



డాక్టర్ బిహిక పద్మ
చి.పాట.ఎమ్.వస.



కామెర్సు

ఈ జాబు మనందరికి తెలిసిన వ్యాధి అయిన ఏటా ఈ వ్యాధి లక్షణాలను సరిగా గుర్తించక ఎంతో మంది తమ ప్రాణాలను కోల్పొల్పున్నారు. విపరీతమైన దుష్పరిషామాలకు లోసిపుటున్నారు. ఈ వ్యాధి లక్షణాలు, కారణాలు మొదటి దశలోనే గుర్తించినప్పుడే ఎలాంటి ప్రమాదం లేకుండా మనస్థి మనం కాపాడుకోవచ్చు.

కామెర్సు అంటే చర్చా, కళ్యాణం, పశుమా మారం, దీనికి కారణం కాలేయంలో సమస్యలు ముఖ్యంగా విలిరూబిన్ అనే పదార్థం రక్తంలో ఎక్కువగా ఉండట. ఈ “బిలిరూబిన్” అనే పదార్థం చనిపోయిన రక్తమాల సుంది ఉత్సుక్తి అనుభంగి. దీని మన కాలేయం సంయోగ త్రయితో జీర్ణం చేసుకొని మూత్ర, మలాల ద్వారా బయటకు పంపుటుంది. కాలేయంలో ఎటివంటి సమస్యలు ఏర్పడిన ఈ క్రియలో లోపాల వల్ల కాపాడు వ్యాధి సోకుటుంది.

కారణాలు: విలిరూబిన్ శరీరంలో ఎక్కువగా ఉత్సుక్తి అప్పటు, సంయోగక క్రియలో సమస్యలు రావడం, కాలేయ కణాల వచిపోవడం, రక్తమాల, గ్లూకోజ్ అనే జీవక్రియ లోపాలు ఈ సమస్య పుట్టుకొని వస్తుంది. అంతే కాలుండా రక్త కణాల చనిపోవడం, ఇరంగ విభిన్నమైన లోపాలు, వైరల్ ఇంఫ్లూఎస్, అధిక మధ్యపాం, గర్జనిలోభక మాత్రము, కాలేయంలో రాళ్ళ ఉత్సుక్తి, అవుడం.

పట్టికలు: లివర్ ఫంక్షన్ టైట్ బిలిరూబిన్ క్లోర్క్, బైట్రైట్, టోప్ల్, జ్లూ ఎమ్సో, యూ. ఎస్. ఎ అట్టోమెన్, లివర్ బియోఫిస్.

అశ్వమాలు: అతిగా వాంతులు రావడం, అకలి మండగించడం, అగుగుదలలో లోపాలు, కడుపు కడి ఆగంలో రచు నొప్పించాడు, కాలేయం కడుపుకు పరీషీలించినప్పుడు చేతులకు పెత్తుగా తసలుతుండడం, జ్యురం అధిక తెంపెలేర ఉండటం, తలనొప్పి రావడం, మానసిక అందోశం, తికమకలు ఎక్కువగా ఉండటం, కడుపు, కాళ్ళ, ముఖం నీరు పట్టి ఉఱడం నీరసం, అలసిపోవడం.

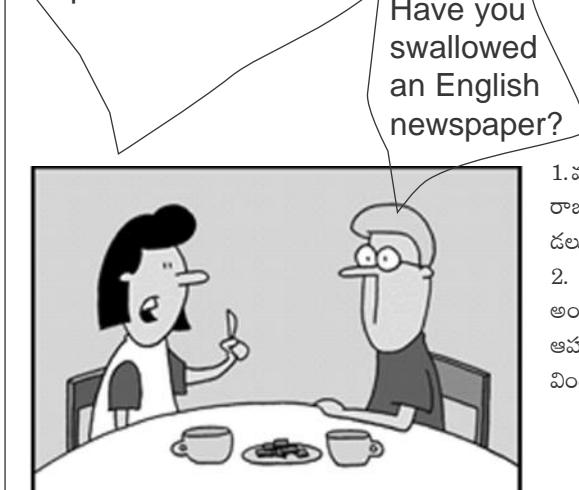
పంచమియా లైట్సు: వ్యాధి కారణాలు త్వరగా గుర్తించి తగిన వైష్ణవం వెంటనే అందించడం వల్ల వ్యాధి దుష్పరిషామాలు దూరపురుశాయి. రోగులలో తరచు ఈ వ్యాధి పచ్చే వారికి రోగ నించి భక్తి శక్తి సుంది, కార్బిక, మానసిక తత్త్వాలను ఒక్కి మనం చికిత్స తీసుకొనడం వల్ల పుట్టి ఈ రోగ పచ్చే వారిలోను, అందు ఎలాంటి వైష్ణవికి చలించన రోగులలోను హోమియాపాతి వలన శాశ్వత పరిష్కారం ఉభిష్టుంది.

బాలిక జీవితాన్ని మార్చిన వ్యాసం

కోర్కెత్త : పిల్లల బీవితాలను లీచిర్చు చక్కడిద్దుతారన్న మాటలు నిఱం చేసే ఓ సమయాల కోర్కెత్తలో వెలగుచుటింది. కుటుంబంలో ఓ వ్యాసం రాయిమని ఓ లీచిర్చు పీటుల సుచించాడు. పురుషుడు పిల్లలంతా వ్యాసం రాయిమని చెప్పాడు. అయితే ఓ పదేళ్ళ బాలిక రాసిన వ్యాసం మాత్రం లీచిర్చు కంటే నీరుపెట్టించింది. మా నాన్న చెడ్డువాడు. రోజు అమ్మును కొతుంటాడు. మమ్ముల్ని ఎవరూ పట్టిపుకోరు. మా కుటుంబ సమయాలలో చూసిచూసుట్టు ఉంటారు. పెద్దయ్యాక అమ్మును నాన్న నుంచి దూరంగా తీసుకొని బాగా చూసుకుంటాను’ అంటూ ఆ బాలిక వ్యాసం రాసుక్కింది. ఇది చూసిన ఉపాధ్యాయులా విషయాన్ని ప్రైస్చిపర్ దృష్టికొనుకోలు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. తన పద్ధతి మార్చుకోకపోతే భార్యావిష్టులకు దూరంగా ఉండాలని పాప తండ్రికి పోతువు పచ్చితుంది. బాలిక తనపై పోతువు కొని ప్రైస్చిపర్ కోసానికి స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. తన పద్ధతి మార్చుకోకపోతే భార్యావిష్టులకు దూరంగా ఉండాలని పాప తండ్రికి పోతువు పచ్చితుంది.



Look, people believe in ritual practices but they have no religious tolerance. It leads to Communal violence in our society. I want to float a party in allegiance with the major opposition parties in the state.



Communal
Political
Ritua
Religious

violence
Allegiance
practice
tolerance

Expensive
Elegant
Delicious
Sumptuous

restaurant
furniture
food
dinner

Last night I threw a party to my friends. I took them to an expensive restaurant. The furniture was elegant. We enjoyed the delicious food and we all had a sumptuous dinner there.

1. మత మర్మణలు, రాజకీయపాత్రులు, కర్కూండలు, మతసహనం,

2. ఖీఫ్టున రెస్టారెంట్ అంద్మాన రువికప్పున ఆపరం, సంతృప్తికప్పున విందు.



Poolabala, ELT Expert and Resource person

Director : Eazy Foreign Languages, Vijayawada: Ph- 9700877 409
French, German, Spanish, Italian and Japanese

పదవ తరగతి, ఇంటిట్యూటీల్ పరీక్షల సంబంధం

తల్లిదంటులు తీసుకోలిన జ్ఞానత్తులు

- విద్యార్థుల మానసిక పరిస్థితి తల్లిదంటులు అర్థం చేసుకోవాలి. వారితో ముఖ్యమాలు ప్రాణికి సుచించాడు. పురుషుడు పిల్లలంతా వ్యాసం రాయిమని చెప్పాడు. అయితే ఓ పదేళ్ళ బాలిక రాసిన వ్యాసం మాత్రం లీచిర్చు కంటే నీరుపెట్టించింది. మా నాన్న చెడ్డువాడు. రోజు అమ్మును కొతుంటాడు. మమ్ముల్ని ఎవరూ పట్టిపుకోరు. మా కుటుంబ సమయాలలో చూసిచూసుట్టు ఉంటారు. పెద్దయ్యాక అమ్మును నాన్న నుంచి దూరంగా తీసుకొని బాగా చూసుకుంటాను’ అంటూ ఆ బాలిక వ్యాసం రాసుక్కింది. ఇది చూసిన ఉపాధ్యాయులా విషయాన్ని ప్రైస్చిపర్ దృష్టికొనుకోలు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. తన పద్ధతి మార్చుకోకపోతే భార్యావిష్టులకు దూరంగా ఉండాలని పాప తండ్రికి పోతువు కొని ప్రైస్చిపర్ కోసానికి స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. తన పద్ధతి మార్చుకోకపోతే భార్యావిష్టులకు దూరంగా ఉండాలని పాప తండ్రికి పోతువు కొని ప్రైస్చిపర్ కోసానికి స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. ప్రైస్చిపర్ కూడా వెంటనే స్పుందిచి పెరాశల కౌస్టలో చర్చించాడు. బాలిక తల్లించుటకు విప్పించాడు. తన పద్ధతి మార్చుకోకపోతే భార్యావిష్టులకు దూరంగా ఉండాలని పాప తండ్రికి పోతువు కొని ప్రైస్చి



వెస్టిండీన్ బోర్డులో జీతాల గొడవ

వెస్టిండీన్ క్రికెట్ బోర్డులో మరోసారి సంశోభం తెల్పింది. గడువు తేదీ నాటికి అటగాళ్ల కాంట్రాక్టుల బ్యాంకుంటే వారికి జట్టు సుంచి ఉధాన్సిన పలుకులాపుని వించీన్ బోర్డు (దబ్బాణిసీ) పొత్తులంచింది. పదిహైను మంది సప్తమా జట్టు కాంట్రాక్టులను తిరస్కరించిన వేవట్టుంటే దబ్బాణిసీ మార్కు తీర్చించాడు. ఈ రీతిలో అంటుకు దబ్బాణిసీ కట్టబడి ఉంది. ఇందులో మరో మార్కు తీర్చించిన కట్టబడి ఉంది. అందులో మరో మార్కు తీర్చించిన కట్టబడి ఉంది. అంగాడు కూడా వించీన్ దాలి వెక్కలేదు. ఈ అటగాళ్ల కాంట్రాక్టులైనే సంతకం చేయుదని నిర్ణయించుకంటే వారి స్టాసంలో ఇతర అటగాళ్లని ఎలికి కచేరుడం తప్ప మార్కు మరో మార్కు లేదు” అని దబ్బాణిసీ మఖ్యా కార్యాలయపు అధికారి ప్లైట్ ముర్హిద్ స్పృష్టం చేశాడు. తమకు ఇప్పుడిని మొత్తం సప్తమా కాదని, కాంట్రాక్టులకు తాము ఉప్పుకేమని వించీన్ టీ 20 జట్టు కెప్పేం దార్చన స్పెషిల్ అంతకుమందు వించీన్ బోర్డుకు లేఖ రాశాడు. “ తమకిచ్చే మొత్తం దారాపు 80 శతం తగ్గిపొని అతడు పేర్కొన్నాడు. కాంట్రాక్టులకు సంబంధించి గత మౌనీనే మనం చూచించున్నాడు. ఒక అంగికానికి వచ్చాయి. అప్పుడు అటగాళ్లపురా అభ్యుతంగం చేపుటాడు. ఇప్పుడు శీరా ప్రపంచకు మనుయి ప్రభ్యుల వేయించుటండండం నిరాక కలిగిస్తేది. మీ అంగికారం కోసం ఏయూచుట్టున్నాము. అదివారంలోగా అంగికంచకోతి పీటు సెలక్ష్మీకు తిరస్కరించినట్లు భావిస్తో” అని సామికి ఇచ్చిన జపాల్సు మరీచాడ్ చెప్పాడు.

ఆ సూచన అమలు చేసే

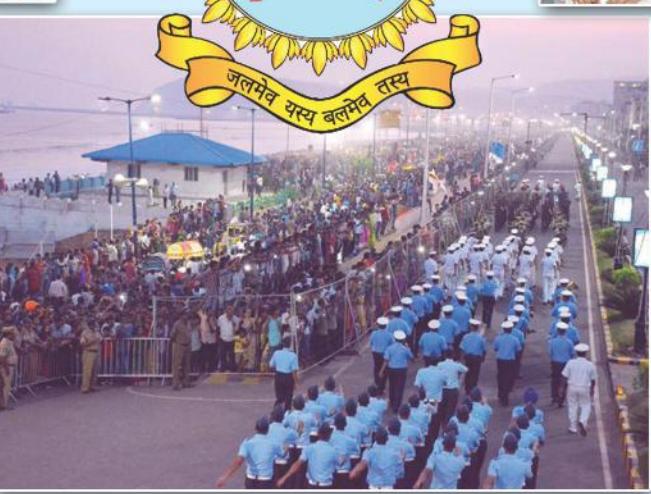
బీసీసిపికి రూ.1600 కోట్లు సప్తం

ముంటె : భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి (బీసీసిపి) ప్రాథమిక స్ట్రీట్ నియమించిన జట్టు లోధా కమిటీ ఇచ్చిన నియమికపై బోర్డు పెట్టే వ్యాంపాలు వ్యాంపాలు వ్యాంపాలు వ్యాంపాలు. ఈ నెల 19న దిని కేసం ప్రశ్నక సప్తం వ్యాంపాలు సమావేశం వ్యాటు చేశాడు. అలాగే టీసీ సుంచి ప్రస్తుతం విధి దేశాలకు అందుట్టు వాటాల గురించి కూడా ఈ సమావేశంలో చుప్పారు. ఈ సమావేశికి హిజరయ్యే లోధి ఆన్ని సస్య సంఘాలు లోధా కమిటీ ప్రతిపాదనలైనే చుప్పారు నొచ్చించింది. ఒకవేళ లోధా కమిటీ ప్రతిపాదనలకు అంగికిర్సే బీసీసిపికి ఏపాడికి రూ.1600 కోట్లు పరకు సప్తం వ్యాంపాలని అంచనా. ప్రస్తుతం టీసీ టైట్లు ట్రైప్పుల ద్వారా ఏదాడికి సుమారు రెండు వేల కోట్లు రూపాయిలు ఆధాయం పోస్టింగ్ దార్చి చుప్పారు. లోధి ప్రతిపాదనలను ప్రకారం ప్రకటనలు వేలంలం అంచనా. ప్రస్తుతం టీసీ టైట్లు ట్రైప్పుల ద్వారా ఏదాడికి సుమారు రెండు కోట్లు రూపాయిలు ఆధాయం పోస్టింగ్ దార్చి చుప్పారు. లోధి ప్రతిపాదనలను ప్రకారం కాంట్రాక్టులకు సంబంధించి గత మౌనీనే మనం చూచించున్నాడు. ఒక అంగికానికి వచ్చాయి. అప్పుడు ఇప్పుతో అభ్యుతంగం చేపుటాడు. ఇప్పుడు శీరా ప్రపంచకు మనుయి ప్రభ్యుల వేయించుటండండం నిరాక కలిగిస్తేది. మీ అంగికారం కోసం ఏయూచుట్టున్నాము. అదివారంలోగా అంగికంచకోతి పీటు సెలక్ష్మీకు తిరస్కరించినట్లు భావిస్తో” అని సామికి ఇచ్చిన జపాల్సు మరీచాడ్ చెప్పాడు.

సంగే జప్పనే ఆచ్చు ‘నాయికాదళ్లో’ పుమంరా..



నొకల నుంచి ఇంధనాన్ని నింపుకొని యుద్ధ క్షోభానికి
వెట్టుతున్న, విమవానాలు, జలాంతరామి



స్నేహికులే ఆరాధ్యమైవాటు
 భారతీయులకు తమ త్రివిధ దళాల స్నేహికులంబే ఎనలేని అభిమానం. వారిని ఆరాధ్య దైవాలుగా
 చూస్తారు. రేయింబవత్స సలహాద్భుత్లో ప్రాణాలకు తెగించే దేశాన్ని రక్షించే వాలనేపలను సదా
 గుర్తుండుకుంటారు. ఫ్లైట్లివ్వ్యా 2016 సందర్భంగా నొకాదక్షం సముద్రంలో స్నేహికులు చేసిన సాపాన
 విన్యాసాలు సామాన్య ప్రజలను మంత్రముగ్మలను చేశాయి. వారి ప్రతిభావాపాటువాలకు బ్రహ్మరథం పట్టారు.
 సవ్యాంద్రువర్దేశ ప్రజలు మరీ ముఖ్యాగంగా విశాఖావాసులు ఈ ప్రదర్శనను తమ పిల్లలకు కూడా చూపించి
 స్నేహికుల పట్ల అస్కినీ, అస్కర్కినీ కలిగించారు.



ଅଂଶ୍ଚରାତିଯ ବଠାଲୁ ବୁଲପଦ୍ଧତିରୁ

ବେନ୍ ଅଧିରତ୍ତ ସାହି

తీర రక్షణలో భారత నోకాదళం

సముద్ర తీరం వెంబడి రక్షణ, సహకారం, సంబంధాలు లక్ష్యంగా ఐవ్హార్జ్ 2016 (ఆంతర్జాతీయ యుద్ధనౌకల సమీక్ష) ఈ నెల 4 నుంచి 7వ తేదీవరకు జరిగింది. ఈ కార్బూక్మంలో నావికాదళం విన్యాసాలను ప్రత్యక్షంగా తిలకించిన నాలుగు లక్షలమంది సామాన్యులు వులకించి పోయారు. యుద్ధ వాతావరణంలో వైమానిక దళాల ప్రతిభశు, ఫైట్లను సందర్శకులను అభ్యరహించింది. 50 దేశాలు పాల్గొన్న ఈ ఫైట్లో రాష్ట్రపతి ప్రసంగిస్తూ ప్రపంచశాంతి లక్ష్యంగా భారత్ నావికాదళం అభివృద్ధి చెందిందన్నారు. దేశాల స్వాతంత్యం, ప్రగతి, ప్రపంచశాంతి సామరస్యత సముద్రాల భద్రత, స్థిరతలపై అధారపడి ఉన్నాయిని, ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రపతి ఉద్ఘోదించారు. మన దేశం మాడు వైపుల సముద్ర జలాలతో ఉంది. దీన్ని నొకా రవాణాకు వినియోగించుకుంటే ఆర్కిపెన్స్యూలిటీలో ఉపాయం. దీన్ని సమరపంతంగా వినియోగించుకోవాలని



ఐష్వర్యకు వివిధ దేశాల నేపీ అధికారులు, సింఘాంది భారత్కు రావడంతో అంతర్జాతీయ నేపీ సంబంధాలు మెరుగుపడ్డాయని తూర్పు నొకాడకం చీఫ్ వైన్ అధికార్లు సతీష్ సోనీ తెలిపారు. సియల్ జీన్ కంపెనీ ప్లాగ్ అనంతరం ఆయన కార్బన్ స్టోర్స్ నొకలో విలేకరులతో మాట్లాడారు. ఐష్వర్యవేస్ సుమిత్ర నొకలో విలేకరులతో మాట్లాడారు. కార్బూక్సమం విజయవంతం అయినందుకు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఎలాంటి అవాంతరాలు లేకుండా జిల్లా అధికారులు అందించిన సహకారం మరువలేనిదని, భారత నేపీ హెచ్ కాప్టెర్లగా విశాఖ ఏదగాలని రక్షణ మంత్రిగా తాను కోరుకుంటున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.



భారత్ భావిస్తోంది. భారతదేశానికి చెందిన 70 నొకలు, విదేశాలకు చెందిన 24 నొకలు ఇందులో పాల్గొన్నాయి. రాష్ట్రపతి ప్రణబ్ ముఖ్యీ, ప్రధాని సరేంద్రమాణ్ణి, తెలుగురాష్ట్రాల గవర్నర్ సరసింహాన్, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు, భారత నోకాదళాధిపతి అర్ణ్కే ధోవన్, తూర్పు నోకాదళాధిపతి సతీవీసోనీ తదితరులతోపాటు పలుదేశాల నోకాదళాధిపతులు, లక్ష్మణది మంది ప్రజలు ప్రత్యక్షంగాను, పరోక్షంగాను ఈ వేదుకలను తిలకించారు.

సుమారు 15 ఏళ్ల క్రితం 2001లో ముంబైలోని నిర్వహించారు. తిరిగి ఇప్పుడు ప్రారంభించిన ఈ నొకాదళ విన్యాసాలకు రూ. 111.39 కోట్లు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెచ్చించింది. జీవింసీ రూ.92 కోట్లు, ఉడా 2, కోట్లు రెవెన్యూశాఖ 2.73 కోట్లు నగరాభివృద్ధికి, సునందరీకరణ పనులకు వెచ్చించాయి. ఈ కార్బూకమంలో భాగంగా పర్యాటక ప్రాంతాల అభివృద్ధికి కోసం పర్యాటక రంగం రూ.3.15 కోట్లు బందోబస్తు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ తదితర పనులకు పోలీసు శాఖ రూ. 9.87 కోట్లు, ప్రాటోకార్లు బారికేడ్కు,

పొరిశుధ్యానికి, తాగునీటి సౌకర్యం, ఎల్ తజ్చీ స్త్రీస్త్రు, కమ్యూనికేషన్ విర్మాటుకు అదనంగా మరో రూ. 10.39 కోట్లను ప్రభుత్వం వెచ్చించింది. విశాఖను అంతర్జాతీయ నగరంగా తీర్చిదిద్దటానికి జీవించే ఉడా అధికారులు చేపట్టిన చర్యలతో నగర రూపురేఖలు మారిపోయాయి. రూ. 44.43 కోట్లతో 63 కిమీ పొడవైన ప్రధాన రహదారులు, రూ 20.03 కోట్లతో 44 కిమీ పొడవైన పుట్టాతీలను అభివృద్ధి పరిచారు. రాత్రివేళల్లో ఛానక్క ద్వారా ప్రసారాన్ని చూసే అవకాశం కల్పించారు. వైద్యసేవకె 16 వైద్య బ్యందాలను 19 అంబులైపీలను పీరింగ్సు నీంచారు దీన్స్ మంత్రముగ్గు సుమేధ, సు మంత్రులు, పీపీలు, రిహర్లు నముదుంలో యుద్ధనోకలు లో భాగంగా ద్వేషస్తలో | పైటిలీమిగ్ ఏకసంబుల్ జోర్వ స

విశాఖ అంతర్జాతీయం ఇమేజ్‌ను సొంతం చేసుకుంది.

నడి సముద్రంలో నొకావిన్యాసాలను తిలకించ దానికి ప్రజలు తరలి వచ్చారు. విదేశీ యుద్ధ నౌకలు, గగనశిలంలో వైమానిక దళ సాహసా పేత విమాన క్రీడలు ఆశ్చర్యంతో పాటు గగుర్చాటు కలిగించాయి. చుట్టూ యుద్ధనౌకలు, ఆకాశంలో పోలీకాష్టర్లు, మరోవైపు రివ్వున దూసుకొస్తున్న యుద్ధ విమానాలు సముద్రంలో ఏదో యుద్ధవాతావరం నెలకొన్న అనుభూతి. అత్యంత వేగంతో వెళుతున్న కోస్టుగార్డు బోట్లతో నావికా సిబ్బంద రాష్ట్రపతి జిందాబాద్ అంటూ నినాదాలతో భారత నావికాదళ సైన్యం సత్కాన్ని పండువగా జరిగింది. ఎవర్షాప్-3, కమావ్ - 31, యుపోచ్-3 పోవ్ సీకింగ్ పోలి కాష్టర్లు విన్యాసాలు చేసాయి. ఏదీతోపాటు ఏటెటీ హక్కులు సీహరియర్లు మిగ్ 29కె, డోర్చియల్-700, డోర్చియల్,-743, డోర్చియల్ ఐఎస్ 311, ఐఎస్ 38 ఎన్డీ డాగ్ ఫెట్లు విన్యాసాలు నిర్వహించాయి. ఇజ్యాయల్, మళ్ళీవులు, పోర్చుగల్, స్పెయిన్, స్వాజిలాండ్, జపాన్, అమెరికా, శ్రీలంక, ల్యాట్రిక్, వియత్మాన్, దాక్షిణకొరియా, స్పెయిన్, చైనా, ఆఫ్రీకాలియా, బంగాల్‌దేశ్, కెనడా, జర్మనీ, ఫ్రాన్స్, రఘ్జిఫ్ట్, ఇరాన్, ఫిజి, గ్రెన్, ఇండోనేషియా, మలేషియా, కెనాయి, రపోట్,



(ఎడకు నుంచి కుడి వైపునకు)
 సముద్ర యుద్ధానికి బయలు దేలిన నొకలు
 శత్రు నొకలను సముద్రంలోనే అంతం చేసిందుకు బాంబులతో
 దిగుతున్న సైనికులు
 భూమి నుంచి ఉళ్ఱంకర్ణతో దాడికి సిద్ధమైన సైనికులు
 రణరంగంలో సైనికులు

