হুইয়েন লানপাও
ঋমহৈন, য়ুমশকৈশ, মার্চ ০৪, ২০১৫
৪৯৫ লুপ সকৈ, ৪৪৯ লুপ হুকোম
হুইয়েন লানপাউ
ইম্ফাল, য়ুমশকৈশ, মার্চ ০৪, ২০১৫
৩৮ শুবা চহী, ৩৪৭ শুবা মশীং

ইগজামিনেসন রিজল্টনা হেক্তা লেপ্পা য়ারবরা?

চাইথোরকপা ৱাখল
নরেন্দ্র নিঙোম্বা

ঐখোয়না নৱা ওইরিঙৈদা ইগজাম হায়বসি ওন্থোক্লা লুনা অমদি কিনা লৌরকই। ইগজাম ময়ামগী মনুংদা খ্বাইদগী লুবা ইগজামসি মেট্রিকনি হায়না খন্নরকই। মেট্রিক ইগজাম হায়রগা খঙনরিবসি পুন্সিদা থাবা ইগজাম ময়ামদগী খ্বাইদগী চাউবা অমদি য়াম্না ৱাংবা পল অমনি লৌনৈ। অদুনা ঐখোয়না অমদি অহল-লমনশিংনা ইগজাম অচৌবা হায়রগসু খঙনৈ। মেট্রিক ইগজামবু পাস তৌরদি য়ারে হায়না হায়নবগা লোয়ননা মী মশাদু নৎত্রগা মমা-মপাদু শ্বর অশাংবা অমমম হোন্দোক্লদুনা *য়ারে মেট্রিকপু পাস তৌরদি* হায়না খন্নরিপোৎনিদা। ঐনা খঙজবদা মতমদু ট্যুসনগা অমত্তা তৌনদে। মশা মশানা কন্না পায়। ঐসু নুমিদাং অথেংবফাও য়াম কন্না পারকই। লাইরিক পাবগী মতমসি তোঙান্না কায়থোক্লগা মতম চানা পানবা হোৎনৈ। হিষ্টরিগী শাংল শাংলবা পারা কয়া নম্ফা ফানবা হোৎনৈ। অদুবু থৱায়দি ওন্থোক্লা য়াওরকখ্রেদা...।

হৌজিক মেটিক ইগজাম হৌরে। বোর্দনা কন্না ইগজাম চথরি। মাইক্রো ওবজার্ভর, ওবজার্ভর ময়াম থাদুনা কন্না শেন্নরি। ইগজামদা নৎতবা পাম্বৈ শীজিন্নদনবা, খোংবান চেনবসি তকথোক্লবা অকনবা থৌরাং লৌখৎলি। খোংবান চেনবা হায়বসি ঐখোয় মতমদসু য়াম মরু ওইবা অমা ওইরকই। মী লৈজদবশিংগীদমক্তদি খোংবান চেনবা মী থওইনা নেক্লরিপোৎনিদা। নেকইবা মীদুগী পেন্নবা চাক্কা কৌরদনা ইচাগী ইগজামসে খরা অমুক্তা য়েংশীনবীয়ু হায়দনা ঙাংনরিপোৎনি। মদুনা ইগজামদা নোট তৌনবা মচাক পীবৈ ৱা ঙাক নত্তে। ইগজাম সেন্টরদা থিনবীবা, ফম্ফম শীনবীবা, ইগজাম তৌরিঙৈদা ঙাইবা, হল্লকপদা পুরগা লাকপা, অয়ুক্কী ইগজাম লোইরগা মরক্তা করি করি ইরম্মী গাইনা হৈবা হৈতবা ক্লেসনগদু য়েংনরদুনা, ফংবা য়াবা নম্বরগা পাথোক্লরদনগা নুংঙাইখ্রবা জাৎনি। ইগজাম হেক লোইবগা থোরকপদা চে য়েংবা হায়নরদনা তৌনরিপোৎনি। মদৈদি কৈসু খঙজদবা অহল-লমনশিংদুগা ৱাখল ইতা হেক তাজদনা হরাউজদনা নম্বর য়াম ফংদৌরে গাইনা তৌনরিপোৎনি। ইঞ্জাং অহাওবগা থোংলদনা মচাবু পীজরিপোৎনি। ইগজাম চৎপগী ইঞ্জাংগসি ঙাবু উকাবীগা থোংবীপোৎতে। ঙা অমুবা চাবা ফত্তেগাইনা ঙা অঙৌবা, কটলা রৌ গাইদু থোংদনা পীজনরিপোৎনি। মতমদু মপালগী ঙাসি পুখ্রিদা কয়া য়োক্লদে, হৌজিক্কী শুমাইনা দুকানগা হাংনদনা ঙা য়োন্নবা মতম নত্তে। অদুনা কৈথেলদা চৎতুনা থওইনা লৈনরিপোৎনি। অদুগদি ইগজাম হায়দোরকপদা তোরা-তোরা তুখৈ ফেল ওইনৈ। ইস! মদুদা কপ্পখ্রিবা, লাউনখ্রিবা, মপালগা থোক্লদদনা, ঈকাইনরদনা, মতা অনি। থৌরী য়াল্লগা শিবা নৎত্রগা হূ থক্লগা শিবা মীগসু য়াওনরিপোৎনি। তশেংবগী মেট্রিক ইগজাম হায়দোরকপদা মণিপুরদা য়ামদ্রবদা চহী খুদিংগী মী খরদি অদুম সুইসাইদ তৌদুনা শি। মসি অঙকপা অমনি। অদৈ য়াম নোক্লীংবা অমনা— ইগজাম হায়দোরকপগা নুপাসু, নুপীসু চেন্নবা ময়াম অমা য়াওদুনা ময়ুম থোক থোক পান্নৈ। মোইদি মেট্রিক ইগজাম লোইবা ঙাই লৈনরম্মীজাৎনি। ফেল ওইগেরা পাস তৌগেরা চেন্নরে। লোইনমক্কী ৱাদি নত্তেকো হায়রিসে। খরৈ ৱানি।

অমনা নুপী ওইবীশিংসি অয়াম্বনা মেট্রিকপু পাস তৌরদি মখা তমথবগী ৱা'সিমা লৈত্রে। য়ারে হায়না মমা মপানসু তোকহল্লি। অদুগা মশানসু অদুম তোক্লীংবৈ ৱাখল খন্নে। মদুগী মরম অমদি— কোলেজ মরাং কায়দবা, কোলেজ তম্নবা হোৎনবদা চৎথোক চৎশিন্দা য়াম্না খুদোং চারক্তবা, লমগা খরা লাপ্পদি কোলেজ তম্বসি ওন্থোক্লা ৱানৈ। অদুনা অয়াম্বা নুপীদি কোলেজ কাদ্রিঙৈদা অদুম তোক্লৈ, অদুনা য়ুমগী থবক ইনখাং, ফিশা লোনশানচিংবা তৌদুনা অদুম লৈরে। লাইরিক্কী ৱাদি তোকই। মেট্রিক পাস তৌরদি লাইরিক হৈবশিংগী মরক্তসু চল্লম্মী। অদুনা মীনসু অদুম শীংথানৈ। নুপাসু অদু মঙাই মেট্রিকপু লোইরদি মশাগী হৈনজবী শিনফম অমা পান্নবা কন্না হোৎনৈ। মতমবু হৌজিক্কী শুমাইনা য়াম্না নুংঙাইবা পুন্সি মহিং অমদি নত্তে। ঙম্না ঙম্নবা হোৎনবা মতমনি। অদুনা মী পুম্নমকশিং অসি উপাই অমা তৌদুনা শেল তান্নবা অমদি মশাগী তুংগী ফীরেপ অমা লেপ্পবা কন্না হোৎনবা ঐখোয় থেংনরকই। ফি তুবা, চেক শুবা, উ শুবা, মানা মানা থোকপা ঙম্নবা কন্না হোৎনৈ। খরা অমনা মমা মপানা থৱায় য়াওদুনা মখা তমহন্দুনা হেন্না ফনবা হোৎনবা। মপালদা কৈদা থাদুনা মহৈ তমহনবা, মদু শেল খরা পায়বা, মরল মথুম মরাং কায়বা, মচিন মৱা চৎপা খরনা তৌবৈ ৱানি। অয়াম্বনদি মদু কয়া ঙম্নদবনিনা, মোই মোইনা ঙম্বা থবক্তা ওইনা মায় ওনশিন্নৈ।

হৌজিক্কানগদি য়াম খেন্নরে। হৌজিক্তি ইগজামদা মার্ক য়াম ফংনবা মমা মপানসু, ওজানশু কন্না হোৎনরে। অঙাং অমতা নীংথি নুংঙাইনা তুম্নদ্রে। মমা মপানা মচাগীদমক কোইচেন চেন্দুনা ট্যুসন তৌহনবা, স্কুল চৎহনবা, থিন্দোক থিঞ্জিন তৌবদা মমা মপা অমত্তা থবক শংনদ্রে। থবক অসুক্কী মতিক চিল্লে। মচানা লাইরিক তম্মীবরা, মমা মপানা তম্মীবরা খঙদ্রে। অঙাং অদুনা মশানা হোৎনজবগী, অমদি তম্লিবা লাইরিক অদুগী মনুং থিৎপা লৌশিং ফংজনবা হোৎনজবগী তাঞ্জা অমা ইফং ফংদবগুম তৌনরে। চিনফা পুবা অঙ্ক, চিনফা পুবা সাইন্স, চিনফা ঙাক্তা ঙাইবদৌনা তৌবনা পরাদুনা মীওইবগী পীরিবা লৌশিং কয়া অদুদি খঙনদ্রে অদুনা লাইরিক হৈর হৈরগা লাইশু খঙবগী চাংসি অদুম ৱাৎপনা মখোয় মখোয়না অচৌ-অশাং ওইরক্লবা মতমদা লৈবাক খুন্নাইগী মীয়ামগী খনবগী মহুৎতা মশা মশাগী ওইবা নুংঙাইবা থিবদা কাং খোং লোইনা চাইরে। ডোক্টর ওইরসু, ইঞ্জিনীয়র ওইরসু অমবু ওইরসু অমবু ওইরসু, মীওইবগী মীনুংশি ঐখোয়গী নাৎ শক্তম অমদি ঐখোয়গী ট্রেদিসন লোইনা খঙদ্রবনিনা ওন্থোকপা মওং অমদা লৈঙাক চথরকপদা হৌজিকসি মীয়াম পূম্নমক পেন্নদবগী ৱাথোকসি তোয়না থোরকপা হেল্লি।

মমাঙঙৈগী অহল-লমনশিংনা হৌজিক্কী নহারোলশিংগা য়াম্না খেন্নরে। মখোয়দা মীনুংশি ৱাৎপগী চাউরবা মওং অমা লৈরে। মদুনা ঐখোয় মশেলগী মরক্তা মুক্লবা হেনগৎলক্লি। মতাংসি কৈগী পুশিল্লক্লিবনো হায়বা তারবদি—ঐখোয়না ঐখোয়গী পুন্সিরোল অসি মুন্না খঙবা, ঐখোয়গী মীয়ামগী ৱাখল্লোন অসি নৈনবা, অমদি পুন্সিগী হিংবগী থাক অসিগা লোয়ননা মতমগী হোংলক্লিবা য়াওল অসিদা পুন্না চৎমিন্নবা হায়বসি য়াম্না মরু ওইবা অমনি। মসি হৌজিক্কী মতমগী নহাশিংদা কয়া ফাওদবদৌনা তৌই। লাইরিক হৈর হৈরগা লাইশু খঙদদুনা ফৈজৈ চৎপগী মওংদা হৌজিক লাক্লে। লাইরিক হৈবা ময়ামশিং অসিনা লৈবাকসি মাঙহল্লে হায়না হায়নরিসে, অতৈগী নৎতে, লাইশু হৈবা ৱাৎপদগী থোরকপা ঙাক্তনি। মমা মরমদমবু নুংশিবা ৱাৎলকপা, মীবু নুংশিবা মশক খঙলক্তবা ময়াম অসিনা মসিগুম্বসি থোরক্লবগী মরমনি। অদুনা মমা মপা ওইবশিংনসু, স্কুলগী ওজানসু, মশানসু তম্লিবা মহৈ অদুগী নুংগী ওইবা ৱাখল্লোন লৌশিং, লাইশু অদু খঙনা তম্বনা হেন্না তুংগী ওইনা য়েংবদা মশাগীসু, লৈবাক্কী য়াইফবা ওইফম থোকই।

কেরেলা গেমসকী মরমদা মখা তারকপা

শান্ন-কাঙলোন
লৈশাংথেম অজিৎ

কেরেলা নেসনেল গেমসতা সনাগী মেদল মশীং য়াম্না ফংলক্তবগী মণিপুর মীয়াম্না পুক্লিংদা নীংহন্নবা খরা পোক্লরি। মেদল ফংলকপা শান্নরোয়শিংবু ওকপগী থৌরম পাঙথোক্তুনা মখোয়গী মপুক্লিং থৌগৎপীদুনা মীয়াম্না ঈকাইখ্মুরি। তৌইগুম্বসুং লমদম অসিগী শান্নরোয়শিংনা নীংহন্নবদি পোত্তে, হেন্না কন্না হোৎননীংবগী ঈথিল অমা মপুক্লিংদা ফাওরি। মথ্বায় হকচাং য়াওনা নীংহন্নদনা মশাগী শাজেল তৌনবা শেম শাবা হৌনবা য়াওখ্রে। মণিপুরদা ইং ১৯৯৯দা নেসনেল গেমস পাঙথোকখ্রবা মতুংদা পাঞ্জাব, হায়দরবাদ, গুৱাহাটি, জরখন্দ (রানচি) অমসুং কেরেলাদা মথং মথং পাঙথোক্তুনা চহী ১৫ অসিগী মনুংদা নেসনেল গেমস অসিগী শক্তম অসি তপ্পা তপ্পা অহোংবা কয়া অমুক পুরকখ্রে।

কেরেলাদা দিষ্ট্রিক্ট ১৪ লৈ, মসিগী মনুংদা দিষ্ট্রিক্ট তরেৎতা গেমস অসি পাঙথোকই। গেমস পাঙথোক্লিবা দিষ্ট্রিক্টশিংদি থিরুভাঅন্তপুর, কান্নুর, কোজিকোদি, অলাফুজা, কোল্লাম, ইরনাকুলাম, ত্রিশুরনি। অহৌবা অমদি অরোইবগী থৌরমদি থিরুভাঅন্তপুরম (ত্রিভান্দ্রম) দা লৈবা কারিয়াভাত্তম ষ্টেদিয়মদা পাঙথোকই। ষ্টেদিয়ম অসি সহরদগী কিলোমিটর ১৫ রোম লাপ্পা গেমস অসিগীদমক শাবনি, মতম চানা শাবা লোয়শিনবা ঙমদবদগী মফম অসি অহৌবা অমদি অরোইবা নুমিৎকী থৌরমখক্তমক পাঙথোকই। এথলেটিক্স পাঙথোক্লবা হেক য়াদ্রি অমদি ফুটবোল শান্নবা ফিল্ড নিংথিনা শেম্বা ঙমহৌদে। মরম অসিনা মফম অসিদা অথোয়-অহেন তান্নবগী থৌরম অমত্তা পাঙথোকখিদে।

অথোয়-অহেন তান্নবগী থৌরম লোয়রবা দিসিপ্লিনগী শান্নরোয়শিংদি মখোয় মখোয়গী থৌরম হেক লোয়বগা মরমদা হলহনখি। মরম অদুনা থিরুভাঅন্তপুরম লৈবা গেমস ভিলেজদা অরোইবা নুমিৎ ফাওবদা লৈহৌরিবশিংদি এথলেটিক্স, তাইকুন্দো, সাইক্লিং, হেন্দবোল অমসুং রুশুগী শান্নরোয় অমসুং ওফিসিয়েলশিংনি। মরম অসিনা গেমস ভিলেজদা লৈরিবা মীপুম খুদিংমক হায়বদি শান্নরোয়, ওফিসিয়েল অমদি সপ্লোর্টটিং ষ্টাফশিং অরোইবা থৌরমগী মার্চ পাস্তা শরুক য়াহন্দুনা থৌরম অদু হেন্না মপুং ফাহন্নীংই। মণিপুর ওলিম্পিক এসোসিয়েসনগী ওফিসিয়েলশিং, টিম ওফিসিয়েলশিং অমদি শান্নরোয়শিংসু অতোপ্পা টিমশিংগা অরোইবগী থৌরম হৌরকপদা নুমিৎ হেক তারকপগা ষ্টেদিয়ম মনুংদা পরেং শানা চঙদুনা ট্রেক শেম্ফমগী অকোয়বা অদুদা তপ্পা তপ্পা চৎতুনা অকোয়বগী থৌরম পরেংশিং হায়বদি অচৌ অশাংশিংনা ৱা ঙাংবা, কেরেলা টিমদা রাজা ভালিন্দ্র ট্রোফি শিন্নবা, গোৱাদা মথংগী নেসনেল গেমস পাঙথোক্কনি হায়না লাউথোকপা, ফিরাল চিংথবা, গোৱাগী মীহুত্তা ফিরাল শিন্নবা অমদি গেমস লোয়শিল্লে হায়না লাউথোকপশিং অদু ষ্টেদিয়ম ময়াইদা লম্পাক্তা ফমদুনা য়েংই অমদি থৌরম হেক লোইবগা মৈকাপ্পী মখোল হৌনা হৌনা কাপ্তুনা মৈগী কুম্মৈ তৌই।

ষ্টেদিয়মগী ময়াইদা ফুট তরারোম ৱাংবা অচৌবা ষ্টেজ অমা শাই, ভাবকশিংনা কৃক-কৃক ইন্ননা ফমদুনা ঙাইরিবদি ইন্দিয়াগী তোঙান তোঙানবা ষ্টেটতগী লাকপা কলচরেল ট্রুপশিংনা লম লমগী নাৎকী জগোয় ঈশৈ উৎকদৌরিবা তাংলবা মতুংদসু উবা ফংলরোইদবা প্রোগ্রাম অদুনি। নোংপোকলোমদা মণিপুরগী রাস লীলা, পুঙ চোলোমদগী নোংচুপলোমদা পঞ্জাবকী ভঙ্গ্রা জগোয়, অৱাংলোমদা কাশ্মীরি জগোয়দগী মখারোমদা কথাকলী ফাওবনা কোল্লিবা মফমশিংদা লৈবা নাৎকী জগোয়শিং অমদি মতমগী জগোয়শিং উবদা অঙকপা অমা ওইনরি।

ষ্টেদিয়ম অসিদগী মিনিট তরারোম বসনা চৎলগা মেনামকুলম কৌবা মফমদা গেমস ভিলেজ লৈ। থিরুঅন্তপুরমদা পাঙথোকপা থৌরমশিংদা শরুক য়াবা শান্নরোয় অমদি ওফিসিয়েলশিংদমক ভিলেজ অসিদা লৈহল্লি। অতোপ্পা দিষ্ট্রিক্টশিংদা পাঙথোকপা মশান্নশিংদা শরুক য়াবশিংদি হোটেল অচৌবশিংদা থম্মী। মসি অরাবিয়ান সিগা নক্লরে, সমুদ্র মপান্দনি, লম্বেল অচুম্বীদা চৎলবদি কোইথোক্লা কিলোমিটর অমা মখায়নি। ভিলেজ অসি অফবা খুৎলাই পায়বা সেক্যুরিটিনা চেকশিন্না ঙাক্তুনা অকোয়বদা চেকপলনা ৱাংনা খাগতুনা থম্মী। গেমস ওর্গনাইজিং কম্মিটিনা পীবা শক্তাক চে (এক্রিদেসন কার্দ) য়াওদবা মী অমত্তা চঙবা য়াহন্দে।

ভিলেজ অসিদা য়ুম ৩৬৫ পরেং পরেং শাদুনা লৈ। য়ুম অমদা এথলেট ১২ লৈবা য়াই। তুম্ফম কা অহুম, ফম্ফম কা অমা, ইরুজফম অহুম, টোইলেট ফেসিলিটিজ মরি অমদি কুলীং সিষ্টেম য়াওবা গ্লাস ফাইবরনা শাবা য়ুম মচাশিংনি। মসিবু প্রী ফেব হাউস হায়না খঙনৈ। য়ুমগী নম্বর অমদি য়ুম পরেংগী নম্বর খঙহৌদ্রবদি অহানবগী ওইনদি য়ুম থিবদা অৱাবা অমা ওই। গেমস লোইরবা মতুংদা য়ুমশিং অসি শিদোক্লগা অতোপ্পা থবকশিং হায়বদি স্কুলনচিংবা শাবদা শীজিন্নগদৌরি।

ষ্টেট ওলিম্পিক এসোসিয়েসনশিংগী ওফিসলশিংসু ভিলেজ অসিদা লৈ। ভিলেজ মনুংদা খ্বাইদগী মরু ওইবা মফমনি হায়না লৌনরিবদি চাক চাফম, দাইনিং হোল মিটর ১০০ রোম শাংবা মিটর য়াত্থৈরোম পাকপা অদুনি; বফে সিষ্টেমনি, মশা মশানা লৌনিংবা লৌরগা চাজবা, শা-ঙা চাবশিংগী অমদি শা-ঙা চাদবা মনা-মশিং, হৱাই অমদি শঙ্গোমগী পোথোকশিং শীজিন্নবশিংগী তোঙান তোঙানবা মথেলশিং অশাং-অশাংবা টেবলদা থম্মী। তল অমদি চাক, অরোইবদা আইস্ক্রিম মরাং কাইনা ফংহল্লি। অতৈ হৌখিবা গেমসতা তৌবগুম্না কোপন পীবগী চৎনবী অদু লৈতে, কম্প্যুটরদা এক্রিদেসন কার্দ অদুচুম্বা থায়। কনাগুম্বনা কার্পেতা ফম্লগা চাই। উহৈ পীবগী চাংদি অতৈ হকচাংদা কান্নগদবা উহৈ পীদে হায়বা য়াই। ওফিসিয়েলশিংগী তোঙানবা চাক চাফম থম্মী, মদুদা টেবল চৌক্রি নিংথিনা থায় য়াম্না লেম্না ৱাঙাং ঙাংদনা, ঈঙ্গিত্তা চৎনবা

সি এম সি, পোলিসোরবেত ৮০নচিংবা ইমলসিফাইয়রশিং য়াওবা চীঞ্জাকশিংনা কোলাইটিস, দাইবেটিসনচিংবা পোকহল্লকপা য়াই

কাঙলোনগী তাইবং
কুঞ্জো নাওরেম

ময়াম্না জঙ্ক ফুদ হায়নসু খঙনবা প্রোসেসিং তৌরবা চীঞ্জাকশিংদা চীঞ্জাক্তুগী মগুণ নৎত্রগা ফীভম কায়দনা কুইনা লৈনবগীদমক তোঙান-তোঙানবা কেমিকেল কয়া হাপচিল্লি। মখোয়গী মনুংদা ইমলসিফাইয়রশিংনা অমনি। পোটেটো চিফ, কুরকুরে, মামা, মিমি, অচার, বিস্কুতনচিংবদা ইমলসিফাইয়র হাপ্পী। মখোয়সি করিগীদমক হাপ্লিবনো? ঐখোয়না হঙ্গাম থাউগা ঈশিংগা য়ানশিন্নরগা নিকপা মতমদা থাউগী কোঙ্গোলশিংনা ঈশিং মনুংদা তাওদুনা লৈ। নিকপা তোক্লবা মতুংদগীদি থাউগা ঈশিংগা তোঙান-তোঙান তারকই। থাউগী কোঙ্গোলশিংদু ঈশিং মনুংদা অদুম তাওদুনা লৈহনগে হায়রগদি ইমলসিফাইয়র হাপ্পা তাই। মখোয়না ঈশিংগা থাউগা য়ানশিন্নহন্দুনা থম্বা ঙম্মী। অসুম্না চীঞ্জাক্তা য়াওরিবা মচলশিংদু চাং চানা শিন্দোক্তুনা লৈনবা অমদি টেকচর কায়খি-দনবগীদমক খুৎশেমগী ইমলসিফাইয়রশিং হাপ্পী। প্রোসেস তৌদ্রিবা মহৌশাদা ফংলিবা চীঞ্জাক্তসু ইমলসিফাইয়রশিং য়াওই অদুবু মখোয়দুদি হকচাংদা শোক্লিংঙাই ওইদে। প্রোসেস তৌরবা চীঞ্জাকশিংদা হাপ্লিবা ইমলসিফাইয়রশিংনদি কোলাইটিস, হকচাং নোয়াথোকহনবা অমদি অতৈ মেটাবোলিজমগা মরী লৈনবা লায়নাশিং পোকহল্লকই হায়না হৌখিবা ফেব্রুৱারি ২৫গী 'নেচর' চেফোঙদা ফোঙদোকখ্রে।

মীওইবগী থিবোং মরিলদা নাবা ইনফ্লেমেটরি বোৱেল দিজিজ (আই বি দি) হায়বসিগী মনুংদা ক্রোহন'স দিজিজ অমদি কোলাইটিস মমিং পনবা য়াই। মখোয়সিনা নাবদগী খোঙ হান্থা, পুক্তা নাবা, অমদি অরুম্বা হন্থবনচিংবা ওইরকপা য়াই। কোলাইটিসনা মরম ওইদুনা থিবোং মরীল অচৌবগী মনুংথংবা লেয়রদা চাথৎপনচিংবা তৌরকই। ক্রোহন'স দিজিজনা নারবা মী অমগী চাবা তুমহন্নবগী লম্বী (দাইজেষ্টিভ ট্রেক্ট)গী মনুং থংবা লেয়রদা চাথৎপা, মদুদগী হেঞ্জিল্লক্লগা মনুংগী টিস্যুশিং ফাওবা শোকহল্লক্তুনা হেন্না খুদোংথীনিংঙাই ওইরকই। অদুগা মেটাবোলিক সিন্দ্রোম হায়বা অনাবসিনা পুক চাউথোকহনবা, ব্লদ প্রেসর হেনগৎহনবা, অফবা কোলেষ্টরোল (হায় দেন্সিটি লিপোপ্রোটিন)গী চাং হন্থহল্লকপা অদুগা ঈদা য়াওবা গ্লুকোজগী চাংনা হেনগৎহল্লকই। মসিদগী দাইবেটিজ অমদি থম্মোয়গী অনাবশিং পোক্লকই। ২০শুবা চহীচাগী ময়াই চল্লকপদগী আই বি দি অমদি কোলাইটিসকী অনাবসি য়াম্না হেনগৎলক্লি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা মত পীরি। মসিগী মরম অমদি হৌজিক্কানগী মীয়াম্না প্রোসেস তৌরবা চীঞ্জাক হেন্না চানরকপসিনা ওইগনি হায়বসিদা থাজবদগী থিজিনখিবা কয়াগী পাউদম লৈখ্রে। মসিদা অচৌবা থৌদাং লৌরিবসি ইমলসিফাইয়র হায়না খঙনবা কেমিকেলশিংনি। কেমিকেলশিংসিনা করম্না লায়নাশিংসি ওইহল্লকপগে হায়বগী মরমদা জর্জিয়া ষ্টেট য়ুনিভর্সিটি ফোর বাইওমেদিকেল সাইন্সেসকী থিজিল্লোয় অনী ডা: বিনোইত চস্যাং অমসুং এন্দ্রিউ গেৱিতর্জনা লুচিংখিবা টিম অমনা থিজিনখি। মদুদা কাবোক্সিমিথাইল সেল্লুলোজ (সি এম সি) অমদি পোলিসোরবেট ৮০ হায়বা প্রোসেস তৌরবা চীঞ্জাকশিংদা মরুওইনা শীজিন্নবা ইমলসিফাইয়র অনীসিনা 'গত মাইক্রোইওতা' দা অকায়বা পীবদগী আই বি দি অমদি মেটাবোলিক দিজিজশিং নারকই হায়বা খঙবা ঙল্লকখি।

১. গত বেক্টারিয়াশিংগী শক্তম, ২. ইমলসিফাইয়রশিং য়াওবা প্রোসেস তৌরবা চীঞ্জাক খরা

গত মাসক্রোবাইওতা হায়রগা মীওইবগী থিবোং মরীলদা লৈরিবা ঐখোয়দা কান্নবা পীবা বেক্টরিয়াশিংগী কম্যুনিটিবু খঙনবা য়াই। মাইক্রোবাইওতাসিদা চাউরাক্লা বেক্টরিয়ন ১০০ রোম লৈ। মসি মী অমগী হকচাংদা য়াওরিবা অপুনবা সেল মশীংগী শরুক তরামুক্লি। বেক্টরিয়ানশিংসিনা তুম্বা ঙমহৌদ্রবা কার্বোহাইদ্রেদ অমদি ফেত্তি এসিদশিংবু ফর্মেন্টেসন তৌহন্দুনা অহেনবা এনর্জি ফহল্লি। মখোয়না ভিতামিন বি অমদি ভিটামিন কেবু শুংবদা মরুওইবা থৌদাং লৌই। মসিদা নৎতনা হকচাংগী মেটাবোলিজমদা কান্নবা পীরিবনি। অসিগুম্বা গত বেক্টরিয়াশিংদা ইমলসিফাইয়রশিংনা করি অকায়বা পীরকপগে হায়বসি খঙদোক্লবগীদমক থিজিল্লোয়শিংনা মশা মউ ফরিবা ঊচিশিংদা সি এম সি নৎত্রগা পোলিসিরোবেট ৮০ গী চাদা ১ য়াওরবা চীঞ্জাকশিং পীজদুনা য়েংখি। মসিগী মরমদি অয়াম্বা প্রোসেস তৌরবা চীঞ্জাকশিংগী চাদা ১ দি ইমলসিফাইয়র অনীসিগী মনুংদগী অমদি য়াওই। ইমলসিফাইয়র য়াওবা চীঞ্জাকশিং চারুবদগী ঊচিশিংদুগী তুম্বগী চাং হেনগৎলকপদগী চাবগী চাং হেনগৎলকখি। মসিদগী ঊচিশিংদুদা মেটাবোলিক দিজিজশিং নারকপা য়াবগী খুদম চাংদমশিং উৎলকখি হায়বদি মখোয়গী মশা নোয়থোরকপা, ঈদা গ্লুকোজগী চাং হেনগৎলকপনচিংবা থেংনরকখি। মসিদা নত্তনা টিস্যুশিং ফাওবা চঙশিনখিবা ঙম্মী অমদি মখোয়গী মশীং হেনগৎহল্লি। লোয়ননা ম্যুকস চাথোকপা ঙম্বা বেক্টরিয়াশিংগী মশীংসু- হেনগৎহল্লি। তুম্বগী চাংসু হেনগৎলকপনিনা বেক্টরিয়াশিংনা ম্যুকসপু চাথোকখিবদগী আই বি দিগী অনাবশিং ওইরকই। হান্নদগী কোলাইটিসকী অনাবা লৈরবশিংদদি ইমলসিফাইয়রনা বেক্টরিয়াশিংগী ফ্লাজেল অমদি লিপোপোলিসক্করাইদ পুথোকপগী চাং হেনগৎলক্তুনা ইম্ম্যুন সিষ্টেমদা য়াওবা কোলাইটিসনচিংবা নাহল্লিবা জীনশিংগী মথৌদা হেন্না মথৌ হাপ্তুনা কোলাইটিসকী ফীভম হেন্না ফহল্লক্তে। অদুনা হান্না আই বি দিগী অনাবা লৈরবশিংনদি ইমলসিফাইয়রশিং য়াওবা চীঞ্জাকশিং চাদবা হায়বসিনা খ্বাইদগী ফবা খোঙথাং ওইগনি। মসি হায় হায়দুনসু থোইদোক্লদি চীংননিংঙাই ওইদ্রি মরমদি ফংলক্লিবশিংসি মীদা চথখিবা চাংয়েংশিংগী ফল নত্তে। ঊচিশিংগা মীগা চীঞ্জাক খেন্নে। অদুনা ঊচিদা ফংলিবা ফলদুমক মীদসু ফংগনি হায়বা লৈত্রি। মরমসিনা থিজিল্লোয়শিংনা মীগা চীঞ্জাক মান্নবা ওক্লুম্বা জীবশিংদা মখা তানা চাংয়েংশিং পাঙথোক্লবগী থৌরাং তৌরি। মসিগা লোয়ননা অতৈ অতোপ্পা ইমলসিফাইয়রশিংনা ওইহল্লকপা য়াবা ইফেক্টশিংগী মতাংদসু হৌজিক হৌজিক থিজিল্লিবনি। মতমসিদসু হান্না ফংখিবা ফলদুমক ফংলগদি ঐখোয়না কোলাইটিস, ক্রোহন'স দিজিজ অমদি মেটাবোলিকেল দিজিজশিংদগী ঙাকথোকপদা অচৌবা মতেং পাঙলকপা য়ারি।

■ মসি'মগা ঃ

শাদোং চানবগীদমক শাবু হাৎপা হায়বসি মীওইবনদি তৌফদে । --- *বেদ*

সি বি এস ঈগী ৱাহৌদা ৱাথোক ওইরকপা

হ্যমন রিছোর্সকী ভেল্যু খঙবনা অফবা ওইগনি

মণিপুরদা, ৱাখল, লৌশিং লৈরবা মীওইশিংগী মশীং হেনগৎলকপগা লোয়ননা চাউখৎপগী থাক ৱাংখৎলক্কদ্রা হায়রগা মখল কয়াগী পামদবা থৌদোক ৱাথোক্লা ৱাই চাইবগা চপ মান্নরে। হৌখিবা কুমজা ২০১৪ লোইখিবা অমসুং অনৌবা কুমজা ২০১৫ লাকপদা মীথোই মীহেল্লবা অমসুং মীচম কয়ানা য়াইফ পাউজেল কয়া অমা পীনরকখি। তোঙান তোঙানবা পামদবা থৌদোক কয়া অমা থোকখিবা অমসুং থৌদোক ৱাথোকশিং অদুগী মতাংদা কদায় ফাওবা থিগৎতুনা মীয়ামদা জষ্টিশ ফংহনবা হায়বদুদি ময়েক শেংনা খঙবা ঙমদ্রি। কুমজা ২০১৫ হেক য়ৌরকপগা থোরকপা পামদবা থৌদোকশিংগী মনুংদা তুংগী য়ুম্বীরেল ওইগদৌরিবা মহৈরোয়শিংদা চৈথেং ফংহনবা অসি লমদমসিদা লৈরিবা মীপুম খুদিংমক্কী থম্মোয়দা নুংনাংবা পোক্লিংঙাইনি। লৈঙাক্কী মায়কৈদগী এদমিনিষ্ট্রেটিবকী ওইবা মীৎয়েংগী মখাদা তৌগদবা অমসুং তৌরোইদবা কয়া অমা লৈরম্বা য়াই। অদুবু মীচম মীয়াম্না অদুগুম্বা চৎন-কাঙলোনশিং অদু খঙদবনা কয়ারক হন্না খুদোংথীবা মায়োক্লরি। হন্দক সি বি এস ঈনা লৌবা ইগজামিনেসনগী মতাংদা মীয়ামগী খোল্লাউ তারকপদগী সি বি এস ঈগা মরী লৈনবা থবক থৌরমশিংগী মতাংদা ৱাফম কয়া ফোঙদোক্লরক্লে। মালেম'সিদা হ্যমন রিছোর্স হায়বসিদা হকথেংননা মঙাল পীগদৌরিবা এদ্যুকেসনগা মরী লৈননা থোরক্লিবা ৱাথোক অসি লোইশিনফম খঙদনা লৈবদগী মহৈরোয় চা কয়াগী কেরিয়র মাঙলকপদা করি ওইরক্কদগে হায়বদু মুন্না খন্থনবগী মতম থেংমল্লে। হৌজিক হৌজিক মহৈ মশিং তম্বগা মরী লৈননা ওইরক্লিবা ফীভম অসি তরাইনা লৌবা য়াদে। করিগুম্বা খুদি-খুনামদগী ওইরকপা য়াবা ফীভম কয়া অদু খন্থফম থোকই। সি বি এস ঈগী মতাংদা ওইরক্লিবা ফীভম'সিগী মতাংদা কোলম অসিদা কয়ারক হন্না নৈনদুনা য়াম্না চম্না ৱারোল কয়া ফোঙদোকখিবা লৈখ্রে। মার্চ থাগী অহানবা চয়োলদগী হৌখ্রবা ইগজামিনেসনগী মতাংদা অৱাবা নংগদৌরিবা মহৈরোয়শিংগী ৱাফম্না প্রাইওরিটি ওইফম থোকই। থিজিন্নবা হোৎনবা হায়বসিদি মতম য়াম্না চঙবনি। ষ্টেট অসিগী মনুংদা লৈরিবা লৈঙাক্লোনগী মনুং চন্না দাইত্য ওইগদৌরিবা মীওইশিংনা তুংগী য়ুম্বীরেল ওইগদৌরিবা মহৈরোয়শিংগী কেরিয়র শোক্তনবা লীক্লম অমা শীনবীফম থোক্তবরা? মহৈরোয়শিংগী কেরিয়রদা হকথেংননা শোকহনবদগী ওইরকপা য়াবা ইস্পেক্ট অদু খন্দনা হেক্তমক শমজিনবদি অফবা ওইগনি থাজদে। পীকখ্রবা ষ্টেট অসিগী মনুংদা তোঙান তোঙানবা ৱাখল্লোনগী মখাদা অচুম-চুমদা করিনো হায়বদু খঙদনা খোঙ থাংনবা হোৎনবদা, মীতৈগী থাজনবীদা "লাই লল্লানবা" হায়বদু নীংশিংফম থোকই। হেন্না নকশিন্নবা, ৱাখল তামীন্নবা হায়বসিনা খ্বাইদগী মরু ওইবনি হায়বসি হেক হেক কাউথোক্লবগুম তৌবা মওংসি খুন্নাই অসিদা উরক্লি। ফীভমসি খ্বাইদগী লাইবক থীবনি। সি বি এস ঈগী ইগজামিনেসন্না মরম ওইরগা লাঞ্জাও অমা থোকহন্নবা পোরম য়াৎপদি খুন্