থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

কোপিরাইট এক্ট থওইরুদবদই থোকপা ৱাথোক

'কোপিরাইট' হায়বা ৱাহৈ অসি লমদম (মণিপুর)সিগী মীয়াম্নদি থোইনা মরু ওইনা লৌনদে। কোপি তৌবা/শিন্দোকপগী থবক, নৎত্রগা অমগী আইদিয়া অমনা লোন্না লৌবগী থবকসি ইখন খন্থদনা লায়না হেক্তা তৌনবগী মওং অমা লমদমসিদা হান্নদগী চৎনরকই। ৱাহৈ অসিগী ইচম চম্না ৱাহম্থোকতি 'রাইট টু কোপি' (শিন্দোকপগী হক) হায়বনি। ইন্টেল্লেকচ্যুঅল প্রোপর্টি অমগী মপু ওইবগী, আইন'না পীবা হক অদুনি। হৌজিক্তি, 'ইন্টেল্লেকচ্যুঅল প্রোপর্টি রাইট' হায়বা ৱাহৈ অমসু থোরক্লে। কোপিরাইট-লো, ইন্দিয়াদা চৎনরিবনা 'কোপিরাইট এক্ট, ১৯৫৭', অসিগী মতুংইন্না-করিগুম্বা পোৎশক অমগী অশেঙবা মপু, পোৎ অদু ঈহান হান্না শাখিবা (ওরিজিনেল ক্রিয়েটর) অদুনা ওইগনি, মহাক্কী অয়াবা য়াওদনা কনাগুম্বা অমত্তনা মতৌ তমদুনা নৎত্রগা পোৎশক অদু মপুম নৎত্রগা মচেৎ ওইনা পুথোকপা য়াহন্দবা, পুথোকপা তারবসু য়ানবা অমগী মখাদা অকরুবা মতম অমগী মনুংদা পুথোকপগী অয়াবা পীবা অদুনি। আইন (লো) অসিনা কোনশিল্পিবা ক্রিয়েটিব/আর্টিষ্টিক/ইন্টেল্লেকচ্যুঅল ওইবা থবকশিংদি- শৈরেং, ৱারেং, ৱাখলনা শাগৎপা ৱারী, দ্রামা (প্লে) অমদি অতৈ লিটরেরি ৱার্ক পুম্নমকনি। অসিতসু নত্তনা, মোসন পিকচর (সিনেমা), কোরিওগ্রাফি, ম্যুজিকল কম্পোজিসন, সাউন্দ রেকোর্দিং, ভিজ্যুঅল ইমেজ, অয়েকপা লাই, অশাবা মিতম, ফোটোগ্রাফ, টেলিভিজন ব্রোদকাষ্ট, ইন্দষ্ট্রিঅল দিজাইন অসিনচিংবসু কনানা/করম্না শীজিন্নগদগে হায়বদু এক্ট অসিগী ৱারোলশিংদা নীংথিজনা ইরি।

ঙসি ঐনা এক্ট অসি নীংশিংজরুবগী মরম অনীনি- সিনেমা (ফিল্ম) অমগী ওইবা (রাইট) অমদি ফিল্মদুগী মপু (প্রোদুসর) অদুগী হক অনীদু করি করিনো হায়বদুগী মতাঙদা অমগা, মণিপুরগী শুমাঙ লীলা হায়বা আর্ট ফোর্ম অসিগী রেকোর্দিং টেলিভিজন চেন্নেলশিংদা শন্দোকপগী হক অদুমগা। ফিল্ম অমগী মপু কনানো হায়বদু 'কোপিরাইট এক্ট' আর্টিকল ১৭ ক্লোজ 'বি' অমসুং 'সি'না মশক তাক্লবসু, ফিল্ম প্রোদুসর অমনা পুথোকপ্পৱা ফিল্ম অমগী মমিঙ (টাইটল) অদুগী প্রোটেক্সন (অতোপ্পা কনানসু শীজিন্নবা য়াহন্দবগী হক) অদুদি 'ইন্দিয়ন ত্রেদমার্ক্স এক্টকী ক্লাস ৪১না ময়েক শেংনা পীরি। 'টাইটল' অদু অইবা (রাইটর)দুগী ওইদরে, প্রোদুসরদুগী প্রোপর্টি ওইখরে। 'ৱারী'দুগী মপুদি অইবদুগী অদুম ওইখিনি। সিনেমাটোগ্রাফিক ৱার্ক হায়বসিগী শক্তাক্লফম 'ফিল্ম'দুগী মিংথোলদুনা ওইরিবনি। তোঙান তোঙানবা প্রদক্সন কম্পেনি অনীগীদমক ৱারী, প্লোট অমদি ক্যারেক্টর মান্নদবা স্ক্রিপ্ট অনী, চপ মান্নবা মিংথোল থোল্লগা অইবা-মশা-অমখক্লা শীজিন্নবসু লৈপাকসিগী আইন'না য়াদে।

কোপিরাইট মুন্নবগী ৱাথোক, লমদমসিদা তোয়না থোক্লবসু, খঙনা নৎত্রগা খঙদনা ক্রিয়েটিভ আর্টিষ্ট অমগী ক্রিয়েটিভ রাইট মাঙহনবগী থৌদোক্তি লমদমসিদা তন্তনা থোকই। ৱায়েনশঙগী থোঙ থীদ্দুনা লৈপাক ৱাথোক ওইখিবগী কেস তোয়না থেংনদ্রবসু। ঙরাং-নহান অসিগুম্বা থৌদোক অমা থোক্লকই, লৈপাক ৱাথোক ওইরকই। অদুবু, ৱাথোকসিদা চেন্নেরিবা নাকপাক অনীসিনদি খন্নদবা মাল্লি- ৱাথোক অসি 'কোপিরাইট এক্ট' থওইরুদবদগী থোকপনি। হায়বদি, মোদর্ন-টাইমস অসিদদি মীওইবনা করিগুম্বা থবক অমা পাঙথোক্লুবা হায়বসি লৈপাকসিদা চৎনরিবা লো অমগী মখাদা তৌরিবনি হায়বসি কাউথোক্লুবনি। তঅজরিবা পাউদমসি কনাগীনো? খঙবীরক্লগনি শোয়দনা। ওল মণিপুর ৱার্কিং জর্নেলিষ্টস য়ুনিয়ন (অমজু) অমসুং এদিটর্স গিল্ড মণিপুর (ঈ জি এম)না 'মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীল'বু বোয়কোট তৌরে, কাউন্সীল অসিগা মরী লৈনবা পাউ অমত্তা মণিপুরগী প্রেস অমদি ইলেক্ট্রোনিক মীদিয়াদা ফোঙবা য়ারোই/ফোঙলোই/পারোই হায়বা ফিরেপ অমা লৌরকপ'সিনি। মার্চ ২২, ২০২১দা 'অমজু'গী জেনরেল সেক্রেটরি'না খুৎয়েক পীদুনা থাদোরকপা চেরোল অমগী মতুংইন্না, মণিপুরদা ওপরেট তৌরিবা কেবল টেলিভিজন নেটৱার্ক অহুম (আই এস টি ভি, ইম্পেক্ট টি ভি অমসুং তোম টি ভি) অসিদা মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীল'না লুপা লিশিং য়াঙখৈ/য়াঙখৈ পীয়ু হায়দুনা দিমান্দ তৌরকপগী মতুংইন্না তঙাইফদনা অহকপা ৱারেপ অসি লৌখিবনি হায়না পল্লি। শুমাং লীলা কাউন্সীল'না শোয়গ্রে/লানগ্রে হায়না হায়জরক্তি'ফাওবা শুমাং লীলা কাউন্সীলগী থবক থৌরমশিং বোয়কোট তৌবগী মথক্তা, কাউন্সীলগী মরুওইবা থৌপুবশিং য়াওবা থৌরম ফাওবা বোয়কোট তৌবগী ৱারেপ ফাওবা লৌখিবগী ৱারোল পল্লি।

মার্চ ২৪দা কাউন্সীলগী লাইফ-টাইম জেনরেল সেক্রেটরি শৌগ্রাকপম হেমন্ত'না সোসল মীদিয়াদা ভিদিও মেসেজ অমগা প্রসিদ্দেন্ট পুর্ণিমাসি লৈম'না খুৎয়েক পীদুনা থাদোরকপা চেরোল অমগনা ৱাফমসিগী শেংদোক-ৱারোল পীরকখি। প্রিন্ট অমদি ইলেক্ট্রোনিক মীদিয়াগা শুমাং লীলা কাউন্সীলগা মতম চুপ্পদা অফবা মরী থম্লকপগা লোয়ননা মীদিয়া-পর্সোনেলিটি অমবু ইবোয়াইমা ফেল্লো পীদুনা ঈকায় খুম্বা উৎলক্লি, হন্দক কোভিদ-১৯-চৈথেঙনা লীলারোয়শিং শিনফম হোংবফাওবা য়াওরকপগী থাক লাকপদ্দুনা, মার্চ ৭ তগী ২৩ ফাওবা মীঙোন্দগী নিদুনা পাঙথোকখিবা শুমাং লীলা ফেষ্টিভেল'দুগীদমক কেবল-টেলিভিজন-কম্পেনি অহুমসিগী এন্টরটেইনমেন্ট চেন্নেল-ইনকম অদুদগী হায়রিবা শেনফম অদু মতেঙ ওইনা নিখিবনি ফোঙদোরক্লি। মতেঙ অদু পীবা ঙম্লি/ঙম্লোই ফোঙদোকপীবই মহুত্তা বোয়কোট-এক্সন লৌনবা ফিরেপ লৌখিবা লাইবক থীবনি ফোঙদোক্লি। অমরোমদা, সঙাই এক্সপ্রেসকী মার্চ ২৩, থিয়েটর পর্সোনেলিটি 'ৱারেপ্পা নব'গী মরমদা ইবা আর্টিকল অমদা 'হাপ্লোইদবা ফোটো অমা' হাপ্পুবগী শেংদোক-ৱারোল অদুনা ৱাফম অসি সিরিয়স ওইরি হায়বা তাকই।

মতাংসিদা ঐখোয় তঙায়ফদনা 'কোপিরাইট এক্ট'- নীংশিংদবা য়ারক্তে। 'শুমাং লীলা'- দ্রামাতিক-ৱার্ক অমনি। 'পর্ফোর্মেন্স' অদুগী ভিজ্যুঅল-রেকোর্দিং-কোপিরাইট, প্রদক্সন কম্পেনি (লীলা পার্টি) অদুগীনি। টেলিভিজন/ব্রোদকাষ্টিং-কম্পেনি/ওর্গনাইজেসন অমনা 'ৱার্ক' অদুমীয়ামদা উহন্নবগীদমক প্রোগ্রাম অমা শেমগে খল্লবা কোপিরাইট মপুদুগী অয়া-চে (লাইসেন্স) অমা য়ানবা মমল (ফী) পীরগা লৌগদবনি (কোপিরাইট এক্ট, চেপ্টর সিক্স, আর্টিকল ৩১ দি)। মণিপুরগী কেবল টেলিভিজন চেন্নেলশিংদা শন্দোক্লিবা শুমাং-লীলা পার্টিশিংগী য়াম্লবা লীলা-রেকোর্দিংশিং- অসিগুম্বা ব্রোদকাষ্টিং-লাইসেন্স কোপিরাইট-ওনরশিংদগী লৌরগা তৌগদবনি হায়বা নাকল অনীমক্লা খঙলমগনি থাজদে। আইনগী মীহুৎথোঙদই য়েংলবা, কেবল-টিভি ওর্গনাইজেসনশিংনা সবস্ক্রাইবরশিংদা য়েংহল্লিবা শুমাং-লীলা পর্ফোর্মেন্সকী রেকোর্দিংশিং কোপিরাইট এক্টকী রুলশিং অমত্তা ডাক্লা চৎলমগনি থাজদে। আর্টিকল ৫১, ক্লোজ এ অমসুং বি- অনীদা ইরিবা ৱারোলশিং য়েংলুরগা, রুল ওফ লো থুগায়রে শোয়দনা হায়রক্কনি।

মরম অসিনা, ভাব তানহৌদবদগী থোকখিবা 'মিসঅন্দরষ্টেন্দিং'- নাকল অনী ফশ্মিন্নদুনা ৱারী শানরগা য়াশিন্নবা পুরকপনা খ্বাইদই ফবা সোল্যুসননি।

ৱানিংদবা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, মার্চ ২৫ (ঐচএনএস):

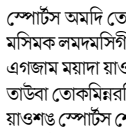
গভর্ণমেন্ট কোলেজগী ওজাশিংদা তরৎশুবা য়ুজি সীগী পে স্কেল অমদি রেগ্যুলেসন চৎনহন্নবা লৈঙাক্লা হৌজিক ফাওবা ওর্দর থোরক্তবগী থৌওংবু ফেদরেসন ওফ গভর্ণমেন্ট কোলেজ টিচরস এসোসিএসন (ফেগোষ্টা)না অকনবা মওংদা য়ানিংদবা ফোঙদোরক্লি।

এসোসিএসন অসিনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, মার্চ ৩১ ফাওবদা লৈঙাক্লা হীরম অসিগী মতাংদা ওর্দর থোক্কদবনি হায়না গভর্ণমেন্ট কোলেজগী ওজাশিংনা তকশিন্দুনা লাকখি। হৌখিবা মার্চ ৬তা খুৎয়েক পীনখিবা মেমোরেন্দম ওফ অন্দরষ্টেন্দিং (এম ও য়ু) অমসুং লৈঙাক্লা চীনহায় ওইনা থাজবা পীরকখিবা পুম্নমক ঈকায় খুম্নদুনা লাকপনি। মার্চ ২৫দা ৱাফম অসিগা মরী লৈননা চীফ মিনিষ্টর, এদ্যুকেসন মিনিষ্টর অমসুং চীফ সেক্রেটেরিদা অইবা চেরোল পীশিদুনা হায়জখিবা লৈখ্রে। চয়োল অনীগী মনুংদা ওর্দর থোক্কনি হায়না য়ানখিবা লৈখ্রবসু এম ও য়ু খুৎয়েক পীনখিবা নুমীৎ ১৯ হেল্লক্লবা ফাওবা লৈঙাক্লা তুমীন্না লৈশিনখিবসি কোলেজ ওজাশিংদা নমথাক তৌবনি হায়না লৌফম থোকই। কেবিনেটনা ৱারেপ লৌখিবা থা ৭ হেল্লবা ফাওবা য়ু জি সীগী থৌশিল চৎনহন্দবা য়ানিংদে হায়নসু চেরোল অসিনা ফোঙদোরক্লি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মাঁয়ান্না করি হায়রি, করি পাম্লি

ঐখোয় মশেল ৱাখল হেক তামিন্নদ্রিবা ফাওবদি এন্টি দ্রগ কেম্পেয়ন পাঙথোক্লবসু কান্নরোই



লমতা থাগী য়াওশঙ কুইশিল্লক্তরে লোয়ননা মেত্রিক অমদি ক্লাস ১২গী এগজামসু নকশিল্লক্লে। কোভিদ-১৯ লায়না লাইচৎসু হন্থখ্রে। লাইরিক তম্বা ফংলমদবা মহৈরোয়াশিং লাইরিক তম্বসু ফংনরে। অদুবু মহৌশাগী মহৌশা অঙাংশিংগী এগজাম ময়াদা য়াওশঙ স্পোর্টস অমদি তোঙান-তোঙানবা হরাউ কুম্মৈ পাঙথোকপদি লেপত্রি। মসিমক লমদমসিগী লাইবক থিবা থৌওং অমনি হায়জনিংই। অঙাংশিংগী এগজাম ময়াদা য়াওশঙ স্পোর্টস, চাকচা-হৈজানবা অমদি ইথক-ইৱাংদা তাউবা তোকমিন্নরসি। কোভিদ-১৯গী লাইচৎ মপুংফানা ফৎত্রিবা মরমনা য়াওশঙ স্পোর্টস শেল চঙনা শিন্দবনা হেন্না ফরগদ্রা হায়না খল্লি। নুংঙাইবা পাম্না মীওইবনিনা চহী অমা হেন্না ৱাৎলিবা মীখলগীদমক্তসু ভোৎলাই চুবশিংনা মীয়াম্বু শুফম-চাফম খঙহন্দবগী মওংদা চাকচা-হৈজানবগী থৌরম কয়া শিন্দুনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক্কী ইপাক্তা ইরাক্লহল্লি। ময়াই কাবা চিঙ্গাক্তা লাইচুরবশিংগীদি অপাৎপদা হয়িং তোংবগা চপ মান্নরক্লি। নাকল অমরোমদনা এন্টি দ্রগ কেম্পোন রেল্লি কয়া চৎলি। মসিনা পুম্নমক অসিগী ৱাহন্থোক তশেংনা লৈহনদ্রে হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই।

❐ য়ুমখাইবম ইনাউচা, তোপ মখা লৈকায়

মহায়ি কাবা চিঙ্গাক থিংনা-থিংনা চাবা-কাপ্পগী চাং হেনগৎলক্লিবসি করিগীনো হায়না থীগৎহন্নিংই

হৌখিবা চহী কয়াদগী লমদম অসিদা লৈরিবা লুপ কয়ানা, মৈরা পায়বি-নিশা বন্দগী ইমা-ইবেলশিং অদি লৈঙাক্লা লমদম অসিদগী মায়াই কাবা চিঙ্গাক মরুফংনা মুথৎনবা তোঙান-তোঙানবা দ্রাইভ কয়া অমদি থৌরাং-থৌশিল কয়া পায়খৎতুনা লাক্লি। অদুবু কদাইদা অহোবা লৈবননো ঙসিসু ময়াই কাবা চাবা-কাপ্পা অমদি ললোনবগী থবক হন্থরকপগী মহুৎতা হেন্নদুম হেনগৎলক্লে হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। মরম অদুদা মসি কদাইদগী মতৌ করম্না ওইরক্লিবনো হায়বসি লৈঙাক্লা অখন্নবা টিম অমা শেমদুনা অমদি সিভিল সোসাইটি ওর্গনাইজেসনশিংনা য়াম্না কুপ্পা থীদোক্তুনা মখা তানা অসিগুম্বা লৈবাক অসিবু মাঙহনগদবা থবকশিং অসি তৌরক্তনবা মতম লৈরিঙৈদা হোৎনহৌবা চুমগনি হায়না খল্লি। ঙসিদি লমদম অসিদা দ্রগনা হিংবা নহা কয়া লৈরে। মখোয়শিং অসি করি-করম্বা থৌরাং-থৌশিল পায়খৎতুনা ফহনবা ঙমগদগে হায়বরোমদা ৱাখল য়াম্না মুন্না খন্থরগা হোৎনবা অমা চঙলি। লৈঙাক্লা চহী খুদিংগী নোংমৈনা পান্দুনা, বোম পোকখাইবদা লৈখিদবা, এক্সিদেন্টদা অমদি থৌরি য়ান্দুনা শিখিবা মীগী মশিং হেক-হেক লাউথোকপগুম দ্রগনা শিখিবা মীওইগী মীশিংসু মীয়ামদা লাউথোকপীয়ু।

❐ খুন্দ্রাকপম নোবিন, খাঙবোক মাইন্নাম লৈকায়

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টে) জেনিমস চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৬।০৩।২০২১ ইং, ইরাই; অয়ুক পুং ৮.২২ ফাওবা লমতাগী ১২ নি পাল্লি, মতুং ১৩নি পানগনি।

মেষ: লৌশিং চাওবা ৱাৎলি, মরৌ লৈবনা নরলদা মীতাবা লৈ অমদি অঙম্বনা ৱারৌদনবা হোৎনৌ। শেল লাক্কনি, অয়েৎপা কোকচগনি, থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেং।

বৃষ: মীকোক থোংবা, মরুপ্পা চানবীবা, য়েক্লবা মাংখিবা অমদি হকচাং নুংঙাইবা হেনবা লৈগনি। অদুবু লাইবক ফবা ৱাৎপনা খুৎচাওদি থাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিথুন: অশাওবা/য়েক্লবনা চাদিং হেনহনবা অমদি কাইনহনবা য়াই। ওইজ-ওইথকতি শোইদনা ফংজগনি-নিংহন্নগনু। অফবা মফম ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট: পোরম য়াৎপা হৈবনা অমদি ঙাং-শকপা হৈবনা মায় পাক্লবগী মরম ওই। থবক হৈবা অমদি কিদবদগী শেল-থুমগী লমদা কান্নগনি। য়েৎপদি লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং চমথোকউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা।

সিংহ: নিংজবা শোইদনা থুংগনি, অকিবা /হুরানবা থেংনরসু থবক্তগী নুংঙাইবদি ফংজগনি। অনম তানবদি য়াদে অমদি নাইতোম ৱারেপ লৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা: খন্থরগা শেল থাদৌ-অরেম্বদা চাদিং তৌগনি। নতোমতা ৱারেপ লৌগনু, ইমুংদা কাইনরক্কনি অমদি নিংঙমদবা লাক্কনি। অনৌবা থৌ পায়গনু।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

তুলা: ফিংগনু-নুংশাথিবা নংগনি। ইমুং মনুং অমদি নচাক নরল চেকশিল্লু। অঙম্বগী মনাক নক্কনু। শেল-থুমদি ফংজগনি অমদি অনিংবা থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী-নিংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

বৃশ্চিক: লাই-গুরুনা চানবীরনি, মরুপ অমদি অফবা মফম ফংবৈ নুংঙাই। লৌশিংদি ফুদোকপা ৱাই-ওজা গুরুগী ৱা তাও। হুরানবদৈ চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/ফৌ।

ধনু: অশা চাওবরা হায়বু মীপায়বা নংবা য়াবা লৈ। অনম তান্নরদি হেন্নদুম মীনা উশিত্তবা হেনগনি। লম চৎপদি কান্নগনি অমদি শেল-থুমসু ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মকর: নিংহন্নদবা অমদি পাইরক্কী লৌশিংনা উপাই ওইগদবা নুমিৎনি। অপানবা ফংবা য়াই। মরুপ-মপাংনা য়েংথি-অশাওবা উথোক্কনু। ৱা ঙাংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- তপথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্ভ: নিংবা থুংগনি, শেন্দোং চালনা ফংগনি অমদি য়েক্লবৱু ঙমগনি। লাতক্লবা অমদি থিবা হুম্বা ৱাৎপনা মাংজগনি অমদি খৎনবা য়াবদা য়াওরুনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন: ঙসিসু মাই পাক্কনি, নহৈ/ললোন ইতিক/নচা ননাইগী লমদা থোইনা চাওখৎকনি। অয়েৎপা কোকই, শেল চংই অমদি নুংঙাইবা পাউ তাগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

য়োংচাকপী নোং

মমি ৱারী

থৱান

Thawan is a poet and musician from Imphal

হার্ট ফনা থম্বনা

লৌশিং পুক্কৈ

কেন্সরগী রিস্ক হন্থহনবা ঙমই : ষ্টদি

অনৌবা রিসার্ছকী মতুংইন্না হার্টকী মশা ফগদবা পুন্সি মরেল অমা ডাক্লা চৎপনা থম্মোয়গী লায়নাগী রিস্ক হন্থহনবগা লোয়ননা কেন্সর নারকপা য়াবগী চাংসু হন্থহনবা ঙম্না য়াই হায়রি।

জে এ সী সী: কার্দিও ওনকোলোজি জর্নেলগী মার্চ ২০২১ ইস্যুদা পব্লিস তৌরকখিবা ষ্টদি অদুদা মীওই অমগী চহী, নুপা/নুপী ওইবা, অমদি মৈখু শীজিন্নবনচিংবা ট্রেদিসনেল রিস্ক ফেক্টরশিংগা লোয়ননা নেট্রিয়ুরেটিক পেপ্টাইদ লেবেল য়াওনা কার্দিওভাস্কুলর দিজিজ (সী ভী দি) রিস্ক অসি কেন্সরগী রিস্ক হেনগৎলকপগা মরী লৈনে হায়বা থেংনখি।

সী চী দি থোকহল্লিবা রিস্ক ফেক্টরশিং অদুনা কেন্সরসু থোকহনবা ঙমই হায়না ষ্টদি অদুগী ফাইন্দিংশিং অদুনা উৎলি। মরম অদুনা সী ভী দি থেংনবদা শীজিন্নরিবা অফবা হৈনবীশিং অদু মীওই অমদা কেন্সরগী দিভেলপ তৌরকপগী রিস্ক হন্থহনবদসু কান্নগনি।

'হকচাংদা কান্নবা দাইট চাবা অমদি হাইপরটেন্সন অমসুং দাইবেটিসনচিংবা অতোপ্পা মেদিকেল ইস্যুশিংবু কন্ত্রোল তৌদুনা থন্থা হায়বসি মরম কয়ামুক্কীদমক মরু ওই, মরমশিং অদুগী মনুংদা কেন্সরগী রিস্ক হায়বসিসু অমা ওইরম্লে' হায়না কেলিফোর্নিয়াগী ফাউন্দেসন ভেল্লিদা লৈবা ওরেঞ্জ কোষ্ট মেদিকেল সেন্টরগী মেমোরিয়ল ক্যের কেন্সর ইনষ্টিট্যুটতা মেদিকেল ওনকোলোজিষ্ট অমসুং হিমাটোলোজিষ্ট অমা ওইরিবা ডা. কোল্লিন ভুনা হায়রি।

অনৌবা ষ্টদি অদুদা মাসাচুসিট্স জেনরেল হোস্পিটাল অমদি য়ুনাইটেদ ষ্টেট্স অমসুং নেদরলেন্দ্সতা লৈবা অতোপ্পা সেন্টরশিংদগী রিসার্ছরশিংনা মীওই২০,৩০৫গী দেটা ইভালুএট তৌখি। মীওইশিং অদু ষ্টদি অদুদা এনরোল তৌবা মতমদা কেন্সর নাদবা ডাক্তনি।

চহী ১৫ মতুংদা মীওই ২,৫৪৮দা কেন্সর দিভেলপ তৌরকখি। রিসার্ছরশিং অদুনা থেংনখি মদুদি, ট্রেসিসনেল সী ভী দি রিস্ক ফেক্টর (চহী, নুপা/নুপী, অমদি মৈখু শীজিন্নবগী ফিভম)শিং অসি কেন্সরগা নাখৈ শেংনা মরী লৈনে।

মখোয়না মসিমগসু থেংনখি মদুদি, নেট্রিয়ুরেটিক পেপ্টাইদ (হার্টতা ষ্ট্রেস লৈরে তাকপা মার্কর)শিংগী লেবেল ৱাংবনসু কেন্সরগী রিস্ক ৱাংবা প্রিদিক্ট তৌই।

ষ্টদি পার্টিসিপেন্টশিং অদুগী মরক্তা নেট্রিয়ুরেটিক পেপ্টাইদ খ্বাইদগী য়াম্না য়াওবশিংনা কেন্সর দিভেলপ তৌরকপা য়াবগী চাং চাদা ৪০ ৱাংবা হেল্লি।

অদুগা হার্ট ফগদবা পুন্সি মরেল (ব্লদ প্রেসর, কোলেষ্টরোল, ব্লদ সুগর, অমদি হকচাংগী অরূম্বা অমসুং দাইট মেনেজ তৌবা) ডাক্লা চৎপা পার্টিসিপেন্টশিংদনা কেন্সর দিভেলপ তৌরকপা য়াবগী রিস্ক হন্থবা থেংনখি।

হীরম অসিগী মতাংদা ভুনা হায়, থম্মোয়গী লায়না মশামক্লদি কেন্সর নাহল্লকপদা মতে পাংশিন্দ্রগসু মীওই অমদা থম্মোয়গী লায়না নাহল্লকপা চাং ৱাংখৎহল্লিবা রিস্কশিং নৎত্রগা শাজৎশিং অদুমক্লা কেন্সর ওইহল্লকপা য়াবগী চাংসু ৱাংখৎহনবা ওইনা তৌরি।

য়েল মেদিসিনদা দিরেক্টর ওফ ক্লিনিকেল কার্দিওলোজি অমদি য়েল স্কুল ওফ মেদিসিনদা এসিস্টেন্ট প্রোফেসর ওফ ক্লিনিকেল মেদিসিন ওইবা ডা. জোই ওই-সাইওনা হায়, ইনফ্লেমেসন হায়বসি সী ভী দি অমসুং কেন্সর অনীমক্কী হৌরকফম মরুদা য়াওই।

ইনফ্লেমেসন অমসুং কোলোরেক্টেল কেন্সরগী মরক্তা লৈনবা মরী অমা রিসার্ছ তৌবদা থেংনখ্রে। মসিগীসু মথক্তা সী ভী দিগী রিস্ক ফেক্টর অনী হায়বদি ওবেসিটিনা থোকহনবা ক্রোনিক ইনফ্লেমেসন অমদি মৈখু শীজিন্নবা হায়বা অসিনা কেন্সরগী রিস্ক হেনগৎহনবা ঙমই অমদি সেলশিংবু ম্যুটেট তৌহনবা নৎত্রগা কেন্সর নাবা হেঞ্জিলহল্লি হায়নসু ওন সাইওনা মখা তারি।

হার্ট-হেল্থি লাইফষ্টাইল অমগী য়াম্না মরুওইবা মচাক অমা হায়রগদি উহৈ অমসুং মনা-মশিং মরাঙ কায়না য়াওবা কোলেষ্টরোল নেন্থা দাইটনি।

ওন সাইওনা হায়, উহৈ অমসুং মনা-মশিংশিং অসি এন্টিওক্সিদেন্ট অমসুং ইনফ্লেমেসন হন্থহনবদা মতে পাংবা অতোপ্পা কান্নরবা ন্যুট্রিয়েন্টশিং মরাঙ কায়না য়াওই। হকচাংদা ইনফ্লেমেসন য়াম্না লৈরগদি, হকচাংনা কেন্সর য়াওনা লায়না তিলনাশিংগা থেংননবগী পাঙ্গল অদু হন্থরকই হায়নসু মহাক্লম মখা তারি।

ষ্টদি অদুনা মসিমগসু থেংনখি মদুদি, সী ভী দি নাবা মীওইশিং অসি কেন্সর নারক্লগাদি হেন্না শাথিগল্লি।

সী ভী দি লৈবা মীওইশিং অসি তৃপ্পগা মরী লৈনবা খুদোংচাদবশিং লৈবা নৎত্রগা লেঙ ওৎপগী চাং ৱাৎপা পুন্সি মহিংদা হিংবা য়াই, মসিনা মরম ওইরগা কেন্সর নাবগী খুদোংচাদবশিং অসি হেনগৎহনবগী রিস্ক লৈ হায়না ওন সাইওনা হায়রি।

মীপুম খুদিংমক্কী পুন্সিদা ষ্ট্রেসরশিং মেনেজ তৌনবগীদমক বেলেন্স দাইট চাবা, হকচাং শাজেল চাং নাইনা তৌবা, অমদি মরাঙ কায়না তুম্নবা ওন সাইওনা রেক্কমেন্দ তৌরি।

ভুগী মতুংইন্না কনাগুম্বা অমনা মৈখু শীজিন্নরবদি, মৈখৈ শীজিন্নবা তোকপা হায়বসিনা কেন্সরগী রিস্ক হন্থহন্নবগীদমক মীওই অদুনা পুরক্কদবা হার্টতা খ্বাইদগী হেন্না ফগদবা অহোংবা অমনি হায়রি।

ঙসিগী ঐখোয়গী বিহেবিয়রশিংনা তুংগী পুন্সিগীদমক অহোংবা অমা পুরকপা ঙমগনি হায়না ফোঙদোক্লুদুনা ভুনা হায়, হার্ট দিজিজগী রিস্ক হন্থহন্নবা হার্ট-হেল্থি লাইফষ্টাইল অমা ডাক্লা চৎপনা কেন্সর দিবেলপ তৌহল্লক্কদবা রিস্ক ফেক্টরশিং হন্থহনবা অহেনবা বোনস অমসু ফংগনি।