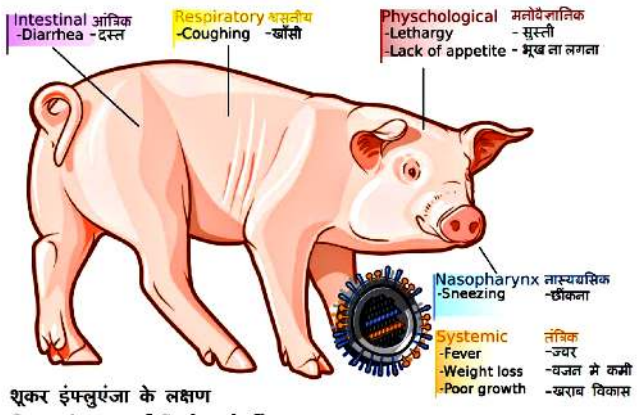
ওক্তা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা নাবা

ডো. সরাংথেম জেসমারানি



शूकर इंफ्लुएंजा के लक्षण
Symptoms of Swine Influenzas

স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ময়াম্না স্বাইন ফ্লু হায়না খঙনরিবা লায়নাসি য়াম্না লৌনগনবা থবোম্বীগী লায়না মখল অমনি। স্বাইন ফ্লুসি ভাইরস মখল অমনা থোকহনবনি। য়াম্না কম্মন ওইবা সবটাইপ নৎত্রগা ষ্ট্রেনদি ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস টাইপ A (H1N1) নি। মসিগী সবটাইপসিনা মীদসু লায়নাসি চেলহল্লি অদুনা হায়রিবা H1N1 স্বাইন ফ্লু ভাইরসসি H1N1 হ্যুমেন ভাইরস হায়নসু খঙনৈ।

মথক্তা থল্লিবা ঐচ অমদি এন ময়েকসি ভাইরসকী মপাম্বোংদা লৈবা প্রোটিন মখলনি। মসিনা সবটাইপ খুদিংমক খেন্নবা লৈহল্লি। অতোপ্পা সবটাইপ ওক্তা ফংবা খরা হায়রগদি H1N2 অমদি H3N2 নি। ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসসি খঙহৌদনা মাগী জিন (মরূ) সি হোংদোক হোংজিন নাই। করিগুম্বা স্বাইন ফ্লুগী ভাইরসসি মীওইবদা ফংই হায়না লৌরগদি স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী মরূসি মাগী মশাগী পনুংদগী চোঙথোক্লে হায়না খঙনৈ। ভাইরসসিনা মরূ হোংদোকখ্রবনিনা মীওইবদা ইনফ্লুএঞ্জা লায়না থোকহনবা ঙম্মী। মরমদি মীওইবদি মশাগী ওইবা লায়নাসিদগী ঙাকথোকপা ঙম্বগী মপাঙ্গল লৈতবনিনা য়াম্না থুনা লায়নাসি চেনগল্লি। অসুম্না ওক্তসু হ্যুমেন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস, এভিয়েন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস অমদি স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসনা লায়না থোকহনবসু য়াই।

স্বাইন ফ্লু করম্না ওইহল্লকপগে:

- স্বাইন ফ্লু ২ লায়নাসি লায়না চেল্লবা ওক, য়েন, উচেকশিং অমদি থৌগল তৌবিরিবা মীওইশিংদগী শন্দোরকই।
- মহীক য়াওরবা পোৎ চৈশিং, অচা অথকশিংদগীসু শন্দোরকই।
- নীংথিনা পীজ-পীথক তৌরক্তবা
- ওকোনগী লৈমায় মতম পূম্নমক্তা চোৎলগা লৈবা
- য়াম্না ৱাবা/হকচাং চোকথরকপা
- অতোপ্পা বেক্টরিয়ানা থোকহনবা লায়না য়াওশিল্লকপা
- নুংশিৎনা মহীক পুদুনা থোকহনবা

স্বাইন ফ্লুগী লায়ওং :

- স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী মপূং মরৈ ফাবগী মতমসি য়াম্না তেল্লি। য়ামদ্রবদা পুং ১২-৪৮ ফাওবনি। হায়রিবা ভাইরসসি মতম তেন্না হীংই (থা ৬ মুক)।

ওক্লাওদা থেংনবা লায়ওং খরা :

- থবোম্বীগী লায়না (ন্যুমোনিয়া)
- হকচাং অরুম হৌরকপা
- লোক খুবা
- মপীগী অহানবা থোক্লকপা শঙ্গোম হায়বদি কোলোষ্ট্রেম পীথক্লিঙৈদদি হায়রিবা লায়নাসি চঙবগী চাং য়াম্না নেম্মী।

হাতমদা থেংনবা লায়ওং খরা :

- খঙহৌদনা তুথরক্তুনা খোঙ খূৎ তিংথোক্তুনা লৈবা, মথক্তা তুথবা
- স্বর শাংনা শাংনা অমদি ৱানা হোনবা
- শাথিনা লোক খুবা
- য়েংবদা য়াম্না চোকথবা, শিগদৌবা মানবা অদুবু হান্নগী থবোম্বীগী লায়না লৈত্রগদি মতম চানা লায়েংবিহৌরবদি তপ্পা তপ্পা কনখৎলকই।

ওক মপীদা থেংনবা লায়ওং খরা :

ওক পূন্না লৈমিন্নবা মফমদদি খঙহৌদনা য়াম্না থুনা লায়নাসি লায়ওং উৎলকই।

- লোক খুবা অমদি থবোম্বীগী লায়না (ন্যুমোনিয়া) লাক্তুনা মখোয় মশেল শন্দোরকই
- মশা য়াম্না শাগৎলক্তুনা মচা কায়বসু য়াওরকই
- মখোম খাইরবা মতুংদা অহানবা মচা লৌবা য়াবগী মতম শাংদোক্লকই
- হঞ্জিন হঞ্জিন হিট লাকপা থেংনগনি
- মচা পোকপা ঙমদবদগী মবুক মনুংদা শিদুনা লৈবা থেংনগনি
- করিগুম্বা মতমদা মতম শুদনা মচা পোকপা
- মচা পোকপা মতমদা মচা অমা পোক্লগা অতোপ্পা অমা অমুক পোকপগী মতমসি শাংদোকই, চানিং থক্লিংবা ৱাৎলকই।
- মতম চানা লায়েংবীহৌরগদি নুমিৎ ৭-১০ নি ফাওবগী মনুংদা হান্নগী ফীভমদা হঞ্জিল্লক্কনি।

স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জাদগী করম্না ঙাকথোক্কনি :

- স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী টিকা থাদোকপীবা
- ওকোন লূ-নান্না থম্বীদুনা কাং-হয়িংদগী অমদি অতোপ্পা মহীকশিংদগী ঙাকথোক্লবা দিসইনফেক্টেন শীজিন্নবা
- ওক্কী ফার্ম মনুংদা অতোপ্পা অনৌবা ওক অমা লাকপা মতমদা খক পূন্না থম্বীরোইদবনি। মতম খরা (নুমিৎ ২৫ নি মুক) তোঙান্না থম্বীরগা মওং মতৌ য়েংলবা তুংদা পূন্না থম্বীগনি
- মচিঞ্জাক পীজবদসু অথোঙবা মচিঞ্জাক ওইনা পীজবীগনি
- স্বাইন ফ্লু নাবা ওকশিংদা এন্টিবাইওটিক্স থাবগী কান্নবা লৈতে। অদুবু অতোপ্পা বেক্টরিয়েল ন্যুমোনিয়া অমদি অতোপ্পা লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্লবা এন্টিবাইওটিক্স শীজিন্নবদি মথৌ তাই।
- স্বাইন ফ্লুনা নাবা ওক মীওইবনা মুন্না থোঙলগদি চাবদা অকায়বা অমত্তা লৈতে। অদুবু নারিবা ওকসি শেম শাবদা শিজিন্নরিবা মীওই অদুদি অকোয়বদা মহীকশিংসি শন্দোক্তুনা লায়না শন্দোরকপগী অচৌবা মচাক অমা ওইহল্লি। মরমসিনা নাদুনা শিরিবা ওকশিংসি মফম চাবদা দিসইনফেক্টেন কয়া অমা শীজিন্নদুনা লায়না শন্দোরক্তনবা ফুম্বীবা/মৈ থাদোকপীবা তৌবীগনি।

স্বাইন ফিভরগা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা লায়নাসি অয়াম্বনা চমম্নবা খরা খরা থোকপসু য়াওই। অদুবু লায়না অনীমক ভাইরসনা থোকহনবা ঙাক্তনি। অনীমক লাইহৌ হৌই। তৌবতবু স্বাইন ফিভরদদি লাইহৌ হৌবগী মথক্তা মথী শুংগৎলকই, মমিৎ ঙাংশিল্লকই অমদি অপাবা উনশা, মনা, মখৌ, মবুকনচিংবদা ঙাংলৈনবা নৎত্রগা মঙ্গা মচুনা মতৎ মতৎ ফাওরকপদগী পাক্লা শন্দোরকই। অমরোমদনা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা নাবা ওক্তনা লাইহৌ তৌবগী মথক্তা থবোম্বীগী লায়না ন্যুমোনিয়া, লোক খুবা অসিনচিংবসু য়াওরকই।

ঐখোয়না লায়নাসিদগী ঙাকথোক্লবা লূ-নান্না ওকোনশিংসি থম্বীগনি অমদি অফবা মখলগী মচিঞ্জাক পীজবীগনি। খ্বাইদগী মরুওইবদি টিকা থাদোকপীবা সিনি। মসি ওক লোইবীরিবা ইচিন ইনাওশিংনা কাউবীরোইদবনি। ●

ঙা মখল কয়া য়োকপগী তঙাইফদবা

ডো: য়ুম্নাম বেদজিৎ

ইন্দিয়াগী মফম অয়াম্বদা হৌজিক য়োক্লরিবা ঙা মখলশিং হায়রগা রৌ, কটলা, শ্রিগল, শিলভর কার্প, নাপী চাবী অমদি পুকলাওবীনি। তৌইগুম্বসুং অনৌবা ঙা হায়বদি হান্ননা য়োক্লরমদবা ঙা মখল কয়া ইন্দিয়াগী মফম কয়াদা য়োক্লবা হৌনরক্লি। খুদম ওইনা হায়রবদা ঙাহৈ, পাবদা, ঙাক্রা, তুংহনবী, খজিং, পেংবা, ত্রাউট অসিনচিংবনি।

ঐখোয়গী লৈবাক্কী ঙাথোক হেনগৎহনবদা অনৌবা ঙাশিং অসিনা অচৌবা থৌদাং লৌরি। তৌইগুম্বসুং হায়রিবা ঙাশিং অসি মফম খুদিংমক্তা য়োকপা চানগনি হায়বদি লৈতে। মরম অদুনা চানবা ঙা মখল য়েংবীরগা য়োকপীগদবনি। অনৌবা ঙা অমা য়োকপা হায়বসি ঙাদু য়াম্না থুনা চাওগনবা, মমল য়াম্না ৱাংবা, ময়াম্না য়াম্না পাম্নবা অসিনচিংবা মগুণশিং চেনগদবনি। তৌইগুম্বসুং মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌওং ফজনা খঙদোক্কদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা করিগুম্বা ঙা মখল অমা ময়াম্না য়াম্না পাম্নরবসু মচা পুথোকপগী থৌওং ফজনা লৈতবা অমদি মচা ফংদ্রবদি হায়রিবা ঙা অদু য়োকপগী খুদোংচাদবা কয়া থেংনগনি।

মণিপুরগী ওইনা হৌজিক পুথোক্লিবা ঙাগী চাং অসি ঐখোয়গী মথৌ তাবা অদুদগী অসুক্কী মতিক নেমখ্রে। তৌইগুম্বসুং অনৌবা ঙা মখল কয়া য়োক্লরক্লবদি খরমখৈদি মেন-খৎপা ঙমগনি। ঐখোয়গী মণিপুরগী পাক চাউবগী চাউরাক্লা চাদা তরাখক্তমক তম্পাক্কী লমনি অদুগা লেমহৌরিবা মরিফুতরা অদুনা চীংগী লমনি। অদুবু হৌজিক হৌজিক পুথোক্লিবা ঙাশিং অসি তম্পাক্কী লমদগী অয়াম্বনি। চীংগী লমশিং অসিদগী ঙা পুথোকপা হৌরক্লবদি ঐখোয়গী মথৌ তাবা ঙাদগী লেম পানা পুথোকপা ঙমগনি। চীংগী লমশিং অসি অয়াম্বনা অইংবা মফম ওইবনা অইংবা মফমদা হৈনবা ঙাশিং য়োক্কদবনি। হায়রিবা মফমশিং অসিদা রৌ, কটলা অমদি শ্রিগল চানবা খরা ৱাৎকনি অদুনা পুকলাওবী, নাপী চাবী, শিলভর ত্রাউট অমদি মফমশিং অসিদা হান্নদগী লৈজরম্বা ঙাশিং খুদম ওইনা হায়রবদা খাবক, সনাঙা, নুংঙা অসিনচিংবা ঙাশিং অসি য়োকপা য়াই। তৌইগুম্বসুং হায়রিবা ঙাশিং অসিগী মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌওংশিং ফজনা খঙদোকপা তঙাইফদে। মতাং অসিদা ঙাগা মরী লৈনবা লূপশিং অমদি মহৈ-লোইশঙ পূম্নমক্কী পূক্লিং চিংশিনজনীংই অমদি অনৌ অনৌবা ঙা কয়াগী মরমদা থিজিল্লবা মতুংদা অনৌবা ঙা কয়া

য়োক্লরক্লগনি হায়বগী থাজবা থমজরি।

ঐখোয়গী মণিপুরগী ওইনা খুদোংচাদবা অমনা হৌজিক হৌজিক ঙা ফজনা য়োক্লরিবা তম্পাক্কী শরুক খরা অসিসু চহী অমদা থা তরুক অমদি ঈংই। মরম অদুনা অশাবা লমদা হৈনবা ঙাশিং হায়বদি রৌ, কটলা, শ্রিগলনচিংবা ঙাশিং অসি চাওগন্দে। মরম অদুনা অইংবা মফমদা হৈনবা ঙা য়োকপগী তঙাইফদবা লৈ। মসিদসু নত্তনা মমল ৱাংবা অমদি মীয়াম্না পাম্নবা ঙাশিং য়োকপগী তঙাইফদবসু লৈ।

ঙাতোন অমদি পেংবাগুম্বা য়োকপা মথৌ তাই। মসিনা ঙাথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা ঙা য়োক্লিবা ঙামীশিংগী শেনমিৎলোন ফগৎহন্দুনা নুংঙাই-য়াইফবা খুন্নাই অমা পুরকপদা অচৌবা মতেং পাঙগনি। অনৌবা ঙা কয়া য়োকপগী তঙাইফদবা লৈ হায়দুনসু ঐখোয়গী হান্ননা লৈজরম্বা ঙাশিং অমদি অকোয়বগী ফীভমদা অকায়বা পীগদবা কয়া মপান লমদগী পুশিল্লক্তুনা য়োক্লবা থেংনৈ। মসি তৌবিরোইদবনি। মরমদি হায়রিবা ঙাশিং অসি য়োকপদগী ঙাথোক খরা হেনগৎলবসু মসিদগী থোক্লকপা অমাঙবনা য়াম্না হেল্লি।

নাপী চাবী, পুকলাওবী, শিলভর হায়রিবা ঙাশিং অসি মপান লমদগী পুশিল্লকপা ঙাশিংনি। অদুবু মখোয়না থোকহনবা অমাঙবগা, কান্নবগা চাংদম্নবদা কান্নবনা হেনবা মরম্ন ৱা মখোয়শিং অসি ফজনা য়োক্লরিবনি। তৌইগুম্বসুং য়াম্না থুনা চাওগল্লি অমদি ঙাথোক লৈ হায়দুনসু জপান ঙাক্রা হায়রগা খঙনবা অফ্রিকান কেটফিসগুম্বা ঙা অসি য়োকপীরোইদবনি। তুংহনবী, পুকলাওবী অমদি ঙাহৈগুম্বা ঙা কয়াসু মণিপুরদা য়োকপা হৌনরে। মখোয়শিং অসিগীসু কান্নবা-কান্নদবা কয়া লৈরি। মপান্দগী পুশিল্লকপা ঙা কয়াগী অফ-ফত্ত ময়াম অসি ঙা য়োক্লিবা ঙামীশিংনা ফজনা খঙবা ঙম্নবসু ঙাগা মরী লৈনবা লোইশঙশিংদা ফজনা থিজিল্লবা মতুংদা পুশিল্লক্লবা থৌরাং লৌ-খৎচহন্নীংই।

মণিপুরদা লৈরিবা ঙা মখল অসি অসুক্কী মতিক য়ামখ্রে। মরুওইনা চীংগী লম অমদি অঙ্গীংবা মফমদা হৈনবা ঙা মখলশিং অসি অসুক্কী মতিক য়ামখ্রে। হায়রিবা ঙাশিং অসিদগী অফবা অমদি মীয়াম্না পাম্নবা ঙাশিং খনগৎলগা মখোয়গী মরমদা থিজিল্লবা মতুংদা য়োকপগী থৌরম পায়খৎলবদি মণিপুরগা ঙা পুথোকপগী চাংসি অঙকপা ফংনা হেনগৎহনবা ঙমগনি। মরমদি মণিপুরগী অপূনবা পাক চাউবগী চাদা মরিফুতরাগী লমদগী ঙা পুথোকপা য়াগনি। হৌজিক হৌজিক্কী ওইনদি মণিপুরগী পাক চাউবগী চাদা তরাখক্তমক ওইরিবা তম্পাক্কী লম অসিখক্তগী ওইনা অয়াম্বা শরুক্কী ঙা পুথোক্লি। মণিপুরদা ফংলিবা ঙাশিং অসি চাবখক্তমক নত্তনা লৈতেং ওইনা শীজিন্নবা য়াবা ঙা মখল কয়া য়াওরি। হায়রিবা ঙাশিং অসিগী মচা পুথোকপা অমদি য়োকপগী থৌরমশিং ফজনা থিজিল্লগা য়োক্লরক্লবদি মপান লৈবাকশিংদা থাদোকখিদুনা লৈবাক্কী ওইবা অচৌবা শেনফম কয়া তানবা য়াগনি।

অসুম্না হান্ননা য়োক্লরম্বা ঙা মখলশিং অসি নত্তবা অনৌ অনৌবা ঙা মখলশিং য়োক্তুনা ঙাগী ঙাথোক হেনগৎহনবতা নত্তনা শেল থুমগী ফীভম ফগৎহন্নবা হোৎনমিন্নরসি। ●

হৌজিক্কী মতমদা লৌমীশিংনা তোয়না থেংনবা য়াবা খুদোংচাদবশিং অমসুং ঙাকথোক্লবা পাম্বে

ডো. ৱাইখোম জিতেন

নিংথম লৌরোক লোইখিবা অদুগা মপূং ওইবা নোংজু লৌরোক (খরিফ) য়ৌদ্রিঙৈ মতমসিদা থারিবা তোঙান তোঙানবা মহৈ মরোংশিংদা তোয়না থেংনবা য়াবা খুদোংচাদবশিং মপূং ওইনা লায়না অমদি তীলনাশিং মতম চানা ঙাকথোক্লবগীদমক পায়খৎফম থোকপা থবক থৌরমশিং পায়খৎপীদুনা পোথোক চাথোক হেনগৎহন্নবা হোৎনবা হায়বসি তৌদ্রবা য়াদ্রবা শিন্থা অমনি। হৌজিক্কী মতমদা লৌফমদা লৈরিবা মপূং ওইবা মহৈ-মরোং খরা পনবা তারবদি অঙনফৌ, খোংদ্রুম অমদি মাইরেল পনবা য়াই।

(ক) অঙনফৌ :- হৌজিক্তগী পংকুই কুইদ্রিবা মতমগী মমাঙদা লিংবীখিবা অঙনফৌশিংদা তোয়না তাগনবা তীলশিংগী মনুংদা ইঙেল্লাইচুবী, হয়িং তীল অমদি মরেক অঙৌবী পনবা য়াই।

(অ) ইঙেন লাইচুবী :- তীল তারবা ফৌ পাম্বীশিং অদু চাউদম থিনগনি, ফৌনাগী মতোন্দু লোংজিন শানা তুম্বগা লোয়ননা কংশিনগনি। তীল তারবা ফৌ পাম্বী অমা ফুকপীরগা মরাদা পকপা লৈবাকশিং নিংথিনা চামথোকপীরগা ফৌখোক্তা পায়বিরগা অঙৌবা চেবাং অমদা ফৌদোলদুনা ফৎ-ফৎ কনবীবা মতমদা অমুবা অমদি উৎ মচুগী তীলকুপশিং চেবাংদা চেনবা উবীগনি।

(আ) হয়িং তীল :- নৌনা ইনখৎলকপদা ঙাইরিবা ফৌনাশিংগী মতাই থংবা শরুকশিং অদু তীলনা চিকখিবগী দাগফমগা লোয়ননা ঙৌরি-ঙৌরি তৌবা অমদি ফৌনা অদু কোলি-কোলি তৌনা লৈবা থেংনগনি।

(ই) মরেক অঙৌবী : তীল মখল অসি মপূং ওইনা ঈশিং অদুম তুংদুনা লৈবা মফমদা থেংনবীগনি। তীল মখল অসি তারবা ফৌনাশিংগী অশাংবা শরুকশিং অদু চাথোকখ্রগা চে মানবা অঙৌবা কুরাংবান খক লৈহৌগনি। লোয়না লোয়ননা ঈশিংগী ঈমাইদা তীল য়াওবা ফৌনানা শেম্বা উতোং মককশিং তাওবা উবীগনি।

মথক্তা পঞ্জখ্রিবা তীল মখল অহুম্মক অসিবু ফহনবা ঙম্বা হীদাক অমত্তং পঞ্জবা তারবদি SPEED (Chlorpyriphos 20% EC) নি। হায়রিবা হীদাক মখল অসি মিলিলিটর ৩০ ঈশিং লিটর ১৫ খুদিংদা য়ানবীরগা কাপ্পীগনি। লৌ শঙম অমগী লৌফমদা কাপ্পীনবগীদমক হীদাক মখল অসি মিলিলিটর ২০০ লৌবীগনি।

খরা হেন্না ঙন্না থাখিদুনা হৌজিক্কী মতমদা ফৌ শাৎকাইবা নৎত্রগা মপোম লাক্লবা লৌফমদা থেংনবা য়াবা লায়নাশিংগী মনুংদা Sheath rot পনবা য়াই। হায়রিবা লায়না মখল অসিনা শোকহল্লবা ফৌ পাম্বীশিং অদুগী ফৌ চরোং য়োমলিবা, মনাগী মখোক থংবা শরুক অদু মুরি-মুরি তৌবা দাগফমশিং লৈবা থেংনগনি। লোয়ননা শাৎতোক্লক্লিবা ফৌশিং অদু ফৌহাম ওইবা নৎত্রগা মরূ চংলবসু ফৌ মচু ওনবা থেংনবীগনি। অসিগুম্বা লায়না অসিদগী ঙাকথোক্লবগীদমক Propiconazole 25% EC শীজিন্নবীবা য়াই। হীদাক মখল অসিগী মিলিলিটর ১৫না ঈশিং লিটর ১৫দা য়ানবীরগা কাপ্পীগনি। লৌ শঙম অমগী মফমদা হায়রিবা হীদাক মখল অসি মিলিলিটর ১০০ শীজিন্নবীগনি।

(খ) খোংদ্রুম, মাইরেলগী কাঙবু :- খোংদ্রুম, মাইরেন, শেবোৎ, থবী, কারোট অখাবীনচিংবা থাবীরিবা লৌমী ইচিন ইনাওশিংদা হৌজিক্কী মতমদা থেংনবা য়াবা খুদোংচাদবা অমত্তং পঞ্জবা তারবদি Fruit fly হায়বা তীল মখল অসিসু অমনি। তীল মখল অসি হয়িংখোই মানবা য়াম্না হেন্না পিকপা তীল মখলনি। তীল অসিনা খোংদ্রুম, মাইরেলগী তম্বা কুইদ্রিবা অনৌবা মহৈশিংদা তোংলগা মরূম কোকশিল্লমই। অসুম্না তীল মরূম কোকশিল্লম্লবা মহৈশিং অদু মপূং ফানা চাউবা ঙমদনা কেন্দুনা মাঙখিগনি। থবী, শেবোৎ, কারোট অখাবীগুম্বদা তীলশিং অসিনা মরূম কোকশিল্লম্লবদি মহৈ অদু মপূং ফানা চাউবা ঙমদে লোয়ননা কোল্লগা লৈবা থেংনগনি। অসিগুম্বা তীলনা শোকহনখ্রবা মহৈশিং অদু খায়দোক্তুনা য়েংবীবা মতমদা অপিকপা হল ময়াম অমায়াওবা থেংনগনি।

হায়রিবা তীল মখল অসিদগী ঙাকথোক্লবগী খ্বাইদগী ফবা পাম্বে অসি তীল মখল অসিবু লাং থাক্তুনা ফাদোকপীবনি। তীল মখল অসি ফাদোক্লবগীদমক ফ্লাইট-টি কৌবা অঙৌবা অমদি হঙ্গাম মপান মচুগী কোট অমা অমদি তীল অসিবু কৌশিন্নবা মনম চেনবা পোৎচাক Bacu lure শীজিন্নবীগনি। হায়রিবা তীল অসিবু ফাদোক্লবগীদমক লৌ শঙম অমগী লৌফমদা অসিগুম্বা খূৎলায় অসি অনী/অনী শীজিন্নবীগনি। লাং মখল অসি থাকপীনবগীদমক লৌ লৌখাই অমমুক চাউবা লম অমগী ময়ায় চপ চানা চৈ অহুমগী মতেংনা পোলাংখোক মানবা মফম অমা শেম্বীগনি অদুগা তীল ফানবা লাং অদু পোলাং-খোক অদুদা য়ান্দুনা থম্বীগনি। অসুম্না য়ানবীরিবা লাং অদুগী মনিং (কৌতাগী) অদু হৌরিবা পাম্বীশিং অদুদগী ফু অমগা মখায় রোম ৱাংহনবীগদবনি।

মতৌ অসুম্না হৌজিক্কী মতমদা হৌরিবা পাম্বীশিংগী মনুংদা মথক্তা পঞ্জখ্রিবা পাম্বীশিং অসিদা থেংনবা য়াবা খুদোংচাদবশিং অসি মতম চানা, মওং চুম্না থেংনমীন্নদুনা অহেনবা পোথোক চাথোক পুথোক্লবা হোৎনবা মতম য়ৌরে। ●

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