TEL: T/TG/ 2024/0814

మన వెలుగు

ప్రతి వార్త ప్రజల వైపు తెలుగు దినపత్రిక

MANA VELUGU TELUGU DAILY

విలేఖరులు కావలెను...

మన వెలుగు తెలుగు దినపత్రికకు
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ లోని అన్ని జిల్లాల వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు
మరియు నియోజకవర్గ,మండలవారిగా విలేఖరులు కావలెను,
తెలుగు భాష మీద కనీస అవగాహన కలిగివుండి, వార్తలు
రాయగలిగిన వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును..
మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి...

నెట్ వర్క్ ఇంచార్జి సెల్ : 9533397954

పబ్లిషర్: హైదరాబాద్ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 54 | బుధవారం 09-10-2024 | పేజీలు : 5 | వెల :4/-

జమ్మూలో కమలం.. కాశ్మీరంలో హస్తం హవా!

న్యూఢిల్లీ: పదేళ్లకు పైగా జమ్మూకశ్మీర్ ఎన్నికల కోసం ఎదురుచూసింది. ఇక్కడ గత అసెంబ్లీ ఎన్నికలు 2014లో జరిగాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఎన్నికల సంఘం ఇక్కడ అసెంబ్లీ ఎన్నికలను ప్రకటించినప్పుడు, జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో కొత్త గాలి కనిపిస్తుంది. కానీ ఆర్టికల్ 370 రద్దు చేసిన 1890 రోజుల తరువాత కూడా జమ్మూ కాశ్మీర్ పూర్తిగా గందరగోళంగా కనిపించింది. ఇక్కడ మైదానాలు, పర్వతాల మధ్య టగ్ ఆఫ్ వార్ మునుపటిలా కనిపిస్తుంది. జమ్మూ మైదానంలో భారతీయ జనతా పార్టీ కమలం వికసించినట్లు కనిపిస్తుండగా, లోయలో మాత్రం పంజా గుర్తు చెక్కుచెదరకుండా పోయింది. ఇక్కడ వాతావరణం ఎలా ఉందో, ఇక్కడ ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసే దిశగా ఎవరు కదులుతున్నారో తెలుసుకుందాం.ఉదయం 11 గంటల వరకు జమ్మూకశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల ట్రెండ్‌ను పరిశీలిస్తే, జమ్మూకశ్మీర్‌లోని మొత్తం 90 అసెంబ్లీ స్థానాల్లో కాంగ్రెస్ కూటమి 47 స్థానాల్లో ఆధిక్యంలో ఉంది. కాగా, బీజేపీ 28 స్థానాల్లో ఆధిక్యంలో ఉంది. ఇది కాకుండా పీడీపీ నాలుగు స్థానాల్లో, ఇతరులు 11 స్థానాల్లో ఆధిక్యంలో ఉన్నారు. జమ్మూలోని 43 స్థానాలకు గాను 24 స్థానాల్లో బీజేపీ ముందంజలో

మిగతా 2లో

హ్యాట్రిక్ దిశగా బీజేపీ.. కాషాయం కోటను కాంగ్రెస్ ఎందుకు బద్దలు కొట్టలేకపోయింది..?

ఎగ్జిట్‌పోల్స్ బోల్తాపడ్డాయి. ఎగ్జాట్స్ పోల్స్‌కు విరుద్ధంగా ఫలితాలు వస్తున్నాయి. హర్యానాలో కాంగ్రెస్ ఖాయం అనుకుంటే, కాషాయం దూకుడు పెంచింది. హర్యానాలో బీజేపీ హ్యాట్రిక్ కొడుతోంది. ఇక జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో వచ్చేది బీజేపీ అని ఎగ్జిట్‌పోల్స్ ఊదరగొడితే, ప్రజలు మాత్రం ఇండియా కూటమికే పట్టం కట్టారు. ఈ ఫలితాల్లో ఆసక్తికర పరిణామాలు ఉన్నాయి.భారతీయ జనతా పార్టీ హర్యానాలో వరుసగా మూడోసారి ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేసే దిశగా పరుగులు పెడుతోంది. ట్రెండ్స్‌లో బీజేపీ 48 స్థానాల్లో ముందంజలో ఉంది. అదే సమయంలో, 2014 నుండి కాంగ్రెస్ వరుసగా మూడో ఎన్నికల్లో ఓడిపోయినట్లు కనిపిస్తోంది. మంగళవారం(అక్టోబర్ 8) ఉదయం హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల కౌంటింగ్ ప్రారంభమైనప్పుడు, కాంగ్రెస్

మిగతా 2లో

కేంద్ర మంత్రి కుమారస్వామితో సీఎం చంద్రబాబు భేటీ..

న్యూఢిల్లీ:రెండు రోజుల పర్యటన నిమిత్తం నిన్న ఢిల్లీ వెళ్లిన ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు పలువురు కేంద్రమంత్రులతో సమావేశం అవుతున్నారు. ఈ క్రమంలో మంగళవారం సీఎం చంద్రబాబు కేంద్ర ఉక్కుశాఖ మంత్రి కుమారస్వామితో భేటీ అయ్యారు.ముందుగా కుమారస్వామి నివాసానికి వెళ్ళిన బాబును.. ఆయన సాదరంగా ఆహ్వానించారు. అనంతరం విశాఖ స్టీల్ ప్లాంట్ ను సెయిల్ లో విలీనం చేయడంపై సుదీర్ఘంగా చర్చించినట్లు తెలుస్తోంది. కాగా ఆర్థిక నష్టాల్లో కూరుకుపోయిన విశాఖ ఉక్కు పరిశ్రమను గట్టెక్కించడానికి సీఎం ప్రధానితో పాటు పలువురు కేంద్రమంత్రులతో మంతనాలు జరుపుతున్నారు.

నష్టపోయిన మత్స్యకారులను ఆదుకుంటాం- మంత్రి పొంగులేటి

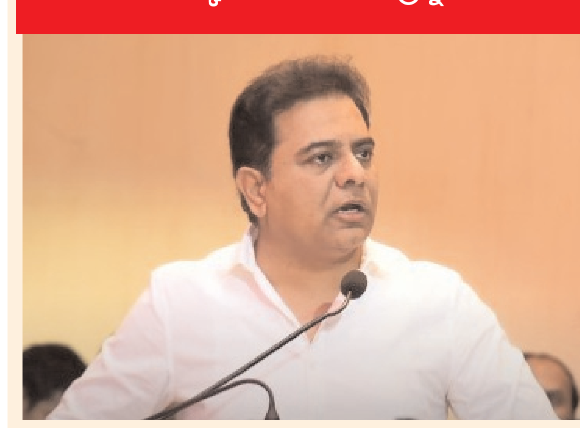
-వరద వల్ల మత్స్యకారులకు తీవ్రనష్టం
-ఇందిరమ్మ ప్రభుత్వం పేదల ప్రభుత్వంపేదోడి కళ్లలో ఆనందమే ధ్యేయం
-రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి

ఖమ్మం : తుపాను, వర్షాలు, వరదల వల్ల మత్స్యకారులు తీవ్రంగా నష్టపోయారని, వారిని ప్రభుత్వం ఆదుకుంటుందని రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస రెడ్డి అన్నారు. మంగళవారం ఖమ్మం జిల్లా కూసుమంచి పాలేరు జలాశయంలో చేప పిల్లలను ఆయన విడుదల చేశారు. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాన్ని ప్రజలు కోరి తెచ్చుకున్నారని, అన్నివర్గాల సంక్షేమమే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందన్నారు. ఇది పేదల ప్రభుత్వామని, పేదోడి కళ్లలో ఆనందం చూడటమే ప్రభుత్వ ధ్యేయమన్నారు.
%వరదల వల్ల పేదలు ఇళ్లు కోల్పోయారని, అలాంటి బాధితులకు ఇళ్లు మంజూరు చేస్తామని

మిగతా 2లో

దండగమారి పాలనలో పండుగపూట కూడా పస్తులే: కేటీఆర్

-చిరుద్యోగుల చేతిలో డబ్బుల్లేక సరుకులు కొనలేకపోతున్నారన్న కేటీఆర్
-ఔట్ సోర్సింగ్ మొదలు గెస్ట్ లెక్చరర్స్ వరకు ఎవరికీ జీతాల్లేవన్న కేటీఆర్
-ఒకటో తేదీనే జీతాలు ఇస్తామన్న మాటలు ఎక్కడకు పోయాయని ప్రశ్న



ఔట్ సోర్సింగ్ మొదలు గెస్ట్ లెక్చరర్స్ వరకు ఎవరికీ జీతాల్లేవన్న కేటీఆర్ ఒకటో తేదీనే జీతాలు ఇస్తామన్న మాటలు ఎక్కడకు పోయాయని ప్రశ్న దండగమారి పాలనలో పండుగ పూట కూడా పస్తులేనంటూ బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఎక్స్ వేదికగా ట్వీట్ చేశారు. ఉద్యోగులకు వేతనాలు లేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారంటూ ఓ పత్రికలో వచ్చిన కథనాన్ని కేటీఆర్ పోస్ట్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన దసరా దగ్గరకు వచ్చినప్పటికీ ఉద్యోగుల చేతిలో డబ్బులు లేక సరుకులు కొనుగోలు చేయలేకపోతున్నారని రాసుకొచ్చారు.కాంట్రాక్ట్ ఔట్ సోర్సింగ్ సిబ్బందికి ఐదారు నెలలుగా జీతాల్లేవ్... పంచాయతీ కార్మికులు... మున్సిపాలిటీ కార్మికులు... ఆసుపత్రి సిబ్బంది... హాస్టల్ వర్కర్స్... గెస్ట్ లెక్చరర్స్... ప్రతీ శాఖలోనూ వేతనాల్లేక చిరుద్యోగులు విలవిల్లాడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. కుటుంబాలను నెట్టుకురావడానికి అప్పులు చేసి నానా తిప్పలు పడుతున్నారని రాసుకొచ్చారు.ఒకటో తేదీనే జీతాలు ఇస్తామని పలికిన ప్రగల్భాలు ఎటు పోయాయని నిలదీశారు. దసరా దగ్గరకు వచ్చినప్పటికీ సరుకులు కొనడానికి ఉద్యోగుల చేతిలో నయాపైసా లేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. నెలల తరబడి వేతనాలు పెండింగ్‌లో పెడితే బతుకుబండి ఎలా నడుస్తుందని ప్రశ్నించారు.కాంగ్రెస్ 10 నెలల పాలనలో తెచ్చిన రూ.80 వేల కోట్ల అప్పులు ఎక్కడకు పోయాయో చెప్పాలన్నారు. ఇప్పటికైనా ఈ ప్రభుత్వం చిరుద్యోగులు, చిన్న జీతాల కార్మికుల అవస్థలను దృష్టిలో ఉంచుకొని వెంటనే వేతనాలు చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు.ఆ రైతును నేను కూడా కలిశాను... అతనితో మాట్లాడాను... మరి నాపై కూడా కేసు పెడతారా డీజీపీ గారూ? అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్

మిగతా 2లో

బాలికపై లైంగిక దాడి విచారం వ్యక్తం చేసిన పవన్ కళ్యాణ్

అమరావతి: పిఠాపురం పట్టణానికి చెందిన మైనర్ బాలికపై మాధవపురం డంపింగ్ యార్డు దగ్గర జరిగిన అఘాయిత్యం గురించి తెలిసి చాలా బాధ కలిగిందని ఏపీ ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్‌కల్యాణ్ విచారం వ్యక్తం చేశారు. ఈ మేరకు ఆయన ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. ఆ సమయంలో అప్రమత్తమైన స్థానికులు నిందితుణ్ణి పట్టుకుని పోలీసులకు అప్పగించడంతో ఈ అఘాయిత్యం వెలుగులోకి వచ్చిందని, లేదంటే నిందితుడుఇ తప్పించుకోవడానికి ఆస్కారం కలిగేదని అన్నారు. ఈ అమానుష చర్యను సభ్యసమాజంలోని ప్రతి ఒక్కరూ ఖండించాలని పిలుపునిచ్చారు." ఇటువంటి సంఘటనలు పునరావృతం కాకుండా అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఈ దుస్సంఘటన గురించి తెలిసిన వెంటనే ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న బాలికను

రైతులకు సోలార్ పవర్

- ఉప ముఖ్యమంత్రి

ఒక్క నిమిషం కూడా పవర్ పోకుండా చూస్తున్నామని, రైతులకి సోలార్ సిస్టం కూడా అందించేందుకు ప్రయత్నాలు చేస్తున్నామని భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధి లో కరెంట్ పాత్ర చాలా ముఖ్యమైనదని, విద్యుత్ సిబ్బంది అధికారుల పాత్ర చాలా ప్రాధాన్యత వుంటుందన్నారు డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క. వ్యవసాయ పంపు సెట్ల ను నెలరోజుల్లోనే ఇస్తానని ఆయన తెలిపారు. అంతేకాకుండా విద్యుత్ సిబ్బంది అధికారులు పొలం బాట పట్టాలని, ఇక్కడ విద్యుత్ సమస్య రాకుండా చూడాలని ఆయన అధికారులను ఆదేశించారు.వరదల ప్రభావితం అయిన ఖమ్మంలో విద్యుత్ సమస్య లేకుండా చేసిన ఎలక్ట్రికల్ డిపార్ట్‌మెంట్ కార్మికులకు భట్టి విక్రమార్క అభినందనలు చెప్పారు. ఖమ్మం కలెక్టరేట్ లో విద్యుత్ శాఖ ఉన్నత అధికారులతో

మిగతా 2లో

మన వెలుగు
MANA VELUGU TELUGU DAILY
బుధవారం 09 అక్టోబర్ 2024

జమ్మూలో కమలం.. కాశ్మీరంలో హస్తం

ఉండగా, 12 స్థానాలు కాంగ్రెస్ కూటమికి దక్కనున్నాయి. పీడీపీ ఖాతా ఇక్కడ తెరుచుకునేలా కనిపించడం లేదు. ఇతరులు ఏడు స్థానాల్లో ఆధిక్యంలో ఉన్నారు. మరోవైపు, కాశ్మీర్‌లోని 47 సీట్లలో 35 సీట్లలో కాంగ్రెస్ కూటమి బలం కనిపిస్తోంది. ఇక్కడ బీజేపీ నాలుగు స్థానాల్లో ఆధిక్యంలో ఉండగా, పీడీపీ నాలుగు స్థానాల్లో మాత్రమే పోరాడుతోంది. ఇది కాకుండా నాలుగు సీట్లు ఇతరులకు దక్కనున్నాయి.జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో ఈ పోకడలు చూస్తుంటే జమ్మూలో బీజేపీ మిషన్ పూర్తిగా విఫలమైనట్లే కనిపిస్తోంది. నిజానికి 2014 అసెంబ్లీ ఎన్నికల వరకు జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో మొత్తం 111 సీట్లు ఉన్నాయి. ఇందులో 46 సీట్లు కాశ్మీర్‌లో, 37 సీట్లు జమ్మూలో ఉన్నాయి. కాగా, నాలుగు సీట్లు లడఖ్ ఖాతాలోకి వెళ్లాయి. ఇవి కాకుండా పీఓకేలో 24 సీట్లు వస్తాయి. లడఖ్ విడిపోయిన తర్వాత జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో కేవలం 107 సీట్లు మాత్రమే మిగిలాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో, కొత్త డీలిమిటేషన్ ప్రకారం, జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో 114 సీట్లు తగ్గించారు. అందులో 90 సీట్లు జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో, మిగిలిన 24 సీట్లు %ూూఖ% లోకి వెళ్లాయి. జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో 43 సీట్లు జమ్మూకి, 47 సీట్లు కాశ్మీర్‌కు వచ్చాయి. అంటే కొత్త డీలిమిటేషన్ ప్రకారం జమ్మూలో ఆరు సీట్లు పెరగగా, కాశ్మీర్‌లో ఒక్క సీటు మాత్రమే పెరిగింది. ఇప్పుడు 2014 అసెంబ్లీ ఎన్నికలను పరిశీలిస్తే, జమ్మూలోని 37 స్థానాలకు గాను 25 స్థానాలను బీజేపీ గెలుచుకుంది. ఇప్పుడు జమ్మూలో 43 సీట్లు ఉన్నప్పటికీ బీజేపీ కేవలం 24 స్థానాల్లో మాత్రమే ముందంజలో ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.జమ్మూకశ్మీర్‌లో ఇప్పటివరకు జరిగిన అన్ని ఎన్నికలను పరిశీలిస్తే.. కాశ్మీర్‌లో కాంగ్రెస్ మినహా నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్, పీడీపీ ఆధిక్యత ఎప్పుడూ కనిపించింది. అదే సమయంలో జమ్మూ మైదానంలో కాషాయ పార్టీ ఆధిపత్యం కనిపిస్తోంది. ఆర్టికల్ 370ని తొలగించిన తర్వాత జమ్మూ కాశ్మీర్ ప్రజలు ఏకపక్షంగా తీర్పు ఇస్తారని భావించారు. కానీ ఈసారి కూడా అదే ఫలితం కనిపిస్తోంది.

2019 ఆగస్టు 5న జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో ఆర్టికల్ 370 రద్దు చేసింది మోదీ సర్కార్. ఆ తర్వాత జమ్మూ కాశ్మీర్‌కు ప్రత్యేక రాష్ట్ర హోదాను తొలగించి కేంద్ర పాలిత ప్రాంతంగా మార్చారు. అలాగే, లడఖ్ కూడా దాని నుండి వేరు చేశారు. ఆ తర్వాత అసెంబ్లీ ఎన్నికలపై ఊహాగానాలు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికలతో మాత్రమే జమ్మూ కాశ్మీర్ ప్రజలు ప్రజాస్వామ్య పండుగను జరుపుకోగలరని ఒకప్పుడు చెప్పారు. కానీ ఈ కల కూడా నెరవేరలేదు. అయితే, ఆర్టికల్ 370ని రద్దు చేసిన ఐదేళ్ల 12 రోజుల తర్వాత, అంటే ఆగస్టు 16న జమ్మూ కాశ్మీర్‌లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలు నిర్వహించాలని ఎన్నికల సంఘం ప్రకటించింది.

హ్యాట్రిక్ దిశగా బీజేపీ.. కాషాయం కోటను కాంగ్రెస్ ఎందుకు బద్దలు కొట్టలేకపోయింది..?

ట్రెండ్‌లలో 60 సీట్ల మార్కును దాటింది.దీంతో పార్టీ కార్యాలయంలో డప్పులు వాయించడం, స్వీట్లు పంచుకోవడం, బాణసంచా కాల్చి సంబరాలు మొదలు పెట్టారు. అయితే కౌంటింగ్ కొనసాగుతుండగా కాంగ్రెస్‌కు ఓటమి తప్పలేదు.

హర్యానాలో ప్రారంభ పోకడలు కాలంతో పాటు ఎలా మారుతున్నాయో చూడవలసి ఉంది. ఎన్నికల ఫలితాలు ఇంకా ఖరారు కానప్పటికీ, బీజేపీ హఠాత్తుగా ఆధిక్యం సాధించిన తీరు పలు ప్రశ్నలకు తావిస్తోంది. కాంగ్రెస్ ఓటమికి అతి పెద్ద కారణం ఫ్యాక్షనిజం. కుమారి శైలజ ఆగ్రహం బహిరంగంగానే బయటపడింది. అశోక్ తన్వర్ తిరిగి రావడం కూడా కాంగ్రెస్ నష్టాన్ని నియంత్రించలేకపోయింది. అంతేకాదు కాంగ్రెస్ అనేక స్థానాల్లో 10 సంవత్సరాల అధికార వ్యతిరేకతపై ఆధారపడటం కనిపించింది. ఇది కాకుండా, జూన్ 2024 లో జరిగే లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో ఐదు సీట్లు గెలుచుకునే కాంగ్రెస్ కూడా చాలా ఉత్సాహంగా కనిపించింది.

దీనికి తోడు రాజ్యాంగం, లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో రిజర్వేషన్ల విషయంలో బీజేపీపై బాకా ఊపిన కాంగ్రెస్ హర్యానాలో అదే ట్రిక్ ప్లే చేసింది కానీ ఇక్కడ మాత్రం బీజేపీ వ్యూహాన్ని బద్దలు కొట్టలేకపోయింది. చాలా మంది కాంగ్రెస్ నేతలు తమ సొంత సీట్లకే పరిమితమయ్యారు. ఇది కాకుండా, ఎన్నికల సమయంలో ఇతర పార్టీల నుండి వారిని చేర్చుకునే అంశం కూడా కొన్ని స్థానాల్లో కాంగ్రెస్‌కు హానికరంగా మారింది. బీజేపీ లబ్ధిదారుల వర్గాన్ని కాంగ్రెస్ చీల్చలేకపోయింది. అంతే కాకుండా కుస్తీలు, రైతుల సమస్య కాంగ్రెస్‌కు ప్రయోజనకరంగా కనిపించలేదు.

ముఖ్యంగా కుమారి శైలజా అంశాన్ని బీజేపీ ఎన్నికల్లో ఎక్కువగా ప్రస్తావిస్తూ వచ్చింది. కుమారి శైలజ కోరుకున్నప్పటికీ అసెంబ్లీ టిక్కెట్ రాకపోవడం, సన్నిహితులకు తక్కువ టిక్కెట్లు రావడంతో బీజేపీ పెద్దఎత్తున అస్త్రంగా చేసుకుని ఎదురుదాడికి దిగింది. దళిత నేతలను కాంగ్రెస్ గౌరవించదన్న స్పష్టమైన సందేశం ఇచ్చే ప్రయత్నం చేశారు. ఈ విషయంపై స్వయంగా ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ కూడా ఎత్తి చూపడం కనిపించింది. లోక్‌సభ ఎన్నికలలో కాంగ్రెస్ రాజ్యాంగాన్ని మార్చే కథనాన్ని ఎలా అమలు చేసిందో, శైలజాను బీజేపీ తన కౌంటర్ కథనంగా ఉపయోగించుకుంది. హర్యానాలో బీజేపీ మూడోసారి ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేస్తే.. దళితులను తనవైపుకు తీసుకురావడంలో విజయం సాధించినట్లే భావించవచ్చు.

ఇక ఉద్యోగాలలో అవినీతి ఆరోపణ ధోరణిని ఆపడానికి బీజేపీ చాలా గట్టిగానే తన బాణీని వినిపించింది. భూపేంద్ర హుడా పదేళ్ల పదవీ కాలంలో డబ్బు చెల్లించి, స్లిప్పుల ఆధారంగానే ఉద్యోగాలు ఇచ్చారని, అంటే సిఫారసుల ఆధారంగానే ఉద్యోగాలు ఇచ్చారని ఎక్స్‌పెండిచర్ స్లిప్‌ల వ్యవహారాన్ని బీజేపీ జనంలోకి తీసుకుపోగలిగింది. ఇది మాత్రమే కాదు, ఈ ఉద్యోగాలు రోహ్‌తక్ ప్రాంతం. జాట్ కమ్యూనిటీ ప్రజలకు కూడా పరిమితం చేయడాన్ని ప్రస్తావించింది. తమ పదేళ్ల పాలనలో అవినీతి, వివక్ష లేకుండా అన్ని వర్గాలకు ఉద్యోగాలు ఇచ్చామని బీజేపీ పేర్కొంది. ఈ కథనంపై ప్రజల్లో కూడా పెద్ద ఎత్తున చర్చ జరిగింది. ఎన్నికల్లో బీజేపీ గెలిస్తే ఈ అంశం కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది.

మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ దాదాపు పదేళ్లపాటు హర్యానా ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్నారు. అతను పంజాబీకు చెందిన వ్యక్తి. అలాగే జాట్ వర్సెస్ నాన్-జాట్ అనే వాదన తెరపైకి వచ్చింది. అయితే ఎన్నికలకు కొన్ని నెలల ముందు దీన్ని గ్రహించిన భారతీయ జనతా పార్టీ అధిష్టానం దిద్దుబాటు చర్యలు చేపట్టింది. ఆయనను తొలగించిన తీరు ప్రజల్లో ఒక రకమైన సానుభూతిని రాబట్టుకోగలిగింది బీజేపీ. ఇలా చేయడం ద్వారా పదేళ్ల ప్రభుత్వ వ్యతిరేకతను తుదముట్టించేందుకు బీజేపీ ప్రయత్నించింది. అతని స్థానంలో ఓబీసీ వ్యక్తి నాయబ్ సింగ్ సైనీకి ప్రాధాన్యత ఇచ్చారు. నయాబ్ సైనీ ఖట్టర్‌కు సన్నిహితుడని, అతనికి ఇష్టమైన వ్యక్తి అని చెప్పొచ్చు. అయితే దీని ద్వారా బీజేపీ రెండు సందేశాలను ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించింది. ఒక విషయం ఏమిటంటే, ఇది జాట్ వర్సెస్ నాన్-జాట్, %ూదీజ%ల విధానాన్ని అనుసరించడం దాని ప్రాధాన్యత. రెండవది, దీని ద్వారా మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్‌తో సంతోషంగా లేని వారిని ఒప్పించే ప్రయత్నం జరిగింది. ప్రస్తుతం ట్రెండ్స్‌లో ముందున్న బీజేపీ ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేస్తే, దాని వ్యూహం కూడా ఫలించిందని, జాట్ వర్సెస్ నాన్ జాట్ బైనరీలో జాట్‌యేతరులు బీజేపీతోపాటు నిలిచారని భావించవచ్చు.

బాలికపై లైంగిక దాడి ..విచారం వ్యక్తం చేసిన పవన్ కల్యాణ్

పరామర్శించి మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించాలని జిల్లా అధికారులను ఆదేశించాను. ప్రభుత్వపరంగా అన్ని విధాలా బాధితురాలికి, వారి కుటుంబ సభ్యులకు సహాయసహకారాలు అందచేస్తాము. ముద్దాయికి కఠిన శిక్ష పడేలా చర్యలు తీసుకుంటాము. ఇలాంటి ఘటనలు జరగకుండా పోలీసులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. స్థానిక జనసేన నాయకులను కూడా ఆ కుటుంబాన్ని పరామర్శించి ధైర్యం చెప్పి, సహాయం అందించాలని ఆదేశించాను" అని పవన్ కల్యాణ్ పేర్కొన్నారు.ప్రతి గ్రామంలో అభివృద్ధి పనులు సత్వరమే మొదలుపెట్టాలని, కూటమి పాలన మొదలుపెట్టాక పంచాయతీలకు నిధుల సమస్య లేకుండా చేశామని ఏపి ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ చెప్పారు. .. పాలన మొదలైన తొలి వంద రోజుల్లోనే 15వ ఆర్థిక సంఘం నుంచి రూ.1987 కోట్లు, ఎన్ఆర్ఈజీఎస్. ద్వారా రూ.4500 కోట్లు నిధులు రాష్ట్రానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం అందించినందున నిధుల సమస్య ఉత్పన్నం కాదన్నారు.పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి పవన్ కల్యాణ్ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు.. రాష్ట్ర సచివాలయం నుంచి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా.. వివిధ జిల్లాల కలెక్టర్లు, జిల్లా ఉన్నతాధికారులతో మాట్లాడుతూ, ఈ నెల 14వ తేదీ నుంచి రాష్ట్రంలోని పంచాయతీల్లో నిర్వహించే 'పల్లె పండుగ' కార్యక్రమంపై కీలక సూచనలు చేశారు.. అక్టోబర్ 14వ తేదీ నుంచి ప్రతి పంచాయతీలో అభివృద్ధి పనులను మొదలుపెట్టాలని అధికారులను గతంలోనే ఆదేశించారు.. గ్రామ సభలలో ఆమోదించిన పనులు, 15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులతో చేపట్టే పనుల ప్రారంభం గురించి ఈ సమావేశంలో చర్చించారు. %13,326 పంచాయతీల్లోనూ ఉపాధి హామీ పనులకు తీర్మానాలు చేశారని, ఆ మేరకు చేపట్టే పనులు, పని దినాల వివరాలను అధికారులు తెలిపారు. ఇక, ఈ నెల 14వ తేదీ నుంచి వారం రోజులపాటు పనుల ప్రారంభాన్ని ఒక పండగలా చేయాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి దిశానిర్దేశం చేశారు. 20వ తేదీ వరకూ పంచాయతీల్లో పనుల ప్రారంభానికి సంబంధించిన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని ఆదేశించారు.

200 ఏళ్ల నాటి శాపం.. ఇక్కడ మగవాళ్లు చీరలు

పురుషులు దీనిని స్త్రీల పట్ల మర్యాద, గౌరవానికి చిహ్నంగా చూస్తారు. నమ్మకాల ప్రకారం, షెరీ గర్బా చేయడం వల్ల వ్యాపారంలో పురోగతి, మంచి ఆరోగ్యం, ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డ పుట్టడం వంటి అన్ని కోరికలు నెరవేరుతాయని నమ్ముతారు. ప్రతి ఏడాదిలాగే ఈ ఏడాది కూడా గర్బా నిర్వహించేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. %దేశవ్యాప్తంగా నవరాత్రి వేడుకలు ఘనంగా జరుగుతున్నాయి. నవరాత్రులలో దుర్గాపూజతో పాటు దాండియా, గర్బా నృత్యాలు జోరుగా నిర్వహిస్తారు. దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాలు తమదైన రీతిలో పండుగను జరుపుకుంటున్నాయి. ముఖ్యంగా నవరాత్రులంటే ముందుగా గుర్తుకు వచ్చేది గుజరాతీ గర్బా. ప్రతి సంవత్సరం నవరాత్రి తొమ్మిది రోజులలో గర్బా జరుగుతుంది. గుజరాత్ రాజధాని అహ్మదాబాద్ రంగులమయంగా మారుతుంది. చిన్న పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు అందరూ ఈ పండుగలో పాల్గొంటారు. గర్బాలో అందంగా డ్యాన్స్‌లు చేస్తారు.. అయితే గుజరాత్‌లోని ఓ గ్రామంలో మాత్రం గర్బా మరింత ప్రత్యేకం..ఎందుకంటే..ఇక్కడ పురుషులు చీరలు కట్టుకుని, ఆడవాళ్ళలా అందంగా తయారై గర్బా డ్యాన్స్ చేస్తారు.

ఈ ప్రత్యేక గర్బా గుజరాత్ రాజధాని అహ్మదాబాద్‌లోని షాపూర్ ప్రాంతంలోని సాధు మాత గలి, అంబా మాత ఆలయంలో జరుగుతుంది. ఇక్కడ, నవరాత్రులలో ఎనిమిదవ రోజైన ఆంద్రీ అష్టమి రాత్రి, పురుషులందరూ స్త్రీల వేషధారణతో చీరలు కట్టుకుని, ఉత్సాహంతో గర్బా నృత్యం చేస్తారు. ఈ సంఘంలో దాదాపు 1000 మంది ఉన్నారు. వీరంతా ఆడవాళ్ల వేషంలో గుడిలో, వీధుల్లో గర్బా నృత్యం చేస్తారు.200 ఏళ్లుగా కొనసాగుతున్న ఈ సంప్రదాయం: పురుషులు, మహిళల దుస్తులు, చీరలు ధరించి గర్బా ఆడే సంప్రదాయం సుమారు 200 ఏళ్లుగా కొనసాగుతోందని ఇక్కడి స్థానికులు చెబుతున్నారు. మగవారు ఇలా చీరలు కట్టుకుని గర్భలో పాల్గొనడం వెనుక ఒక ముఖ్యమైన కారణం ఉందంటున్నారు. బారోట్ కమ్యూనిటీకి చెందిన పురుషులను సదుబెన్ అనే మహిళ శపించిందని,ఆమె శాప విమోచనానికి గర్బా ప్రాయశ్చిత్తంగా నిర్వహిస్తారని చెబుతున్నారు.. ఈ కథ మొఘలులు భారతదేశాన్ని పరిపాలించిన కాలానికి సంబంధించినది. మొఘలుల దుష్ట దృష్టి సాదుబెన్ అనే మహిళపై పడింది. మొఘల్ రాజు ఆమెను తనతో

పాటు తీసుకెళ్లేందుకు ప్రయత్నించాడు. మొఘలుల నుండి తనను తాను రక్షించుకోవడానికి సదుబెన్ బారోట్ కమ్యూనిటీ సహాయం కోరింది. దురదృష్టవశాత్తు బారోట్ కమ్యూనిటీ పురుషులు ఆమెను మొఘలుల చేతుల నుండి రక్షించలేదు. దీంతో ఆమె బిడ్డ మృతి చెందింది. కోపోద్రిక్తుడైన సదుబెన్ బారోట్ కమ్యూనిటీ పురుషులను శపించిందని చెబుతున్నారు.. భావి తరాలు పిరికిపందలుగా మారతాయని శపించిందట. ఆ తరువాత ఆమె ఆత్మహత్య చేసుకుని చనిపోయిందని చెబుతున్నారు.ఈ ఘటన తర్వాత బారోట్ వర్గీయుల్లో భయం నెలకొంది. సదుబెన్ ఆత్మను ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి, శాప విముక్తి కోసం ఆమె పేరిట అహ్మదాబాద్‌లో ఆలయాన్ని నిర్మించారు. అలాగే ఈ శాప విముక్తి కోసం నవరాత్రులలో చీర కట్టుకుని గర్బా ఆడతారు. దీనిని షెరీ గర్బా అంటారు. ఈ సంప్రదాయాన్ని చూసేందుకు పట్టణ ప్రాంతాల నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు వస్తుంటారు. సాధారణంగా స్త్రీల దుస్తులు ధరించే పురుషులను చిన్నచూపు చూస్తారు. కానీ బారోట్ కమ్యూనిటీకి చెందిన పురుషులు దీనిని స్త్రీల పట్ల మర్యాద, గౌరవానికి చిహ్నంగా చూస్తారు. నమ్మకాల ప్రకారం, షెరీ గర్బా చేయడం వల్ల వ్యాపారంలో పురోగతి, మంచి ఆరోగ్యం, ఆరోగ్యకరమైన బిడ్డ పుట్టడం వంటి అన్ని కోరికలు నెరవేరుతాయని నమ్ముతారు. ప్రతి ఏడాదిలాగే ఈ ఏడాది కూడా గర్బా నిర్వహించేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.

కోల్‌కతాలో మరో కీలక పరిణామం..50 మంది సీనియర్ వైద్యుల రాజీనామా..

ఇటీవలే కొల్‌కతాలోని ఆర్‌జీ కర్ ఆసుపత్రిలో జరిగిన మెడికల్ విద్యార్థి అత్యాచార ఘటన దేశ వ్యాప్తంగా దూమారం రేపింది. ఈ ఘటనపై వైద్యులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా అప్పట్లో తీవ్రంగా నిరసన తెలిపారు. వారి నిరసనకు సీఎం మమతా బెనర్జీ దిగి వచ్చిన వారి కోపం తగ్గాలేదు.ఇటీవలే కొల్‌కతాలోని ఆర్‌జీ కర్ ఆసుపత్రిలో జరిగిన మెడికల్ విద్యార్థి అత్యాచార ఘటన దేశ వ్యాప్తంగా దూమారం రేపింది. ఈ ఘటనపై వైద్యులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా అప్పట్లో తీవ్రంగా నిరసన తెలిపారు. వారి నిరసనకు సీఎం మమతా బెనర్జీ దిగి వచ్చిన వారి కోపం తగ్గాలేదు. ఈ ఘటనలో తాజాగా మరో సంచలన పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ఈ ఘటనను నిరసిస్తూ జూనియర్ వైద్యులు నిరాహార దీక్షకు పూనుకున్నారు. తాజాగా ఈ దీక్షకు సీనియర్ వైద్యులు, ఫ్యాకల్టీ సభ్యులు తమ మద్దతును తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో 15 మంది జూనియర్ వైద్యులు నిరాహార దీక్షల్లో పాల్గొని సంపూర్ణ మద్ధతు ప్రకటించారు. ఆర్‌జీ కర్ ఆసుపత్రిలోని 50 మంది సీనియర్ వైద్యులు, ఫ్యాకల్టీ సభ్యులు మూకుమ్మడిగా రాజీనామా చేయడం సంచలనంగా మారింది. ప్రస్తుతం వీరు వారి రాజీనామ పత్రాలపై సంతకం చేస్తున్న వీడియో నెటింట్లో ట్రెండింగ్‌గా మారింది.ఆగస్టు 9న పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని కోల్‌కతా ఆర్‌జీ కర్ ఆస్పత్రిలో ఓ వైద్య విద్యార్థి హత్యాచార ఘటన దేశవ్యాప్తంగా సంచలనంగా మారింది. నిందితులని కఠినంగా శిక్షించాలని దేశవ్యాప్తంగా నిరసనలు వెలువెత్తాయి. మంగళవారం ఉదయం 9 గంటలకు ప్రారంభమైన 12 గంటల నిరాహారదీక్షను జూనియర్ డాక్టర్లు ప్రకటించారు. వారిలో ఆరుగురు 'నిరవధిక' నిరాహార దీక్షకు కూర్చుంటారని ప్రకటించారు. ఇదిలా ఉండగా, ఈ మార్చ్‌కు పోలీసులు ఇంకా అనుమతి ఇవ్వనప్పటికీ, సాయంత్రం సెంట్రల్ కోల్‌కతా కాలేజీ స్క్వేర్ నుంచి నిరసన వేదిక ధర్మతల వరకు సింబాలిక్ ర్యాలీని నిర్వహించడానికి జూనియర్ వైద్యులు సిద్ధమవుతున్నారు.

నష్టపోయిన మత్స్యకారులను ఆదుకుంటాం- మంత్రి పొంగులేటి

మంత్రి పొంగులేటి అన్నారు. ప్రజలకు ఇచ్చిన మాట ప్రకారం తాను అందుబాటులో ఉంటానని చెప్పారు.%రాష్ట వ్యాప్తంగా కులవృత్తిదారులను ప్రోత్సహించాలనే లక్ష్యంతో 100శాతం సబ్సిడీతో ఉచిత చేప పిల్లలను విడుదల చేస్తున్నామని పొంగులేటి అన్నారు. ప్రజలు ఏ విశ్వాసంతో అయితే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి అధికారమిచ్చారో అదే విశ్వాసంతో ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీ రఘురామ్ రెడ్డి, రాష్ట ఫిషరీష్ చైర్మన్ సాయి, ఐటీసీ చైర్మన్ మువ్వా విజయ్ బాబు పాల్గొన్నారు.

రైతులకు సోలార్ పవర్

మంగళవారం డిప్యూటీ సీఎం సమావేశం అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, విద్యుత్ శాఖలో ఒకరిద్దరి వల్ల చెడ్డ పేరు వస్తుందని.. ప్రజలు ఫోన్ చేసినప్పుడు విద్యుత్ అధికారులు స్పందించాలని వారిని ఆదేశించారు. శాఖ పరమైన సమస్య ఉంటే పరిష్కరించడానికి ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని ఆయన అన్నారు. 2029-30 నాటికి 20 వేల మెగావాట్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తికి ప్రభుత్వం కసరత్తు చేస్తోందని ఉపముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. 1912 అనే ట్రోల్ ఫీ నెంబర్ కు కాల్ చేస్తే విద్యుత్ సమస్యను తీర్చే విధంగా సిస్టం ఏర్పాటు చేస్తామని ఆయన అన్నారు.

%గ్రీన్ ఎనర్జీ పవర్ ని ప్రజలకు ఇవ్వాలని ప్రభుత్వం భావిస్తుందని ఆయన వివరించారు. కొత్తగా లైన్స్, పోల్స్ వేయడానికి ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. పవర్ డ్రిప్ కాకుండా ఇవ్వడానికి ప్లాన్ చేస్తున్నామని అన్నారు. రైతులకు పంటలతో పాటు పవర్ తో కూడా ఆదాయం వచ్చే విధంగా సోలార్ పవర్ ప్లాంట్ ఏర్పాటుకు సహకరిస్తామన్నారు. గ్రామాల్లోని ఇండ్లపై కూడా సోలార్ ప్లాంట్ల ఏర్పాటు చేస్తాం. మధిర నియోజకవర్గంలోని సిరిపురం గ్రామంలో పైలట్ ప్రాజెక్ట్ ద్వారా పూర్తి స్థాయి సోలార్ పవర్ ను ఏర్పాటు చేశామన్నారు భట్టి.సబ్ స్టేషన్స్, ట్రాన్స్ఫర్మర్లు నెలలో కేటాయిస్తామని గుడ్ న్యూస్ చెప్పారు. విద్యుత్ శాఖలో పదేళ్ల నుంచి రాని పదోన్నతులు కల్పించాము. సిబ్బందికి పని భారం తగ్గించడానికి ఖాళీగా ఉన్న పోస్టులకు భర్తీ చేస్తామన్నారు. . ఆదిలాబాద్ నుంచి మొదలు ఖమ్మం సీతమ్మ సాగర్ వరకు లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్టులకు విద్యుత్ అవసరమని చెప్పారు. విద్యుత్ శాఖ లో పని చేసే వారి పిల్లల కోసం విద్యకు సంబంధించిన ప్రణాళిక చేస్తున్నామని చెప్పారు. భట్టి విక్రమార్క రాష్ట్ర ప్రజలకు దసరా శుభాకాంక్షలు చెప్పారు.

దండగమారి పాలనలో పండుగపూట కూడా పస్తులే: కేటీఆర్

కేటీఆర్ ఎక్స్ వేదికగా ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అనవసరంగా గెలిచిందని, కేసీఆర్ గెలవాల్సిందని నల్గొండ జిల్లాలోని ముషంపల్లి గ్రామానికి చెందిన రైతు మల్లయ్య అన్నారు. ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోను జర్నలిస్ట్ గౌతమ్ పోతగోని తన యూట్యూబ్ ఛానల్లో పోస్ట్ చేశాడు. దీంతో పోలీసులు ఆ జర్నలిస్ట్‌పై కేసు పెట్టారు.ఈ ఘటనపై కేటీఆర్ స్పందించారు. అసలు ఈ వీడియోలో తప్పు ఏముందని డీజీపీని ప్రశ్నించారు. జర్నలిస్ట్ గౌతమ్ గౌడ్‌పై కేసు ఎందుకు నమోదు చేశారని నిలదీశారు. నేను కూడా ముషంపల్లిలో రైతు మల్లయ్యను కలిశానని, అతనితో మాట్లాడానని వెల్లడించారు. అలాంటప్పుడు నాపై కూడా కేసు పెడతారా? అని ఎక్స్ వేదికగా ట్వీట్ చేశారు.కేసీఆర్ గెలిస్తేనే మాకు బుక్కెడు బువ్వ దొరుకుతుందని, లేకుంటే కంపలో పడి చచ్చిపోయినట్లేనని రైతు మల్లయ్య అన్నారు. కేసీఆర్ సార్ ఎక్కడ ఉన్నా రావాలన్నారు. ఇప్పుడు మాత్రం నీళ్లు లేక... కరెంట్ లేక వ్యవసాయం లేదని, దీంతో చావాలనిపిస్తోందన్నారు. ప్రస్తుత పాలనలో రైతుబంధు రావడం లేదన్నారు. కేసీఆర్ ఎక్కడున్నా రావాలని, ఆయనకే ఈసారి ఓటు హర్యానా, జమ్ము కశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఫలితాలపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ స్పందించారు. నేటి ఎన్నికల ఫలితాలతో కొన్ని అంశాల్లో స్పష్టత వచ్చిందని ఎక్స్ వేదికగా పేర్కొన్నారు. మహారాష్ట్ర, ఝూరండ్, ఢిల్లీ ఎన్నికల ఫలితాల తర్వాత మరింత స్పష్టత వస్తుందన్నారు.2029 ఎన్నికల్లో జాతీయ పార్టీలైన బీజేపీ, కాంగ్రెస్ మేజిక్ ఫిగర్‌కు దూరంగా ఆగిపోతాయన్నారు. తదుపరి కేంద్ర ప్రభుత్వ ఏర్పాటులో ప్రాంతీయ పార్టీలే కీలకమవుతాయన్నారు. దశాబ్దం, అంతకంటే ఎక్కువ కాలమే ఈ పరిస్థితి కొనసాగవచ్చని అభిప్రాయపడ్డారు.ఐదు హామీల పేరుతో కర్ణాటకలో, ఆరు గ్యారెంటీల పేరుతో తెలంగాణలో, 10 హామీలతో హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లో ప్రజలను మోసం చేసిన కాంగ్రెస్ పార్టీకి హర్యానా ప్రజలు మాత్రం బుద్ధి చెప్పారని, వారి అబద్ధపు హామీలను నమ్మలేదని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచం ఇప్పుడు అన్ని విధాలుగా అనుసంధానమైందని, ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో హామీలను అమలు చేయకుంటే నష్టం తప్పదని కాంగ్రెస్ పార్టీకి అర్థమై ఉంటుందన్నారు.

జులానా నుంచి మాజీ రెజ్లర్ వినేశ్ ఫొగాట్ గెలుపు

హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో జులానా నియోజకవర్గం నుంచి కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి, మాజీ రెజ్లర్ వినేశ్ ఫొగాట్ విజయం సాధించారు. సమీప బీజేపీ అభ్యర్థి యోగేశ్ కుమార్‌పై 6,015 ఓట్ల మెజార్టీతో గెలిచారు. మొదటి ఆరు రౌండ్లలో బీజేపీ అభ్యర్థి ముందంజలో ఉన్నారు. ఆ తర్వాత నుంచి ప్రతి రౌండ్‌లోనూ వినేశ్ ఫొగాట్ మెజార్టీ పెరుగుతూ వచ్చింది.ఆరో రౌండ్ ముగిసే సమయానికి వినేశ్ ఫొగాట్ 1,200 ఓట్ల వెనుకంజలో ఉన్నారు. అయితే 7వ రౌండ్‌లోకి వచ్చేసరికి వినేశ్ ఫొగాట్ 38 ఓట్ల ఆధిక్యంలోకి వచ్చారు. ఆ తర్వాత ఆమె మెజార్టీ క్రమంగా పెరుగుతూ వచ్చింది. కాగా, జులానా అసెంబ్లీ స్థానంలో వినేశ్ ఫొగాట్ గెలవడం ఓ విశేషమైతే, ఈ స్థానాన్ని కాంగ్రెస్ పార్టీ 19 ఏళ్ల తర్వాత చేజిక్కించుకోవడం మరో విశేషం. వినేశ్ ఫొగాట్ విజయం సాధించడంతో మరో రెజ్లర్ బజరంగ్ పునియా అభినందనలు తెలుపుతూ ఎక్స్ వేదికగా పోస్ట్ పెట్టారు.

దేవి శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే శ్రీశైలం గౌడ్

కుత్బుల్లాపూర్ (మన వెలుగు) అక్టోబర్ 08 : దేవి శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఈరోజు చింతల్ 128 డివిజన్ పరిధి భగత్ సింగ్ నగర్, కుత్బుల్లాపూర్ 131 డివిజన్ పరిధిలోని ఇంద్ర సింగ్ నగర్ లో ప్రతిష్టించిన దుర్గామాత అమ్మవారి మండపాలను మాజీ ఎమ్మెల్యే, కాంగ్రెస్ నేత కూన శ్రీశైలం గౌడ్ సందర్శించి, అమ్మవారిని దర్శించుకొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు మాజీ ఎమ్మెల్యే శ్రీశైలం గౌడ్ ఘనంగా సత్కరించారు. అమ్మవారి ఆశీస్సులు కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గ ప్రజలందరిపై మెండుగా ఉండాలని, ప్రజలంతా సుఖ సంతోషాలతో సుభిక్షంగా ఉండాలని ఆయన కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. అనంతరం జరిగిన అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ లక్ష్మారెడ్డి, భగత్ సింగ్ నగర్ కాలనీ అధ్యక్షులు శ్రీనాథ్ రావు, బుచ్చిరెడ్డి, వరదరాజు, ప్రేమ్, శ్రీనివాస్ రెడ్డి, అశోక్, నారాయణరెడ్డి, ఇంద్రసింగ్ నగర్ కాలనీ అధ్యక్షులు భూషణం గౌడ్, అప్పారావు, రాజశేఖర్, భాస్కర్, శ్రీనివాసులు, సత్తయ్య, సుబ్రహ్మణ్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు

ఘనంగా కొలన్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి జన్మదిన వేడుకలు

కుత్బుల్లాపూర్ (మన వెలుగు) అక్టోబర్ 08 :నిజాంపేట్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు కొలన్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి జన్మదిన వేడుకల్లో పాల్గొని శుభాకాంక్షలు తెలిపిన నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ కొలన్ హన్మంత్ రెడ్డి .ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్. ఎమ్.సి కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కొలన్ రాజశేఖర్ రెడ్డి మరియు సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హత్యాయత్నం కేసులో నిందితునికి 2 సంవత్సరాల జైలు శిక్ష 500 జరిమానా

జగిత్యాల ప్రతినిధి (మన వెలుగు) అక్టోబర్ 08 : హత్యాయత్నానికి పాల్పడిన బుగ్గారం పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని గోపుల పూర్ కు చెందిన రొండి మాణిక్యం అనే నిందితునికి 2 సంవత్సరాల జైలు శిక్ష 500 రూపాయల జరిమానా విధిస్తూ ప్రసాద్ అసిస్టెంట్ సెషన్స్ జడ్జి మంగళ వారంతీర్పు వెల్లడించారు. బుగ్గారం పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని గోపుల పూర్ కి చెందిన రవీందర్ అతని తమ్ముడైన మాణిక్యం పిల్లలు మరియు భార్యకు ఆరోగ్య పరిస్థితి బాగు లేకపోవడానికి కారణం రవీందర్ భార్య అని ఆమె మంత్రాలు చేయడం వల్లనేనని నమ్మిన మాణిక్యం తరచు రవీందర్ తో గొడవలకు దిగేవాడు.ఈ గొడవలను మనసులో పెట్టుకొని మాణిక్యం రవీందర్ భార్యపై కత్తితో దాడి చేయడం జరిగింది. రవీందర్ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేయడం జరిగింది. కేసు విచారణలో భాగంగా మంగళవారం జడ్జి సాక్షులను విచారించిన అనంతరం నిందితుడు రొండి మాణిక్యంకు 2 సంవత్సరాలు జైలు శిక్ష 500 రూపాయల జరిమానా విధించడం జరిగింది. ఈ జరిమానా కట్టలేని పరిస్థితిలో మరో రెండు నెలల జైలు శిక్ష అనుభవించాలని న్యాయ మూర్తి తీర్పు వెలువరించారు.ఈ కేస్ లో అడిషనల్ పి పి గా సాయిళ్ళ మురళి, ఇన్వెస్టిగేషన్ ఆఫీసర్ గా ఎస్సై లు మధుకర్, రవీందర్, సియంయస్, ఎస్సై రాజు నాయక్, కోర్ట్ కానిస్టేబుల్ శ్రీధర్, సి యం ఎస్ కానిస్టేబుల్ లు శ్రీధర్,కిరణ్ లు నిందితుని కి శిక్ష పడడం లో గౌరవ కోర్టుకు సాక్షాధారాలు అందించడం లో ప్రముఖ పాత్ర వహించడం జరిగింది. పై కేస్ లో నిందితుడుకి జైలు శిక్ష పడటంలో కృషి చేసిన పోలీసు అధికారులను జిల్లా ఎస్పీ అశోక్ కుమార్ అభినందించారు.

క్యాన్సర్‌కు ముందు కనిపించే ఈ లక్షణాల గురించి 90 శాతం మందికి తెలియదు..!

క్యాన్సర్ వ్యాధిని ప్రారంభ దశలోనే గుర్తిస్తే విజయవంతంగా చికిత్స చేయవచ్చు. కానీ ప్రారంభ దశలో దీని లక్షణాలను గుర్తుపట్టడం అంత సులువు కాదు. ఎందుకంటే దాదాపు 90 శాతం మందికి అవి క్యాన్సర్ లక్షణాలు అని కూడా తెలియదు. అందుకే ప్రతి ఒక్కరూ క్యాన్సర్ ప్రారంభ లక్షణాలపై అవగాహన పెంచుకోవాలి.వైద్యులు చెబుతున్న ప్రకారం.. నోటిలో తరచూ పుండ్లు ఏర్పడటం సాధారణ విషయం కాదు. ఇది క్యాన్సర్ జబ్బు చూపించే లక్షణాల్లో ఒకటి. ఈ ప్రీ క్యాన్సర్ లక్షణాన్ని వైద్యులు స్టేజ్ జీరో అని పిలుస్తారు. అయితే నోట్లో పుండ్లు అనేది కచ్చితంగా క్యాన్సర్ లక్షణమే అని చెప్పలేం. కానీ కొన్నిసార్లు మాత్రం అవి క్యాన్సర్ వల్లే వచ్చిన పుండ్లే కావచ్చు. నాలుకపై తెల్లని మచ్చలు కనిపించినా దాన్ని క్యాన్సర్‌కు ముందు కనిపించే లక్షణంగా అనుమానించవచ్చు. కాబట్టి నాలుకపై తెల్ల మచ్చలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. ఇది కూడా స్టేజ్ జీరోలో కనిపించే సాధారణ లక్షణం. అయితే ఈ తెల్ల మచ్చలకు నోటి ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా కారణం కావచ్చు. తరచూ పొట్ట సంబంధిత వ్యాధులు వస్తున్నా కూడా తేలికగా తీసుకోవద్దు.తరచూ మలబద్ధకం సమస్య కనిపిస్తున్నా కూడా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మళ్లీమళ్లీ మలబద్ధకం కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. మీ బరువు వేగంగా తగ్గుతున్నా కూడా తేలికగా తీసుకోవద్దు. అలా జరిగిందంటే మీ శరీరంలో ఏదో అసాధారణంగా జరుగుతోందని అర్థం. అలాంటి పరిస్థితిలో మీరు వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.ఇవేగాక శరీరంపై ఎక్కడైనా గడ్డలా ఉన్నా వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. ఆ గడ్డలు కూడా క్యాన్సర్‌కు ప్రారంభ సంకేతం కావచ్చు. మీ శరీరంపై పుట్టుమచ్చ లేదా మొటిమ ఉండి, అది అకస్మాత్తుగా పెరుగుతున్నా తేలికగా తీసుకోకూడదు. అది కూడా కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లకు కారణమవుతుంది.

న్యాయవాదుల రక్షణ చట్టం అమలుకు కృషి

పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి డాక్టర్ నరేందర్ రెడ్డి

రాజన్న సిరిసిల్ల (మన వెలుగు) అక్టోబర్ 08 :తెలంగాణ న్యాయవాదుల రక్షణ చట్టాన్ని తీసుకొచ్చేం దుకు కృషి చేస్తానని పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి అల్ఫోర్స్ డాక్టర్ వి నరేందర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. మంగ ళవారం రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలోని వేములవాడ, సిరిసిల్ల బార్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధులతో సమావేశం నిర్వహిం చారు. ఓటరు నమోదు పై వారికీ పలు సూచనలు చేశారు.. ప్రతి ఒక్కరూ పట్టభద్రుల ఓటు నమోదు చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు.రానున్న ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో తనకు మద్దతు ఇవ్వాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ న్యాయవాదుల ప్రధాన డిమాండ్ అయిన అడ్వకేట్ ప్రొటెక్షన్ యాక్ట్ అమలుకు తన వంతు కృషి చేస్తానని.. ఈ అంశము ఇప్పటికే ప్రభుత్వం దృష్టిలో ఉందని. ప్రతిపాదిత చట్టం త్వరలో వాస్తవరూపం దాల్చుతుందని ఆశిస్తున్నట్లు చెప్పారు.. అదే విధంగా యువ న్యాయవాదులకు 5వేల రూ గౌరవ వేతనం ఇచ్చే విధంగా ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్తానని అన్నారు.. చాలా చోట్ల కోర్టులు అద్దె భవనాల్లో కొనసాగుతుందని కనీస మౌలిక సదుపాయాలు లేక న్యాయవాదులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని పక్క భవనం కోసం తాను కృషి చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు

పువ్వులను పూజించడం తెలంగాణ గొప్ప సంస్కృతి

- పోలీస్ కుటుంబ సభ్యులందరికీ బతుకమ్మ పండుగ శుభాకాంక్షలు

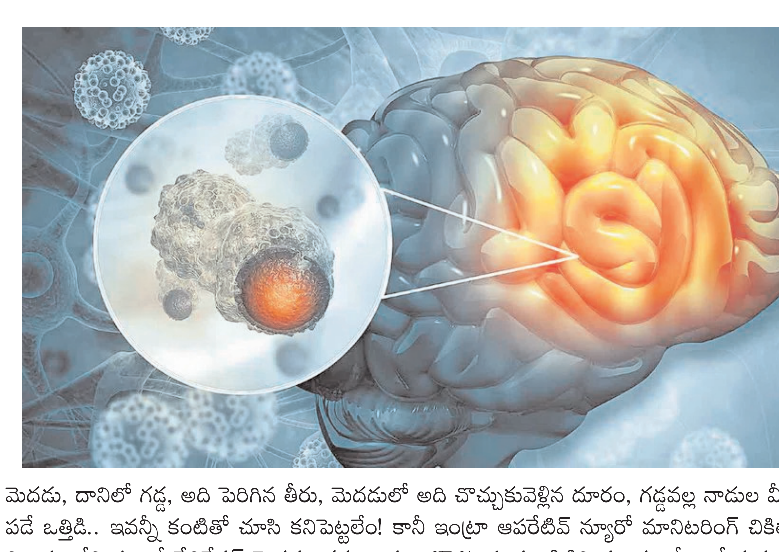
- జిల్లా పోలీసు కార్యాలయ ఆవరణలో అంగరంగ వైభవంగా బతుకమ్మ సంబరాలు

- జిల్లా ఎస్పీ అశోక్ కుమార్

జగిత్యాల ప్రతినిధి (మన వెలుగు) అక్టోబర్ 08 :తెలంగాణ సంస్కృతి, సాంప్రదాయాలకు అద్దంపట్టే బతుకమ్మ వేడుకలు జిల్లా పోలీసు ప్రధాన కార్యాల యంలో ఆడపడుచుల ఆట పాటలు, కోలాటాలతో బతుకమ్మ సంబరాలు అంబరాన్నంటాయి. ఈ యొక్క కార్యక్రమానికి జిల్లా ఎస్పీ కుటుంబ సమేతంగా హాజరై వేడుకలను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ... ఎక్కడైనా దేవుళ్లకు పూలు పెట్టి కొలుస్తాము, కానీ పువ్వులనే దేవతగా కొలిచే సాంప్రదాయం ఒక తెలంగాణ లో మాత్రమే ఉందన్నారు. తెలంగాణ సంస్కృతికి చారిత్రక చిహ్నం బతకమ్మని మరియు తెలంగాణ సంస్కృతికి అద్దం పట్టే బతుకమ్మ వేడుకలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రాచుర్యం పొందుతున్నాయి తెలిపారు. పోలీసు వారి కుటుంబ సభ్యులతో బతుకమ్మ ఆడటం ఇంత మంది కుటుంబ సభ్యులను కలిసినందుకు వారితో బతుకమ్మ సంబరాల్లో పాల్గొన్నందుకు ఆనందంగా ఉందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్పీ భీమ్ రావు, డిఎస్పీ లు రవీంద్ర కుమార్, రఘు చందర్, ఏవో శశి కళ, ఇన్స్పెక్టర్లు వేణు గోపాల్ , కృష్ణ రెడ్డి , ఆర్ఐలు కిరణ్, రామక్రిష్ణ, వేణు మరియు ఎస్ఐలు మహిళా సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నాడులు చెదరకుండా.. మెదడుకు అండాదండా

కిరణ్ సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజినీర్.. 32 ఏండ్లు. ఆఫీసులో సహోద్యోగులతో మాట్లాడేటప్పుడు అతనికి ఉన్నట్టుండి నాలుక సహకరించడం మానేసింది. ఎందుకిలా జరుగుతుందని వైద్యులను కలిసి పరీక్షలు చేయిస్తే, మెదడులో క్యాన్సర్ గడ్డ మాటలకు సంబంధించిన నాడిని నొక్కేస్తున్నట్టు తేలింది. మెదడులో క్యాన్సర్ గడ్డ అనగానే కిరణ్ సర్జరీ గురించి ఎంతో భయపడిపోయాడు. మెదడుకు సర్జరీ అంటే ఏమైనా జరగవచ్చు. ఏమాత్రం పొరపాటు జరిగినా నాడులు దెబ్బతిని మాట పూర్తిగా పోవచ్చు. అంతకుమించిన నష్టం కూడా జరిగే ప్రమాదం ఉంది. అయితే తన భయాలన్నీ అర్థం లేనివని సర్జరీ తర్వాత కిరణ్‌కు అర్థమైంది. సర్జరీతో క్యాన్సర్ నుంచి శాశ్వత విముక్తి పొందడమే కాకుండా, మునుపటిలా ధారాళంగా మాట్లాడగలుగుతున్నాడు. మెదడులో గడ్డల చికిత్సలో ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న అత్యాధునిక ఇంట్రా ఆపరేటివ్ ఎంఆర్ఐ, న్యూరో నేవిగేషన్, న్యూరో మానిటరింగ్ పరికరాలు, సౌకర్యాలు, అనుభవజ్ఞులైన న్యూరో సర్జన్ డాక్టర్ల వల్లే ఇది సాధ్యపడింది. క్లిష్టమైన నాడీ విభాగానికి సంబంధించిన మెదడు సర్జరీలలో ఉపయోగించే ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్ టెక్నిక్‌ల గురించి, ఈ చికిత్స ఉపయోగాల గురించి తెలుసుకోవాలి.మెదడులో క్యాన్సర్ (మాలిగ్నెంట్) లేదా క్యాన్సర్ కాని (బినైన్) రెండు రకాల గడ్డలు తలెత్తుతూ ఉంటాయి. ఇవి ఏర్పడ్డ ప్రదేశాన్ని బట్టి అక్కడి నాడులతో సంబంధం ఉన్న అవయవాలు ప్రభావితమవుతూ ఉంటాయి. ఇలాంటప్పుడు సర్జరీతో ఆ ప్రదేశంలో గడ్డను తొలగించాలి. ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్ విధానం అందుబాటులోకి రాకముందు మెదడులోని గడ్డలను తొలగించే సర్జరీ సమయంలో కేవలం కంటికి కనిపించినంత మేరకే గడ్డను తొలగించేవారు. ఆ సమయంలో అక్కడి నాడులు ఎంతమేరకు పనిచేస్తున్నాయి? వాటికి స్పందనలు ఉన్నాయా? అనే విషయాలను వైద్యులు తెలుసుకునే వీలు ఉండేది కాదు. దాంతో నాడికి నష్టం జరగకుండా గడ్డను తొలగించడం మీదే వైద్యులు దృష్టి పెట్టేవారు. ఆ జాగ్రత్తలో భాగంగా నాడికి నష్టం జరగకుండా ఉండటం కోసం తొలగించే వీలున్నా కొంత క్యాన్సర్ గడ్డను అలాగే వదిలేసి, కుట్లు వేసేవారు. అలా సర్జరీ ముగిసిన తర్వాత రేడియేషన్, కీమోథెరపీలతో క్యాన్సర్ నయం చేసేవారు. కానీ, పూర్తిగా తొలగించకుండా వదిలేసిన ఆ కొద్ది క్యాన్సర్ గడ్డ తర్వాతి కాలంలో పెరిగి సమస్యలు తెచ్చి పెడుతుంది. దీంతో రెండోసారి సర్జరీ అవసరం పడేది. అయినా కూడా పూర్తి ప్రయోజనం దక్కడం అనుమానమే.%కాబట్టి, బ్రెయిన్ ట్యూమర్ సర్జరీ సమయంలో నాడులు దెబ్బతినకుండా ఉండాలంటే క్యాన్సర్ గడ్డ చుట్టూ ఉన్న నాడులకు ఏయే అవయవాలతో సంబంధం ఉందో, ఆ అవయవాలు స్పందిస్తున్నాయా లేదా అనేది గమనిస్తూ ఉండాలి. ఉదాహరణకు, కాలుకు సంబంధించిన నాడులకు స్పందనలు ప్రసారం చేసే మెదడులోని ఓ భాగంలో గడ్డ ఏర్పడింది అనుకుందాం. ఆ ప్రదేశంలో నాడి చుట్టూ పరుచుకుని ఉన్న ఆ గడ్డను తొలగిస్తున్నప్పుడు మెదడు నుంచి ఆ నాడికి సంకేతాలు అందుతున్నాయో, లేదో గమనిస్తూ సర్జరీ చేయవలసి ఉంటుంది. ఇలాంటి వీలు ఉంటేనే వైద్యులు గడ్డను నూటికి నూరు శాతం తొలగించగలుగుతారు. ఇందుకు ఇంట్రా ఆపరేటివ్ సర్జరీలోని 'న్యూరో మానిటరింగ్' అనే అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం దోహదపడుతుంది. అయితే, ఈ చికిత్సలో నాడులకు మెదడు నుంచి అందే స్పందనలను తెలుసుకోవాలంటే రోగిని మెలకువతో ఉంచి సర్జరీ చేయాలి. అందువల్ల మిగతా సర్జరీల్లో లాగ రోగికి జనరల్ అనస్తీషియా ఇవ్వడం సాధ్యపడదు. కాబట్టి నొప్పి తెలియకుండా, రోగిని మెలకువగా ఉంచే ప్రత్యేకమైన మత్తు ఇంజెక్షన్లు ఇస్తారు. ఇలాచేసే సర్జరీని అవేక్ సర్జరీ అంటారు.%న్యూరో మానిటరింగ్ సాయంతో ఆపరేషన్ థియేటర్‌లో ఉండే టెక్నీషియన్లు%ౌ% సర్జరీ చేస్తున్నప్పుడు నాడుల స్పందనను గమనిస్తూ, ఏ చిన్న తేడా వచ్చినా వైద్యులను అప్రమత్తం చేస్తారు. దాంతో వైద్యులు నాడి దెబ్బతినకుండా ఎంతో జాగ్రత్తగా గడ్డను తొలగిస్తారు. నాడి దెబ్బతింటున్నది అని హెచ్చరికలు వస్తే, మరింత లోతుకు వెళ్లకుండా ఆగిపోతారు. మరీ ముఖ్యంగా ఇలాంటి గడ్డల కారణంగా నాడులు దెబ్బతిని ముఖాన్ని అందవిహీనంగా మార్చేసే పాక్షిక పక్షవాతానికి గురికాకుండా ఉండాలంటే ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్ చికిత్సనే ఆశ్రయించాలి. మిగిలిపోయిన గడ్డను కీమోథెరపీ, రేడియేషన్లతో కరిగించవచ్చు. ఇలా జాగ్రత్త పడటం వల్ల నాడి సురక్షితంగా ఉండి, ముఖం యథాతథంగా ఉంటుంది. దాంతో జీవన నాణ్యత పెరుగుతుంది. అదే సమయంలో క్యాన్సర్ నుంచి పూర్తి విముక్తి దక్కుతుంది.నేవిగేషన్ అంటే 'దారి చూపించడం'.



మెదడు, దానిలో గడ్డ, అది పెరిగిన తీరు, మెదడులో అది చొచ్చుకువెళ్లిన దూరం, గడ్డవల్ల నాడుల మీద పడే ఒత్తిడి.. ఇవన్నీ కంటితో చూసి కనిపెట్టలేం! కానీ ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్ చికిత్సా విధానంలోని న్యూరో నేవిగేషన్ మెదడు, గడ్డ, నాడులు%ౌ% ఈ మూడిటిని మూడు కోణాల్లో స్పష్టంగా చూపిస్తుంది. ఈ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అందుబాటులోకి రాని రోజుల్లో వైద్యులు కేవలం తమ అనుభవాన్ని బట్టి గడ్డ పరిమాణాన్ని, ప్రదేశాన్ని అంచనా వేసి సర్జరీతో తొలగించేవారు. ఇలా చేయడం వల్ల నాడులు దెబ్బతినవచ్చు. గడ్డ ఎంతోకొంత మెదడులోనే మిగిలిపోవచ్చు. లేదంటే గడ్డను తొలగించే క్రమంలో నాడులకు నష్టం జరిగి పక్షవాతం కూడా రావచ్చు. కానీ, న్యూరో నేవిగేషన్‌తో నాడులకు ఏమాత్రం నష్టం జరగకుండా నేర్పుగా, సమూలంగా గడ్డను తొలగిస్తున్నారు.

మెదడులో అవసరమైనంత మేరకు గడ్డ తొలగించి కుట్లు వేసిన తర్వాత, ఎంఆర్ఐ పరీక్షలో మరికొంత క్యాన్సర్ గడ్డ మిగిలిపోయిందని తేలితే? ఆ గడ్డను తొలగించడం కోసం మరొక సర్జరీ చేయడం శ్రమ, ఖర్చుతో కూడుకున్న వ్యవహారం. అలాగని ఆ గడ్డను వదిలేస్తే అది తిరిగి పెరిగిపోయి ప్రాణాంతకం కావచ్చు. కాబట్టి ఇలాంటి పొరపాట్లకు వీలు లేకుండా సర్జరీ చేస్తున్నప్పుడే, గడ్డను తొలగించి, తెరిచిన పుర్రెను మూయక ముందే ఎంఆర్ఐ స్కానింగ్ చేసే వెసులుబాటు ఈ ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్ సర్జరీలో ఉంది. దీంతో అక్కడికక్కడే, అప్పటికప్పుడే గడ్డను పూర్తిగా తొలగించిందీ లేనిదీ తెలుసుకోవచ్చు. ఎంఆర్ఐ ఫలితాన్నిబట్టి గడ్డ ఇంకా మిగిలి ఉంటే వైద్యులు దాన్నికూడా సమూలంగా తొలగించి సర్జరీ ముగిస్తారు. దీనివల్ల క్యాన్సర్ నుంచి శాశ్వత విముక్తి కలుగుతుంది.

క్యాన్సర్ అయినా, కాకపోయినా మెదడులో తలెత్తిన గడ్డలను తొలగించక తప్పదు. అయితే గడ్డ పరిమాణం పెరిగేకొద్దీ సమస్యలూ, నష్టం ఎక్కువవుతూ ఉంటాయి. కాబట్టి గడ్డ చిన్నదిగా ఉన్నప్పుడే త్వరపడాలి. చిన్నగడ్డ అయితే నరాలు దెబ్బతినకుండా ఉంటాయి. సర్జరీ తర్వాత క్యాన్సర్ నుంచి పూర్తిగా కోలుకునే అవకాశాలూ పెరుగుతాయి. క్యాన్సర్ తిరగబెట్టే పరిస్థితులూ తగ్గిపోతాయి. అలా కాకుండా గడ్డ పెద్దగా మారిన తర్వాత సర్జరీకి వెళ్తే ఎక్కువ నాడులకు నష్టం జరుగుతుంది. పైగా సర్జరీ తర్వాత కిమోథెరపీ, రేడియేషన్ అవసరం పెరుగుతుంది కూడా! ఇంకా క్యాన్సర్ తిరగబెట్టే ప్రమాదమూ ఎక్కువే.మెదడులో గడ్డలను సమూలంగా తొలగించడంతోపాటు, ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలకూ తావులేకుండా రోగికి నాణ్యమైన, మెరుగైన జీవితాన్ని అందించే ఉన్నతమైన చికిత్స ఇంట్రా ఆపరేటివ్ న్యూరో మానిటరింగ్. ఈ సర్జరీతో మెదడులో గడ్డలను నూటికి నూరు శాతం తొలగించవచ్చు. అదే సమయంలో నాడులతోపాటు వాటినుంచి అవయవాలకు అందే స్పందనలను గమనిస్తూ, వాటిని కాపాడుకోవచ్చు. క్యాన్సర్ నుంచి శాశ్వత విముక్తి పొందవచ్చు. సర్జరీ నుంచి కోలుకునే సమయాన్నీ తగ్గించుకోవచ్చు. ఇన్ని ఉపయోగాలు మెదడులో గడ్డలను తొలగించే మరే ఇతర చికిత్సలోనూ ఉండవు. పుట్టుకతో కొంతమంది పిల్లలకు వెన్ను తెరుచుకొని ఉంటుంది.

మచ్చలేని అందమైన చర్మం కోసం కత్రినా కైఫ్ ఏంచేస్తుందంటే?

నాలుగు పదుల వయస్సులోనూ అందంలో ఏమాత్రం తక్కువ కాకుండా కుర్ర హీరోయిన్లకు పోటీ ఇస్తోంది కత్రినా కైఫ్. వరుసగా సినిమాలు చేస్తూ దూసుకుపోతోంది. ఈ బ్యూటీ అందానికి ఫిదా అవ్వాల్సిందే. ఈ బ్యూటీ ఎంతో అందమైన చర్మాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ ఇష్టపడతారు. అలాంటి మచ్చలేని, అందమైన, మెరుపునిచ్చే చర్మం కోసం రోజూ కత్రినా కైఫ్ ఏం చేస్తుందో తెలుసా? తాజాగా ఈ బ్యూటీ తన స్కిన్ కేర్ రొటీన్ ఏంటో వెల్లడించింది. కత్రినా చర్మంలా మీకు కూడా సహజమైన మెరుపునిచ్చే ముఖం కావాలంటే కత్రీనా ఫాలో అవుతున్న ఈ సీక్రెట్స్ మీరూ ఫాలో అవండి.

కత్రినా అందాల రహస్యం:

కత్రినా అందానికి ప్రధాన సోర్స్ కిచెన్.

చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా, రిఫ్రెష్‌గా ఉంచడానికి వంటగదిలో దొరికే రెండు వస్తువులను ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంది. ఒకటి ఓట్స్, రెండోది తేనె. ఓట్స్ ను మెత్తగా చేసి అందులో తేనె బాగా కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ఫేస్ ప్యాక్ లా వేసుకుంటానని కత్రినా కైఫ్ చెప్పింది.

కృతి సనన్ లాంటి మెరిసే చర్మం కావాలా?

ఈ బ్యూటీ రోజూ ఏం చేస్తుందో..

మీరూ అదే చేయండి ఐస్ వాష్:

రోజూ ఉదయం నిద్రలేవగానే పఫ్ఫీనెస్ ను, మంటను తగ్గించడానికి కత్రినా కైఫ్ ప్రత్యేక ఐస్ వాష్ చేసుకుంటుంది.

నిద్రలేచిన తర్వాత ఒక పెద్ద గిన్నెలో ఐస్ క్యూబ్స్ వేసుకుంటుంది. దానిలో కొన్ని నీటిని కలిపి అందులో తన ముఖాన్ని ముంచుతుంది. దీని వల్ల మంట పోతుందని, పఫ్ఫీనెస్ తొలగిపోతుందని కత్రినా చెప్పింది.

పుష్ప హీరోయిన్ రష్మిక మందన్న ఫ్యాషన్ సెన్స్ కు హ్యాట్సాఫ్:

వార్డ్‌రోబ్‌లో ఖరీదైన బ్రాండెడ్ సెక్సీ దుస్తులు.. వ్యాయామం, ఆహారం: మంచి చర్మం కోసం, మెరుగైన ఆరోగ్యం కోసం మంచి ఆహారం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. అలాగే క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉండొచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తి ముఖం ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తుంది. అందుకే కత్రినా వ్యాయామం, ఆహారంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటుంది. తాను ఎప్పుడూ వ్యాయామం చేయకుండా ఉండదు. అలాగే కచ్చితంగా డైట్ పాటిస్తుంది. కత్రినా కైఫ్ మాక్రోబయోటిక్ డైట్ ని అనుసరిస్తుంది. ప్రతి 2 గంటలకు తాజాగా ఉడికించిన కూరగాయలు, పండ్లను తీసుకుంటుంటుంది. కార్బోహైడ్రేట్లకు పూర్తిగా దూరంగా ఉంటుంది. అలాగే ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకుంటుంది.

చెప్పండి.. నోరు విప్పండి!

సెక్స్.. మనదేశంలో అచ్చమైన బూతుపదం. పిల్లల ముందు పలకడానికి కూడా ఇష్టపడం. కానీ, పోర్నోగ్రఫీ చూసేవాళ్ల సంఖ్య మాత్రం ఇక్కడే ఎక్కువ. అత్యాచారాలు, పసిపిల్లల మీద పాశవిక దాడులూ అధికమే. కారణం? లైంగిక విద్య లేకపోవడమే అంటారు సెక్స్ ఎడ్యుకేటర్ అంజూ కిష్. పిల్లలకు చెప్పాల్సిన వయసులో, చెప్పాల్సిన విషయాలు చెప్పకపోవడం అనేక విపరిణామాలకు దారితీస్తుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. ‘అన్‌టబూ’ అనే సంస్థను ఏర్పాటుచేసి, బాల్యానికి అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.తోటి పిల్లలతో ఆడుకుంటూ ఏదో అనకూడని మాట అన్నాడనే కోపంతో మంజుల తన కొడుకును ఎడాపెడా వాయించేసింది. కొద్ది సేపటి తర్వాత ‘పాపం చిన్న పిల్లాడు. వాడికేం తెలుసు. నేనే తొందరపడి కొట్టేశాను’ అంటూ బాధపడిపోయింది.కావ్యకు పదేండ్ల కూతురు ఉంది. స్కూల్లో చాలా చురుకు. కాకపోతే ఈ మధ్య బడికి వెళ్లాలంటేనే భయపడిపోతున్నది. ఏమైందని ఆరా తీస్తే.. టీచర్ కొట్టిందని చెప్పింది. స్కూల్‌కు వెళ్లి ఎందుకు కొట్టారని నిలదీస్తే.. పిల్లలను నిక్‌నేమ్‌లతో పిలుస్తున్నదని టీచర్ ఫిర్యాదు చేసింది. అందులో తప్పేముందని కావ్య ప్రశ్నించింది. కానీ, అవన్నీ అసభ్యమైన పదాలే! కావ్య మైండ్ బ్లాంక్ అయిపోయింది. ‘..పై రెండు సందర్భాల్లోనూ తప్పు పిల్లలది కాదు. వారికి సరైన అవగాహన కల్పించని తల్లిదండ్రులు, టీచర్లదే’ అంటారు అంజు కిష్. బూతులు మాట్లాడకూడదు అని పిల్లలకు బుద్ధులు చెప్తారు. కానీ, వాటిని బూతు పదాలని ఎందుకంటారు? దేని అర్థం ఏమిటి? అని మాత్రం విడమరచి చెప్పరు. అంతేకాదు.. చిన్నపిల్లల జననాంగాలకు నిక్‌నేమ్‌లు, పెట్ నేమ్‌లు పెట్టి పిలవడం, పిల్లలకు కూడా అలాగే అలవాటు చేయడం వల్ల.. అదే అసలు పేరేమో అనుకొని.. ఎక్కడ పడితే అక్కడ మాట్లాడేస్తుంటారు. ఇది సరికాదు. చిన్న వయసు నుంచే సెక్స్ ఎడ్యుకేషన్‌లో భాగంగా ఇవన్నీ అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. సరైన పదజాలాన్ని పరిచయం చేయాలి. అంజు చెప్పేదీ ఇదే.

మనం కాక ఇంకెవరు?

‘టీవీలో ఏదైనా ప్రోగ్రామ్ చూసేటప్పుడు అశ్లీల సన్నివేశాలు, డైలాగులు వస్తే.. పిల్లలు చూడొద్దనే ఉద్దేశంతో వెంటనే ఛానల్ మార్చేస్తుంటారు. చూస్తే చెడిపోతారని భయం. నిజానికి, కట్టడి చేయాలనుకున్న ప్రతిసారీ వాళ్లకు మరింత ఆసక్తి పెరుగుతుంది. మనం ఒక మార్గం మూసేస్తే, వాళ్లు ఇంకో మార్గంలో ప్రయత్నిస్తారు. అది సహజ కుతూహలం. పిల్లల్లో పదకొండు, పన్నెండు సంవత్సరాల వయసు నుంచే సెక్స్ గురించి తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తి పెరిగిపోతుంది.

తల్లిదండ్రులు, టీచర్లు సరైన పద్ధతిలో లైంగిక విజ్ఞానాన్ని అందించలేకపోవడం వల్ల ఇంటర్నెట్ మీద ఆధారపడుతున్నారు. అక్కడ చూసినదాన్ని, స్వయంగా అనుభవించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. దీనివల్లే యుక్తవయసు గర్భధారణలు ఎక్కువగా నమోదవుతున్నాయి. సింగపూర్, ఐర్లాండ్, నైజీరియా తదితర దేశాల్లో సెక్స్ ఎడ్యుకేషన్ చట్టబద్ధం. పిల్లలకు ఏ వయసులో ఏం చెప్పాలనే కచ్చితమైన విద్యా ప్రణాళిక ఉంటుంది. అందుకే అక్కడ అత్యాచారాలు, లైంగిక దాడుల కేసులు తక్కువగా నమోదవుతాయి. మన పిల్లలకు మనమే చెప్పకపోతే ఇంకెవరు చెప్తారు?’ అని ప్రశ్నిస్తున్నారు అంజు కిష్.

ఎవరీమె?

అంజు కిష్ న్యాయశాస్త్రం, మాస్ కమ్యూనికేషన్‌లో పట్టా అందుకున్నారు. నాగ్‌పూర్‌లో జర్నలిస్టుగా కెరీర్ ప్రారంభించారు. తర్వాత ఓ సంస్థలో కాపీ రైటర్‌గా పనిచేశారు. చైల్డ్ ఫ్రెండ్లీ బుక్స్ రాశారు. లైంగికతపై పుస్తకాలు అందుబాటులోకి తెచ్చారు. సెక్స్ ఎడ్యుకేటర్‌గా సర్టిఫికెట్ పొందిన తర్వాత, సొంతంగా ప్రాక్టీస్ మొదలు పెట్టారు. ‘పిల్లలను పెంచడం అంటే వాళ్లు అడిగిందంతా ఇవ్వడం కాదు. పెద్ద స్కూల్‌లో చదివించడం అసలే కాదు. కొన్ని విలువలు నేర్పాలి. లైంగిక విద్యలాంటి విషయాలు అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. సాంకేతికత దూసుకుపోతున్న ఈ రోజుల్లో కూడా లైంగిక విద్య గురించి మాట్లాడేందుకు వెనుకా ముందూ ఆలోచిస్తున్నారు. మాట్లాడితేనే కదా.. వాళ్లకు విషయం తెలిసేది, మార్పు మొదలయ్యేది. రహస్యంగా ఉంచాలనుకునే విషయాలను తెలుసుకునేందుకే పిల్లలు ఎక్కువ ఆసక్తి చూపిస్తారు. అందుకే.. మనమే చొరవ తీసుకొని విడమరిచి చెప్పాలి..’ అంటున్నప్పుడు అంజు గొంతులో బాధ్యతతో కూడిన ధర్మాగ్రహం.. మార్పు మన నుంచే మొదలుకావాలనే బలమైన సంకల్పం.

చదువుల తల్లి.. కలైసెల్వి

కీలక పరిశోధన సంస్థల అత్యున్నత విభాగం.. కౌన్సిల్ ఆఫ్ సైంటిఫిక్ అండ్ ఇండస్ట్రియల్ రీసెర్చి (సీఎస్ఐఆర్) తొలి మహిళా డైరెక్టర్ జనరల్ నల్లతంబి కలైసెల్వి వ్యక్తిత్వం నిరుపమానం. ఆమె ప్రతిభ కలిగిన ఎలక్ట్రో కెమికల్ సైంటిస్ట్ కూడా. లిథియం-అయాన్ బ్యాటరీల జీవితకాలాన్ని పెంచే మార్గాన్ని కనిపెట్టి పారిశ్రామిక రంగానికి కొత్త ఉత్సాహం ఇచ్చారు. స్వరాష్ట్రం తమిళనాడులో చవకైన టాయిలెట్ల నిర్మాణానికి ఓ నమూనా అందించారు. కలైసెల్వి ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసమంతా తమిళ మాధ్యమంలోనే సాగింది. మాతృభాషలో చదువుకోవడం వల్లే తనలో జిజ్ఞాస పెరిగిందని అంటారు. కలైసెల్వి తండ్రి ఉపాధ్యాయుడు. ‘అచ్చంగా అబ్బాయిలానే పెంచారు నన్ను. దాంతో మగపిల్లలతో కబడ్డీ, ఖోఖో, ఫుట్‌బాల్ ఆడేదాన్ని’ అని నవ్వుతూ చెబుతారు. కలైసెల్వి మంచి వక్త కూడా. కాలేజీ రోజుల్లో అనేక వక్తృత్వ పోటీల్లో పాల్గొన్నారు. ఉద్యోగంలో చేరాక కూడా ఆకాశవాణిలో సైన్స్ మీద ఉపన్యాసాలు ఇచ్చారు. ‘ఏమాటకామాటే చెప్పుకోవాలి. ఇప్పటికీ పిల్లలకు పాఠాలు చెప్పడం అంటేనే ఇష్టం’ అంటారామె.

వైన్ ఫేషియల్, వైన్ థెరపీతో గ్లోయింగ్ స్కిన్ మీ సొంతం? వైన్ ఫేషియల్, థెరపీ ఎలా చేయాలో తెలుసా?

ఫేషియల్ అనేది డెడ్ స్కిన్ సెల్స్ ను తొలగించి, ముఖం తాజాగా మరియు మెరుస్తూ ఉండేలా చేస్తుంది. కాబట్టి నెలకు రెండుసార్లు అంటే ప్రతి 15రోజులకొకసారి ఖచ్చితంగా ఫేషియల్ చేయించుకోవడం చాలా మంది మహిళలకు నిత్యకృత్యంగా మారింది. గోల్డెన్ ఫేషియల్ తో పాటు ఫ్రూట్ ఫేషియల్, మడ్ ఫేషియల్, ముత్యపు (సిల్వర్) ఫేషియల్, ఆయిన్ ఫేషియల్ ఇప్పుడు మహిళలకు అందాన్ని మెరుగుపరచుకునే వాటిలో ఇవి నంబర్ వన్ గా ఉన్నాయి. కాస్మోటాలజిస్ట్ ఆర్. ప్రియా స్త్రీలు తమ అందాన్ని మెరుగుపరుచుకోవడంలో స్పా మరియు థెరపీ వంటి బ్యూటీ ట్రీట్‌మెంట్‌ల గురించి ప్రాథమిక సమాచారాన్ని అందించారు. మనం రెగ్యులర్ గా తినే పండ్లలో ద్రాక్ష పండ్లు ఒకటి. ద్రాక్ష గింజలు, ఆకు, ద్రాక్షపండులోని గుజ్జు ఇవన్నీ చర్మం ఆరోగ్యానికి బాగా సహాయపడుతాయి. ద్రాక్షలో విటమిన్ ఎ, సి మరియు డి పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇందులో అమినో యాసిడ్ మరియు మినరల్స్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఆరోగ్యానికి మాత్రమే ఉపయోగపడే ద్రాక్ష ఇప్పుడు అందాన్ని కాపాడుకోవడానికి ఉపయోగపడుతుందనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు.

వైన్ అందించే చర్మ సౌందర్య రహస్యలను పనీర్ ద్రాక్ష అని పిలువబడే నల్ల ద్రాక్ష నిజంగా ఆరోగ్యకరమైనది. ద్రాక్షతో తయారు చేసిన ఎరుపు, గులాబీ మరియు తెలుపు వైన్లను సౌందర్య చికిత్స కోసం ఉపయోగిస్తారు. ఈ వైన్లలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చర్మంలోని సాగే ఫైబర్‌లను పునరుద్ధరించి చర్మం ముడతలను తగ్గిస్తాయి. ఈ విధంగా మీరు వృద్ధాప్య రూపాన్ని అందంగా నివారించవచ్చు. ఇలా వైన్ అందించే మరిన్ని చర్మ సౌందర్య రహస్యలను గురించి ఈ కథనంలో తెలుసుకుందాం..

27నుండి బుధాదిత్య యోగంతో ఈ రాశులకి బంపర్ ఆఫర్ డబ్బేడబ్బు.. వైన్ ఫేషియల్ - ఎండ వల్ల ముఖం పాలిపోతుంది. తమ చర్మం అసలు రంగు వెలిసిపోయిందని, చర్మం డల్ గా కనిపిస్తోందని ఫిర్యాదు చేసే వారికి వైన్ ఫేషియల్ ఒక గొప్ప ఎంపిక. ఈ ఫేషియల్‌లో, ముఖాన్ని శుభ్రపరచడం, టోన్ చేయడం, స్క్రబ్ చేయడం మరియు సాధారణ ఫేషియల్ లాగా మసాజ్ చేయడం జరుగుతుంది. ఇతర ఫేషియల్స్ కంటే వైన్ ఫేషియల్ ఎక్కువ రంగును మరియు తక్షణ అందాన్ని ఇస్తుంది.

రుచిలో కాస్త చేదుగా ఉన్నప్పటికీ, ఈ చక్కెర బాదం మధుమేహం-కొలెస్ట్రాల్‌ను నియంత్రిస్తుంది వైన్ థెరపీ వైన్‌తో మొత్తం శరీర చికిత్సను వైన్ థెరపీ అంటారు, ఇది శరీరాన్ని పునరుజ్జీవింపజేయడానికి మరియు కాంతివంతం చేయడానికి మరియు శరీరంలోని ముడతలను వదిలించుకోవడానికి. వృద్ధాప్యం వల్ల చర్మంలో ముడతలు వస్తాయి. దీనితో బాధపడేవారు వైన్ థెరపీ వల్ల ప్రయోజనం పొందవచ్చు.

ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఉల్లిపాయ రసం తాగండి, డయాబెటిస్ కంట్రోల్ అవుతుంది! చర్మసౌందర్యానికి వైన్ ను ఎలా ఉపయోగించాలి? నల్ల ద్రాక్ష గింజ మరియు చర్మాన్ని మెత్తగా చేసి శరీరమంతా పూయాలి. ఇది స్క్రబ్బర్ లాగా పని చేయడం వల్ల శరీరంపై రుద్దితే మృతకణాలు, మురికి తొలగిపోయి చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. చర్మంలో మూసుకుపోయిన రంధ్రాలు తెరుచుకుంటాయి. దీని తర్వాత 10 నిమిషాల తర్వాత గోరువెచ్చని నీళ్లతో తలస్నానం చేయాలి. దీని తర్వాత వైన్ కలిపిన జెల్లు లేదా క్రీములను శరీరమంతా అప్లై చేయాలి.

చివరగా, వైన్ సీరంను వర్తించండి. దీంతో చర్మ రంధ్రాలు మూసుకుపోతాయి. ఇది శరీరానికి యవ్వన రూపాన్ని మరియు మెరుపును ఇస్తుంది. వైన్ స్పా- ఒక పెద్ద కుండలో 3 కిలోల నల్ల ద్రాక్షను వేసి, 10 లీటర్ల నీరు వేసి, ద్రాక్షను మెత్తగా మెత్తగా చేయాలి. వైన్ స్పా అంటే ఆ నీటిలో మూడు పావుగంట సేపు పడుకుని విశ్రాంతి తీసుకోవడమే. దీంతో చర్మంలోని మృతకణాలు తొలగిపోతాయి. తాజా మరియు యవ్వన రూపాన్ని ఇస్తుంది. దీనికి రుసుము 2500 నుండి 3500 రూపాయల వరకు ఉంటుంది. ఇది వారి చర్మాన్ని బట్టి మారుతుంది.

వైన్ ఉపయోగించి బ్యూటీ ట్రీట్ మెంట్స్ తీసుకునేటప్పుడు గుర్తుంచుకోవల్సిన విషయాలను పొడి చర్మం ఉన్నవారు స్వీట్ వైన్ వాడాలి. వైట్ వైన్ వద్దు. సెన్సిటివ్ స్కిన్ ఉన్నవారు రెడ్ వైన్ వాడటం మంచిది. ఇది చర్మ రంధ్రాలలోకి వెళ్లి మొటిమలు మరియు వీనల్ ట్యూమర్‌లను నివారిస్తుంది. డ్రై వైన్ సాధారణ చర్మం కోసం ఉపయోగించవచ్చు. ఇందులోని టార్టారిక్ యాసిడ్ మరియు మాలిక్ యాసిడ్ చర్మంలోని జిడ్డును నిలుపుకుని అదనపు అందాన్ని అందిస్తాయి. జిడ్డు చర్మం ఉన్నవారు వారికి అదనపు మెరుపును అందించడానికి రెడ్ వైన్‌తో సమానమైన పెరుగును ఉపయోగించవచ్చు.

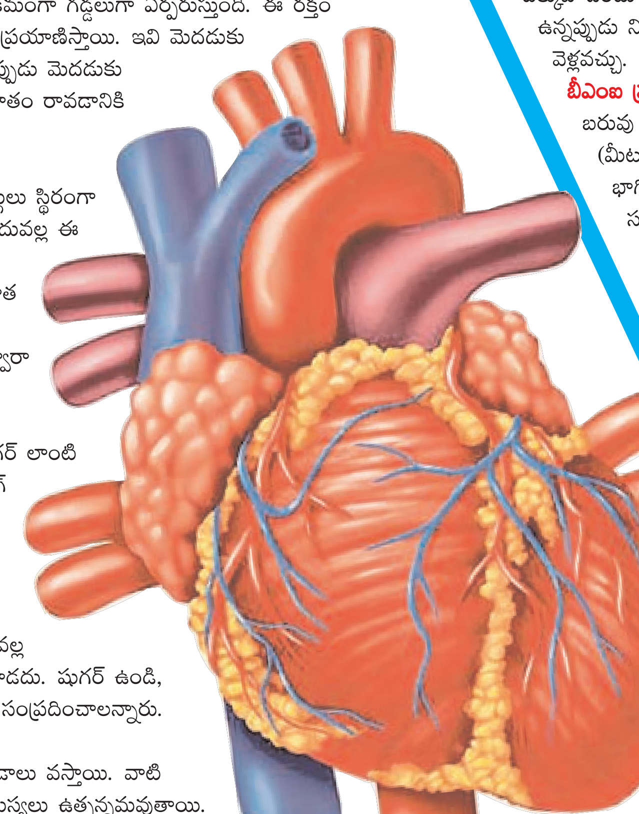
గుండె లయ తప్పితే..?

బీపీ, షుగర్ లాంటి జీవనశైలి వ్యాధులు పెరుగుతుండడంతో గుండెపోటుతో పాటుగా ఈ ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ సమస్య కూడా పెరుగుతున్నది.

గుండెజబ్బులు అనగానే వెంటనే గుండెపోటు గుర్తుకొస్తుంది. కానీ గుండెపోటు సమస్య మాదిరిగానే గుండెజబ్బు కూడా ఉంటుంది. హృదయ స్పందనలో తేడాల వల్ల ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ అనే సమస్య ఇటీవల కాలంలో ఎక్కువైందన్నారు ఎస్టర్ ప్రైమ్ ఆస్పత్రి ఇంటర్వేన్షనల్ కార్డియాలజిస్ట్ డాక్టర్ రఘు. బీపీ, షుగర్ లాంటి జీవనశైలి వ్యాధులు పెరుగుతుండడంతో గుండెపోటుతో పాటుగా ఈ ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ సమస్య కూడా పెరుగుతున్నది. కాబట్టి దీనిపై అవగాహన పెంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని డాక్టర్ రఘు సూచించారు. సోమాజిగూడ ప్రెస్‌క్లబ్‌లో సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ వ్యాధికి గల కారణాలు, నివారణోపాయాలను వివరించారు.

ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ అంటే?

గుండె సాధారణంగా నిమిషానికి 72 సార్లు కొట్టుకుంటుంది. ఈ హృదయ స్పందన ఒక క్రమపద్ధతిలో ఉండాలి. రెండు హార్ట్ బీట్ల మధ్య గ్యాప్ ఎక్కువైనా, తక్కువైనా హృదయ స్పందనలో తేడా వస్తుంది. దాంతో గుండె మరింత వేగంగా కూడా కొట్టుకోవచ్చు. ఇలా హృదయ స్పందనల్లో ఏర్పడే అపసవ్యతలనే ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ అంటారు. దీనివల్ల శరీరంలోని అవయవాలకు రక్తం సక్రమంగా సరఫరా కాదు. దాంతో రక్తం అంతా గుండె గదుల్లోనే పేరుకుపోతుంది. ఇలా నిల్వ కాబడిన రక్తాన్ని క్రమంగా గడ్డలుగా ఏర్పరుస్తుంది. ఈ రక్తం గడ్డలు గుండెకు మాత్రమే పరిమితం కాకుండా శరీరం అంతటా ప్రయాణిస్తాయి. ఇవి మెదడుకు సులువుగా వెళ్తాయి. అలా మెదడు రక్తనాళాల్లో ఈ గడ్డలు చేరినప్పుడు మెదడుకు రక్తసరఫరాలో అంతరాయం కలిగి బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వస్తుంది. పక్షవాతం రావడానికి 40 నుంచి 50 శాతం ఏట్రియల్ ఫిబ్రిలేషనే కారణం.



ఎలా కనుక్కోవడం?

ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ వల్ల హృదయ స్పందనల్లో వచ్చే హెచ్చుతగ్గులు స్థిరంగా ఉండవు. ఒక్కసారిగా తేడాలు వచ్చి, మళ్లీ మామూలవ్వొచ్చు. అందువల్ల ఈ సమస్యను ఈసీజీ ద్వారా తెలుసుకోవడం కూడా కొన్నిసార్లు కష్టం అవుతుంది. వైద్య సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అభివృద్ధి చెందిన తరువాత హృదయ స్పందనల రేటును రికార్డు చేయడానికి అనేక రకాల డివైస్‌లు వచ్చాయి. యాపిల్ వాచ్‌లు, ప్రత్యేకమైన సాంకేతికత ద్వారా రూపొందించిన దుస్తుల ద్వారా కూడా వీటిని రికార్డు చేయవచ్చు. ఇంప్లాంటబుల్ లూప్ రికార్డర్ ద్వారా ఒక మైక్రోచిప్‌ని చర్మంలో అమర్చి, ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్‌ను కనుక్కోవచ్చు. అయితే బీపీ, షుగర్ లాంటి వ్యాధులున్నవాళ్లు, అప్పటికే గుండెపోటు రావడం, గుండె పంపింగ్ సామర్థ్యం తక్కువగా ఉన్నవాళ్లు, ర్యుమాటిక్ హార్ట్ డిసీజ్ ఉన్నవాళ్లు, ఒకసారి స్ట్రోక్ వచ్చిన వాళ్లు ఈ పరీక్షల ద్వారా ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ సమస్య ఉందో లేదో చెక్ చేయించుకోవాలి. ఈ సమస్య ఉన్నవాళ్లలో గుండెదడ, ఆయాసం ఉంటాయి. ఎప్పుడూ నీరసంగా ఉంటుంటారు. కానీ పెద్దవాళ్లయితే వయసు వల్ల వచ్చిన నీరసం అని సరిపెట్టుకుంటుంటారు. కానీ అశ్రద్ధ చేయకూడదు. షుగర్ ఉండి, ఇలాంటి లక్షణాలుంటే ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలన్నారు.

ఎందుకిలా?

సాధారణంగా వయసు పెరిగినాకొద్దీ శరీరంలోని అవయవాల్లో తేడాలు వస్తాయి. వాటి పనితీరు మందగిస్తుంది. అలా గుండె కొట్టుకోవడంలో కూడా సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. దీనికి తోడు ఆధునిక జీవనశైలి వల్ల ముంచుకొచ్చిన అధిక రక్తపోటు, మధుమేహ వ్యాధులు ఉన్నవాళ్లలో కూడా ఈ ఆర్టియల్ ఫైబ్రిలేషన్ సమస్య వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ. అంతేకాదు, ర్యుమాటిక్ హార్ట్ డిసీజ్ వల్ల కూడా గుండె కొట్టుకోవడంలో తేడాలు వస్తాయి.

పరిష్కారం ఎలా.?

మందుల ద్వారా గుండె గదుల్లో రక్తం గడ్డ కట్టకుండా చేయవచ్చు. నోటి ద్వారా తీసుకునే యాంటి కోయాగ్యులెంట్ మందులు 65 నుంచి 70 శాతం స్ట్రోక్ రిస్క్ రాకుండా నివారిస్తాయి. అయితే వీటి వల్ల రక్తస్రావం అయ్యేందుకు ఆస్కారం ఉంటుంది. అందువల్ల ఇప్పుడు కొత్త మందులు వచ్చాయి. నావల్ యాంటి కోయాగ్యులెంట్స్ అనే ఈ మందులు మరింత సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయి. రక్తస్రావం అయ్యే అవకాశం చాలా తక్కువ. ఈ సమస్య ఉన్నప్పటికీ మంచి చికిత్సలున్నాయి. కాబట్టి అవగాహన పెంచుకుని, సకాలంలో డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలని డాక్టర్ రఘు సూచించారు.

బరువు దించే.. బేరియాట్రిక్ కాలం మారుతున్నది...

విధానాలు, ఆహారపు అలవాట్లు మారుతున్నాయి. దాదాపు అన్ని పనులూ టెక్నాలజీ సాయంతోనే జరిగిపోతున్నాయి. దీంతో శారీరక శ్రమ తగ్గిపోయింది. ఈ ధోరణి ఊబకాయానికి దారితీస్తున్నది. బరువు పెరిగేకొద్దీ జీవితం బరువుగా మారిపోతుంది. అయినా, నిర్లక్ష్యం చేస్తే తీవ్ర అనారోగ్య సమస్యలు రావచ్చు. ప్రాణాలకు ముప్పు వాటిల్లే ప్రమాదమూ ఉంది. బేరియాట్రిక్ సర్జరీలాంటి విధానాలతో ఊబకాయ సమస్య నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు.

ఎవరికి చేయవచ్చు?

బేరియాట్రిక్ సర్జరీ.. బరువును నియంత్రించే శస్త్రచికిత్స. ఇది 'బ్యారోస్' (బరువు) అనే పదం నుంచి వచ్చింది. అయితే, ఈ సర్జరీకి కొన్ని మార్గదర్శకాలు ఉన్నాయి. 40 బీఎంఐ (బాడీ మాస్ ఇండెక్స్)కంటే ఎక్కువ బరువు ఉన్నా.. లేదా 35 బీఎంఐ కంటే ఎక్కువ ఉండి.. మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, అధిక కొలెస్ట్రాల్, ఊపిరితిత్తులపై ఒత్తిడి (అబ్‌స్ట్రక్టివ్ స్లీప్ ఆప్నియా) తదితర సమస్యలతో బాధపడుతున్నా.. బేరియాట్రిక్ సర్జరీ చేయాలని ఓ నియమం. గత ఏడాది ఈ మార్గదర్శకాలకు కొన్ని మార్పులు చేశారు. ఆ ప్రకారం.. బీఎంఐ 35 కంటే ఎక్కువగా ఉన్నా.. బీఎంఐ 30 కంటే ఎక్కువ ఉండి వివిధ ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నా.. బేరియాట్రిక్ సర్జరీ చేయవచ్చు. భారతీయుల విషయానికొస్తే.. బీఎంఐ 27 కంటే ఎక్కువ ఉంటూ.. ఏవైనా ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నప్పుడు నిరభ్యంతరంగా ఈ సర్జరీకి వెళ్లవచ్చు.

బీఎంఐ ప్రకారం.. ఒక వ్యక్తి బరువు (కిలోలలో)ను ఎత్తు (మీటర్ స్కేర్‌లలో)తో భాగిస్తే వచ్చే ఫలాన్నే సదరు వ్యక్తి బీఎంఐగా పరిగణిస్తారు. సాధారణ వ్యక్తుల బీఎంఐ 18-27 మధ్య ఉండాలి. అదే,18 కంటే తక్కువ ఉంటే పోషకాల లోపంతో బాధపడుతున్నట్టు. బీఎంఐ 27.5 కంటే ఎక్కువైతే ఊబకాయంగా పరిగణించవచ్చు.బీఎంఐ 35 కంటే ఎక్కువైతే.. మార్బిడ్ ఒబేసిటీ. ప్రాణాంతక ఊబకాయంగా భావించాలి. బీఎంఐ 50 కంటే ఎక్కువైతే.. 'సూపర్ ఒబేసిటీ'గా పరిగణిస్తారు. ఇది చాలా ప్రమాదకర స్థాయి. శరీరం రోగాల పుట్టగా మారిపోవచ్చు.

జాగ్రత్తలు : బీఎంఐ 25 స్థాయిలో ఉన్నప్పుడే అప్రమత్తమైతే మంచిది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహార విధానాన్ని కొనసాగించాలి. చెడు కొవ్వులకు, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారానికి దూరంగా ఉండాలి.రోజూ అరగంట అయినా వ్యాయామం చేయాలి. ఒత్తిడి పెంచుకోకూడదు. మూడుపదుల తర్వాత తరచూ వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. బరువు పెరగడం వల్ల.. షుగర్ స్థాయి పెరుగుతుంది. ఊపిరితిత్తులపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఫలితంగా శ్వాస సమస్య ఏర్పడుతుంది. సీ-పాప్ యంత్రాలు వాడాల్సిన పరిస్థితి ఉత్పన్నం అవుతుంది.

కీళ్లనొప్పులు వస్తాయి...

మహిళల్లో సంతానలేమి (ఇన్‌ఫెర్టిలిటీ) సమస్య వస్తుంది. ఫ్యాటీలివర్ ఏర్పడి.. సిరోసిస్‌కు దారితీసే ప్రమాదం ఉంది.

నిర్ధారణ పద్ధతులు : ఒక వ్యక్తి అధిక బరువు లేదా ఊబకాయంతో బాధపడుతున్న విషయాన్ని శాస్త్రీయంగా గుర్తించేందుకు రెండు పద్ధతులు ఉన్నాయి. మొదటిది.. అందరికీ తెలిసిన బీఎంఐ. రెండోది.. వెయిస్ట్ హిప్ రేషియో (నడుము/తుంటి నిష్పత్తి). ఈ నిష్పత్తి మహిళల్లో 0.8 కంటే తక్కువ ఉండాలి. పురుషుల్లో 1 కంటే తక్కువ ఉండాలి. అనంతరం రక్తపరీక్షలు, ఊపిరితిత్తులు, గుండె పరీక్షల ద్వారా ఏ అవయవంపై ఎంత ఒత్తిడి పడుతుందో తెలుసుకోవచ్చు.

చికిత్సా విధానాలు : అధిక బరువుకు రెండురకాల ఆధునిక చికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఒకటి సర్జికల్ పద్ధతి. దీన్నే బేరియాట్రిక్ సర్జరీ అంటారు. రెండోది.. ఎండోస్కోపిక్ పద్ధతి. బేరియాట్రిక్ పద్ధతిలో న్యూరో హార్మోనల్ సైకిల్‌ను నియంత్రించడంతో పాటు శరీరంలోని ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్‌ను తగ్గించి, ఇన్సులిన్ ఊటను బాగా పెంచుతారు. ఫలితంగా జీవక్రియ వేగవంతమై, కొవ్వు కరిగిపోతుంది. బేరియాట్రిక్ సర్జరీకి పెద్దగా సమయం పట్టదు. మొత్తం శస్త్రచికిత్స గంటన్నర నుంచి రెండు గంటల్లో పూర్తవుతుంది. రోగిని నాలుగు రోజుల్లో డిశ్చార్జ్ చేయవచ్చు. శస్త్ర చికిత్స జరిగిన 10 రోజుల తరువాత రోగులు సాధారణ జీవనాన్ని గడపవచ్చు.

ఎండోస్కోపిక్ పద్ధతి : ఇది కూడా సురక్షితమైన విధానమే. కాకపోతే, 27-30 బీఎంఐ ఉన్నవారికే ఎండోస్కోపీ ద్వారా చికిత్స చేస్తారు. ఇందులో మళ్లీ రెండురకాలు. ఇంట్రాగ్యాస్ట్రిక్ బెలూన్ ఈ పద్ధతిలో రోగి పొట్టలోకి స్లైన్ నింపిన సిలికాన్ బెలూన్ పంపుతారు. దాదాపు ఆరు నెలల తర్వాత.. దాన్ని ఎండోస్కోపీ పద్ధతిలో తొలగిస్తారు. రోగి ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి ఆ తర్వాత మరో బెలూన్ పంపాలా లేదా అనేది నిర్ణయిస్తారు.

బేరియాట్రిక్ సర్జరీతో ఉపయోగాలు

70-80 శాతం అదనపు బరువు తగ్గిపోతుంది.
80-90 శాతం టైప్-2 డయాబెటిస్ నియంత్రణలోకి వస్తుంది.
70-80శాతం అధిక రక్తపోటు అదుపులోకి వచ్చేస్తుంది.
ఊపిరితిత్తులపై ఒత్తిడి తగ్గిపోతుంది. ఇక, సీ-పాప్ అవసరం ఉండదు.
మహిళల్లో సంతానలేమి సమస్య తీరిపోతుంది.అవయవ మార్పిడి అవసరమైన రోగులకు తగిన అవయవాలు లభిస్తాయి. ఎందుకంటే, అధిక బరువు సమస్య ఉన్న వారికి.. వారి పరిమాణానికి సరిపడా అవయవాలు లభించడం కష్టం.

ఎండోస్లీవ్ : ఎండోస్కోపిక్ స్లీవ్ గ్యాస్ట్రోప్లాస్టీ.. పద్ధతిలో రోగి పొట్ట సైజును తగ్గిస్తారు. దీంతో, ఇట్టే పొట్ట నిండిపోతుంది. తక్కువ ఆహారం తీసుకుంటారు. ఈ రెండు పద్ధతుల్లోనూ ఇన్‌పేషెంట్‌గా ఉండాల్సిన అవసరం రాదు. దాదాపుగా అదే రోజు డిశ్చార్జ్ చేస్తారు. తొలుత కొంత అసౌకర్యంగా అనిపించినా.. వెంటనే సర్దు కుంటుంది. ఈ విధానాల్లో తీవ్ర దుష్ఫలితాలు ఉండవు. అన్నిటికీ మించి ఊబకాయం వల్ల వచ్చే ప్రాణాపాయం తప్పుతుంది.

తమలపాకుతో చాలా లాభాలు

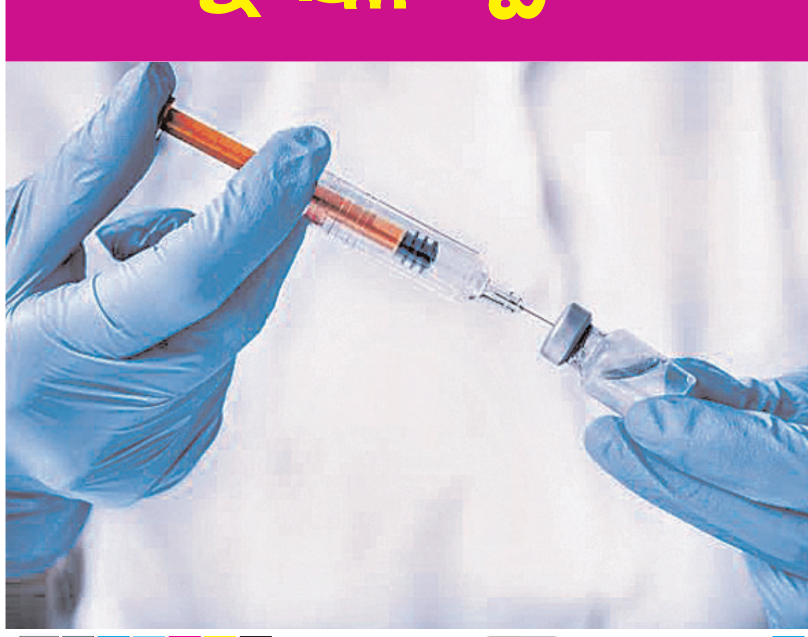
తమలపాకు ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇందులో కాల్షియం, ఫోలిక్ యాసిడ్, విటమిన్ ఎ, సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలోనూ సాయపడుతుంది. తమలపాకు తింటే మరెన్నో ఉపయోగాలు..

ప్రతి రోజు 7 తమలపాకులను ఉప్పుతో కలిపి ముద్దగా నూరి వేడినీళ్లతో తీసుకుంటే బోద వ్యాధితో బాధపడుతున్న వారికి చక్కని ఫలితం కనిపిస్తుంది. తమలపాకు రసాన్ని రెండు కళ్లలోనూ చుక్కలుగా వేస్తే రేచీకటి సమస్య క్రమంగా తగ్గుతుంది. తమలపాకు రసాన్ని టీ స్పూన్ మోతాదులో తీసుకుంటే గుండె పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. ఎక్కువగా కూర్చొని పనిచేసేవారికి సాధారణంగా ఎదురయ్యే సమస్య వెన్నునొప్పి. వేడిగా ఉండే తమలపాకు రసాన్ని కొబ్బరినూనెతో కలిపి బాగా మిక్స్ చేసి, వెన్నుకు మర్దన చేయడం వల్ల తక్షణ ఉపశమనం కలుగుతుంది. శ్వాస సంబంధిత సమస్యతో బాధపడేవారు ఆవనూనెను గోరువెచ్చగా చేయాలి. దీనిలో తమలపాకును నానబెట్టి ఈ మిశ్రమాన్ని ఛాతి మీద రాస్తే ఉపశమనం దొరుకుతుంది.రోజూ ఒక తమలపాకును తింటే మలబద్ధకం సమస్య తగ్గిపోతుంది. దెబ్బలు తగిలినప్పుడు వాపు, రక్తం గడ్డ కట్టడం లాంటివి జరిగినప్పుడు తమలపాకును వేడి చేసి వాపు లేదా రక్తం గడ్డ కట్టిన ప్రాంతంలో కట్టులాగా కడితే వెంటనే ఉపశమనం కలుగుతుంది.భోజనం తర్వాత తమలపాకు తింటే నోరు శుభ్రమవుతుంది. ఇది జీర్ణక్రియకు బాగా తోడ్పడుతుంది. కానీ ఈ ఆకును అధికంగా తీసుకుంటే అనర్థాలు ఎదురవుతాయని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. పాన్, ఇతర ఏ రూపంలో అయినా రోజుకు ఒక ఆకును మించి తీసుకోవద్దని చెబుతున్నారు.చుండ్రు సమస్యతో బాధపడుతున్నవారు తమలపాకులను ముద్దగా చేసి తలకు పట్టించాలి. గంటసేపు ఆగి తలస్నానం చేస్తే చుండ్రు సమస్య తగ్గుతుంది. ఇలా చుండ్రు సమస్య తగ్గేవరకు వారానికి రెండుసార్లు చొప్పున చేయవచ్చు.

చలికాలంలో పిల్లల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడండిలా..!

చలికాలం వచ్చిందంటే చాలు.. పెద్దలకే కాదు.. పిల్లలకూ శ్వాస కోశ సమస్యలు ఎదురవుతుంటాయి. దగ్గు, జలుబు, జ్వరం తదితర అనారోగ్య సమస్యలు పెద్దల కన్నా పిల్లల్నే ఎక్కువగా ఇబ్బందులకు గురిచేస్తాయి. ఈ క్రమంలో పిల్లల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడం చాలా అవసరం. కింద సూచించిన పలు సలహాలను పాటిస్తే చలికాలంలో పిల్లల్ని ఇన్‌ఫెక్షన్లు, శ్వాసకోశ సమస్యల బారి నుంచి కాపాడవచ్చు. మరి ఆ సలహాలు, సూచనలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందామా..! చలికాలంలో పిల్లలు పొద్దున్నే నిద్ర లేవడానికి బద్ధకిస్తుంటారు. ఈ సమస్య లేకుండా చేయాలంటే.. పిల్లల్ని రాత్రిపూట త్వరగా పడుకోబెట్టాలి. అలాగే తేలిగ్గా జీర్ణమయ్యే ఆహారాలను రాత్రి పూట ఇవ్వాలి. దీంతోపాటు పాలను కూడా తాగించాలి. దీంతో చక్కగా నిద్ర పడుతుంది. ఉదయాన్నే ఉత్సాహంగా నిద్ర లేస్తారు. చలికాలంలో రాత్రి లేదా పగలు ఎప్పుడైనా సరే పిల్లలు బయటకు వెళ్తుంటే ఉన్ని దుస్తులు వేయాలి. ఈ కాలంలో ఐస్‌క్రీములు, కూల్ డ్రింక్‌లు వంటివి కొనివ్వడం మానేయాలి. పిల్లల తలను కప్పి ఉంచేలా స్వెటర్, మంకీ క్యాప్‌లను ధరింపజేయాలి. చలికి పాదాలు పగలకుండా ఉండేందుకు సాక్సులు, షూ ధరింపజేయాలి. చేతులకు

అన్ని ఫ్లూ జ్వరాలకీ ఒకే వ్యాక్సిన్!



జలుబు, దగ్గులతో అతలాకుతలం చేసేది ఫ్లూ. ఇప్పటికే కొన్ని రకాల ఫ్లూ వైరస్‌లకి వ్యాక్సిన్లు ఉన్నాయి. కాని కొన్ని రకాల వైరస్‌ల వల్ల కలిగే ఫ్లూని ఏమీ చేయలేకపోతున్నాం. అయితే ఇప్పుడు అన్ని రకాల ఫ్లూ వైరస్‌లనూ నియంత్రించడానికి ఒకే వ్యాక్సిన్‌ను రూపొందించడానికి కసరత్తు జరుగుతోంది. జలుబుకు మందులు వాడితే వారంరోజుల్లో వాడకపోతే ఏడు రోజుల్లో తగ్గుతుందని ఓ మాట ఉండనే ఉంది.

అంటే జలుబును నియంత్రించే సరైన చికిత్స లేదని అర్థం. జలుబు కొన్ని వేల రకాల వైరస్‌లలో ఏదో ఒకదానివల్ల కలుగుతుంది. ఇవన్నీ ఫ్లూ వైరస్‌లే. అందుకే ఇన్ని రకాల వైరస్‌లకు వ్యాక్సిన్లు తయారుచేయడం కష్టమైంది. కాని ఇప్పుడు అన్నిటికీ కలిపి ఒకే వ్యాక్సిన్‌ను తీసుకొచ్చే పనిలో ఉన్నారు పరిశోధకులు. ఫ్లూ వైరస్‌ల ఉపరితలం మీద హీమాగ్లుటినిన్ అనే ప్రొటీన్ ఉంటుంది. హోస్ట్ కణాలపై దాడి చేయడానికి ఇదే మార్గదర్శనం చేస్తుంది.

ఈ ప్రొటీన్ వల్లనే వైరస్ మనల్ని ఇన్‌ఫెక్ట్ చేస్తుంది. ఈ హీమాగ్లుటినిన్‌లో తల (హెడ్), తోక (స్టాక్) అనే రెండు భాగాలుంటాయి. వీటిలో తల భాగం అన్ని వైరస్‌లలో ఒకేలా ఉండదు. కాని స్టాక్ మాత్రం దాదాపుగా ఒకేలా ఉంటుంది. అందువల్ల హీమాగ్లుటినిన్ స్టాక్‌ను టార్గెట్ చేస్తూ వ్యాక్సిన్‌ను తయారుచేయవచ్చని భావిస్తున్నారు సైంటిస్టులు. ఇందుకోసం కైమెరిక్ హీమాగ్లుటినిన్ అనే ప్రొటీన్ రకంపై పరిశోధనలు కొనసాగిస్తున్నారు. ఈ పరిశోధనలు విజయవంతం అయితే యూనివర్సల్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా వ్యాక్సిన్ రాక ఎంతో దూరంలో ఉండదంటున్నారు ప్రొఫెసర్ ఫ్లోరియన్ క్రామర్.