

ବିବିଧ

ଦେଶ ବିଦେଶର ଜଣାଅଜଣା

ବିଷୟ

ଧୂଳି ପ୍ରତିଧୂଳି

ବାଲେଶ୍ୱର ମଙ୍ଗଳବାର, ୨୩ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୧୧



ମାନବ ମନୋବିଜ୍ଞାନ

ମାନବ ମନ (ମନ) ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ଫଳାଫଳ ଲାଭ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଛି ମାନବ ମନୋବିଜ୍ଞାନ।

ଅନ୍ୟ ମାନବ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଛୁ। ଯେତେବେଳେ ଆମ ପିଲାମାନେ ଔଷଧପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ଆମେ କହୁ ଯେ ଏହା ହେଉଛି ଏଂସ୍ତ୍ରୀକ ଜୀବନ ଶୈଳୀର ପ୍ରଭାବ।

ଦୟାଳୁ ମଞ୍ଜରୀ ମିଶ୍ର ଅଧ୍ୟାପିକା (ବଂରାଜୀ), ଏଲ୍.ଟି.ସି.ସି., ଟି.ଟି.ସି.ସି., ଡାକ୍ତର, ଅନୁବ୍ରୁକ୍

ସାମଗ୍ରୀ ସବୁ ଗୋଟାଏକାନ୍ତ ଲାଗିଲେ। ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ମନସ୍ତୁତି ଗୁରୁତର ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ଭ୍ରାତୃଭର ବା ହେଲପର ପାଇଁ କୌଣସି ଚାପ ବା ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ପାରନ୍ଥିଲେ।

ଅଧିକ କାଲ୍‌ସିୟମ ପ୍ରାଣଦାତା

କାଲ୍‌ସିୟମ ବଟିକା ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ। କାଲ୍‌ସିୟମ ରକ୍ତରେ ଗଠିତ ରହିଲେ, ନାନା ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରାଇଥିବା ପ୍ରମାଣିତ।

ଆୟ ଖଜୁରି ଚଟଣି

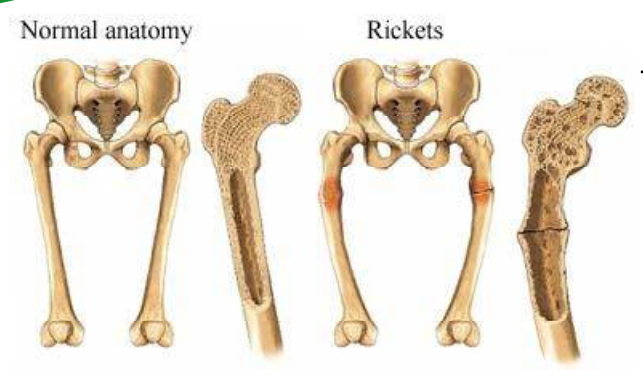
ପ୍ରଣାଳୀ:- ଆୟକୁ ଚୋପା ଛଡ଼ାଇ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟନ୍ତୁ । ସକାଳେ ଆୟକୁ ଗରମ ପାଣିରେ ୨ମିନିଟ୍ ଫୁଟାଇ ଛାଣି ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଆୟ ଖଣ୍ଡଦିନସାରା ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ନିଅନ୍ତୁ ।



ଅସ୍ଥି ରୋଗ ଓ ଏହାର ପ୍ରକାର

ଅସ୍ଥି ରୋଗ ମାନବ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା କୌଣସି ରୋଗ ବା କ୍ଷତ ଅଟେ । ଅସ୍ଥି ରୋଗ ମାନବ କଂକାଳ ପ୍ରଣାଳୀର ଅସାମାନ୍ୟତାର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ଅଟେ ।

ଓଷ୍ଟିୟୋପୋରୋସିସ୍ ଏବଂ ରିକେଟସ୍: ସର୍ବଦା କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ଗ୍ରାମ କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।



ବୋତଲେ ଖାଇନ ୧୦ଟି ସିଗାରେଟ୍ ଭଳି ହାନିକାରକ

ଗୋଟିଏ ବୋତଲ ଖାଇନ ପିଇଲେ କର୍କଟ ଆଶଙ୍କା ଯେତିକି ବଢ଼େ, ୧୦ଟି ସିଗାରେଟ୍ ଚାଣିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଆଶଙ୍କା ସେତିକି ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ ଚେତାଇ ଦେଇଛନ୍ତି ।



ଦୃକ୍ଷ ବନ୍ଧୁ ଛତିନ୍ଦ୍ରା

ଛତିନ୍ଦ୍ରା କଟା ଖୁବ୍‌ଶୀଘ୍ର ମାଡ଼େ, ଆଉ ଫଳ ଦିଏ । ବହୁ ପ୍ରକାର ରୋଷେଇ ଏଥିରେ କରାଯାଇ ପାରେ । କେବଳ ରୋଷେଇ ଘର ଦୁହେଁ, ପାରମ୍ପରିକ ଚିକିତ୍ସାରେ ଏହାର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର ରହିଛି ।



ମଶାକୁ ନେଇ ବିଶ୍ୱସ୍ତରେ ଅନେକ ସଚେତନତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ନିଜ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱକୁ ପରିବେଶକୁ ସଫାପୁତୁରା ରଖିଲେ ମଶା ବ୍ୟାପିବାର ଭୟ ଏତେ ନଥାଏ ।

ଅତି କମରେ ଦରକାର ଛତିନ୍ଦ୍ରା ଉପ ପିଇଲେ ଏହା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ଏହାର ପତ୍ର କାମଳ ରୋଗ ଦୂର କରିଥାଏ । ଧନିଆ ସହ ୩୦ ରୁ ୫୦ଗ୍ରାମ୍ ଏହାର ପତ୍ର ନେଇ ଲୁସ କରି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଭରମ ଫଳ ମିଳିଥାଏ ।

