লী অমসুং ৱাগী পোথোক চাওখৎহন্নবা তরাও ফুরুপনসু অচৌবা থৌদাং লৌরি

খুঙ্গংগী খোল্লাউ ঃ
ওকেন্দ্রো খুন্দোংবম

হিংনবগীদমক ফিশা-লোনশা অমদি লী অমসুং ৱাগী পোথোক পুথোক্লবা হোৎনরিবা খুঞ্জাশিং (ওই), কুমপীৎলুং কুম্মৈগী মতাংদা দেমোন্সত্রেসন তৌবা

অপীক-অপীকপা ফুরুপ কয়ানা পুনশিন্দুনা খুন্দাবা লমদমনি মণিপুরনি। লৈকোল অমা মখল মথেল কয়াগী লৈরাংশিংনা শাৎতুনা হেন্না মশক ফজহনবগুম মণিপুরদসু লাইনীং-লাইশোন, লোল অমদি ফিজেৎ চাকচা মান্নদবা কয়ানা মচিন-মনাও ওইনা নুংশি চান্ননা হিংমিন্নরি। চীংলোন মাপন্না কোইশিনবা অপীকপা তম্পাক্লা ময়াইদা লৈবা ইন্দিয়াগী অৱাং নোংপোক থংবা শরুক্তা লৈবা অপীকপা ষ্টেট অমনি। শুপ্পা চীংমী তম্মীনা খুন্দাবা লমদমসি চহী ২০০০ গী পুৱারীগা শাগোন্নদুনা লাক্লবা লমদমসিগী মীয়ামগী হোৎনবা কনবা, নাৎ অমসুং কলচরগী লমদা, শান্ন-খোৎনবগী লমদা, মরৈবাক নীংবগী লমদসু থোইদোক্লা মালেমনা শিংথানরিবা সনা লৈবাক কংলৈপাকনি। লমদমসিগী লৈহাওদা লৈরিবা তরাও ফুরুপকী অপীকপা খুন ওইরিবা এল হৈককপোকপী তরাওগী খুঞ্জাশিংনা কমদৌনা হিংহৌরি হায়বগী মপাউ পাবিরিবশিংদা তমজরি।

লাইচীং হৈককপোকপী তরাও খুন নৎত্রগা এল হৈককপোকপী তরাও হায়না খঙনবা খুন মচাসি শুপ্পগী মীওই ৬৭ লোমখক লৈবা খুন অমনি। চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী মচি ব্লোক্লা কোনবা ৪২-তেংনৌপল এসেমব্লি কনষ্টিট্যুএন্সিদা লৈরিবা তরাও ফুরুপনা খুন্দাবা মফমসিগী খুঞ্জাশিং নাৎ অমসুং কলচরবু য়োকখৎনবা হোৎনরিবা খুলনি।

চান্দেল দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বার্টরদগী অৱাং পাঙনা কিলোমিটর ৩১ রোম লাপ্পা অদুগা ষ্টেট কেপিটেল ইম্ফালদগী নোংপোক লোমদা কিলোমিটর ৪৩ রোম ইম্ফাল মোরে লম্বী চৎলগা থৌবাল অমসুং চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী লোন্নবা পল্লেল য়ৌগদবা কিলোমিটর ৪ রোম ৱাৎলিঙৈদা লৈবা খুন অমনি। অপীকপা খুনসি কুমজা ১৯৮৪ দগী মফমসিদা খুন্দা লৈতাবা হৌখিবনি। লাইমনাই হায়বা লাইশোকচীংদগী মফমসিদা হোংদোরকখিবনি।

চহী ৩২ রোম খুন্দারক্লবা খুনসি চাওখৎলবা মালেমগী অহোংবদা ঙসিসু য়াওবা ঙমদ্রি। মণিপুর লৈঙাক্কী মায়কৈদগীসু অহেনবা মীৎয়েং য়েংবগী থোইদোকপা অহোংবা অমতসু উদ্রি। অদুমকপু পীক্লবা খুনসিদা খুন্দারিবা খুঞ্জাশিং অসিনা লী অমদি ৱাগী পোথোক পুথোক্তুনা হিংনবগী লানফমদা মায়োক্লহৌরি। লৌউ-শিংউবগা মরী লৈনবা পামদা এঙ্গাং নাপী থাদুনা ইমুং মনুংগী শেন্থোক লাক্লবা হোৎনহৌরি।

খুনসিগী নিংথৌ লৈখিদ্রবা মতুংদা নিংথৌগী মহুৎ শিল্লিবা সেনাপতিগী থৌদাংসু পুরিবা থামন লমতাচাউনা পাউচে অসিদা হায়, তরাও হায়রিবা ফুরুপসি মণিপুরগী ওইনদি মশীং য়ামজদবা কাঙলুপনি। তরাও ফুরুপ অয়াম্বা চান্দেল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা মফমশিংদা নম্না খুন্দাই। তরাও ফুরুপনা খুন্দারিবা মফমশিংদি এল হৈককপোকপী তরাও, বুকথরোল (তেংনৌপল ময়া), লাইশোক চীং, খুরিঙমুল (পল্লেল ৱাংমা), সনাফাই হায়রিবসিদা নম্না খুন দাই। পনখ্রিবা খুন মঙাসিগী অপূনবা মীশিংসি চাওরাক্লা মীওই ৭৫০ রোমনি। মসিগী মথক্তা উখ্রুল দিষ্ট্রিক্টকী সনাকৈথেলদসু তরাও ফুরুপকী মীওই করদি খুন্দারি। অদুবু চপ চাবা মীশিংদি খঙবা ঙমদ্রি।

তরাও ফুরুপকী মীশিং ৱাৎলিবসিগী মতাংদা পল্লদুনা টি লমতাচাউনা হায়, কুমজা ১৯৭৫ অমদি ১৯৮০-৮১ দা ঈশিং পুকচৎপা লায়নানা নাদুনা লায়েংবা ঙমদবদগী মীওই কয়া শিখি। লাইরিক লাইশুগী মঙাল ৱাৎপনা মরম ওইরগা কিবদগী অঙাং পোকপগী চাং হন্থকি। মদুনা মরম ওইরগা ফুরুপসিগী মীশিং ৱাৎপনি হায়। তরাও ফুরুপকী শাগৈশিংগী মনুংদা য়ুন্নান, খুল্লাম, কাত্রিমশা, থামন অমদি চানানি। এল হৈককপোকপী তরাও অসি অপীকপা খুন ওইবনা মণিপুর লৈঙাক অমদি তেংনৌপল এসেমব্লি কনষ্টিট্যুএন্সিদগী কারকপা মীহুৎনা চাওখৎ থৌরাংগী মায়কৈদা কয়া পূক্লিং চঙবিদে হায়নসু খুঞ্জাশিংনা পেন্দবা ফোঙদোরক্লি।

খুন অসিগী পাষ্টর খুল্লাম অংলৈনা হায়, চহী ৩২ হেন্না খুন্দারক্লবা খুনসি ঙসি ফাওবদা চান-থক্লবা অফবা ঈশিংগী ফংফম লৈত্রি। লৈঙাক্কী মায়কৈদগী হেন্দপন্স্প নৎত্রগা ৱাটর সপ্লাইগী ওইবা খুদোংচাবা পীদবনা অফবা ঈশিংগী মহাও তংবা ফংদ্রি। খুনসিনা খুন্দাবা হৌরকপা মতমদা লৈরম্বা অপীকপা ইকোন অমদগী থক্ল-চানবা, ফিশু-ফিজাম্বগী থবক পুম্নমক মফমসিদগী শীজিন্নরি। ইকোনসিদগী শোকপা ঈশিংনা মৈদা মুন্না ফুৎলবা (শৌহল্লবা) মতুংদা চান-থক্লবা ওইনা শীজিন্নৈ তাবদা নুংঙাইতবা ফাওই।

নোংজু থাগী মতমদা ইকোন মচাসি ঈশিং মরাং কায়না লৈরবসু নিংথমথাগী মতমদদি ঈশিং কংবনা মরম ওইরগা থংনবা খুনশিংদগী ঈশিং লৈরগা শীজিন্নৈ। ইকোন অসি ককচীংদগী মীওই অমগী লমদা লৈবনি। খুঞ্জাশিং লায়রবা মরমনা ইকোন অসি চেকনা নৎত্রগা প্লষ্টর তৌশিনবা ঙমদে। মসিনা মরম ওইরগা ঈশিংদগী থোকপা লায়না কয়াসু তৎতনা শন্দোক্তুনা খুঞ্জাশিংনা মখল কয়াগী লায়না নারি। লৈঙাক্কী মিৎয়েং চঙহন্নিংই হায়খি।

এল হৈককপোকপী খুল অসি খারোমদা বিজয়পুর, নোংপোকলোমদা লাইচীং খুনৌ, নোংচুপ্তা ককচীং অমদি অৱাংলোমদা খাংশিম লমনা কোয়শিন্দুনা লৈ। হৌরক্লিবা নহাশিংগী ওইবা শান্নবুং লৈত্রি, কম্যুনিতি হোল লৈত্রি। মতম মতমগী ওইবা থবক থৌরমশিং পাঙথোকপদা অৱাবা কয়া মায়োক্লরি। খুলসিদা য়ুমকোক ২২ রোম লৈবগা লোয়ননা ভোটরসু ৫০ রোম লৈরি। মীশিং ৱাৎপনা মরম ওইরগা অঙ্গনৱাদি সেন্টর অমা লৈ। প্রাইমারি স্কুল অমসু হন্দক্তা এস এস এগী মখাদা শাগৎপগী থবক চথহৌরি। মহৈ মশীন তম্বগী ওইনদি নক্লবা পল্লেল, কুরাওপোকপী, ককচীংনচিংবদা চৎতুনা তম্নরি।

হৌজিক ফাওবদা খুনসিগী ওইনা এম এ লোইরবা মীশক অমখক (টি ঐচ ষ্টিংমী-সেন্ট জোসেফ স্কুলগী ভাইস প্রিন্সিপাল ওইরিবা) লৈরি। বি এ পাস তৌরবা মীওই অমা (কে ঐচ মোরসিং, ৮ শুবা এম আরদা হভিলদার ওইরি) লৈরি। মণিপুর লৈঙাক্কী এমপ্লোয়ি মহাকখক্তনি। তরাও ফুরুপকী মরু ওইবা কুম্মৈশিংগী মনুংদা ইশিমচিন অমদি কুমপিৎলুং পনবা য়াই। ইশিমচিন হায়বসি ফুরুপসিগী লৈশা পাখঙ ফারক্লবা নুপা নুপীশিং খুনগী অহল লমন খঙনা অহাও অথুম চামিন্নবা থৌরমনি। চহী খুদিংগী ওক্টোবর থাদা পাঙথোকপনি। পাখঙ লৈশাবী ফারবশিংনা য়ুম্বানলোনগী ওইবা পাউতাকশিং থৌরমসিদা অহল-লমনশিংনা তাকপী-তম্বী হায়না ফোঙদোরক্লি।

কুমপিৎলুংগী মতাংদা অহল ওইরবা খুলসিগী সেনাপতি লমতাওনা হায়, পেনথৌ, শঙ্গু লৈমা অমদি পিটরতে হায়না খঙনবা লাইশিং অসিনা লৈরিবা লাইশঙবু শেংদোক্তুনা শা কৎতুনা চাহোং ঙাহোংবীনবা পাঙথোকপা থৌরমনি। চহী ৫/৫ খুদিংগী পাঙথোকপা থৌরমসিদা খুনগী ইমুং খুদিংদগী অহল ওইরবা নুপাশিং থোক্লক্তুনা খা থংবা পন্থোংদা হোই লাউরগা শা তানবা চৎলি। খুংত্রিং (পুং মখল অমা), সনাতা (ভাইওলিন মখল অমা), তানলা (পেনা মখল অমা) শীজিন্নদুনা শাপাউ ঈশৈ শক্তুনা খুঞ্জাশিংদা পাউ পীগনি। চৎলিবা খোঙচৎ অসিদা শা ফাবা ঙমদ্রিবা ফাওবা খোঙচৎতুদা শরুক য়ারিবশিং ময়ূমদা হল্লকপা য়াদে। শা ফাদ্রিবা নৎত্রগা হাৎত্রিবা ফাওবা উমং ৱামংদা অহিং য়ারেক্কনি। মসিগা লোয়ননা শা ফাবা নৎত্রগা কাপ্পা মতমদা শজি, লম্মোক হায়রিবা শা মখলসিদি ফাবা নৎত্রগা হাৎপা য়াদে। শা হেক ফাবগা খুনগী লাইশঙদা কৎকনি। অহিং অমা লাইশঙদা কৎলবা মতুংদা খুনগী নহাশিংনা লাইশঙ অদু তরু তনান্না শেংদোক্তুনা শা অদু থোংলগা পূন্না চামিন্নগনি। লোয়ননা খুঞ্জাও লৈচাওনবা খুঞ্জা পূম্বা লাই খুরুমজগনি।

অপীকপা খুল অসি লী অমসুং ৱানা শাবা পোৎথোক মরাং কায়না পুথোকই। ফকলোং, চাকউপ, লোং, শম, ঙারুবাক্লচিংবা কয়া শাবদা পূক্লিং লুপ্পী। মতম মাঙহন্দনা থবক শুবদা থা অমদা লুপা লিশীং ২/৩ দগী তাদনা তানবা ঙম্মী হায়রি। মসিগী মথক্তা পোঙ হৱাই, মাইরেন, পান্নচিংবা এঙ্গাং মরাং কায়না পুথোক্তুনা ইমুংগী শেন্থোক হেনগৎনবা হোৎনরিবা খুঞ্জাশিংনি। পীক্লবা খুনসিগী মীয়াম শুবা নোম্বগী লমদা তন্দে। খৎশা-হৈবগী অমদি লৌউ-শিংউবগী পোৎথোকশিং ককচীং, থৌবাল অমদি ইম্ফালদা য়োনবগী থবক চথৈ। অদুমকপু হেন্দিক্রাফ্ট অমসুং হেন্দলুমগী পোথোক মরাং কায়না পুথোক্লবসু ঙসি ফাওবদা লৈঙাক্কী মায়কৈদগী খুদোংচাবা অমতা ফংবা ঙমদ্রি। তেংনৌপল এ/সিগী মীহুৎ ওইরিবা দি করুংথাঙ হৌজিক হৌজিক মণিপুর লৈঙাক্তা কেবিনেট মিনিষ্টর ওইনা থৌ পুরিবা মীশকনি হায়নসু খুঞ্জাশিংনা ফোঙদোরক্লি। খুলসিদা লৈবা অমখক হায়বা তারবদি মীৎ উবা ঙমদ্রবশিংগী ব্লাইন্দ স্কুল অমখক লৈহৌরি। মদুসু মণিপুর লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙবিদবদগী ফীভম শোক্লা লৈহৌবা থেংনরকখি।

থবক শীজিন্ননবা ষণ লাবশিং শেন্নবা

ডা: সরাংথেম জেস্মারাণী

থবক শীজিন্ননবা ষণ লানবশিং শেন্নবসি ইঞ্জিন পানবা গাড়ীশিং শেন্নবগা চপ মান্নে। মসিদা থাউ হাপ্লগা শীজিন্নবা (মচিঞ্জাক অমদি ঈশিং পীথকপা), ইঞ্জিনগী কোকথোং হেঞ্জিনবা (ষণগী ফিজিওলোজিকেল মেকানিজম), তিং লাউনা শীজিন্নবা (চেকশিন্না শেন্নবীবা), মসিমক্লা শারমচৎ চৎপসিদগী অফবা কয়া অমা পুথোকহনবা ঙমহল্লি।

ষণ লাবশিংসি মশাগী মপাঙ্গলসি লৌউ-শিংউ তৌবদা হায়বদি শম্পোৎ খোইবা, উকাই তকপদা, লৌ লোকপদা, ঈশিং চিংখৎপদা মী অমদি পোৎ পুথোক পুশিন তৌবদা শীজিন্নরি। লমদম অসিদা চাদা ৪৩ গী মথক্তা ষণশিংসি থবক তৌনবা শীজিন্নরি।

ষণ লাবশিংনা থবক তৌবা ঙম্বগী চাং ঃ

ষণ লাবা অনী ষণ গাড়ী চিংদুনা পুবদা পুং ১ দা কিলোমিটর ৪-৫ ফাওবা চৎপা ঙম্মী। য়াম্না কা হেন্না চৎহনদ্রগদি নোংমদা কিলোমিটর ২৫-৩০ ফাওবদা চৎপা ঙম্মী। নোংমদা মখোয়না চৎপা ঙম্বগী চাংসি - লৈরিবা অইং অশাগী ফীভম, মখোয়দা শীজিন্নরিবা ইক্বিপমেন্টশিং, পোৎপু শাবন লাকপা পোৎলমশিং অমদি মখোয়বু পুদুনা চৎলিবা মপুদুগীসু মখা য়াম্না পোল্লি। মতম পুম্নমক্তা ষণ লাবশিং অকনবা থবকশিং হায়বদি লৌ খোইবা, অরম্বা পোৎ পুথোক-পুশিন তৌবা তারগদি নোংমদা পুং ৫ দগী হেন্না শীজিন্নবীরোইদবনি। খরা ৱাদবা নৎত্রগা য়াংবা থবকশিং শীজিন্নবীগে হায়রগদি হায়রিবা পুং ৫ দগী খরা হেনবা ফাওবা শীজিন্নবা য়াই।

থবক্কী শীজিন্নগদৌরিবা ষণ লাবশিংসি মশা মউ ফবা, নিংথিনা শাংবা অমদি অমদি ৱাংবা ওইগনি। মসিদা চৎপা মতমদসু য়াঙনা অমদি ৱাদনা চৎপা ঙমগনি। ষণশিংসি য়াম্না ঈং তপ্পা, শাউগন্দবা ওইগদবনি।

চহী কয়াদগী ষণ লাবশিং থবক শীজিন্নবা হৌগনি ?

লমদমদুদা হান্নদগী লৈজরক্লবা ষণ লাবশিং মখোয়না চহী ৪ হেক শুরগদি থবক শীজিন্নবা য়ারে। ক্রোস ব্রিদ ওইরগনা হায়রিবা মতমসিদগী ঙন্না শীজিন্নবসু য়াই। চহী নৌরিবা ষণ লাবশিং ঙন্না থবক খক শীজিন্নবীরোইদবনি। মরমদি হকচাংগী শরুশিং চহী নৌরিবনিনা কনশিন্দ্রি, ঙন্না থবক শুহল্লগদি ষণশিংদু চাওদম থিনগনি। ষণ লাবশিংদা লাঙ্গোল হাপ্তুনা চহী নৌনা থবক শুহল্লগদি লাঙ্গোল মফম তাদুনা কুইনা শুবা ঙমদে। মসিনা অনাবা অমা ওইহল্লি। করিগুম্বা চহী লীরবা ষণ লাবশিংদুসু লাঙ্গোল হাপ্তুনা থবক শীজিন্নবা তম্বীবদা ৱানা থোকই। তম্বীরগসু তুং কোয়না চৎতে। ষণ লাবশিং থবক ওইনা শীজিন্ননবা থম্বীগে হায়রগদি মখোয়না চহী ১-১ মখায় শুরকপদা, মশা শেমদোকপীগনি। মশা শেমদোকপসি য়াম্না লাই, কেসট্রেটর কৌবা খৎলাই অমা শীজিন্নরগা শেমগদবনি। মসি মনাক নকপা ভেটিরিনরি ডাক্তরশিংগা তান্নবিরগা মশা শেমদোকপীবা য়াই। খরা অমনা মশা শেমদোক্লগদি চাউদম থি হায়না অদুবু মসি অরানবনি। মশা শেমদোক্লগদি চাউরৈ কল্লি, ঈং তপ্পী, শাথিদে, মশা মউ ফৈ, তুপ-তাপ লাউগনবা ওই।

থবক শীজিন্ননবা ষণ লাবা খনবা ঃ

ষণ লাবশিং চাওরি মতিক থবক য়াম্না শুবা ঙম্মী। শোন্দম্নবা ষণ ওইরগদি কা হেন্না শাংনা শুবা ঙমদে। থবক শীজিন্ননবগী ষণ খনবা মতমদা মখোঙ মরিমক অশোয় অঙাম য়াওরোইদবনি। ষণ লাবশিংগী মরুমদা য়াম্না চেৎশিনবা, চাওবা ওইগনি, মনিং লেভেল অমদা লৈগনি, মখোঙ মরিমক তেক কায়দবা, মতোং মত্রং-মত্রং কাবা কনবা, শরুগী অশোয় অঙাম য়াওদবা ওইগনি। ষণগী লোংখুমসু মুবা, কনবা ৱ্যাক্সি ওইবা, লোংখুম অনীগী কারক্তা শিৎ নানবা অমদি পরেং অমতদা লৈবা ওইগনি। লোংখুম অনীগী মরক্তু য়াম্না লাউবা ওইরোই, খুনা লৈবা ওইগনি। খুউগী শরু চাওথোকপা, চৎপা ঙমদবগী অৱাবা লৈব্রা হায়বদু য়েংশিনবীগনি। ষণ লাবগী মঙকসু করিগুম্বা মখলগী অপোম্বা অমত্তা লৈরোইদবনি। ষণ লাবশিংদু পোৎ পুবা ঙম্বা ওইগনি। লেপ্পা মতমদা মকোক হাইগৎনা লৈবা, থবক তৌবা মতমদা মমৈ ৱাংখৎনা লৈবা উগনি। মসিনা তাক্লিবসি ষণশিংদু য়াম্না মীৎ-না শীংবা, মশা-মউ খীংবা অমদি চেকশিনবগী মওং উৎপনি।

থবক তৌনবা ষণ পাবোং অমা শেম্বা মতমদা ষণ লাবা অনীমক্কী চাও শাংবা মান্নগনি, ঈং তপ্পা ওইগনি। করিগুম্বা অমনা অমদগী চাওবা মান্নদ্রবদি লাঙ্গোল হাপ্পা মতমদা চপ চান্না ফীভম তানা হাপ্পা ঙমদে। অসিগুম্বা ষণ লাবা অনীমক চাও-শাংবা মান্নদ্রগদি খ্বাইদগী চাওবদুনা পোৎলুম অয়াম্বা পুই। মসিদা অচৌবা ষণদা অৱাবা অমা ওইহল্লি অমদি মতিঙ হুৎনা থবক তৌবা ঙমদে।

ষণশিং তাকপী তম্বীবা ঃ

মতম চঙনা ষণ লাবশিং থবক শীজিন্ননবা তম্বীবগী অরেম্বদা মাঙদে। তাকপী তম্বীদ্রি মমাঙ থা ১-২ ৱাৎলিঙৈদা ষণগী মনাতোন্দা মখুল হুৎতুনা নাতোন্দা থৌরি থিংজিন্নবা শেম্বীগনি। অহাবদা ষণ লাবসি ষণবুনা পুথোক্তুনা মাগা মত চান্ননবা হোৎনবীগনি। তাকপী তম্বীগদৌরিবা মীদু য়াম্না ঈং তপ্পা অমা ওইগনি। ষণগী মশা য়াম্না তোয়না নানবীদুনা মরক মরক্তা মচিঞ্জাক মখৎতা হাপ্লগা খরা খরা চাবা তম্বীগনি। মসিদসু নত্তনা শজিকসু মরক মরক্তা পীজবীগনি। তাকপী তম্বীগদৌরিবা ষণ লাবদুদা তম্বীগদৌরিবা মপুদুনা তাথি তাওই তৌবিরোইদবনি অমদি ফু চৈবসু তৌবিরোইদবনি। ষণ লাবশিংদু মপুদুনা তুং কোয়না লোইনগদৌবা মরম্না মপুনসু মরুপকুম্না চপ মান্ননা তৌহন্দুনা কমান্দ তৌবা খুদিংমক মতুং ইন্নবা হোৎনরক্কনি।

ষণশিং পীজ-পীথক তৌবা অমদি শেন্নবীবা ঃ

শীজিন্নবগী মতুং ইন্না মচিঞ্জাকসু হেন্না অমদি খরা হন্থনা পীজবীগনি। কা হেন্না থবক শীজিন্নবা মতম হায়বদি লৌউ-শিংউগী মতমদদি হেন্না পীজবীবা মথৌ তাই। পীজবীবা মতমদা মফোনগী শরুক্লা খরা হেন্না পীজবীবা মথৌ তাই। শজিক ঙাক্তা পীজবীবগী ৱাখল ষণবুনা থাদোকপীগনি। মশা-মউ ফনা থম্নবা অমদি লূ-নান্না থম্নবা ষণবুনা ষণগী মশাশিং তকথোকপীগনি। মশা শেংদোকপা মতমদসু থবক হৌরবা মতুং নৎত্রগা হৌদ্রিঙৈদা চরু খুবাম অমা পায়বীদুনা মশাদু তকথোকপীগনি।

য়াম্না শাবা মতমদা ষণশিংদু থবক শুহনবীরোইদবনি। কালেনগী মতমদদি অয়ূক পুং ৫-১০ ফাওবা অমদি নুংথিল মতমদনা পুং ৪-৭ ফাওবা শীজিন্নবীগনি। পুং ২ শুরবা তুংদা ঙাইহাক অমুক ষণশিংদু পোথাহনবীগনি। পোথাবা মতমদসু উরুম লাংবা মফমদা থম্বীদুনা ঈশিং মরাং কায়না পীথকপীগনি। কা হেন্না ষণশিংদু থবক শুহনবীরোইদবনি। মসিনা লুম্বা হন্থহনবদা নত্তনা মশাদসু অশোয়-অঙাম য়াওরক্কনি। মফম খরদদি থবক তৌদ্রিঙৈদা ষণগী লোংখুমদা খোঙউপ উপ্পী। মসিনা খোঙ শোকপগী চাং হন্থে। হায়রিবা খোঙউপশিংদু থা ২-৩ লৈরগা অমুক অমুক শীল্লি।

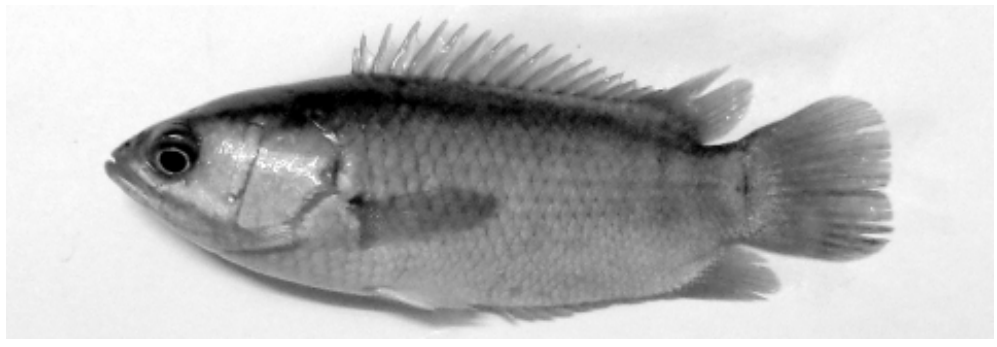
অসুম্না নীংথিনা ষণবুশিংনা মশাগী ষণশিংদু শেন্নবীরগদি তুং কোয়না থবক শীজিন্নবদা নুংঙাইনা শীজিন্নবা অমদি ষণশিংদা অনা-অয়েক অমদি খুদোংথিবা কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙমহল্লি।

নুংশিত্তগী শ্বর হোনবা ঙম্বা মরু ওইবা ঙাশিং য়োকপা

ডা: য়ূম্নাম বেদজিৎ সিংহ

ঙাক্রা

ঙাচিক



উকাবী

ঙানা শ্বর হোনবা মতমদা ঈশিংদা তুংদুনা লৈবা ওক্সিজেন শীজিন্নৈ। তৌইগুম্বসুং ঙা খরদি নুংশিৎতগীসু শ্বর হোনবা ঙম্মী। খুদম ওইনা হায়রবদা ঙামু, ঙাক্রা, ঙাচিক, উকাবী অমদি পোরোমনচিংবা ঙাশিং অসি নুংশিৎতগী ওক্সিজেন শীজিন্নদুনা শ্বর হোনবা ঙম্মী। মরম অদুনা মখোয়শিং অসি লৈকংদসু মতম কুইনা হিংবা ঙম্মী। হায়রিবা ঙাশিং অসি ওক্সিজেনগী চাং নেম্বা অমসুং কার্বোনদাইওক্সাইদকী চাং ৱাংবা ঈশিংদসু হৈনবা মরম্না কার্পস হায়বদি রৌ, বাও অমদি স্রিগলনচিংবা ঙাশিং য়োকপদা খুদোংচাদবা ঈশিংদসু য়োকপা য়াই। নুংশিৎতগী শ্বর হোনবা ঙাশিংদা য়াওরিবা হেমোগ্লোবিনগী চাং অসি য়াম্না ৱাংবা মরম্না মশা শোনবা মীওইশিংনা চাবদা য়াম্না কান্নে।

ঙাক্রা, ঙাচিক অমসুং উকাবী পূন্না য়োকমিন্নবগী থৌওং ঃ ঙাক্রা, ঙাচিক অমসুং উকাবী পূন্না য়োকমিন্নবগীদমক্তদি ০.০১ দগী ০.১ পরি চাওবা পুখ্রিনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ অমদি অরুবগী চাংসু চাউরাক্লা মিটর অমা লুবা পুখ্রিনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। মরমদি ঈশিং য়াম্না লুরবদি নুংশিৎতগী শ্বর হোন্ননবা ঈশিংগী ঈমাই তম্না কাখৎলকপদা পাঙ্গল শক্তি য়াম্না শীজিন্নথোকখিদুনা চাওবগী চাং হন্থহল্লি। হায়রিবা ঙাশিং অসি নোংজু পন্থাদা লৈরাই কারগা চৎকনবা মরম্না লৈবাক্কী পুখ্রি ওইরবদি সেন্টিমিটর ৬০ দগী ৭০ ৱাংনা ৱাগী ফক্লোংনা খাগৎপীগনি। ঈশিং অমসুং লৈবাক লৈহাও ফগৎহন্নবা ষন্থি, ওকথি, য়েন্থি, কম্পোষ্টনচিংবা শীজিন্নবা য়াই। ষন্থি শীজিন্নবা তারবদি পরি অমা চাওবা পুখ্রিদা কিলোগ্রাম ১০,০০০ দগী ১৫,০০০ ফাওবা চহী অমদা শীজিন্নগনি। য়োক্কদবা ঙা মশীংনা পরি অমদা ৫০,০০০ দগী ৭০,০০০ ওইগনি। থাদগদৌরিবা ঙা অদুগী চাওবগী চাংনা গ্রাম ৫ দগী ১০ ফাওবা লুম্বা ওইগদবনি। ঙাগী পীজগদৌরিবা মচিঞ্জাক্কী চাং অসিনা পুখ্রিদা লৈরিবা ঙাশিংগী অরুম্বগী চাদা ৩ দগী ৫ ফাওবা নোংমদা পীজবীগনি। ঙাগী মচিঞ্জাক অসি পেলেটেট ফীদ নৎত্রগা চেংকুপ, থাউথি অমসুং ঙা মকুপ য়ানশিন্নদুনা শেমগনি।

থাদখিবা ঙাশিং অদু চহী অমদা গ্রাম ১০০ দগী ১২০ ফাওবা লুমগনি। মরম অদুনা চহী অমদা পরি অমদগী ঙা কিলোগ্রাম ৩০০০ দগী ৪০০০ ফাওবা পুথোকপা ঙমগনি।

ঙাক্রা, ঙাচিক অমসুং উকাবী অসি ঈশিং য়াম্না হাপ্তবসু মতম কুইনা হিংবা ঙম্বা মরম্না কৈথেলদা অহিংবা ওইনা ফংই অমদি মমলসু য়াম্না ৱাংই। হৌজিক হৌজিক রৌ, বাও অমদি স্রিগলনচিংবা কার্পশিং য়োকপদা খুদোংচাদবা মফম কয়া ঐখোয়গী লমদম অসিদা লৈরি। তৌইগুম্বসুং ঙাক্রা, ঙাচিক অমদি উকাবীনচিংবা ঙাশিং অসি য়োকপদদি চান্নগদবা মফম কয়া লৈরি। মরম অদুনা হায়রিবা ঙাশিং অসি য়োক্তুনা মণিপুরগী ঙাগী পোথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা শেন্দোং ৱাংনা ফংদুনা শেল-থুমগী ফীভম ফগৎহনবা অমদি নুঙাই-য়াইফবা খুন্নাই অমা পুরকপা ঙমগনি।