

पं ग वा डि मा सि क  
प त्रि का

# तुबारि

## SNOW VIEW RESTAURANT

Main bazaar, Killar.  
Ph.9418571372; 9418262065

Walk-in for Mouthwatering Veg  
and non-vegetarian dishes  
Specialized in variety of Chicken dishes

### तुबारि संपादकीय टीम

- ◆ अस इ उम्मिद करं लगो से कि एण बाड़े दिन अन्तर सुआ मेहणु इस कम अन्तर सहयोग कते।
- ◆ इस तुबारि मासिक पत्रिका समाचार पत्र एकट अन्तर रिजिट्रि नेई भो। सिर्फ पांगि घाटि अन्तर पढ़ू जे इ पत्रिका शुरु कियो सि।
- ◆ तुबारि यक अवाणिज्यिक पत्रिका भो।
- ◆ तुबारि पत्रिका कोइ मेहणु, जनजाति, त संस्कृति जे गलति कडेण जे नेई छपाण लगो। अगर कोइ ई सोचता बि त अस जिम्मेवार नेई।
- ◆ छपाणे पेहले सोभ आर्टिकल दुई टाई पांगेइ मेहणु हरालो असे। इ त खुलि बोक असि कि पेहिल बार पांगवाडि लिखणे सुआ मुशकिल भुन्ति त गलति बि भुन्ति। अगर कोई लिखणे गलति असि त असि जे जरूर बोले। त अस तसे होरे संस्करण पुठ ठीक करणे कोशिश कते।
- ◆ आर्टिकलस ना मिलए, या घाटि मेहणु के मदद ना मिलए त तुबारि पत्रिका कदि बि बंद भुइ सक्ति।
- ◆ कोइ चिज छपां सि या नेई छपां जे तुबारि संपादकीय टीमे पुरा अधिकार असा।
- ◆ अस सोभि पांगि मेहणु जे हात जोड कई निवेदन कते कि, तुस बि कोइ अछा आर्टिकल, पुराणि या नौइ कथा, कहावत, कविता, त नौवे धीत (पांगवाडि अन्तर) लिख कइ छपां जे हेंचदे दिए।
- ◆ अस किलाड केन्द्रीय पुस्तकालय, त बजार ठेके भैड हरिरामे दुकान अन्तर तुबारि ड्रॉप बॉक्स पुठ बि अपुं सझाव ओर आर्टिकलस रखुं जे सुविधा कियो असि।
- ☎ 9418431531
- ☎ 9418429574
- ☎ 9418329200
- ☎ 9418411199
- ☎ 9418411599

### दस्त बिमारी त तसे इलाज

असि सोबी पता असा, पंगेई गरमी अन्तर सुआ मेहणु दस्ते बिमारी लगति, त जिशम कमजोर भोई घेन्ता। ए दस्ते बिमारी चोउर पंज किस्मे भुन्ति। एस लेख अन्तर सिर्फ से दस्ते बिमारी बारे लिखो असु जे कि गरमी अन्तर सुआ पांगेई मेहणु जे लगति तस बारे हेरते कि भाई इ बिमारी किस लगति, त एसे इलाज की कते।

पंगेई गरमी अन्तर जे दस्ते बिमारी सुआ मेहणु जे लगति तस चिकित्सा विज्ञान अन्तर "अमिब्यासिस या अमीबिक डिसेन्टरी" बोते (*Amoebiasis/Amoebic Dysentery*)। ई बिमारी पूरे दुनिया अन्तर असि। त इ बिमारी मर्द, जिल्हाणु, गभूर त स्याणे मेहणु सोबि लगति।

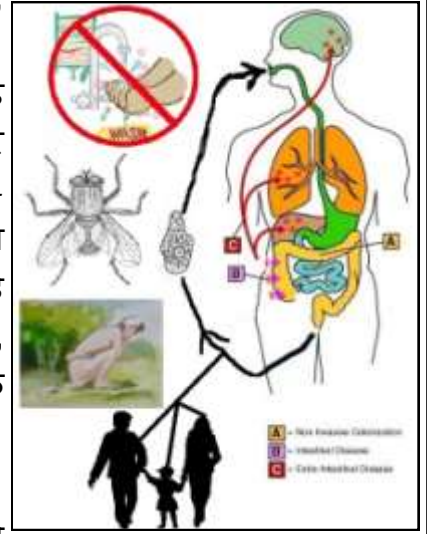
जेस जगा बिमार मेहणु छोठ बिशते, तेस जगा सुआ इ बिमारी फेलाणे बाड़े किटाणु भुन्ते। तस किटाणु जे डाक्टरि विज्ञान अन्तर 'एनटोमिबा हिस्टोलैटिका' (*Entamoeba histolytica*) बोते। इए किटाणु सिर्फ मेहणु अन्तर बढ़ सक्ते। त इए पाणि या रौंठि जुए पेट अन्तर घेन्ते त ऑन्टोडि छिचड़ा कई छते। तस बझई जुए मेहणु पेट चणंग लगति, दस्त जुए शहम एन्तु, त पता लेहु बि एन्तु। मेहणु रौंठि खांणे मन न कता त से कमजोर भोई घेन्ते।

#### इ बिमारी मेहणु कीं कई एन्ति?

इ किटाणु सुआ बझई जेई मेहणु अन्तर एन्ते। तहडि पेहलि बजह, मेहणु जपल बहार छोठ बिशते त ई बिमारी बाडि किटाणु पाणि जुएई मीते। से पोणि अगर अस अनजाणे अन्तर पीन्ते त अस बि से बिमारी लगति। या फी अगर से पाणि सब्जि जुए लगतु त से किटाणु सब्जि अन्तर बि एई घेन्ते। पता जपल अस से सब्जि सलादे ई कचु खान्ते, त ए किटाणु हें पेट अन्तर घेन्ते। दोकी बजह माछि भुन्ति। माछि गन्दि चिज खाई कई जपल हें खाणे चीज पुठ बिशित तपल बि इस बिमारी बाड़े किटाणु मेहणु अन्तर एई सक्ते। टेकी बजह इ असि कि मेहणु बहार घेणे पता अपु हतेउ साबुण जुए सुसुर न धुन्ते त ए किटाणु मेहणु पेट अन्तर घेन्ते त तस दस्ते बिमारी लगति।

#### इलाज

जपल मेहणु इ बिमारी लगति त तसे जिशम केआं सुआ पाणि छोठ जुएई बहार एई घेन्तु। मेहणु जिशम अन्तर लुण त होरे खनिज घटते त से कमजोर भोई घेन्ते। त इ कमजोरि रोकुण जे हर यक छोट जे 300 ml. ORS पाणि पीण जरूरी भुन्तु। सुआ मेहणु ई सोचते कि पाणि पीणे बोलि छोठ पोणि ई एन्तु। पर छोठ पाणि बोलि नेइ बल्कि पेट अन्तर जे किटाणु भुन्ते तसे बोलि लगति। त से किटाणु मारुं जे हस्ताइ अन्तर मेट्रोनिडाजोल त ट्रिंडाजोल त ओरिंडाजोल बगैरा दुवाई मति। ए दुवाई जी डाक्टर बोते तीं खाण। पर इ हेरण जे मेटु कि दुई, टाई रोजे पता जपल छोठ ठीक भोई घेन्तु, सुआ मेहणु दुवाई खाण बन्द कइ छते। इ बिमारी ठीक भुण जे पुरा खुराख नेण जरूरी भुन्ता। न त से बिमारी बाड़े किटाणु फी बढ़ते त होरि बिमारी बि एई सक्ति।



बहार छोठ बिशुण बोलि,  
छोठ बिशुण पता साबुण  
जुए सुसुर हतेउ न धुण  
बोलि, माछि बोलि दस्त  
बिमारी मेहणु एन्ति।

मते रोज पेहले यक राजा थिआ। तस केआं ज्यादा रुपेई केसेरि केयां नेओथ। तेस केआं सोब जिम त बग थिए। त से अपु मरजि जुएइ राज कताथ। पर से कदि खुश न भुन्ताथ कि तस केआं एति चीज असि। यक रोज से अपु नौखर जे बोता “तु धिक धरति घुम आई। इस कोणे केआं त ओस कोणे तकर। अगर कोई खुश बन्दा मेआल त तसे चलण इए घिन अई। यक लिंग अगर तसे चलण मोउ मेआल त अउं बि खुश भोई घेन्ता त रोज खुश रेहन्ता। पर अगर तु बजन चलणे आ त तें म्युकुइ अउं इठ टंगांता”। से नौखर अपु झोड़ा जुइहेरता त घेई घेन्ता। से सुआ दुर घेन्ता त तस कोइ नउ, दश मेहने भोई घेन्ते। राजा बि तस भाड़ि- भाड़ि कई बक भोई गो भुन्ता। त यक रोज से अपु महल केआं हेरता कि कउं लोटिण दी- दी कई एण लगो सा। त से जपल भेइ पुजता त राजे पता लग घेन्ता कि ए से नौखर भिन्थ। राजा हेरता कि तस नौखरे हथ खालि असे। त तेस लेहर एई घेन्ति। से बेहर घेई कई तेस नौखर जे बोता “तउ केआं यक मिनट टेम असा अपु सफाई देण जे कि तेई चलण किस नेई अणहो”। से नौखर बिचारा लेरो लेयर भोई कई बोता “महाराज, मोउ यक बन्दा मेओ थिआ जे कि हमेशा खुश रेहन्ताथ। त राजा बोता, अच्छा! त तेसे चलण किस न अणहा तेई”? त से नौखर बोता, “महाराज, जे मेहणु हमेशा खुश रेहन्ताथ, तेस केआं चलण नेओथ।

### कुछ खास खबर

- ♦ जुलाई 10 - 12 तक C.H.C. कलाइ हस्ताइ शिमले त मनाड़ी डाकटी कि टीम आओ थी। त पांगेई सुआ मेहणु टीरे त होरि बिमारी चेकत ओपेरशन करेई।
- ♦ हिमाचल प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष, ठाकुर कोल सिंह पांगेई दौरे बठ आओथिए। तेन्हि जुए पूर्व संसदीय संचिव ठाकुर सिंह भरमौरी त चुराह विधायक सुरेन्द्र भारद्वाज बि थिए।

यक जिल्हाणु ठाणदार जे...

By Shubham



ADVERTISEMENT/ BEST WISHES FOR MARRIAGES, BIRTHDAYS, RETIREMENTS Etc. Please 📞 9418429574

आपकी शहर में जल्दी खुल रहा है

# कशिश् लेडीज ब्युटी पार्लर

आपकी असली निखार, कशिश् ब्युटी पार्लर के साथ

चौंकि बाजार, किलाइ 📞 9459643463, 9459076050

हेयर ड्रेसिंग, हेयर कॉलरिंग, मेहन्दि, श्रेडिंग, वाक्सिंग, फेसियल, ब्लीच, मैनीक्योर, पेडीक्योर, ब्राइडल मेक-अप।

सबसे अब्बुल हेरण जे कशिश् ब्युटी पार्लर जरूर आए