



ODISHA PUBLIC SERVICE COMMISSION, CUTTACK

NOTICE

No. 10269/PSC Dt.11.11.2022

(DR-IV) (2PH-01-2022-23)

No. D-: It is for information of all provisionally qualified candidates relating to recruitment of Assistant Section Officer, pursuant to Advertisement No. 26 of 2021-22 that the document verification will be conducted from **14.11.2022 to 18.11.2022** as per the following programme.

The candidates are required to reach the office of OPSC at 19, Dr. P.K. Parija Road, Cuttack - 753001 **30 minutes before** to commencement of document verification as per the scheduled programme.

PROGRAMME FOR VERIFICATION OF ORIGINAL CERTIFICATES/DOCUMENTS etc.

Date of Verification	Time of Verification	Roll Nos. of Candidates to be verified	Team to Verify
14.11.2022	10.00 A.M. to 12.00 P.M.	100032, 100124, 100141, 100419, 100432, 101069, 101230, 101489, 101751, 101801, 101836, 102140, 102372, 102553, 102634 = 15 Candidates	Team - I
		102817, 102884, 103271, 103479, 103653, 103872, 104287, 104878, 104914, 105644, 106068, 106132, 106157, 106441, 106480 = 15 Candidates	Team - II
		106859, 106890, 106934, 107056, 107147, 107232, 107251, 107269, 107471, 107582, 107817, 107917, 108107, 108452, 108455 = 15 Candidates	Team - III
		109349, 200272, 200593, 200664, 200791, 200996, 201048, 201342, 201444, 202410, 202544, 202716, 202724, 203208, 203469 = 15 Candidates	Team - IV
		203490, 203956, 204353, 204651, 205925, 206427, 206621, 206990, 207186, 207616, 207846, 208055, 208248, 208433, 209085 = 15 Candidates	Team - V
	12.00 P.M. to 01.30 P.M.	209126, 209235, 209275, 209514, 209546, 209681, 209811, 210250, 210367, 210448 = 10 Candidates	Team - I
		210616, 210732, 211331, 300094, 300165, 300196, 300414, 300431, 300572, 300695 = 10 Candidates	Team - II
		300993, 301039, 301048, 301180, 301406, 301563, 301570, 301642, 301820, 301988 = 10 Candidates	Team - III
		302182, 302552, 302584, 302604, 302884, 302900, 303011, 303017, 303098, 303164 = 10 Candidates	Team - IV
		303332, 303382, 303413, 303635, 303907, 303920, 303939, 303950, 304080, 304173 = 10 Candidates	Team - V
	02.30 P.M. to 04.00 P.M.	304185, 304214, 304248, 304448, 304548, 304995, 305051, 305182, 305199, 305431 = 10 Candidates	Team - I
		305468, 305587, 305714, 305939, 306165, 306276, 306348, 306599, 306645, 306688 = 10 Candidates	Team - II
		306707, 306727, 306739, 307018, 307031, 307036, 307225, 307228, 307245, 307249 = 10 Candidates	Team - III
		307349, 307505, 307547, 307581, 307637, 307640, 308008, 308025, 308029, 308135 = 10 Candidates	Team - IV
		308201, 308236, 308282, 308596, 308604, 308943, 309074, 309198, 309244, 309595 = 10 Candidates	Team - V
		309674, 309839, 309945, 309961, 310248, 310401, 310484, 310502, 310527, 310645 = 10 Candidates	Team - I
		310676, 310695, 310932, 311004, 311085, 311920, 312098, 312111, 312144, 312146 = 10 Candidates	Team - II
		312194, 312471, 312674, 312722, 312777, 312840, 312872, 313007, 313068, 313294 = 10 Candidates	Team - III
		313298, 313522, 313670, 313720, 313793, 313821, 313963, 314076, 314100, 314102 = 10 Candidates	Team - IV
		314215, 314345, 314393, 314462, 314525, 314559, 314586, 314836, 314948, 315049 = 10 Candidates	Team - V
	04.00 P.M. to 05.30 P.M.	315125, 315175, 315397, 315964, 316220, 316374, 316474, 316750, 316893, 316929, 316998, 317169, 317360, 317414, 317510 = 15 Candidates	Team - I
		317683, 317825, 317829, 318037, 318069, 318093, 318188, 318473, 318855, 318938, 318966, 319023, 319031, 319057, 319109 = 15 Candidates	Team - II
		319488, 319513, 319555, 319612, 319760, 320054, 320138, 320155, 320340, 320349, 320585, 320646, 320765, 321288, 321325 = 15 Candidates	Team - III
		321396, 321604, 321695, 321716, 321751, 321788, 322402, 322630, 322702, 322838, 322901, 323106, 323219, 323505, 323523 = 15 Candidates	Team - IV
		323549, 323954, 324163, 324491, 324503, 324547, 324642, 324701, 324789, 324896, 324934, 324973, 325044, 325137, 325165 = 15 Candidates	Team - V
		325324, 325703, 326036, 326148, 326182, 326282, 326300, 326542, 326691, 326779 = 10 Candidates	Team - I
		326813, 327001, 327271, 327282, 327829, 327881, 327982, 327999, 328053, 328172 = 10 Candidates	Team - II
		328233, 328325, 328348, 328493, 328503, 328558, 328588, 328767, 328908, 328923 = 10 Candidates	Team - III
		329135, 329144, 329158, 329188, 329320, 329393, 329516, 329669, 329670, 329674 = 10 Candidates	Team - IV
		329786, 329795, 329965, 330023, 330098, 330118, 330154, 330174, 330415, 330602 = 10 Candidates	Team - V
	15.11.2022	330758, 330843, 330996, 331000, 331013, 331035, 331574, 331662, 331859, 331892 = 10 Candidates	Team - I
		331911, 331919, 332150, 332288, 332639, 332642, 332754, 332913, 333254, 333433 = 10 Candidates	Team - II
		333568, 333625, 333633, 333669, 333685, 334156, 334172, 334267, 334300, 334340 = 10 Candidates	Team - III
		334361, 334378, 334380, 334470, 334854, 334892, 334899, 335223, 335329, 335341 = 10 Candidates	Team - IV
		335582, 335624, 335654, 335789, 336107, 336690, 336749, 336793, 336871, 336879 = 10 Candidates	Team - V
		336928, 337201, 337382, 337425, 337823, 338086, 338267, 338386, 338489, 338499 = 10 Candidates	Team - I
		338623, 338670, 338697, 338722, 338976, 339031, 339073, 339255, 339306, 339408 = 10 Candidates	Team - II
		339414, 339784, 339912, 340049, 340141, 340533, 340620, 340677, 340874, 340969 = 10 Candidates	Team - III
		341007, 341364, 341379, 341380, 341383, 341573, 341690, 341952, 342003, 342028 = 10 Candidates	Team - IV
		342054, 342107, 342124, 342126, 342187, 342280, 342333, 342616, 342734, 342873 = 10 Candidates	Team - V
	16.11.2022	343015, 343307, 343312, 343399, 343439, 343505, 343512, 343569, 343606, 343794, 343858, 343907, 343963, 344039, 344088 = 15 Candidates	Team - I
		344178, 344198, 344269, 344275, 344290, 344494, 344905, 345037, 345073, 345142, 345167, 345260, 345264, 345493, 345941 = 15 Candidates	Team - II
		345942, 346076, 346266, 346355, 346487, 346515, 346533, 346722, 346730, 346771, 346824, 347147, 347512, 347945, 348081 = 15 Candidates	Team - III
		348297, 348322, 348342, 348387, 348455, 348472, 348663, 348733, 348940, 348952, 348973, 349033, 349233, 349323, 349594 = 15 Candidates	Team - IV
		349602, 349611, 349745, 349792, 349880, 350320, 350336, 350383, 350494, 351040, 351076, 351113, 351166, 351226, 351267 = 15 Candidates	Team - V
		351286, 351325, 351541, 351565, 352259, 352389, 352758, 352901, 353011, 353364 = 10 Candidates	Team - I
		353444, 353695, 353720, 353798, 353973, 354071, 354130, 354348, 354414, 354461 = 10 Candidates	Team - II
		354547, 355255, 355873, 355911, 355952, 355991, 356118, 356184, 356335, 356418 = 10 Candidates	Team - III
		356478, 356510, 356511, 400167, 400273, 400287, 400305, 400668, 400707, 401065 = 10 Candidates	Team - IV
		401226, 401745, 401756, 401772, 401885, 401909, 401925, 402146, 402264, 402631 = 10 Candidates	Team - V
	17.11.2022	402805, 402927, 403359, 403438, 403468, 4036	

ମେଦବହୁଳତା ବିଭାଗ ଟାଇପ୍-୨ ଡାଇବେଟିସ୍ ଆଣଙ୍କୀ

ବର୍ଷାମାନ ଅନେକ ମେଦବହୁଳତା ବା ଡେବେଟିସ୍ ସହ ଜାତି। ଖାଦ୍ୟପେଯ, ଅସ୍କୁଲିଟ ଜୀବଶରୀଳ ପରି କାରଣ ଏଥୁପାଇଁ ଦ୍ୟାୟା। ତେବେ ଆମେ ନିଜ ଡିନ କିପରି ସ୍କୁଲିଟ ରହିବ ସେ ମେଲ ସର୍ଜ ରହିବା ନିହାତି ଜୁଗରା। ଯଦି ଜଣେ କ୍ଷିତି ମେଦବହୁଳତା ପରି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମାନ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ସେ ‘ଟାଇପ୍-୨ ଡାଇବେଟିସ୍’ ବ୍ୟାରା ଆକ୍ରମ ହେବାର ଯଥେଥେ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ସ୍କୁଲିଟି ଅପେ କାଲିଫର୍ମିଆର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ତେବେ ଡିନ ସ୍କୁଲିଟ ରଖିବା ଲାଗି ଖାଦ୍ୟପେଯ ପ୍ରତି ଏକ ସର୍ଜେ ଏ କଥା ଜାଣିପାଇଛି। ଦାର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ମେଦବହୁଳତା ଧାନ ଦେବା ସହ ନିଯମିତ ବ୍ୟାୟମ କରିବା ଉଚିତ।



ସହ ଜଡ଼ିତ କିନ୍ତୁ କ୍ଷିତି ବ୍ୟକ୍ତିକର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପରାକ୍ରମ କରି ସେମାନେ ଏ ବିଶ୍ୱାସରେ ଜାଣିପାଇଥିଲେ। ବିଶେଷଭାବରେ ସର୍ଜେ ପରିସରଭୂତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟକ୍ତିକଠାରେ ଡାଇବେଟିସ୍ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା ବୋଲି ସର୍ଜେ ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି।

ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ସ୍କୁଲିଟି ଅପେ କାଲିଫର୍ମିଆର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ତେବେ ଡିନ ସ୍କୁଲିଟ ରଖିବା ଲାଗି ଖାଦ୍ୟପେଯ ପ୍ରତି ଏକ ସର୍ଜେ ଏ କଥା ଜାଣିପାଇଛି। ଦାର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ମେଦବହୁଳତା ଧାନ ଦେବା ସହ ନିଯମିତ ବ୍ୟାୟମ କରିବା ଉଚିତ।

ଏ ବିଷ୍ଟର ସ୍ଵେଚ୍ଛାନ୍ତିରେ ଏ ବିଷ୍ଟର ସ୍ଵେଚ୍ଛାନ୍ତିରେ

ପ୍ରତିବର୍ଷ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖକୁ ‘ବିଶ୍ୱ ଡାଇବେଟିସ୍ ଦିବସ’ ଭାବରେ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏସିଥିଲା। ଏହି ଦିବସ ଅବସରରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷର ଏବଂ ଯେତାମାନ ପକ୍ଷର ଏବଂ ଯେତାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟକ୍ତିକଠାରେ ଡାଇବେଟିସ୍ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା ବୋଲି ସର୍ଜେ ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି।

ଏହା ଏହି ବାରାର ଉପାଦେୟତା ଯେଉଁ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଏହା ଭାବରେ ବୁଝିବା ସହ ଉପଯୋଗ କରିପାରିବା ତେବେ ତାହାର ସ୍ଵାପଳ ମିଳିବ ବୋଲି ଉଚ୍ଚ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷର ସ୍ଵତନ୍ତ୍ରମାନ ଦିଆଯାଇଛି। ଏହି ଗୋଟିଏ ବିଶ୍ୱରେ ଆମେ ସତେନେ ରହିବା ନିହାତି ଦରକାର।

ମଧୁମେହ: କିମ୍ବି କଥା



ତାଇବେଟିସ୍ ଅର୍ଥର ମଧୁମେହ ଭେଗ ପ୍ରାୟଟି ଖୁବିପୂର୍ବ ୧୯୯୦ରୁ ଜଣାପଦିତିବା ଅନୁମୋଦ୍ୟ ଯେଉଁରେ କି ପରିସ୍ଥିତି ମିଳାଇଥାଏ ଜଣାପଦିତିଥାରେ କିମ୍ବି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୭୦ରେ ପରିସ୍ଥିତି ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୮୦ରେ ଏହା ତୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୧ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ଯେ ତାଙ୍କ ସହକରଣ ଗାର୍ଲ୍ ସେକ୍ସନ୍ ସହିତ କୁଳତାରୁ ଲଜ୍ଜିନିନ ସଂଗ୍ରହ କରି ତାହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୨ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ତାଙ୍କ କରିଥିବା ଏହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୩ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ତାଙ୍କ କରିଥିବା ଏହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୪ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ଯେ ତାଙ୍କ ସହକରଣ ଗାର୍ଲ୍ ସେକ୍ସନ୍ ସହିତ କୁଳତାରୁ ଲଜ୍ଜିନିନ ସଂଗ୍ରହ କରି ତାହାର ସାମାନ୍ୟର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୫ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ତାଙ୍କ କରିଥିବା ଏହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୬ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ତାଙ୍କ କରିଥିବା ଏହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେତୁଥିବା ଜଣାପଦିତିଥାରେ ଶର୍କାର ଅର୍ଥର ପଦାର୍ଥ ଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି। ୧୯୯୭ ନଭେମ୍ବର ୧୪ ତାରିଖରେ ଜନ୍ମଲିନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ପ୍ରେତରିକ ବେତିଜକର ଜନ୍ମ ହୋଇଥାଏ।

ତାଙ୍କ କରିଥିବା ଏହାର ସାମାନ୍ୟର କରିଥିବା ଏହା କୁଳ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥର ପୁରୁଷ ସମ୍ବାଦ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ହେ

