

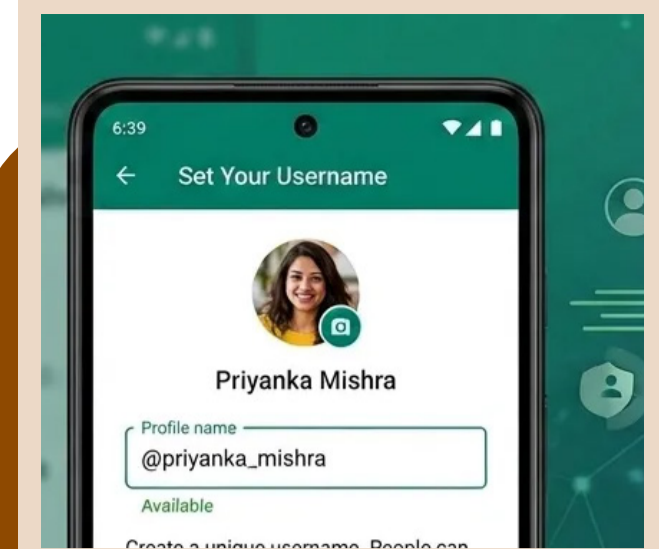
ଯୁପିଆଇରେ ଯୋଡ଼ିହେଲା ଗ୍ରୀଷ୍ମ



ବାଣିଜ୍ୟ ଓ ଶିଳ୍ପମନ୍ତ୍ରୀ ପୀୟୁଷ ଗୋୟଲ କଲେ ଉନ୍ମୋଚନ

ଯୁପିଆ ପ୍ରଦାନ ରହିଛି। ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପୂର୍ବରୁ କମ୍ପ୍ୟୁଟିଆ ଯୁପିଆଇ ଆପଣାଉଥିବା ଟିଏମ୍ ସେକ୍ଟରରେ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଗୋୟଲଙ୍କ ସମ୍ବଳିତ ଶକ୍ତି ସମାପନ ହେଉଛି। ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଗୋୟଲଙ୍କ ସମ୍ବଳିତ ଶକ୍ତି ସମାପନ ହେଉଛି। ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଗୋୟଲଙ୍କ ସମ୍ବଳିତ ଶକ୍ତି ସମାପନ ହେଉଛି।

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଭାରତୀୟ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି। ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଗୋୟଲଙ୍କ ସମ୍ବଳିତ ଶକ୍ତି ସମାପନ ହେଉଛି। ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଯୁପିଆଇ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଗୋୟଲଙ୍କ ସମ୍ବଳିତ ଶକ୍ତି ସମାପନ ହେଉଛି।



ଏବେ କେବଳ ଯୁଜରନେମ୍ ଦ୍ୱାରା ହୋଇପାରିବ ହ୍ୱାଟସଆପ୍ ଚାଟ୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଲୋକପ୍ରିୟ ଇନ୍ଦିଆ ଯୁପିଆଇ ଆପ୍ ହ୍ୱାଟସଆପ୍ ଏହାର ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ଗୋପନୀୟତାକୁ ଆହୁରି ମଜବୁତ କରିବାକୁ ଆଉ ଏକ ବଡ଼ ଫିଚର ଲଞ୍ଚ୍ କରିଛି। ଏହି ନୂଆ ଫିଚର ମାଧ୍ୟମରେ ଏବେ କେବଳ ଯୁଜରନେମ୍, ନୂଆ ବା ଅଜଣା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହ ଚାଟ୍ ପାଇଁ ନିଜର ଗୋପନୀୟତା ନିୟମ ବଦଳାଇ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ। କାରଣ ହ୍ୱାଟସଆପ୍ ଆଣିବାକୁ ପାଇଁ 'ୟୁଜରନେମ୍' ଫିଚର୍କୁ ଯାହାଦ୍ୱାରା ଯୁଜର ନମ୍ରେ ସେୟାର୍ ନକରି କେବଳ ଯୁଜରନେମ୍ କରିଥାଆନ୍ତେ ତାହା କରିହେବ। ତେବେ ଜୁନ୍ ୨୯ରୁ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଏହି ଯୁଜରନେମ୍ ବୁକିଂ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ବେଳେ, ଆଗାମୀ କିଛି ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଏହାକୁ ଧାରଣ କରିବାକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଯୁଜରନେମ୍ କରାଯିବ ଏବଂ ଯୁଜରନେମ୍ ଆପ୍ରେ ଏହାର ଲୋକପ୍ରିୟତା ମିଳିବ। ଯୁଜରନେମ୍ ସେଟ୍ କରିବା ପରେ କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆପଣଙ୍କ ଗୋପନୀୟତା ନିୟମ ସ୍ୱତଃପ୍ରସ୍ତର ଭାବେ ଅନୁମୋଦିତ ହେବାକୁ ଯିବ ନାହିଁ। ଯେମିତିକି, ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ କୌଣସି ବଡ଼ ଗୁପ୍ତ ତଥ୍ୟରେ ଯୋଡ଼ାଯାଉଛି କିମ୍ବା ଯଦି ଆପଣ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ କାହାକୁ ମେସେଜ୍ କରୁଛନ୍ତି। ତେବେ ଏହି ଫିଚର୍କୁ ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଫୋନ୍ ନମ୍ବର ପ୍ରାକ୍ତନରେ ରହିବ। ଆପଣ ଏହାକୁ ନିଜ ସେୟାର୍ ନକରିବା ଯାଏ ତାହା ଅନୁମୋଦିତ ନାହିଁ। ଯୁଜରନେମ୍ ଫିଚର୍କୁ ମାତ୍ର ୩୫ ବ୍ୟାଚ୍ରେକ୍ସ ମାଧ୍ୟମରେ ହିସାବ ଆବଶ୍ୟକ। ଏଥିରେ କେବଳ ଛୋଟ ଛୋଟ ଆକାର (a-z), ସଂଖ୍ୟା (0-9), ଡଟ୍ (.) ଏବଂ ଅଣ୍ଡରସ୍କୋର୍ (_) ର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରିବ। ଏହି ଫିଚର ଦ୍ୱାରା କୌଣସି ନୂଆ ଯୁଜରନେମ୍ ଆପଣଙ୍କ ଫୋନ୍ ନମ୍ବର ବଦଳାଇ ନାହିଁ। ହେଲେ ଯେଉଁମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ପୂର୍ବରୁ ସେହି ସେମାନେ ପୂର୍ବରୁ ଉପଲବ୍ଧ କରିପାରିବେ। ଶାମ୍ ଏବଂ ଅଥବା ଫେସ୍‌ବୁକ୍ ଡୋମେନ ପାଇଁ ହ୍ୱାଟସଆପ୍ ଏକ ନୂଆ ଫିଚ୍ ଆଧାରରେ ସୁରକ୍ଷା ଫିଚର୍କୁ ମଧ୍ୟ ଆଣିଛି। ଯଦି ଆପଣ ଏହାକୁ ଅନ୍ କରୁଛନ୍ତି, ତେବେ କୌଣସି ଅଜଣା ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ଯୁଜରନେମ୍ ଜାଣି ମେସେଜ୍ କରିପାରିବେ ନାହିଁ। ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ସେହି ବିକ୍ଷୁବିତ 'କି' ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ। ଏହି ସୁବିଧା ଦ୍ୱାରା ନେଟୱାର୍କ ଇଣ୍ଟେକ୍ସ୍, କ୍ଲଷ୍ଟର୍ କିମ୍ବା ଅଜଣା ଲୋକଙ୍କ ସହ କଥା ହେବା ବେଳେ ଗୋପନୀୟତା ନିୟମ ସେୟାର୍ କରିବାର ଚିନ୍ତା ହିସାବ ନାହିଁ। ଆପଣଙ୍କ ପୁରୁଣା ଚାଟ୍, ଗୁପ୍ତ ଏବଂ ଏକ୍ସ-ଗ୍ରୁପ୍ ଏକ୍ସ ଏକ୍ସିଜିଟ୍ ସୁରକ୍ଷା ପୂର୍ବରୁ ଉପଲବ୍ଧ ରହିବ।

ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ-ପିଏନବି-କାନାରା ବ୍ୟାଙ୍କ ମିଶ୍ରଣ ଖବର ମିଳି: କେନ୍ଦ୍ର



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଭାରତୀୟ ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ (ଏସ୍‌ଆଇ), ପିଏନବି ଏବଂ କାନାରା ବ୍ୟାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମିଶ୍ରଣ ହେବାକୁ ନେଇ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିବା ଖବରକୁ ସରକାର ମିଛ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ପିଏଆଇ ଫ୍ୟାକ୍ଟ ଚେକ୍ ତରଫରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଏହି ତିନି ବ୍ୟାଙ୍କ ମିଶ୍ରଣକୁ ନେଇ କୌଣସି ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ସରକାର ଅନୁମୋଦନ କରିନାହାନ୍ତି। ସୋପିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଯେଉଁ ଖବରକାଗଜର ଲେଖା ପ୍ରଚାର ହେଉଛି ତାହା ବିଭ୍ରାନ୍ତକାର ଏବଂ କୌଣସି ଚଳିତ ସମ୍ବାଦପତ୍ରର ତାହା ଲେଖା ନୁହେଁ। ସରକାରଙ୍କ ତରଫରୁ ମଧ୍ୟ ସେଭଳି କୌଣସି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇନାହିଁ। ଏଭଳି ଭୁମିଭୂତ ଖବର ନକରନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କୁ ଉତ୍ତର ଦିଆଯିବ ଫ୍ୟାକ୍ଟ ଚେକ୍ କରିବୁ, ଆପଣଙ୍କୁ କେବଳ କୃଷି ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ଇଣ୍ଡିଆ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ମିଶନ ୨.୦ ପାଇଁ ୧.୨୫ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରାଳୟର ବ୍ୟୟ ବିଭାଗ ସମିତି (ଇଏଫସି) ଇଣ୍ଡିଆ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ମିଶନ ୨.୦ ପାଇଁ ୧.୨୫ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟକୁ ମଞ୍ଜୁରି ଦେଇଛି। ଏହି ମଞ୍ଜୁରି ସହ ଦେଶର ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ଉତ୍ପାଦନକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନର ପରଦର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ପାଇଁ ରାସ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି। ଏକଡିଟିଭି ପ୍ରୋଫିଟ୍ ରିପୋର୍ଟରେ ଏହି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି। ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ଏବେ ରୁଡ଼ାକ୍ ଅନୁମତି ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ବ୍ୟାବହାର ନିକଟକୁ ପଠାଯିବ। ଇଣ୍ଡିଆ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ମିଶନ ୨.୦ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ବକେଟ ଆଇଏସଏମ୍ ୧.୦ ଅଧିନରେ ଆବେଦିତ ୭୭,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ ବହୁ ଅଧିକ। ଆଇଏସଏମ୍ ୧.୦ ଅଧିନରେ ସରକାର ତିପ୍ ନିର୍ମାଣ, ଆସେମ୍ବଲି ଏବଂ ତିନିଭାଗ ସହ ଉପରେ ୧୦ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ଫ୍ୟାସିଲିଟି ମଞ୍ଜୁରି ଦିଆଯାଇଛି। ସରକାରଙ୍କ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହିଛି, ଏହି ଯୋଜନାରେ ଭାରତ ୨୦୩୦ ପୂର୍ବ ନିଜ ଘରୋଇ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ବାହିବାର ୭୫ ପ୍ରତିଶତ ବାହିବା ସୁରକ୍ଷା କରିପାରିବ। ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମଦାନୀ ଉପରେ ନିର୍ଭରତା ହ୍ରାସ ପାଇବ ଏବଂ ଦେଶକୁ ଗ୍ଲୋବାଲ୍ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ୍ ମ୍ୟାନୁଫେକ୍ଚରର୍ ହବ୍ କରିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ମଧ୍ୟ ପୂରଣ ହୋଇପାରିବ। ସରକାର ନୂଆ ସିମ୍ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ସହ ପୂର୍ବରୁ ଆଲୋଚନା କରିଆସିଛନ୍ତି। ଭାରତରେ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ୍ ବ୍ୟବହାର ଏବଂ ଉତ୍ପାଦନ ବୃଦ୍ଧି ଗତିରେ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି। ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଭାରତରେ ୬୫ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ଯୁକ୍ତ ଅଞ୍ଚଳ ଏବଂ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ୍ ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ପାଦନ ୧୨ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା ଯାଏ ବଢ଼ିଛି। ଇଣ୍ଡିଆ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ମିଶନ ଅଧିନରେ ୧୦ ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ପ୍ଲ୍ୟାଣ୍ଟ ମଞ୍ଜୁରି ଦିଆଯାଇଛି। ଏହି ପ୍ଲ୍ୟାଣ୍ଟ ନିର୍ମାଣ ବୃଦ୍ଧି ଗତିରେ ଆଗେଇ ଚାଲିଛି। ଗୁଜରାଟର ସାଣଲରେ ଗୋଟିଏ ଯୁନିଟରେ ପାଇଲଟ୍ ପ୍ରଡକ୍ସନ୍ ଲାଇନ୍ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଆଗାମୀ ଏକ ବର୍ଷ ଭିତରେ ଆଉ ତାରି ଯୁନିଟରେ ଉତ୍ପାଦନ ଆରମ୍ଭ ହେବା ନେଇ ଆଶା କରାଯାଉଛି।

ଭୋଲଟାସ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦରୁ ଓହରିଲେ ନୋଏଲ ଟାଟା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଟେକ୍ସ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦରୁ ଓହରିବାର ସମ୍ଭାବନା ପରେ ନୋଏଲ ଟାଟା ଭୋଲଟାସ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦରୁ ମଧ୍ୟ ଓହରିବା ନେଇ ଆଜି ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ଭୋଲଟାସ୍ ୨୦୨୨ ବାର୍ଷିକ ରିପୋର୍ଟରେ ଉଦ୍‌ଘୋଷଣା କରିବା ସମୟରେ ୬୯ ବର୍ଷୀୟ ନୋଏଲ ଅଂଶଧାରୀମାନଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି ଭୋଲଟାସ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ଏହା ତାଙ୍କର ଶେଷ ରୈଠକ। କମ୍ପାନି ନୂଆ ପିଢ଼ିରେ ନେତୃତ୍ୱ ବିକାଶ କରିଆସିଛି ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ। ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି କମ୍ପାନିକୁ ସହଯୋଗ କରିଆସିଥିବାରୁ ସେ ଏହି ଅବସରରେ ଅଂଶଧାରୀ, କର୍ମଚାରୀ ଓ ବ୍ୟବସାୟୀ ସହଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଥିଲେ। କମ୍ପାନିର ଯୁତି ଓ ଅଭିବୃଦ୍ଧିକୁ ନେଇ ସେ ଖୁସି ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ। ୨୦୦୩ ଜାନୁଆରୀ ୨୭ରେ ନୋଏଲ ଭୋଲଟାସ୍ ବୋର୍ଡରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ୨୦୧୭ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ପହିଲୀରେ ସେ ଏହାର ଅଂଶଧାରୀନିର୍ବାହୀ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଥିଲେ। ଗତ ୨୩ ତାରିଖରେ ଟେକ୍ସର ରୈଠକରେ ଅଂଶଧାରୀମାନଙ୍କୁ ନୋଏଲ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦରୁ ଓହରାଯିବା ସଂପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ। ଭଲ୍‌କୋପୋଷ୍ୟ, ଟାଟା ଟ୍ରଷ୍ଟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଥିବା ନୋଏଲ ଆସକ୍ତା ଚଳେମ୍‌ରେ ୭୦ ବର୍ଷରେ ପରାମର୍ଶ କରିବେ।



୩୦% ରପ୍ତାନୀ କମାଇବେ ସାଓମୀ, ଓପୋ ଓ ଭିଭୋ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୩୦: ଚିନିଜ ଫାକ୍ଟରୀରେ ଗୋଟେ କଥା ଅଛି, ସେ ସବୁ ଚିନିଜ ଚିନିଜ ସମୟ ଅନୁସାରେ ଶୁଣା ହୋଇଯାଏ। ହେଲେ ବାର୍ଷିକ ଧରି ଲୋକଙ୍କର ଏହି ବିଶ୍ୱାସ ଏବେ ମିଛ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଛି। କାରଣ ବର୍ତ୍ତମାନର ଯୁତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଓଲଟା। ଶୁଣା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଚିନିଜ ଗ୍ୟାଜେଟ୍‌ଗୁଡ଼ିକର ମୂଲ୍ୟ ନିମ୍ନରୁ ବୃଦ୍ଧି ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ନିକଟରେ ଆପଲ ଏହାର ପ୍ରଡକ୍ଟଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିଛି। ଯାହା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କରିଛି। ଏସବୁ ହେଉଛି ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାଲି ରହିଥିବା ମେମୋରି ତିପ୍ ସଂକଟ ପାଇଁ। କାରଣ ଏହା ଯୁଗରେ ମେମୋରି ଚିପର ତିମ୍ନ ବୃଦ୍ଧି ବଢ଼ି ଯାଇଛି। ସେହି ଅନୁସାରେ ପ୍ରଡକ୍ସନ୍ ଫୋର୍ସିବିଲିଟି ନାହିଁ କି ପ୍ରଡକ୍ସନ୍ ହୋଇପାରୁଛି। ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ପ୍ରଡକ୍ସନ୍ ହେଉଛି, ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ଅଧିକ ଦାମ ଦେଇ ଏହା ପାଇଁ ବ୍ୟୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଛି। ଟେଣ୍ଟି ଗୋପାଲଲ୍, ଟ୍ୟାବଲେଟ୍ ଓ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଭଳି ଗ୍ୟାଜେଟ୍ ପାଇଁ ମେମୋରି ତିପ୍ ଆଉଁସ ପଡ଼ୁଛି। ଟେଣ୍ଟି ବର୍ତ୍ତମାନ ଏସବୁ ଶିଳ୍ପ ସଂକଟରେ ପଡ଼ିଯାଇଛି। ଆପଲ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବା ବେଳେ ଏକ ନୂଆ ରିପୋର୍ଟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି। ଏଥିରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ସାଓମୀ (ଜିଓମି), ଓପୋ (ଓପୋ) ଏବଂ ଭିଭୋ (ଭିଭୋ) ସମେତ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ନିର୍ମାଣମାନେ ଏହି ବର୍ଷ ସେମାନଙ୍କର ସିପମେଣ୍ଟ (ରପ୍ତାନୀ) ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହ୍ରାସ କରିବେ। ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ କମ୍ପ୍ୟୁଟିଭିଜିଟିଭି ଅଭାବ ଏବଂ ବୃଦ୍ଧି ଖର୍ଚ୍ଚ ଶିଳ୍ପ ଉପରେ ଚାପ ପକାଇଥିବାରୁ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି ବୋଲି ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି। ଦାମ, ଦାମ ଓ ଭାରତ ଭଳି ଦେଶର ଖବର କରୁଥିବା ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଗଣମାଧ୍ୟମ ନିକ୍ଷେପ ଏସିଆ ଅନୁସାରେ, ସାମସଙ୍ଗ ଏବଂ ଆପଲ୍ ପଛକୁ ବିଶ୍ୱର ବୃଦ୍ଧିରୁ ବୃଦ୍ଧିରୁ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ଗ୍ରାହ୍ୟ, ସାଓମୀ ପୂର୍ବରୁ ଯୋଗାଣକାରୀମାନଙ୍କୁ ଚଳିତ ବର୍ଷ ପାଇଁ ପ୍ରାୟ ୧୩୫ ନିୟୁଟ୍ ଯୁନିଟ୍‌ରେ ଏକ ସାମିତ ସମ୍ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ବୋଲି ସଂକେତ ଦେଇଥିଲା। ଯାହା ୨୦୨୫ ମସିହାରେ କମ୍ପାନୀ ଦ୍ୱାରା ପଠାଯାଇଥିବା ୧୭୦ ମିଲିଅନ ଫୋନ୍ ଚୁକନାରେ ଏକ ବଡ଼ ହ୍ରାସ ଥିଲା। ବର୍ତ୍ତମାନ କମ୍ପାନୀ ଏହି ସଂଖ୍ୟାରେ ଆଉ ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ କରିଛି। ଫଳରେ ଏହାର ରପ୍ତାନୀ ଗର୍ଭେଷ୍ଟ ପ୍ରାୟ ୯୫ ମିଲିଅନ ଯୁନିଟ୍‌କୁ ଖସି ଆସିଛି। ଯଦି ଯୋଗାଣ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସୁଧାର ନ ଆସେ, ତେବେ ଏହି ସଂଖ୍ୟା ଆହୁରି କମିପାରେ ବୋଲି କମ୍ପାନୀ ଯୋଗାଣକାରୀମାନଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦେଇଛି। କେବଳ ସାଓମୀ ନୁହେଁ, ଓପୋ ଏବଂ ଭିଭୋ ମଧ୍ୟ ସମାନ ପଥ ଅନୁସରଣ କରି, ନିଜର ପୂର୍ବ ରପ୍ତାନୀ ଗର୍ଭେଷ୍ଟ ୧୦ ମିଲିଅନ ଯୁନିଟ୍ କମ୍ ହ୍ରାସ କରିଛନ୍ତି। ସେହିପରି ଅନର, ଯାହା ଗତ ବର୍ଷ ରେକର୍ଡ ୭୧ ମିଲିଅନ ଫୋନ୍ ରପ୍ତାନୀ କରିଥିଲା, ହେଲେ ୨୦୨୨ରେ ହ୍ରାସ ସେହି ଗର୍ଭେଷ୍ଟ ପୂରା କରି ନପାରେ। ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ନିର୍ମାଣମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମାନ କମ୍ପ୍ୟୁଟିଭିଜି, ବିଶେଷକରି ମେମୋରି ତିପ୍ ପାଇଁ ବୃଦ୍ଧି ଚାହୁଁଛନ୍ତି (ଏହା ଶିଳ୍ପ ସହିତ ସିଧାସଳଖ ପ୍ରତିଯୋଗିତା କରୁଛି)। ଲୋ-ପ୍ରାୟ ଟି-ଭି, ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟମ ଟ୍ୟାକ୍ ପାଇଁ ଚିପ୍‌ଆର ହେଉଥିଲା, ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହାକୁ ଏହାର ସର୍ଭର ଆଡ଼କୁ ପଠାଇ ଦିଆଯାଉଛି। ଏନିଭିଡିଆର ଏହା ଯୁଗେ ଯୁଗେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ। ଟେଣ୍ଟି ମେମୋରି ତିପ୍ରେ ସେହି ବାହିବା ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ନିର୍ମାଣମାନଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ଦେଉଛି। ସମସ୍ୟା କେବଳ ମେମୋରି ତିପ୍ ନେଇ ମୁହେଁ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପକରଣ ଯଥା ପ୍ରୋସେସର୍‌ରୁ ପ୍ରକ୍ରେଷ୍ଟ ସର୍କିଟ୍ ବୋର୍ଡ ଏବଂ ଗ୍ଲ୍ୟୁଭ୍ କ୍ଲିପ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକାରର ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ ଉତ୍ପାଦନର ଉଚ୍ଚ ମୂଲ୍ୟ ରହିଛି, ନହେଲେ ଏଗୁଡ଼ିକର ଯୋଗାଣ ଅଭାବ ଦେଖା ଦେଉଛି। ଏମିତିକି ତିପ୍-ପ୍ୟାକେଜିଂ କ୍ଷମତା ସୁରକ୍ଷିତ କରିବା ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚ ବଢ଼ି ଯାଇଛି। ମିଡିଆଟେକ୍ ଏବଂ କ୍ଲାକ୍‌କମ୍ ଭଳି ପ୍ରମୁଖ ତିପ୍ ତିନିଭାଗରେ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ ତିପ୍ ଯୋଗାଣ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଅଧିକ ଲାଭାଂଷକ ତାଣ ସେକ୍ସର ବ୍ୟବସାୟ ଆଡ଼କୁ ଅଧିକ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଛନ୍ତି, ଏବଂ ମିଡିଆଟେକ୍ କହିଛି ଯେ ଉତ୍ପାଦନ ଖର୍ଚ୍ଚ ବୃଦ୍ଧି ହେବୁ ଏହା ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଯୋଜନା କରୁଛି। ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ବିଶେଷ ଭାବରେ ସାଓମି, ଓପୋ ଏବଂ ଭିଭୋ ଭଳି ମିଡିଆଟେକ୍ ଫୋନ୍ ପ୍ରଡକ୍ସନ୍ କରୁଥିବା କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକ ସମସ୍ୟାରେ ପକାଇଛି। କାରଣ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତୋଦ୍ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ଉପରେ ବୋଧ୍ ଲିଭିବାର ଯଦିଓ ବାଟ ରହିଛି ହେଲେ ମିଡିଆଟେକ୍ ନିର୍ମାଣମାନଙ୍କୁ ପାଇଁ ତାହା ଅସମ୍ଭବ। ଟେଣ୍ଟି ସମ୍ପ୍ରାପ୍ତ କର୍ତ୍ତା କରିବା ଛଡ଼ା ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ରଣନୀତି ବୋଲି ନାହିଁ ବୋଲି ନିକ୍ଷେପ ଏସିଆ ରିପୋର୍ଟ କରିଛି।

ଆଜିର ସୁନା ଦର

ଗହଣା କିଣିବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜର ପକାଇବା କେଉଁ ସହରରେ କେତେ ରହିଛି ସୁନା ଦର ତେବେ ଯଦି ଆପଣ ଆଜି ସୁନା କିଣିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ବା ଯୋଜନା କରିଛନ୍ତି ତେବେ ପ୍ରଥମେ ଜାଣି ନିଅନ୍ତୁ ଆଜିର ସୁନା ଦର। ଆଜି ଭାରତୀୟ ବଜାରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ୧,୪୫,୯୧୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ଦର ୧,୩୩,୨୫୦ ଟଙ୍କା ହୁଏ। ସେହିପରି ଗୋପାଳ ଚୁକନେଶ୍ୱରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ମୂଲ୍ୟ ୧୦ ଗ୍ରାମ ପାଇଁ ୧,୪୫,୯୧୦ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନାର ମୂଲ୍ୟ ୯,୩୩,୨୫୦ ଟଙ୍କା ପହଞ୍ଚିଛି। ସେହିପରି ମୁମ୍ବାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୪୫,୯୧୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୩୩,୨୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ୧,୪୩,୦୭୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ୧,୩୩,୧୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ବର୍ଷା ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର ଚେନ୍ନାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୪୭,୯୩୦ ଟଙ୍କା ଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୩୫,୬୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ପୂର୍ବ ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର କୋଲକାତାରେ ଯଥାକ୍ରମେ ୧,୪୫,୯୧୦ ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୩୩,୨୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ଅନ୍ୟପଟେ ରୂପା ମୂଲ୍ୟ କିଲୋ ପାଇଁ ୨,୪୫,୦୦୦ ଟଙ୍କା ହୋଇଛି।

ଆଜିର ପେଟ୍ରୋଲ, ଡିଜେଲ୍ ଦର

ଗାଡ଼ିରେ ପେଟ୍ରୋଲ କିମ୍ବା ଡିଜେଲ୍ ପକାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଜାଣି ନିଅନ୍ତୁ ଦର । ପ୍ରତିଦିନ ତେଲର ନୂଆ ଦର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଆଜି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୮.୮୧ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୯.୫୧ ଟଙ୍କା ପାଇଁ ୧୦୦.୫୨ ପଇସା ରହିଛି । ସେହିପରି ଦିଲ୍ଲୀରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଲିଟର ପାଇଁ ୧୦୨ ଟଙ୍କା ୧୨ ପଇସା ଓ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୫ ଟଙ୍କା ୨୦ ପଇସା ହୋଇଛି । ମୁମ୍ବାଇରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଲିଟର ପାଇଁ ୧୧୧ ଟଙ୍କା ୧୮ ପଇସା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଲିଟର ପାଇଁ ୯୭.୮୩ ଟଙ୍କା ରହିଛି । ସେହିପରି କୋଲକାତାରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୧୩.୫୧ ଟଙ୍କା ଥିବାବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୯ ଟଙ୍କା ୮୨ ପଇସା ରହିଛି । ଚେନ୍ନାଇରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୭ ଟଙ୍କା ୭୭ ପଇସା ଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୯ ଟଙ୍କା ୫୫ ପଇସା ରହିଛି ।

ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ସାରଳା ମନ୍ଦିରକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ରାସ୍ତା ଶୋଚନୀୟ

ସାମାନ୍ୟ ବର୍ଷାରେ ଯାତାୟାତ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ

ବାଲିକୁଦା, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଜଗତସିଂହପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ସାମାନ୍ୟ ବର୍ଷା ହେଲେ ରାସ୍ତାଟି କାନ୍ଥପରି ଓ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବୁଡ଼ି ଯାଉଥିବାରୁ ଯାତାୟତ ଲୋକଙ୍କ ଯାତାୟତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟାଧତ ହେଉଛି। ଏହି ରାସ୍ତା ଦେଇ ପ୍ରତିଦିନ ଶତାଧିକ ଅଞ୍ଚଳବାସୀ, ଚାଷୀ, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ଯାନବାହାନ, ମା' ସାରଳା ମନ୍ଦିରକୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁମାନେ ଚଳାଏତକ କରୁଥିବା ବେଳେ ବର୍ଷା ଦିନରେ ଏହା ବିପଦସଙ୍କୁଳ ପାଲଟିଯାଇଛି। ରାସ୍ତା ଗୋଟିଏ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବଡ଼ ପୋଖରୀ ଓ ଅନ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବିଲ



ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି।

ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି।

ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ସାରଳା ମନ୍ଦିର ଆସନରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏନ୍ଏଚ୍ ୫୫ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟ ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ଦର୍ଶନୀୟ ଧରି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଛି।

ଧାମନଗର ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରୁ ବାଇକ ଚୋରି

ଧାମନଗର, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଧାମନଗର ଥାନା ନିକଟରୁ ୧୦୦ ମିଟର ଦୂର ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରୁ ଚୋରି ହୋଇଥିବା ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କର ଅଞ୍ଚଳରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିବା ବାଧ୍ୟତାପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଲଟିଛି। ଧାମନଗର ଥାନା ନିକଟରୁ ୧୦୦ ମିଟର ଦୂର ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରୁ ଚୋରି ହୋଇଥିବା ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କର ଅଞ୍ଚଳରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିବା ବାଧ୍ୟତାପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଲଟିଛି।



ଧାମନଗର ଥାନା ନିକଟରୁ ୧୦୦ ମିଟର ଦୂର ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରୁ ଚୋରି ହୋଇଥିବା ଯୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କର ଅଞ୍ଚଳରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିବା ବାଧ୍ୟତାପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଲଟିଛି।

କୃଷକ ଯତ୍ନ ଯୋଗୁଁ କୃଷି ଅଞ୍ଚଳରେ 'ଭିତି' ଓ ଭୋଗ ପରିଚିତ୍ତ

କୃଷିପ୍ରଚାରକ ଦାହରୁ 'ଭିତି' ଓ ଭୋଗ ପରିଚିତ୍ତ

କାକଟପୁର /ଅପ୍ରଗଳ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲା ଅପ୍ରଗଳ ବ୍ଲକ୍ ନଗର ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତ ଦକ୍ଷିଣପଞ୍ଚାୟତ ମା' ଶ୍ୟାମାକାଳୀ ପୂଜା କମିଟି କୃଷକ ଯତ୍ନ ଯୋଗୁଁ କୃଷି ଅଞ୍ଚଳରେ 'ଭିତି' ଓ ଭୋଗ ପରିଚିତ୍ତ ହୋଇଛି। କାକଟପୁର ବ୍ଲକ୍ ନଗର ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତ ଦକ୍ଷିଣପଞ୍ଚାୟତ ମା' ଶ୍ୟାମାକାଳୀ ପୂଜା କମିଟି କୃଷକ ଯତ୍ନ ଯୋଗୁଁ କୃଷି ଅଞ୍ଚଳରେ 'ଭିତି' ଓ ଭୋଗ ପରିଚିତ୍ତ ହୋଇଛି।

କାକଟପୁର /ଅପ୍ରଗଳ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲା ଅପ୍ରଗଳ ବ୍ଲକ୍ ନଗର ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତ ଦକ୍ଷିଣପଞ୍ଚାୟତ ମା' ଶ୍ୟାମାକାଳୀ ପୂଜା କମିଟି କୃଷକ ଯତ୍ନ ଯୋଗୁଁ କୃଷି ଅଞ୍ଚଳରେ 'ଭିତି' ଓ ଭୋଗ ପରିଚିତ୍ତ ହୋଇଛି।

ଏସିପି ଓ ମନରେଗା ସହାୟକଙ୍କ ବଦଳି ଲାଗି ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଦାବିପତ୍ର



ଦାବିପତ୍ର, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଜିଲ୍ଲାପାଳ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ସଂଯୋଜକ, ମନରେଗା, ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ କୃଷକଙ୍କୁ ଏସିପି ଓ ମନରେଗା ସହାୟକ ମାନଙ୍କ ବଦଳି ଯିବା ଦାବି କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି।

ଜିଲ୍ଲା ମନରେଗା ପ୍ରଶାସନ ସଂଯୋଜକ ଉପସ୍ଥିତରେ ଏସିପି ଓ ମନରେଗା ସହାୟକମାନେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଭାଗରେ ଦାବି କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି।

ଜିଲ୍ଲା ବିଜେପି ପକ୍ଷରୁ ବୁଦ୍ଧିବାଣୀ ସମ୍ମିଳନୀ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ପକ୍ଷରୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଠାରେ ଏକ ବୁଦ୍ଧିବାଣୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।



ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ପକ୍ଷରୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଠାରେ ଏକ ବୁଦ୍ଧିବାଣୀ ସମ୍ମିଳନୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବିକାୟକାଳୀନ ସମ୍ପର୍କନା



ବିକାୟକାଳୀନ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବିକାୟକାଳୀନ ସମ୍ପର୍କନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ବିକାୟକାଳୀନ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବିକାୟକାଳୀନ ସମ୍ପର୍କନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ଟାଟା ଷ୍ଟିଲ୍ କଲିଙ୍ଗନଗରରେ ଅଗ୍ନି ନିରାପତ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତି ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍

ଯାଜପୁର ରୋଡ଼, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଅଗ୍ନି ନିରାପତ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତି ଅଧିକ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ ଦ୍ୱାରା ଟାଟା ଷ୍ଟିଲ୍ କଲିଙ୍ଗନଗରରେ ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ ଚଳାଯାଇଛି।



ଟାଟା ଷ୍ଟିଲ୍ କଲିଙ୍ଗନଗରରେ ଅଗ୍ନି ନିରାପତ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତି ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ ଚଳାଯାଇଛି।

ଟାଟା ଷ୍ଟିଲ୍ କଲିଙ୍ଗନଗରରେ ଅଗ୍ନି ନିରାପତ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତି ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ ଚଳାଯାଇଛି।

ଟାଟା ଷ୍ଟିଲ୍ କଲିଙ୍ଗନଗରରେ ଅଗ୍ନି ନିରାପତ୍ତା ପ୍ରସ୍ତୁତି ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ ଚଳାଯାଇଛି।

ସାର ଅନୁମତି ପତ୍ର ନିମନ୍ତେ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶୁଭାରମ୍ଭ



ସଂଯୋଜକ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ସାର ଅନୁମତି ପତ୍ର ନିମନ୍ତେ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା।

ସାର ଅନୁମତି ପତ୍ର ନିମନ୍ତେ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା।

ଫିରିଙ୍ଗିଆ ବ୍ଲକ୍ରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିର

ପୁରୀ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): କଳାପାଳ ଜିଲ୍ଲା ଫିରିଙ୍ଗିଆ ବ୍ଲକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।



ଫିରିଙ୍ଗିଆ ବ୍ଲକ୍ରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

'ଏକ୍ ପେଡ଼ ମା କେ ନାମ୍'ରେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ସବୁଜ ସମାପ୍ତି

ମଙ୍ଗଳା କଲେଜରେ ଲାଗିଥିବା ଗଛ ଗଣା କୁଆଡ଼େ ? ଗଛ ନାହିଁ, ହିସାବ ନାହିଁ, ବାବୁ କହୁଛନ୍ତି 'ସବୁ ଠିକ୍ ଅଛି'



ମଙ୍ଗଳା କଲେଜରେ ଲାଗିଥିବା ଗଛ ଗଣା କୁଆଡ଼େ ? ଗଛ ନାହିଁ, ହିସାବ ନାହିଁ, ବାବୁ କହୁଛନ୍ତି 'ସବୁ ଠିକ୍ ଅଛି'

ମଙ୍ଗଳା କଲେଜରେ ଲାଗିଥିବା ଗଛ ଗଣା କୁଆଡ଼େ ? ଗଛ ନାହିଁ, ହିସାବ ନାହିଁ, ବାବୁ କହୁଛନ୍ତି 'ସବୁ ଠିକ୍ ଅଛି'

ମଙ୍ଗଳା କଲେଜରେ ଲାଗିଥିବା ଗଛ ଗଣା କୁଆଡ଼େ ? ଗଛ ନାହିଁ, ହିସାବ ନାହିଁ, ବାବୁ କହୁଛନ୍ତି 'ସବୁ ଠିକ୍ ଅଛି'

ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସର ଓବିସି ସେଲ୍ ଗଠିତ

ଡେକାନାଲ, ୩୦।୬ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଉପସ୍ଥିତରେ ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସର ଓବିସି ସେଲ୍ ଗଠିତ ହୋଇଛି।



ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସର ଓବିସି ସେଲ୍ ଗଠିତ ହୋଇଛି।



ପାଦ ପାଚୁଛି କି ?

ପାଦ ପାଚିବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା। କିନ୍ତୁ ଅବହେଳା କରିବାପାଇଁ ନୁହେଁ। ନଗର ଏହା ଅନେକ ସମୟରେ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ। ବେଳେ ବେଳେ ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ସମସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ସଙ୍କେତ ଦେଇଥାଏ। ପାଦ ପାଚିବାର ସମସ୍ୟା ଶୀତ ରକ୍ତ, ଅତ୍ୟଧିକ ଶୁଷ୍କ ପରିବେଶ, ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଠିଆ ହୋଇ କାମ କରିବା, ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲିବା, ଶରୀରରେ ଜଳର ଅଭାବ କିମ୍ବା ଚର୍ମର ଯଥେଷ୍ଟ ଆର୍ଦ୍ରତା ନ ରହିବା ଭଳି ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ହୋଇପାରେ। କିନ୍ତୁ ଏଥିପ୍ରତି ଅବହେଳା କରିବା ମଧ୍ୟ ଉଚିତ ନୁହେଁ। ଖାସ୍ କରି ମଧୁମେହ, ଆଇର-ଏଚ୍ ସମସ୍ୟା କିମ୍ବା କିଛି ଚର୍ମରୋଗ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାଦ ପାଚିବା ଭଲ ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ। ତେଣୁ ପାଦର

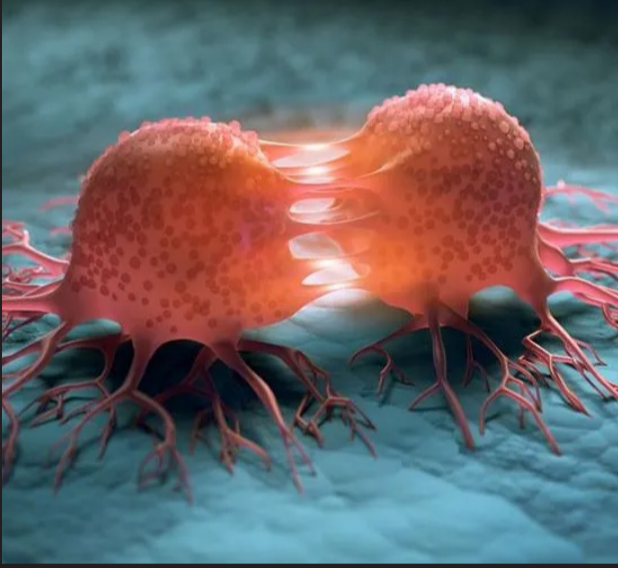
ମଧ୍ୟ ଯତ୍ନ ନିଶ୍ଚୟ ନିଅନ୍ତୁ। ପାଦରେ ହେଉଥିବା ପଛଣାକୁ ଆମେ ସବୁବେଳେ ଜାଣିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଅଣଦେଖା କରିଦେଇଥାଉ। କିନ୍ତୁ ଏହା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ସଙ୍କେତ ଦେଇଥାଏ। ହାଇ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ଲକ୍ଷଣ ଗୋଡ଼ରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ। ଯଦି ଆପଣ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଏଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ନଦିଅନ୍ତି ତେବେ ଆଗକୁ ଯାଇ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ। ତେବେ ଏହି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକୁ ଅଣଦେଖା କରନ୍ତୁନାହିଁ। ନଗର ଆପଣ ହୃଦ୍‌ଘାତର ଶିକାର ହେବା ସହ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇପାରନ୍ତି। କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ରୋଗ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ଯଦି ଯକ୍ଷ୍ମାକୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଉପଚାର କରାଯାଏ,

ତେବେ ଅଧିକ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇପାରେ। କାରଣ ପେଟିଫୋଲ ଆର୍ଚରା ତିସଅର୍ଡର ଏମିତି ଏକ ରୋଗ, ଯାହା ଅନ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ କାରଣରୁ ହୁଏ ନାହିଁ। ପାଦରେ ଯକ୍ଷ୍ମା, ହୃଦ୍‌ରୋଗର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ଭାବେ ମନାଯାଏ। ତେଣୁ ପାଦରେ ଯକ୍ଷ୍ମା, ଓଜନ ଲାଗିବା, ଜଳାପୋତା ଲକ୍ଷଣକୁ କେବେ ବି ଅଣଦେଖା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ତେବେ ଆସବୁ ଏହା ସମ୍ପର୍କରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଜାଣିବା। ଶୀତଦିନେ ପାଦ ଅଣ୍ଡା ହୋଇଯିବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା। କିନ୍ତୁ ଯଦି ଖରାଦିନେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ତେବେ ଆପଣ ଜାଣନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ କିଛି ସମସ୍ୟା ରହିଛି। ଯାହା ହାଇ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ। ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ। ଏଥିସହିତ ହାଇ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ଯୋଗୁଁ ପାଦକୁ ହେଉଥିବା ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ। ରକ୍ତ ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ପାଦର ଚର୍ମ ଏବଂ ଜଖର ରଙ୍ଗ ବଦଳିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅନେକ ଲୋକ ରାତିରେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ଗୋଡ଼ ପାଚିଯାଇଥାଏ। ଯାହା ହାଇ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ଏକ ସାଧାରଣ ସଙ୍କେତ। ପାଦ ବ୍ୟତୀତ ଗୋଇଁ ପାଦ ଅନୁଲିନେ ମଧ୍ୟ ପାଚି ଦେଖାଯାଏ ଯାହାର ପ୍ରଭାବ ନିଜ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ।

ଷ୍ଟ୍ରେସରେ ରହି ଅଧିକ କାମ କରୁଛନ୍ତି ?

ଅଧିକ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି କି? ତେବେ ବ୍ୟସ୍ତ ହୁଅନ୍ତୁନି। କିଛି ସହଜ ଉପାୟ ଆପଣଙ୍କର ସହ ଏହାକୁ ଦୂର କରିପାରିବେ। ମାଲକୋ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଟ୍ରେକ୍‌ ନ୍ୟାସନାଲ୍ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଅଫ୍ ମେଡିସିନ୍‌ରେ ପ୍ରକାଶିତ କାମାନର ଏକ ମେଡିକାଲ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ ପ୍ରତି ଦିନରେ ଅଧିକ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଟ୍ରେକ୍ ନେବା କରନ୍ତୁ। ବେକ ଓ କାନ୍ଧକୁ ହାଲୁକା ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ କରନ୍ତୁ। ପଳରେ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ କମ୍ ରହିବ। ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ବଢ଼ିବା ସହ ମାଂସପେଶୀ ମଧ୍ୟ ଫ୍ରୀ ରହିପାରିବେ। ସକାଳରୁ କୃଷ୍ଣକୋଣା: ଅଧିକ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଅନୁଭବ କଲେ, ୨ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ଆଖି ବନ୍ଦ କରି କୌଣସି ଶାନ୍ତ ଜାଗାର ପରିକଳ୍ପନା କରନ୍ତୁ। ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ମନ ଶାନ୍ତ ହେବାସହ ଚିନ୍ତା ଆପେ ଆପେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଅରୋମା ଷ୍ଟିକ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ: ଲାଭେଣ୍ଡର୍ ବା ପିମ୍ପିନେସ ପରି ହାଲୁକା ବାସ୍ନାକୁ ଶୁଦ୍ଧିତା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟଷ୍ଟେସ୍‌କୁ କମ୍ କରିପାରିବେ। ଏଥିପାଇଁ ଅଧିକ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଟେକ୍‌ରେ ଲାଭେଣ୍ଡର୍ ବାପିମ୍ପିନେସ୍ ଷ୍ଟିକ୍ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ବାୟୋମେଡ୍ ସେଣ୍ଟ୍ରାଲ ଜର୍ଣ୍ଣାଲରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଏସବୁ ଷ୍ଟିକ୍‌ର ବାସ୍ନା ଚିକ୍ତା, ଅସଦାଚ ଓ ନିରବ ଗୁଣ୍ଡାବରାରେ ସୁଧାର ଆଣିଥାଏ। ଆଇ ପାନିଙ୍ଗ୍ ଟେକ୍‌ନୋଲୋଜି: ଅଧିକରେ ଲାଗାତାର ସ୍ତ୍ରୁକ୍ତ ଦେଖି କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆଖି ଓ ମସ୍ତିଷ୍କ ଅଧିକପାରିଥାଏ। କେବେ କେବେ ଭ୍ରମ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ୩୦ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ପାଠକୁ ଆଖି ଉପରେ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ହ୍ରାସଦାୟକ କରିବା ସହ ମସ୍ତିଷ୍କ ସତେକ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଅଧିକରେ ଆଇ ପାନିଙ୍ଗ୍‌ଟେକ୍‌ନୋଲୋଜି ମଧ୍ୟ ଆପଣଙ୍କର ପାରିବେ।

ମଣିଷ କର୍କଟ ପୀଡ଼ିତ ହେଉଛି କାହିଁକି ?

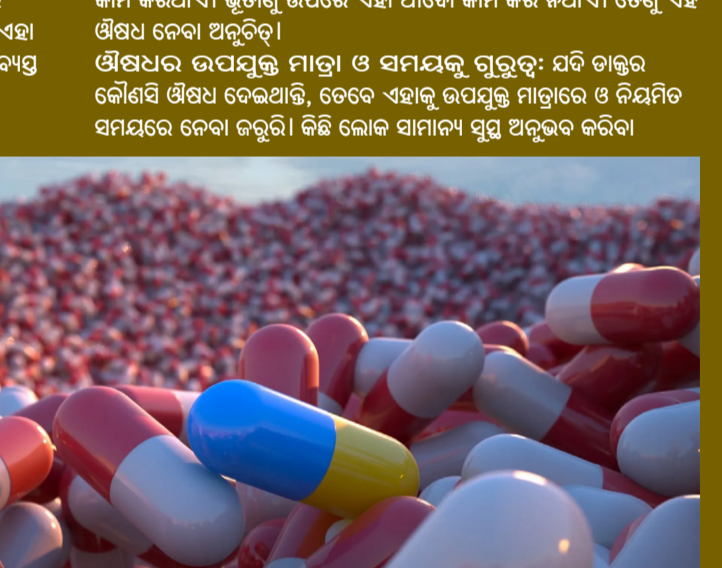


କର୍କଟ ଭାରତରେ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ସାଜିଛି। ୨୦୨୨ରେ ୧୪.୧ ଲକ୍ଷ ନୂଆ ମାମଲା ଓ ୯.୨ ଲକ୍ଷଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ରେକର୍ଡ ରହିଛି। ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ରୋଗ ବିଳମ୍ବରେ ଜଣାପଡ଼ିବା। ଚାଲିଛି ଜାଣିବା କର୍କଟ ଆତତ୍ୟାନ୍ତ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଜଣାପଡ଼ିବାର କାରଣ କି? କର୍କଟ ରୋଗ ଗମ୍ଭୀର ସମସ୍ୟା, ଯାହାର ନାଁ ଶୁଣିଲେ ଲୋକଙ୍କ ଭିତରେ ଭୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ। ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ମୃତ୍ୟୁର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବଡ଼ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ କର୍କଟ ସାମିଲ ରହିଛି। ରେକର୍ଡ ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ ୧୪.୧ ଲକ୍ଷ ନୂଆ କର୍କଟ ମାମଲା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିବା ସହ ୯.୨ ଲକ୍ଷଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ରେକର୍ଡ ରହିଛି। ଏହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବଡ଼ କାରଣ ହେଉଛି ରୋଗର ଚିହ୍ନରେ ବିଳମ୍ବ ହେବା। ବିଜ୍ଞାନ ଖୁବ୍ ପ୍ରଗତି କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ କର୍କଟ ରୋଗର ଚିହ୍ନ ପ୍ରାୟତଃ ସବୁବେଳେ ଆତତ୍ୟାନ୍ତ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ହେଉଛି। ଫଳରେ ରୋଗର ଚିହ୍ନ ଓ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରାୟତଃ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇପଡ଼ିଛି। କାହିଁକି ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଜଣାପଡ଼ୁନାହିଁ ତାଲୁକା ଜାଣିବା ଫରିଦାବାଦର ମେଡିକାଲ ଅକ୍ସିଜେନୋଲିସ୍ ପ୍ରଣାଳୀ ମେହେଟାଳଠାକୁ।

ରେକର୍ଡ ଉପରେ ନଜର ପକାନ୍ତୁ: ଆଭିଷିଏମ୍‌ଆର୍ ନ୍ୟାସନାଲ କ୍ୟାନ୍‌ସର ରେଜିଷ୍ଟ୍ରି ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍ ଅନୁସାରେ ୬୦ ପ୍ରତିଶତ ସର୍ଭାଇଭାଲ୍ କର୍କଟ ଓ ୫୭ ପ୍ରତିଶତ ଟ୍ରେସ୍ କର୍କଟର ଚିହ୍ନ ଖୁବ୍ ତେଜରେ ହୋଇଥାଏ। ହେଡ୍ ଆଣ୍ଡ ନେକ୍ କର୍କଟର ଚିହ୍ନ ପ୍ରାୟତଃ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଜଣାପଡ଼ିଥାଏ। ଫୁସ୍‌ସୁ କର୍କଟରେ ୪୫ରୁ ୪୮ ପ୍ରତିଶତ ମାମଲା ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ ହେବା ବେଳକୁ ଏହା ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ଅଙ୍ଗକୁ ମାଡ଼ି ସାରିଥାଏ। ସତେଜତା ଓ ସ୍ପିନ୍‌ର ଅଭାବ: ଲୋକମାନେ କର୍କଟର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ଚିହ୍ନ କରିବାକୁ ନେଇ ସେତେକ ସତେଜ ନୁହଁନ୍ତି। ଭାରତରେ ରୁଟିନ୍ ଟେକ୍‌ଅପ୍ ଓ ସ୍ପିନ୍ କରିବା ସେତେକ ବିକଶିତ ହୋଇପାରିନାହିଁ। ସ୍ପିନ୍‌ରେ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯିବା ପୂର୍ବରୁ ରୋଗ ଚିହ୍ନ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଏବେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକ ଜାଣିଥାନ୍ତି। ସାମାଜିକ ତର ଓ ସଙ୍କୋଚ: ଆଜି ବି ସମାଜରେ କର୍କଟ ହଇଜା ମୃତ୍ୟୁ ନିହିତ ବୋଲି ଧରି ନିଆଯାଏ। ତେଣୁ ଲୋକମାନେ ତରରେ କୌଣସି ଅସାମାନ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ନେଇ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କରି ନଥାନ୍ତି। ବିଶେଷକରି ମହିଳାମାନେ ସ୍ତନ କର୍କଟ ଓ ସର୍ଭାଇଭାଲ୍ କର୍କଟକୁ ନେଇ ଡାକ୍ତର ପରାମର୍ଶ ପ୍ରାୟତଃ କରି ନଥାନ୍ତି। ସଙ୍କୋଚ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବଡ଼ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ। ଲକ୍ଷଣ ସାମାନ୍ୟ ଲାଗିଥାଏ: କର୍କଟର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ହାଲୁକା ଯକ୍ଷ୍ମା, କାଶ, ଓଜନ କମିବା, ବଡ଼ ଜମା ଖୁବ୍ ସାଧାରଣ ହୋଇଥାଏ। ଲୋକମାନେ ଏହାକୁ ସାମାନ୍ୟ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବି ସାଧାରଣ ଔଷଧ ଖାଇଥାନ୍ତି। ଫଳରେ ସମୟ ଗଢ଼ିତାରେ ରୋଗ ବଢ଼ିବାରେ ମେଡିକାଲ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ଆର୍ଥିକ ବ୍ୟାଲେଜ୍: ଯାହା ପ୍ରକୃତ୍ୟା କଷ୍ଟକର ହେବା ସହ ରେଫରାଲ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ତେଜ ହୋଇଥାଏ। ଅନେକ ସମୟରେ ପ୍ରାଥମିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବେ ଯାହା ହୋଇପାରି ନଥାଏ। ଏହାବ୍ୟତୀତ ଯାହା ପାଇଁ ଅଧିକ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉଥିବା ଯୋଗୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନଥାଏ। ଭୁଲ୍ ତଥ୍ୟ: କିଛି ଲୋକ ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ସହାୟତା ନେଇ ଠାରୁ କିଛି ଘରୋଇ ଉପାୟରେ ଔଷଧ ନେବା ସହ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରିଥାନ୍ତି। ଫଳରେ ଡାକ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା କରିବା ବେଳକୁ ସମୟ ପ୍ରାୟତଃ ଶେଷ ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିଥାଏ।

ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ନେଉଛନ୍ତି କି ?

ଅଧିକ ଭାବକୁ ତ ଆପଣଙ୍କୁ ରୋଗ ହୋଇଛି, ଔଷଧ ଖାଇବା ପରେ ମଧ୍ୟ ରୋଗ ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ପଡୁନାହିଁ। ଆଜିର ଦୁନିଆରେ ଏହା ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା ଭାବେ ଉଭା ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ଏବେକାର ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳ ଜୀବନରେ ବହୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଜନିତ ସମସ୍ୟା ଚାତୁ ଭାବେ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି, ଯାହାକୁ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ରେଜିଷ୍ଟାନ୍ସ କୁହାଯାଉଛି। ସହଜରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ରେଜିଷ୍ଟାନ୍ସ ହେଉଛି ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଉପରେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଔଷଧର ପ୍ରଭାବ କମ୍ ହୋଇଥାଏ କିମ୍ବା ସ୍ତରାବହାନ ହେଉଥାଏ। ଏହି ସ୍ଥିତି ଖୁବ୍ ସ୍ଥିତିକାରକ। କାରଣ ଏହି ସମୟରେ ସାମାନ୍ୟ ରୋଗର ମଧ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡ଼େ। ଅବଶ୍ୟ ଚିକ୍ତା କରନ୍ତୁନି। ଇଣ୍ଟରାଲ୍ ମେଡିସିନ୍‌ର ସିନିୟର୍ ଡାକ୍ତର ଶ୍ରୋୟା ଶ୍ରୀବାସ୍‌ଙ୍କ ମତରେ ନିୟମିତ ଜୀବନରେ କେତେକ ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ କମ୍ କରାଯାଇପାରିବ। ଏମିତି କେତୋଟି ଅଭ୍ୟାସ ରହିଛି,



ଯାହାକୁ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ। ଡାକ୍ତର ପରାମର୍ଶ ବିନା ଔଷଧ ନିଅନ୍ତୁନି: ପ୍ରଥମତଃ କୌଣସି ରୋଗ ହେଲେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶକ୍ରମେ ଔଷଧ ନେବା ଉଚିତ୍। ବିନା ପରାମର୍ଶରେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଏହା ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇପାରେ। ଡାକ୍ତର ରୋଗ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ପରେ ହିଁ ଔଷଧ ଦେଇଥାନ୍ତି। ଭାଇରାଲ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ନିଅନ୍ତୁନି: ପ୍ରାୟ ଲୋକ ଅଣ୍ଡା-କାଶ ବା ଫୁ ହେଲେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ନେଇଥାନ୍ତି। ଏହା ଭୁଲ୍। ଡାକ୍ତରଙ୍କ ମତରେ ଏହି ସଂକ୍ରମଣ ରୁଟାଣୁ ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ କେବଳ ଜୀବାଣୁକ୍ଷୟକ ଉପରେ

ପରେ ଔଷଧ ଖାଇବା ଛାଡ଼ି ଦେବାପଡ଼ି କିମ୍ବା କେବେ କେବେ ଅଧିକ ମାତ୍ରା ନେଇଯାଇଥାନ୍ତି। ଉଭୟ ସ୍ଥିତି କ୍ଷତିକାରକ। ଔଷଧର କାର୍ଯ୍ୟ ପୂରା କରିବା ବହୁତ ଜରୁରୀ। ପୁରୁଣା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟର ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଅନୁଚିତ୍: କେବେ କେବେ ଘରର ପୂର୍ବରୁ ରହିଯାଇଥିବା ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କାହାର ଔଷଧକୁ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ୍। କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଗ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶରୀର ଅଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଔଷଧ ମଧ୍ୟ ଅଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ। ଭୁଲ୍ ଔଷଧ ଶରୀରକୁ ଖୁବ୍ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇପାରେ। ସ୍ୱଚ୍ଛତା ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ: କୁହାଯାଏ ଚିକିତ୍ସାଠାରୁ ଶେଷ ସ୍ୱଚ୍ଛତା। ଯଦି ଆପଣ ନିୟମିତ ଜୀବନରେ ସ୍ୱଚ୍ଛତାକୁ ଅନୁକରଣ କରିବା ସହ ପରିଷ୍କାର ପରିଷ୍କର ରହିବେ ଓ ଉପଯୁକ୍ତ ଟାଳିକାରଣକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି, ତେବେ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଆପେ ଆପେ ବୃଦ୍ଧିପାଇବ। ରୋଗରେ ନ ପଡ଼ିଲେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିବ ନାହିଁ। ତେଣୁ ଶରୀର ଅସୁସ୍ଥ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ହିଁ ରହିବନାହିଁ।

ଆଜିକାଲି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟର କଥା ଉଠିଲେ ମଖାଳାର କାମ ପ୍ରଥମେ ଆସିଥାଏ। ମଖାଳା କେବଳ ଏକ ସାଧାରଣ ଖାଦ୍ୟ ନୁହେଁ, ବରଂ ଏହାକୁ ସୁପର‌ଫୁଡ୍ ଭାବେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ। ଏହା ଯେତିକି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ସେତିକି ଲାଭକାରୀ ହୋଇଥାଏ। ଆଜିକାଲି ଓଜନ ବଢ଼ାଇବା, ଡାଇବେଟିସ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ସ୍ତନ୍ନ ଜୀବନଶୈଳୀ ପାଇଁ ମଖାଳା ବହୁତ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଯାଇଛି। ମଖାଳାରେ ଅନେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି। ମଖାଳାରୁ ପ୍ରୋଟିନ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ଫାଇବର, କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ, ଫସଫରସ୍, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ମିଳିଥାଏ। ଖାସ୍ କଥା ହେଉଛି ଯେ ଏଥିରେ ଚର୍ବି ଓ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲର ପରିମାଣ ବହୁତ କମ୍ ଥାଏ। ଏହା ସମସ୍ତ ବୟସ୍କର ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ହୋଇଥାଏ। ତେବେ ଆସବୁ ଏହାର ଲାଭକାରୀ ଗୁଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା। ଯେଉଁମାନେ ନିଜର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମଖାଳା ଉତ୍ତମ ବିକଳ୍ପ। ଏଥିରେ ଫାଇବର ଅଧିକ ଏବଂ କ୍ୟାଲୋରି କମ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପେଟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରଖେ। ଫଳରେ ବାଉଁଶର ଭୋକ ଲାଗେ ନାହିଁ ଏବଂ ଅଧିକ ଖାଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କମିଯାଏ। ସନ୍ଧ୍ୟା ବେଳେ ଚିଷ୍ଟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କଙ୍କ ଫୁଡ୍ ଖାଇବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଭଜା ମଖାଳା ଖାଇବା ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ହୋଇଥାଏ। ମଖାଳା ହାର୍ଟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ। ହାର୍ଟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଥିରେ ସୋଡିୟମର ପରିମାଣ କମ୍ ଏବଂ ପୋଟାସିୟମର ପରିମାଣ ଅଧିକ ଥାଏ। ଫଳରେ ଏହା ରକ୍ତଚାପକୁ ସ୍ୱଳ୍ପ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଗୁଣ



ଜଙ୍କ୍ ଫୁଡ୍ ନ ଖାଇ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ ମଖାଳା

ଶରୀରରେ ଥିବା କ୍ଷତିକାରକ ଫ୍ରୀ-ରାଡିକାଲ୍‌କୁ ନଷ୍ଟ କରି ହାର୍ଟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ। ତେଣୁ ହାର୍ଟ ସମସ୍ୟା ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିୟମିତ ମଖାଳା ଖାଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ମଖାଳା ଏକ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟ। ଏହାର ଗ୍ଲାଇସେମିକ୍ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ୍ କମ୍ ଥିବାରୁ ରକ୍ତରେ ସୁଗାର ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ବଢ଼େ ନାହିଁ। ତେଣୁ ଡାଇବେଟିସ୍ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଉଚିତ୍। ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହିତ ହାର୍ଟ ବୃଦ୍ଧି ହେବାର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ମଖାଳାରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଏବଂ ଫସଫରସ୍ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଥାଏ। ଏହି ଦୁଇଟି ତତ୍ତ୍ୱ ହାର୍ଟ ଓ ବାନ୍ଧୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ତେଣୁ ନିୟମିତ ମଖାଳା ଖାଇବା

ଦ୍ୱାରା ହାର୍ଟକୁ ମଜବୁତ କରାଯାଇପାରିବ। ମଖାଳାରେ ଥିବା ଫାଇବର ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସୁସ୍ଥ କରିଥାଏ। ଏହା କୋଲୋନିକ୍‌ସ୍‌ ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ଆରାମ ଦେଇପାରେ। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ହଜମ ଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ, ସେମାନେ ନିଜ ଚୈତିକ ଖାଦ୍ୟରେ ମଖାଳା ସାମିଲ କରିପାରନ୍ତି। ଏହା ପେଟକୁ ହାଲୁକା ରଖିବା ସହ ପାଦର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ। ମଖାଳାରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଚର୍ମକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ସତେକ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏହା ବୟସ ବଢ଼ିବାର ଲକ୍ଷଣ ଯଥା ଚର୍ମରେ କୁଜନ ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ରୋକିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଦିନସାରା କାମ କରିବା ପରେ ଅନେକ ଲୋକ କ୍ଲାନ୍ସ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି। ଏଭଳି ସମୟରେ ମଖାଳା ଏକ ଉତ୍ତମ ଏକର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଦ୍ ଭାବେ କାମ କରେ। ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଶରୀରକୁ ତୁରନ୍ତ ଶୁଦ୍ଧି ଯୋଗାଇଥାଏ। ମଖାଳା ଆଖିକୁ ଛୋଟ ଦେଖାଯାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ ଲାଭ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ଆଧୁନିକ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ଜଙ୍କ୍ ଫୁଡ୍ ପରିବର୍ତ୍ତେ ମଖାଳା ପରି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟକୁ ବାଛିବା ଏକ ବୁଦ୍ଧିମାନ ପଦକ୍ଷେପ ହୋଇପାରେ। ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ଓ ଭଲ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଚୈତିକ ଖାଇବା ଲିଷ୍ଟରେ ମଖାଳାକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ।

