

విషణు విజయ

ಶ್ರೀ ಹಿ ವಾರ್ತೆ ಶ್ರೀ ಜಲ ಶೈಲ

కెలవు రిహాబ్రిక్

MANA VELUGU TELUGU DAILY

వజ్రపర్మ: హిదరాబాద్

సంపుటి: 01

సంచిక: 42

ಬುಧವಾರಂ, 25 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 2024

పేజీలు 05

వేల రూ: 04/-

విలేఖనులు కావలెను...

మన వెలుగు తెలుగు దినపత్రికకు
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ లోని అన్ని జిల్లాల వారిగా స్టోప్ లిపెషీర్జ్రర్లు
మరియు నియోజకవర్గ, మండలవారిగా విలేఖియలు కావలేను.
తెలుగు భాష మీద కనీస అవగాహన కలిగివుండి, వార్తలు
రాయగిలిగిన వారికి ప్రాథాన్యత ఇవ్వబడును..

మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి..

నెట్ వర్క్ ఐంచార్జు సర్ : 9533397954

38 କାଲେଜିଆର୍ ଜୀବ୍ ଗ୍ରୂହନୀୟ କର୍ମଚାରୀ

- ◆ కాలేజీల జాబితా విడుదల చేసిన ప్రభుత్వం
 - ◆ డిగ్రీతో పాటు సరికొత్తగా నెపుణ్య డిగ్రీ
 - ◆ అన్ లైన్ పోర్ట్లు లో 10 వేల స్కూడెంట్ దేటా
 - ◆ క్యాంపస్ సెలక్షన్లు.. అన్ లైన్ సెలక్షన్లు
 - ◆ దేశంలోనే వినుతు ప్రయోగానికి నేడే |శీకారం



పైదరాబాద్: రాష్ట్రంలో ఈ ఏడాది డిగ్రీ, ఇంజనీరింగ్ లో చేరిన విద్యార్థులకు బ్యాంకింగ్ క్లైనాన్స్ ఇన్సురెన్స్ రంగంలో ఉద్యోగాలు కల్పించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కంకణం కట్టుకుంది.

రెగ్యులర్ డిగ్రీతో పాటు మిని డిగ్రీ కోర్సుగా బీఎఫ్ఎవెన్సె పైవ్యా శిక్షణాను అందించే వినూత్తు కార్యక్రమాన్ని ఈ నెల 25న (రెపు) ప్రారంభిస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి, ఐటీ శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ త్రేధరావుబు ఈ కార్యక్రమాన్ని అవిప్పురిస్తారు.

ఉన్నత విద్యామండలి గుర్తించిన 18 ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలు, 20 డిగ్రీ కాలేజీల్లో చదువుతున్న 10 వేల మంది విద్యార్థులకు ఈ శిక్షణాను అందించనుంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పట్టాలతో పాటు గ్రామీణ ప్రాంతాల విద్యార్థులకు మేలు జరిగేలా ఈ కాలేజీలను ఎంపిక చేసినంది.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అత్యధిక జాబ్ డిమాండ్ ఉన్న బీఎఫ్ఎవెన్సె సంస్లాలు అవసరమైన నిపుణులను తీర్చిదిదేందుకు ఈ కోర్సు ఉపయోగపడతాంది.

అత్యంత ఖరీదైన ఈ కోర్సును డిగ్రీ, ఇంజనీరింగ్ విద్యార్థులకు ఉచితంగా అందించనుండటం విశేషం.

ఈ ప్రోగ్రామ్లో భాగంగా శిక్షణాను అందుకుంటున్న 10 వేల మంది విద్యార్థుల వివరాలతో రాష్ట్ర ఉన్నత విద్యామండలి ప్రత్యేక ఆస్ట్రోన్ పోర్టర్ రూపొందిస్తోంది. విద్యార్థుల బయాదేటాతో పాటు చదువుతున్న కాలేజీ, వారి విద్యార్థులు, సాంకేతిక కోర్సుల అనుభవం వివరాలన్నీ అక్కడ

పొందుపరుస్తారు. బీఎఫ్‌వెస్‌ఐ రంగంలో పేరొందిన కంపెనీలు తమకు



ఆదిలాబాద్ విజెస్ వ్రాంతి ముస్లింలతో వ్రుభుత్వం చర్చలు



- శాంతి నెలకొల్పేందుకు త్వరలో ఉమ్మడి సమావేశం
 - ఆదివానీ చట్టాలను గౌరవించాలి
 - మత శక్తుల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి
 - దుష్టశక్తులు పెట్టేగే అవకాశాలకు తావివ్వేద్దు
 - యువతను సన్మార్గంలో నడిపిలా అవగాహన కల్పించండి
 - సమావేశంలో మంత్రి సీతక్క, ఘబ్బిర అలీ, వెద్దు బొజు

ఆదిలాటద లో జరిగిన షైన్సారు ఘుటన నేపత్యంలో స్థానిక ఆదివాసీ, షైనారిటీ వర్గాల మద్య సయోద్య కుదుర్చేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం పరున బేటీలు నిర్పహాస్తుంది. రెండు రోజుల క్రితం ఉట్టాన్ లో ఆదివాసీ సంఘాలతో ఆదిలాటద జిల్లా ఇంచార్జ్ మంత్రి, ఖానాపూర్ ఎమ్మెల్చే వెడ్డు బొళ్లు పటీల్ చర్చలు జిరిపగా..తాజగా షైనారిటీ వర్గానికి చెందిన పెద్దలతో మంగళవారం నాడు సచివాలయంలో ప్రభుత్వ సలహాదార పశీర్ అటీ, మంత్రి సీతక్కు ఎమ్మెల్చే వెడ్డు బొళ్లు పటీల్, ఎమ్మెల్చీ దండే విర్ల, మాజీ కేంద్ర మంత్రి వేణగోపాల చారి సమావేశం అయ్యారు. సమస్య మూలాలతో పాటు పరిపాశ్ర మార్గాలను సూచించాలని కోరగా షైనారిటీ పెద్దలు తమ అభిప్రాయాలను వ్యక్తం చేసారు. వ్యక్తిగత విభేదాలకు మతం రంగు పూస్తా..మతాల మద్య చిచ్చ పెట్టేందుకు కొన్ని రాజకీయ పక్షాలు ప్రయత్నిస్తున్నాయని, ఆ శక్తులను కట్టిది చేసేలా బందోబస్తు పెంచాలని ప్రభుత్వానికి విజిట్పై చేసారు. ఎంతో కాలంగా సఖ్యతతో నివసించిన రెండు వర్గాల మద్య షైఫమ్మాలు రెప్ప గొట్టే మూకలమై కలిన చర్చలు చేపట్టాలని కోరారు. మూడు గంటలకు పైగా సాగిన సమావేశంలో షైనారిటీ పెద్దలు వ్యక్త పరిచిన అభిప్రాయాలను సాపదానంగా

అలీ మాటల్లడుతు..మత రాజకీయాల పట్ల తమ వ్యం కలినంగా వ్యవహరిస్తుందని పోచురించారు.

నిజంం హాయం నుంచి ఆదిలాబాద్ వంటి లో సభ్యుతగా మెలిగిన ఆదివాసి, మైనారిటి వర్గాల విభేదాలు తల్లిత్తడం పట్ల మంత్రి సీతకృ విచారం వ్యక్తం. నమస్క మూలాలను గుర్తించి పరిష్కరిసామని మ. ఆదివాసీలకు ప్రత్యేక చట్టలున్నందున వాటిని చీలు గౌరవించాలని కోరారు. కొంత మంది యువకులు చేప్పలను చూపి.. మైనారిటీల పట్ల వ్యక్తిరేక భావనను చేందుకు కొన్ని దుష్ట శక్తులు ప్రయత్నిస్తాయని..అందుకే టీ యువతకు అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఆదివాసీను, మహిళలను గౌరవించేలా ప్రార్థన మందిరాల్లో హన కార్యక్రమాలు చేపట్లలన్నారు. అయితే ఏజెస్టీల్లో, వెనకబడిన ప్రాంతాల్లో పండుగా ఉపాధి ఉ అవకాశాలు లేనందున....[ప్రజలు జబ్బించులు]

యువతను తమ స్వార్థ రాజకీయాలను కొనిపించి శక్తులువాడుకుంటున్నాయని..వాటి పట్ల తమ ప్రభుత్వం కలినంగా వ్యవహారిస్తుందని తెలిపారు. ఏదన్నా సమస్యలను తలెత్తించి.. శాంతియుతంగా నిరన్నా తెలపాలి తప్పితే..చట్టాన్ని తమ చేతుల్లోకి ఏవరూ తీసుకున్న తమ ప్రభుత్వం ఒకవేళ్లించదని పోచురించారు. వర్ధాలు, కులాల మధ్య గొడవలు జరిగితే అభివృద్ధి కుంటుపడుతుందని చెప్పారు. అందుకే అన్ని వర్ధాల ప్రజలు సఖ్యతతో వెంలగాలని చెప్పారు. రెండు వర్ధాల మధ్య నెలకొన్నాలుపనమ్మకాన్ని పొణాస్తేలా ఇరు పక్షాల పెద్దలతో త్వరలో ఉమ్మడి సమావేశం ఏర్పాటు చేస్తామని ప్రభుత్వం సలహాదారు పట్టిర అలీ స్పష్టంగా చేసారు. త్వరలో సీఎంతో ఇరు పక్షాలను సమావేశ పరుస్తామన్నారు. ఖానాపూర్వి ఎమ్ముచ్చే వెడ్డా బోజ్జు పటీల్ మాట్లాడుతూ ఆదీవాసీలు ఎదుర్కుంటున్న సమస్యలను వివరించారు. అదీవాసి ఏరియా అబివృద్ధిలో, శాంతిని నెలకొలపడంలో మెనారిటిలు

ములుగు ముస్తివాలిడి బెల్లును ఔమోబంచండి

- ◆ గవర్నర్ ను విజ్ఞప్తి చేసిన మంత్రి సీతక్క
 - ◆ రాజ్ భవన లో గవర్నర్ తో భేటీ
 - ◆ జైనూర్ పరిస్థితులను గవర్నర్ కు నివేదించిన మంత్రి
 - ◆ ఆదిలాబాద్ లో పర్యాటించాలని వినతి
 - ◆ సానుకూలంగా స్పుందించిన గవర్నర్
 - ◆ ములుగును మున్సిపాలిటి గా మార్చేందుకు ప్రభుత్వం ముమ్మర ప్రయత్నాలు
 - ◆ ప్రత్యేకాయ మూరాలను అనేపిసును సరాక్



ఖుత్వం ముమ్మర ప్రయత్నాలు

నాడు ఖానాపూర్ ఎమ్మెల్స్ వెద్దా బొజ్జు పటీల్ తో కలసి రాజ్ భవన్ లో గవర్నర్ తో సమావేశమయ్యారు. ములుగు మున్సిపాలిటీ అంశంతో పాటు అదిలాబాద్ జిల్లాలోని క్లైస్టర్ ఘర్ వివరాలను గవర్నర్ కు వివరించారు. ములుగును మున్సిపాలిటీగా మారుస్తూ 2022 లో గత %దిచా% ప్రథమత్వం అసెంబ్లీలో బిల్లు పాన్ చేసింది. అయితే సాంకేతిక సమస్యలతో ఇప్పటి వరకు ములుగు మున్సిపాలిటికి నోచుకోలేదు. జీపోచెంసీ చట్ట సపరాలు బిల్లులోనే ములుగు మున్సిపాలిటీ అంశాన్ని చేప్పారు. జీపోచెంసీలో కోఆప్షన్ సభ్యుల సంఘులను 5 సుంచి 9 కి పెంచుతు, మైనారాటి కోఆప్షన్ సభ్యుల సంఘును 2 సుంచి 5 కు పెంచుతూ చట్టసపరాల చేసారు. అదే బిల్లులో ములుగు మున్సిపాలిటీ అంశం ఉండబింతో బిల్లుకు అప్పటి గవర్నర్ తమిచ్చిరై సౌందర్ రాజ్ అమోదం తెలుగపేడు. ఆ తర్వాత రాష్ట్రపతి కార్యాలయానికి బిల్లును పంపారు. దీంతో అప్పటి సుంచి బిల్లు పెండింగ్ లోనే ఉండిపోయాంది. దీంతో ఆ బిల్లును అమోదించేలా చొరవ చూపాలని మంత్రి సీతక్క గవర్నర్ ను విజ్ఞాపించేసారు. దీంతో పాటు అదిలాబాద్ లో ఈ మధ్య జరిగిన ఘర్షణ విషయాలను, ప్రస్తుతం అక్కడ నెలకొన్న పరిస్థితులను,

పాఠ్యాంగుల కోల్కతా

ಇತ್ತೀ ಸ್ವಲ್ಪಾಲು ಅವಶ್ಯಕ

- సిపిఎం పట్టణ కార్బూడర్లు

నల్గొండ ప్రతినిధి (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 24 : ఇంద్ర లేని నిరుపేద పవర్లూమ్ కార్బికులకు 120 గజాల స్థలం ఇచ్చి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఐదు లక్షల కేంద్ర ప్రభుత్వం ఐదు లక్షల రూపాయలు ఇంటి నిర్మాణానికి ఇప్పుల్ని సిపిఎం పట్టణ కార్బూడర్లీ ఎండి సలీం డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం నల్గొండ పట్టణంలోని 17,35 వార్డుల సీపీఎం శాఖ మహోనభ పద్మనగర్ లో జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సలీం మాట్లాడుతూ జీవనోపాధి కోసం విధిధ ప్రాంతాల నుండి పట్టణానికి వలన వచ్చి అద్దె ఇంద్రులో నివాసం ఉంటూ పవర్లూమ్ కార్బికులుగా జీవనోల పొందుతున్న వీరికి ఇంద్ర లేక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని అన్నారు. కుటుంబంలో ఒక మనిషి మరణిస్తే ఎక్కడ ఉంచి దహన సంస్కారాలు చేయాలో అర్థం కాని స్థితిలో కొట్టుమిట్టాడుతున్నారని అన్నారు. పవర్లూమ్ పరిశ్రమ సంక్షోభంలో చిక్కుకొని నేనిన వప్రాలు అమ్ముదుపోక సరైన కూలీ గిట్టుబాటు గాక ఆర్థికంగా ఇబ్బంది పడుతున్న పవర్ రూమ్ కార్బికులకు అద్దె ఇల్లు భారంగా మారాయని అన్నారు. ప్రభుత్వం ఇస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు అందడం లేదని అన్నారు. అర్థం కలిగిన వారందరికి ఇంద్ర ఇంద్ర స్థలాలు, పెన్సన్లు, రేషన్ కార్డలు, అంతోదయ కార్డలు ఇప్పులని డిమాండ్ చేశారు. సీపీఎం జిల్లా కమిటీ సభ్యులు దండెంపల్లి సత్తయ్య పాల్గొని ప్రసంగించారు. అనంతరం సీపీఎం శాఖ కార్బూడర్లీ గా గంజి నాగరాజు, సహాయ కార్బూడర్లీ ఎన్ కె జానీ లని ఎక్కువంగా ఎన్నుకున్నారు. సీనియర్ సభ్యులు పెండెం రాములు అధ్యక్షతన జరిగిన మహోనభలో శాఖ సభ్యులు మేడిపల్లి సత్తయ్య పోట్టబత్తుల దశరథి, పెండెం బుచ్చి రాములు, దేవులపల్లి గిరిబాబు, దౌమ్మలి యాదగిరి, బిమునపల్లి వీరయ్య, నిమ్మనగోటి సైదులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ଶବ୍ଦାଳ୍ପନ କରିବାର ପାଇଁ ମହାଶ୍ରଦ୍ଧା ଲେଖକ ପରିଷଦ



స్వాధీని: శాసన సంస్థల పుకారం, మద్దతు లేకుండా స్వాపలంబన, అభివృద్ధి చెందిన భారతదేశాన్ని నిర్మించడం సాధ్యం కాదని లోకసభ స్పీకరు ఓం బిర్లా పేర్కొన్నారు.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರಾರ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವರ್ದಿಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಿಸಿ ನೀತಿಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಿರು.

శాముస్త్ర్ల పార్లమెంటరీ అసోసియేషన్ ఇండియా రిజిస్టర్ క్రేర్చున్న, లోకసభ స్పీకరు ఓంబిర్లా అధ్యక్షత వహించారు. ఈ ఫ్లీనరీ సెప్సన్ థీమ్ సుస్టైరమైన, సమగ్ర అభివృద్ధిలో శాసనసభల పాత్రపై ప్రతినిధులు మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఓం బిర్లా మాట్లాడుతూ.. శాసనసభ తన విధులను సజ్ఞావుగా నిర్వహించడంతో సుస్టైరమైన, సమీక్షిత అభివృద్ధిని సాధించగలదని, ఇది అందరికీ సమాన అవకాశాలు కల్పిస్తుందని, సమాజంలోని అన్ని తరగతుల వారికి సమాన అవకాశాలు, సమాజంలోని బలహీన, అణగారిన తరగతులకు సమాన ప్రవేశం ఉంటుందని ఆయన అన్నారు. ఏడు దశాబ్దాల ప్రయాణంలో దేశ ప్రజల ఆకాంక్షలను నెరవేర్పడంలో తాము ఎంతవరకు సఫలమయ్యామా ఆలోచించుకోవాలని, ఈ ఆత్మపరిశీలన లేకుండా సమీక్షిత అభివృద్ధి కల సాకారం కాడన్నారు. సమీక్షిత అభివృద్ధిలో దేశ సుపరిపాలన, సామాజిక పురోగతి, ఆర్థిక వృద్ధి, పర్యావరణ సుస్టైరతతో సహా అభివృద్ధి వివిధ అంశాలను కలిగి ఉందని నొక్కి చెప్పారు. దేశ పార్లమెంటు ఆమోదించిన చారిత్రాత్మక చట్టాలు, దేశంలో అభివృద్ధిని వేగవంతం చేశాయని అన్నారు. చట్టసభల సామర్థ్యాన్ని వసితించును మెరుగుపరచడానికి సాంకేతిక వరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించాలన్నారు. ప్రజల ఆశలు, ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా పాలనా శ్వాపస్థు తీర్చిదెందడంతోనే దేశ భవిష్యత్తు ఉపయుగంగా ఉంటుందన్నారు. సమీక్షిత పాలన స్వార్థికి భారత రాజ్యాంగం బలమైన ఉదాహరణ అని అన్నారు. ప్రజాసామ్య శ్వాపస్థులో ప్రజల భాగస్థోమ్యం పెరగాలని నోక్కి చెప్పారు. శాసనసభలు అట్టడుగు స్థాయి నంస్థలతో, ముఖ్యంగా వంచాయతీర్చ నంస్థలతో కలిసి పనిచేయాలని నూచించారు. అలా చేయడంతోనే ప్రజల అవసరాలు, ఆకాంక్షలను తీర్చే తమ బాధ్యతలను మరింత సమర్పించాలని నిర్వహించగలుగుతారని అన్నారు.

ಮೊಟಕ್ ಮರ್ ಧಾನ್ಯ ಕಟ್ಟಮೆ..

మరోసారి గెలువుపై బాంబు పేట్చిన నితిన్ గడ్డరీ

ప్రధాని నరేంద్రమాణి అమెరికా పర్యాటనలో ఉన్న వేళ.. కేంద్ర మంత్రి, నాగశ్వర ఎంపీ, బీజేపీ సీనియర్ నేత నితిన్ గడ్డరీ మరో భాంబు పేల్చాడు. ఇల్లేవలను అయిన ఓ కార్బోక్షమంలో మాట్లాడుతూ.. తనకు ప్రధాని ఆఫర్ వచ్చిందని తెలిపారు. ఓ నేత తనకు ఆఫర్ ఇచ్చారని, కానీ, తాను పార్టీకి కట్టబడి ఉంటానని సున్నితంగా తిరస్కరించానని చెప్పారు. అయితే ఆఫర్ ఇచ్చిన నేత పేరు చెప్పాడనికి ఇష్టవడలేదు. గడ్డరీ వ్యాఖ్యలు సంచలనంగా మరాయి. తాణాగా ఇష్టుడు మొది 4.0 మై భాంబు పేల్చారు. అమెరికాలో ఉన్న మొది 2029లో కూడా అధికారం బీజేపీదే అని చెబుతున్నారు. పోం మంత్రి అమిత్పా కూడా అంతే కాన్ఫిడెన్స్‌తో ఉన్నారు. కానీ, మరో కేంద్ర మంత్రి నితిన్ గడ్డరీ మాత్రం 2029లో బీజేపీ గెలువు కష్టమే అంటున్నారు. సాధారణంగా దేశంలో ఏ పారీ అయినా రెండోసారి అధికారం



నితిన్ గడ్డరీకి పార్లో మంచి గుర్తింపు ఉంది. బీజేపీ జాతీయ అధ్యక్షుడిగా కూడా పనిచేశారు. వరుసగా మొది ప్రభుత్వంలో మూర్ఖుసార్లు కేంద్ర మంత్రి పదవి దక్కింది. ఆర్ఎస్‌ఎస్ నేపథ్యం ఉన్న గడ్డరీ స్వేచ్ఛగా మాట్లాడుతుంటారు. ఆవి కొన్నిసార్లు సంచలనం అవుతాయి. తాజాగా అదే జరిగింది. ‘మళ్ళీ గెలుపైమా లేదో?’ తమ వ్రభుత్వం వరుసగా నాలుగోసారి అభికారంలోకి వసుందో లేదో చెపులేం’ అని అన్నారు. మహరోప్పలో మరో కేంద్ర మంత్రి రాందాస్ అథవాలేతో కలిసి ఓ కార్యక్రమంలో పాల్చి ఇ ఆయన ఈ వ్యాక్యలు చేశారు. అథవాలే మళ్ళీ మంత్రి అవుతారో లేదో గ్యారంబీ లేదు అన్నారు. అంతలోనే నాలుక తడుముకుని.. తాను జోక్ చేసున్నా అని వాళ్ళానించారు.

ಬಾಲಲ ಅಶ್ವೀಲ ಚಿತ್ರಾಲು ಮಾಡಡಂ ನೇರಮೇ



స్వాధీని : పోక్కే చట్టం ప్రకారం బాలల పోర్సైగ్రఫీ చిత్రాలు, వీడియోలు చూడడం, వాటిని దొన్నలోడ్ చేసి నిల్వ చేసుకోవడం నేరమని సుప్రీంకోర్టు సోమవారం కీలకమైన తీర్పు ఇచ్చింది. బాలల అణ్ణిల (పోర్సైగ్రఫీ) చిత్రాలు చూసి, వాటిని దొన్నలోడ్ చేసుకున్నారు మాత్రాన ఆ చర్యలను నేరంగా పరిగణించలేమంటూ మద్రాస్ ప్రైకోర్టు గతంలో ఇచ్చిన తీర్పును ప్రధాన న్యాయమూర్తి డివై చంద్రచూడ్ నేత్తుత్తుంలోని జస్టిస్ జెట్ పార్టివాలా, జస్టిస్ మనోజ్ మిత్రాతో కూడిన త్రిసభ్య బెంచ్ తోసిపుచ్చింది. బాలలపై లెంగిక వేధింపులను నిరోధించేందుకు తీసుకొచ్చిన పోక్కే చట్టంపై సుప్రీంకోర్టు ఈ కీలక తీర్పు వెలువరించింది. తన మొబైల్లో ప్రైవేట్ పోర్సైగ్రఫీని దొన్నలోడ్ చేసుకున్న 28 సంవత్సరాల ఎన్. హరీష్ పై

నమోదు చేసిన కేసును గతంలో మద్రాస్ ప్రాకోర్సు కొట్టివేస్తూ అతనిపై త్రిమినల్ చర్యలును కూడా రద్దు చేసింది. విల్లలను శీక్షించడానికి బదులు వారికి స్వీచ్ఛ విద్యా బుద్ధులు నేర్చించే లా సమాజం పరిణితి చెందాలని సూచించింది. మద్రాస్ ప్రాకోర్సు తీర్పును ‘జప్త్ రైట్ ఫర్ చిల్డ్రన్స్ అలయన్స్’ అనే స్నేచ్ఛాంద సంస్థ సుప్రీంకోర్స్‌లో సవాలు చేసింది. ప్రాకోర్సు తీర్పును అత్యున్నత న్యాయసానం తోసిపుచ్చుతూ నిందితుడిపై త్రిమినల్ చర్యలు కొనసాగించాలని ఆదేశించింది. తీర్పు విషయంలో మద్రాస్ ప్రాకోర్సు పారపాటు చేసిందని, అందుకే దానిని పక్కన పెట్టి ఈ వ్యవహరాన్ని తిరిగి సెప్పు కోర్సుకు పోస్టుపొపును కెళిగింది.

ಅಂತ್ರಾತ್ಮಿಯ ಸಂಕೇತ ಭಾಷ್ಯ ವಾರ್ತೆತ್ತಿವಾಲು

జగిత్యల (మన వెలుగు)

సమైంబర్ 24 : సంకేత భాష
వై దివ్యాంగులు పట్టి సాధిస్తే,
బాగా చదివి, నైమణ్యం
పెంపాండించుకొని వివిధ
రంగాల్లో ఉన్నత శిబ్రాలను
అందుకునే అవకాశం
లభిస్తుందని, వికలాం గులు
అరైర్య వడకుండా వారు
అనుకున్న లక్ష్మ్యాన్ని ఛేదించి ఉ
న్నత స్తోయకి చేరుకోవాలని,
పేరొన్నాన్నరు. సోమవారం నుండి
స్తోనిక మైనారిటీ రెసిడెన్సీల్ క
చేశారు. ఈ సందర్భంగా చెవి,
తీసుకోవాలినిని వివరణ మరియ
సంకేత భాష వై విద్యార్థులక
అధికారి డా. అర్పన, శిలగడ్డ ప
సాఫ్ట్ నర్సర్ రవి, ఆరోగ్య పరచే



మౌడీ ఉక్కెలున్ అధ్యక్షుడు వోల్టోమిర్ జెలెన్స్‌న్ని కలిశారు. దైవపాళ్లిక పర్శుల్లో భాగంగావారిద్దరూ న్యాయార్థులో భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఉక్కెలున్ లో శాంతి స్థాపనకు భారత్ మదతును మౌడీ మహారూపించారు. నెల రోజుల వ్యవధిలో జెలెన్ స్టీ మౌడీల మర్యాద ఇది రెండో భేటీ కావడం గమనార్థం. ఆగస్టు 23వ తేదీన ఉక్కెలున్ పర్శుల్లో భాగంగా జెలెన్ స్టీతో సమావేశమైన మౌడీ రఘ్యాతో జరుగుతున్న యుద్ధాన్ని ముగించేందుకు, శాంతి స్థాపనకు చేరవ తీసుకుంటానని హామీ ఇచ్చారు. తాజాగా న్యాయార్థుల్లో జరుగుతున్న సమిత్య అభ్యర్థ ద ప్ర్యావర్స మీటింగ్లో కలిశారు. తమ సమావేశంపై ఇరుదేశాదినేతలు సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. మేము ఇరుదేశాల సంబంధాలను చురుకుగా ఆభిఖ్యాతి చేస్తున్నామని, వివిధ రంగాల్లో సహకారాన్ని బలోపేతం చేయడానికి కలిసి పనిచేస్తున్నామని మౌడీ వెల్డించారు. ఉక్కెలున్ లో శాంతిస్థాపన అమలుకు భారత్ కట్టుబడి ఉండనన్నారు. శాశ్వతమైన, శాంతియతమైన పరిష్కార సాధనకు భారత్ అన్ని మార్గాల్లో సిద్ధంగా ఉండనన్నారు. జెలెన్ స్టీ స్పుదిస్సూ యూఎస్ జీ 20 సదస్యులలో శాంతి సూత్రాన్ని అమలచేయడం, రెండో శాంతి శిఖాగ్ర సమావేశం వంటి పలు అంశాలపై చర్చించాడుని తెలిపారు. అలాగే సెర్వఫెస్టివాధికారం, ప్రాదేశిక సమగ్రతకు స్పృష్టమైన మదతు ఇచ్చినందుకు ఈ సందర్భంగా మౌడీకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

జెలెన్‌స్‌క్‌తెర్ ప్రధాని మాడీ బెటీ



ఉఁడి ఆప్యోరం గుళ్ళాలను ఒక వీరం..

ప్రతి తల్లి తనకు పుట్టబోయే బిడ్డ ఆరోగ్యంగా, ఫిట్టగా ఉండాలని కోరుకుంటుంది. కనీ ఈ మధ్యకాలంలో పిల్లలను ఎంత ఫిట్ గా ఉంచాలనుకున్నా, మంచి సంరక్షణ ఉన్నప్పటికీ చిన్నతనం నుండే పిల్లల్లో ఊబకాయం పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది. దీనే చిన్ననాబి ఊబకాయం అని పిలుస్తారు. ఈ ఊబకాయం మధ్యమహాం, క్యాస్టర్, గుండె సంబంధిత వ్యాధులకు కారణమవుతుంది. గర్జుధారణ సమయంలో మహిళలు తీనే వస్తువులు పిల్లల బలువును కూడా ప్రభావితం చేస్తాయని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. అందుకే మహిళలు తమ అహరం పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి. ప్రెగ్నెన్సీ సమయంలో మెడిటరేనియన్ డైట్ పాటించడం వల్ల పిల్లల్లో చిన్ననాబి ఊబకాయాన్ని నివారించవచ్చిని తాజా అధ్యయనం సూచిస్తుంది. ఈ అధ్యయనం ఇంటిపేషనల్ జర్జర్ల్ ఆఫ్ ఒబేసిస్టిల్లో ప్రచరించింది. మెడిటరేనియన్ డైట్ పాటించే స్ట్రైలకు పుట్టే పిల్లలకు ఊబకాయం వచ్చే అవకాశం కేవలం 6 శాతం మాత్రమే ఉండని తేలింది. మధ్యధరా అహరం.. ఇది మొక్కల అధారిత అహరం. ఇందులో పండ్చు, కూరగాయలు, తృణధాన్యాలు, చిక్కుచ్చు ఎక్కువగా తీసుకుంటారు. ఈ కాలంలో మీరు రెడ్ మీబ్సు నెలలో 2 నుండి 3 సార్లు మాత్రమే తినపచ్చ. ఈ ఆహారంతో వ్యాయామం చేయడం ముఖ్యం. నూనె, నెయ్య లేదా వెన్నుకు బదులుగా, అలివ్ లేదా కనోలా నూనెను ఉపయోగించాలి. ఆహారంలో రుచి పెరగాలంటే ఉపు తక్కువగా, మూలికలను ఎక్కువగా వాడతారు. గర్జుధారణ సమయంలో మధ్యధరా ఆహారం ప్రయోజనాలు... మెడిటరేనియన్ ఆహారంలో ప్రాబర్,

యాంటీఆర్కిడెంట్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు పుష్టలంగా ఉంటాయి. గర్భిణీ స్త్రీలు ఈ ఆహారాన్ని అనుసరిస్తే, పిల్లలు యుక్తపయస్సు వరకు ఊబకాయం నుంచి సురక్షితంగా ఉంటారు. గర్భధారణ సమయంలో మధ్యధరా ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల గర్భధారణ మధ్యహింపం వచ్చే ప్రమాదం కేవలం 35% తగ్గుతుంది. అలాగే కడువులో పిల్లల బరువు కూడా తక్కువగా ఉంటుంది. మధ్యధరా ఆహారం తీసుకోవడం ద్వారా, గర్భం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. బిడ్డ కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ రకమైన ఆహారంలో ఆకుపచ్చ కూరగాయలను చేర్చడం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే ఇందులో ఫోలిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది పుట్టుకత్తో వచ్చే లోపాలను నివారించడానికి అవసరం. గర్భధారణ సమయంలో మెడిటరేనియన్ డైట్‌నీ అనుసరించడం వల్ల రెండు సంవత్సరాల వయస్సులో పిల్లల అధిక బరువు లేదా ఊబకాయం వచ్చే అవకాశాలను గడసేయంగా తగ్గిస్తుందని అభ్యయనం తెలిపింది. అంతే కాదు శిశువు అనేక ఇతర వ్యాధుల నుంచి కూడా రక్కించబడుతుంది. మధ్యధరా ఆహారం సమతల్య ఆహారం. ఇందులో ఎక్కువగా పండ్లు, కూరగాయలు, బీస్, బ్రోన్ రైస్, ఆలిచ్ అయిల్, చిక్కుభూ, గింజలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం ద్వారా గర్భిణికి విటమిన్లు, పోషకాలు పుష్టలంగా అందుతాయి. ఈ ఆహారాన్ని అనుసరించేటప్పుడు, ప్రాసెన్ చేసిన మాంసం, స్నేట్లు, తీపి పాసీయాలకు దూరంగా ఉండాలి. బాల్య ఊబకాయం ప్రపంచవ్యాప్తంగా నెలకొని ఉన్న తీప్రమైన ఆరోగ్య సమస్య. భారతదేశంలో చిన్ననాటి ఊబకాయంతో బాధపడుతున్న పిల్లల సంఖ్య 2022 నాటికి 2.5 కోట్లుగా అంచనా వేశారు. బాల్య స్వాల్కాయానికి చాలా కారణాలు ఉన్నప్పటికీ, గర్భిణీ ఆహారం కూడా ఇందులో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుందటన్నారు నిపటులు. గర్భధారణ సమయంలో పోషకాహారం లోపించిన మహిళల పిల్లలు 2 నుంచి 4 సంవత్సరాల వయస్సులో ఊబకాయం చెందడం ప్రారంభిస్తారు. ఇందుకి కథి పోర్చు ఆమాకు, కెంకు, కుంకు కుంకు ఆమా కుంకులు.



ರಾಲ್ಟಿಪ್ಯಾಡ್ ವೆರುಗು ತಿಂಡನ್ನಾರಾ..?

చాలా మందికి పెరుగు అంటే ఇష్టమంటుంది. కొండరైతే పెరుగు లేనిదే అన్నం తినరు. అన్నం చివరన పెరుగు లేకుండా.. భోజనం మగించరు. ఇక పెళ్లిలు, ఘంట్స్కెత్తే పెరుగు ఉండాల్చిందే. అయితే చాలా మంది మధ్యాహ్నంతో పాటు రాత్రి కూడా పెరుగు తింటారు. మధ్యాహ్నం తింటే మంచిదే కానీ రాత్రి తింటే సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉండని నిప్పబడు చెబుతున్నారు. మరి రాత్రి పూట కర్డ్ తినడం వల్ల కలిగే సమస్యలు ఏంటో ఇప్పుడు మనం చూద్దాం.. నిద్రకు భంగం: రాత్రిపూట పెరుగు తినడం వల్ల మీ నిద్రకు భంగం కలుగుతుంది. పెరుగులో ఉండే టైరమైన్ మీ మెడడును ఉత్సేజపరుస్తుంది. దీని కారణంగా త్వరగా నిద్ర పట్టక ఇఖ్యాంది పడాల్చి వస్తుంది. నిద్రలేమి వల్ల ఆనేక అరోగ్యసమస్యలకు దారి తీస్తుంది. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు: పెరుగు శరీరానికి ప్రాణీస్తును అందించే అడ్యుతమైన ఆపరం. అయితే, ఇందులో కొవ్వు కూడా ఉంటుంది. రాత్రిపూట మీ శారీరక శ్రమ తక్కువగా ఉంటుంది. శారీరక శ్రమ లేనప్పుడు దీన్ని తినడం వల్ల ఆ కొవ్వులు శరీరంలో నిల్వ ఉంటాయి. ఇలా బరువు తగ్గాలనుకునే వారు రాత్రిపూట పెరుగు తినకుండా ఉండాలి. దగ్గు, జలుబు సమస్యలు ఉన్నారా: మీరు దగ్గ

A woman with blonde hair, wearing a white tank top, is smiling and holding a spoonful of yogurt near her mouth. She is also holding a yogurt container. The background is blurred.

లేదా జలబుత్తే బాధపడుతుంటే రాత్రి వేళ పెరుగు అస్యలు తినకూడదు. అలాగే రాత్రిపూట పెరుగు తీసుకుంటే చాలా మందికి జీర్చ సమయాలు వస్తుంటాయి. కడుపు ఉబ్బరంగా ఉంటుంది. కడుపులో గ్యాన్ ఏర్పడవచ్చు. దీనికి ప్రధాన కారణం పెరుగులో ఉండే చక్కర నవ్యుళనం అంగున లాక్టోన్సు కొంతమంది శరీరాలు అంగికరించవకపోవడమే. దీన్నే 'లాక్టోన్ ఇంటాలరెన్స్' అంటారు. ముఖ్యంగా వయసు పెరిగేకాదీ, మన శరీరం లాక్టోజ్ ఎంజైవ్మ్ ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది, ఇది లాక్టోన్ అనహానికి దారితీస్తుంది. ప్రిష్ట్లో పెట్టిన పెరుగు: రాత్రి పూట ప్రిష్ట్లో పెట్టిన పెరుగు తింటే మాత్రం జలబు చేసే ఆవకాశాలున్నాయి. అలాగే నెట్ టైమ్లో కర్డ్ తినడం వల్ల గొంతులో కవం ఏర్పడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఒకవేళ తప్పనిసరిగా పెరుగు తినాలి వనే.. పలుచగా మజిగ లాగా చేసుకొని తాగడం



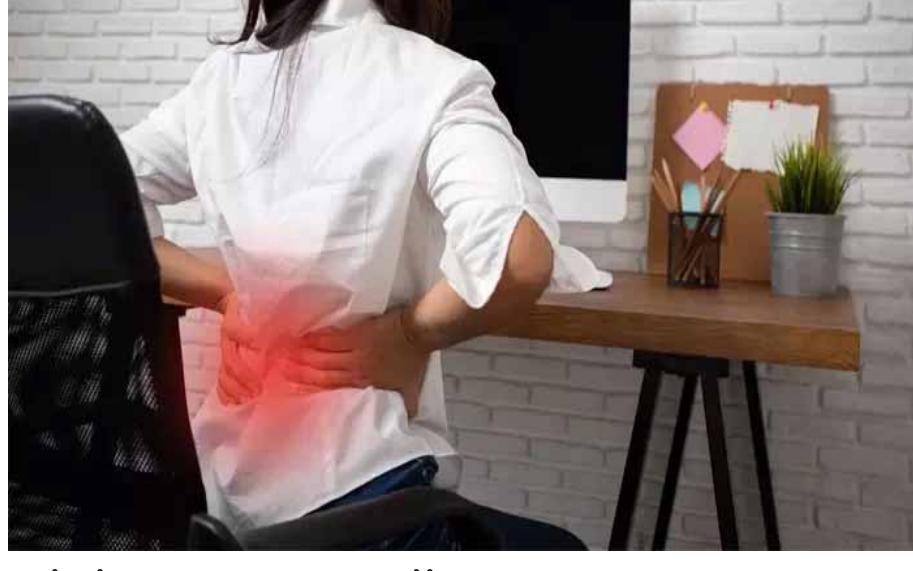
ଜଂତୁବ୍ୟଳ କାହ୍ୟ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଦେଶ ଏଲ୍ଲ କଲିଗେ ଲାଭାଲୁ-ନୀଷ୍ଠାଲୁ..

గత కొద్దిరోజుల నుంచి తిరువతి
లడ్డులో జంతువుల కొవ్వు
కలిసిందంటూ సోషల్ మీడియాలో
చర్చ నడుస్తోంది. ఏకంగా బీఫ్ ఫ్యాట్
ఆంయాల్ని, వంది కొవ్వు
కలిసిందంటున్నారు వలువురు
రాజకీయ నాయకులు. రీసెంట్‌గా
ప్రొప్స్ కూడా చూపించారు. ఎంతో
వవిత్రమైన తిరువతి లడ్డును
అవిత్రం చేసి.. మనోభావాలు
దెబ్బతినేలా చేశారు అంటూ ఓ



ఫివ్ ఆయల్ గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో మేలు చేస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యంపై సానుకూల ప్రభావం చూపిస్తుంది. దీన్ని డైరెక్ట్ తీసుకుంబే హాల్ కు మంచిదేశంతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. చెడు కొవ్వును కరిగించడంలో మేలు చేస్తుంది. గుండెకు సంబంధించి ఫివ్ ఆయల్ చాలా బెణిఫిట్స్ అందిస్తుంది. దీన్ని ఘగర్స్ తో కలిపినప్పుడే హర్ట్ హాల్షై నెగిటివ్ ప్రభావం చూపిస్తుంది. కాగా గుండె సమస్యలు పెరుగుతాయని పలు పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి.

గంటల తరబడి కూర్చుని ఏగి చేస్తున్నారా..?



ఈ రోజుల్లో కంప్యూటర్ ముందు కూర్చుని పని చేసే వాళ్ళ సంఖ్య ఎంత పెరిగిపోయిందో వేరే చెప్పక్కాదు. కనీ దీనివల్ల ఊహించని సమస్యలు ఎదురోపులసి వస్తోంది. ముఖ్యంగా గంటల తరబడి కుర్చీల్లో అలాగే కూర్చుని పని చేయడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి మనమే ఏరికోరి నష్టం కలిగించుకుంటున్నాం.

ఆరోగ్యిని పుటులు అధ్యయనాలు చేసి మరి చెబుతున్న మాట ఇది. కుఱ్పి లాంగ్ టైం కూర్చుని పని చేయడం వెన్న, మెద నొప్పి వస్తుంది. వెన్నెముకపై ఒత్తిడి పెరగడం, భుజాలలో దృఢత్వం క్లీషించడం వంటి సమస్యలు తలిత్తుతాయి. సుదీర్ఘాకాలం అలాగే పని చేయడం వల్ల ఈ

କାବଣ୍ଡି କ୍ରୁଲିଟ୍ ଉପରେ କର୍ମୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆଜିମୁହଁ ପଦ୍ଧତି ପାଇଲା ଏହାରେ କାହାରେ ନାହିଁ । କାବଣ୍ଡି କ୍ରୁଲିଟ୍ ଉପରେ କର୍ମୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆଜିମୁହଁ ପଦ୍ଧତି ପାଇଲା ଏହାରେ କାହାରେ ନାହିଁ । କାବଣ୍ଡି କ୍ରୁଲିଟ୍ ଉପରେ କର୍ମୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆଜିମୁହଁ ପଦ୍ଧତି ପାଇଲା ଏହାରେ କାହାରେ ନାହିଁ ।

మేట్ ఎక్స్‌వర్క్ తిఱించున్నారా..!

మనలో ఎక్కువ శాతం మంది నాన్సెచ్ ప్రియులు ఉంటారు. వాళ్ళకు ముక్కులేనిదే ముద్ద దిగదు. మాడు పూటు మాంసం పెట్టిన తీసేస్తారు. ఒకర్లోజు వెజ్ కర్లి హండితే.. రోజు ఇదేనా అంటారు. అంతలా నాన్ వెజ్కి వెడిక్క అయిపోతారు. సాధారణ రోజులతో పోలిస్తే.. వీకెండ్ వచ్చిందంటే తప్పకుండా నాన్సెచ్ ఉండాల్సిందే. వీకెండ్లో నాన్సెచ్ లేకపోతే అనలు తిన్న ఫీలింగ్ కూడా ఉండదు. అకలి తీర్చడినికి తింటారు. కానీ ఇషణంగా తినరు. అయితే నాన్సెచ్లో చాలామంది మటన్ ఎక్కువగా తింటారు. చికెన్ కంబీ మటన్ తినడం వల్ల అరోగ్యంగా ఉంటామని భావించి అభికంగా తింటారు. అయితే మటన్ తినడం వల్ల అరోగ్య ప్రయోజాలు ఉన్నాయి. కానీ మగర్ ఎక్కువగా వచ్చే ప్రమాదం ఉందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మటన్లో పోపకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి శరీర అరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. అలాగే డయాచెటినీకి కూడా కారణమవుతుందని నిపుణులు శొచ్చిరిస్తున్నారు. అరోగ్యానీకి ఎంత మేలు చేసే పదార్థం అయిన కూడా లిమిట్లో మాత్రమే తొలిచి. ఎక్కువగా తినడం వల్ల తప్పకుండా అనారోగ్య సమస్యలు ఎదురొప్పలసి వస్తుంది. మటన్ తినడం వల్ల ప్రాతీన్ని శరీరానికి పుపులంగా అందుతాయి. ఇందులో ఉండే పోపకాలు శరీరానికి బలాన్ని ఇస్తుంది. కానీ ఎక్కువ సార్లు మటన్ తినడం వల్ల అనారోగ్య సమస్యల బారిన పడటం తప్పనిసరి. అభికంగా మటన్ తింటుంటే.. టెం డయాచెటినీ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని వైద్య నిపుణులు

పొచ్చరిస్తున్నారు. మటన్ తినని వాళ్లతో పోలిస్తే.. తినే వాళ్లలో దయాబెట్టినీ ముపు ఎక్కువగా ఉన్నట్లు కేంబిడ్డి యూనివర్సిటీ శాస్త్రవేత్తల పరిశోధనలో తేలింది. దారాపు పచేణ్ణూ మటన్ అధికంగా తినే వాళ్లను పరిశీలించారు. వారానికి ఒకసారి తినే వాళ్లలో ఎలాంటి ప్రమాదం లేదని అంతకు మించి ఎక్కువాస్తార్థ తినే వాళ్లలో టైప్ 2 దయాబెట్టిన పచ్చే ప్రమాదం ఉండని పరిశోధనలో తేలింది. మటన్ తినే వాళ్లలో దయాబెట్టిన టైప్ 2 పచ్చే అవకాశాలు 15 శాతం ఉన్నట్లు శాస్త్రవేత్తలు తెలిపారు. మటన్లో హసికారిక శాచురేపిద్ది కోవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి సహజ ఇస్టుల్ని విపులును అడ్డుకుంటాయి. ఎక్కువాస్తార్థ మటన్ తినడం వల్ల శరీరానికి తక్కుఖమే శక్తి లభిస్తుంది. అరోగ్యంగా ఉంటామనే అపోహలో ఎక్కువగా తినవద్దు. కాస్త లిమిట్లో మాత్రమే తినాలి. ఈరోజుల్లో ప్రుద్ ఎక్కువగా ప్యాకింగ్లో నిల్వ ఉన్నది లభిస్తుంది. తాజాగా దొరకండ కష్టం అవుతుంది. ఇలా ప్యాకింజ్ ఉన్ మటన్ అధికంగా తినడం వల్ల దయాబెట్టిన పచ్చే ప్రమాదం ఇంకా ఎక్కువగా ఉంటుంది. నాన్ వెజ్ తినాలని అనిపిస్తే చేపలు తినడం మంచిది. వీలి వల్ల అరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అపోరాన్ని తీసుకున్న తాజాగా ఉండవి తీసుకోవడం మేలు. ఇలా ప్యాకింజ్ ఉన్ అపోరాలు తీసుకోవడం వల్ల ఏదో ఒక అనారోగ్య సమస్యల బారిన పడతారు. కాబట్టి నిల్వ చేసిన అపోర పదార్థాలకు దూరంగా ఉండండి. అలాగే మటన్ తినడం కాను తగించండి. వారానికి ఒకసారికి మించి ఎక్కువగా తినకండి.

బొంగురు మాటలు.. స్వరేణిక కాన్సర్కు దారితీయెచ్చు..?

యమసతో సంబంధం లేకుండా ప్రస్తుత రోజుల్లో
చాలా మంది క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు.
క్యాన్సర్ అనేది ప్రాణాంతక వ్యాధి. ఈ వ్యాధి
సోంకిన వారు చాలా వరకు ప్రాణాలు
కోల్పోతున్నారు. నాన్ స్టోప్గా దగ్గరడం, ఊపిరి
ఆడకపోవడం, వాంతులవ్వడం, మింగడంలో
ఇబ్బంది పడడం, మూత్రంలో భూడ్ పడడం,
అజీర్జం లేదా గుండెల్లో మంట, ఆకలి
లేకపోవడం, సడన్గా వెయిట్ లాస్ అప్పడం,
రాత్రిత్వ ఎక్కువ చెముట పట్టడం, మూత్ర విస్తరణ
సమయంలో ఇబ్బంది పడడం, గొంతు నొప్పి
పెట్టడం, ముక్కు నుంచి రక్తం కారడం వంటివి
క్యాన్సర్ లక్షణాలు. ఈ క్యాన్సర్ 75 శాతం పొగాకు తీసుకునే వారిలో
వస్తుందని నిపుణులు గుర్తించారు. అలాగే అధిక బరువు ఉన్నారికి,
అధికంగా మద్యం తీసుకోవడం వల్ల, లైంగికంగా సంక్రమించే
అంటువ్యాధుల కారణంగా క్యాన్సర్ వస్తుందని చెబుతున్నారు. అయితే
ఈ నెలరోజుల పాటు గొంతు నొప్పి, మాట్లాడుతుంటే బొంగురు లాగా

అనిపిస్తే మాత్రం అది స్వరపేటిక క్యాస్చర్ దారితీయచుసుని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రతి నందత్తురం 0 లక్ష్మీ కు పైగా క్యాస్చర్ బారిన పడుతున్నారని.. కాగా మందుగానే క్యాస్చర్ లక్ష్మీల్ని గుర్తించి వైద్యుల్ని సంప్రదించాలని నిపుణులు జనాలకు సూచిస్తున్నారు. స్వరపేటిక క్యాస్చర్ వచ్చిన వారు తీవ్రమైన అలసటకు గురవుతారు. విపరీతంగా గొంతు నొప్పి ఏర్పడుతంది. నాన్ స్టోవ్గా డగ్గుతున్నానే ఉంటారు. మాట నరిగ్గా రాదు. బొంగురుగా వస్తుంది. మాటల్లాడుతుంటే చాలా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. వీటికి తోడుగా చెవినొప్పి వస్తుంది. ఊపిరి పీల్ముకున్నప్పుడు గురక కూడా వస్తుంది. అకస్మాత్తుగా బరువు తగ్గుతారు. ఈ స్వరపేటిక క్యాస్చర్ ఎక్కువగా 60 ఏళ్లు పైబడిన వారిలోనే వస్తుంది. అందులో ఆడవాళ్లలో కంటే పురుషుల్లో ఎక్కువగా వస్తుంది. కాగా దీన్ని తొందరగా గుర్తిస్తే వ్యాధి నుంచి బయటపడే చాన్సీ ఉంటుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

