হুইয়েন লানপাউ
য়ুমশকৈশা, মার্চ ৩০, ২০১৬, ইম্ফাল
৪০ শুবা চহী, ০৩ শুবা মশীং
হুইয়েন লানপাউ
য়ুমশকৈশা, মার্চ ৩০, ২০১৬, ইম্ফাল
৪০ শুবা চহী, ০৩ শুবা মশীং

তুংলমচৎকী ওইনা য়েংলগা হোংবনা ফৈ

চাইথোরকপা ৱাখল

নরেন্দ্র নিঙোম্বা

য়াওশঙ লোইখ্রে। থম্মোয় মপান শাৎনখ্রে। নহাশিংগী পুন্সিদা কাউঙম্লরোইদবা মীকচপ কয়া শেম্লখ্রে। কাউঙমদ্রবা মীকুপশিং অদুনা নহা কয়াগী পুন্সিদা হৌজিক করেম-কথায়ন্দুনা তুম্বা য়ানদবা খা-ৱাং ওন্দুনা অহিং মিশেল খাঙবা য়াওনরম্লগনি। মসিদি মহৌশানি। অনৌবা ফুরিৎ অমা লৈরকপদা অমুক্তং লিৎতুনা মীংশেল মমাঙদা ট্রাই তৌনিংবা হায়বসিদি মশানা তাদুনা লৈরবা ৱাফম্লি। হৌজিক অমুক শাথিরিবনা অনৌবা ইলেক্ট্রোনিক্স দিভাইসশিং অসিনা মতেং পাংশিন্দুনা হেন্না থুনা নকশিন্নবগী তঞ্জা অমা শোয়দনা পীরম্লগনি। মোবাইল ফোনদা সেভ তৌহৌবা ফোন নম্বরদ হাংদুনা য়েংলগা কোল তৌশিরা তৌগুমশিরা হায়না অমুক হাং অমুক য়েং তৌদুনা মখৎ নিক্লা কোল তৌখিবদু হৌজিক্কান্দি খরা অমুক নকশিন্নদুনা চহি কয়া লোয়ন-তিন্নরক্ল বদৌনা ৱারী শান্নরম্লগনি। মদুবু কনানা থিংবা ঙম্লুগনি। মদুবু তশেংনা থিংলগে হায়বদি লাইন লাক্লগসু থিংবা ঙম্লোই; মশা মশাদা মশক উদনা পাল্লিবা থম্মোয়তনা থেমজিনগদবনি। থম্মোয় থেম্বা হৈতবা, থম্মোয় শিজিন্নবা হৈতবা কাঙবুতনা মপুন্সি মথক-মখা ওনবগী ৱাতনি। মসিনি হৌজিক ওইরক্কদৌরিবা হন্দক্কী য়েন্নীংথানা নহাশিংদা ওইহল্লমগদবা শক্তম।

কুমশি থাবল ফনা নীংথিনা চোংনখি। হৌজিকসু লোইবা নাইখিরোই, চৈরাওবা অদু-অদা কৈমতা তৌবা য়াখিরোই থাবল চোংবগী মখোলনা মায়কৈ নীন্না তারকখিনি। তৌবতবু মমাঙঙৈগী থাবলগা হৌজিক্কদি খরা খেন্নরে। ধোন বেন্দগী মখোলনা মীহুল দং-দং চোংহনবা ঙম্বা মখোলনা নুংঙাইরবা তাম্বা কয়া পীদুনা চোংনখিবা নহাশিংগী থাবলগী হুমাং মরক্তা থম্মোয় কয়া মরী-মরী মথোং মরম খঙদনা লংজিল নাইদনা পুনবোই-কিবোই শম্ন খিনি অদুবু নুংঙাইরবা মীকুপশিংদুদি মতমনা অমুক পুদুনা চৎখ্রে। মদুগী ঈথক ইপোমদুদি থম্মোয়গী তোর্ব্বানদা য়ৈদুনা হৌজিকসু মীহুন ফ্রং-ফ্রং চোংনরমখিগনি খল্লি। মসিনা নহাশিংগী লোম্বোক্তবা থম্মোয়গী ৱানি।

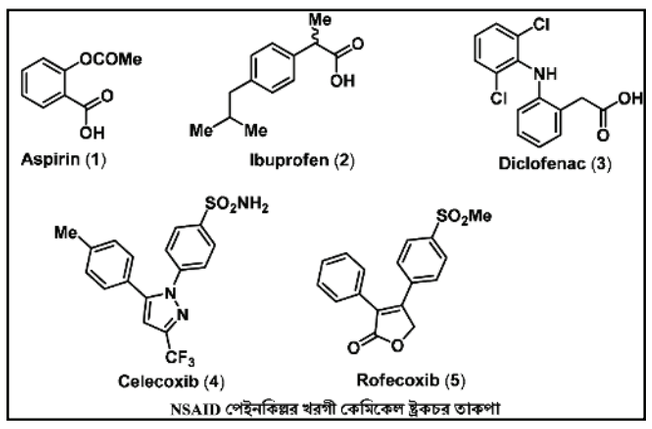
কুমশিগী ৱানি, থাবল চোংবা অমুক্তং য়েংলুসি হায়না ঐখোয় ইমুং লোয়না য়াওরগা য়াওশঙ নীনি চনবদুদা থাবল মফম অমদা চৎলুই। চাউরাক্লা পুংখায়মুক ওইগাদ্রা য়েংলুই। হৌজিক্কানগী থাবল সিদি মওং অমদা হোংলম্লে। ইপোকথোক ইয়ালাং ঐখোয়দদি কয়া নুংঙাইফম খঙদে। মখোয় নহাশিংদদি য়াম্না নুংঙাইবা মুড উবা ফংই, নোকপগা-খেবগা কাঙলূপ-কাঙলূপ মতা অমা ওইনা নুংঙাইবা উই। অদুবু ঐমক্তি থোইদোক্লা কৈসু ফাওদে। মমাঙঙৈগী থাবলগী মহাওদুদি য়াওরমদ্রে। থাবল চোংলিরা ফৈজে চোংলিরা কৈদৌরিনো ঐ ইশা ইথন্তা খনফম খঙখিদে। হোয় অনৌবা তাম্বা, অনৌবা ম্যুজিক্কী দ্রম মখোল, ইলেক্ট্রোনিক ম্যুজিক (কি বোদ)না খোঙবা মথেল কয়াগী ঈশৈশিংগী তাম্বাদা পেদ দ্রমনা ঈনোৎ পীদুনা থাবল মখোল হোংলম্লে। মমাঙঙৈগী ধোলোক, বার্শি, ঈশৈ হনবনা শক্লম্বদগী ধোল বেন্দ অমদি ক্লারিওনেটকী, সেক্সাফোনগী ম্যুজিক ঈশৈদগী হৌজিক্লা অমুক অনৌবা মথেল ওইনা ম্যুজিক য়াওনা পুমহোং হোংলম্লে। অনৌবা ঈশৈ কয়া বেন্দ পার্টিশিংনা য়াওশঙ য়ৌরমদাইদা থাবল চোংবদা খোংনবা রিয়ারসেল তৌনরম্বা অদু তাখিদ্রে খল্লি। হৌজিক্কানসিনা মতা অমনি।

মমাঙঙৈ ঔগ্রী হংগেল চোংবা হায়দুনা নোমহৌ, নোমহৌ... "ঙসিনা লাইরেন নোংজাদা, পম্বৌগী শুমাং মথৌবুং, শাবীগী খৃৎতা শানৌনা পায়, শানৌগী খৃৎতা শবীনা পায়, লৈবাক খুনজাউ লৈচাউনবা, কাইদা কাইদা চোংলসি" হায়না ঈংনা চোংলম্বা অমেংবা থাবলগী মহাউ মাংখ্রে। মমৈদদি ইমাগী মমৌ ঐহাকপু থাজৌ/ নঙসে ঐগী ওইদৌরিনি/ হো হো নোংদম্বনা তম্লম্বনি ... " হায়না ক্লারিওনেটনা নৎত্রগা সেক্সাফোন্না খোংলম্মী। মদুসু অনৌবা অনৌবা মহাও অমা ওইরম্মী। হৌজিক্লা থাবল খুচোংসি কৈনোমা অমুক তৌখ্রে। য়েৎকী খোঙনা মাঙলোমদা ইতাউ তাউনা অনীরক্কা হায়রগা ওয়না অমুক চপ মান্ননা হায়রগা চোংবা খ্বাঙসি লৈথেক্তনা ফৈনা ফৈনা চোংবগী খুচোং অমা হন্দক উরকই। কৈনোনে তৌরিসিবো হায়না ঐদি স্বর ফুনগৎলুরে।

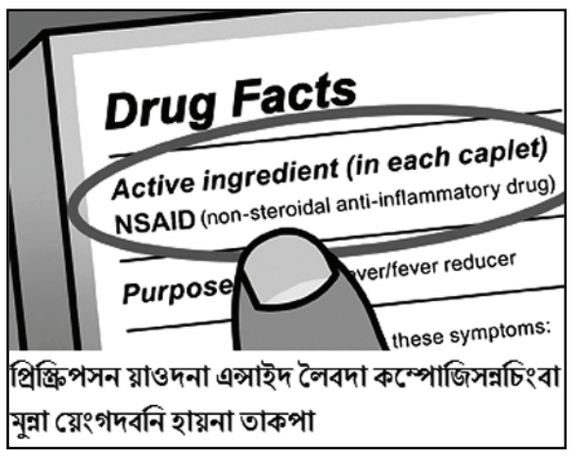
থাবল চোংবা য়াওবিরিবা এথলেটশিংদু মপুং-মরৈ ফারবা অমত্তা য়াওবা উদে। হায়রদি শাওনি, চৌইহাগুম্বনা অয়াম্বনি। তাহৌদৌ মান্না অয়েংবনা নুংশা থিবা খোঙগ্রাও খুৎশেৎনি, য়ানবোই-শেৎপোই, ফুরিৎ মতৎ অমগা, মশম-মনা চপ-চপ য়ুংবা, নুপীমচা মান্না শাংনা খাকপা, চাচা চোবা ঙাক্তা ওইনা তৌই। তারদি শাউনি, মওং অমা ইতা তাজদে। নুপীমচাশিংসু অদু মঙাই, খরা মপুং মরৈ ফারবা ইয়াও য়াওবা ইউ উদে। চহিগা চান্নদনা ছারি মতেক্কা শেৎচিং দুনা, ফুরিৎ নঙ্গল কোৎথোকপী, খৃনিং তপ-তাখৈ ৱাংবী, মমায় মমিৎ তপ তাখৈ য়েকশিন তৈশিল্লগা ফজরে খঞ্জরবা, য়েংবদা তরুম-তরুম লাউদ্বী নহা মচা ঙাক্তনি। মখোয় ময়ামদুনা মঙক-মনা ইথেক থেকৎতুনা ফৈজে-ফৈজে চিংলগা চোংবা থাবলদু নুংঙাইফম অমা ইখঙ খঙদে। মতম অমদদি থাবল চোংনখিবা খুদিংমক মশা নানবা, তরু-তনানবা ফিজোল শেৎপা, কোট লিৎতুনা জেন্টলমেন মানবা, মশম-মনা তরু তনান্না কল্লগা য়াম্না লেম্না চোংনরম্মী।

মতম অমা থাবল চোংবগী ফজবা, য়েংবদসু নুংঙাইবা মচৎ অদুমদি তশেংনা মাংখ্রে। অঙাং নহাশিংদি থাবল চোংবদু য়াওহল্লমদে। লৈকায়গী লৈশাবীশিংনা লৈজবা খরাকা হেন্দনা কেজরগা, নীংথিনা মবুং- মৌপ্পা, অহল-লমনশিংগী মাঙদা ইচ-চম্না থৌগল্লোন অমা য়াওনা চোংলম্বা মহাও অদুমদি মাঙখ্রে। থোইদোক্লা কা হেন্না অতেক-অকায় অমদি অহেনবা তান্নবা মানবা লমজেলগী লাপথোক্লগা লৈকায়গী লৈশাবীশিংবু মবুং-মৌপ্পাশিংনা তেংবাং পীরগা অঙম্বা শেলখায় খায়গৎনদুনা লৈকায়গী লম্পাক, পরেং নাইনা শাবা য়ূমগী শুমাং অহুম/মরিদা নৎত্রগা অকংবা লৌবুক্কী মতাই অমদা য়াম্না পাক-চাউনা মরাং কায়না চোংনরম্মী। হৌজিক্তি লৈকায় লম্পাকসু লৈনদ্র। স্পোর্টসকী লম্দা চাউখৎলে হায়নরিবা লমদমসিগী লৈকায় অমত্তদা স্পোর্টস গ্রাউন্দ লৈনরক্লে। অদুনা লম্বী-সড়ক্কী মতাই অমদা লম্বী থৎলগা থাবল চোংনরে। মদুনসু হেন্না চিনবা অমদি নুংঙাইতবসু থোকহল্লি। অদুবু মমাঙ-মমাঙঙৈদগী চৎনদুনা লাক্লবনিনা অফংবা মফম অমদা চিনগেরা চিল্লোইরা, চোংননবা হোৎনৈ। কৈসুদি কায়দে, অদুবু ওইরক্লিবা মওং মতৌ অসিদি থাবল চোংবগী অশেংবা মহাও অদুমদি ময়েং তাখিবগুম তৌখ্রে। মতমগী খোঙচৎ হায়বসি কনানসু থিংবদি ঙম্বা নত্তে। অদুবু হোংলক্লিবা অদুনা হেন্না মচু তাবা ইচু চুম্বা অমদা হোংলক্লবদি ফৈ। মওং তাদবা অমদা হোংলকপা অসিদি চাউখৎলকপনি হায়বদা খরা লানদৌবা মাল্লি। মতমগী অহোংবসু লাকসনু, মতমগী মীশিংসু হোংগদবনি, হোংদনা লৈহৌবদি চুমদে। তৌবতবু হোংগদৌরিবা মায়কৈ অদুদি মীৎয়েং শানবা লমদম অসিগী চৎন-কাঙলোন কায়দবা, শক্তম ঙাকপা খৃৎহোং অমদা হোংলগদি হেন্না অফবা অমদি তুংলমচৎনসু শোন্নহৌগদবা মওংদা হোংবনা ফৈ। তুংগী লাক্কদবা মীরোলনা মোংফমদগী চিংথোক্লগা চৈহৌগদবা মওংদা ঙসিগী মীরোলনা হোংবিবগী ৱাখল থাদোক্তুনা অফবা মায়কৈদা হোংবনা চুম্লে।❍

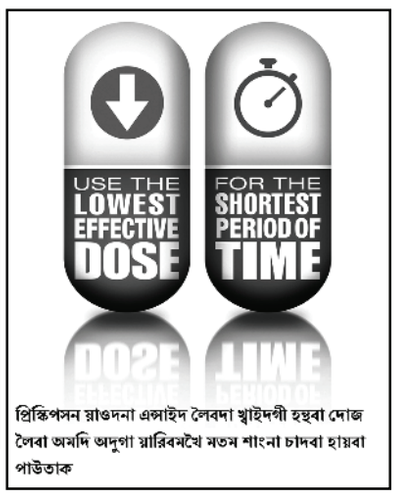
চিকপা নাবা ফহন্নবা পেইনকিল্লরশিংসি খুদোংথিনিঙাই ওই



NSAID পেইনকিল্লর খরগী কেমিকেল ষ্ট্রকচর তাকপা



প্রিস্ক্রিপসন য়াওদনা এন্সাইদ লৈবদা কম্পোজিসন্নচিংবা মুন্না য়েংগদবনি হায়না তাকপা



প্রিস্ক্রিপসন য়াওদনা এন্সাইদ লৈবদা খ্বাইদগী হন্থবা দোজ লৈবা অমদি অদুগা য়ারিবমখৈ মতম শাংনা চাদবা হায়বা পাউতাক

সাইন্সকী খোঙচৎ

কুঞ্জো নাওরেম

হীদাক ওইনা মীওইবনা শীজিন্নরিবা কেমিকেলশিংসি অয়াম্বনা সাইদ ইফেক্ট লৈ। মখোয়গী মরক্তা চিকপা নাবা ফহনবা ঙম্বা হীদাকশিংসিসু পনবা য়াই। হার্ট এটেক তৌবদগী হিংহৌরবা মীশিংনা পেইনকিল্লরশিং শীজিন্নরবদি অমুক হন্না এটেক তৌরকপা য়াবগী ওইথোকপা ৱাংনা লৈ। ৱাফমসি কুমজা ২০১২ দা অমেরিকান হার্ট এসোসিয়েসনগী চেফোঙ 'সরকুলেসন' দা ফোঙদোকখিবনি। নোন-ষ্টেরোইদল এন্টি-ইনফ্লেমেটরি দ্রগস (এন এস এ আই দি, শমজিল্লগা এন্সাইদ হায়না ইজগে) হায়না খঙনবা পেইনকিল্লরশিংসি মখল অনী থোক্লা কৈথেলদা ফংই। মখোয়গী মনুংদা ওভর-দ-কাউন্টর (ও টি সি) দ্রগ হায়নসু খঙনবা দাক্তরগী প্রিস্ক্রিপসন য়াওদ্রবসু য়োনবা অমসুং লৈবা য়াবা ইবুপ্রোফেন অমদি নাপ্রোক্সেনগুম্বা মমিং পনবা য়াই। অতোপ্পা মখলসিনা ডাক্তরগী প্রিস্ক্রিপসন য়াওদ্রগদি য়োনবা অমসুং লৈবা য়াদবা সেলেব্রেক্স (সেলেকোক্সিব) অমদি রোফেকোক্সিবকুম্বা পনবা য়াই। চেফোঙদুদা পনখিবগী মতুং ইন্না, ক্লিনিক অমদি অনা-লায়েংশঙশিংনা হীরমসিগা মরী লৈননা চেকশিনগদবনি হায়বা ৱাফম থমখি। লোয়ননা হার্ট এটেক তৌখ্রবা মতুং চহী কয়া হৌখ্রবসু হীদাকশিংসি শীজিন্নরবদি হার্টতা অকায়বা পী হায়না রিপোর্ট তৌখি।

দেনমার্ককী কোপেনহেগেন য়ুনিভর্সিটি হোস্পিটালগী কার্দিওলোজি দিপার্টমেন্টতা ফেলো ওইরিবী এন্নি-মেরি ওলসেন অমদি মাগী খোঙবুনা থিজিনবসিদা দেনমার্কতা লৈবা নেম্লেল হোস্পিটাল অমদি ফার্মাসিশিংগী রেজিষ্টরগী মতেং লৌখি। কুমজা ১৯৯৭ তগী ২০০৯ ফাওবগী মনুংদা হার্ট এটেক তৌখ্রবা চহী ৩০ নৎত্রগা ৩০ দগী হেনবা অনাবা ১,০০,০০০ গী হীদাক থাখিবগী রেকোর্দশিং য়েংখি। মখোয়গী মনুংদগী চাদা ৪৪ দা এন্সাইদ অমুক্তা ওইরবসু থাখিবগী রেকোর্দ থেংনরম্মী। এন্সাইদ পেইনকিল্লর চাখিবা অনাবশিংদা, হার্ট এটেক তৌখ্রবা মতুং চহী অমা লৈরগা অনাবা অমনা হেক্তা শিবা য়াবগী রিস্কসি চাদা ৫৯ অদুগা চহী মঙাগী মতুংদনা চাদা ৬৩ ওইরকখি। চহী অমগী মতুংদা অমুক হন্না হার্ট এটেক তৌরকপা নৎত্রগা কোরোনরি হার্ট দিজিজ নারকপা য়াবগী রিস্ক ৩০% হেনগৎখি অদুগা চহী মঙাগী তুংদনা ৪১% য়ৌরকপা থিজিল্লোয়শিংনা থেংনরম্মী। নোর্মেল ওইনা হার্ট এটেক তৌরবা মী অমদা অমুক হন্না এটেক তৌরকপা নৎত্রগা শিবা য়াবগী রিস্ক অহানবা চহীদা ৱাংনা লৈ অদুবু চহী ৫ দগী ১০ ফাওবগী মনুংদা রিস্কসি য়াম্না হন্থরকই। অদুমকপু এন্সাইদ পেইনকিল্লর পীজখিবশিংদদি চহী ৫ গী মতুংদা রিস্ক হেনগৎলকপা থিজিল্লোয়শিংনা থেংনরম্মী। এন্সাইদশিংসি হান্না থিজিনখিবগী পাউদমশিংদসু হার্টকী অনাবা লৈবশিংদদি য়াম্না কুপ্পা শেন্নদুনা পীজবগী মথৌ তাই হায়বসি খঙনখ্রবনি। মসিগা মরী লৈননা কুমজা ২০০৭ তা অমেরিকান হার্ট এসোসিয়েসন্না কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক ৱাংনা লৈবা অনাবশিংদা পেইনকিল্লরগী হীদাকশিং থাদ্রিঙৈদা অমাং-অতোং কুপ্পা নৈননবগী চেকশিন ৱা পীখিবসু লৈখি।

ওলসেননা লুচিংদুনা থিজিনখিবা অসিদা খুদোংথিবগী চাংসি নুপা অমদি নুপীশিংদা থোইদোক্লা খেন্নবা লৈতে হায়বসু খঙবা ঙমখি। মসিদা থোইদোক্লা চীংননিঙাই ওইদে মরমদি দেটাশিংসি দেনমার্ক শিনবা থুংবদগী খোমজিনখিবনি। অদুবু থিজিল্লোয়শিংনা পেইনকিল্লরশিংসি অনাবশিংদা পীজদুনা চপ চাবা ক্লিনিকেল টেষ্টমক্তি তৌখিবা নত্তবনিনা মখোয়না ফংলক্লিবা অসি পুংচুম চুম্লে হায়না লৌবমক্তি য়াদ্রি। অতোপ্পা ফেক্টরশিংনা রিস্ক ৱাংখৎহল্লম্বসু য়ারিবনি। অদুবু থিজিল্লোয়শিংনা রিস্ক হেনগৎলক্লিবসি পেইনকিল্লরশিংনা শোইদনা ওইগনি হায়বগী অচেৎপা থাজবদি থল্লি। অদুনা ওভর-দ-কাউন্টরদা ফংহল্লিবা পেইনকিল্লরশিংসিগী মরমদা অমুক হন্না রি-ইভালুয়েৎ তৌহন্নিংবগী অপাম্বা ওলসেননা ফোঙদোক্লি। মরমদি অসিগুম্বা হীদাকশিংসি শীজিন্নবদা সাইদ-ইফেক্ট লৈতে হায়বগী অকনবা ৱাখল্লোন অমা মীয়ামদা মমি তাহল্লি।

য়ুরোপিয়ন লীগ এগেইনষ্ট রিউমেটিজমগী জুন ১২, ২০১৩ দা পাঙথোকখিবা এন্যুএল কংগ্রেসতা পাথোকখিবা থিজিন-চে অমগী মতুং ইন্নসু ও টি সি ওইনা ফংলিবা হীদাকশিংসি মরু ওইনা তোংশা, য়া অমদি শরুশিংদা চিকপা নাবা মতমদা মীয়াম্না হেক্তা শীজিন্নবা হীদাকশিংনি। নেদরলেন্দগী ইরাসমস মেদিকেল সেন্তরগী দিপার্টমেন্ট ওফ জেনরেল প্রাক্টিসকী আফকে কোফেমনগী লমজিং মখাদা থিজিনখিবা অমগী মতুং ইন্না, ও টি সিগী পেইনকিল্লরশিং শীজিন্নরিবা মীওইশিংগী অহুম থোকপগী অমদি নুমিৎ ৭ নিদগী হেন্না অদুগা ৩% না নোংমগী চাফম থোকপা চাংদগী হেন্না হীদাকশিংসি চাই। মখোয়না চারিবা হীদাকশিংসিনা মরম ওইরগা অনাবা নিপালগী মনুংদা অমদা এদভর্স দ্রগ ইভেন্ট (এ দি ঈ) হায়বা ইফেক্টসি থোকপা থেংনরম্মী। থিজিনবসিদা দটচ জেনরেল প্রাক্তিসনর মরিদা লায়েংদুনা লৈরম্বা মপুং-মরৈ ফারবা মীওইশিংগী মরক্তা পাঙথোকখি। মীওইশিংদুবু কাঙলূপ অনী থোক্লা খাইদোক্লম্মী - ১) এ রেন্দম সেম্পল ওফ এদল্টস (জেনরেল পোপুলেসন) ২) এ সেম্পল ওফ এদল্ট পেসেন্টস ৱিথ এ হায় রিস্ক ওফ দেভেলপিং সেরিয়স এ দি ঈ ফ্রোম এন্সাইদ য়ুজ (হায় রিস্ক পোপুলেসন)। মসিগী মতুংদা এদল্টশিংদুদা মখোয়না ও টি সি পেইনকিল্লরশিং শীজিন্নবগা মরী লৈনবা ক্কেইসনেয়র অমমম থাদুনা মেনশিলহল্লম্মী। অসুম্না এদল্টশিংদুনা পেইনকিল্লরশিংদু শীজিন্নবগী মওং অমমমদি চাং খঙদোক্লম্মী। হায় রিস্ক পোপুলেসন কাঙলূপ্তা লৈবা মীওই ২৬৫ গী মনুংদা মীওই ৩৩ না ও টি সি পেইনকিল্লরশিং শীজিন্নে হায়বা খঙলম্মী। জেনরেল পোপুলেসন্দা য়াওখিবা মীওই ১২০ গী মনুংদা মীওই ৩৫ না টি সি পেইনকিল্লরশিং চাই হায়বসু খঙলম্মী। মসিগী তুংদা মখোয়গী হকচাংগী ফীভমশিং ইলেক্ট্রোনিক খৃৎলাইশিংগী মতেংনা অকক্লবা টেষ্ট খরা পাঙথোক্তুনা য়েংলম্মী। হায় রিস্কতা লৈবা অনাবা ৩০% অদুগা জেনরেল পোপুলেসনগী ২০% দা এ দি ঈগী ইফেক্টশিং লাকপা থেংনরম্মী। মরু ওইবা ইফেক্টশিংগী মনুংদা গ্যাষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল ব্লিদিং, পেপ্তিক অলসরেসন, হায় ব্লদ প্রেসর অমদি হার্টতা লাকপা ইফেক্টশিংনি। অদুনা অলসর লৈবা, হার্টকী অনাবা লৈবা, দাইবেটিস অমদি অরথ্রাইটিসকী অনাবা লৈবা মীশিংনদি য়ারিবমখৈ ও টি সি পেইনকিল্লরশিং চাবদা হেন্না চেকশিন্নিঙাই ওই হায়বা ৱাফম থিজিল্লোয়শিংনা থমখি।

কোরিয়াগী রিছার্চরশিংনা থিজিনখিবা অমগী মতুং ইন্নদি দিপ্রেসনগী হীদাক এন্তিদিপ্রেসেন্টশিংগা পেইনকিল্লরগা পূন্না চারবদি ইন্ত্রাক্রানিএল হেমোরেজ থোক্তুনা থোপ্তা ব্লিদিং তৌবা য়াবগী ওইথোকপা লৈ হায়রি। ৱাফমসি 'দ বৃটিশ মেদিকেল জর্নেল (জুলাই, ২০১৫)' দা ফোঙদোকখিবনি। কোরিয়াগী হেল্থ ইন্সুরেন্স দেতাবেজ শীজিন্নদুনা থিজিল্লোয়শিংনা কুমজা ২০০৯ দগী ২০১৩ ফাওবগী মনুংদা মপুন্সিগী অহানবা ওইনা এন্টিদিপ্রেসেন্ট চাখিবা মীওই মিলিয়ন মরি হেনবগী রেকোর্দ লৌখি। অসিগুম্বা মীওইশিংসিগী মনুংদগী এন্টিদিপ্রেসেন্টখক্তমক চাখিবা কাঙলূপ অমগা, এন্টিদিপ্রেসেন্টগা লোয়ননা পেইনকিল্লর চাখিবা কাঙলূপ অমগা অনী থোক্লা খায়দোক্লম্মী। পেইনকিল্লরসু চাখিবা কাঙলূপশিংদুগী মনুংদা ইন্ত্রাক্রানিএল হেমোরেজ থোরকপগী রেকোর্দশিংসু থিজিল্লোয়শিংনা নৈনরম্মী। অসুম্না থিজিনবসিদগী এন্টিদিপ্রেসেন্টকা পেইনকিল্লরগা চাখিবা কাঙবুদুনা হেমোরেজ থোকপা য়াবগী রিস্ক ৱাংনা লৈ হায়বা খঙলকখিবনি। অদুগা নুপীশিংদগীসু নুপাদনা রিস্ক হেল্লি হায়বসিসু খঙলকখি। মসিমক ওইদুনসু মখোয়না ফংলক্লিবা ফল অসিদা অতৈ ফেক্টরশিংনসু মতেং পাংলম্বা য়াবগী ওইথোকপদি লৈ। অদুনা মসিনা হেক্তা চৎনবা য়ারবা অমদি ওইদ্রি। অদুবু এন্টিদিপ্রেসেন্ট অমদি পেইনকিল্লর অনীমক পূন্না থাবা মতমদা ডাক্তরশিংনা হেন্না চেকশিন্নিঙাইদি ওইরে হায়না থিজিল্লিবশিংনা মত পীরি।

পূম্নমকসিগী মখা তারকপা ওইনা, য়ুরোপকী য়ুনিভর্সিটি অমদি হোস্পিটাল ১৪ না পূন্না খৃৎশম্ন দুনা থিজিনখিবা অমদসু চিকপা-নাবা, লাইহৌ অমদি ইনফ্লেমেসন্দগী ঙাকথোক্লবা শীজিন্নরিবা এন্সাইদ পেইনকিল্লরশিংনা অলসরনা নাহল্লকপা অমদি ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপদা মতেং পাঙই হায়রি। লোয়ননা অরথ্রাইটিস লায়েংবদা শীজিন্নরিবা এন্সাইদশিংনদি হার্টকী অনাবা লৈবা মীশিংদা য়াম্না অকায়বা পী। য়ুরোপকী মমিং চৎলবা হার্টকী স্পেসিএলিষ্ট কয়ামুক য়াওনা থিজিনখিবগী পাউদমদু য়ুরোপকী মমিং লৈরবা হার্ট মেদিসিনগী জর্নেল 'য়ুরোপিয়ন হার্ট জর্নেল' দা চৎলিবা চহীসিগী মার্চ ১৭ তা ফোঙদোকখিবনি। অসুম্না থিজিনবদগী খঙলক্লিবশিংসি অদুক্কী মতিক মরু ওই মরদি চহী খুদিংগী নোংচুপ লমশিংদা দাক্তরশিংনা এন্সাইদকী হীদাকশিং মী চামগী মনুংদা ১৫ মুক্তা পীজৈ। মসি চহী খুদিংগীসু হেনগৎলক্লিবনি। দেনমার্কতা লৈবা এদল্টশিংগী ৬০% দি চহী তরাগী মনুংদা অমুমুক্কী চাংদি এন্সাইদ চানবগী প্রিস্ক্রিপসন ফংলিবনি।

অসুম্না থিজিল্লক্লিবা কয়াসিদগী ফংলক্লিবা ফলশিংসি য়েংলগা, মখা তানা থিজিনবগী মথৌমক তারগসু, মালেমদা লৈরিবা লৈবাকশিংনা চেকশিনবগী তঙাইফদবদি লৈরব্রা নীংঙি। চাওখৎলক্লিবা লৈবাক ইন্দিয়াগী ষ্টেট অমা ওইরিবা মণিপুরদদি এন্টিবাইওটিক, লাইহৌ অমদি পেইনকিল্লরশিং ফাওবা প্রিস্ক্রিপসন য়াওদনা য়োনবা থেংনরিবনি। মসিগী মতাংদা ঐখোয় হেন্না পূক্লিং চীংশিন্নিংঙাই ওইরিবনি। য়ুরোপকী ওইনদি য়ুরোপিয়ন সোসাইটি ফোর কার্দিওলোজিনা, কনাগুম্বা দাক্তর অমনা পেইনকিল্লর পীদ্রিঙৈদা করি করিগী মরমদা খঙজিনগদগে হায়বগী মতাংদা রিকম্মেন্দেসনশিং শেমখ্রে। দেনমার্ককী আলবোর্গ য়ুনিভর্সিটিদা কার্দিওলোজিগী প্রোফেসর ওইরিবা খৃষ্টাইন তোর্প-পেদর্সনগী মত ওইনসু দাক্তর অমনা এন্সাইদ পীদ্রিঙৈদা অনাবদুগী হার্ট অমদি ব্লিদিংগা মরী লৈনবা এসেসমেন্ট অমা কুপ্পা লৌগদবনি অমদি প্রিস্ক্রিপসন য়াওদনা য়োনবা য়াবা হীদাকশিংদসু হার্টকা মরী লৈননা থেংনরকপা য়াবা খুদোংথিবা পূম্নমকসু ময়েক শেংনা ইদুনা য়াওহনগদবনি হায়। অসুম্না দেনমার্ককী সাইন্টিষ্টশিংনা থিজিনখিবা কয়াসিগী মহয় ওইনা দেনমার্কতা হৌজিক দাইক্লোফেনেক শীজিন্নবগী চাং অতৈ য়ুরোপকী লৈবাকশিংদগী য়াম্না হন্থরে হায়রি। লোয়ননা দেনমার্কতা প্রিস্ক্রিপসন য়াওদনা য়োনবা য়াবা ইবুপ্রোফেনগী দোজসি য়াম্না নেমহল্লে। গুলি অমদা ২০০ মিলিগ্রামখক্তমক ওই অদুবু প্রিস্ক্রিপসন য়াওরগদি অহেনবা দোজশিংদা ফংহল্লি। মসিমক অতোপ্পা লৈবাকশিংদগী খুমাং চাওশিনখিবা অমনি হায়না লৌবা য়াই।❍

চীঙদা লম্মৈ থাবা

ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টনা লৌফম থোকপা থৌদাং লৌরিব্রা?

মণিপুরদা ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টনা তৌফম থোকপা থৌদাং কয়ামরুম লৈ। থৌদাংশিং অদুগী মনুঙদা ঊমং-ৱামং শেমগৎপা, ঊমং কোকথোকপা থিংবা, লমলক্কী শা উচেক ঙাক শেনবা অমসুং রেভিন্যু খোমগৎপনচিংবনি। হায়রিবা থৌদাংশিং অসি ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টকী ইমপ্লোয়ীশিংনা পাঙথোকপদা অহোবা কয়ামরুম লৈবদগী মহৌশাগী খল কায়থরকপদা দিপার্টমেন্ট অসিগী হকথেংননা নৎত্রগা নাকোয়ননা খৃৎ য়াওবগুম্না মীয়াম্না উই। দিষ্ট্রিক্ট খুদিংগী ফোরেষ্টকী ওফিস হাংদোকই। মরুওইবা লম্বী খুদিংমক্তা ফোরেষ্টকী চেক পোষ্ট হাংই। অদুবু ইমপ্লোয়ীশিং অসিনা লৌরিবা থৌদাংদি মীয়ামগী থবক্তগী মশাগী কানবা য়েংবরোমদা অয়াম্বা চৎলি। ফোরেষ্টকী পোথোক ওইরিবা নুঙ-লৈঙোই চিংলকপা গাড়ীশিংদগী খোঙচৎ হুরাল্লগা ফুরিৎখাউদা য়েপশিলহৌনবা হোৎনবা অমসুং উপাল-ৱাপালশিং য়াম্বৎলগা পুথোরকপা কাঙবুদগী অচৌবা শেনফম লৌরগা থাদোকখিবা ওইনা তৌই। মতাং অসিদা হায়জনিংবদি ঊমং-ৱামং শেমগৎপগী থবকসু তৌদবা, লৈজরিবা ঊমংগী শরুক খরসু ঙমজবী থাদুনা কন্ননবা হোৎনবসু তৌদ্রবদি দিপার্টমেন্ট অসিদগী মীয়াম্না ফংলিবা কানবসি করিনো হায়বা ৱাখলনা শাগৎপদা ৱাই। মতম অমদা ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টনা ষ্টেটকী এক্স চেক্করদা লুপা ক্রোরনা খুজিং ওইদুনা রেভিন্যু লাকহল্লম্মী। অদুবু সুপ্রিম কোর্টনা ঊ য়ানবা অমদি পুথোক পুশিন তৌবা থিংখিবদগী মমিংখক্তগী ওইনা হৌজিক্তি রেভিন্যু লাক্লে। রেভিন্যুগী ৱাফম লাপ্পা থল্লগা দিপার্টমেন্ট অসিনা মীয়ামগীদমক লৌখৎফম থোকপা থবক খজিক্তং লৌখৎপীরবদি মণিপুরগী মহৌশাগী খলদা লৈরিবা অহোংবসি খরা মখৈ ফহনবা ঙমগনি। খ্বাইদগী লুরিবদি উমং-ৱামং কোকথোকপা থিংবা অমসুং মহৌশাগী খল কায়হন্দনা থম্বদা অচৌবা থৌদাং লৌগদবা ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টকী ইমপ্লোয়ীশিং অয়াম্বা থবক্তগী পোথানখ্রে। মী ফত্তবগী চাংনা নোংম-নোংমগী হেনগৎলকপা অমরোমদনা ইমপ্লোয়ীসু হাপ্তবা হায়বসি মরী লৈনবা ওথোরিটিশিং মান্নরগা ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্ট মুখৎননবা হোৎনব্রা হায়বগী চিংনবা লৈ।

মণিপুরদা য়াম্না ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌনা মণিপুরদা চীঙদা লম্মৈ থাবগী চৎনবী লৈরম্মী। মতমদুগী মীওইশিংনা লম্মৈ থানরম্বদুদি শা-কৈনা মীওইবদা শোক্তনবনি অমসুং পামলৌ উনবগীদমক তঙায়ফদবা অমা ওইরম্বগীনি। মীশিংসু য়ামদবা ঊমংগী পোথোকসু মরাং কায়না লৈবা মরম্না মতমদুগী মীয়াম্না শিঙ চরা অমগীদমক লম্মৈ থারমগনি হায়বসি থাজনিংঙাই ওইদে। হৌজিক্তা লাক্লিবা লম্মৈ থাবগী মওং মতৌ অসিদি ঊমংগী পোথোকশিং তুম্না মাঙহন্ননবা অমসুং মহৌশাগী খল কায়হল্লগা অপীকপা লাইরৈপাক অমগুম লৈরকপা মণিপুরবু লৈকংলা ওস্থোক্লনবা পান্দম অমগী মখাদা চথ্রকপ্রা হায়বগী চিংনবা ফাওবা লাক্লে। লম্মৈ থাখ্রবা তুংদা অকোয়বদা লৈরিবা মীয়াম্না মনা চাকথোকখ্রগা লেমহৌবা উয়ুং পান্বী খরা শিঙজা ওইনা ফংই। মফম অদুদা পামলৌ উবগী খুদোংচাবা লৈ। অদুবু চীঙদগী ফংলকপা শিঙজা খরদুনা মণিপুরগী মহৌশাগী খলগা ওন্নবা হায়বসিমদি কৈদৌঙৈদসু য়ারোই হায়বসি মনাক নকপদা লৈরিব