

సంపాదకీయం

రాహుల్ విమర్శల్లో వాన్నివమంత?

సుస్తురాబువుడికి సివిల్ సర్వోట్



సర్వోంట్ భూమిక వెలకట్టలేనిది. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో రాజకీయ విలువలు వేగంగా పతనమపుతున్న సంధి కాలంలో నేటి సివిల్ సర్వోంట్ “అడక్ట్రేరల్స్ పోక చెక్క” వలె అమాయక ప్రజలు, అవినీతి రాజకీయ నాయకుల నదుమ నలిగి పోవడం చూస్తున్నాం. భరత జాతి నిర్మాణంలో పాలకులు, అధికార యంత్రాంగం, స్వాయ వ్యవస్థ, నిష్పాక్షిక వార్త ప్రతికలు తమ తమ విధులను సక్రమంగా నిర్వహించిన నాడు దేశ సమ్బాధివృద్ధి వేగంగా జరుగుతుందని నమ్ముతున్నాం. రాజకీయ అవినీతిచెరలు సివిల్ సర్వోంట్ను కూడా విచిచి పెట్టడం లేదు. సివిల్ సర్వోంట్లో కూడా అవినీతి తిమింగలాలు తిష్ఠ వేయడంతో ప్రజలకు తీరిని నష్టం జరుగుతున్నది. పాలకుల పదవి తాత్కాలికమని, అధికారుల పదవి దీర్ఘకాలికమని గమనించి సివిల్ సర్వోంట్ ప్రజా సేవలో మునిగి ఆత్మ సంతృప్తిని పొందుతూ మంచి ఉన్నతాధికారులుగా ప్రజల గుండెల్లో నిలపాలి. సివిల్ సర్వోంట్ ధైయం ప్రజా శైయస్సు కావాలి. పొరుల

ଓ নেতৃত্ব মরকলকু 43 পিলু



ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం దురుద్దేశ్యంతో డైనమెటల్ స్టూపాన్ని పేటి వేసింది. మళ్ళీ ప్రజలు స్టూపాన్ని పునర్నిర్మించుకున్నారు. ప్రతి ఏటా ఏపిల్ 20 వచ్చింది అంటే అక్కడ భయానక వాతావరణం, స్టూపం వద్ద ఇసువ బాటు శబ్దం. ప్రజలకు భయాండోజన కలిగిస్తూ పోలీస్ బందోబస్తు, అంక్షలతో అతి కాద్ది మండికి మాత్రమే నివాశులు అర్పించడానికి అనుమతి ఇచ్చేది. ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యమంలో ఆదివాసులు కూడా చాలా క్రియాశీలక పాత పోషించారు. రాష్ట్రం ఏర్పడితే మాకు ఏజెస్టీ వనరుల పై ఘర్త స్వేచ్ఛ లభిస్తుంది, ఆదివాసీ చట్టాలు అమలు అవుతాయి అని ఆకాంక్షించారు, కానీ 10 ఏళ్ళ ప్రత్యేక తెలంగాణ నాయకులే కీర్తిమంత్రం కూడా కాలే ఉండ

LOCAL NEWS

ଓଡିଆ ୨୧ ଫେବୃରୀ ୨୦୨୪

5

ఎజెట్ పోల్స్ నిషేధం: జిల్లా ఎన్నికల అభికాలి క్రాంతి వల్లారు

వాస్తవ నేస్తును, సంగారెడ్డి: ఈనెల 19 నుండి జూన్
 1 సాయంత్రం ఆరున్నర గంటల వరకు ఎగ్గిట్
 పోల్చు ను జాతీయ ఎన్నికల సంఘం
 నిపేధించినట్లు జిల్లా ఎన్నికల అధికారి క్రాంతి
 వల్లారు తెలిపారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా
 ఎగ్గిట్ పోల్చు నిర్వహించిన పత్రికల్లో ప్రచురించిన
 లీఫీ, ఇతర ప్రసార మాధ్యమాలలో ప్రసారం చేసి
 సోషల్ మిడియాలో పోస్టులు పెట్టిన చట్ట ప్రకారం
 చర్యలు తీసుకొనున్నట్లు జిల్లా ఎన్నికల అధికారి
 తెలిపారు. నిబంధనలకు లోబడి జూన్ 1
 సాయంత్రం 6:30 గంటల వరకు ఎగ్గిట్ పోల్చు
 ఎవరు నిర్వహించవడన్ని తెలిపారు. ఎగ్గిట్ పోల్చు
 నిర్వహించిన వారిపై ప్రజాప్రాతినిధ్య చట్టం
 1951, సెక్షన్ 126(%ూ%) ప్రకారం
 శిక్షార్థులని తెలిపారు.



కేసీఆర్ రాజకీయ వేగం అందుకోగలరా

పైదరాబాద్ : తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కేసీఆర్ మార్కెట్ ఇంకా చూపిస్తూనే ఉన్నారు. ఆయన రాజకీయంతో రెండు ప్రధానపార్టీలు పోటీ వడలేకపోతున్నాయి. ఆ పార్టీలు జాతీయ పార్టీలు కావడం నిర్ణయాలు ధీల్లీలో జరగాల్సి ఉండటంతో గందరగోళం ఏర్పడుతోంది. కానీ కేసీఆర్ మాత్రం తమ పార్టీనే తల్లి బీజేపీ, కాంగ్రెస్ పార్టీలు పంచుకున్నప్పటికే ఏ మాత్రం ఒత్తిడికి గురి కాకుండా అభ్యర్థులను ఖరా చేసి బీఫామ్స్ కూడా ఇచ్చేశారు. ప్రచారానికి రంగంలోకి దిగాలనిసి నిర్జయించుకున్నారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు సంబంధించి దాదాపు మూడుల్ల ముందే అభ్యర్థులను ప్రకటించారు కేసీఆర్. నిజానికి అప్పుడు టీకెట్లు కోసం పార్టీ నేతుల నుంచి తీవ్ర ఒత్తిడి ఉంది. అప్పుడు అధికార పార్టీ. మూడో సారి అధికారంలోకి వస్తామన్న గట్టి నమ్మకంతో ఉన్నారు. అయినా అసంతృప్తిని లక్ష్య చేయకుండా ఉండే వారు ఉంటారు.. పోయేవారు పోతారు అని.. అన్ని పార్టీల కంటే ముందే బీఫాంలను అందజేశారు. ఎమ్మెళ్లో వ్యతిహరిత ఉండని ప్రచారం జరిగినా ఆయన చేసిన ప్రకటనకే కట్టుబడి ఉన్నారు. ఈ కారణంగా చాలా మంది కీలక నేతులు కాంగ్రెస్‌లో చేపియారు. అయినా పట్టించుకోలేదు. లోక్ సభ ఎన్నికలకు వచ్చే సరికి.. టీకెట్లు ఇస్తామన్న కూడా నేతులు వేరే పార్టీలకు వెళ్లిపోయారు. అయినా కేసీఆర్ పోయిన వారి స్థానంలో వెంటనే ప్రత్యామ్మాయాల్సి చూసుకున్నారు. అభ్యర్థుల్ని ఎంపిక చేసి బీఫామ్స్ మాత్రమే కాదు.. వారికి ఎన్నికల ఖర్చుల కోసం రూ. 95 లక్షలు కూడా ఇచ్చారు. జాతీయ పార్టీలన కాంగ్రెస్, బీజేపీలకంటే ఒకడుగు ముందుకేసి అందరికంటే ముందుగానే బీఫాంలను అందచేశారు కేసీఆర్. నామినేషన్ ప్రక్రియ ప్రారంభం అయినా అధికార కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల విషయంలో డైలమాల్స్ ఉంది. ఇంకా మూడు స్థానాలకు ఆ పార్టీ అభ్యర్థులను ప్రకటించాల్సి ఉంది. రాష్ట్రంలోని 17 స్థానాలకు అభ్యర్థులను ప్రకటించిన బీజేపీ? ఒకట్టిందు స్థానాల్లో వారిని మార్చేందుకు నానా తంటులూ పడుతోంది. ఈ రెండు పార్టీల పరిషీలితి ఈ



ప్రాదరాబాద్కు సమార్ వలీవుల్ల లను అభ్యర్థులుగా నిర్జయించారని కొద్ది రోజులుగా ప్రచారం జరుగుతేంది. కానీ అభికారిక ప్రకటన మాత్రం రావడం లేదు. కరీంనగర బీటెం ఎపరికన్సు విషయంలో పార్టీ హైకమాండ్ ఆది నుంచి సామాజిక కోణలోనే ఆలోచిస్తోంది. ఇక్కడ మొదటి నుంచి మాజీ ఎమ్ముచ్చే అలిగరెడ్డి ప్రవీణరెడ్డితోపాటు వెలమ సామాజిక వర్గానికి చెందిన వెల్లాల రాజేందర్కావు పేరు మాత్రమే పరిశీలించారు. హైదరాబాదో నుంచి పోటీ చేయడానికి హైదరాబాద్ జిల్లా కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుడు సమార్ వలీవుల్లను ఖరారు చేసినట్టు తెలుస్తోంది. అలీ మస్తి పేరును చివరి వరకు పరిశీలనలోకి తీసుకున్న మజ్జున్ పెద్దల అభ్యర్థంతరంతో ఖరారు చేయలేదని చెబుతున్నారు. మరో వైపు ఖమ్మం నియోజకవర్గ అభ్యర్థి అంశం పీట ముడివడిపోయింది. అక్కడ కూడా రెడ్డి సామాజికవర్గ అభ్యర్థికి ఖరారు చేస్తే.. ఇతర వర్గాల మద్దతు లభించడం కషపున్న వాదన వినిపిస్తోంది. పాంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి తన సోదరుడి కోసం తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. పార్టీలో చేరినప్పుడు ఆయనకు ఇచ్చిన పోమిం పేరకు.. ఆయన సోదరుడికి టీక్కెట్ ఇస్తున్నారని చెబుతున్నారు. మరో వైపు అసంబీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి మద్దతు పలికిన ప్రధాన వర్గం... ఈ సారి కాంగ్రెస్ కు మద్దతు పలికే అవకాశాలు ఉండవని అంచనా వేస్తున్నారు. ఇరవులోకి మాదిగ వర్గం కాంగ్రెస్ కు దూరమయింది. అన్ని రెడ్డి వర్గానికి కేటాయించడం వల్ల మిగతా అన్ని వర్గాలు దూరమవుతాయని భావిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో మాడు టీక్కెట్ ఖరారు తర్వాత కాంగ్రెస్ లో కీలక పరిణామాలు చోటు చేసుకునే అవకాశం ఉంది. ఎలా చూసినా కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల కసరత్తు దారి తప్పిందన్న అభిప్రాయం వినిపిస్తోంది. బీజేపీ ఎంపీ అభ్యర్థుల మార్పు అంశం మరోమారు చర్చినియాంపుపుతున్నది. పెద్దవల్లో గోపాల శ్రీనివాస్ స్థానంలో సిట్రోంగ్ ఎంపీ నేతకాని వెంకటేస్ ను బరిలోకి దింపాలని యత్నిస్తోంది. ఆ దిశగా ధీమీ నాయకత్వం పడివడిగా అడుగులు వేస్తున్నట్టు తెలుస్తోంది. అభ్యర్థుల ప్రచారంపై నిఘా పెట్టిన నాయకత్వం ఆ దిశగా చర్చలు తీసుకుంటున్నట్టు ప్రచారం జరుగుతున్నది.

నువ్వుండు.. నీ బతుకెంతా..!?

మాజీ మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర

ముచిలీపట్టుం : మాజీ మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర ఎప్పుతో మచిలీపట్టుంలో చంద్రబాబు, విశ్వన కళ్యాణ్ ల ప్రజాగరం ప్రజాగరం సభకు వచ్చిన జనప్రథంజనానికి పేర్లు నానికి విషాంకుపుతున్నాడో అతనికి తెలియడం లేదు. కిందా పైనై విమర్శలు చేస్తున్నాడని అన్నారు. చంద్రబాబుని విమర్శం

కొడుకును ప్రమాణ్ చేసుకోవడమే తప్పు చేసిన తప్పులకు పశునానికి లేదు. నీ బట్టలు ఊదదినే చిట్టు రెండు రోజుల్లో ఉద్యమం అని ప్రజా ఉద్యమాన్ని ఎగతాళి చేయలేదా..!? "అఅన్నది నున్ను కాదా..!?" ఈ రోజు పోర్టు గురించే మాటల్లదే బందరుకు పోర్టు తీసుకురాకపోతే కోనేరుసెంటరులో ముక్కు చేస్తా అన్న మాటలు ఏమైపోయాయని అన్నారు. 2014లో మేం రైతులకు పెద్ద ఎత్తున పరిహారం ఇచ్చి పోర్టు నిర్మాణ కూడా రైతుల్ని రెఖగ్యాట్లీ పోర్టు నిర్మాణాన్ని అడ్డంకులు నృషింహ తర్వాత పోర్టు నిర్మాణానికి సహకరించామే గానీ ఏ రోజు కు పోర్టు శంకుస్థాపనకు మేం రూ. 4.8కోట్లు ఖర్చు పెట్టామని తప్పదమ్ముంటే రా లెక్కలు తీడ్వామని అన్నారు. బందర్ కు మెడిక సైంట్స్ గ్రాఫిక్స్ వ్యాపారి ఈ కూ రూపొంగా తెచ్చాలి.

కెట్టాయింపు 8 కోట్లు అవినితి జరిగిందని కాగి చెప్పింది. దినిపై ఎవ్వుడైనా సమాధానంలో చెప్పామా..!? బందరుకు కరోనాను పరిచయం చేసింది నువ్వు, నీ కొడుకు కాదా..!? మిస్ కార్బోర్టర్, నీ కారు డ్రైవర్ మరణానికి కారణమైంది నువ్వు కాదా..? తిరుపతి బై ఎలక్ష్మీ ప్రచారానికి వెళ్లి వచ్చి బందరులో కరోనా వ్యాప్తికి కారకులైంది నువ్వు, నీ కొడుకు కాదా..!? నీ కొడుకు కరోనాలో పొడిచేశాడు అని చెబుతున్నావ్ కాదా. నీ కొడుకు కరోనాలో సర్టీఫ్ చేస్తే ప్రథుత్తాస్వత్తిలో ఆక్జిజన్ లేక ఆరుగురు కరోనా పేషింట్స్ ఎందుకు చనిపోయారు..!? బెడ్స్ట్రీల్ లేక హండల మంది ఎందుకు చనిపోయారు..!? కరోనా పేరు వెప్పుకుని అవినితికి పొల్చిస్తున్న చరిత్ర నీది, నీ కొడుకుని. నీ కొడుకు నువ్వు రెమిడైషన్ ఇంజక్షన్ అమ్ముకున్నది వాస్తవం కాదా..? నీ కొడుకు ఫోటో ఫోజుల కోసం హస్టిట్యూట్ల లో కరోనా జాగ్రత్తలు తీసుకోకుండా వెళ్లి ఎంతో మందికి కరోనా అంటేచింది వాస్తవం కాదా..? కరోనా సంయంలో నేను ఇంట్లో పొదుకున్నామా..!? నేను ఇంట్లో పొదుకుంటే నామై కరోనా కేసులు ఎందుకు పెట్టించావో చెప్పు..!? చిలకలపూడిలో రెడ్ జోన్లు పెట్టి ఇంట్లో నుంచి ఎవరినీ బయటకు రానివ్వుకుండా నిర్భందించావ్. కోవీడ్ తో చనిపోయిన వ్యక్తి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించడానికి నేను వెళ్లితే పోలీసులతో నన్ను అడ్డుకున్నావినితన్నారు. కరోనా సమయంలో నువ్వు, నీ కొడుకుని చేసింది ఓచ్ తప్ప ఇంకేమిలేదు. కోవీడ్ నిబంధనలు అతిక్రమించి వందల మంది చావుకు కారకులయ్యారు. బందరును ఒక గంజాయి కేంద్రంగా మార్చారు. మచిలీపట్టుంటే అడుగుడుగున జరుగుతున్న దాడులకు మిారు పెంచిపోషించిన గంజాయి బ్యాచ్ కాదా..!? పోలీస్ స్టేషన్ పై దాడి చేసింది వాస్తవం కాదా..!? జనసేన నేతకు చెందిన బార్ పై దాడి చేసింది వాస్తవం కాదా..!? పోతేపల్లిలో యశ్శుంత్ అనే యువకుడిపై దాడి చేసింది వాస్తవం కాదా..!? ఓ పెల్లిలో తేట యశ్శుంత్ అనే జనసేన కార్బోర్టర్ భోజనం చేస్తుంటే దాడి చేసింది



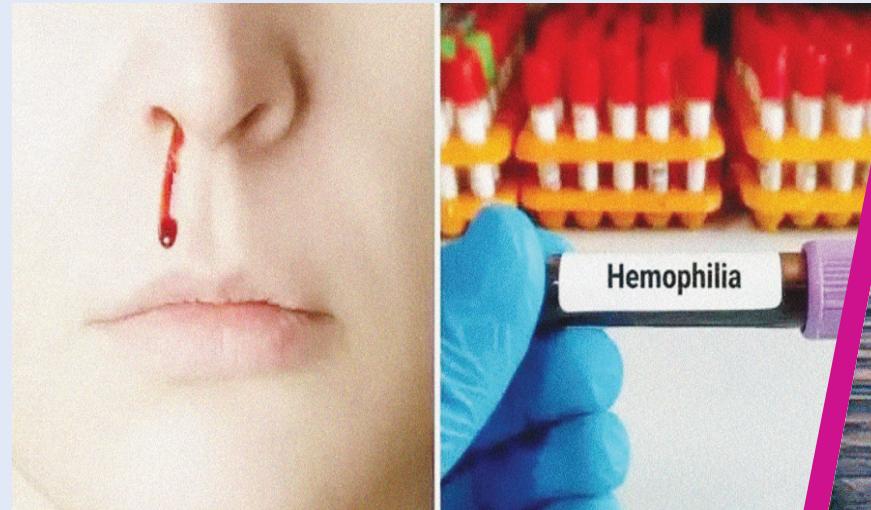
అధిక

కొవ్వు వల్ల వచ్చే సమస్యలు

శరీరంలో ఎక్కువ కొవ్వు ఉంటే వాలా సమస్యలు వస్తాయి. అందుకే ఉదయం లేచిన తర్వాత నుంచి పరుగులు, రన్నింగ్ లు అంటూ వాలా క్రూపుడూర్యా చాలా మంది. కొందరు వికంగా ఘర్లే డైట్ లో ఉంటారు. శరీరంలో కొవ్వు పెగిఁటే దాన్ని కరిగించడం చాలా క్రూపు. ఒక్కపోరి కొవ్వు వచ్చినటంటే కొవ్వు తీసుచుకోవడానికి కష్టమానే ఆరిని చూస్తే వామో కొవ్వు అని భయపడాల్సిందే. చెప్పానికి సింపర్లీ గా ఉన్న ఆ బాధ బరిస్తేనే అర్థం అప్పటంది. మరి ఈ కొవ్వు వల్ల వచ్చే సమస్యలు ఏంటే తెలుపుకుంటే మరింత పెస్ట్స్ అప్పటంది.. ఈ లోహల్లో అధిక కొలాప్లోర్ పెద్ద సమస్యగా పూర్తుటది. దీని వల్ల కొందరు ప్రాణంతక సమస్యలను కూడా ఎదర్కొంటుటారు. నిశ్చల జీవన శైలి, చెడు అపర అలవాటు, సారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల సమస్యల వల్ల అధికంగా కొలాప్లోర్ పెరుగుతుంది. అయితే శరీర పనితీరుకు కొలాప్లోర్ లు ఉంటాయి. విద్యున ఉండాల్సిన ప్లాటల్లో ఉంటే శరీరానికి మంచిది. ఇక రక్తంలో చెడు కొలాప్లోర్ స్టాయ పెగిఁటే ఆరోగ్య సమస్యలు మరిత వచ్చే ఆప్సూరం ఉంది. శరీరంలో కొలాప్లోర్ ఎక్కువానికి రోపిలి కండరాలల్లో ఉమ్మిరి పస్తుందిని, శరీర ఖాగాలు బలహీనంగా మారుతాయి అంటున్నారు నిప్పటిలు. గండె కండరాలకు అక్సీస్ సఫరా తగ్గి, పోర్ట్ అటాక్ వచ్చే ఆప్సూరం కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. ఇక మెరుడుకు సరఫరా అయ్యే రక్తంపై ప్రభుతుం పడి తలనొప్పి, మతిపురుపు పంటి సమస్యలు వచ్చాయి. అంతేందు గ్రౌణ్, అజ్ఞం, చర్చుపై దురద, మగ్గారలో లెంగిక శక్తి, మంట, వీర్యకూలు తగ్గడం పంటి సమస్యలు వచ్చాయి అంటున్నారు నిప్పటిలు. కొలాప్లోర్ ఉండే అపర పదార్థాలను తక్కువ తీసుకోవడం వల్ల ఈ సమస్యల నుంచి విముక్తి పొందచ్చు. తక్కువ కొలాప్లోర్ అపోరాలు మాత్రమే తీసుకోవాలి. క్రై చేసినా అపర, నిలవ చేసిన అపరం పంచిని తీసుకోకపోవడం మంచిది. అంతేందు కొలాప్లోర్ ఎక్కువ ఉన్న అపరాలు ఏంటి అని తెలుపుకోవాలి. మీ డైట్ లో ఆరోగ్యకరమాన అపోరాలను చేస్తుకుంటూ కొలాప్లోర్ తక్కువ ఉన్న అపరాలు తీసుకుంటే నో కొలాప్లోర్ నియమం పెట్టుకోంది. అతి సర్వత్రా పర్చయేత అని గుర్తు పెట్టుకోంది.

కారణం లేకుండా ముక్కు నుంచి రక్తం వస్తుందా ?

కొంతమందికి ఉన్నట్టుది ఒక్కపారిగా ముక్కుమంచి రక్తం వస్తు ఉంటుంది. అయితే కొంతమందికి ముక్కు నుండి రక్తపొపం చాలా సాధారణం. అయితే కొన్సిస్టార్టు అది భయానకంగా ఉండవచ్చు. ముక్కు నుండి రక్తపొపం రెండు రకాలు. ముక్కు ముందు భాగంలో ఉన్న రక్త నాళాల నుండి రక్తపొపం జరిగినప్పుడు ముందు ముక్కు నుండి రక్తం వస్తుంది. అవేధింగా ముక్కు వెసుక్ భాగంలో ఉన్న రక్త నాళాల నుండి రక్తపొపం జరిగినప్పుడు ముక్కు నుండి రక్తపొపం సంబంధించవచ్చు. అలాగే హిమోఫిలియా అనే వ్యాధి కారణంగా కూడా ముక్కునుంచి తరచూ రక్తచూ రక్తపొపం జరిగినప్పుడు ముక్కు నుండి రక్తపొపం సంబంధించవచ్చు. అలాగే హిమోఫిలియా అనే వ్యాధి కారణంగా మనిషి శరీరంలోని రక్తం వై ప్రభుత్వాన్ని చూపించాలి. కంటే ప్రధానంగా బాధపడుతను ప్రక్క రక్తం గడ్డకట్టడు సాధ్యం కాదు. గాయం తగినప్పుడు రక్త ప్రపాహం అస్యలు ఆగడు. కొన్సిస్టార్టు లోగి తన ప్రాణాలని కూడా కోల్పోవలసి పస్తుంది. ప్రపంచాన్నంగా 10,000 మందిలో ఎక్కర దీని బారిన పదుతున్నారు. భారతశేసంగో హిమోఫిలియా. భారతశేసంగో వాలా తక్కువ మంది మాశ్రమే దీని బారిన పదుతున్నారు. ఇండియన్ కోన్సిస్ అఫ్ మెడికల్ రీసెర్చీ నివేదిక ప్రకారం భారతదేశంలో 80,000 - 100,000 పరకు తీవ్రమైన హిమోఫిలియా కేసులు ఉన్నాయని అంచనా. అయితే హిమోఫిలియా భాద్యరేఫ్ ఇండియా (హైన్సెఫ్టెట్)లో నమోదైన మొత్తం కేసుల సంఖ్య కేవలం 19,000 మాత్రమే. హిమోఫిలియా లక్ష్యాలు.. సాధారణ గాయాల, లోతైన గాయాల తగ్గాత నిరంతర రక్తపొపం కావడం, మంట/మూత్రాలలో రక్తం కిపించడం, కీటల్లో నొప్పి, దృఢత్వం, ఎటువంటి కిల్చుండా ముక్కు నుండి రక్తపొపం, భంజం లేదా మోచాలి పై గడ్డ ఏర్పడుం, చాలా కాలం పాటు తీవ్రమైన తలనొప్పి విపరీతమైన అలసన హిమోఫిలియా వ్యాధి ప్రధాన లక్ష్యాలు. జీలీని అస్యలు విస్మరించకాగా ఉన్నాయని విపులు. ఇవి ప్రాణంతకం కూడా కావచ్చుటున్నారు. హిమోఫిలియా కికిత్సు. నిప్పటిల అభిప్రాయం ప్రకారం హిమోఫిలియా లక్ష్యాలను ముందుగానే గుర్తుస్తే కికిత్సు సాధ్యమవుతుంది. మందులలో పాటు, వ్యాధి నియంత్రణ, నివారణ కేంట్రాలలో కూడా దీనికి వికిత్తు. నిప్పటిల అభిప్రాయం ప్రకారం హిమోఫిలియా లక్ష్యాలను మంది ప్రాగ్కరమైన అపోరం.. హిమోఫిలియా లోగుల మంది డైట్ ఫాల్స్ అపోరంతో కావచ్చుటున్నారు. ఇది రక్తపొపం నియంత్రించడంలో, రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని పశుయపడుతుంది. హిమోఫిలియా వ్యాధి గ్రస్తుల తప్పనిసరిగా ఐరస్, ప్రోటీన్, కాల్యూలం, పిటమిన్సు అధికంగా ఉండే అపోరాన్ని తీసుకోవాలంటున్నారు.



క్యాబేజీ తింటే ఎన్ని లాభాల్ని తెలుసా..?

క్యాబేజీని పీ అపోరంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందులైయా అందులైయాలు ఉంటుంది. క్యాబేజీలో పోపుకలు అధికంగా ఉంటాయి. క్యాబేజీలో ర్యాంటీఎక్స్ట్రింట్లు, విటమిన్సు, ఛిన్జిలాలు పుష్టులంగా నిండి ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇందులో ప్లైట్, విటమిన్సు కె మరియు సి ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇప్పీ జీల్క్రియు, ర్యాగ్నిథిథిక్ అందియా (హైన్సెఫ్టెట్) లో నమోదైన మొత్తం కేసుల సంఖ్య కేవలం 19,000 మాత్రమే. హిమోఫిలియా లక్ష్యాలు.. సాధారణ గాయాల, లోతైన గాయాల తగ్గాత నిరంతర రక్తపొపం కావడం, మంట/మూత్రాలలో రక్తం కిపించడం, కీటల్లో నొప్పి, దృఢత్వం, ఎటువంటి కిల్చుండా ముక్కు నుండి రక్తపొపం, భంజం లేదా మోచాలి పై గడ్డ ఏర్పడుం, చాలా కాలం పాటు తీవ్రమైన తలనొప్పి విపరీతమైన అలసన హిమోఫిలియా వ్యాధి ప్రధాన లక్ష్యాలు. జీలీని అస్యలు విస్మరించకాగా ఉన్నాయని విపులు. ఇవి ప్రాణంతకం కూడా కావచ్చుటున్నారు. ఇది రక్తపొపం నియంత్రించడంలో, రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని పశుయపడుతుంది. హిమోఫిలియా లక్ష్యాలను నియంత్రించడంలో క్యాబేజీ తింటే మంది ప్రాగ్కరమైన అపోరం. క్యాబేజీలోని క్రమం తప్పకుండా క్యాబేజీ తింటే మంది ప్రాగ్కరమైన అపోరం. క్యాబేజీలోని క్రమం తప్పకుండా క్యాబేజీ తిం



వియో మూవీలను అందుకే లిజెక్ట్ చేశా

తమిళ సినీ పరిశ్రమలో మంచి గుర్తింపు కలిగిన హీరోలలో ఒకరు అయినటువంటి విశాల్ తాజాగా రత్నం అనే సినిమాలో హీరోగా నటించాడు. ఈ మూవీ కి కోలీవ్స్ ఇండస్ట్రీలో మంచి గుర్తింపు కలిగిన దర్శకులలో ఒకరు అయినటువంటి హారి దర్శకత్వం వహించగా... మౌణ్ణి బ్యాలీవుల్ నటీమని ప్రియ భవాని శంకర్ ఈ సినిమాలో విశాల్ కు జోడిగా నటించింది. రాక్ స్టోర్ దేవి శ్రీ ప్రసాద్ ఈ మూవీ కి సంగీతం అందించాడు. ఈ మూవీ ని ఏప్రిల్ 26 వ తేదీన థియెటర్ల లలో విడుదల చేయస్తున్నారు. ఈ సినిమా విడుదల తేదీ దగ్గర పడడంతో ఇప్పబీకే ఈ మూవీ బృందం ఈ సినిమా యొక్క ప్రచారాలను మొదల పెట్టింది. అందులో భాగంగా ఈ మూవీ నుండి అనేక ప్రచార చిత్రాలను విడుదల చేసింది. వాటికి మంచి రెస్పోన్స్ జనాల నుండి లభించింది. ఈ మూవీ విడుదల తేదీ దగ్గర పడడంతో ప్రస్తుతం ఈ సినిమా హీరో అయినటువంటి విశాల్ అనేక ఇంటర్వ్యూవలలో పాల్గొంటూ వస్తున్నాడు. అందులో భాగంగా విశాల్ తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూ లో పాల్గొన్నాడు.
తాజా ఇంటర్వ్యూ లో భాగంగా విశాల్ తాను గతంలో కొన్ని సినిమాలను రిజెక్ట్ చేశాను. అలా వాతిని ఎందుకు రిజెక్ట్ చేయవలసి వచ్చింది అనే వివరాలను తెలియజేశాడు. తాజా ఇంటర్వ్యూ లో భాగంగా విశాల్ మాట్లాడుతూ ... నాకు గతంలో అల్లు అర్జున్ హీరోగా గుళిశేఫర్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన వరుడు సినిమాలో ఆర్య చేసిన పాత్ర ఆఫర్ వచ్చింది. కానీ ఆ టైం లో నేను ఇతర మూవీ లతో బిభజించాడని అన్నాడు. అలాగే విజయ్ హీరో గా లోకేష్ కనకరాజు దర్శకత్వంలో రూపొందిన లియో మూవీ లో ఆర్జున్ చేసిన పాత్ర ఆఫర్ మొదట నాకు వచ్చింది.



ఒక్క మేన్జెటీలో ‘సలార్’ బైక్‌ను సాంతం చేసుకోండి

ప్రాన్ ఇండియా స్టోర్ ప్రభాస్ - దర్జకుడు ప్రశాంత నీల్ కాంబినేషన్లో వచ్చిన చిత్రం సలార్. గత ఏడాది డిసెంబరులో విడుదలై, సూపర్ హిట్గా నిలిచింది. ఇందియన్ బాక్యాఫ్స్ వద్ద సుమారు రూ. 700 కోట్లకుపైగానే కల్పు చేసింది. దీంతో వెంటనే 'సలార్' రెండ్ భాగం 'సలార్: శార్యంగపర్యం' పనులను ఆరంభించారు ప్రశాంత నీల్. ప్రైడ్కెస్టన్ వర్క్ పూర్తి కావుండటంతో ఇదే నెలలో ఘాటింగ్స్ ఆరంభించాలనుకుంటున్నారని తెలిసింది. సినిమా థియేటర్లు, థిటీటీల్స్ సంది చేసిన సలార్ ఇప్పుడు బిలితెరల్ వచ్చేందుకు రద్ది ఆవుతుంది.

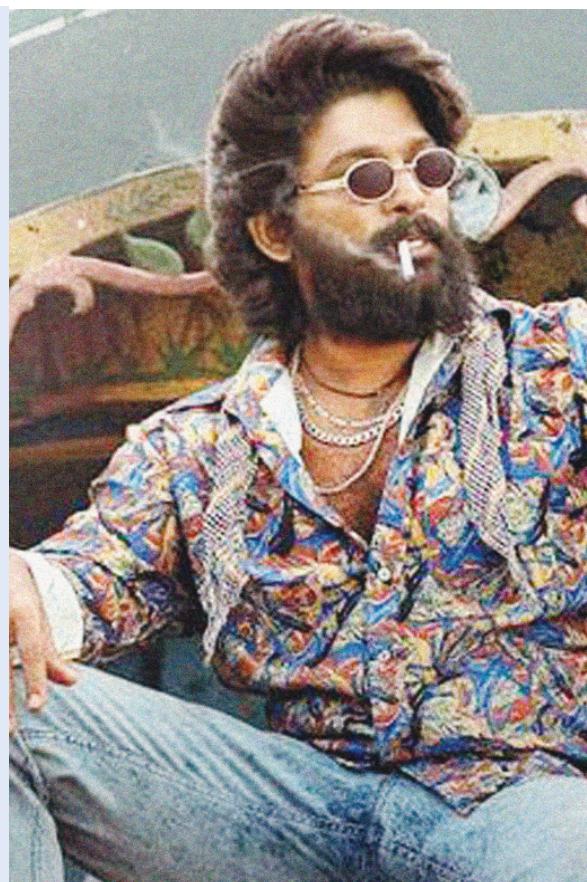
గంటలకు స్టార్ మాలో పెలికాన్స్ కానుంది. ఈ సినిమాను చూస్తూ బైక్సు గెలుచుకోవచ్చని పోంబలే ఫిలిమ్స్ ప్రకటించింది. ఏ విధంగా సలార్ బైక్సు సొంతం చేసుకోవాలో కూడా పోంబలే ఫిలిమ్స్ తమ ఎక్స్ అకొంట ద్వారా వెల్లడించింది.. ఏప్రిల్ 21న సలార్ సినిమాను చూస్తున్న సమయంలో ప్రైవ్ వై ఒకవైపు బైకు కనిపిస్తూ ఉంటుందట, ఆ బైక్ ఎన్ని సార్లు ప్రైవ్ మీద కనిపించిందో ప్రేక్షకులు లక్ష్యించాలి. అదే సమయంలో ఎస్పెమ్మేస్ లెన్స్ ప్రారంభమౌతాయి. ఆ వెంటనే 9222211199 నంబర్కు %రాణుఱ్ఱా=% అని తైవ్ చేసి పంపించాలి.

బాలీవుడ్‌లో ఆల్ ట్రైమ్ లికాన్

సట్ చేసిన ‘పుష్టి’

ବିକାନ୍ ସ୍ଟାର୍ ଅଲ୍ଲୁ ଅର୍ଜୁନ୍ ପୁଷ୍ପ : ଦି ରୂତ୍ ବାଲୀପଦିଳ୍କୋ
ପ୍ରାରଂଭମୈବିଧିରକୁ ମୁମଦେ ଅର୍କର୍ଦ୍ଦ ରିକାର୍ଡ୍ ବଦଳ
କାହାତିଥିବାକିମୁକ୍ତିରେ ପେକ୍ ଚେସ୍ତା କି ନିମ୍ନମୁକ୍ତିରେ
ରିକାର୍ଡ୍ ଫରକୁ ଅମ୍ବୁଦ୍ଧବେଳୀଯାନି ତେଲସ୍ଟ୍ରୋନି. ପାର୍ଟ୍-୧
ଶୁଵର୍ ହାର୍ଟ୍ କାପଦଂତେ ନେକ୍ଲେଟ୍‌ପୈ ଭାରୀ ଅଂଚନାଲ ଏର୍ବାଦାୟ.
ଦିଲ୍ଲିରେ ହାର୍ଦାରୀ କାର୍ଗିଲ୍ ଗୋଲଙ୍କ ହାର୍ଦାରୀରେ କାର୍ତ୍ତା ହାର୍ଦିଗି

సుకుమార్ దర్జకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న పుపు : ది రూల్ సినిమా థియేట్రికల్ హక్కులను రూ.200 కోట్ల రూపాయలకు ప్రముఖ బాలీపుడ్ డిష్ట్రిబ్యూటర్ అనిల్ థడానీ కానుగోలు చేశారని తెలుస్తోంది. ఇది బాలీపుడ్లో ఆల్ టైమ్ రికార్డ్ డీల్ అని చెప్పవచ్చు. నాన్ హిందీ సినిమాను బాలీపుడ్లో అంత భారీ దక్కించుకోదం ఇదే తొలిసారి అని చెప్పవచ్చు. పుపు సినిమా కోసం ఓటీటీలో కూడా గల్లిపోటీ ఉంది. ఎలాగైనా ఈ సినిమాను దక్కించుకోవాలని నెట్ఫీల్స్ రూ.250 కోట్ల వరకు కోట్ల చేసినట్లుగా వార్తలు వస్తున్నాయి. ఒకవేళ ఇది నిజమైతే డిజిటల్ హక్కుల్లో కూడా పుపునే టాప్ అవుతుంది. గతంలో ఆర్ఆర్ఆర్ సినిమా ఓటీటీ టెట్ట్ కోసం రూ. 170 కోట్లు పెట్టారు. దేశవార్షంగా పుపు చిత్రంపై భారీ అంచనాలు ఉండటంతో మార్కెట్ స్థాయి కూడా అదే రేంజ్లో పెరిగిందిని చెప్పవచ్చు. సినిమా ఈ ఏడాది ఆగస్టు 15న విడుదల కానుంది.



ప్రియదర్శి, నభా నటేవుల మధ్య

‘ದಾರ್ಶಿಂಗ್’ ಪಂಚಾಯತ್.. ಅನುಲು ಕಾರಣ ಇದೆ!.

టూలీవుడ్ నటుడు ప్రియదర్శి, హీరోయిన్ నభా నటేష్టులు గొడవపడినట్లు రీసెంట్గా వార్తలు వస్తున్న విషయం తెలిసిందే. హీరో ప్రభాస్ వాయిన్సో డబ్బస్క్రోష్ వీడియోను నటి నభా ఇతీవలే పోస్ట్ చేసింది. ఆ పోస్ట్‌పై స్పందించిన ప్రియదర్శి ‘పా.వ్. సూపర్ డార్లింగ్.. కిప్రాక్’ అంటూ రిట్యూన్మెంట్ ఇచ్చాడు. దీంతో నభా కోపంగా డార్లింగ్ ఎవరు. ‘ఐపీఎస్ సెక్షన్ 345వి ప్రకారం పరిచయం లేని ఒక ట్రైని డార్లింగ్ అని సంభోదించడం లైంగిక వేధింపులతో సమానం’ ‘మిస్టర్.. కామెంట్ చేసే ముందు మాటలు జాగ్రత్త’ అని నభా రిప్పయ్ ఇచ్చింది. అయితే ఈ వివాదం అంతా ఒక సినిమా ప్రమోషన్లో భాగంగానే వీళ్లు చేసినట్లు కామెంట్లు వచ్చాయి. అయితే నెటీజన్సు అనుకున్నట్లుగానే ప్రమోషన్లో భాగంగా ఇలా చేశారు. ప్రియదర్శి, నభా నటేష్టులు ప్రథాన పొత్తులో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం ‘డార్లింగ్’. ఈ సినిమాకు అశ్వేన్ రామ్ దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. హానుమాన్ సినిమాతో భ్లాక్ బస్టర్సు అందుకున్న ప్రైమ్ పీచ్ ఎంటర్ప్రైమెంట్ బ్యానర్స్‌పై కె. నిరంజన్ రెడ్డి నిరిస్తున్నారు. తాజాగా ఈ సినిమా అనోన్స్ మెంట్ గ్లింప్స్‌ను చిత్రయానిట్ విడుదల చేసింది. ప్రేమించి పెళ్లి చేసుకున్న తరువాత భార్య చేతిలో కీలు బొమ్మగా మారిన భర్తల స్టోర్గా ఈ సినిమా రానున్నట్లు గ్లింప్స్ చూస్తే అర్థమవతుంది. వివేక్ సాగర్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ చిత్రంలో అన్యం నాగళ్ల, మోయిన్, శివా రెడ్డి, మురళీధర్ గౌడ్, కళ్యాణి రాజ్, సునీత మనోహర్, ముళ్లపూడి రాజేశ్వరి, అభిజ్ఞ, జీవన్, కృష్ణ తేజ్, విష్ణు, సంజయ్ స్వరూప్, రఘుబాబు, ప్రియాంక, స్వస్మిక, శివరంజని తదితరులు కీలక పొత్తులు పోషిస్తున్నారు.



బాలయ్య 109

టార్డెట్ సంక్రాంతి కాదు

బాలకూర్పు దర్శకుడు బాబీ కలయికలో రూపొందుతున్న సినిమాకు ఎన్నికల కోసం ట్రైక్ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. వచ్చే నెల పదమాదు వరకు హీరో పాల్గొనే అవకాశం లేకపోవడంతో తీమ్ పూర్తయిన భాగానికి పోస్ట్ ప్రాడక్షన్ తో పాటు తదుపరి షిడ్యూల్ కి సంబంధించిన పనులను ప్లౌన్ చేసుకోవడంలో బిట్టిగా ఉంది. కొంత లేట్ అయినా పర్మాలేదు అభిమానులు 2025 సంక్రాంతి బిరుదీ ఉండాలని కోరుకుంటున్నారు. పండగ సెంటిమెంట్ ని మరోసారి వాడుకుంటా బ్లక్ బస్టర్ కొట్టొప్పని ఆశ పడుతున్నారు. అయితే బాలయ్య 109 టాంక్ సంక్రాంతి కావడం లేదు. ఎందుకంటే ఎలక్షన్ పూర్తావ్యాగానే వీల్రెనంత వేగంగా ఘాట్ చేసేలా బాబీ రెడీ ఆవుతున్నాడు. గత ఏడాది భగవంత్ కేసిని తరఫతో దనరాకు రిలీజ్ చేసే ఆలోచనలో సితార ఎంటర్ ట్రైసెంట్ టీమ్ ఉందని ఇణ టైడ్ టాక్. మరో బలమైన కారణం కూడా ఇక్కడ చెప్పుకోవాలి. ఇదే సంస్కరణ నుంచి వచ్చే సంవత్సరం సంక్రాంతికి రవితేజ్- భాను భోగవరపు కాంబో మాపీని ఆల్డ్రెడ్ లాక్ చేశారు. ప్రాఇక్టు అనెన్స్ మెంట్ రోజే రిలీజ్ గురించి స్పృష్టిగా పేర్కొన్నారు. అంటే బాలయ్యది అంత ఆలస్యం కాదనే నమ్మకంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. కాకపోతే తేదీ ఎప్పుడనేది కొంత కాలం నస్సెనే. ఆగ్ని నుంచి దినెంబర్ దాకా నెలకు రెండు

మూడు లైట్ల చిత్రాలు అల్లిది దేస్తను భాక్త చేసుకుని
 ప్రకటనలు ఇచ్చాయి. మరికొన్ని పరిస్థితులను బేరిజ
 వేసుకుని అన్నాన్ని మెంట్ కు రెడీ అవుతున్నాయి.
 ఓజి, దేవర, పుష్టి 2, భారతీయుడు 2, కంగువా,
 సరిపోదా శనివారం, గేమ్ ఛేంజర్ తదితరాలన్నీ
 క్యాక్టిఫీ ఉన్నాయి. వీటిని పరిగణనలోకి
 తీసుకుంటూనే బాలయ్య 109కి బెస్ట్ దేట్
 పట్టాలి. ఒకవేళ అనూహృంగా ఏదైనా
 జరిగి జనపరికి కర్పీఫ్ వేసిన రవితేజ
 తప్పుకుంటే అప్పుడు బాలకృష్ణ
 చిరంజీవి పోటీని మరోసారి
 చూడాచ్చు. కానీ ఆ క్లావ్ ఈసారి

