



କରୋନା ସଂକ୍ରମଣରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁମ୍ଭୁତା ହେବା ପରେ ବ୍ରିଜେନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ବୋରିସ ଜନସନ ସୋମବାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ରୋଗବୈଷଣିକ କରାଇଛନ୍ତି। ଦେଶରୁ କରୋନା କେହଳନ ନ କରିବାକୁ ସେ ସର୍କର କରାଇଛନ୍ତି। ବ୍ରିଜେନରେ କରୋନା ପ୍ଲଟିଟର ରୁକ୍ଷର ଘନତା ପରିଚାରିବା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ତେଣୁ ଦେଶବାସୀଙ୍କୁ ଆରା କରିବିବା ପ୍ରୌଦ୍ୟ ଧରିବାକୁ ପଡ଼ିବି ବୋଲି ୧୦ ଡାରିନ୍ ସ୍କ୍ରିବ୍‌ରେ ଉଦ୍ବୋଧନ ଦେଇ ଜନସନ କରିଛନ୍ତି।



ଲକ୍ଷ୍ମୀନାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁ ଚେନ୍ନାଇର କେଯାମବେହୁ ଫ୍ଲାଇ ବଜାରରେ ବିନ୍ଦୁ ହୋଇ ନ ପାରି ଶକ୍ତିଯାତ୍ରିବା କମଳାକୁ ବ୍ୟବସାୟ ପିଣ୍ଡିଦେଇଛନ୍ତି।

ଭାରତରେ କରୋନା ସ୍ଥିତି

ରାଜ୍ୟ/ୟୁକ୍ତି	ମୋଟ ସଂକ୍ରମିତ	ଚିକିତ୍ସାଧାନ	ଆରୋଗ୍ୟ	ମୃତ୍ୟୁ
ମହାରାଷ୍ଟ୍ର	୮,୫୩୦	୨,୯୯୯	୧,୮୮୭	୩୯୯
ତମିଳନାଡୁ	୧,୩୭୭	୮୭	୧,୧୦୧	୨୪
ଡିଲାଇ	୨,୧୮୮	୧,୮୭୭	୮୭୭	୪୪
ତେଲଗୁଣା	୧,୦୦୩	୭୪୭	୮୩୭	୨୫
କେନ୍ଦ୍ର	୪୮୨	୧୭୩	୮୪୪	୪
ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ	୧,୮୭୭	୧,୪୫୭	୮୯୯	୩୦
ଆହ୍ରମିକା	୧,୧୭୭	୧୧୧	୭୩୪	୩୧
ଭାରତୀୟନାନ୍ଦନ	୨,୭୩୪	୧,୪୧୯	୭୭୯	୪୭
ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ	୨,୧୭୪	୧,୭୪୧	୮୧୮	୧୦୭
କର୍ଣ୍ଣାଟକ	୪୧୭	୩୦୦	୧୯୩	୧୯
ମୁଜରାଟ	୩,୪୮୮	୨,୯୯୯	୮୪୪	୨୭୭
ହିମ୍ପାଣା	୩୦୧	୮୪	୨୧୩	୩
ଜମ୍ବୁ-କଶ୍ମାର	୪୪୭	୩୦୪	୧୭୪	୭
ପଞ୍ଜାବ	୨୪୯	୧୪୮	୧୦୪	୨୦
ପଞ୍ଜାବ	୨୨୨	୧୧୯	୮୪	୧୯
ଓଡ଼ିଶା	୧୧୧	୭୪	୮୪	୧
ବିହାର	୨୪୪	୧୮୭	୪୭	୨
ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ	୪୧	୧୮	୧୩	-
ଆସାମ	୨୭	୮	୨୭	୧
ତମିଳନାଡୁ	୪୪	୮୮	୧୭	-
ଲଖାଣ	୨୦	୪	୧୭	-
ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶ	୪୦	୧୭	୨୨	୨
ଆଶାମାନ ଓ ନିକୋବର	୩୩	୨୨	୧୧	-
ଛଟିଶ୍ଵର	୨୭	୪	୨୭	-
ପଞ୍ଜାବ	୨	୨	୨	-
ପୁରୁଷୋଟ୍ତମ	୮	୮	୨	-
ମଣିପୁର	୨	୨	୧	-
ଅଶ୍ରାବଳ ପ୍ରଦେଶ	୧	୧	୧	-
ନାଗାଲାଙ୍ଗ	୧	୧	୧	-
ମିକୋରାମ	୧	୧	-	-
ତ୍ରିପୁରା	୨	୨	୨	-
ମୋଟ	୨୯,୨୧୯	୨୧,୨୧୯	୨୧,୨୧୯	୨୧୯

<https://www.covid19india.org> ରେଖ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ବୋଲି ୧୮ ଟଙ୍କା ମୁଦ୍ରା)



ଲକ୍ଷ୍ମୀନାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁ ଗାଢି କଳାକ ବ୍ୟବସାୟ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶର କୁହା ସହରରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

ଲକ୍ଷ୍ମୀନାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁ ଗାଢି କଳାକ ବ୍ୟବସାୟ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶର କୁହା ସହରରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

ଲକ୍ଷ୍ମୀନାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁ ଗାଢି କଳାକ ବ୍ୟବସାୟ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶର କୁହା ସହରରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

ବାୟୁରେ କରୋନାର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନ

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନ ବାୟୁରେ ଥିବା ବେଳେ କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତରିକ ଉପାଦାନରେ ଜେମ ମହିଳା ଏଲ୍‌ପିଟି ସିଲିଙ୍ଗ ପିଠିରେ ବୋହି ନେଇଛନ୍ତି।

କରୋନା ଭୂତାଣ୍ବର ଆନ୍ତ



ବୋଲିଯ୍

ତ୍ର୍ଵା ସିନ୍ଦର ଘରେଇ ଉପଚାର

ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ
ମନ୍ତ୍ରାବଳିକର ଏବଂ
ଲୋଶନ ଅଧିକ ସମୟ
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହି ନ ଥାଏ
ଏଥ୍ପାଇଁ ଘରୋଇ
ଉପଚାର ଆପଣଙ୍କୁ,
ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ତ୍ର୍ଵା ସିନ୍ଦର
ସମସ୍ୟାରୁ ମୁଣ୍ଡି ଦେବ...

ଅଳିଭୁ ଅଥିଲା : ତୁମା ସାହାଯ୍ୟରେ ନିଜ
ତ୍ର୍ଵା ସିନ୍ଦରେ ଅଳିଭୁ ଅଥିଲ ଲଗାକୁ
ଫୁଲି ହାଲକା ହାତରେ ମାସାର କରନ୍ତୁ
ପ୍ରତିଦିନ ପରି କଲେ ଦୂର ନମନୀୟ
ରହିଥାଏ ।

ନିତିଆ ତେଳ : କଟନ ବଲକ
ସାହାଯ୍ୟରେ ନିତିଆ ତେଳକୁ ନିଜ
ତ୍ର୍ଵା ସିନ୍ଦରେ ଲଗାକୁ ଏହାହାରା ସିନ୍ଦର
ଉପରେ ଜମା ହୋଇଥିବା ତେଳର
ବାଲାକୁ ରହିବ, ଯାହା କିନ୍ତୁ ପ୍ରାକୃତି
ଉପରେ ହୋଇଦେବ କରିବ ।

ମଛୁ ଓ ଶାର : ମଛୁ ଓ ଶାରକୁ
ମିଶାଇ ଏକ ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ
ଫୁଲି ୧୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ମାସକୁ
ଶପରେ ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ସହଜ ରମିଯିବ ।



ଆଜିଏହି ଓ ଯାଆକାଣ୍ଡିଶ୍ରୁ



ଡା. ସମ୍ଭିତା ନାୟକ

“ଆଜେକ ମହିଳା ସତର୍ବାବେ ଯେଉଁମାନେ ଦୁଇଟି କିମ୍ବା ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏକାଧିକ ଏହିଓ
ଗ୍ରାହ୍ୟପରରେ ଗର୍ଭବତୀ ହେବାର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ଗୋଟିଏ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର ତୁଳନାରେ ବୁଝି ପାଇଥାଏ,
ଯେବେ କି ଏକାଧିକ ଜନ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ବୁଝି ପାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।”



ଏହା ବନ୍ଦୁ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟେକ୍ଷଣ ହେଲେବାରେ ଯେବେକି ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏକାଧିକ
ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପରରେ ଗର୍ଭବତୀ ହେବାର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ଗୋଟିଏ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର ତୁଳନାରେ ବୁଝି ପାଇଥାଏ,
ଯେବେ କି ଏକାଧିକ ଜନ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ବୁଝି ପାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

କିମ୍ବା ଏହା ବନ୍ଦୁ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟେକ୍ଷଣ ହେଲେବାରେ ଯେବେକି ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

ଏହା ବନ୍ଦୁ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟେକ୍ଷଣ ହେଲେବାରେ ଯେବେକି ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏକାଧିକ
ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପରରେ ଗର୍ଭବତୀ ହେବାର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ଗୋଟିଏ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର ତୁଳନାରେ ବୁଝି ପାଇଥାଏ,
ଯେବେ କି ଏକାଧିକ ଜନ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ବୁଝି ପାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

ଏହା ବନ୍ଦୁ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟେକ୍ଷଣ ହେଲେବାରେ ଯେବେକି ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏକାଧିକ
ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପରରେ ଗର୍ଭବତୀ ହେବାର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ଗୋଟିଏ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର ତୁଳନାରେ ବୁଝି ପାଇଥାଏ,
ଯେବେ କି ଏକାଧିକ ଜନ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ବୁଝି ପାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

ଏହା ବନ୍ଦୁ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟେକ୍ଷଣ ହେଲେବାରେ ଯେବେକି ଅଧିକ ସାଇକେଲ ନେବା ପାଇଁ ଅସମ୍ଭବ,
ଏହା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ହୋଇଥାଏ ଯେବେ ଗୋଟିଏହି ଅଧିକ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର କରାଯାଇଥାଏ । ଏକାଧିକ
ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପରରେ ଗର୍ଭବତୀ ହେବାର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ଗୋଟିଏ ଏହିଓ ଗ୍ରାହ୍ୟପର ତୁଳନାରେ ବୁଝି ପାଇଥାଏ,
ଯେବେ କି ଏକାଧିକ ଜନ୍ମର ସମ୍ବନ୍ଧବିନା ବୁଝି ପାଇଥାଏ । ଏଥରେ ଥିବା ଆଜେକ କାରଣ ମଧ୍ୟରେ
ମହିଳାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ଥାପ୍ୟ ଏବଂ ଏହିଓର ଜୀବିତର କାନ୍ଦିତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

ମୋଟୋ ଟିକେନ୍

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ଟିକେନ୍ ଗ୍ରାମ୍‌ପାଇଁ ଲୁଣ ଏକ ଚାମତ, ଗୋଲମରିତ ଏକ ଚାମତ, ତେଳ ଦୁଇ ମାତ୍ରାଙ୍କ ରମଣୀ ପେଷ୍ଟ ଏକ ଚାମତ,

ତାଙ୍କଟିନ୍ ଏକ ଲାଙ୍କ, ତେଜପତ୍ର ଦୁଇଟି, ଯିଆକ ପ୍ଲେଟ ଦୁଇଟି, ଏକ ଗ୍ରାମ୍‌ପାଇଁ ଲୁଣ ଏକ ଚାମତ, ଗୋଲମରିତ ଏକ ଚାମତ, ତାଙ୍କଟିନ୍ ଏକ ଲାଙ୍କ, ତେଜପତ୍ର ଦୁଇଟି, ଯିଆକ ପ୍ଲେଟ ଦୁଇଟି, ଏକ ଗ୍ରାମ୍‌ପାଇଁ ଲୁଣ ଏକ ଚାମତ, ଗୋଲମରିତ ଏକ ଚାମତ, ତାଙ୍କଟିନ୍ ଏକ ଲାଙ୍କ, ତେଜପତ୍ର ଦୁଇଟି, ଯିଆକ ପ୍ଲେଟ ଦୁଇଟି, ଏକ ଗ୍ରାମ୍‌ପାଇଁ ଲୁଣ ଏକ ଚାମତ, ଗୋଲମରିତ ଏକ ଚାମତ, ତାଙ୍କଟିନ୍ ଏକ ଲାଙ୍କ,

