোকপীবা অমদি ঙা খরা ফাদোকপীদুনা ঙাগী মশীং হম্বহনবীগদবনি।

৬) অলকালিনিটি নেমথরকপা : প্রোবাইওটিক বেক্টরিয়াশিং অদুনা মথৌ ফজনা তৌরক্তবা মতমদা অলকালিটি অসি নেমথরকই। হায়রিবা থৌওং অসি ফহন্নবগীদমক্তদি সোদিয়ম বাইকার্বোনেট নৎত্রগা কেলসিয়ম কার্বোনেট চানবা চাং য়েংদুনা হাপ্পীগদবনি।

৭) ঈশিংগী অশিনবগী চাং ৱাংলকপা : ঈশিং অদু শিনজিল্লক্লবদি মথক্তা পঞ্জখ্রিবা অসিগুম্না সোদিয়ম বাইকার্বোনেট নৎত্রগা কেলসিয়ম কার্বোনেট শীজিন্নবীগদবনি।

৮) ঈশিং মনম নমথীরকপা : করিগুম্বা ঈশিংগী মনম নমথীরক্লবদি ঈশিংগী মখা থংবা শরুক্তা লৈরোল অমা ফমজিন্দুনা লৈরম্লগনি। হায়রিবা লৈরোল অসি লৌথোকপীগদবনি অমদি অনৌবা ঈশিং খরা অমুক হাপ্পীগদবনি।

৯) এমোনিয়া/নাইট্রেট/নাইট্রাইট ৱাংখৎলকপা : এমোনিয়া অসি চাং খিত্তং হেনগৎলকপদা ঙাদা য়াম্না খুদোংচাদবা থোকহল্লি, ঙা পুম্নমক শিখিবসু য়াই। মরম অদুনা এমোনিয়া ৱাংবগী থৌওং অসি থেংনরবদি ঈশিংগী মখা থংবা শরুক্তা ফমজিন্দুনা লৈবা লৈরোল অদু শেংদোকপীবা, ঈশিং খরা শিন্দোকপীবা অমদি এরেসন কনখৎহন্দুনা ওক্সিজেনগী চাং হেনগৎহনগদবনি।

করিগুম্বা এমোনিয়া ৱাংখৎলক্লবদি কার্বোহাইদ্রেটকী চাং হেনগৎহনবগা লোয়ননা প্রোটিনগী চাং হম্বহনগদবনি।

করিগুম্বা নাইট্রাইটকী চাং ৱাংখৎলক্লবদি এরেটর কন্না থাবীবা, ঈশিংগী মখা থংবা শরুক্তা ফমজিন্দুনা লৈবা লৈরোল অদু লৌথোকপীবা অমদি কার্বোনগী চাং হেনগৎহনবা, খুদম ওইনা হায়রবদা চিনি অঙাংবগুম্বা হাপ্পীগদবনি।

১০) ঙা শিরকপা : করিগুম্বা ঙা শিরক্লবদি অহানবদা ঈশিং চাংয়েং তৌদুনা ঈশিং করম তৌরিবগে হায়বদু খঙদোকপীগদবনি। ঙা য়োক্লবা মতুং চয়োল অমগুম্বা লৈরগা শিরকপা ওইরবদি ঈশিংগী চাংয়েং তৌদুনা ঈশিংগী মগুণশিং অদু অশোয়-অঙাম য়াওরম্লবসু শেমদোকপীগদবনি। করিগুম্বা ঙাশিং অদু অহানবা থাদবা নুমিত্তা শিরকপা ওইরবদি ষ্ট্রেসনা মরম ওইদুনা শিবা ওইগনি। অদুগা করিগুম্বা অশোয়বা থোইদোক্লা লৈতনা ঙা পংশিদা শিরক্লবদি করি লায়না ওইবগে হায়বদু মুন্না য়েংবীগদবনি অমদি মদুগা চান্নবা লায়েং পাঙথোকপীগদবনি।

১১) ঙাদা লায়না পক্লকপা :- ঙাদা লায়না পক্লক্লবদি করি লায়নানো হায়বদু ফজনা খঙদোকপীগদবনি অদুগা চানবা লায়েং কাঙলোন পাঙথোকপীগদবনি। মতাং অসিদা খম্বুবীগদবা ৱাফম অমদি বাইওফ্লোক টেক্নোলোজিদদি ঐখোয়দা কান্নবা হিংকুপশিং হায়বদি প্রোবাইওটিকশিং শীজিন্নবা মরম্না এন্টিবাইওটিক অমসুং হীদাক লাংথকশিং শীজিন্নরবদি প্রোবাইওটিকশিং অসি শিখিদুনা ফ্লোক কায়থখিনি। মরম অদুনা প্রোবাইওটিক বেক্টরিয়াশিং অসিদা অকায়বা থোকহল্লোইদৌবা থৌওংশিং পাঙথোকপীগদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা অনাবা ঙাশিং খন্দোক্লগা তোঙান্না লয়েংবা নৎত্রগা ওর্গানিক ওইবা হীদাক ওইনা শীজিন্নবীগদবনি।

১২) ঙা চাওবা হেল্লক্তবা : ঙা চাওরক্তবগী মরম কয়ামরুম লৈ। মখোয়শিং অদুদি অফবা মখলগী ঙা মচা ওইদবা, থাদরিবা ঙা অদু বাইওফ্লোক টেক্নোলোজিদা চানবা মখলগী ঙা ওইদবা, মচীঞ্জাক অদু অফবা মখলগী মচীঞ্জাক ওইদবা অমদি বাইওফ্লোক টেক্নোলোজিগী কাঙলোনশিং চুম্না অমদি মপূং ফানা পাঙথোক্তবা অসিনচিংবনি। মরম অদুনা হায়রিবশিং অসি মুন্না খম্বুবীগদবনি।

১৩) ঈশিং নৈরকপা অমদি ঈশিংদা য়াওবা পোৎশকশিং য়ামখৎলকপা : হায়রিবা থৌওং অসি থেংনবীরবদি খুদক্তা ঈশিং খরা শিন্দোকপীগদবনি অমদি ঈশিংগী মখা থংবা শরুক্তা ফমথদুনা লৈবা লৈরোল অদু লৌথোকপীগদবনি।

১৪) ফ্লোক কা হেন্না লৈরকপা : হায়রিবা থৌওং অসি থেংনবীরবদি ঈশিং খরা শিংদাকপীগদবনি।

১৫) ফ্লোক য়াম্না ওইরক্তবা : হায়রিবা থৌওং অসি থেংনবীরবদি কার্বোনগী শরুক হেনগৎহনগদৌবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা মোলাসেস নৎত্রগা চিনি অঙাংবা হাপ্পীগদবনি।

মথক্তা পঞ্জখ্রিবা থৌওংশিং অসি মুন্না খম্বুবীরগা বাইওফ্লোক টেক্নোলোজি পাঙথোকপীরবদি অচৌবা মায় পাকপা অমা ওইদুনা লমদম অসিগী ঙাগী ঙাথোক হেনগৎহনবদা অচৌবা থৌদাং লৌবা ঙমগনি। ●

থাও থোকপা পাম্বীশিংদা খোইনা পীরিবা কান্নবশিং

ডা. ৱাইখোম জিতেন

থাও থোকপা পাম্বীশিং থাবদা ইন্দিয়া অসি অচৌবা মফম অমা কল্লিবা লৈবাক অমনি। লৈবাক অসি থাও থোকপা মহৈ-মরোং থাবা লম পাক চাউনা লৈজরবসু পোথোক ৱাৎপা অমদি চাবগী চাং ৱাংবনা মরম ওইদুনা মনা-মশিংদগী শুংবা থাও মীরৈবাক্তগী লৈবগী চাংসু ৱাংই। পৃথিবীগী ওইনা থাও থোকপা মহৈ-মরোং থারিবা লমগী অপূনবা শরুক্কী চাদা ১২-১৫দি ইন্দিয়াদা লৈ। লৈবাক অসিনা মনা-মশিংদগী ফংবা থাওনা পৃথিবীগী অপূনবা মনা-মশিংদগী ফংবা থাওগী চাদা ৬-৭ ওইবগা লোয়ননা থাও চাবগী চাংনা চাদা ৯-১০ ওই। থাও থোকপা ৱাৎপা অদুগা চাবনা হেনবসিনা মরম ওইদুনা লৈবাক অসিদা মীরৈবাক্তগী লৈরিবা মনা-মশিংদগী শুংবা থাও অসি চাদা ১৩.৬নি। লমদম অসিদা থারিবা থাও থোকপা পাম্বীশিং অসিগী মরূদা য়াওগদবা থাওগী পোথোক হেনগৎহন্নবগীদমক অমদি থারিবা পাম্বীশিংগী পোথোক হেনগৎহন্নবগী খ্বাইদগী লায়বা পাম্বে অসি খোই য়োকপগী চাং হেনগৎহনবনি।

পৃথিবীদা লৈরিবা পাম্বীশিং অসিগী মনুংদা লাবা অমসুং অমোম পুন্দুনা মরূ পুথোকপগী থৌওং অসি মশা মতোমতা তৌগদবা নৎত্রগা লাবা অমসুং অমোম পুন্নবগীদমক অতোপ্পা শা-উচেক নৎত্রগা তীল-কাংগী মতেং য়াওদ্রবদি য়াদবা হায়না খায়দোক্লি। লৌউ-শিংউবনা পুথোক্লিবা চীঞ্জাকশিং অসিগী মনুংদা চাদা ৩৫দি লাবা-অমোম পুন্দুনা পোথোক পুথোক্লবগীদমক শা/তীল-কাং মথৌ তাই। পাম্বীশিং অসিনা লাবা-অমোম পুন্নবগীদমক শীজিন্নগদবা জীবশিংগী মনুংদা খোই অসি মরু ওইবা তীল মখল অমনি। পৃথিবীদা লৈরিবা তীল মখলশিংগী মনুংদা খোইগুম্না মীওইবদা কান্নবা পীবা তীল অতৈ লৈতে।

নুমিৎলৈ অমসুং হঙ্গাম থাবা লৌফমগী অকোয়বদা হয়িং খোই উপুশিং থম্বনা পাম্বী অমদা পানগদবা মরূগী চাং হেনগৎহল্লি, মরূশিং লূম্বগী চাং হেগৎহল্লি অদুগা অসিগুম্বা মরূশিং অসিনা থানবগীদমক শীজিন্নবদা ময়োল চোংবগী চাংসু ৱাংখৎহল্লি। খোই উপু থম্বা লৌফম্না পোথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা মরূশিং অদুদা য়াওগদবা থাও য়াওবগী চাংসু ৱাংখৎহন্দুনা লূম্বা মান্নবা মরূ মখল অনী থাওথোক য়েংনবদা খোই উপু থম্বা লৌফমগী মরূনা থাওথোক হেনগৎহল্লি। মরম অদুনা থাও থোকপা মহৈ-মরোংশিং থাবগা খোই লোইবগা অনী অসি পূন্না চৎমিন্নবা মথৌ তাই।

খোই উপু থম্বনা পোথোক-চাথোক হেনগৎহনবগী চাং

পাম্বী মখল	পোথোক হেনগৎহনবগী চাং
থাও থোকপা হঙ্গাম অনেম্বা	১২.৮-১৩৯.৩%
হঙ্গাম	১২৮.১ - ১৫৯.৮%
নুমিৎলৈ	৪৮.২ -১৫৫
কুশুমলৈ	৪.২ - ১১৪.৩
নূঙহৱাই	১৮.১
Niger	৩৮.৫ - ২৬০.৭
Sesam	২২-৩৩

খোই মখলশিং পাম্বীশিংনা লাবা-অমোম পূনবদা করিগীমক শীজিন্নরিবনো :-

১) হয়িং খোইশিংনা মখোয়গী মচীঞ্জাক্কীদমক লৈহি অমদি লৈরিক মথৌ তাই।

২) হয়িং খোইশিং অসিদা লৈরিকশিং পুদুনা চৎনবগী অমদি অমদগী অমদা পীনবগী খুদোংচাবা ফংবা কয়াৎশিং য়াওরি।

৩) হয়িং খোইশিং অসি মকোন্দা থমদুনা য়োকপা য়াবা জীব মখল অমা ওই।

৪) হয়িং খোইশিংদি লৈ শাৎপা পাম্বী অয়াম্বদা চাক্তাবা ঙমদুনা পাম্বী মখল ময়ামদা কান্নবা পী।

৫) হয়িং খোইশিং অসি মখোয় মশেল নীংথিনা পাউ ফাওনবা ঙম্বা তীল মখল অমা ওইবগা লোয়ননা মখোয়না চাক্তাবা হৌখ্রবা পাম্বী মখল অদু মপূং ফানা লোইদ্রি ফাওবা চাক্তাদুনা পাম্বীশিং অদুদা পীগদবা কান্নবা অদু মপূং ফানা পী।

৬) লৌফম অদুদা লৈফম থোকপা তীলগী মশীং অদু লৈহনবদা হয়িং খোই ওইরবদি লায়না শেম শাবা ঙম্মী।

৭) মখোয় অসি অহো-অরাক্তা মকোন শাবা হৈনবা তীল ওইবনিনা উগী উপুদা মকোন শেম্বা য়াই।

৮) লৌফম অমদা লৈ শাৎলকপা মতমদা লাবা-অমোমগী লৈরিকশিং পুশিন্নবা তীল ৱাৎলবদি হয়িং খোইশিং অসি পুদুনা থম্লুবা য়াই।

হৌজিক্কী মতম অসিদা লম্লক্তা লৈবা অমদি লোয়বা য়াবা লৈগী লৈরিকশিং পূনশিন্নবদা শীজিন্নবা তীলগী মখল অসি অঙকপা ফংনা হম্বুরক্লি।

অসুম্না হম্বুরকপগী মরু ওইবা মরমদি মখোয়গী লৈফম অমদি চাক্তাফমশিং মাঙশিল্লকপা, লৌউ-শিংউবদা শীজিন্নরিবা হু চেনবা হীদাক লাংথকশিং কাঙলোন চুম্না শীজিন্নদবগীনি। মরম অদুনা হান্না ঐখোয়না পায়খৎলিবা খোই য়োকপগী মওং অসিদা খরা ওম্থোক্তুনা পোথোক চাথোক হেনগৎহন্নবগীদমক মহৈ-মরোং থাবা অমদি খোই লোয়বা অনী অসি পূন্না চৎপা য়াবা মওংদা চঙশিনবা তঙাইফদ্রে।

পায়খৎকদবা থবক থৌরমশিং :-

১) লৌফমদা খোই থম্বগী মতম :- লৌফম অদুদা লৈরিবা পাম্বীশিং অদুগী মনুংদা চাদা ৫-১০গী চাংদা মপাল শাবা হৌরবা খোইশিং চাক্তাবা হৌহনগদবনি।

২) খোই উপুশিং করম্বা মফমদা থমগনি :- খোই উপুশিং অদু খোইশিংদুনা চাক্তাগদৌরিবা পাম্বীশিং অদুগা য়ারিবমখৈ নক্লনা থম্লবদি মসিনা মখোয়না মচীঞ্জাক থিবা লাপ্পা চৎপদা তিংগদবা ইনর্জি কনবা ঙম্মী।

৩) খোই উপুশিং করম্না শিন্দোক্কনি :- খোই উপুশিং লৌফম অদু শিন থুংনা চাইখাইরগা থমগদ্রা নৎত্রগা পূনশিল্লগা থমগদ্রা হায়বদুদি খোই লোয়বীরিবা মী অদুগী খুদোংচাবা য়েংলগা পায়খৎপীয়ু। খোই উপুশিং অদু ফুট ২৭৫-৪৫০গী চাংদা লাপ্পা-লাপ্পনা থম্বনা হেন্না কান্নবা পী।

৪) মচীঞ্জাক পীজবা তম্বীবা :- করিগুম্বা অকক্লবা পাম্বী মখল অমদা খোইশিং অদু চাক্তাহনগে হায়রবদি ঈশিং অমসুং চিনি য়ানশিন্নরগা শেম্বা মহীদা পাম্বীশিং অদুগী মপালগী শুগাইরগা শেম্বা মহীশিং শুমজিন্দুনা পীজবা তম্বীগদবনি।

পোথোক চাথোক হেনগৎহন্নবগীদমক অমদি খোই লোইবদগী ফংগদবা কান্নবশিং মপূং ফানা ফংনবগীদমক লৌউ-শিংউ তৌরিবা অমদি খোই লোয়রিবশিংনা পূন্না চৎমিন্নবা য়াবা কাঙলোনশিং থিদোক্তুনা চাকহোঙ-ঙাহোঙবা লমদম অমা ওইহল্লসি। ●

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৮০

১) **''মসিদা নুংশিং অসি করম্বা মখলগী শক্তি চেনবগে, মফম কদায়-কদায়দা লৈরিবনো হায়বদু কাপশিং লমশিং পন্দুনা নিঙথিনা তাক্লি।''** অসুম্না তাক্লিবা লাইরিক অসি করি লাইরিক্লো?

২) **''এরিষ্টোটলগী পোয়টিক্স''** হায়না মিংথোল্লবা লাইরিক অসি মণিপুরীদা কনানা হন্দোকপনো?

৩) **''অদুঙৈগী থাবল্লে''** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবনো অমসুং করম্বা মখলগী লাইরিক্লো?

৪) **''হে অথৌবা!**
মীতৈ লৈমগী মপারি
নীংবা কায়রবা মীওইশিংবু
নৌনা থৱায় হাপ্পিরম্বা...।।''
শৈরেং মতেক অসি শক্লাইরবা অইবা অমগী লাইরিক্তগী লৌথোরকপনি। অইবসি কনানো? লৌথোরক্লিবা লাইরিক্কী মমিং করিনো?

৫) **''কংনাইদ্রবা ফিজি''** হায়রিবা লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিক্লো অমসুং অইবসি কনানো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম দিসেম্বর ৩০, থাংজ নুমিৎকী অয়ুক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

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