ষণবীশিংদা য়াম্না তোয়না থেংনবা লায়না ‘খোমদা হৌবা’

- ডা. সরাংথেম জেসমারানি -

ষণবীশিংদা য়াম্না তোয়না নাগনবা লায়না কয়াগী মনুংদা খোমদা হৌবা হায়বসিসু অমনি। লায়না অসি মরু ওইনা শঙ্গোম থোকপী ষণবীশিংদা নাগল্লি। হায়রিবা লায়না অসিনা নারক্লবদি শঙ্গোম থোকপগী চাংসু অসুক্কী মতিক হন্থে। মসিদসু নত্তনা শেল থুমগী ফীভমদা য়াম্না শোকহল্লি। ঐখোয়গী লমসিদসু লায়না অসিনা ষণবুশিংদা শেল থুমগী ফীভমদা য়াম্না শোকহল্লি। মরম অসিনা ষণ লোয়বীরিবা ষণবুশিংনা শেন্থোক লৈনা ষণ লোয়বীগে হায়রগদি লায়নাসিদগী ঙাকথোক্লবা হোৎনবীগনি।

লায়না করম্না শন্দোরকই ঃ লায়না অসি বেক্টরিয়া মখল কয়ামুক্না থোকহল্লি । হায়রিবা বেক্টরিয়া অসিনা শঙ্গোমদা য়াওরক্তুনা মদু চারুরগা মীওইবগী হকশেলদা ফাওবা অকায়বা কয়া পীরি। করিগুম্বা মতমদসু কোকফাই শুজা মখল খরনসু খোমদা হৌবসি থোকহল্লি। খোমদা হৌবসি ষণগোলদা লৈরিবা ষণবী অমগা অমগা লৌনরকপসু য়াই। মসিদসু নত্তনা অকোয়বগী ফীভম ফৎচিল্লক্তবা, মোৎশিল্লক্লগা লায়না অসিসু লাকই। খোমদা হৌদুনা লৈরিবা ষণবীগী খোম নৎত্রগা খোমজিন্দা নপতুনা লৈরিবা মহীক ময়ামসিনা শঙ্গোম শুম্বা মতমদা ষণবী অমদগী অমদা শন্দোরকই। মহীকশিংসিনা ষণবীগী খোমজিন্দা, উনশাদা অমদি খোমজিনগী মরী মনুংদা পূম্না লৈদুনা লায়ওং অসি থোরকই। মসিদসু নত্তনা অকোয়বগী ফীভম ফৎচিল্লক্তবা, মোৎশিল্লকপনসু হায়রিবা লায়না অসি থোকহল্লি। করিগুম্বা মতমদা ষণবীদুনা লৈরিবা ষণগোল অমদি মানা তুম্লবা থারিবা চরুশিংদু মোৎশিল্লক্লগদি লায়নাশিং শন্দোরকপগী চাং য়াম্না ৱাংই। মসিদসু নত্তনা ষণবী মশামকসু লূ-নান্না থম্বীবা মথৌ তাই। মোৎলগদি শঙ্গোম শুম্বা মতমদা খোমজিনগী মরীদা মহীকশিংদু চঙখিবগী চাং য়াম্না ৱাংই। মহীকশিংসিনা চঙখ্রগা মচা মথং মথং পোকথোরক্তুনা মশীং য়ামখৎলকই। মহীকশিং অসিনা শঙ্গোম শুম্লিবা মীগী মখৃৎ, ষণগোলগী চরু চনাই, লৈমায় অমদি ফল্লাংনচিংবদা পক্তুনা লৈহৌই। মসিদগী মশা ফবা ষণবীশিংগী শঙ্গোম থোরকফম মরীদা চঙখিদুনা লায়না অসি নারকপা য়াই অদুগা অমরোমদা মপুং ফানা শঙ্গোম শুমদোকপীহৌদ্রবা লেমহৌদুনা লৈহৌরগদি শঙ্গোমশিংদুনা থনজিল্লক্লগা খোমদা হৌরকপা য়াই।

লায়নাশিংগী লায়ওং ঃ লায়নাসিগী লায়ওং অনী থোকপা য়াই-

(ক) লায়ওং উৎথোক্তনা খোমদা হৌবা ঃ করিগুম্বা মতমদা ষণবীগী মশাদা নাবগী লায়ওং অমতা উৎপা তৌদনা শঙ্গোম থোকপগী চাংসি চাদা ২০ মুক্কী চাংদা হন্থরকপা য়াওই। শঙ্গোম অদু চাংয়েং তৌবা মতমদা খোমদা হৌবগী মহীকশিং য়াওবা থেংনৈ। মসিবু লায়ওং উৎতবা খোমদা হৌবা হায়না খঙনৈ।

(খ) লায়ওং উৎথোক্তুনা খোমদা হৌবা ঃ মসিদা মখল অহুম থোক্লা খাইদোকপা য়াই-

অহানবদা য়াম্না থুবা মওংদা নারকপগী লায়ওং ঃ অহানবা হৌরকপদা মশা নীক্লকপা, মশা শাগৎলকপা, লাইহৌ হৌরকপা, নুংশা শ্বর নীংথিনা হোনবা ঙম্লক্তবা, চানিং থক্লিংবা ফাওরক্তবা, শগুপ শাইরক্তবা, শঙ্গোম থোকপগী চাং হন্থরকপা, মখোমগী শরুক অমা নৎত্রগা লোয়নমক ঙাঙশং ঙাঙনা চাউথোরকপা, ফোং ফোং শাগৎলকপা, শোকপদা য়াম্না নাবা ফাওবা থেংনৈ। ষণবুনা নারিবা ষণবীদুগী শঙ্গোম শুমদোক্লগা য়েংবদা নাপু মচু মানবা অরাঙবা মহী মরক্তা অঙৌবা মপং মচেৎ মচেৎ য়াওবা থেংনবীগনি।

অনীশুবদা খরা হন্থবা/তপথবা মওংগী লায়ওং ঃ লায়না অসি খঙহৌ হৌরকপদি নত্তে, শঙ্গোম শুম্না শুম্না নারক্কনি। শঙ্গোম শুম্বা মতমদসু ষণবীদু বেরা তৌবা থেংনগনি। শঙ্গোম থোকপগী চাং হন্থগানি। চাবা থকপদা থোইদোক্লা অকায়বা লৈতে। ষণবুনা অহানবা শুম্বা শঙ্গোমদুদা মপং মপং মচেৎ মচেৎ য়াওবা থেঙনগনি। মতুং তাবদা শঙ্গোমগী মচুদু নাপু মচু মাল্লপ তৌবা নৎত্রগা ঙাঙলৈননা উগানি। হায়রিবা মতমসিদা শঙ্গোম থোকপগী চাংদি হান্নদগী হন্থগানি।

লায়না অসিগী লায়ওংদি থোইদোক্লা চীকপা নাবা লৈতে। য়াম্না তপ্পা মতম চঙনা মখোমগী শরুক খুদিংমক খজিক খজিক চাউখৎলকপা উগানি। মসিদসু নত্তনা শঙ্গোম থোকপগী চাংসু অসুম অসুম হন্থরক্কনি। শঙ্গোমগী মচুসু নাপু মচু ওইরকই। করিগুম্বা মতমদা মপং মপং নৎত্রগা অঙৌবা মচেৎ মচেৎ য়াওবসু থেংনৈ। শঙ্গোমগী মনমসু নমথীরকই। চৈনাখোল য়াওদনা তপ্পা তপ্পা খোম অমদি খোমজিনশিং চাউখৎলকই অমদি শঙ্গোম থোকপগী চাং হন্থরকপসিনা ষণবীদা খোমগী টি বিনা নারকপগী খুদমনি হায়না লৌবা য়াই।

লায়না খঙদোকপা অমদি ঙম্না লায়েংবীহৌবা ঃ ষণবুশিংনা মশাগী ষণবীশিংদু মতম অয়াম্বদা নীংথিনা শেন্নবীগনি। খোমদা হৌবগী লায়ওংশিংসি নীংথিনা খঙজিনবীদুনা হেক হৌরকপগা খঙদোকপা য়াম্না মরু ওই। লায়ওংশিংদগী লায়না অসি নারে হায়বা খরমখৈ খঙলবসু চপ চানা খঙদোক্লবগীদমক শঙ্গোমদু খোমজিন মরীদগী তোঙান তোঙানবা পাত্রদা মশক খঙনা হাপ্পীদুনা শঞ্জেনথোংদা লৈরিবা ডি আই লেবতা চাংয়েং তৌবীগনি। করিগুম্বা ষণবুদুগী ষণবীদু খোমদা হৌদুনা নাবা তারগদি য়াম্না ঙম্না লায়েংবীহৌবনা ফৈ। মনাক নকপা ডাক্তর অমা কৌবিদুনা লায়েংবীগনি। অহানবা লায়েংগী ওইনা ঈশিং অশাবনা ইগা য়ৈবিবা খ্বাইদগী ফৈ। শঙ্গোমশিং য়ারিবমখৈ লোয়না শুমদোকপীগনি। খোমজিন্দা অশোক অপন য়াওরবদি লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংদা এন্টিসেপটিক হীদাক হাপ্লগা চামথোকপীগনি অমদি খোমজিন খোমজিন্দা এন্টিবাইওটিক্স শীজিন্নবীগনি।

ঙাকথোক্লবা মরু ওইবা চেকশিন থৌরাংশিং ঃ খোমদা হৌবসি মরু ফংনা মুখৎপদি ঙমদে। শা-ষণদা অতৈ অতোপ্পা লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্লবা অমদি নারক্তনবা মতম মতমগী ওইবা টিকা থানৈ অদুবু খোমদা হৌবগী ওইনদি মসিদগী ঙাকথোক্লবা নৎত্রগা নারক্তনবা অকক্লবা টিকা লৈতে। মরম অসিনা ষণবুশিংনা লায়না অসিদগী নারক্তনবা চেকশিন থৌরাং লৌবীরগদি লায়না অসিদগী ঙাকথোকপা ঙমই। চেকশিন থৌরাং লৌবিনবা মখাদা থমজরি ঃ

১) ষনগোল অমদি অকোয়বগী মফম পুম্নমক নীংথিনা লূ-নান্না থম্বীগনি।

২) শঙ্গোম শুমদ্রিঙৈ মমাঙদা শঙ্গোম হাপকদবা পাত্রা খুদিংমক শেংদোকপীদুনা থম্বীগনি।

৩) শঙ্গোম শুম্বীগদৌরিবা মীদুগী মখৃৎ মশা শেংনা হামদোকপীগনি অমদি অনানবা ফীরোল শেৎপীগনি।

৪) শঙ্গোম শুমদ্রিঙৈ মমাঙদা ষণবীদা পক্লিবা অমোৎ অকায় পুম্নমক তৈথোক চামথোকপীদুনা লূ-নান্না থম্বীগনি।

৫) শঙ্গোম শুমদ্রিঙৈগী মমাঙ অমসুং মতুংদা খোমজিন্দু এন্টিসেপটিক য়াওবা ঈশিংনা শেংনা চামথোকপীগনি।

৬) শঙ্গোম শুমদ্রিঙৈ মমাঙদা খোমজিনশিংদু ঈশিং অফবনা শেংনা চামথোকপীদুনা অনানবা ফী অমনা শেংনা তৈথোকপীদুনা থম্বীগনি।

৭) শঙ্গোম শুম্বা মতমদা শেংনা অমদি লোইনবা শুমদোকপীগনি। করিগুম্বা অনাবা খোমজিন য়াওরগদি মদু অতোপ্পা পাত্র অমদা ইকোন কোন্না শুমদোকপীগনি।

৮) খোমজিনশিংদু য়ারিবমখৈ চেখাইবা/তৎপা/শোক-পনবা থোকহনবীরোইদবনি। মসিনা হয়িং তোংবগী চাং ৱাংহন্দুনা খোমদা হৌহনবদা অচৌবা মতেঙ পাঙই।

৯) ষণশিংবু য়াম্না তোয়না য়েংশিনবীবা মথৌ য়াম্না তাই। লোয়ননা শঙ্গোমগী মচুদু অওনবা লাকপা উরবদি মনাক নকপা ডাক্তর অমগা তান্নবীদুনা মতম চানা লায়েংবীগনি।

১০) ঈশিং য়াম্না তুংনা লৈবা মফম অমদি হয়িং মরাং কায়বা ষণজাবুংদা শজীক চাহনবীরোইদবনি।

১১) ষণবীনা মখোম খাইখ্রবা মতুংদা খোমদা হৌরক্তনবা খোমজিন খুদিংদা এন্টিবাইওটিক্স কাপ্পীগনি।

১২) অশোক অপন য়াওবা খুদিংমক খুদক্তা হীদাক লাংথক শীজিন্নবীদুনা লায়েংবীগনি।

অসুম্না ষণবুশিংনা মশাগী ষণবীশিংদু খোমদা হৌবগী লায়ওং নীংথিনা খঙহৌবগা লোয়ননা ঙম্না লায়েংবীহৌরগদি অমাঙবা কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। মসিদসু নত্তনা শঙ্গোম অমদি ষণশিং লূ-নান্না থম্বীবা মথৌ তাই। মসিদতা অফবা শঙ্গোম পুথোক্তুনা হেন্না শেন্দোং লৈবা ঙমগনি। ●

ঙা মশা তেক্লা থম্নবা অমদি মসিগী কান্নবা

ডোঃ য়ুম্নাম বেদজিৎ

ঙা হায়বসি য়াম্না থুনা পথ্থগনবা পোৎশক অমনি। অতোপ্পা শা-উচেক অমদি মনা-মশিংশিংদগী খরা হেন্না পথ্থগনবা পোৎশক অমা ওই। য়েন-ঙানু, হামেং, ওকনচিংবদগী খরা হেন্না পথ্থগনবা পোৎশক অমা ওইবা মরম্না ঙা ফাদোক ফাজিন তৌবা অমদি পুথোক পুশিন তৌবা মতমদা খরা হেন্না চেকশিন থৌরাং লৌখৎপগী তঙাইফদবা লৈ। ঙা ফাবা অমদি পুথোক পুশিন তৌবা মতমদা ঙাদা অৱাবা য়াম্না পীরবা অমদি অশোক অপন থোকহল্লবদি ঙাশিং অদু য়াম্না থুনা পথ্থ-পুমথবা থোকহল্লি। মরম অদুনা মতাং অসিদা চেকশিন থৌরাং খরা হেন্না লৌহৌবনা ঙামী অমনা শেন্দোং লৈনা ঙা য়োনবা ঙমগদৌরিবনি। ঙাবু করম্না হিংনা পুগনি অমদি ফাদোক ফাজিন তৌবদা করম্না চেকশিন থৌরাং লৌগনি হায়বদু খঙনা তৌরবদি শেন্দোং লৈনা ঙা য়োনবা ঙমগনি। মসিগীসু মথক্তা ঙাশিংবু হিংনা পুথোক-পুশিন তৌনবগী খুদোংচাদবশিং অদু করম্না চেকশিন থৌরাং লৌগদগে হায়বদু খঙলবদি অমুক্কসু হেন্না কান্নগনি।

ঙা ফানবা ঈলনা খোনবা মতমদা ঙাদা অশোক অপন খরা থোকই অমদি ঈলদগী নাম্থোকখিনবা হোৎনবা মতমদা ঙাদা অৱাবা কয়া পীবা মরম্না ঙা অদু শিরবা মতমদসু খরা থুনা পথ্থে। ঙা ফাবা মতমদা ঙাদা অৱাবা পীদনবগীদমক্তা ঙা য়োক্লিঙৈ মতমদা তোইনা ঈল খোন্দুনা ঙাদা ঈল খোনবগী হৈনবী ফাওহনগদবনি। শম্না হায়রবদা ঙা ফাবা মতমদা য়ারিবমখৈ ঙাদা অৱাবা পীবিরোইদবনি। ঙা য়োক্লিবা পুখ্রিদা ঈল খোনবগী কান্নবা অসুক্কী মতিক য়াম্না লৈ। খুদম ওইনা হায়রবদা পুখ্রিদা লৈরিবা ন্নুত্রিএন্টশিং ফজনা চাইথোকহনবা অমদি পুখ্রিগী মখা থংবা লৈমায়দা য়াওবা মহু চেনবা পোৎশকশিং মথক্তা পাইথোকহনখিদুনা ঙাবু মশা ফহল্লি।

ঙা হিংনা পুবা : করিগুম্বা ঙা য়োক্লিবা মফমদগী ঙা য়োনগদৌরিবা মফম অদু য়ৌবা মতমদা পুং তরুক্তগী হন্থনা চংবা মফম ওইরবদি ঙা হিংনা য়োনবনা অসুক্কী মতিক কান্নগনি।

১) অহিংবা ঙা ওইনা য়োনবা ঙম্লবদি ঙা অদু মশা তেকই হায়বা খঙলবনিনা ঙা অদু য়োনবা মতমদা চাদা ২০-৫০ ফাওবা হেন্না মমল হেনগৎলগা য়োনবা ঙমগনি।

২) ঙা লৈরিবা মীওইশিংনসু ঙা অহিংবনা হেন্না পাম্লে। অদুগীসু মথক্তা ঙাগী মহাওসু হেল্লি।

৩) ঙা হিংনা পুবা মতমদা উন শীজিন্নদে অমদি অতোপ্পা থৌওংশিং শীজিন্নদবা মরম্না ঙাবু পুমথহন্দনবা থৌরাং কয়া লৌখৎপগী চংগদবা শেল অদু হন্থহনবা ঙমগনি।

ঙা হিংনা পুনবগীদমক্তদি মখাগী থৌরাংশিং অসি পায়খৎপীগদবনি :

১) ঙা ফাবা মতমদা নুংথিলগী মতম হায়বদি নুংশাগী মৈশা খরা হন্থরক্লবা মতমদা ফাবীগনি।

২) ফারবা ঙাশিং অদু হাপ্পা (Happa) অমদা হাপ্পীদুনা নুমিদাং অমা ঙা লৈরিবা পুখ্রিদুদা থম্বীগদবনি। মতম অসিদা মথি ফজনা ফাইদোকখিবা মরম্না পুথোক পুশিন তৌবদা ঈশিং মোৎশিল্লকপগী চাং হন্থগনি।

৩) ঙা হাপকদৌরিবা পাত্রশিং অদু গাড়ীদা হাপ্লবা মতুংদা অঈংবা ঈশিং হাপ্পীগনি।

৪) ঐখোয়না চানরিবা থুম অসি ঈশিং লিটর অমদা গ্রাম ১০গী চাংদা হাপ্পীগনি।

৫) ঈশিং লিটর অমদা ঙা গ্রাম ৫০০দগী কিলোগ্রাম (অমা) ফাওবা হাপ্পীগনি।

৬) য়ারিবমখৈ ঈশিং অদু লেংহন্দনবা হোৎনবীগনি।

৭) ঙা পুরিবা পাত্রশিং অদুদা য়াওরিবা ঈশিং অদু পুং তরুক খুদিংগী নৎত্রগা ঈশিং মোৎশিল্লকপা খুদিংগী শিন্দোকপীগদবনি।

ঙা হিংনা পুবা মতমদা তৌবীগদবা চেকশিন থৌরাং খরা :

১) কৈদৌঙৈদসু ঙাগী মচিঞ্জাক, গ্লুকোজনচিংবা হাপ্পীরোইদবনি। মরমদি ঙানা শ্বর ফুল্লকপা মতমদা ঙাগী মচিঞ্জাক্লা কৈদৌঙৈদসু ঙাবু হিংহনবা ঙমদে।

২) এরিয়েটর শীজিন্নদুনা ওক্সিজেন হেনগৎহল্লবদি য়াম্না কান্নগনি।

৩) ঈশিং মোৎশিল্লকপা মতমদা নৎত্রগা পুং ৬ শুরকপা খুদিংগী ঈশিং শিনবীবা কাউবীরোইদবনি।

৪) ঈশিং ঈংথহন্নবা উন খরা শীজিন্নরবদি অমুক্কা হেন্না কান্নগনি।

৫) ঙানা থাদোরকপা অমোৎপা নৎত্রগা মহু চেনবা পোৎশকশিং চুপশিনখিনবা এক্টিবেটেট চারকোল (মৈতাল) শীজিন্নরবদি অসুক্কী মতিক কান্নগনি।

উন হাপ্তুনা ঙাবু পুমথহন্দবা : উন হাপ্পনা মাইক্রোবিয়েল হায়বদি মহিক-মতাইশিংনা ঙাবু পথ্থহনবা অমদি ঙাদা য়াওজরিবা এনজাইমশিংনা ঙাবু পথ্থহনবা অদু থিম্থহল্লি। হায়রিবা থৌওং অসিদা চোংগাংগী পাত্র শীজিন্নবা কান্নগনি। চোংগাংগী পাত্রশিং অসি মৈশা ফাওবা ঙমদবা, য়াম্না য়াংবা, কুইনা চৎপা মগুনশিং চেল্লি। হায়রিবা থৌওং অসি পাঙথোকপীবা মতমদা ঙা অমদি উনগী অরূম্বদু মান্নহগদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা করিগুবা ঙাদু কিলোগ্রাম অমা ওইরবদি উন অদুসু কিলোগ্রাম অমা ওইহনগদবনি।

উন হাপত্রিঙৈদা ঙাশিং অদু ফজনা চামথোকপীগদবনি। করিগুম্বা অমোৎ অকাই, ঈ থোকপা, ঙাগী মনাং য়াম্না য়াওবা নৎত্রগা লায়না লৈবা ঙা য়াওরবদি পাত্রদুদা য়াওবা ঙা পুম্নমক মাঙহনখিনি। মরম অদুনা অসিগুম্বা ঙাশিং অমদি উন হাপ্পা মতমদা সেন্টিমিটর ৫০দগী হেলহল্লোইদবনি। করিগুম্বা মসিদগী হেনবা তারবদি মখা থংবা শরুক্তা লৈবা ঙা অদু মথক থংবা শরুক্লা ননশিনখিদুনা অকাইবা থোরক্কনি। ঙা অমদি উন হাপ্পীবা পাত্র অদুগী কাচিন অমদা অহোবা মখুল মচা অমা হুৎপীগনি। মসিদা উন শৌদোরকপগী মহিশিং অদু মতোমতা চেম্থখিগনি।

উনদা ঙা লিবগী থৌওং

ঙাদু ঈশিং অঈংবদা শেংনা চামথোক্কনি

।

চাওবা অমদি মখল মান্নবা ঙাশিং খনদোক্কনি

।

মশা শোক্লবা ঙাশিং লৌথোক্কনি

।

ঙা হাপকদৌরিবা পাত্র অদু ঈশিং লিটর অমদা ক্লোরিন মিলিগ্রাম ১০গী চাংদা হাপ্লগা চামগনি

।

পাত্র অদুগী মখা থংবা শরুক অদু উন্না সেন্টিমিটর ৫ থানা হাপকনি

।

ঙা ফজনা হাপ্পীগনি

।

মথক্তা পনখ্রিবা ঙা হাপ্পা অমদি উন হাপ্পগী থৌওং অসি পাত্র অদু থন্দ্রিবা ফাওবা তৌবীগনি।

।

মথক থংবা শরুক অদু উন্না পজনা কুপকদবনি

।

পাত্রদু মখুম খুমজিনগনি

অসুম্না ঙাবু তগৎ তগৎ তেক্লা য়োনবা অসিনা ঙামীশিংদা কান্নবা পীবদা নত্তনা ঙা চারিবা মীওইশিংদসু হাওনা চাবা ফংহনবদা নত্তনা হকচাং ফহনবদসু অচৌবা থৌদাং লৌদুনা মশা-মউ ফবা খুন্নাই অমা শেমগৎপদা অচৌবা থৌদাং লৌবা ঙমগনি। মপান লমদগী পুশিল্লকপা ঙাশিং অসিদি মফম অসি য়ৌরক্লবা হোৎনবদা মতম শাংনা চঙবা মরম্না ন্যুত্রিটিভ ভেল্যু হন্থবতা নত্তনা ঙাশিং অদু মতম কুইনা পুমদনবগীদমক করম করম্বা হীদাক লাংথক শীজিন্নবগে হায়বদু য়াম্না মুন্না থিজিনবগী তঙাইফদবা লৈরি। ময়াম্না হায়নরিবা ফোরমেলিন হাপ্পনচিংবা থৌওং কয়া শীজিন্নবা থোক্লবদি ঐখোয়গী খুন্নাই অসিগী য়াম্না লাইবক থীবনি। মরম অদুনা ঐখোয় পুম্নমক্লা লমদম অসিগী য়াইফনবা খরদা ওইরবসু পাঙথোকপা ঙম্লবা হোৎনমিন্নদুনা তগৎ তগৎ তেকপা ঙা ফংহন্নবা হোৎনমিন্নরসি। ●

নুংশিৎতগী লৈবাক্তা কার্বোন ফাজিনবা (কার্বোন সিক্কেষ্ট্রেসন) ১সুং মসিগী তঙাইফদবশিং

মালেমসিদা লৈরিবা অচৎ চত্তা জীব খুদিংমক শেম্বদা শোয়দনা চঙবা পোৎচঙ অমা হায়রবদি কার্বোন অসিনি। মরম অদুনা অহিংবা জীব খুদিংদা কার্বোন অসি য়াওই। কার্বোনশিং অসি অহিংবা জীবশিংগী মশাদা (পাম্বীশিং য়াওনা), লৈবাক্তা ঈশিংগী ঈপাকশিংদা তুমদুনা অমদি নুংশিৎতা কার্বোন দাইওক্সাইদ ওইনা য়াওই। মালেম অসিদা লৈরিবা অপূনবা কার্বোনগী চাদা ৭৫দি লৈবাক্তা য়াওই। হায়বদি পাম্বী অমসুং শা ঙাশিংদা য়াওরিবা অপূনবা কার্বোনগী শরুক ৩ হেন্না লৈবাক্তা কার্বোন য়াওরি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৬১

১) **“অপঙ খুঞ্জাও”** হায়বা লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিকনো ? কনানা ইবনো?

২) **“ইপাম মৈহৌরে”** মীংথোনবা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো ?

৩) **“দি লভলি ভিসেজ”** হায়বা লাইরিক অসি মণিপুরীদগী ইংরাজিদা কনানা হন্দোকপনো? ওরিজিনেল লাইরিক্কী মমিং করি কৌবগে?

৪) **“লৈ মনা অমতং”** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবনো? করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

৫) **“খোঙচৎ অসি নুপীখক্তদগী হৌখিবনি/নুপীগী মহুৎ শিন্নবা ঙসিফাওবদি অতোপ্পা অমা লৈত্রি/অদুনা ঙসিসু নুপীশিং/নুংগী মমীৎ-মনা শিংহন্নরি/শেম-শানরি অনৌবা খোঙচৎ অমগী”** শৈরেং অসি অইবা কনাগী করি লাইরিক্তগী লৌথোরকপা করম্বা শৈরেংনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম মার্চ ১৫, য়ূমশকৈশা নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

ডা. ৱাইখোম জিতেন

হৌখিবা চহী ১৫০ মুকসিগী মনুংদা নুংশিৎতা য়াওবা কার্বোনগী চাং অসি চাদা ৩০গী চাংদা হেনগৎলি। মতমসিদা লৈরিবা অখঙ অহৈ অয়াম্বনা মালেমগী মৈশাগী চাং হেনগৎলক্লিবা অসিগী মরু ওইবা মরম অসি নুংশিত্তা য়াওবা কার্বোন দাইওক্সাইদকী চাং হেনগৎপনা ওইগনি হায়না থাজনরি। মরম অদুনা মালেমগী মৈশাগী চাং হেনগৎলিবসি লেপহন্নবগীদমক নুংশিৎতা য়াওরিবা কার্বোন দাইওক্সাইদশিং অসি লৈবাক্তা ফাজিনবা হায়বসিনা খ্বাইদগী ফবা পাম্বৈনি খন্নরি। কার্বোনবু নুংশিত্তগী ফাজিল্লবা মতুংদা মতম শাংনা লিশিন্দুনা থম্বা য়াবা মফম অসি লৈবাক্লা ওই। মালেমদা লৈরিবা কার্বোন অসিগী খল অমা ঙাক্তুনা থম্লবগী মরু ওইবা থৌদাং অসি লৈবাক্লা ওই।

কার্বোন সিক্কেষ্ট্রেসন হায়বসি নুংশিৎতা য়াওরিবা কার্বোন দাইওক্সাইদ অসিবু তোঙান তোঙানবা থৌওংশিং শীজিন্নদুনা লৈবাক্তা মতম শাংনা লিদুনা থম্বা য়ানবা পায়খৎপা থৌওং অদুবুনি।

কার্বোন সিক্কেষ্ট্রেসননা পীরিবা কান্নবশিং - (ক) লৈবাক লৈহাও লৈবা অমদি ঈশিংগী মগুন লৈবা হেনগৎহল্লি : লৈবাক্তা কার্বোন অসি পাম্বী অমসুং শা-ঙাগী মশাদা য়াওরম্বা কার্বোন য়াওবা পোৎলমশিংনা পথ্থ-পুমথরগা ওইবা পোৎলমশিং, কার্বোনদাইওক্সাইদ, নুংশিৎ অমদি পাম্বীগী মচিঞ্জাক ওইবা পোৎলমশিংগা পুনশিনবা কার্বোন ওইনা য়াওই। শা-ঙা অমদি পাম্বীশিংদগী পথ্থবা পোৎলম য়াম্না য়াওবা মতমদা লৈবাক্তা লৈরিবা ঐখোয়দা কান্নবা পীরিবা হিংকুপশিং/জীবশিংগী মশীং হেনগৎহল্লি। অসুম্না ঐখোয়দা কান্নবা পীবা জীবশিংগী মশীং হেনগৎপসিনা লৈবাক্কী মশা ফবা, লৈহাও লৈবা হেনগৎহল্লি। লৈবাক্লা মশা ফনা লৈরবদি ঈশিংদা তুংদুনা য়াওরক্কদবা হু চেনবা পোৎলমশিং থুনা মাঙহনখিবদা মতেং পাংদুনা পাৎ-তুরেল অমদি লৈনুংগী ঈশিংগী মগুন হেনগৎহল্লি।

(খ) লৈবাক্তগী পাম্বীগী মচিঞ্জাকশিং মাঙখিবগী চাং হন্থহল্লি :- শা ঙা অমদি পাম্বীশিংবীশিং পথ্থ-পুমথবা মতমদা থাদোরকপা হীদাক মখল খরনা পাম্বীগী মচিঞ্জাক ওইবা পোৎলমশিংবু ফাজিন দুনা/য়োমশিন্দুনা থম্বদগী লৈবাক্তগী ইরায় লায়না মাঙখিগদবদগী ঙাকথোকপা ঙমই।

(গ) ঈচেল/নুংশিৎনা লৈহাও মাঙহনখিগদবদগী হন্থহল্লি:- শা-ঙা অমদি পাম্বীশিংবীগী পথ্থ-পুমথবা পোৎলম মরাং কায়না য়াওবা লৌফমগী লৈবাক অসি হোম হোম লাওই। অমরোমদা অমুক অসিগুম্বা মফম অসিগী লৈবাক লৈরিকশিং অদু অমগা অমগা মওং চুম্না কম্না ফাজিন্দুনা করিগুম্বা শাহুম খরনা লায়না চেন্দুনা পুবা ঙমহন্দে। হোম হোম লাওবা লৌফম ওইবসিনা লৈমায়দা ঈশিং ঈচেল থোকহনবগী চাং হন্থদুনা ঈশিংনা লৈহাও লৈবা লৈমায়গী শরুকশিং মাঙহনবদগী ঙাকথোকই।

(ঘ) পোৎথোক হেনগৎহনবগা লোয়ননা ঈশিং য়াম্না তুংশিনবা/লিশিনবদা মতেং পাংই :- তারক্লিবা নোংগী ঈশিং অয়াম্বা লৌফম অদুদা অমদি মনাক নকপদা তুংশিন্দুনা/লিশিন্দুনা থম্বদা মতেং পাংদুনা লৈনুংগী ঈশিং ঈমাই ৱাংখৎহনবদসু মতেং পাংই। অমরোমদা অমুক লৌফমদু মশা মউফবা হেনগৎপগা লোয়ননা ঈশিং ঈনিল কুইনা ফাজিন্দুনা থম্বা ঙম্বা লৌফম ওইদুনা পোৎথোক চাথোক হেনগৎহল্লি।

ঙ) লৈবাক্তা লৈবা হু চেনবা পোৎলমশিং থুগাইবদা মতেং পাংই :- লৌফমদা কার্বোন য়াওবগী চাং ৱাংখৎপনা ঐখোয়না শীজিন্নরিবা হু চেনবা পোৎলম (তীল/নাপী অমদি তোঙান তোঙানবা হিংকুপশিং) থুগায়দুনা অচম্বা পোৎলমশিং ওম্বোকপদা মতেং পাংই।

চ) মালেমগী নোংজু নুংশাগী অওনবা অসি থেংনবদা মতেং পাংই :- নুংশিত্তা য়াওবা কার্বোন দাইওক্সাইদকী চাং হন্থহনবনা মালেমগী হেনগৎলক্লিবা মৈশাগী চাং হেনগৎহনবদগী থিংবা ঙমদুনা মালেমগী নোংজু নুংশাগী অওনবা অসিদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি।

কার্বোন সিক্কেষ্ট্রেসন তৌনবগীদমক পায়খৎকদবা থবক থৌরমশিং :-

ক) পাম্বীশিং থাজিনবা :- য়ারিবমখৈ মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমশিং পাম্বী থাজিনবীদুনা নুংশিৎতা য়াওবা কার্বোন দাইওক্সাইদশিং য়াম্না ফাজিন্নবা হোৎনবগা লোয়ননা পাম্বীশিং অদুগী অয়াম্বা শরুকশিং লৈবাক্তা অমুক খোইজিনবীবা।

খ) দরকারদগী হেন্না লৌ খোইবিদবা :- পোৎ থানবগীদমক লৌ খোইবা মতমদা দরকার লৈবা চাংদমক খোইবীদুনা লৌফমদা য়াওবা কার্বোনশিং নুংশিৎতা মাঙখিগদবদগী ঙাকথোক্লবা হোৎনবা চুমই। দরকার লৈবা চাংদমক খোইবা অসিনা পাম্বীগী লেমহৌখাকশিং লৌফমদা খোইজিনবা/হাপচিনবগা পূম্না চথমিন্নগদবনি। লেমহৌখাক্লা মৈ থাদোক্লগা লৌফম খোইবগী চাং হন্থহনবনদি ঐখোয়না পাম্লিবা পান্দম অদু ফংবা ঙমলোই।

গ) লৌফম হাঙহন্দবা :- মরু ওইবা লৌরোকশিংগী মরকশিং অসি অয়াম্বা মতমদা লৌফম হাংহন্দুনা থম্লে। অসিগুম্বা হাঙগদবা মতমশিং অসিদা থাজিনবা য়াবা পাম্বী মখলশিং থাবিরগা লৌফমদা খোইজিনবনা ঐখোয়না পাম্লিবা পান্দমশিং ফংবদা মতেং পাংই।

নুংশিৎতা য়াওবা কার্বোনদাইওক্সাইদকী চাং হন্থহন্দুনা মালেমগী নোংজু নুংশাগী অওনবা থিংবদা মতেং পাংবগা লোয়ননা লৈবাক লৈহাও হেন্না ফগৎনবা, পোথোক হেনগৎহনবা, অফবা মগুন লৈবা ঈশিং মরাং কায়না ফংনবগীদমক অমদি লৌফমদা লৈবা হু চেনবা পোৎলমশিং থুনা কায়থহনবদা মতেং পাংনবগীদমক কার্বোন সিক্কেষ্ট্রেসন (নুংশিত্তগী কার্বোনদাইওক্সাইদ ফাজিন্দুনা লৈবাক্তা তুংশিনবা) গী পায়খৎফম থোকপা থবক থৌরমশিং পায়খৎমিন্নরসি। ●

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