



ବୁବନେଶ୍ୱର, ସୋମବାର, ଅଗଷ୍ଟ ୨୬/୨୦୧୯ (୧୭ ମୁଖ୍ୟ)

୪୫ଶ ଭାଗ ୨୭୧ ସଂଖ୍ୟା

www.orissakhabar.com/www.dharitri.com | Printed at Bhubaneswar, Sambalpur, Angul and Rayagada

|||||

ମୂଲ୍ୟ ₹୪/-



ସ୍ଵାଭାବିକ ଆଚରଣ କରନ୍ତି ଅନନ୍ୟା

ବିଳିର ଅଭିନେତ୍ରୀ ହୋଇଥୁବେ ବି ସ୍ଵାଭାବିକ ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି
ବୋଲି ଅଭିନେତ୍ରୀ ଅନନ୍ୟା ପାଞ୍ଜେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି।

୦୭ ୧୪

ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ବିରଳ ସଫଳତା

ସୁଲଜରଲାଙ୍ଗର ବାସେଲୀଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ବିଶ୍ୱ ପାରାବ୍ୟାତମିଶ୍ରନ ଚାମିଧନଶିପ୍‌ରେ ୨୩
ସର୍ବ୍ସ ପଦକ ସହ ବିରଳ ସଫଳତା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ଓଡ଼ିଶାର ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ।

ସିର୍ବୁଲୁ ଏଟିହାସିକ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ

ବାସେଲୀ (ପ୍ରେରଜରଲାଙ୍ଗ), ୨୫୮ (୨୦୧୯)

ଭାରତର ତାରକା ମହିଳା ବ୍ୟାତମିଶ୍ରନ ଖେଳକୁ ପି.ଏ. ସିର୍ବୁ ରବିବାର ତାଙ୍କ ଜାଗନ୍ମାନ କ୍ୟାରିଯରରେ ଆଉ ଏକ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣମ ସଫଳତା ପାଇଛନ୍ତି।

ସୁଲଜରଲାଙ୍ଗର ବାସେଲୀଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ବିଶ୍ୱ ପାରାବ୍ୟାତମିଶ୍ରନ ପରେ ପରେ ପରେ ପରେ ପରେ ପରେ ପରେ ୨୪ ବର୍ଷା ସିର୍ବୁ ଏକତରଣୀ ଭାବେ ସେ ଏହି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଜୀବିତ କରିଛନ୍ତି।

ରବିବାର ସମ୍ମାରେ ଖେଳାଲୁହା ଏହି ହାତଭୋଲକେବେ ମହିଳା ସିର୍ବୁ ପାଇନାଲ ମ୍ୟାର୍କୁ ୨୪ ବର୍ଷା ସିର୍ବୁ ଏକତରଣୀ ଭାବେ ୨୧-୭, ୨୧-୭ ହିତାମଳ୍କ ଗେମରେ ଓକ୍ତାରାଙ୍କ ପରାପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ସମୟ ହୋଇଥିଲା।

୪ ପ୍ରତ୍ୟେ ୧୦ ଲଙ୍ଘ ଉତ୍ତର ବିଶ୍ୱ ସିର୍ବୁ ନିଜ ଉତ୍ତର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପରିଦା ଉଠାନ ମାତ୍ର ମା ମିନିର୍ବରେ ମ୍ୟାର୍କୁ ଜୀବିତରେ ଥିଲା।

ଏହି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପରିଯୋଗ ପଦକ ନେଇଛନ୍ତି।

୨୦୧୭ ବ୍ୟାତମିଶ୍ରନ ପରେ ଖେଳାଲୁହା ଏହି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପରିଯୋଗ ପଦକ ନେଇଛନ୍ତି।

ସଂଖ୍ୟପରେ

ସରତେଗା ବୁଜ ଅଞ୍ଚଳରେ
ଲୋକେ ଆତଙ୍କିତ
ହାତ ଆକ୍ରମଣରେ ଜଣେ
ମୃତ, ଦିଷ୍ଟି ଗୁରୁତ୍ବର

ସରତେଗା/ସରତେଗା, ୨୫୮

(ଡି.ଏନ.୧): ସୁରତେଗା ଲିଲା ସରତେଗା

କୁଞ୍ଚିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଶନିବାର ରାତିରେ

ଏକ ଦତ୍ତାହାତ ତାଣ୍ଡ ବଲାଗାରୁ

ଲୋକେ ଆତଙ୍କିତ ହୋଇପଡ଼ିଛନ୍ତି ହାତା

ଆକ୍ରମଣରେ ଏହି କୁଳର କରମଣ୍ଡି

ପଥ୍ୟ ଉପର କରିବାର ଶକ୍ତି

ହାତ (୪୫) ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ

ହମିତର ପଥ୍ୟ ବାବଦିଲା ଗ୍ରାମରେ

ଏକ ଦିନତି ଗୁରୁତ୍ବ ହୋଇଛନ୍ତି ହାତା

ଯାହାର ଭାଗୀର ସବ୍ୟାପକ କ୍ଷତି

କରିଛନ୍ତି ମୃତ୍ୟୁ ପରିବାର ଲୋକଙ୍କୁ

ସମସ୍ତ ପକାର ସହାୟତା ଯୋଗାର

ଦ୍ୟାୟିତି ବୋଲି ସହାୟକାରୀ ବନସ୍ବରକଣ

କଷାଧର ବେହେରା କରିଛନ୍ତି।

ପୋଲ ତଳାରୁ ଖ୍ୟାଲିଆ ପ୍ରାକ୍ତର

୨ ମୃତ, ଜଣେ ଗୁରୁତ୍ବର

ପାଇଁ, ୨୫୮ (ଡି.ଏନ.୧):

କେବୁପ୍ରତି ଲିଲା ପାଇଁ ଥାନା

ଅଞ୍ଚଳରେ ଶନିବାର ପାଲ ଲକ୍ଷ୍ମୀ

ଏକ ଶକ୍ତି ଗୁରୁତ୍ବର ସେଥିରେ ଥାବା ଗୁରୁତ୍ବର

ମଧ୍ୟ ଜଣେ ଗୁରୁତ୍ବର ହୋଇଛନ୍ତି।

ସୁନ୍ଦର ଅନୁଯାୟୀ, ଅଖାକାଳି ପଥ୍ୟ ଉପର

ମୁଣ୍ଡଗୁଡ଼ିକାର ଗ୍ରାମର ବିଜ୍ଞାନ

କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ

ବେଳେ ବେଳକାର ବେଳକାର

ବେଳେ ବେଳକାର ବେଳକାର ବେଳକାର



Haq, ek behtar zindagi ka.



યૂટિઆલ સ્પર્ટ્સ

નિબેશક શિક્ષણ હેતુ એક પદ્ધતે | એમારું ધરિત્રી

મારાથન કથા બિંદુ કલે, આપણ મનરે દૃઢતારુ આંદોલા કાબની। એહા સુધારી હોલથાએ, હેણું દૃઢ સંકલ્પ, રણનાટ્યાંશી રથા શુંખચિત રાબે આગામું બઢીને હેણી દૃઢતારુ અંતિમ કલાયાનપારે।

બંધુરૂને પાછાનાની આગામું આપણ એહા નિબેશ અથવાકાની નોંધાની લક્ષ્ય પાર કરીશીએ।

એહિ આર્થિક મારાથન પારું પ્રસ્તુત હેબા, રણનાં પ્રસ્તુત કરીબા રથા તાથા કુંઠિબા કરીની જાપાનું બસરીને આસ્પું આનોદન કરીબા।

ସଂଖ୍ୟାପରେ

ଶରୀର ଭାଙ୍ଗି ମଧ୍ୟ
ଦୋକାନରୁ ଲୁହ
ଯାଇପର ରୋଡ, ୨୫୮ (ନ୍ତ୍ର.)

ବ୍ୟାସନଗର ପୌରପରିଷଦର

ଧରଳଗିଠିରେ ଥିବା ଏକ ସରକାରୀ

ମଦ ଦୋକାନରୁ ଶରୀରବାଟି କିମ୍ବିତ

ରାତରେ ଲୁହ ହୋଇଛି। ଦୂରମାନେ

ଦୋକାନ ଶରୀର ଭାଙ୍ଗି ଓ ଲକ୍ଷ ମଜାର

ମଦ ଲୁହ ଚେଳଥାବା ଯାଇପର ରାତ

ଆମରେ ଦୋକାନର ମାଲିକ ରାଜେନ୍ଦ୍ର

କୁମାର ରାତ ଅଭିଯୋଗ କରିଛି।

ପୋଲିସ ଦଢ଼ି ଦଳାଇଛି।

ଜିଲ୍ଲା ସାମାଜିକ

ସଂଘର ପରିବର୍ଣ୍ଣତ

କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ

ଯାଇପର ରୋଡ, ୨୫୮ (ନ୍ତ୍ର.):

ଖରଦାତାଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଆଶ୍ରି

ପ୍ରଦେଶ, ହରିଯାଳୀ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ

ରାଜ୍ୟରେ ସରକାର କତା ପଦଶେଷ

ମହାନ କିଛିତି ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟ

ସରକାରମାନେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଖରଦାତାଙ୍କ

ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ସୁରକ୍ଷା ସୁଯୋଗ ପ୍ରଦାନ

କରୁଥୁବାବେଳେ ଡେଣ୍ଟିଶା ସରକାର

ଅର୍ଥପ୍ରତି କର୍ମସାଧନ କରି ବୁଝୁବା

ଖରଦାତାଙ୍କ ଆବ୍ରାମଶଳକ ଆବଶ୍ୟକ

ସମୟରେ କୋଣ୍ଟ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ

କରାଯାଇନାହାଁ ଏବେଳେ କାରି ହୋଇଥିବା

କେବୁ ସରକାରଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗ ଗେଣେ

ଗାଲାଇନାନେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଓଡ଼ିଶା

ସରକାର ସେମାନ୍ତ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ

ନିମିତ୍ତ ପଦଶେଷ ମୁଖ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ

ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟାସନଗରରେ ହୋଇଥିଲେ

ରାଜ୍ୟର କିମ୍ବିତ ପରିବର୍ଣ୍ଣରେ ଯାଇପର

କିମ୍ବିତ କରୁଥିବା କରିବାର ପଦଶେଷ

କାର୍ଯ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ। ଏଥିରେ

କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ କରିବାର ପଦଶେଷ

ପାଇଁ କରିବାର ପଦଶେଷ

କରିବା

ବୁଦ୍ଧିକ୍ଷପତ୍ର ଫାଇଲ୍



ମୋଜା, ପୁଣି ଥାରପୁଣ୍-ଏ କଥାକୁ ଝୁଏ ଓ ଅନେକେ ବିଶ୍ଵାସ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ । ହେଲେ ସେପରି ଏକ ମୋଜା ଖୁବି ଶୀଘ୍ର ବଜାରରେ ଉପଳଞ୍ଚ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଏତିକି ମ୍ୟାଜିକ ମୋଜାକୁ ଜାପାନର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣଦିନେ ଏହାକୁ ପିଛି ଜଣେ ଅନାୟାସରେ ଯିବା ଆସିବା କରିପାରିବ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଏହି ମୋଜା ଏତେ ହାଲକୁଳା ଯେ ତାକୁ ପିଛିବା ପରେ ଜଣେ ଜାଣିପାରିବ ନାହିଁ ଯେ ସେ ହଳେ ମୋଜା ପିଛିଛି । ବିଶେଷଭାବରେ ଏତିକି ହାଇଟେକ ମୋଜା ଆଥଳେଇ ଏବଂ ପର୍ବତାରୋହାଙ୍କ ପାଇଁ ବେଶ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବ ବୋଲି ପ୍ରସ୍ତୁତକାରୀ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଆଶାପୋଷନ କରିଛନ୍ତି । ଏପରି କି ଏହାକୁ ପିଛିବା ପରେ ଆଉ ଜୋଡ଼ା ପିଛବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ତାଳାମାନୋ ନାମକ ସୁତାରୁ ଏହି ମୋଜା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି । ପିଛବା ପରେ ବେଶ ଆରାମ ଲାଗୁଥିବା ଏହି ମୋଜା ଘର ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଛିତିବ ନାହିଁ ।

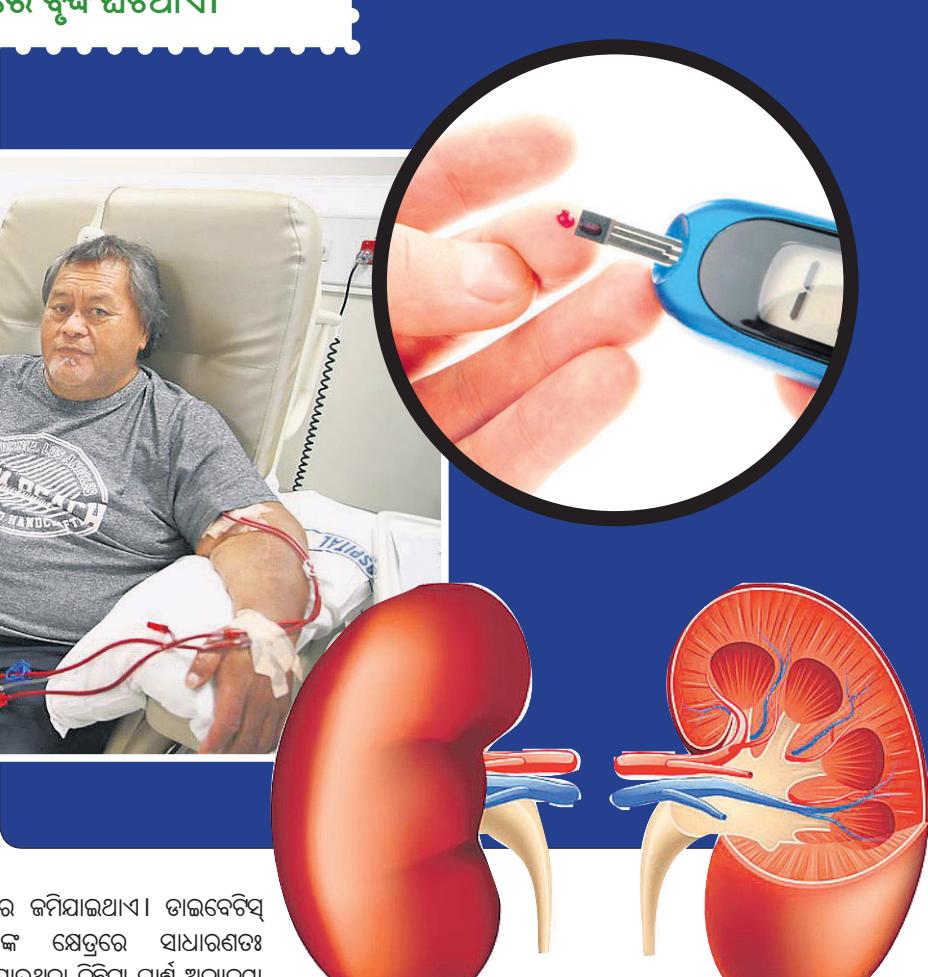
“ଡାଇବେଟିସ୍ (ମଧୁମେହ) ରୋଗୀଙ୍କ କିଞ୍ଚିତ୍ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ପରିସ୍ରାରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଆଲ୍ବୁମିନ୍ ନାମକ ଏକ ପ୍ରେଟିନ୍ ନିଷାର୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ ତେଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ବର୍ଣ୍ଣକୁ ଥରେ ପରିସ୍ରାରେ ଆଲ୍ବୁମିନ୍ ପରାକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତା ରାତିରେ ବାରଯାର ପରିସ୍ରା ଯିବା ସହ ରକ୍ତଚାପରେ ଦୃଢ଼ି ଘଟିଥାଏ”

କିମ୍ବାହୀନା ତିର୍ଯ୍ୟକ ଓ ହୃଦ୍ୟରେଣ



ନିଦ୍ରାହାନତା (ଜ୍ଞାନ୍ୟୋମିନିଆ) ଜିନ୍ ଯୋଗୁ
ହୃଦ୍ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି।
ଏତକି ଚାଞ୍ଚଳ୍ୟକର ତଥ୍ୟ ଏକ ସଦ୍ୟତମ
ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ‘ନିଦ୍ରାହାନତା ଜିନ୍
ଓ ହୃଦ୍ରୋଗ’ ଶାର୍କକ ବିଷୟକୁ ନେଇ
କାଲିପର୍ଦୀନିଆ ବିଶ୍ଵବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକମାନେ
ଗବେଷଣା କରିଥିଲେ । ଏପରି ନିଦ୍ରାହାନତା
ସହ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଭବିଷ୍ୟତରେ କେବଳ
ହୃଦ୍ରୋଗ ନୁହେଁ, ସ୍ତ୍ରୀକ ପରି ଗୁରୁତର
ସ୍ଥାପ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ବନ୍ଧାନ ହେବା ଆଶଙ୍କାକୁ
ଏତାଇ ବିଆୟାଇ ନ ପାରେ ବୋଲି
ସେମାନେ ଗବେଷଣା ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ
କରିଛନ୍ତି । ନିଦ୍ରାଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦାର୍ଘ୍ୟ ଦିନ ଧରି
ଲାଗିରହିଲେ ତାହା ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାପ୍ୟ ସମସ୍ୟାର
କାରଣ ସାଇଥାଏ । ଯଦି ଜ୍ଞାନ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ
ଆବଶ୍ୟକ ମୁତ୍ତାବକ ନିମ୍ନ ନ ଯାଆନ୍ତି ତେବେ
ତାହାର ପ୍ରଭାବ ରହୁ ସଞ୍ଚାଳନ ଉପରେ
ପଡ଼ିଥାଏ । ଫଳତଃ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ
ହୃଦ୍ରଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯିବାର ଆଶଙ୍କା
ରହିଛି ବୋଲି ସେମାନେ ସର୍ତ୍ତ କରାଇ
ଦେଇଛନ୍ତି । ଏକ ସଦ୍ୟତମ ସର୍ଜେରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି
ଯେ, ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ଵରେ ପ୍ରାୟ ୧.୭ ମିଲିଯନ
ବ୍ୟକ୍ତି ନିଦ୍ରାହାନତା ସମସ୍ୟା ସହ ଜାହିଦି ।
ତେବେ ଏପରି ସମସ୍ୟାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ
ହେଲେ ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତ୍ତାବକ
ଶୋଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ମଧୁମେଘର କିତ୍ତନୀ ସମସ୍ୟା



ଭାରତବର୍ଷରେ ମଧୁମେହ ସମସ୍ୟା ବ୍ୟାପକ ରୂପେ ବଡ଼ି ଚାଲିଛି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶ ତୁଳନାରେ ଏଥିଆ ମହାଦେଶ ତଥା ଭାରତବର୍ଷର ଲୋକେ ଏହି ଜୀବନଶୈଳୀ ଅବ୍ୟବସ୍ଥା ଜନିତ ସମସ୍ୟାରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ତଥା ଏକ ଦଶଶି ପୂର୍ବରୁ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏନ୍ତି । ତା'ଙ୍କୁ ମଧୁମେହ ଜନିତ କିଞ୍ଚିତା ଜଟିଳ ଅବସ୍ଥା ଯଥା ହୃଦୟ ଏବଂ କିଞ୍ଚିତା ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଦେଖାଯାଏ । ମଧୁମେହ ହେଉଛି କିଞ୍ଚିତା ସମସ୍ୟାର ଏକ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ୨୦ ମୀ ଗ୍ରାମ ଶତକଙ୍କା ମଧୁମେହ ରୋଗୀ କିଛି ନା କିଛି ପ୍ରକାର କିଞ୍ଚିତା ସମସ୍ୟାରେ ପାଇଁତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥୁରେ କିଞ୍ଚିତାର କୁଦ୍ର ରକ୍ତ ଶିରା ପ୍ରଶିରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ରକ୍ତରେ ଅବସ୍ଥାର ଅଦରକାରୀ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ଥା ନିଷାସିତ ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ । ଶରୀରରେ ଲବଣ ତଥା ପାଣି ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣରେ ଜମିଯାଇଥିବା ଯୋଗୁ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ସହ ପାଦପୁଲ୍ଲା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଏହାରୁତ୍ତା କିଞ୍ଚିତା କୁଦ୍ର ପରିସ୍ଥାନଙ୍କୁ କଷତିଷ୍ଠ ହେବା ଦ୍ୱାରା ପରିସ୍ଥାନଙ୍କ ଜିଆରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ପ୍ରେଟିନ୍ ଅଥବା ପୁଷ୍ଟିଶାର ନିଷାସିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଶରୀରକୁ ଅଧିକ ଫୁଲାଇ ଦେଇଥାଏ । ଏମରେ ଅଧିକତଃକାରୀ ମନାର୍ଥ ନିରନ୍ତର

ମାତ୍ରାରେ ଜନିଯାଇଥାଏ । ଡାଇବେଟିସ୍ ଗୋଗୀଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଉଥିବା କିଛିଟା ପାର୍ଶ୍ଵ ଅବ୍ୟବସ୍ଥା ଯଥା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ, ମେଦବହୁଳତା ଏବଂ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ସମସ୍ୟା କିନ୍ତମା ପ୍ରତି ଆହୁତି କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ ।

ଡାଇବେଟିସ୍ ଗୋଗୀଙ୍କ କିନ୍ତମା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ ସର୍ବପ୍ରୁଥମେ ପରିସ୍ରାରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଆଲକୁମିନ ନାମକ ଏକ ପ୍ରୋଟିନ ନିଷାଇତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଡାଇବେଟିସ ଗୋଗୀ ବର୍ଷକୁ ଥରେ ପରିସ୍ରାରେ ଆଲକୁମିନ ପରାମା କରିବା ଉଚିତ । ରାତିରେ ବାରମ୍ବାର ପରିସ୍ରା ଯିବା ସହ ରକ୍ତଚାପରେ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । କିନ୍ତମାର କାର୍ଯ୍ୟକଲାପ ଆହୁତି ବାଧାପ୍ରାୟ ହେଲେ ରକ୍ତରେ କୁଣ୍ଡ ଫୁରିଆ ନାଲଗ୍ରୋଜେନ ଏବଂ କ୍ରିଆନିମିନ ପ୍ରତି ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । କିନ୍ତମା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ କିଛିଟା ଲକ୍ଷଣ ଯଥା ବାନ୍ତି, ଓକାର ଭାବ, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା, ଭୋକ କ୍ଷୟ, ଆଲସ୍ୟତା, କ୍ଲାନ୍ତିପଣା, ମାଂସପେଶାରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ନିଦ୍ରା ତଥା ମାନସିକ ଏକାଗ୍ରତାରେ ହୁଏ, ରକ୍ତହାନତା ଆଦି ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ବାରମ୍ବାର ଶର୍ତ୍ତୁରେ ପାର ହୋଇଥାଏ

A portrait photograph of Dr. S. Venkateswaran, a man with a shaved head and a mustache, wearing a blue and white checkered shirt. He is looking directly at the camera with a slight smile.

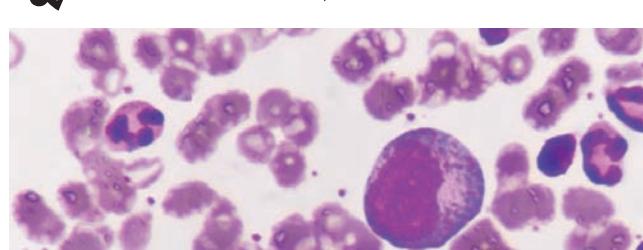
ତାଇବେଟିସ୍କେ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବା
ବଚିକାର ଆବଶ୍ୟକତା କମିଆଇଥାଏ ।
କିନ୍ତମା ସମସ୍ୟାର ଶେଷ ଅବସ୍ଥାରେ
ଅତ୍ୟଧିକ କୁଣ୍ଡଳିଆ, ଶୁଷ୍କ ଦତ୍ତା ବା ରମ୍ପ
ଏବଂ ନିପ୍ରାକୁ ହେବା ଦେଖାଯାଏ । ଏହିସ୍ତବୁ
ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଗଲେ ପ୍ରୁଣ୍ଡ ଭାକ୍ରରଙ୍ଗ
ମାରାର୍ପି ଦେବା ନବରାତ୍ରି ।

ଚକ୍ରିଆତାରୁ ନିବାରଣ ହଁ ଅଧିକତର
ଉଲା । ତେଣୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପାଇବେଟିଥେ
ଗୋଗୀ ବର୍ଷକୁ ଥରେ ରଙ୍ଗ, ପରିସ୍ରା ଆଦି
ପରାକ୍ଷମୀ କରିବା ଦରକାର । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ
ଅଭସ୍ଥାରେ କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ଜାଣିବାକୁ
ହେଲେ ଗ୍ଲୋମେରୁଲାର ପିଲାଗ୍ରେସନ୍
ରେଣ୍ ଏବଂ ଯୁକ୍ତିନ ମାଳକ୍ରାଲ କରିବା
ଉଚିତ । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ନିର୍ମିତ ହେବା
ପରେ ଏହାର ମଧ୍ୟମେହ ହଢ଼ା କିଛି ଅନ୍ୟ
ନିବାରଣ ଅଛି କି ଜାଣିବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟ
କେତୋଟି ପରାକ୍ଷମୀ କରାଯାଇଥାଏ ।
କିନ୍ତୁ ବାଯେସ୍ଟି ହେଉଛି ଏଉଳି ଏକ
ପରାକ୍ଷମୀ ଯେଉଁଥରେ ଏକ ଝୁକୁ ଦ୍ୱାରା
କିନ୍ତୁ ନାହାର କିଛି ଅଛି ମାତ୍ରାରେ କୋଷକୁ
ନାହାନ୍ତି ଅଶୁରୀକଣ ଯନ୍ତ୍ର ଜିରିଆରେ
ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଥାଏ । ପେଟର
ଅଳମ୍ବାଉଣ୍ଡ ସହ ଡିପିଏ ଏବଂ
ଟିଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏ ଆମ ଦ୍ୱାରା କିନ୍ତୁ ନାର
ବାନ୍ଦର ଦିଥା କାର୍ଯ୍ୟକରଣ ସମ୍ପର୍କ

ପୁନ ବିବରଣୀ ହାସଳ କରାଯାଇଥାଏ
ତାଙ୍କ ବେଚିଥି ରୋଗୀଙ୍କ କିଞ୍ଚିତ
ଘର୍କାଳୀନ ଭିତ୍ତିରେ ସୁଗାରୁ ରୂପେ
ମ କରିବାକୁ ହେଲେ କିଛିଟା ପଦକ୍ଷେପ
ବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ।
ଆଧ୍ୟପୟ ନିୟମନ୍ତ୍ର ତଥା ନିୟମିତ
ଯାମ ଦ୍ୱାରା ଓଜନକ୍ଷୟ ତଥା ଠିକ୍
ନ ବଜାଇ ରଖିବା ।
ରକ୍ତଶର୍କରା ନିୟମନ୍ତ୍ରରେ ରହିବ
ରକାର । ହାଇପୋଲ୍ଯୁଆରେମିଆ ଅଥବା
ରକ୍ତଶର୍କରା ଅତ୍ୟଧିକ ହ୍ରୟ କରୁଥିବ
ପାଇବା ଉଚିତ । ଅଧୁନା ପ୍ରତିକିର୍ଣ୍ଣ ନୂଆ
ପଥ ଯଥା କ୍ଲିପ୍ରିନ୍ ଏବଂ କ୍ଲିପ୍ରେଜିନ୍ ରକ୍ତ
ଶର୍କରା ନିୟମନ୍ତ୍ର ସାଥେ କିଞ୍ଚିତ ପ୍ରତି କିମ୍ବା
ଏକାରିତା ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ଅଗ୍ରିମ
ବରସାରେ ଜନସୁଲିନ୍ ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଆଶିଷ
ପେ କାମ କରିଥାଏ ।

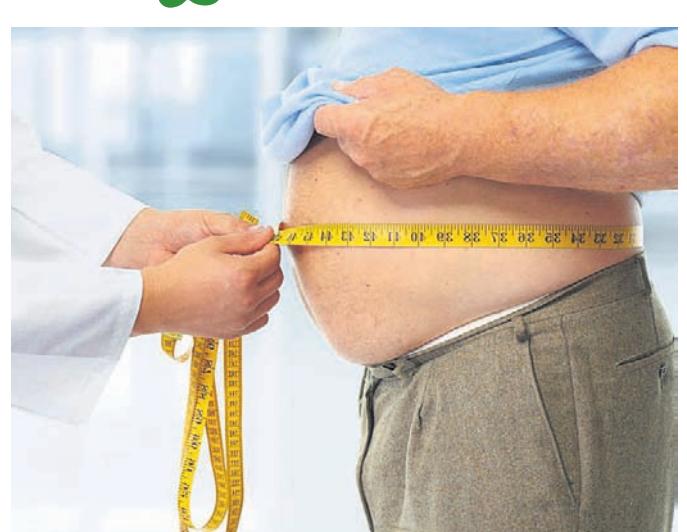
ରଜ୍ଞାପ ନିଯମଶ, ଏହି ଏବା
ଆରି ଆଦି ଔଷଧ ଏହି ଦିଗରେ
ଅଧିକ ପସାଦିଯୋଗ୍ୟ ।
ରଜ୍ଞ କୋଳେଷ୍ଟରଳ ନିଯମଶ କରିବ
ପାଇଁ ଦେଖିବ ଶୁଣିନ୍ ନାମକ ଏକ
ଔଷଧ ଉପାଦେୟ ।
ମୁତ୍ରମାର୍ଗରେ କିଛି ସଂକ୍ରମଣ ଅଥବା
ଲନ୍ଗୁଲିକ ସମୟପୂର୍ବକ ଚିକିତ୍ସା ।
ମୁତ୍ରମାର୍ଗ ଗଠନ ସମୟର
ଅସ୍ଵାଭାବିକତା ଥିଥା ପଥର ଆଦିତ
ସଂଶୋଧନ ।
କିତନୀ ପ୍ରତି କ୍ଷତିକାରକ ଔଷଧ ଯଥିବ
ପାଇବାଗରକ, ଆଶିବାଯୋକିର ଆଦିତ
ପରିହାର । ତାଙ୍କର ପରାମର୍ଶ ବିନା
ଏହାର ବ୍ୟବହାର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କ୍ଷତିକାରକ
ପୁଷ୍ଟିସାର ଜାତାଯି ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷକଟି
ଆମିଶ ଖାଦ୍ୟର କିଣିଛା କଟକଣା ।
କିମ୍ବା ପରିମାଣରେ ପାଣି ପିଲବା ସହେ
ଲାଗିବାକୁ କାହାରେ କରେ ।

ଲ୍ୟାକ୍‌ଷେମିଆର ସହା ଟିକ୍‌ଟ୍ସ



ଲୁଣ୍କେମିଆ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁସି
ଖବର। ଏହି ରୋଗର ଏକ ସରଳ
ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଶାଳୀ ନିକଟରେ ଉଭାବିତ
ହୋଇଛନ୍ତି। ଦୀର୍ଘ ୪ବର୍ଷ ଗବେଷଣା
କରି ଲଞ୍ଛନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର
ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏପରି ତଥ୍ୟ
ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆଣିଛନ୍ତି। ମଣିଷ
ଶରୀରରେ ଏପରି ଏକ ସ୍ଵଚ୍ଛ
କୋଷ ରହିଛି, ଯାହାକୁ ବିଶେଷଣ
କରି ଲୁଣ୍କେମିଆର ଚିକିତ୍ସା
କରାଯାଇପାରିବ ବୋଲି ସେମାନେ
ମରେମଣା ବିମୋର୍ତ୍ତରେ ବିମେଖ

ସତ୍ତ୍ଵକିତ ଓଜନ ପାଇଁ..



ଆଜିକାଳି ଓଡ଼ିନ ବଢ଼ିବା ଏକ ସାଧାରଣ ରଖିଲେ ତାହା ପରୋକ୍ଷରେ କେତେକ ମମମ୍ୟୁ । ଏହାର ମିଳନଶ୍ରୀରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥାଏ ପାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଦେଖାଇଲା କରୁଥିଲା କରୁଥିଲା



“ଶରୀର ତା’ର ଦୂଷିତ ବିଶ୍ଵାସ
ପଦାର୍ଥକୁ ବାହ୍ୟ ମାର୍ଗ ମୁଖ, ନାଥ
ଲୋମକୁପ, ମଳ ମୁତ୍ତ ଦ୍ଵାର
ଚକ୍ଷୁ, ନାଥ ଅନ୍ତରେ କୋଣ
ପ୍ରତୃତି ଦ୍ଵାର ଦେଇ ବାସୁ ଦ୍ଵାର
ବହାରକୁ ନିଷାନ୍ତ କରିଥାଏ
ମାତ୍ର ଆମେ ସେହି ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥ
ଦେବଙ୍କୁ ଗୋକୁଳେ ବିଜନ୍ମ
ଗୋଗଙ୍କୁ ଆମନ୍ତ୍ରା କରିବୁ, ଯାହାରୀ
ଚିକିତ୍ସାରେ ଅବହେଲା କଲେ
ଦୁରାଗୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧିରେ ରୂପାନ୍ତରିତ
ହୋଇଥାଏ”

ଶୀଘ୍ର ଗାର ତା'ର ଦୁଷ୍ଟ ବିକାଳ
ପଦାର୍ଥକୁ ବାହ୍ୟ ମାର୍ଗ ମୁଖ,
ନାସା, ଲୋମକୁପ, ମଳ ମୃତ୍ୟୁ ହାର,
ଚଷ୍ଟ, ନାୟା ଅନ୍ତର୍ଗତ କୋଣ ପ୍ରଭୃତି
ହାର ଦେଇ ବାୟୁ ହାରା ବାହାରକୁ
ନିଷାନ୍ତ କରିଥାଏ । ମାତ୍ର ଆମେ
ସେହି ଦୂଷିତ ପଦାର୍ଥ ବେଗକୁ ରୋକିଲେ
ବିତିନ ରୋଗକୁ ଆମନ୍ତର କରିବୁ,
ଯାହାକି ଚକିତ୍ସାରେ ଅବହେଲା କଲେ
ଦୁରାଗୋଧ୍ୟ ବ୍ୟାଧିରେ ରୂପାନ୍ତରିତ
ହୋଇଥାଏ । ସେହି ଅଧାରଣୀୟ
ବେଗରୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ମଳ, ମୃତ୍ୟୁ,
ଶୁଦ୍ଧ, ଅପାନବାୟୁ(ମଳହାର ଦେଇ
ନିର୍ଗମନ ବାୟୁ), ବମନ ବା ବାନ୍ତି,
ଛିଙ୍କ, ଉଦଗାର, ହାଇ ମାରିବା, ଅଶ୍ଵ
ବା ଲୋତକ ସ୍ରାବ ହାରା ଅଦରକାରୀ
ପଦାର୍ଥ ଶରୀରରୁ ବାହାରି ଯାଇଥାଏ,
ମାତ୍ର ଏହି ବେଗକୁ ରୋକିଲେ କେଉଁ
ଗୋଗ ହୋଇଥାଏ, ସେହି ବିଷୟରେ
ସମ୍ୟକ ଆଲୋଚନା କରିବୁ ।
ମଜ ବୈଷ : ମଜ ବୈଷର ରୋକିଲେ

A close-up photograph of a woman with long, dark brown hair and bangs. She is wearing a white, collared shirt. Her eyes are closed, and she is holding a white tissue against her nose with both hands, as if she is sneezing or has just sneezed. Her facial expression is one of discomfort or pain. The background is out of focus, showing what appears to be an indoor setting.

ଅଶ୍ରୁ ବେଗ : ଅଶ୍ରୁବେଗକୁ ଆଚକାଳଲେ ପ୍ରତିଶ୍ୟାୟ(ରିନଟିଙ୍), ନେତ୍ରରୋଗ ହୃଦୟରୋଗ, ଭୋକନରେ ଅରୁଚି, ମୂଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା ଦେଖାଯାଏ । ଏଥରେ ଶୀଘ୍ର

ମୁକ୍ତ ବେଗ : ମୁକ୍ତ ବେଗକୁ ରୋକିଲେ
ମୁହଁଥଳି ଓ ଲିଙ୍ଗରେ ଶୁଣ, ମୃତ୍ତବ୍ରାତା,
ପୁଣ୍ୟନ୍ଦନା ହୋଇଥାଏ । ଉଦ୍‌ଦିଷ୍ୟତରେ
ବୃକ୍ଷ ରୋଗ ଦେଖାଯାଏ ।

ଶୁଦ୍ଧ ବେଗ : ଶୁଦ୍ଧ ବେଗକୁ
ଅନକାଇଲେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଵଳନ ସମ୍ମୂର୍ଖ
ତୁପେ ନ ହୋଇ ପାରି ଅଣ୍ଣକୋଷରେ
ଶୁଣ, ଅଙ୍ଗମର୍ଦ୍ଦ(ଅଙ୍ଗରେ ପାଢ଼ି),
ପାଦମର୍ଦ୍ଦ, ପାତାମର୍ଦ୍ଦ, ପାତାମର୍ଦ୍ଦ
ଓ ପ୍ରିୟବାକ୍ୟ ଶ୍ରବଣ ଶ୍ରେୟଦ୍ୱର ।

ନିଦ୍ରା ବେଗ : ନିଦ୍ରା ବେଗକୁ ରୋକିଲେ
ହାଇମାରିବା, ନିଦ୍ରା, ଶିରଫଶୁଳ, ନେତ୍ର
ଗୁଡ଼ତା ବୋଧ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିଚେ
ବିଶ୍ଵାମ ମେବା ଉଚିତ ।

ଏଣୁ ପ୍ରତି ରୋଗ ଆରମ୍ଭ କାରଣ
ଖେଳି ତା'ର ଟିକିଷା କଲେ ତାହା
ସମ୍ମୂର୍ଖ ଆଗୋର୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ମାତ୍ର
ପାଇଁ କିମ୍ବା ମାତ୍ର 15-20 ମିନିଟ୍ସିରିଜ୍

ହୃଦୟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ମୁକ୍ତ ରହ ରହ
ଆସିବା ଦେଖାଯାଏ ।
ଅପାନିବାୟୁ : ଏହାର ନିର୍ମଳ ବେଗକୁ
ଗୋକିଲେ ଫେଶମୁକ୍ତ ମୁକ୍ତ, ସ୍ରାବ, ମନ
ଠିକ୍ ରୂପେ ନିଷାସନ ନ ହେବା, କ୍ଳାନ୍ତି,
ଉଦୟପାଢ଼ା ହୋଇଥା ।
ବମନ ବେଗ : ବମନ(ବାନ୍ତି)
ବେଗକୁ ରୋକିଲେ ଶରୀରରେ
କଣ୍ଠ(କୁଞ୍ଚିତହେବା), ଭୋଜନରେ
ପାନ୍ତି, ପ୍ରେସ୍, ୧୯୧୯, ୧୦୩



**ବୃତ୍ତୀୟ ଥର ପାଇଁ ଜାତୀୟ ଦଳର ମୁଖ୍ୟ କୋର ହେବା ଲାଗି
ମାନସିକ ସ୍ଵରରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ନ ଥିବାରୁ ମୁଁ ଏଥର ବୋଲିଂ କୋର ପାଇଁ
ଆବେଦନ କରିଛି—ଥିକାର ଯୁମିସ, ପୂର୍ବତନ ପାକିସ୍ତାନ ଅଧିନାୟକ**

ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗଳ ଗ୍ରାଣ୍ଡମାମରେ ରୋଜର ଫେତରରଙ୍କ ରେକର୍ଡକୁ ଭାଙ୍ଗିବାରିକି କି ନା ଲୋକେ ଯାହା ଆଲୋଚନା କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ମୋ ପାଇଁ ପ୍ରେରଣା ସଦୃଶୀ-ମୋଭାକ ଜୋକୋତ୍ତର, ସର୍ବୀଯ ଖେଳାଳି



ଶିଖରରେ ସିଦ୍ଧାଂତର ପ୍ରମାଣକୁ ନେଇବାରେ



ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟାଜମଣ୍ଡଳ ଚାର୍ଷିକାନଗିପା

ବାସେଲ (ସୁଇଜରଲାଣ୍ଡ), ୨୫୮ (ପି.ଟି.)

ଭାରତୀୟ ଖେଳାଳିଭାବେ ପି.ଭ. ସିନ୍ହା ବ୍ୟାତିର୍ମାଣର ସର୍ବୋତ୍ତମା ପ୍ରତିଯୋଗିତା ବିଜ୍ଞାପ୍ୟଏପ୍ କିମ୍ ଚାଲିଥିଲାନାହାରେ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଜିତିବାର କାର୍ତ୍ତିମାନ ପ୍ଲାପନାମ୍ବାଦୀ କରିଛନ୍ତି । ରବିବାର ଏଠାରେ ଖେଳାଯାଇଥିବା ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ ପାଇନାଲରେ ୨୪ ବର୍ଷୀୟା ସିନ୍ହା ୧୧-୭, ୧୧-୭ ଏଥାଏଲକ୍ଷ ଗେମରେ ଜୀବନର ନୋକ୍କାମି ଓକୁହାରାକୁ ପରାପ୍ରତି କରିଛନ୍ତି । ଏହି ସମ୍ବାନନ୍ଦକ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଲଗାତର ନାଯଥର ପାଇନାଲ ଖେଳିଥିବା ସିନ୍ହା ଶେଷରେ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଜିତିବାର ସାଦ ଗାହାକୁ ପୂର୍ବରୁ ସେ ଗତ ୨୭ଟ ସଂକ୍ଷରଣରେ ପାଇନାଲରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନନ୍ଦିଅଧିକାରେ ସହକରଣି ରହିଥାଲେ ।

ଶ୍ରୀ କୃତ୍ତବ୍ୟାମୁନୀ

ଏହି ବିଜୟ ସହ ସିନ୍ଧୁ ବ୍ୟାହିଷ୍ମନର ସର୍ବୋତ୍ତମ ପ୍ରତିଯୋଗିତା
ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପର ସମସ୍ତ ପଦକ ଜୀତିବାରେ ସନ୍ଧମ
ହୋଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ସେ ୨୦୧୩ ଓ ୨୦୧୪ରେ ଏହି
ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ବ୍ରାଂଞ୍ଜ ଏବଂ ୨୦୧୭ ଓ ୨୦୧୮ରେ
ଗୌପ୍ୟ ପଦକ ଜୀତିଥିଲେ । ଏବେ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଜିତ ସେ ବିଶ୍ୱ
ଚାମିଯନଶିପର ପଦକ ସେଇ ଅଛିଆର କରିଛନ୍ତି ।
ଏଥୁଥରେ ଏହି ସନ୍ଧାନଜନକ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ମହିଳା
ସିଙ୍ଗଲ୍‌ରେ ସର୍ବାଧିକ ପଦକ ଜୀତିବାରେ ଚାଇନାର
ଖାଲ୍ ନିଙ୍ଗଙ୍କ ସହ ସିନ୍ଧୁ ସମକଷ ହୋଇଛନ୍ତି । ଖାଲ୍
ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ କ୍ୟାରିୟରରେ (୨୦୦୧ରୁ ୨୦୦୭
ମଧ୍ୟରେ) ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପର ଗୋଟିଏ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ
ଏହି ମେଡଲ୍ ଟ୍ରେନିଂ ଓ ମେଡଲ୍ କ୍ଲବ୍ କିମ୍ବାକ୍

ମନ୍ଦିର ପାନକୋଟିଙ୍ଗଠାର ଆରମ୍ଭ

ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ଭାବେ ପ୍ରକାଶ ପାଦୁଳୋନେ ବିଶ୍ୱ
ଚାନ୍ଦ୍ୟନଶିଳ୍ପରେ ପଦକ ଜିତିବାର କାର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥାପନ
କରିଥିଲେ । ୧୯୮୮ ସଂଖ୍ୟରେ ସେ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ
ଜିତିଥିଲେ । ଏହାପରେ ସାଇନ୍ସ ନେସ୍ଟାଲ ୭୦୧୪ ଓ
୭୦୧୭ରେ ଯଥାକ୍ରମେ ରୋପ୍ୟ ଓ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ ହାସଲ
କରିଥିଲେ । ସେହିଭଳି ୭୦୧୯ରେ ଭାଲା ଗୁଣ୍ଡ ଓ ଅଞ୍ଚିନୀ
ପୋନାସ୍ତା ଯୋଡ଼ି ମହିଳା ଉବ୍ଲୁରେ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ
ପାଇଥିଲେ । ସବ୍ୟତମ ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗ ଖେଳିଭାବେ ବି...
ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୀ ପାଠ୍ୟରେ ପାଠ୍ୟରେ ବୋଲି ପାଠ୍ୟରେ



ପ୍ରମୋଦ ଉଗାଳ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୫୮୮୮ (କ୍ରୀଡା ପ୍ରତିନିଧି)

ସମ୍ପ୍ରତି କ୍ୟାରିଶ୍‌ର ଉତ୍ଥାନ ପଥରେ ଥିବା ଓଡ଼ିଶାର ପାରା ବ୍ୟାହିଣୀ
ଖେଳାଳି ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ ଏବେ ଆଉ ଏକ ବିରଳ ସଂପଳତା ଅର୍ଜୁ
କରିଛନ୍ତି । ସୁଲକ୍ଷଣାଶ୍ଵର ବାସେଲଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ବିଶ୍ୱ ପାରା
ବ୍ୟାହିଣୀ ବାଣିଯନଶିପ୍‌ରେ ତବଳ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ଏ
ଓଡ଼ିଆ ତାରକା । ସେ ଉତ୍ତର ସିଙ୍ଗଲ୍ ଓ ତବଳରେ ଚାଇଲେଟ ଅର୍ଜୁ
କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ପାରା ଆଥଲେଟ ଭାବେ ସେ ଏହି କୃତି
ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି । ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠାତ ସିଙ୍ଗଲ୍ ପାଇନାଲରେ ସେ ଲଞ୍ଚିତ
ଡାନ୍ତିଲ ବିଥେଲଙ୍କୁ ୨୧-୧୧, ୨୧-୧୪, ୨୧-୧୫ ପାଇଷରେ ପରା
କରି ଚାମିଯନ ହୋଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ
ସେବରେ ପଛରେ ପଡ଼ିଯାଇଥିଲେ
ହେଁ ଚାପର ବଶବର୍ଜୀ ନ
ହୋଇ ପ୍ରମୋଦ ବ୍ୟାହି
ସେବରେ ଚମକ୍ଷାର
ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିଥିଲେ ।
ଧୈର୍ୟ ବଜାୟ ରଖି
ସେ ତୁଟୀୟ ତଥା ଅତିମ
ସେବରେ ପ୍ରତିପକ୍ଷ ଲଙ୍ଘଣ
ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ମାତ୍ର ଦେଇଥିଲେ ।
ଭାରତର ଅନ୍ୟତମ
ଖେଳାଳି ମନୋଜ ସରକାରଙ୍କୁ
ସାଥୀରି ପ୍ରମୋଦ ଶନିବାର ରାତିରେ ତ ବିଲ
ଚାମିଯନ ହୋଇଥିଲେ । ପ୍ରମୋଦ-ମନୋଜ ପାଇନାଲରେ ଅନ୍ୟତମ
ଭାରତୀୟ ଯେତ୍ରି ତରୁଣ ଓ ନିତେଶ କୁମାରଙ୍କୁ ୧୪-୨୧, ୨୧
୧୪, ୨୧-୧୬ରେ ହରାଇ ଏହି ସଂପଳତା ପାଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ୪ ବିଲ
ବଯସରେ ବାମଗୋଡ଼ ପୋଲିଓ ଯୋଗୁ ଭିନ୍ନମାନ ହୋଇଯାଇଥିଲୁ
ପ୍ରମୋଦ ଅସୀମ ସାହସ ଓ ଧୈର୍ୟର ପରିବନ୍ଧ ଦେଇ ଆଜି ଏଠାରେ
ପହଞ୍ଚ ପାରିଛନ୍ତି । ଏହାଙ୍କୁ ମିଶାଇ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍କ୍ରାପରେ ପ୍ରମୋଦ
ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ୨୧ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଆର ୩ ରୌପ୍ୟ । ଏଥମଧ୍ୟରେ କେବଳ
୨୦୧୯ରେ ହେଁ ସେ ପାଇଛନ୍ତି ୧୦ଟି ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ, ୨ ରୌପ୍ୟ ଏବଂ ୨ ବ୍ରୋ
ପଦକ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରମୋଦଙ୍କ ନିକଟରେ ରହିଛି ଜାତୀୟ ସ୍କ୍ରାପ
ଗାୟ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ୧୨ ରୌପ୍ୟ ପଦକ । ଦୃଢ଼ମାନ ପ୍ରମୋଦ ଓଡ଼ିଶା
ଅକ୍ଷ୍ୟମ ଖେଳାଳି ଭାବେ ଅର୍ଜନ ପୁରସ୍କାର ପାଇବାକୁ ମନୋଜ
ହୋଇଛନ୍ତି । ଅଗ୍ରଷ୍ଟ ୨୧ ଜାତୀୟ କ୍ୟାରିଶ୍ ଦିବସ ଅବସରରେ ଅର୍ଜନ
ପୁରସ୍କାରରେ ସନ୍ମାନିତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପ୍‌ରେ ୨
ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଅର୍ଜନ କରି ନିଜ ଚମିଯନକୁ ଯଥାର୍ଥ ପ୍ରମାଣିତ କରିଛନ୍ତି

ବିଶ୍ୱ ପାରା ବ୍ୟାତ୍ମିଷ୍ଟନ ଚାଷିଷ୍ଟନଶିଳ

ସଂକ୍ଷେପରେ...

- ନାମ: ପ୍ରମୋଦ ଉଗତ
 - ଜନ୍ମ: ୪ ଜୁନ ୧୯୮୮
 - ଜନ୍ମସ୍ଥାନ: ଅତାବିରା, ବରଣତ୍ତୁ
 - ସ୍ଵାର୍ଚ: ବ୍ୟାଚମିଶ୍ରନ
(ୱେବଲ୍-୩)
 - ଟ୍ରେନିଂ ବେସ୍: ଜିଆଇେଚ୍
ସ୍କୁଲ୍-୧, ଭୁବନେଶ୍ୱର
 - ଶାରୀରିକ ଅକ୍ଷମତାର
ପ୍ରକୃତି- ଅର୍ଥୋପେଡ଼ିକ ପୋଲିଓ
(ବାମଗୋଡ଼)
 - ମାତାପିତା: କୁସୁମ ଦେବୀ, ସ୍ଵର୍ଗତ
କେଳାସ ଉଗତ
ପ୍ରମୁଖ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସଫଳତା
 - ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ (ତବଳ୍), ଗୌପ୍ୟ
(ସିଙ୍ଗଲ୍) - ୨୦୧୪ ବିତକ୍ରୂଏଟ୍
ପାରା ବ୍ୟାଚମିଶ୍ରନ ଚାର୍ମିଯନଶିପ୍
 - ବ୍ରୋଞ୍ଜ (ସିଙ୍ଗଲ୍ ଓ ତବଳ୍) -
୨୦୧୭ ବିତକ୍ରୂଏଟ୍ ଏତିଆନ
ପାରା ବ୍ୟାଚମିଶ୍ରନ ଚାର୍ମିଯନଶିପ୍
 - ବ୍ରୋଞ୍ଜ - ୨୦୧୭ ବିତକ୍ରୂଏଟ୍
ଆର୍କ୍ ପାରା ଚାର୍ମିଯନଶିପ୍
 - ତବଳ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ (ସିଙ୍ଗଲ୍ ଓ ତବଳ୍):
୨୦୧୯ ବିଶ୍ୱ ପାରା ବ୍ୟାଚମିଶ୍ରନ
ଚାର୍ମିଯନଶିପ୍

ଶିଖିତାର ସଥ

ତୁମକୁ ଶୁଭେଳ୍ଜା । ଏହା ପୂରା ଦେଶ ପାଇଁ ଗର୍ବର ବିଶ୍ୱାସ । କୋର୍ଟରେ ତୁମ
ମ୍ୟାନିକ ବହୁ କ୍ରୀଡ଼ାବିତଙ୍କୁ ପ୍ରେରଣା ଦେବା । -ରାମନାଥ କୋବିନ୍, ରାଷ୍ଟ୍ରପତି
ଚମକ୍ରାର ପ୍ରଦର୍ଶନ । ବିଭିନ୍ନ ଏଥି ବିଶ୍ୱାସିତିଶିଖ ଜିଥିଥିବା ପୁଅମ
ଭାରତୀୟଙ୍କୁ ଶୁଭେଳ୍ଜା ।

-ସର୍ବିନ ତେଜ୍ଵଲକର, କ୍ରିକେଟର
ପୁଅମ ଭାରତୀୟ ଭାବେ ବିଭିନ୍ନ ଏଥି ବିଶ୍ୱାସିତିଶିଖ ଜିତି ସିନ୍ଧି

ଲେଖିବା ସହିତ ରଚିଛନ୍ତି । ଦେଶ ଭୂମି ପାଇଁ ଗରିବା
-କିରଣ ରିଜିଞ୍ଚୁ, କେନ୍ଦ୍ର କ୍ରୀଡ଼ାମନ୍ତ୍ରୀ

ପ୍ରପୁଣୀ ସଫଳତା			
ପ୍ରତିଯୋଗିତା	ପଦକ	ବର୍ଗ	ବର୍ଷ
ଅଲିପ୍ରିସ୍କୁ	ରୌପ୍ୟ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୭
ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପ୍	ବ୍ରୋଞ୍ଜ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୩
ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପ୍	ବ୍ରୋଞ୍ଜ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୪
ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପ୍	ରୌପ୍ୟ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୭
ବିଶ୍ୱ ଚାମିଯନଶିପ୍	ରୌପ୍ୟ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୮
ରାଜ୍ୟଗୋପ୍ତ୍ଵୀ କ୍ରୀଡ଼ା	ବ୍ରୋଞ୍ଜ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୪
ରାଜ୍ୟଗୋପ୍ତ୍ଵୀ କ୍ରୀଡ଼ା	ରୌପ୍ୟ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୮
ରାଜ୍ୟଗୋପ୍ତ୍ଵୀ କ୍ରୀଡ଼ା	ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ	ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସ	୨୦୧୮

ପାଇଁରୁ ସଞ୍ଚିତକୁ ଉପସଂହାରା: ଓହି ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି



10

ଓইଏର ସମ୍ପାଦକ ପଦବୀ ପାଇଁ ଆଶୀର୍ବାଦ
ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି । ଏଣୁ ଆଶୀର୍ବାଦଙ୍କ
ଜୟାଗାରେ ଆଗମୀ ଓସି ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ
ଏହା ପଥ ପ୍ରମୁଖ ବୋଲି ରଞ୍ଜି ହେଉଛି ।

୧୦୧୦ ମସିହାରୁ ସଞ୍ଚୟ ପାଇଁ
ସମ୍ପାଦକ ପଦବୀରେ ଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ
ଫୁରୁବଳ କ୍ରୀଡ଼ାର ଉନ୍ନତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାଓ ଓ
ସଞ୍ଚୟଙ୍କ ଭୂମିକା ବହୁ ଗୁରୁତ୍ବପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଛି ।
ଅନେକ ଜାତୀୟ ଗୁର୍ନାମୋଦ୍ଦୟ ସଫଳ ଭାବେ
ଆୟୋଜନ କରି ସଞ୍ଚୟ ନିଜ ସଙ୍ଗଠନ
ଦକ୍ଷତାର ପରିଚୟ ଦେଇଛନ୍ତି । ୧୦୧୧
ମସିହାରେ ସତ୍ତୋଷ ଗ୍ରହି, ଦୁଇ ଦୁଇଥର
ଫେରେଶନ କିପ୍ ଓ ସୁପରକିପ୍ ମଧ୍ୟ
ସଞ୍ଚୟଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଆୟୋଜନ

୪୦ରୁ ଅଧିକ ବାଳିକା ତଥା ମହିଳା ଖେଳାଳି ଓ
୧୦ରୁ ଅଧିକ ବାଳକ ତଥା ପୁରୁଷ ଖେଳାଳି ଜାତୀୟ
ଦଲରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ରବିବାର ମଧ୍ୟାହ୍ନରେ
ପାଠ କର୍ମକର୍ତ୍ତାଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ବୈୠକ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ
ହୋଇଥିଲା । ପୂର୍ବତନ ବିଧ୍ୟାୟକ ତଥା ପାଠ
ସଭାପତି ଦେବାଶିଷ ସମତରାୟ ଅଥୁରେ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା
କରିଥିଲୋ । ପାଞ୍ଚର ସମୟ ବରିଷ୍ଟ ପଦାଧିକାରୀ
ଉପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥିଲେ । ବୈୠକରେ ସଞ୍ଚାଯ ନିଜ ଲୟୁପା
ନେଇ ବିଧିବନ୍ଦ ଘୋଷଣା କରିବା ସହ ପାଠର
ପରବର୍ତ୍ତୀ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନିର୍ବାଚନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେବାଶିଷ
ଦାନ୍ତିର ସମ୍ବଲିବେ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ
କାରଣରୁ ସେ ଲୟୁପା ଦେଇଛନ୍ତି ବୋଲି ଉଲ୍ଲେଖ
କରିଛନ୍ତି । ଓସିଏ ପାଇଁ ଆଶାୟୀ ଅଛନ୍ତି ନା ନାହିଁ
ପଚାରିବାରୁ ସେ କହିଥିଲେ ଯେ, ଏବେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ
କୌଣସି ମତ ଦେଇପାରିବି ନାହିଁ । ଆଗାମୀ
ଦିନରେ କ’ଣ ପଦମେପ ରହିବ, ତାହା ସମୟ
କହିବ ବୋଲି ସଞ୍ଚାଯ କହିଛନ୍ତି । ହେଲେ ଓସିଏର
ଆଗାମୀ ନିର୍ବାଚନରେ ସମ୍ବାଦକ ପଦ ଲାଗି ସଞ୍ଚାଯ
ପ୍ରାର୍ଥପତ୍ର ଦାଖଲ କରିବା ନିଶ୍ଚିତ ବୋଲି କିଛି ବରିଷ୍ଟ

