నేటి దిక్సూచి

తెలుగు దినపత్రిక

www.netidiksuchi.com

TGTEL/25/A3190

ప్రచురణ. రంగారెడ్డి, సంపుటి:01 సంచిక :170 ఎడిటర్ పి. అలివేలు పేజీలు : 04, వెల. 2రూ/ సోమవారం- 20 - జూలై- 2026

గాంధీభవన్‌కు రావొద్దు.. నేతలకు
సీఎం రేవంత్ కఠిన ఆదేశాలు!

- ఎస్ఐఆర్‌పై రేవంత్ కఠిన ఆదేశాలు
- ఆగస్టు 3 వరకు క్షేత్రస్థాయిలోనే ఉండాలని నేతలకు సూచన
- గాంధీభవన్‌కు రావొద్దన్న సీఎం
- నిర్లక్ష్యం వహిస్తే కఠిన చర్యలుంటాయని హెచ్చరిక
- ఉత్తమ 100 బీఎల్ఏలకు రాహుల్‌తో కలిపిస్తామని హామీ

హైదరాబాద్: ఓటరు జాబితాల ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ఐఆర్) ప్రక్రియపై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి మరోసారి పార్టీ నాయకత్వాన్ని అప్రమత్తం చేశారు. ఎలాంటి నిర్లక్ష్యాన్ని సహించబోమని స్పష్టం చేశారు. ఓటర్ల హక్కులకు భంగం కలగకుండా ప్రతి నాయకుడు క్షేత్రస్థాయిలో ఉండి ప్రక్రియను పర్యవేక్షించాలని ఆదేశించారు. ఎస్ఐఆర్‌పై నేడు నిర్వహించిన వర్చువల్ సమీక్షలో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క, టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్‌కుమార్ గౌడ్, రాష్ట్ర వ్యవహారాల ఇన్‌చార్జి మీనాక్షి నటరాజన్, ఏఐసీసీ కార్యదర్శి సచిన్ సావంత్, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు, ఎమ్మెల్సీలు, నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జిలు, ఎస్ఐఆర్ సమన్వయకర్తలు పాల్గొన్నారు. ఎస్ఐఆర్ బాధ్యతలు అప్పగించిన మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, కార్పొరేషన్ చైర్మన్లు, పార్టీ ఇన్‌ఛార్జిలంతా తప్పనిసరిగా క్షేత్రస్థాయిలో పనిచేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. జిల్లాల వారీగా మంత్రులు పూర్తిస్థాయిలో పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని, చివరి బాధ్యత వారిపైనే ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్‌కుమార్ గౌడ్, మిగతా..2లో

జమ్ముకశ్మీర్ లో వరద బీభత్సం
17 మంది మృతి- పలువురు గల్లంతు

- జమ్ముకశ్మీర్‌ను ముంచెత్తిన భారీ వర్షాలు- పూంచ్, రాజౌరిలో ఆకస్మిక వరదలు
- వరద పరిస్థితిపై ఎల్ జీ, సీఎం ఒమర్ అబ్దుల్లాతో మాట్లాడిన కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా

'మేడ్ ఇన్ ఇండియా' సీ-295..
ఆత్మనిర్భర్ భారత్‌కు ఊతం

- దేశీయ రక్షణ, విమాన తయారీ రంగాల్లో భారత్ మరో కీలక మైలురాయిని చేరుకుంది.
- తొలి స్వదేశీ ఎయిర్‌బస్ సీ-295 వ్యూహాత్మక సైనిక రవాణా విమానాన్ని కేంద్ర పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్ నాయుడు పరిచయం చేశారు.

ఢిల్లి : దేశీయ రక్షణ, విమాన తయారీ రంగాల్లో భారత్ మరో కీలక మైలురాయిని చేరుకుంది. తొలి స్వదేశీ ఎయిర్‌బస్ సీ-295 వ్యూహాత్మక సైనిక రవాణా విమానాన్ని కేంద్ర పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్ నాయుడు పరిచయం చేశారు. వడోదర(గుజరాత్)లోని టాటా అడ్వాన్స్‌డ్ సిస్టమ్స్ లిమిటెడ్ తయారీ కేంద్రాన్ని సందర్శించిన ఆయన.. ఈ సందర్భంగా ఓ వీడియోను సోషల్ మీడియా 'ఎక్స్'లో పంచుకున్నారు.ఈ సందర్భంగా రామ్మోహన్ నాయుడు మాట్లాడుతూ.. 'ప్రధాని మోదీ కలలుగన్న 'ఆత్మనిర్భర్ భారత్', మిగతా..2లో

రైతులు ఆరుతడి పంటలకే
మొగ్గు చూపాలి
మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

- ఎల్‌నినో ప్రభావంతో తెలంగాణ రాష్ట్రంలో తీవ్ర నీటి కొరత ఏర్పడే అవకాశం ఉందని మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరావు హెచ్చరించారు.
- రైతులు ఆరుతడి పంటలు సాగు చేయాలని.. అధికారులు తాగు, సాగునీటి నిర్వహణపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.

కరీంనగర్, జులై 19: తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఎల్‌నినో ప్రభావంపై వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరావు ఎల్‌నినో ప్రభావంపై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. కరీంనగర్ జిల్లాలో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ ఏడాది ఎల్‌నినో ప్రభావం తీవ్రంగా ఉండే అవకాశం ఉందని, దాని ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో వర్షపాతం తగ్గే పరిస్థితులు ఏర్పడవచ్చని ఆయన తెలిపారు.

ఎల్‌నినో ఎఫెక్ట్: తెలంగాణలో
జలసిరిపై మంత్రి సీతక్క ఫోకస్

- ఎల్‌నినో ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో తీవ్ర నీటి ఎద్దడి ఏర్పడే అవకాశం ఉంది.
- ఈ నేపథ్యంలో పంచాయతీరాజ్ శాఖ మంత్రి డి. సీతక్క అప్రమత్తమయ్యారు.
- ఈ క్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్లకు ఆమె కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

హైదరాబాద్, జులై 19: ఎల్‌నినో ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో తీవ్ర నీటి ఎద్దడి ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో పంచాయతీరాజ్ శాఖ మంత్రి డి. సీతక్క అప్రమత్తమయ్యారు. ఈ క్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్లకు ఆమె కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. రాష్ట్రంలో జల సిరి కోసం ప్రత్యేక కార్యాచరణ చేపట్టాలని అధికారులను ఆదివారం ఆదేశించారు. సోమవారం అన్ని జిల్లాల్లో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ ఏడాది12 కోట్ల పనిదినాలే లక్ష్యంగా నిర్ణయించామన్నారు. మొదటి దశలో 4.5 కోట్ల పని దినాలు అని.. రోజుకు 5 లక్షల మందికి ఉపాధి కల్పన లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. నీటి సంరక్షణ పనులకు భారీ ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. అందులో భాగంగా 9.60 లక్షల ఇంకుడు గుంతల నిర్మాణం చేపట్టనున్నట్లు వివరించారు. 25 వేల పంట కుంటలు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. 5 వేల ఊట కుంటలు నిర్మాణం చేపడతామన్నారు. 5 వేల బోర్‌వెల్ రీఛార్జ్ పనులు చేపడుతున్నట్లు చెప్పారు. తెలంగాణలో జలసిరి కార్యక్రమం వేగవంతం చేస్తామని మిగతా..2లో

రైతులకు నీళ్లు ఇచ్చేదాకా..
వదిలిపెట్టం

- కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ వద్ద మోటార్లు ఆన్ చేసి.. రైతన్నకు సాగు నీరు ఇవ్వాలని ప్రభుత్వాన్ని బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు డిమాండ్ చేశారు.
- గోదావరి జలాలు వచ్చినవి వచ్చినట్లు కిందకి వదులుతున్నారని ఆయన మండిపడ్డారు.

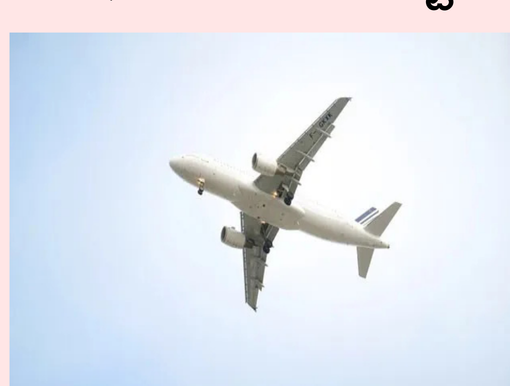
సిద్ధిపేట, జులై 19: కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ వద్ద మోటార్లు ఆన్ చేసి.. రైతన్నకు సాగు నీరు ఇవ్వాలని ప్రభుత్వాన్ని బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు డిమాండ్ చేశారు. గోదావరి జలాలు వచ్చినవి వచ్చినట్లు కిందకి వదులుతున్నారని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఆదివారం సిద్ధిపేటలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ నిర్వహించిన పాదయాత్రలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు మాట్లాడుతూ.. ప్రతి చుక్కని మిగతా..2లో

ఏపీలో మళ్లీ కరోనా కలకలం.. నెల్లూరు, ఎన్టీఆర్ జిల్లాల్లో కొత్త కేసులు

- క్యాన్సర్ చికిత్స పొందుతున్న బాలుడికి, డయాలసిస్ చేయించుకుంటున్న బాలికకు పాజిటివ్
- వారి కుటుంబ సభ్యులకు నిర్వహించిన పరీక్షల్లో నెగటివ్
- ఆందోళన వద్దని చెబుతున్న ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు

అమరావతి : ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కరోనా వైరస్ కేసులు మళ్లీ స్వల్పంగా పెరుగుతున్నాయి. తాజాగా నెల్లూరు, ఎన్టీఆర్ జిల్లాల్లో రెండు కొత్త కేసులు వెలుగులోకి రావడం కొంత ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఇప్పటికే ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్న ఇద్దరు చిన్నారులకు కోవిడ్ పాజిటివ్‌గా నిర్ధారణ అయ్యింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే, నెల్లూరు జిల్లా వెంకటాచలం మండలం నిడిగుంటపాలెంకు చెందిన మూడేళ్ల బాలుడు క్యాన్సర్ మిగతా..2లో

శంషాబాద్ ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో కలకలం.. విమానాలపై లేజర్ దాడులు!



- దేశంలోనే అత్యధికంగా లేజర్ బీమ్ ప్రమాదాలు
- ఎదుర్కొంటున్న శంషాబాద్ విమానాశ్రయం
- గడిచిన రెండేళ్లలో హైదరాబాద్‌లో 100కు పైగా లేజర్ కేసుల నమోదు
- ఫ్రాంక్‌ఫర్ట్ నుంచి వచ్చిన లూఫ్తాన్సా విమానంపై ఇటీవల లేజర్ దాడి
- విమానాశ్రయం చుట్టుపక్కల ఉన్న ఫాంహౌస్‌లు, వెడ్డింగ్ హాళ్లే కారణమని గుర్తింపు

హైదరాబాద్: హైదరాబాద్‌లోని రాజీవ్ గాంధీ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం (ఆర్‌జీఐఏ) పరిసరాల్లో విమానాల భద్రతకు సరికొత్త ముప్పు పొంచి ఉంది. విమానాలు టేకాఫ్ అవుతున్నప్పుడు లేదా ల్యాండింగ్ కోసం వస్తున్నప్పుడు వాటిపైకి శక్తివంతమైన లేజర్ కిరణాలను ప్రయోగించే ఘటనలు నగరంలో ఆందోళనకరంగా పెరుగుతున్నాయి. గడిచిన రెండేళ్లలో శంషాబాద్ ఎయిర్‌పోర్ట్ పరిధిలో ఇలాంటివి 100కు మిగతా..2లో

దేశం గర్వించేలా జపాన్ ఓపెన్‌లో
సింధు సంచలన విజయం

- జపాన్ ఓపెన్ ఫైనల్స్‌లో విజయం సాధించిన పీవీ సింధుకు అభినందనలు తెలిపిన సీఎం, మంత్రి లోకేశ్
- దేశానికి పసిడి పతకాన్ని తీసుకురావాలని సీఎం చంద్రబాబు ఆకాంక్ష
- సింధు విజయపరంపరపై దేశమంతా గర్విస్తోందన్న లోకేశ్

అమరావతి : భారతదేశం గర్వించేలా జపాన్ ఓపెన్ ఫైనల్స్‌లో తెలుగు తేజం, బ్యాడ్మింటన్ స్టార్ పీవీ సింధు సంచలన విజయం సాధించారని సీఎం చంద్రబాబు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, మంత్రి లోకేశ్, మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి అభినందించారు.

72వ జాతీయ చలనచిత్ర పురస్కారాల విజేతలకు
సీఎం చంద్రబాబు అభినందనలు

- నిన్న జాతీయ సినీ అవార్డులు ప్రకటించిన కేంద్రం
- విజేతలపై అభినందనల వర్షం
- తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమ సాధించిన విజయాలు గర్వకారణమన్న ముఖ్యమంత్రి
- కళ, సంస్కృతి, సినిమా మన అస్తిత్వానికి మూలస్తంభాలని వ్యాఖ్య
- తెలుగు సినిమా మరిన్ని ఉన్నత శిఖరాలను అందుకోవాలని ఆకాంక్ష

అమరావతి : 72వ జాతీయ చలనచిత్ర పురస్కారాల విజేతలకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. ఈ మేరకు ఆయన ఆదివారం సోషల్ మీడియా వేదికగా ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. విజేతలందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ, తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమ సాధించిన విజయాలపై ప్రత్యేకంగా ప్రశంసలు కురిపించారు. తెలుగు సినీ పరిశ్రమకు చెందిన నటీనటులు, దర్శకులు, నిర్మాతలు, సాంకేతిక నిపుణుల అసాధారణ ప్రతిభ మన సినిమాకు గొప్ప గర్వకారణంగా నిలిచిందని చంద్రబాబు కొనియాడారు. "కళ, సంస్కృతి, సినిమా మన అస్తిత్వానికి, వారసత్వానికి బలమైన మూలస్తంభాలు. తెలుగు సినిమా భవిష్యత్తులో మరిన్ని ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించి, తరతరాలకు స్ఫూర్తినివ్వాలి" అని ఆయన తన పోస్టులో ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా అవార్డులు గెలుచుకున్న వారందరూ భవిష్యత్తులో మిగతా..2లో

ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న
డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్

- బల్లగరువు పర్యటనలో ఇచ్చిన హామీని ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ నిలబెట్టుకున్నారు.
- కోటి రూపాయల వ్యయంతో అంగన్వాడీ భవనాలు, తాగునీటి సదుపాయం, సీసీ రోడ్లు సహా పలు అభివృద్ధి పనులను పూర్తి చేయించారు.

అమరావతి, జులై 19: బల్లగరువు పర్యటనలో ఇచ్చిన హామీని ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ నిలబెట్టుకున్నారు. ఇటీవల బల్లగరువు పర్యటన సందర్భంగా గ్రామ ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీని కార్యరూపంలోకి తీసుకొచ్చారు. ఉపాధి హామీ నిధులను సమర్థవంతంగా వినియోగిస్తూ గ్రామంలో సుమారు కోటి రూపాయల విలువైన పలు అభివృద్ధి పనులను పూర్తి చేయించారు. గ్రామ ప్రజలకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ మిగతా..2లో

దిక్సూచి తెలుగు దిన పత్రిక TGTEL/25/A31
సోమవారం- 20 - జూలై- 2026

మొదటి పేజి తరువాయి

72వ జాతీయ చలనచిత్ర పురస్కారాల విజేతలకు సీఎం చంద్రబాబు అభినందనలు

మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. తన పోస్ట్‌లో ప్రముఖ నటులు మమ్ముట్టి, యామీ గౌతమ్, కార్తీక్ ఆర్యన్, నిహారిక కొణిదెల, దర్శకుడు సుకుమార్‌లను ట్యాగ్ చేయడం విశేషం. దీంతో పాటు 'పుష్ప 2', 'కల్కి 2898 ఏడీ', 'లక్కీ భాస్కర్' వంటి ప్రతిష్ఠాత్మక చిత్రాల హ్యాష్‌ట్యాగ్‌లను కూడా జతచేశారు.

ఏపీలో మళ్లీ కరోనా కలకలం.. నెల్లూరు, ఎన్టీఆర్ జిల్లాల్లో కొత్త కేసులు

చికిత్స నిమిత్తం పుదుచ్చేరిలో ఉండగా, అతనికి కరోనా సోకినట్లు వైద్యులు ధ్రువీకరించారు. కాగా, బాలుడి కుటుంబ సభ్యులకు, సమీప బంధువులకు నిర్వహించిన పరీక్షల్లో నెగటివ్ అని తేలింది. మరోవైపు, ఎన్టీఆర్ జిల్లా తిరువూరు మండలం రోలపాడుకు చెందిన 13 ఏళ్ల బాలిక కిడ్నీ సంబంధిత సమస్యలతో విజయవాడ ప్రభుత్వ సర్వజన ఆసుపత్రి (జీజీహెచ్)లో డయాలసిస్ చేయించుకుంటోంది. జ్వరం, ఇతర లక్షణాలు కనిపించడంతో వైద్యులు పరీక్షలు నిర్వహించగా, ఆమెకు కోవిడ్ పాజిటివ్‌గా తేలింది. దీంతో బాలికను వెంటనే ఐసోలేషన్ వార్డుకు తరలించారు. ఆమె కుటుంబ సభ్యులకు నిర్వహించిన పరీక్షల్లో కూడా నెగటివ్ అని నిర్ధారణ అయ్యింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జూన్ 26 నుంచి జులై 16 మధ్య కాలంలో మొత్తం 12 కోవిడ్ కేసులు, నాలుగు మరణాలు నమోదయ్యాయి. కడప జిల్లాలో అత్యధికంగా 8 కేసులు నమోదు కాగా, గుంటూరులో రెండు, విశాఖపట్నం, కాకినాడ జిల్లాల్లో ఒక్కొక్కటి చొప్పున కేసులు వెలుగు చూశాయి. మరణించిన వారంతా రక్తపోటు, మధుమేహం, కిడ్నీ వ్యాధుల వంటి ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నవారేనని అధికారులు వెల్లడించారు. ప్రస్తుతానికి కేసుల వ్యాప్తి తీవ్రంగా లేనందున ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని, అయితే ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఆరోగ్య శాఖ సూచించింది.

ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్

అంగన్వాడీ కేంద్రాల నిర్మాణం, తాగునీటి వసతులు, సీసీ రోడ్ల నిర్మాణం వంటి పనులను పూర్తి చేయించారు. గ్రామంలోని చిన్నారులు, మహిళల విజ్ఞప్తి మేరకు రూ.55 లక్షల వ్యయంతో మూడు కొత్త అంగన్వాడీ భవనాలను నిర్మించారు. అలాగే తాగునీటి సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారంగా బోరు ఏర్పాటు చేసి, నీటి సరఫరా కోసం పైప్‌లైన్లను నిర్మించారు. గ్రామంలో సీసీ రోడ్ల నిర్మాణంతో రవాణా సౌకర్యాలు కూడా మెరుగుపడ్డాయి. గిరిజన ప్రాంతాల సమగ్ర అభివృద్ధికి కూటమి ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని పవన్ కల్యాణ్ తెలిపారు. ప్రజలకు అవసరమైన మౌలిక వసతుల కల్పనతో పాటు గ్రామాల అభివృద్ధే ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

ఎల్‌నినో ఎఫెక్ట్: తెలంగాణలో జలసిరిపై మంత్రి సీతక్క ఫోకస్

మంత్రి సీతక్క వివరించారు. మరో వైపు ఈ ఏడాది ఎల్‌నినో ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంది. దీని ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో వర్షపాతం తగ్గే పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. కేవలం సాగునీటికే కాకుండా తాగునీటి అవసరాలకు కూడా ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది. ప్రాజెక్టుల్లోని నీటి నిల్వలను దృష్టిలో పెట్టుకుని సాగునీటిని యథేచ్ఛగా విడుదల చేసే పరిస్థితి లేదు. ఈ నేపథ్యంలో పంటల సాగు చేసే రైతాంగం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక కార్యచరణ చేపడుతుంది.

రైతులకు నీళ్లు ఇచ్చేదాకా.. వదిలిపెట్టం

పట్టిసీమ ద్వారా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఒడిసి పడుతుందని గుర్తు చేశారు. రైతులకు నీళ్లు ఇవ్వమంటే బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్‌ను తిడుతున్నారని కాంగ్రెస్ నేతల తీరుపై మండిపడ్డారు. కేసీఆర్‌ను తిడితే నీళ్లు రావని.. మోటార్లు ఆన్ చేస్తే నీళ్లు వస్తాయని రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వంలోని నేతలకు హరీశ్ రావు చురకలంటించారు. రాజకీయం కోసం లక్షలాది మంది రైతుల ఉసురు పోసుకోవద్దంటూ ప్రభుత్వానికి హితవు పలికారు. నీళ్లు లేకుంటే విద్యుత్ ఉత్పత్తి ఆగిపోతుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. భవిష్యత్తులో ఏర్పడే తీవ్ర పరిణామాలకు నీదే బాధ్యత అంటూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని ఆయన హెచ్చరించారు. రాజకీయాల కోసం రాష్ట్ర భవిష్యత్తును పణంగా పెడుతున్నారంటూ సీఎం రేవంత్‌పై హరీశ్ రావు నిప్పులు చెరిగారు. భద్రాచలం కొట్టుకుపోతుందంటూ సీఎం రేవంత్ చేసిన వ్యాఖ్యలు పూర్తిగా అర్థరహితమని అన్నారు. నీళ్లు ఇవ్వడం ఇష్టం లేక ఆయన అలా మాట్లాడుతున్నారని చెప్పారు. వేషాలకు పోవద్దంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి సూచించారు. అన్ని రిజర్వాయర్లు నింపాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. 60 శాతం తెలంగాణకు సాగు నీరు ఇచ్చే అవకాశం ఉందని వివరించారు. రైతులకు నీళ్లు ఇచ్చే దాక ప్రభుత్వాన్ని వదిలిపెట్టమని మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు హెచ్చరించారు.

'మేడ్ ఇన్ ఇండియా' సీ-295.. ఆత్మనిర్భర్ భారత్‌కు ఊతం

'మేక్ ఇన్ ఇండియా' కార్యక్రమాలకు ఈ ప్రాజెక్ట్ ప్రతీకగా నిలుస్తుంది. దేశంలో విమాన తయారీ సామర్థ్యం వేగంగా పెరుగుతోంది. త్వరలో భారతీయులు పూర్తిగా స్వదేశీ విమానాల్లోనే ప్రయాణిస్తారు. ఆ రోజు కూడా ఎంతో దూరంలో లేదు' అని అన్నారు. కాగా.. ఎయిర్‌బస్-టాటా అడ్వాన్స్‌డ్ సిస్టమ్స్ ఉమ్మడి భాగస్వామ్యంతో అమలవుతున్న సీ-295 ప్రాజెక్ట్ కింద తొలిసారిగా ప్రైవేట్ రంగంలో ఓ క్లిష్టమైన సైనిక విమానం భారత్‌లో తయారవుతోంది. దీనికి 2021లో 2.6 బిలియన్ డాలర్లతో ఒప్పందం కుదిరింది. దీని ప్రకారం భారత్‌కు మొత్తం 56 సీ-295 విమానాలు అందించాలి. వీటిలో 16 విమానాలు స్పెయిన్‌లో మాన్యుఫాక్చర్ కానుండగా, మరో 40 విమానాలను వడోదరలో తయారు చేస్తున్నారు. అందులో భాగంగా.. తొలి సీ-295 విమానాన్ని జూన్ 10న విజయవంతంగా పరీక్షించారు. ఇటీవల 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమంలో ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ కూడా ఈ ప్రాజెక్టును గురించి ప్రస్తావించారు. సీ-295 తయారీ వల్ల సూక్ష్మ, చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమలకు(ఎంఎస్ఎంఈలు) కొత్త అవకాశాలు లభిస్తాయని, సాంకేతిక పరిజ్ఞానం బదిలీ, నైపుణ్యాభివృద్ధి, దేశీయ ఏరోస్పేస్ పరిశ్రమ విస్తరణకు ఇది కీలకంగా మారుతుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు

అయోధ్య ట్రస్ట్ ఆర్థిక వ్యవహారాలపై ఉన్నతస్థాయి విచారణ జరపాలి'- మోదీకి పంపిన లేఖలో కాంగ్రెస్ డిమాండ్

ట్రస్ట్ ఆర్థిక వ్యవహారాలపై తక్షణమే స్వతంత్ర, సమగ్ర విచారణకు ఆదేశించాలు- నగదు, బంగారం, వెండితో సహా భక్తులు సమర్పించిన అన్ని కానుకల నిర్వహణపై విచారణ జరగాలని లేఖలో స్పష్టం

అయోధ్య రామమందిరానికి భక్తులు సమర్పించిన విరాళాల నిర్వహణలో అవకతవకలు జరిగాయన్న ఆరోపణల నేపథ్యంలో కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున్ ఖర్గే, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ ప్రధాని నరేంద్ర మోదీకి సంయుక్తంగా లేఖ రాశారు. శ్రీరామ్ జన్మభూమి తీర్థ క్షేత్ర ట్రస్ట్ ఆర్థిక వ్యవహారాలపై స్వతంత్ర, సమగ్ర విచారణ జరిపించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. నగదు, బంగారం, వెండితో సహా భక్తులు సమర్పించిన అన్ని కానుకల నిర్వహణను పరిశీలించాలని, విచారణ నివేదికతో పాటు ట్రస్ట్ ఖాతాలను ప్రజలకు వెల్లడించాలని కోరారు. కాంగ్రెస్ నేతలు ఆదివారం విడుదల చేసిన లేఖలో, రామమందిరానికి విశ్వాసంతో విరాళాలు సమర్పించిన లక్షలాది మంది భక్తుల నమ్మకాన్ని దెబ్బతీసే విధంగా ఈ ఆరోపణలు ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. భక్తుల కష్టార్జిత సంపాదనతో ఇచ్చిన కానుకలను ఎలా వినియోగించారో తెలుసుకునే హక్కు ప్రతి ఒక్కరికీ ఉందని గుర్తు చేశారు.

'ప్రధాని మౌనం సమంజసం కాదు'

ఈ వ్యవహారంపై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ఇప్పటివరకు స్పందించకపోవడాన్ని కాంగ్రెస్ నేతలు ప్రశ్నించారు. ఇంత తీవ్రమైన ఆరోపణలు వెలుగులోకి వచ్చినప్పుడు మౌనం ఆమోదయోగ్యం కాదని పేర్కొన్నారు. జవాబుదారీతనం నిర్ధారించి, బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాల్సిన బాధ్యత కేంద్ర ప్రభుత్వంపై ఉందని లేఖలో పేర్కొన్నారు. అలాగే శ్రీరామ్ జన్మభూమి తీర్థ క్షేత్ర ట్రస్ట్ ఆర్థిక లావాదేవీలపై తక్షణమే స్వతంత్ర విచారణ జరిపించాలని రాహుల్ , ఖర్గే కోరారు. నగదు, బంగారం, వెండి రూపంలో వచ్చిన విరాళాల నిర్వహణతో పాటు ట్రస్ట్ నిర్వహించిన అన్ని ఆర్థిక లావాదేవీలను సమగ్రంగా పరిశీలించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అంతే కాకుండా విచారణ పూర్తైన అనంతరం నివేదికను, ట్రస్ట్‌కు సంబంధించిన ఖాతాలను బహిరంగపరచాలని డిమాండ్ చేశారు. దీనివల్ల భక్తుల్లో నెలకొన్న అనుమానాలు తొలగుతాయని అభిప్రాయపడ్డారు. రామమందిర విరాళాల దుర్వినియోగానికి సంబంధించిన ఆరోపణలు జూన్ తొలి వారంలో వెలుగులోకి వచ్చినట్లు కాంగ్రెస్ పేర్కొంది. ఈ కేసులో ఇప్పటివరకు ఎనిమిది మందిని అరెస్టు చేసినట్లు, ట్రస్ట్‌కు చెందిన ఇద్దరు సీనియర్ అధికారులు రాజీనామా చేసినట్లు లేఖలో ప్రస్తావించింది. ట్రస్ట్ ఫిర్యాదు మేరకు జూన్ 25న పోలీసులు ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారని పేర్కొన్నారు.

ట్రస్ట్ ఏర్పాటుపై వ్యాఖ్యలు

సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాల మేరకు రామ జన్మభూమి తీర్థ క్షేత్ర ట్రస్ట్ ఏర్పాటు విషయాన్ని పార్లమెంట్‌లో ప్రధాని ప్రకటించినప్పటికీ, ట్రస్ట్ సభ్యులను కేంద్ర ప్రభుత్వమే నియమించిందని కాంగ్రెస్ నేతలు పేర్కొన్నారు. ట్రస్ట్ సభ్యుల్లో పలువురికి ఆర్ఎస్ఎస్, వీహెచ్‌పీ, అనుబంధ సంస్థలతో సంబంధాలు ఉన్నాయని తమ లేఖలో పేర్కొన్నారు. ట్రస్ట్ మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి కూడా ప్రభుత్వానికి సన్నిహితుడేనని ఆరోపించారు. హోదా, పలుకుబడితో సంబంధం లేకుండా తప్పు చేసిన వారందరినీ జవాబుదారీగా నిలబెట్టాలని రాహుల్ గాంధీ, ఖర్గే డిమాండ్ చేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎంత పారదర్శకంగా, ఎంత వేగంగా స్పందిస్తుందనే దానిపైనే ప్రభుత్వం, ట్రస్ట్ విశ్వసనీయత ఆధారపడి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. "భారత ప్రజలు గమనిస్తున్నారు" అంటూ తమ లేఖను ముగించారు. సీసీటీవీలో దాదాపు 70 అనుమానాస్పద సంఘటనలు

దేశం గర్వించేలా జపాన్ ఓపెన్‌లో సింధు సంచలన విజయం

మొదటి పేజి తరువాయి

భారత బ్యాడ్మింటన్ చరిత్రలో చరిత్రాత్మక ఘట్టం: దేశం గర్వించేలా జపాన్ ఓపెన్‌లో సింధు సంచలన విజయం సాధించిందని సీఎం చంద్రబాబు ప్రశంసించారు. ఉత్కంఠభరితంగా సాగిన ఈ పోరులో ప్రత్యర్థి యామగూచిపై 21-17, 21-17 తేడాతో ఘన విజయం సాధించి సరికొత్త మైలురాయిని లిఖించారని సీఎం చంద్రబాబు కొనియాడారు. భారత బ్యాడ్మింటన్ చరిత్రలోనే ఇది ఒక చారిత్రాత్మక ఘట్టమన్నారు. రాబోయే ఒలింపిక్స్ బరిలో కూడా ఇదే జోరును కొనసాగించి దేశానికి పసిడి పతకాన్ని తీసుకురావాలని సీఎం చంద్రబాబు ఆల్ ది బెస్ట్ చెప్పారు. జపాన్ ఓపెన్‌లో సింధు చారిత్రక విజయం: జపాన్ ఓపెన్ సూపర్ 750 టోర్నీలో చారిత్రక విజయం సాధించిన పీవీ సింధుకు ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. ఫైనల్లో అకానె యామగూచిపై సింధు నిర్భయమైన ఆటతీరు అద్భుతమని కొనియాడారు. భారతీయ ఛాంపియన్‌కు ఉండాల్సిన పట్టుదల, దృఢ సంకల్పం, అకుంఠిత స్ఫూర్తికి నిజమైన నిదర్శనమని కొనియాడారు.

ఈ మేరకు ఎక్స్ వేదికగా పోస్టు పెట్టారు. పీవీ సింధు జోరు ఇలాగే కొనసాగాలి: భారత బ్యాడ్మింటన్ చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని విధంగా మన తెలుగు తేజం పీవీ సింధు సరికొత్త రికార్డు నెలకొల్పారని మంత్రి లోకేశ్ అన్నారు. తన కెరీర్‌లోనే మొట్టమొదటి సారిగా ప్రతిష్ఠాత్మక జపాన్ ఓపెన్ టైటిల్‌ను కైవసం చేసుకున్నారని కొనియాడారు. సింధు చూపించిన దూకుడు, పట్టుదల ముందు యామగూచి ఏ దశలోనూ నిలవలేకపోయారని అభిప్రాయపడ్డారు. ఆమె విజయపరంపరపై దేశమంతా గర్విస్తోందని లోకేశ్ స్పష్టం చేశారు. భవిష్యత్తులో మరిన్ని టైటిళ్లు సాధించాలి: పీవీ సింధు జపాన్ ఓపెన్ టైటిల్ విజయం పట్ల మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి హర్షం వ్యక్తం చేశారు. జపాన్ టైటిల్ గెలిచిన తొలి భారతీయురాలిగా సింధు చరిత్ర సృష్టించారన్నారు. సింధు రాష్ట్రానికి, దేశానికి మరోసారి గర్వకారణంగా నిలిచారని కొనియాడారు. భవిష్యత్తులో మరిన్ని అంతర్జాతీయ టైటిళ్లు సాధించాలని మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి ఆకాంక్షించారు.

గాంధీభవన్‌కు రావొద్దు.. నేతలకు సీఎం రేవంత్ కఠిన ఆదేశాలు!

మొదటి పేజి తరువాయి

ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క సమన్వయ బాధ్యతలను మరింత సమర్థంగా నిర్వహించాలని సూచించారు. ఎస్ఐఆర్ గడువును ఆగస్టు 3 వరకు పొడిగించడాన్ని అవకాశంగా మలుచుకోవాలని రేవంత్‌రెడ్డి అన్నారు. సోమవారం నుంచి 10 మంది ఇన్‌ఛార్జి మంత్రులు జిల్లాల వారీగా సమీక్షలు నిర్వహిస్తారని తెలిపారు. పార్లమెంట్ సమావేశాల్లో పాల్గొంటూనే ఎంపీలు తమకు కేటాయించిన ప్రాంతాల్లో సమీక్షలు కొనసాగించాలని ఆదేశించారు. బాధ్యతలు నిర్వర్తించని ఎంపీలపై కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఇప్పటివరకు రాష్ట్రంలోని 119 అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో 489 ఎస్ఐఆర్ సమావేశాలు నిర్వహించినట్లు సీఎం తెలిపారు. వెనుకబడిన నియోజకవర్గాలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు. కొంతమంది నాయకులు హైదరాబాద్‌కే పరిమితమై పని చేయడం లేదని అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ఆగస్టు 3 వరకు గాంధీభవన్‌కు ఎవరూ రావొద్దని సీఎం స్పష్టం చేశారు. ఛైర్మన్ పదవులు, పార్టీ పోస్టుల కోసం గాంధీభవన్ చుట్టూ తిరిగేవారికి నియామకాలు ఉండవని తేల్చిచెప్పారు. జులై 30న మరోసారి సమగ్ర సమీక్ష నిర్వహించి అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల వారీగా నివేదికలు పరిశీలిస్తామని వెల్లడించారు. బూత్ లెవల్ అధికారుల (బీఎల్ఓ) నివేదికలపై మాత్రమే ఆధారపడొద్దని సీఎం సూచించారు. పార్టీ తరఫున పనిచేస్తున్న బూత్ లెవల్ ఏజెంట్ల (బీఎల్ఏ) నివేదికలను కూడా తప్పనిసరిగా పరిశీలించాలని ఆదేశించారు. పార్టీ బీఎల్ఏలతో నిరంతర సమన్వయం కొనసాగించాలని, క్షేత్రస్థాయిలో వారి సేవలను సమర్థంగా వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. రానున్న పది రోజులు నాయకులంతా నియోజకవర్గాల్లోనే పర్యటించాలని రేవంత్‌రెడ్డి చెప్పారు. గాంధీభవన్ బృందం బీఎల్ఏ, బీఎల్ఓ నివేదికలను నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని ఆదేశించారు. అత్యుత్తమంగా పనిచేసిన

100 మంది బీఎల్ఏలకు రాహుల్ గాంధీని కలిసే అవకాశం కల్పించడంతో పాటు ఆయనతో ఫొటో దిగే అవకాశం కూడా ఇస్తామని ప్రకటించారు.

రైతులు ఆరుతడి పంటలకే మొగ్గు చూపాలి: మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

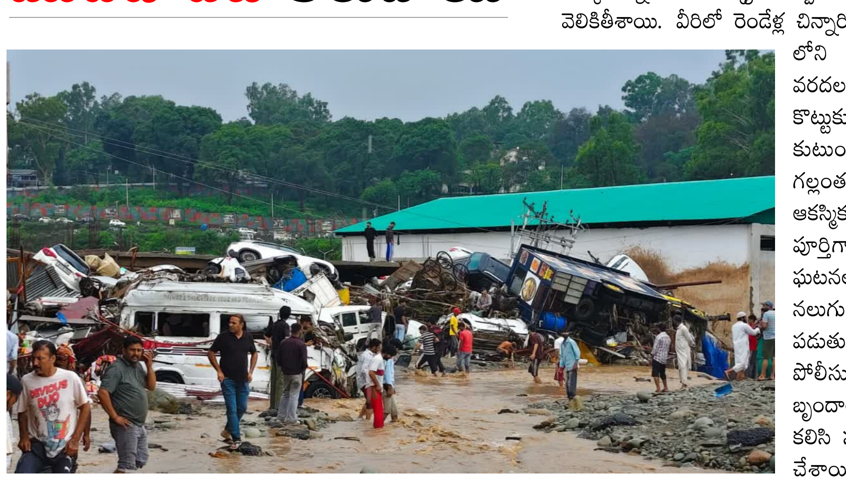
మొదటి పేజి తరువాయి

కేవలం సాగునీటికే కాకుండా తాగునీటి అవసరాలు తీర్చడంలో కూడా ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే అవకాశముందని హెచ్చరించారు. ప్రస్తుతం ప్రాజెక్టుల్లో ఉన్న నీటి నిల్వలను దృష్టిలో ఉంచుకుంటే సాగునీటిని యథేచ్ఛగా విడుదల చేసే పరిస్థితి లేదని స్పష్టం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో రైతులు పరిస్థితులను ముందుగానే అర్థం చేసుకుని తక్కువ నీటితో సాగయ్యే ఆరుతడి పంటల సాగుపై దృష్టి సారించాలని సూచించారు. నీటి లభ్యతను బట్టి పంటల ఎంపిక చేసుకుంటే నష్టాలను గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చని రైతులకు మంత్రి సూచించారు. అధికార యంత్రాంగం కూడా అప్రమత్తంగా ఉండాలని మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరావు ఆదేశించారు. వ్యవసాయం, నీటిపారుదల, గ్రామీణాభివృద్ధి, తాగునీటి సరఫరా సహా అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ప్రజలకు తాగునీటి కొరత రాకుండా, రైతులకు అందుబాటులో ఉన్న నీటిని సమర్థవంతంగా వినియోగించేలా అధికారులు ప్రత్యేక కార్యాచరణ

రూపొందించాలని సూచించారు. ఎల్‌నినో ప్రభావాన్ని ఎదుర్కొనేందుకు ముందస్తు ప్రణాళికతో పనిచేస్తేనే ప్రజలు, రైతులు ఇబ్బందులు పడకుండా కాపాడగలమని పేర్కొన్నారు. వాతావరణ పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షిస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులకు స్పష్టమైన ఆదేశాలు జారీ చేసినట్లు మంత్రి వెల్లడించారు.

జమ్ముకశ్మీర్ లో వరద బీభత్సం- 17 మంది మృతి- పలువురు గల్లంతు

మొదటి పేజి తరువాయి



ఢిల్లీ : జమ్ముకశ్మీర్‌లోని సరిహద్దు జిల్లాలైన పూంచ్, రాజౌరిలో ఆదివారం కురిసిన భారీ వర్షాలు తీవ్ర విషాదాన్ని మిగిల్చాయి. ఎడతెరిపి లేకుండా కురిసిన వర్షాలకు ఆకస్మిక వరదలు, కొండచరియలు విరిగిపడటంతో కనీసం 17 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, మరికొందరు గల్లంతైనట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. రహదారులు దెబ్బతినడం, వాగులు ఉప్పొంగడంతో సహాయక చర్యలకు ఆటంకాలు ఎదురవుతున్నప్పటికీ, పలు ప్రభుత్వ శాఖలు సంయుక్తంగా సహాయక చర్యలను కొనసాగిస్తున్నాయి. మరోవైపు ముఖ్యమంత్రి ఒమర్ అబ్దుల్లా తన దిల్లీ పర్యటనను మధ్యలోనే ముగించుకుని జమ్ముకు తిరిగి వెళ్లాలని నిర్ణయించుకున్నారు. పరిస్థితిని సమీక్షిస్తున్నట్లు తెలిపారు. పూంచ్ జిల్లాలోని సురన్ కోట్ తహసీల్ అత్యంత తీవ్రంగా ప్రభావితమైంది. లోయర్ ముర్రా గ్రామంలో భారీ వర్షాల కారణంగా కొండచరియలు విరిగిపడి ఓ ఇంటిపై పడింది. ఆ సమయంలో ఇంట్లో ఉన్న ఎనిమిది మంది శిథిలాల కింద చిక్కుకున్నారు. రెస్క్యూ సిబ్బంది ఐదుగురి మృతదేహాలను వెలికితీశాయి. వీరిలో రెండేళ్ల చిన్నారి కూడా ఉంది. అదే తహసీల్‌లోని సంగ్లా గ్రామంలో ఆకస్మిక వరదల ధాటికి మరో ఇల్లు పూర్తిగా కొట్టుకుపోయింది. ఈ ఘటనలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన నలుగురు గల్లంతయ్యారు. సంగ్లా గ్రామంలో ఆకస్మిక వరదల ధాటికి మరో ఇల్లు పూర్తిగా కొట్టుకుపోయింది. ఈ ఘటనలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన నలుగురు గల్లంతయ్యారు. వర్షాలు పడుతున్నప్పటికీ స్థానిక పరిపాలన, పోలీసులు, విపత్తు నిర్వహణ బృందాలు, ఇతర ప్రభుత్వ శాఖలు కలిసి సహాయక చర్యలను ముమ్మరం చేశాయి. గల్లంతైన వారి కోసం గాలింపు కొనసాగుతుండగా, ప్రమాదకర ప్రాంతాల నుంచి ప్రజలను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలిస్తున్నారు. గాయపడిన వారికి వైద్యసేవలు అందిస్తున్నారు.

రాజౌరిలోనూ వరదల ప్రభావం

రాజౌరి జిల్లాలోనూ రాత్రంతా కురిసిన వర్షాలకు నదులు, వాగులు ప్రమాదకర స్థాయిలో ప్రవహించాయి. లోతట్టు ప్రాంతాల్లోకి వరదనీరు చేరడంతో వందలాది కుటుంబాలు సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలాల్సి వచ్చింది. రాజౌరి పట్టణంలో నది ప్రవాహంలో ఓ మహిళ మృతదేహం లభించింది. వాహనాలు వరద ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోవడం, మరికొన్ని నీటిలో మునిగిపోవడంతో రవాణా వ్యవస్థ తీవ్రంగా దెబ్బతింది. అనేక గ్రామాలకు రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. పలు ప్రాంతాల్లో ఇళ్లు, దుకాణాలు, వ్యవసాయ భూములు, రహదారులు తీవ్రంగా దెబ్బతిన్నాయి. విద్యుత్, తాగునీటి సరఫరాపైనా ప్రభావం పడింది. స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు ప్రజా, ప్రైవేటు ఆస్తులకు భారీ నష్టం వాటిల్లినట్లు తెలిపారు. పూర్తి స్థాయి నష్టాన్ని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. పరిస్థితిని సమీక్షించిన సీఎం, ఎల్ జీ మరోవైపు లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ మనోజ్ సిన్హా కూడా సంబంధిత అధికారులతో పరిస్థితిని సమీక్షించి, బాధిత కుటుంబాలకు తక్షణ సహాయం అందించాలని ఆదేశించారు. సహాయక చర్యల్లో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని స్పష్టం చేశారు. జమ్ముకశ్మీర్ సీఎం ఒమర్ అబ్దుల్లా దిల్లీలో ఉన్న పర్యటనను మధ్యలోనే ముగించుకుని జమ్ముకు తిరిగి వెళ్లాలని నిర్ణయించారు. వాతావరణ పరిస్థితులు ఆందోళనకరంగా ఉన్నందున క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితిని స్వయంగా పరిశీలిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రజల ప్రాణాల రక్షణ ప్రభుత్వ తొలి ప్రాధాన్యమని, నష్టపోయిన కుటుంబాలకు అవసరమైన అన్ని విధాలా సహాయం అందిస్తామని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత పరిస్థితిపై కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా ఆదివారం ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. ప్రస్తుతం బంగాల్ పర్యటనలో ఉన్న ఆయన జమ్ముకశ్మీర్ లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ , సీఎంతో ఫోన్ లో మాట్లాడారు. బాధిత ప్రజల ప్రాణ, ఆస్తుల రక్షణకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి అవసరమైన అన్ని విధాలా సహాయం అందిస్తామని హామీ ఇచ్చినట్లు అధికార వర్గాలు తెలిపాయి.

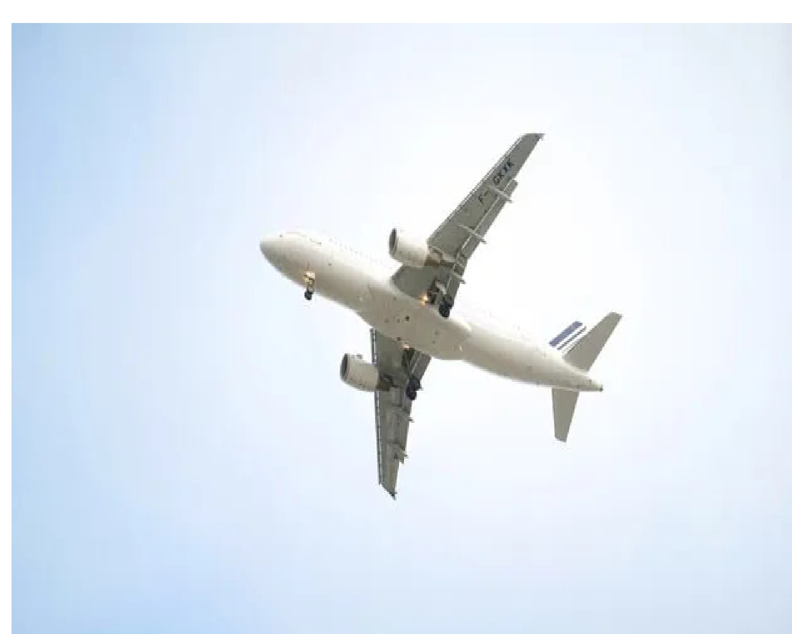
వైష్ణోదేవి, శివ్‌ఖోరీ యాత్రలకూ తాత్కాలిక బ్రేక్

ఐఎండీ హెచ్చరికతో అమర్‌నాథ్ యాత్రను తాత్కాలికంగా నిలిపివేశారు. యాత్రికుల భద్రత దృష్ట్యా పహల్గాం, బాల్తాల్ మార్గాలతో పాటు జమ్ములోని భగవతి నగర్ యాత్రి నివాస్ నుంచి కూడా యాత్రికుల ముందుకు వెళ్లేందుకు అనుమతి నిలిపివేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. రియాసి జిల్లాలోని ప్రసిద్ధ మాతా వైష్ణోదేవి ఆలయానికి జరిగే యాత్రను కూడా తాత్కాలికంగా నిలిపివేశారు. భక్తులు అధికారిక ప్రకటనలను మాత్రమే విశ్వసించాలని, పరిస్థితిని నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నామని అధికారులు తెలిపారు. అదే జిల్లాలోని ప్రముఖ శివ్‌ఖోరీ ఆలయ యాత్రను కూడా తాత్కాలికంగా రద్దు చేశారు.

శంషాబాద్ ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో కలకలం.. విమానాలపై లేజర్ దాడులు!

మొదటి పేజి తరువాయి

పైగా కేసులు నమోదు కావడం ఏవియేషన్ రంగాన్ని ఉలిక్కిపడేలా చేసింది. దాదాపు రెండు వారాల క్రితం జర్మనీలోని ఫ్రాంక్‌ఫర్ట్ నగరం నుండి హైదరాబాద్ వచ్చిన లుఫ్తాన్సా విమానానికి ల్యాండింగ్ సమయంలో ఒక ప్రమాదకరమైన అనుభవం ఎదురైంది. రన్‌వేపైకి వస్తున్న క్రమంలో విమానం కాక్‌పిట్‌పైకి ఒక్కసారిగా లేజర్ కాంతి దూసుకొచ్చింది. అత్యంత కీలకమైన ల్యాండింగ్ సమయంలో లేజర్ వెలుతురు వల్ల పైలట్ల కంటి చూపునకు తాత్కాలికంగా అంతరాయం కలిగింది. పైలట్లు సమయస్ఫూర్తితో వ్యవహరించడంతో పెద్ద ప్రమాదం తప్పింది. పౌర విమానయాన మంత్రిత్వ శాఖ గణాంకాల ప్రకారం, దేశవ్యాప్తంగా 43 విమానాశ్రయాలలో 1,000కు పైగా ఇలాంటి లేజర్ ఘటనలు నమోదు కాగా.. అందులో 10 శాతం కేవలం హైదరాబాద్‌లోనే జరిగాయి. ముంబై, బెంగళూరు వంటి పెద్ద నగరాల కంటే హైదరాబాద్‌లోనే ఈ తరహా కేసులు రెండింతలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. దేశంలో ఢిల్లీ, చెన్నై, కోల్‌కతా తర్వాత హైదరాబాద్ ఈ జాబితాలో నాలుగో స్థానంలో నిలిచింది. "కేవలం కొన్ని సెకన్ల పాటు లేజర్ కాంతి పైలట్ల కళ్లపై పడినా వారు తాత్కాలికంగా గుడ్డివారవుతారు. ఇది విమాన భద్రతకు తీవ్ర ముప్పు"



అని ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియన్ పైలట్స్ ప్రెసిడెంట్ కెప్టెన్ సి.ఎస్.రంధావా ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో శంషాబాద్ పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఎయిర్‌పోర్ట్ చుట్టుపక్కల ఉన్న ఫాంహౌస్‌లు, ఫంక్షన్ హాళ్లు, పెళ్లి వేడుకల్లో వాడే డీజే లైట్లు, హై-పవర్ లేజర్ బీమ్స్ విమానాల మార్గానికి అడ్డుగా వస్తున్నట్లు గుర్తించారు. ఎయిర్‌పోర్ట్ పరిసరాల్లోని నాలుగు ఫాంహౌస్‌లు, రెండు వెడ్డింగ్ హాళ్ల యజమానులకు పోలీసులు ఇప్పటికే తీవ్ర హెచ్చరికలతో కూడిన నోటీసులు జారీ చేశారు. విమానాల భద్రతకు భంగం కలిగించేలా లేజర్ లైట్లు వాడితే చట్టపరమైన కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు.

బీసీ బాలుర హాస్టల్లో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు.

మంచిర్యాల జిల్లా. : భీమారం మండల కేంద్రంలోని బీసీ బాలుర హాస్టల్‌లో కమ్యూనిటీ పోలీసింగ్ కార్యక్రమంలో భాగంగా భద్రతను మరింత పటిష్ఠం చేయడానికి 4 సీసీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేశారు . వీటిని భీమారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు చేకుర్తి సత్యనారాయణ రెడ్డి ఏర్పాటు చేయించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సై రాజేందర్ మాట్లాడుతూ ఇటీవల చోటుచేసుకుంటున్న సంఘటనలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, ముందస్తు జాగ్రత్త చర్యగా ఈ సీసీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. నేరాల నియంత్రణ, ప్రజల భద్రత మరియు ఆస్తుల రక్షణలో సీసీ కెమెరాలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని పేర్కొన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ నివాస గృహాలు, వ్యాపార సంస్థలు, దుకాణాలు మరియు ఇతర ముఖ్యమైన ప్రదేశాలలో సీసీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేసుకోవాలని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రజల సహకారంతో కమ్యూనిటీ పోలీసింగ్‌ను మరింత సమర్థవంతంగా అమలు చేసి, శాంతిభద్రతలను పరిరక్షించేందుకు పోలీసు శాఖ కట్టుబడి ఉందని ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం లో భీమారం మండల యువ నాయకులు కమ్మగోని సాయితేజ గౌడ్ మరియు కొత్తపోటు రంజిత్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు

ఘనంగా మంగళ్ పాండే జయంతి వేడుకలు

మందమర్రి, :బారత ప్రథమ స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు మంగళ్ పాండే జయంతి వేడుకలు రిటైర్డ్ ఆర్మీ జవాన్ రాజేష్ కుమార్ పివాహాల్ రాణి పివ్వాల్ ఘనంగానిర్వహించారు. ఆదివారం పట్టణం లోని తమ నివాసంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆయన చిత్ర పటానికి పూల మాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం కేకు కట్ చేసి పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఉత్తరప్రదేశ్ లోని బల్లియా జిల్లాలో జన్మించిన మంగళ్ పాండే 1857 సిపాయిల తిరుగుబాటుకు (మొదటి స్వాతంత్ర్య సంగ్రామం) ఆద్యుడిగా, బ్రిటిష్ పాలనపై తొలిసారిగా సాయుధ తిరుగుబాటు చేసిన యోధుడిగా ఆయన దేశ చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచారనీ ఆయన సేవలను కొనియాడారు. బ్రిటిష్ ఈస్టిండియా కంపెనీ సైన్యంలో (34వ బెంగాల్ స్థానిక పదాతిదళంలో) సైనికుడిగా పనిచేసిన ఆయన ఆవు, పంది కొవ్వుతో తయారు చేసినట్లు ఆరోపణలు ఉన్న 'ఎన్‌ఫీల్డ్' తూటాలను ఉపయోగించడానికి నిరాకరించి, మార్చి 29, 1857న బరాక్‌పూర్‌లో బ్రిటిష్ అధికారులపై ఆంగ్లేయ సైన్యంలో హవాల్దార్ గా పనిచేస్తున్న మాత దిన్ వాల్మీకి తో కలిసి తిరుగుబాటు జెండా ఎగురవేశారన్నారు. బ్రిటీష్ సైనికులు ఉపయోగించే తూటాలకు ఆవు, పందికొవ్వును పూస్తున్నారని ఆయనకు వివరించి తిరుగుబాటు చేసిన గొప్ప దేశభక్తులనీ అన్నారు. బ్రిటిష్ ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడ టానికి ఆయనను ప్రేరేపించి తిరుగుబాటు చేశారన్నారు. బ్రిటిష్ అధికారులపై ధిక్కారం కారణంగా మంగళ్ పాండే ను ఏప్రిల్ 8, 1857న బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం ఉరితీసిందన్నారు. విద్యార్థులకు స్వాతంత్ర సమరయోధుల పోరాట గాథలు వివరించేందుకే ఇలాంటి కార్యక్రమాలు చేపట్టి వారిలో దేశభక్తిని పెంపొందించే చర్యలు చేపడుతున్నట్లు వారు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ ప్రజలు కాలనీవాసులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజాసేవకు అర్థమే వేరులే!

'అడగనివాడు అవివేకి... ఏముంది, కాస్త సిగ్గు వదిలేసి లంచమడిగితే ఇల్లంతా బంగారమే. నీతి నిజాయతీలంటూ కూర్చుంటే విల్లాలూ ఎక్కడపడితే అక్కడ స్థలాలూ ఎలా సంపాదించుకోగలం? కాబట్టి జనం ఎంత ఛీత్కరించుకుంటున్నా మాకు డబ్బే సర్వస్వం' అనుకుంటూ అధికార యంత్రాంగంలో చాలామంది ఒక నిర్ణయానికి వచ్చేసినట్లున్నారు. అందువల్లే ధ్రువీకరణ పత్రాలు మొదలు ఇంటి అనుమతులు, భూ పట్టాలు, బదిలీలు, పదోన్నతులు, టెండర్లు, బిల్లుల మంజూరు... ఇలా అన్నిచోట్లా అవినీతి విశ్వరూపం దాలుస్తోంది. అందరికీ న్యాయం జరగాలన్న రాజ్యాంగ లక్ష్యాన్ని అది నీరుగార్చేస్తోంది. కడుపు నిండితే గారెలు చేదు అంటారు. కానీ, అవినీతి గ్రంథసాంగులకు మాత్రం ఎంత మేసినా ఆకలి తీరదు. సంతృప్తి ఉండదు. అందుకే, జాలీ దయా మంచీ మానవత్వం లాంటివేవీ లేకుండా కటిక పేదలను సైతం కాసుల కోసం కాల్చుకుతింటుంటారు. జాతి మూలుగను ఆబగా జుర్రేస్తుంటారు. ఇలాంటి మహానుభావుల్ని 'అవినీతి జలగలు, అనకొండలు, తిమింగిలాలు' అంటూ ఏదో శరీర ధర్మం కొద్దీ కడుపు నింపుకొనే ఆ జీవులతో పోల్చడం కచ్చితంగా వాటిని అవమానించడమే అవుతుంది! హైదరాబాద్ మెట్రోపాలిటన్ డెవలెప్‌మెంట్ అథారిటీ(హెచ్ఎండీఏ) చీఫ్ ఇంజినీర్ ఒకరి ఇంటితో పాటు పలు చోట్ల ఏసీబీ అధికారులు తాజాగా తనిఖీచేస్తే బహిరంగ మార్కెట్లో రూ.100 కోట్ల విలువైన ఆస్తులు బయటపడ్డాయి. ఆయన పేరిట ఉన్న లాకర్‌ను తెరిస్తే కిలోకు పైగా బంగారు ఆభరణాలు దొరికాయి. నాలుగు రెసిడెన్షియల్ ఫ్లాట్లు, అయిదు ప్లాట్లు, నాలుగెకరాల సాగుభూమి.. ఇలా ఆస్తుల చిట్టా పెద్దదే! సైబరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలో ఓ ఇంజినీరు.. ఇతర అధికారులతో కుమ్మక్కయ్యి తన తండ్రిపేరుతో దొంగ ఏజెన్సీ సృష్టించి అభివృద్ధి పనుల పేరిట రెండేళ్లలో దాదాపు మూడు కోట్ల రూపాయలు బొక్కేశాడు. ఒక వ్యక్తి నుంచి నాలుగు లక్షల రూపాయల లంచం తీసుకుంటూ హైదరాబాద్‌లోని అబిడ్స్ సైబర్ క్రైమ్ పోలీస్‌స్టేషన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ అవినీతి నిరోధక శాఖ అధికారులకు చిక్కాడు. కాకినాడ కలెక్టరేట్‌లో సీనియర్ అసిస్టెంట్ ఇంట్లో సోదాలు చేస్తే రూ.ఎనిమిది కోట్ల విలువైన ఆస్తులు వెలుగు చూశాయి. ఏపీలోనే మొన్న ఫిబ్రవరిలో పంచాయతీరాజ్ విశ్రాంత ఎస్ఈ ఇల్లు, ఇతర ప్రదేశాల్లో తనిఖీలు జరిపితే కేజీల కొద్దీ బంగారం, వెండి, నోట్లకట్టలు బయటపడ్డాయి. లంచాలూ కమీషన్ల వసూలులో బరితెగించిన ఇద్దరు ఐఏఎస్ అధికారులను బిహార్ ప్రభుత్వం కిందటి నెలలో సస్పెండ్ చేసింది. జనాన్ని, ప్రజాధనాన్ని అడ్డగోలుగా లూటీ చేస్తున్న ఇలాంటి ప్రబుద్ధ అధికారగణాల నుంచి సమాజాన్ని రక్షించేదెవరు? అవినీతి మేతలో ఎంత ముదిరిపోయినా, స్వాహారాయుళ్ల కష్టాలూ వారికి ఉంటాయి అంటారా! నిజమే... ప్రజలను పీడించి పోగేసిన ఆస్తుల రక్షణకు నమ్మకమైన బినామీలను వెతకాలి. అక్రమ సంపాదన ఫలాలను దర్జాగా అనుభవించడంకోసం ఆ బినామీలు ప్లేటు ఫిరాయించకుండా చూసుకోవాలి. ఇదంతా ఎంత శ్రమ! తెలంగాణలో ఇటీవల ఏసీబీకి పట్టుబడిన పోలీస్ కంప్యూటర్ సర్వీసెస్ డీఎస్పీది ఇలాంటి వాటిలో అందెవేసినచేయి. బహిరంగ మార్కెట్లో ఏకంగా రూ.200 కోట్ల విలువైన అక్రమాస్తులు వెనకేసి ఇప్పటిదాకా ఏసీబీకి చిక్కిన పోలీసుల్లో అత్యంత అవినీతిపరుడిగా ఆయన ఖ్యాతికెక్కాడు. ఇటీవలే తెలంగాణలోనే పట్టుబడిన ఓ సర్వే, భూ రికార్డుల ఉపసంచాలకుడిది మరోచరిత్ర! ఆయన ఇంట్లో మూలనున్న కబోర్డ్‌లో చూస్తే అయిదు సంచుల్లో కోటిన్నర రూపాయలకు పైగా నోట్ల కట్టలు దర్శనమిచ్చాయి. తనిఖీల్లో ఒకే సమయంలో ఇంత మొత్తం దొరకడం ఇదే ప్రథమం. ఆ తరవాత ఆయనగారి సతీమణి పేరిట ఉన్న లాకర్లను పరిశీలిస్తే మరో కోటిన్నర రూపాయల నగదు, రెండు కేజీల బంగారం బయటపడింది. ఏదో అవసరానికి పనికొస్తాయని పాత దుస్తుల్ని మూటకట్టి అటకమీద పెట్టినట్టుగా, ఎక్కడపడితే అక్కడ డబ్బు దాచాడంటే ఆ అధికారి ఎంత విచ్చలవిడిగా చెలరేగిపోయి ఉంటాడు! ఇంతగా కట్టుతప్పుతున్న వ్యక్తులను వ్యవస్థలెందుకు ఏళ్లపాటు చూస్తూ ఊరుకుంటున్నాయి? చాలామంది అధికారులకు ప్రజాసేవ అంటే– వారు ప్రజలకు చేసేది కాదు. ప్రజలే వారిని సేవించుకోవాలి. ఉద్యోగం సంపాదించినందుకు జీతాలు తీసుకుంటున్నాం, పని చేయాలంటే చెయ్యి తడవాల్సిందే అని సర్వీసులో చేరిన మొదటి రోజు నుంచే భీష్మిస్తున్నవారు నానాటికీ పెరుగుతున్నారు. ఈ క్రమంలో ఈ ఏడాదిలో మొదటి ఆరు నెలల్లోనే అలాంటి వారిపై తెలంగాణ ఏసీబీ 126 కేసులు నమోదు చేసింది. ఏపీ ఏసీబీ నిరుడు 115 అవినీతి కేసులు కట్టింది. ఇలా వార్తల్లోకి వస్తున్నవారిలో ఎందరికి శిక్షలు పడుతున్నాయని తలచుకుంటే ఆవేదనే మిగులుతుంది. తెలంగాణలో రెవెన్యూశాఖకు సంబంధించి పెండింగ్‌లో ఉన్న మొత్తం 323 ఏసీబీ కేసుల్లో 2021 చివరి నాటికి ఒకటిన్నర శాతమే తెమిలాయి. ఏపీలో ఇలాంటివి కొలిక్కి రావడానికి పది నుంచి పన్నెండేళ్లు పడుతోందని ఉన్నతాధికార గణమే చెబుతోంది. తమపై నమోదైన కేసుల్లో న్యాయ విచారణకు అనుమతి రాకుండా కొందరు అధికారులు పైస్థాయిలో చక్రం తిప్పుతున్నారు. బెయిల్‌పై బైటికొచ్చాక దర్జాగా ఉద్యోగం చేస్తూ పదోన్నతులూ పొందుతున్నారు. నేతలూ అధికారగణాల మధ్య పెనవేసుకుపోయిన అనైతిక బంధం మూలంగానే పరిస్థితి ఇలా అఘోరిస్తోంది. అసలు, రాజకీయ అవినీతే అన్నిరకాల భ్రష్టాచారాలకు తల్లివేరు అవుతోంది. దానివల్లే నాసిరకం రోడ్లు, ప్రాజెక్టులు, వంతెనలు పుట్టుకొచ్చి దేశ ప్రగతి దీపం కొండెక్కిపోతోంది. అవినీతి విజృంభణ వల్ల దేశ జీడీపీకి ఏటా రెండు శాతం దాకా నష్టం వాటిల్లుతోంది. పాలన వ్యవస్థపై ప్రజల్లో నమ్మకం సన్నగిల్లి చట్టాలపై గౌరవం పోతోంది. ఈ దుస్థితి తప్పిపోయి పౌరసేవల్లో నాణ్యత పెరగాలంటే– సుప్రీంకోర్టు సూచించినట్లు ప్రభుత్వ ఉద్యోగి అవినీతిని రాజ్యానికి, సమాజానికి వ్యతిరేకంగా చేసిన నేరంగా పరిగణించాలి. అలాంటి నేరగాళ్లకు వీలైనంత త్వరగా కఠిన శిక్షలు పడేలా చూడాలి. కానీ, నల్లధనమే ఇంధనంగా ధూర్త రాజకీయ రథాలను దౌడుతీయిస్తూ, అధికారులతో కలిసి నీకిది.. నాకిది అంటూ జాతివనరులను పంచుకుతినే నాయకులు ఉన్న పవిత్ర భారతంలో అవినీతి రాకాసిని నిజంగా భూస్థాపితం చేసేదెవరు?

ఆసిఫాబాద్ జిల్లాలో ఎన్‌హెచ్‌ఆర్‌సీ గిరిజన సంక్షేమ పర్యటన

ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ మానిటరింగ్ అధికారి ఆర్.హేమంత్ కుమార్

ఆసిఫాబాద్ : కుమురం భీమ్ ఆసిఫాబాద్ జిల్లాలో జాతీయ మానవ హక్కుల కమిషన్ (ఎన్‌హెచ్ఆర్‌సీ) ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ మానిటరింగ్ అధికారి ఆర్. హేమంత్ కుమార్ జిల్లాలో పలు గ్రామాలు, పాఠశాలలు సందర్శించి గిరిజన సంక్షేమం, విద్య, అటవీ హక్కులపై సమీక్ష నిర్వహించారు. కాగజ్‌నగర్‌లోని ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో విద్యార్థులతో సంభాషించి, వారి చదువు, భవిష్యత్ లక్ష్యాలు, క్రమశిక్షణపై ప్రశ్నలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. విద్యనే ఆయుధంగా చేసుకొని ఉన్నత లక్ష్యాలతో ముందుకు సాగాలని విద్యార్థులకు సూచించారు.ఆసిఫాబాద్ మండలం రూటసంకెపల్లిలో కొమురం భీమ్, ఎడ్ల కొండూ విగ్రహాలకు నివాళులర్పించి, గ్రామస్తులతో సమావేశమై అభివృద్ధి, సంక్షేమ పథకాలు, తాగునీరు, ఆరోగ్యం, ఉపాధి సమస్యలపై చర్చించారు. మెంగుబాయి గూడాలో గ్రామసభ నిర్వహించి ఆర్ఓఎఫ్ఆర్ (అటవీ హక్కుల) సమస్యలపై గ్రామస్తులతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. అర్హులైన ప్రతి గిరిజన కుటుంబానికి చట్టబద్ధమైన హక్కులు అందించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు.జిల్లా కేంద్రంలోని గిరిజన మోడల్ స్పోర్ట్స్ పాఠశాల బాలికలతో సమావేశమై, విద్యార్థులు క్రీడల్లో సాధించిన పతకాలు, కప్పులను పరిశీలించి అభినందించారు. విద్య, ఆరోగ్యం, చట్టబద్ధ హక్కుల పరిరక్షణ గిరిజన ప్రాంతాల అభివృద్ధికి కీలకమని ఆర్. హేమంత్ కుమార్ స్పష్టం చేశారు. పిల్లలను ఉన్నత విద్యావంతులుగా తీర్చిదిద్దాలని, ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, సమస్యలు ఎదురైతే భయపడకుండా అధికారులకు ధైర్యంగా తెలియజేయాలని గ్రామస్తులకు సూచించారు. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో అధికారులు బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని ఆదేశించారు. ఈ పర్యటనలో ఐటీడీఏ ఉట్నూర్ ఏపీఓ వసంత్ రావు, డీటీడీఓ జాదవ్ అంబాజీ, ఏసీఏఎంఓ పూర్కా ఉద్ధవ్, జీసీడీఓ కొట్నాక్ శకుంతల, ఏటీడీఓలు చిరంజీవి, భాస్కర్, ఎస్‌సీఆర్‌పీలు రాథోడ్ రవీందర్, కూడ్మేత అనంత్, జిల్లా క్రీడాల అధికారి మడావి శేఖు, పీడీ బండ మీనారెడ్డి, ఆసిఫాబాద్ ఎంఆర్ఓ, ఎస్‌డీసీ గంగాధర్, ఉట్నూర్ అటవీ శాఖ అధికారులు, రెవెన్యూ శాఖ అధికారులు, పోలీసు సిబ్బంది, ఎంపీడీఓ కార్యాలయ సిబ్బంది, స్థానిక సర్పంచ్ ఆత్రం కొండూ, మాజీ సర్పంచ్ కిష్టయ్య, గ్రామ పెద్దలు, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా పూలజీ బాబా సంస్థాన్ గురుపౌర్ణమి వేడుకల ఏర్పాట్ల సమీక్ష

28న జెండా ఆవిష్కరణ, భజన కార్యక్రమాలు
29న అత్యంత వైభవంగా గురుపౌర్ణమి మహోత్సవం
భక్తులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ఏర్పాట్లు చేయాలిలి
సంస్థాన్ అధ్యక్షులు ఇంగిలే కేశవ్‌రావు

జైనూర్,: కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా జైనూర్ మండలం పట్నపూర్ గ్రామంలోని ప్రసిద్ధ సిద్ధమహాయోగా పీఠం, శ్రీ పరమహంస సద్గురు పూలజీ బాబా సంస్థాన్ ఆధ్వర్యంలో రాబోయే గురుపౌర్ణమి మహోత్సవాల నిర్వహణపై ఒక కీలక సమీక్షా సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. సంస్థాన్ అధ్యక్షులు ఇంగిలే కేశవ్‌రావు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సమావేశంలో ఉత్సవాల ఏర్పాట్లు, భక్తులకు కల్పించాల్సిన వసతులపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా సంస్థాన్ అధ్యక్షులు ఇంగిలే కేశవ్‌రావు మాట్లాడుతూ.. సద్గురు పూలజీ బాబా చూపిన ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ప్రతి ఒక్కరూ నడుస్తూ, ఈ గురుపౌర్ణమి మహోత్సవాలను అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఉత్సవాలకు వివిధ ప్రాంతాల నుండి పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చే భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా అన్ని ధ్యాన కేంద్రాల కమిటీల అధ్యక్షులు, కార్యదర్శులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆయన దిశానిర్దేశం చేశారు.

మూడు రోజుల పాటు ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు:

ఈ వేడుకల్లో భాగంగా ఈ నెల 28వ తేదీన సంస్థాన్ ప్రాంగణంలో అధికారికంగా జెండా ఆవిష్కరణ, అనంతరం రాత్రి పూట భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రత్యేక భజన కార్యక్రమాలను నిర్వహించనున్నారు. అనంతరం 29వ తేదీన గురుపౌర్ణమి పురస్కరించుకుని ప్రధాన వేడుకలు, గురుపూజలు అత్యంత వైభవంగా జరగనున్నట్లు కమిటీ ప్రతినిధులు వెల్లడించారు.

విస్తృత ఏర్పాట్లు..

సమావేశంలో ముఖ్యంగా భక్తుల కొరకు తాగునీటి సదుపాయం, నిరంతర అన్నదాన వితరణ, మరియు వివిధ ప్రాంతాల నుండి వచ్చే వాహనాల నిలుపుదల (పార్కింగ్) కొరకు ప్రత్యేక స్థలాల కేటాయింపు వంటి అంశాలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించి ప్రణాళికలు సిద్ధం చేశారు. ఈ సమక్షా సమావేశంలో గంగారాం, ఆనందరావు, లాల్ షావ్ దంబి, గ్రామ పటేల్ గంగాధర్, ఆంధ్ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు ముఖడే విష్ణు, భాగవంత్ రావు, దాదా రావు మగడేతో పాటు వివిధ ధ్యాన కేంద్రాల ప్రతినిధులు, భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ప్రజల డబ్బుతో పెంచిన చెట్లను నేలమట్టం చేయడం విడ్డురం.

మంచిర్యాల జిల్లా. : ప్రజల పన్నుల సొమ్ముతో గత ప్రభుత్వం సుమారు ₹25 లక్షల వ్యయంతో 10 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో బృహత్ ప్రకృతి వనాన్ని, మరో ₹34 లక్షలతో క్రీడా ప్రాంగణాన్ని ఏర్పాటు చేసింది. అయితే ప్రస్తుత గ్రామ పంచాయతీ పాలకులు సుమారు ₹ లక్షల వరకు గ్రామ పంచాయతీ నిధులు ఖర్చు చేసి, ఇప్పటికే ఉన్న నిర్మాణాలను తొలగించడం అత్యంత దురదృష్టకరం అని భీమారం మండలం టిఆర్ఎస్ మాజీ మండల అధ్యక్షుడు కలగూర రాజకుమార్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 10 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉన్న ప్రకృతి వనాన్ని యథాతథంగా ఉంచి, అవసరమైతే మిగిలిన ఖాళీ భూమిని క్రీడా ప్రాంగణ అభివృద్ధికి వినియోగించే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, అందుకు విరుద్ధంగా ప్రకృతి వనంలోని కొంత భాగాన్ని, గతంలో అభివృద్ధి చేసిన క్రీడా ప్రాంగణ స్థలాన్ని కలిపి వినియోగించడం వల్ల ప్రజల సొమ్ముతో చేసిన అభివృద్ధి వృథా అయింది. అంతేకాకుండా వనంలోని అనేక చెట్లను తొలగించడం పర్యావరణానికి కూడా తీవ్ర నష్టం కలిగించింది. ఇంకా ఆశ్చర్యకరమైన విషయం ఏమిటంటేడ గ్రౌండ్ కోసం చదును చేయాల్సిన మిగిలిన భూమిని అభివృద్ధి చేయకుండా అలాగే వదిలివేయడం. దీంతో ప్రజల డబ్బు ఖర్చు చేసినా ప్రయోజనం లేకుండా పోయింది. ఇది అభివృద్ధి కాదుడ ప్రజల ఆస్తుల నిర్వహణలో వైఫల్యం.అని అన్నాడు. ప్రభుత్వాలు, పాలకులు మారవచ్చు. కానీ ప్రజల ఆస్తులు రాజకీయ కక్షలకు బలి కావడానికి కాదు. గతంలో నిర్మించిన ప్రజా ఆస్తులను కాపాడుతూ మరింత అభివృద్ధి చేయాల్సిన బాధ్యత పాలకులపై ఉంటుంది. వాటిని తొలగించి మళ్లీ ప్రజల డబ్బుతో పనులు చేయడం ప్రజలపై అదనపు భారం మోపినట్టే. ప్రజల డబ్బుతో నిర్మించిన ఆస్తులనే తొలగించే పనికి శ్రీకారం చుట్టారు. ఇదేనా అభివృద్ధిడ? లేక ప్రజల సొమ్మును మళ్లీ మళ్లీ ఖర్చు పెట్టించే రాజకీయమా 10 ఎకరాల ప్రకృతి వనం కు పోను గ్రౌండ్‌కు అవసరం అయ్యే స్థలం పుష్కలంగా ఉన్నా, ఇప్పటికే అభివృద్ధి చేసిన ప్రాంతాన్నే ఎందుకు ధ్వంసం చేశారు? వందలాది చెట్లను ఎందుకు తొలగించారు? గ్రౌండ్ కోసం చదును చేయాల్సిన మిగిలిన భూమిని ఎందుకు అలాగే వదిలేశారు? ఈ ప్రశ్నలకు ప్రజలకు సమాధానం చెప్పాల్సిన బాధ్యత పాలకులపై ఉంది అని ప్రశ్నించాడు. ఒకవైపు 'హరిత తెలంగాణ' అని మాటలుడ మరోవైపు ప్రజల డబ్బుతో పెంచిన పచ్చదనాన్ని నేలమట్టం చేయడం. ఒకవైపు క్రీడలను ప్రోత్సహిస్తామని ప్రకటనలుడ మరోవైపు ఇప్పటికే ఉన్న క్రీడా వసతులను తొలగించడం. ఇదేనా పరిపాలన? అభివృద్ధి అంటే కూల్చడం కాదుడ కాపాడుతూ ముందుకు తీసుకెళ్లడం. గత ప్రభుత్వం నిర్మించిందనే కారణంతో ప్రజా ఆస్తులపై కక్ష సాధింపు రాజకీయాలు చేస్తే, చివరకు నష్టపోయేది ప్రజలే. ప్రజల సొమ్ము ఎవరి జాగీరు కాదుడ అధికారంలో ఉన్నామనే అహంకారంతో ప్రజా ఆస్తులను ఇష్టానుసారంగా మార్చే హక్కు ఎవరికీ లేదు. ఈ వ్యవహారంపై జిల్లా అధికారులు వెంటనే సమగ్ర విచారణ జరిపి, ప్రజా ధనం వృథా కావడానికి కారణమైన వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలి అని డిమాండ్ చేశారు.

సర్ ప్రక్రియలో కాంగ్రెస్ శ్రేణులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఆరెపల్లి మోహన్, ఆత్రం సుగుణక్క

ఆసిఫాబాద్ : ఆసిఫాబాద్ పట్టణంలోని రోజ్ గార్డెన్‌లో ఆదివారం జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణ ప్రక్రియపై జిల్లా స్థాయి సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి పార్లమెంట్ అబ్జర్వర్, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆరెపల్లి మోహన్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా ఆరెపల్లి మోహన్ మాట్లాడుతూ, ప్రతి అర్హుడైన ఓటరికి ఓటు హక్కు దక్కేలా చూడటం ప్రజాస్వామ్యాన్ని పరిరక్షించే బాధ్యత అని అన్నారు.సర్ ప్రక్రియలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, బీఎల్‌ఏలు, అబ్జర్వర్లు, మండల కోఆర్డినేటర్లు ప్రతి గ్రామం, ప్రతి బూత్‌లో అప్రమత్తంగా పనిచేయాలని సూచించారు. అర్హులైన ఓటర్ల పేర్లు తొలగించకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, ఎక్కడైనా ప్రజలకు ఇబ్బందులు ఎదురైతే వెంటనే పార్టీ దృష్టికి తీసుకురావాలని అన్నారు. రాజ్యాంగం కల్పించిన ఓటు హక్కును కాపాడడం ప్రతి కాంగ్రెస్ కార్యకర్త బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. అనంతరం డీసీసీ అధ్యక్షురాలు ఆత్రం సుగుణక్క మాట్లాడుతూ, సర్ పేరుతో అర్హులైన ఓటర్ల హక్కులకు భంగం కలిగించే ఏ ప్రయత్నాన్నైనా కాంగ్రెస్ పార్టీ తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తుందని అన్నారు.కేంద్రంలోని బీజేపీ ప్రభుత్వం ప్రజాస్వామ్య విలువలను దెబ్బతీసే విధంగా వ్యవహరిస్తోందని విమర్శించారు. ప్రజల తీర్పును ఎదుర్కొనే ధైర్యం లేక ఓటర్ల జాబితాలపై అనుమానాలు సృష్టించే రాజకీయాలకు పాల్పడుతోందని ఆరోపించారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పార్టీ నాయకులకు జిల్లాలను విడిచి హైదరాబాద్‌కు రావద్దని,సర్ ప్రక్రియ పూర్తయ్యే వరకు ప్రజల మధ్యే ఉండి ప్రతి అర్హుడైన ఓటరికి న్యాయం జరిగేలా పనిచేయాలని ఆదేశించారని తెలిపారు. ఆ ఆదేశాలకు అనుగుణంగా తాను కూడా జిల్లాలోనే ఉండి ప్రతిరోజూ సర్ ప్రక్రియను పర్యవేక్షిస్తున్నానని చెప్పారు.ప్రతి కాంగ్రెస్ నాయకుడు, ప్రజాప్రతినిధి, బీఎల్‌ఏ, అబ్జర్వర్, మండల కోఆర్డినేటర్ సమన్వయంతో పనిచేసి ఓటర్ల హక్కులను పరిరక్షించాలని,సర్ ప్రక్రియను విజయవంతం చేయాలని సుగుణక్క పిలుపునిచ్చారు.ఎస్ ఐ ఆర్ ప్రక్రియ విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన బిఎల్‌ఏలకు రాహుల్ గాంధీని కలిపిస్తానని సుగుణక్క పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో ఆసిఫాబాద్ నియోజకవర్గం ఇంచార్జి అజ్మీరా శ్యామ్ నాయక్, మాజీ మ్మెల్యేఏ ఆత్రం సక్కు,ఆసిఫాబాద్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ మంగ, జైనూర్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కూడ్మేత విశ్వనాథ్,ఆసిఫాబాద్ మున్సిపాలిటీ ఫోర్ లీడర్ అబ్దుల్ మాజీ జడ్పీ చైర్పర్సన్ సిడం గణపతి, జిల్లా డీసీసీ కార్యవర్గం సభ్యులు.. మల్లేష్, తారీక్, శోభన్ విజయ్, ముఖిద్,. నాయకులు బాలేష్ గౌడు, మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్లు, వార్డ్ కౌన్సిలర్స్, సర్పంచ్లు సార్ మండలం ఆబ్జెర్వర్స్, సూపర్వైజర్స్, బి ల్ ఏ , మరియు నాయకులు కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అనుబంధ సంఘాల ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎండలో ఉన్నా విటమిన్ D లోపమా?

ఏం చేస్తే ఈ సమస్య తగ్గుతుంది?

మనదేశంలో దాదాపు ఏడాదంతా ఎండకాస్తూనే ఉంటుంది. అయినా, చాలామంది విటమిన్ డి లోపం సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతుంటారు. మనదేశంలో సుమారు 77 శాతం మంది విటమిన్ డి లోపం గలవారేనని నివేదికల అంచనా. అందుకే దీనిపై అవగాహన కల్పించే ఉద్దేశంతో ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ ఇటీవలే జూన్ 21ని 'విటమిన్ డి డే ఆఫ్ ఇండియా'గా ప్రకటించింది. పగటి సమయం అతి ఎక్కువగా ఉండే రోజు కావటంతో ఈ రోజును ఎంచుకుంది. అయితే, పగటికీ విటమిన్ డికి మధ్య సంబంధమేంటని ఆలోచిస్తున్నారా? చర్మానికి సూర్యరశ్మి తగిలినప్పుడు మన శరీరమే విటమిన్ డిని తయారు చేసుకుంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ క్రమంలో విటమిన్ డి లోపానికి కారణాలు, ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!

విటమిన్ 'ఞ' ఎందుకు అవసరం :

ఎముకలు బలంగా ఉండటం, కండరాల ఆరోగ్యం, రోగనిరోధక వ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేయటం వంటి రకరకాల పనుల్లో విటమిన్ డి కీలక పాత్ర పోషిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. శరీరం క్యాల్షియాన్ని సమర్థంగా గ్రహించుకోవటానికి తోడ్పడుతుందని చెబుతున్నారు. ఇలా ఎముకలు గుల్లబారటం, కింద పడటం వంటి ముప్పులనూ తగ్గిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు. ఈ క్రమంలో విటమిన్ డి మోతాదులు సరిగా ఉండేలా చూసుకుంటే మొత్తంగా జీవక్రియ, రోగనిరోధక శక్తి పుంజుకుంటుందని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఆరోగ్యకరమైన రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నిర్వహించడానికి కీలకమైన ఇన్సులిన్ సున్నితత్వాన్ని మెరుగుపరచడంలో విటమిన్ డి పాత్ర పోషిస్తుందని ప్రచురించింది.

విటమిన్ 'ఞ' లోపంతో ఆరోగ్య సమస్యలు :

విటమిన్ డి లోపిస్తే విడవని నిస్సత్తువ, కండరాల బలహీనత లేదా నొప్పి, ఎముక నొప్పి, తరచూ ఇన్?ఫెక్షన్లు, రోగనిరోధక శక్తి క్షీణించటం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. కొంతమందిలో దిగులు, నిరాశ, ఆందోళన వంటివి తలెత్తొచ్చని చెబుతున్నారు. అయితే, దీని లోపం మరి ఎక్కువయ్యేంత వరకూ చాలామందిలో స్పష్టమైన లక్షణాలేవీ కనిపించవట. అందుకే, దీన్ని నిశ్శబ్ద సమస్యగా పేర్కొంటున్నారు.

కారణాలు :

మన దేశంలో ఎండ ఎక్కువే అయినా విటమిన్ డి లోపం తలెత్తడానికి రకరకాల అంశాలు దోహదం చేస్తున్నాయంటున్నారు నిపుణులు. చాలా మంది చదువులు, ఉద్యోగులు, చర్మ సంరక్షణ పేరుతో రోజులో ఎక్కువ సేపు నీడ పట్టునే ఉంటున్నారట. ఆరు బయటకు వెళ్లటం తక్కువ లేదా బయటకు వెళ్లినా చర్మం మీద ఎండ పడకుండా జాగ్రత్త తీసుకుంటారని చెబుతున్నారు. వీటికి నగరాల్లో గాలి కాలుష్యమూ తోడవుతోందట. ఇది విటమిన్ డి ఉత్పత్తికి అవసరమైన అతినీలలోహిత బి కిరణాలను అడ్డుకుంటుందని పేర్కొంటున్నారు. మనలో విటమిన్ డి బైండింగ్ ప్రొటీన్ కూడా తక్కువని తెలియజేస్తున్నారు. కాబట్టి, విటమిన్ డి విషయంలో అవగాహన కలిగి ఉండటం ఎంతైనా అవసరమంటున్నారు.

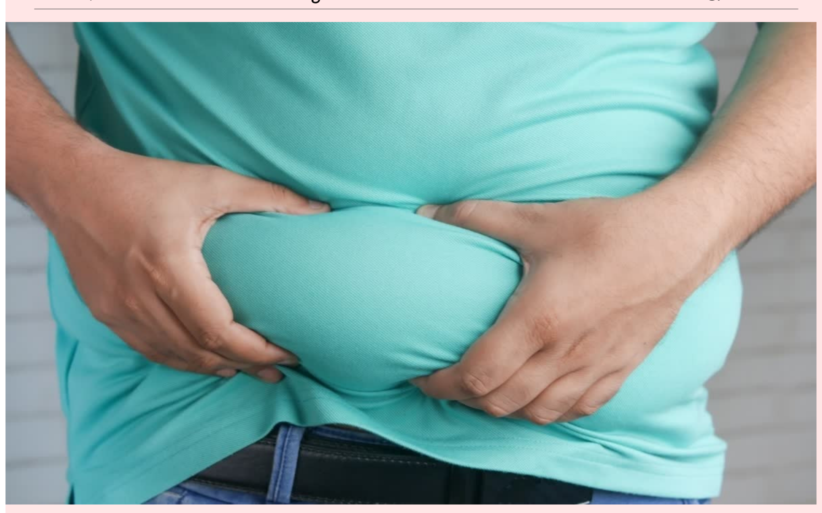
తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు :

ఉదయం 10 నుంచి మధ్యాహ్నం 2 గంటల మధ్య రోజూ కనీసం 15-30 నిమిషాలు చర్మానికి ఎండ తగిలేలా చూసుకోవాలని పేర్కొంది. దీంతో శరీరమే సహజంగా విటమిన్ డిని తయారు చేసుకుంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే ఎంతసేపు ఎండ తగలాలనేది వ్యక్తుల చర్మం తీరు, వయసు, నివసించే ప్రాంతం, జీవనశైలి వంటి వాటిమీద ఆధారపడి ఉంటుందని పేర్కొంటున్నారు. సాల్మన్, ట్యూనా, మాకేరెల్ వంటి కొవ్వు చేపలు విటమిన్ డి కి చాలా మంచి వనరులు అని పేర్కొంది. అలాగే, గుడ్డు పచ్చసొన, ఎండ సోకిన పుట్టగొడుగులతో కొంత విటమిన్ డి లభిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇప్పుడు విటమిన్ డి కలిపిన పాలు కూడా మార్కెట్లో అందుబాటులో ఉంటున్నాయట. విటమిన్ డి లోపం లక్షణాలు స్పష్టంగా కనిపించవు కాబట్టి, తరచూ రక్త పరీక్ష చేయికోవాలంటున్నారు నిపుణులు. అవసరమైతే డాక్టర్ సలహా మేరకు విటమిన్ డి సప్లిమెంట్ తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. ఇక్కడ మీకు అందించిన ఆరోగ్య సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. శాస్త్ర పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, వైద్య, ఆరోగ్య నిపుణుల సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలు తీసుకోవడమే మంచిది. రోజువారీ డైట్‌లో 'యోగర్ట్' - ఈ ఉపయోగాలు తెలిస్తే అస్సలు వదలరు

అధిక బరువుతో 19 రకాల క్యాన్సర్ల ముప్పు

తాజా పరిశోధనలో వెల్లడి!

15 లక్షల కేసులను విశ్లేషించిన అధ్యయనం – లుకేమియా, గ్లియోమాతోనూ లింక్ ఉన్నట్లు వెల్లడి!



ఆధునిక జీవనశైలి, ఆహార అలవాట్లు, వేళాపాళా లేని నిద్రాహారాలు, కాలు కదపని కొలువులు, నిత్యం ఒత్తిడి వల్ల ఈ తరం ఒబెసిటీ బారిన పడుతోంది. పెద్ద, చిన్న అనే తేడా లేకుండా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఇదో ఎడతెగని సమస్యలా మారింది. మన దేశంలో ప్రతి నలుగురిలో ఒకరు అధిక బరువుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారట. ఈ క్రమంలో ఒకప్పుడు ఒబెసిటీ అంటే గుండె జబ్బులు, షుగర్ సమస్యలే గుర్తుకొచ్చేవి. కానీ, ఇప్పుడు ఆ జాబితాలో క్యాన్సర్ కూడా చేరుతోంది. తాజాగా వెలువడిన ఓ అధ్యయనం ఈ ఆందోళనకర విషయాన్ని బయటపెట్టింది. శరీర బరువు ఎక్కువగా ఉంటే 19 రకాల క్యాన్సర్ల ముప్పు పెరిగే అవకాశం ఉందని వెల్లడైంది. మరి, అదెంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!

బరువు పెరగడం ప్రధానంగా డయాబెటిస్, అధిక రక్తపోటుకు దారితీస్తుంది. (బాడీ మాస్ ఇండెక్స్) పెరగడం వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం గణనీయంగా పెరుగుతుందని ఇటీవలి అంతర్జాతీయ అధ్యయనం వెల్లడించింది. సుమారు 15 లక్షల క్యాన్సర్ కేసుల నుంచి సేకరించిన సమాచారం ఆధారంగా విశ్లేషించారు. ఈ అధ్యయనాన్ని జర్నల్ నేచర్ మెటబాలిజంలో ప్రచురించారు. ఇందులో దీవీ× పెరిగే కొద్దీ కొన్ని క్యాన్సర్ల ప్రమాదం కూడా పెరుగుతున్నట్లు పేర్కొంది.

అంటే ఏమిటీ? :

బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ అనేది ఒక వ్యక్తి తన ఎత్తుకు తగ్గ బరువు ఉన్నాడో? లేదో? అని తెలుసుకోవడానికి ఉపయోగించే అత్యంత సులభమైన కొలమానం. దీని ద్వారా శరీరం సాధారణ బరువుతో ఉందా, తక్కువ బరువు ఉందా లేదా ఊబకాయంతో ఉందా అనేది వర్గీకరిస్తారు.

ఏ క్యాన్సర్ల ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది? :

గర్భాశయ లోపలి పొరలో వచ్చే ఎండోమెట్రియల్ క్యాన్సర్, ఆహారనాళంలో వచ్చే ఈసోఫేజియల్ అడెనో కార్సినోమా క్యాన్సర్లతో బరువుకు సంబంధం ఉన్నట్లు తాజా పరిశోధనలో తేలింది. దీవీ×లో ప్రతి 5 యూనిట్ల పెరుగుదలతో ఎండోమెట్రియల్ క్యాన్సర్ ప్రమాదం 58 శాతం, ఈసోఫేజియల్ అడెనో కార్సినోమా ప్రమాదం 47 శాతం పెరుగుతున్నట్లు పేర్కొంది. లుకేమియా, నాన్- హాడ్జ్కిన్ లింఫోమా, మూత్రశయ క్యాన్సర్, మెదడులో వచ్చే గ్లియోమా ట్యూమర్ల ముప్పు కూడా అధిక దీవీ×తో పెరిగే అవకాశం ఉందట. శరీరంలో అధిక కొవ్వు పేరుకుపోవడం వల్ల అవయవాలలో దీర్ఘకాలిక వాపు వస్తుంది. కాలక్రమేణా, ఈ వాపు ఆరోగ్యకరమైన కణాలను దెబ్బతీస్తుంది. ఊబకాయం శరీరంలోని ఇన్సులిన్, ఈస్ట్రోజెన్ వంటి హార్మోన్ల సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుంది. తద్వారా కణాల అసాధారణ పెరుగుదలకు దారితీసే అవకాశం ఉంటుంది. అదే క్యాన్సర్?కు కారణమవుతుంది. అధిక కొవ్వు శరీర జీవక్రియను ప్రభావితం చేస్తుంది. కొన్ని అవయవాల పరిమాణం, పనితీరులో మార్పులు రావొచ్చు. దీంతో క్యాన్సర్?కు దారితీసే కణాల సంఖ్య కూడా పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది.

అయితే, అన్ని రకాల క్యాన్సర్ల విషయంలో ఒకే విధమైన ఫలితం రాలేదట. మెనోపాజ్?కు ముందు వచ్చే కొన్ని రొమ్ము క్యాన్సర్ల ప్రమాదం అధిక ఉన్న మహిళల్లో కొంత తక్కువగా కనిపించిందని తాజా అధ్యయనంలో వెల్లడైంది. కానీ, దీన్ని బరువు ఎక్కువగా ఉండటం మంచిదనే అర్థంలో తీసుకోవద్దని పరిశోధకులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

జీవనశైలిలో మార్పులు :

ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఒబేసిటీ వేగంగా పెరుగుతున్న సమయంలో ఈ అధ్యయనం ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. సమతులాహారం, శారీరక శ్రమ, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం,

బీసీలపై పెరుగుతున్న దాడులు, సామాజిక వివక్షకు వ్యతిరేకంగా మన ఆలోచన సాధన సమితి సమరశంఖం

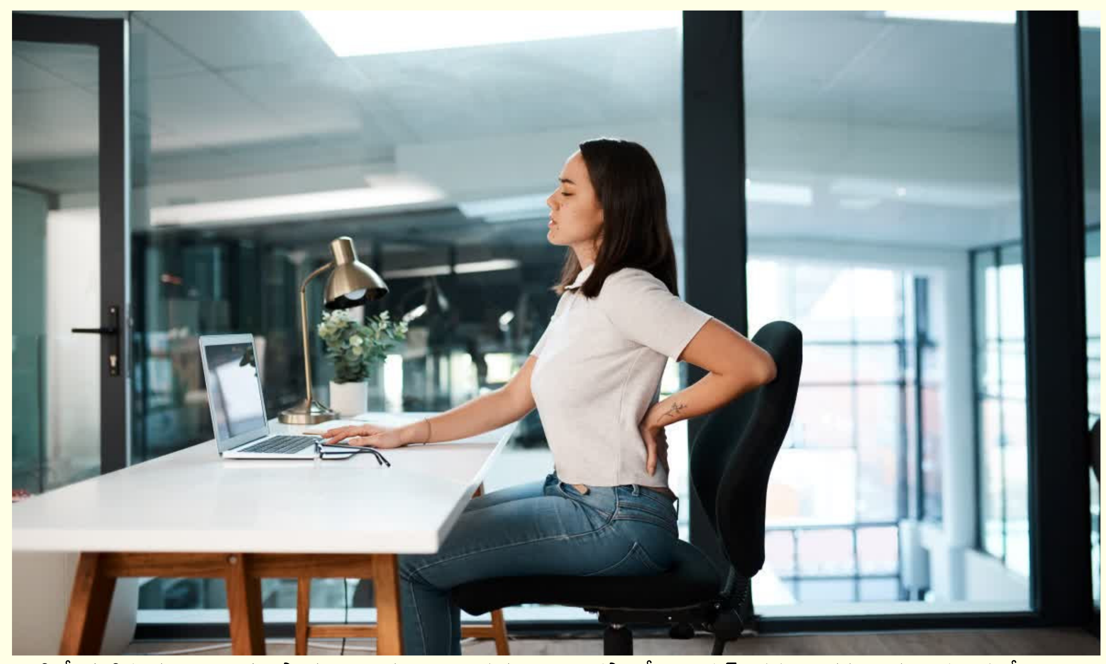
రాష్ట్రవ్యాప్త ప్రజా చైతన్య ఉద్యమాలకు పిలుపు.. తక్షణమే స్పందించి రక్షణ కల్పించాలని ప్రభుత్వానికి డిమాండ్

హైదరాబాద్, జూలై 19 (దిక్సూచి బ్యూరో): రాష్ట్రంలో వెనుకబడిన తరగతుల (బీసీ) సంక్షేమం వారి ఆత్మగౌరవానికి భంగం కలిగిస్తున్న ప్రస్తుత పరిస్థితులపై 'మన ఆలోచన సాధన సమితి' తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. ఇటీవల కాలంలో బీసీ వర్గాలను లక్ష్యంగా చేసుకుని సాగుతున్న భౌతిక దాడులు, సామాజిక వివక్ష, అనుచిత వ్యాఖ్యలతో పాటు రాజకీయంగా జరుగుతున్న అవమానాలు సమాజంలో సామాజిక న్యాయాన్ని పూర్తిగా దెబ్బతీస్తున్నాయని సంస్థ

స్పష్టం చేసింది. రాజ్యాంగబద్ధంగా లభించిన హక్కులను కాపాడుకోవడంతో పాటు, బీసీల గౌరవ పరిరక్షణే ధ్యేయంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విస్తృతమైన ప్రజా చైతన్య కార్యక్రమాలను, ఉద్యమాలను నిర్మించనున్నట్లు సమితి సమరశంఖం పూరించింది. నాగోల్‌లోని మన ఆలోచన సాధన సమితి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యాలయంలో ఆదివారం సంస్థ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు కటకం నర్సింగ్ రావు అధ్యక్షతన ఉన్నత స్థాయి రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా జరిగింది. ఈ మేధో మథన సదస్సులో బీసీ మేధావులు, సామాజిక ఉద్యమకారులు, బహుజన ప్రజా సంఘాల అగ్రనాయకులు ప్రజాస్వామ్యవాదులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని, ప్రస్తుత సమాజంలో బీసీలు ఎదుర్కొంటున్న సవాళు ,, అణచివేత ధోరణులపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. సమావేశంలో వక్తలు ప్రసంగిస్తూ, శాంతిభద్రతలకు నిలయమైన రాష్ట్రంలో బీసీలపై దాడులు పెరగడం, వారిని అవమానించేలా కొందరు బాధ్యతారహితంగా వ్యాఖ్యలు చేయడం తీవ్రంగా ఖండించదగిన విషయమని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇటువంటి అప్రజాస్వామిక పరిణామాలు భారత రాజ్యాంగం కల్పించిన సమానత్వ స్ఫూర్తికే విరుద్ధమని వారు హెచ్చరించారు. బీసీల భద్రతకు భరోసా కల్పించాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉందని, దాడులకు తెగబడుతున్న నిందితులపై ఎలాంటి పక్షపాతం లేకుండా కఠినమైన చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని వారు ముక్తకంఠంతో డిమాండ్ చేశారు. సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు కటకం నర్సింగ్ రావు మాట్లాడుతూ, హక్కుల సాధన మరియు సామాజిక చైతన్యం అనేది ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని, బీసీ సమాజం ఐక్యంగా ఉంటేనే సామాజిక న్యాయం సాధ్యమవుతుందని స్పష్టం చేశారు. హక్కుల రక్షణ కోసం శాంతియుత మరియు ప్రజాస్వామ్య పద్ధతులలో పోరాటాలను ఉధృతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. అనంతరం సంస్థ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి గోద మల్లికార్జున్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ, రాబోయే రోజుల్లో ప్రతి జిల్లా, మండల కేంద్రాల్లో అవగాహన సదస్సులు, రౌండ్ టేబుల్ సమావేశాల ద్వారా ప్రజలను పెద్ద ఎత్తున చైతన్యపరుస్తామని వివరించారు. ఈ సదస్సును జయప్రదం చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ ఆయన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ చైతన్య సదస్సులో సోషల్ జస్టిస్ పార్టీ అధ్యక్షులు చామకూర రాజు, తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇంచార్జ్ కె వి గౌడ్, బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షులు జాజుల శ్రీనివాస్ గౌడ్, జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఉపాధ్యక్షులు గుజ్జ సత్యం, తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి వొట్టే జానయ్య యాదవ్, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ నిరజాగౌడ్, వాసుకే యాదవ్, బీసీ కులాల సమన్వయ వేదిక అధ్యక్షులు బొమ్మ రఘురాం నేత, మన ఆలోచన సాధన సమితి కీలక నాయకులు మంగిళిపల్లి శంకర్, బ్రహ్మయ్య రజక, బొంగు వెంకటేష్ గౌడ్, లింగేష్ యాదవ్, మహేష్ యాదవ్, పుష్పలీల గౌడ్, దోస యాదగిరి మరియు వివిధ బీసీ సంఘాల, కుల సంఘాల ప్రతినిధులు పాల్గొని తమ సంఘీభావాన్ని ప్రకటించారు.

శరీరంలో వచ్చే ఈ నొప్పులు క్యాన్సర్ సంకేతాలా? నిర్లక్ష్యం చేస్తే ప్రమాదమంటున్న నిపుణులు!

కారణం లేకుండా వచ్చే దీర్ఘకాలిక నొప్పులా? జాగ్రత్తగా ఉండాలంటున్న నిపుణులు!



ఒనొప్పి అనేది కేవలం అలసట, తప్పుడు భంగిమల వల్ల వస్తుందని అనుకుంటే పొరపాటే! ఒక్కోసారి మన శరీరంలో వచ్చే చిన్న నొప్పులే భవిష్యత్తులో రాబోయే పెద్ద ముప్పుకు హెచ్చరిక సంకేతం కావొచ్చు. ముఖ్యంగా, ఎటువంటి కారణం లేకుండా వచ్చే దీర్ఘకాలిక నొప్పులు క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులకు దారితీయవచ్చని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో శరీరంలో వివిధ భాగాలలో వచ్చే నొప్పులను ఎప్పుడు నిర్లక్ష్యం చేయవద్దో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం! శరీరంలోని వివిధ భాగాలలో వచ్చే నొప్పులు కేవలం మానసిక ఒత్తిడి లేదా కూర్చునే విధానం సరిగ్గా లేకపోవడం వల్లే కాదు, క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధికి లక్షణం కూడా కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ నొప్పితో పాటు బరువు తగ్గడం, అలసట లేదా ఆకలి లేకపోవడం వంటి ప్రమాదకర సంకేతాలు కనిపిస్తే, వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలంటున్నారు. ఎందుకంటే, శరీరం ఇచ్చే ఈ హెచ్చరికలు ఏదైనా తీవ్రమైన సమస్యకు సంకేతం కావచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు.

నడుము నొప్పి :

నడుము నొప్పి అనేది దైనందిన జీవితంలో చాలా మంది ఎదుర్కొనే ఒక సాధారణ ఆరోగ్య సమస్య. ల్యాప్‌టాప్‌లపై పనిచేయడం లేదా తప్పుడు పద్ధతిలో కూర్చోవడం వల్ల 80% మంది తమ జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో దీనిని అనుభవిస్తారు. కానీ, నడుము నొప్పి తీవ్రంగా, దీర్ఘకాలికంగా ఉండి, విశ్రాంతి తీసుకున్నా లేదా మందులు వాడినా తగ్గకపోతే, అది మరేదైనా కావచ్చంటున్నారు నిపుణులు. చాలా అరుదైన సందర్భాల్లో, నడుము నొప్పి అనేది ప్యాంక్రియాటిక్ (క్లోమగ్రంథి) క్యాన్సర్, రొమ్ము, ఊపిరితిత్తులు, ప్రొస్టేట్ లేదా కిడ్నీ వ్యాధులకు లక్షణం కావచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్యాంక్రియాటిక్ క్యాన్సర్‌లో పొత్తికడుపు లేదా నడుము నొప్పి సర్వసాధారణమని-ూఎవతీఱఝఅ ఝఱఎవతీ ాశీఱఅవ్ఎ పేర్కొంది.

కడుపు నొప్పి :

గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, తిమ్మిరి వంటివి ఎక్కువగా టీ/కాఫీ తాగడం లేదా జంక్ ఫుడ్ తినడం వంటి సాధారణ కారణాల వల్ల రావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, పొట్ట సమస్యలు తగ్గకుండా కాలక్రమేణా పెరుగుతుంటే నిర్లక్ష్యం చేయవద్దంటున్నారు. ఎందుకంటే, అండాశయ క్యాన్సర్, పెద్దపేగు క్యాన్సర్, కాలేయ క్యాన్సర్ వంటి అనేక రకాల క్యాన్సర్లు దీర్ఘకాలిక పొత్తికడుపు లేదా పెల్విక్ నొప్పిని కలిగిస్తాయని పేర్కొంటున్నారు.

తల నొప్పులు :

తలనొప్పి ఏదో సమయంలో అందరినీ వేధిస్తుంది. కానీ, సాధారణ మందులకు తగ్గని దీర్ఘకాలిక తలనొప్పులు ఒక హెచ్చరిక సంకేతం కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బ్రెయిన్ ట్యూమర్లు ఒత్తిడితో కూడిన తలనొప్పిని కలిగిస్తాయంటున్నారు. ఇవి ఉదయం పూట లేదా పడుకున్నప్పుడు మరింత ఎక్కువగా ఉండవచ్చని తెలియజేస్తున్నారు. బ్రెయిన్ ట్యూమర్లు ఉన్నవారిలో ఉదయం పూట తలనొప్పి ఎక్కువగా ఉంటుందని పేర్కొంది.

ఎముకలు లేదా కీళ్ల నొప్పులు :

మీకు కాలు లేదా భుజంలో నొప్పి ఉందా? ఇది ఎక్కువ దూరం నడవడం లేదా కండరాలు పట్టేయడం వల్ల రావచ్చని చాలామంది పొరపాటు పడుతుంటారు. కానీ, నొప్పి తగ్గకుండా, ముఖ్యంగా విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నప్పుడు కూడా వస్తుంటే, అది తీవ్రమైన సమస్యకు సంకేతం కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా, రాత్రివేళలో ఎక్కువగా ఎముక నొప్పి ఉంటే, అది ఆస్టియోసార్కోమా లేదా మెటాస్టాటిక్ క్యాన్సర్ సంకేతం కావచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో తగినంత విశ్రాంతి తీసుకున్న తర్వాత కూడా నొప్పి తగ్గకపోయినా, మందులు ఉపశమనం కలిగించకపోయినా కచ్చితంగా డాక్టర్?ను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. ఆస్టియోసార్కోమా చాలా తరచుగా చేతులు, కాళ్లలోని పొడవాటి ఎముకలను ప్రభావితం చేస్తుందని ఎర్కొంది.

ఛాతీ నొప్పి :

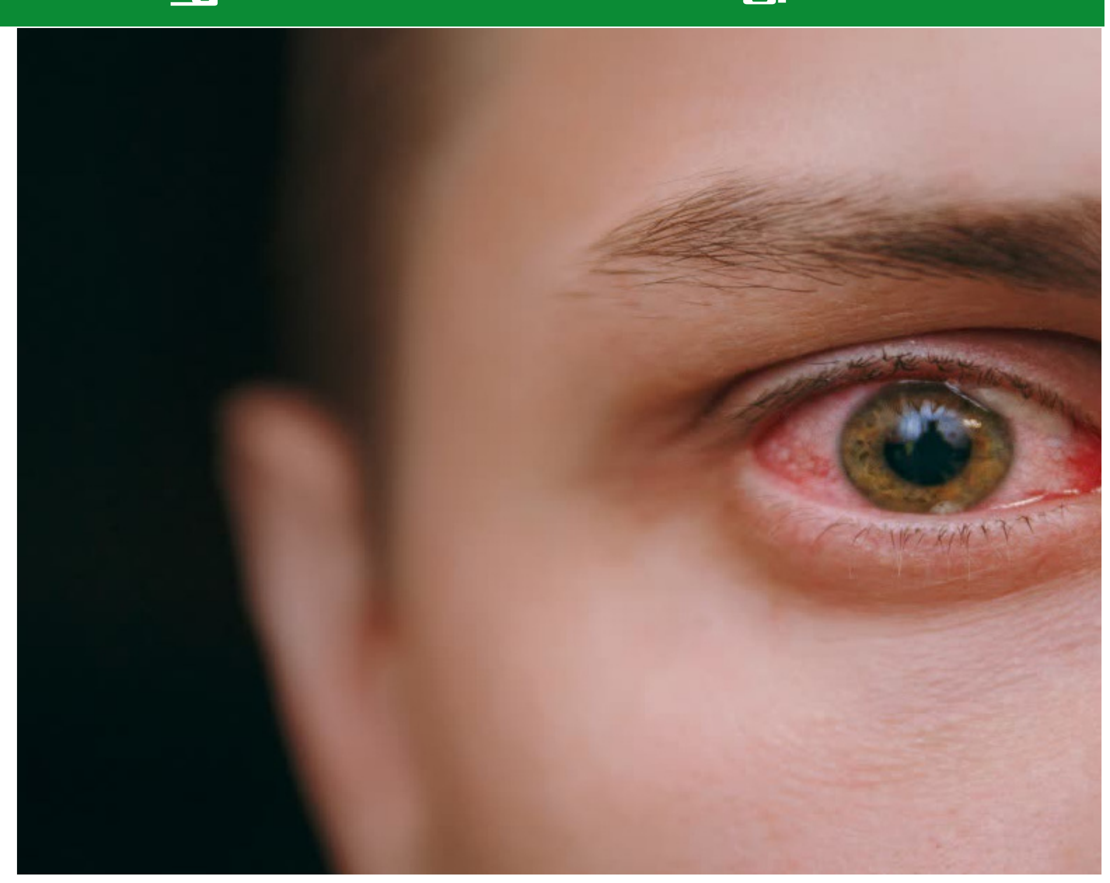
ఛాతీ నొప్పి అనగానే ప్రజలు తరచుగా హార్ట్ ఎటాక్ గురించే ఆలోచిస్తారు. అది నిజమే, అయినప్పటికీ, గుండె పరీక్షలు చేసిన తర్వాత కూడా ఛాతీలో బిగుతు, బరువు లేదా మొండి నొప్పి కొనసాగితే, క్యాన్సర్ సహా ఇతర కారణాలను పరిశీలించాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా, ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్ ఛాతీలో అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుందంటున్నారు. లంగ్ క్యాన్సర్ ఉన్నవారు దీర్ఘ శ్వాస తీసుకున్నప్పుడు, దగ్గినప్పుడు లేదా నవ్వినప్పుడు ఛాతీలో నొప్పి వస్తుందని పేర్కొంది.

దీర్ఘకాలిక నొప్పిని ఎందుకు నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు? :

నొప్పి అనేది శరీరపు అలారం వ్యవస్థ. ఏ అలారం కూడా కారణం లేకుండా మోగదు. అలాగని, దీర్ఘకాలిక నొప్పి ఉన్నంత మాత్రాన మీకు క్యాన్సర్ ఉందని అర్థం కాదు. కానీ, మీ శరీరం మీకు ఏదో చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తోందట. అయితే, మీకు 2-3 వారాల కంటే ఎక్కువ కాలం నొప్పి ఉండి, అది మరింత తీవ్రమవుతూ లేదా నిద్రకు భంగం కలిగిస్తూ ఉంటే నిర్లక్ష్యం చేయవద్దంటున్నారు నిపుణులు. వీటితో పాటు అలసట, బరువు తగ్గడం లేదా ఆకలి మందగించడం వంటి ఇతర లక్షణాలు ఉంటే జాగ్రత్త పడాలని సూచిస్తున్నారు. మాటిమాటికీ పెయిన్ కిల్లర్స్ వేసుకోవద్దని, మీ శరీరం ఇచ్చే సంకేతాలను గమనించి, డాక్టర్?ను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. ఇక్కడ మీకు అందించిన సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. శాస్త్ర పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, వైద్య, ఆరోగ్య నిపుణుల సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలు తీసుకోవడమే మంచిది.

కళ్ల కలక సమస్య ఈ జాగ్రత్తలు పాటించాలంటున్న నిపుణులు!

వర్షాకాలంలో కళ్ల కలక ముప్పు – ఈ టిప్స్? పాటిస్తే మంచిదంటున్న నిపుణులు



వర్షాకాలం రాకతో ఎండ వేడి, ఉక్కపోత తగ్గుతుండొచ్చు. కానీ, దాంతోపాటే కొన్ని ఇన్?ఫెక్షన్లు విజృంభిస్తుంటాయి. వీటిల్లో కళ్ల కలక (కన్?జన్?క్టివైటిస్) ఒకటి. వాతావరణంలో తేమ పెరగటం, వైరస్?ల ఉద్ధృతి, కలుషిత నీరు, ఎక్కువ మంది గుంపులుగా ఉండటం వంటివి దీనికి ఆజ్యం పోస్తుంటాయి. మన కంట్లో రెప్పల లోపల, తెల్లగుడ్డు మీద కంజెక్టైవా (పారదర్శక పొర) ఉంటుంది. దీని వాపే కళ్ల కలకకు దారితీస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో కళ్లకలక వస్తే ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!

లక్షణాలు :

కళ్ల కలక వైరస్, బ్యాక్టీరియా, అలర్జీల కారణంగా వస్తుందని పేర్కొంది. ప్రధానంగా అడినో వైరస్?లే కారణమవుతుంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీని బారిన పడినప్పుడు కన్ను ఎర్రగా కనిపిస్తుందంటున్నారు. అలాగే, కంటిలో నుంచి నీరు కారటం, లోపలేదో గుచ్చుకుంటున్నట్లు అనిపించటం, దురద, నొప్పి, వెలుతురు చూడలేకపోవడం లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయని పేర్కొంది.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు :

కళ్ల కలక తీవ్ర సమస్యేమీ కాదు కానీ, తేలికగా ఇతరులకు వ్యాపిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇంట్లో ఒకరికి వస్తే అందరికీ రావొచ్చని అంటున్నారు. కాబట్టి, కళ్ల కలక వచ్చినవారు విడిగా ఉండటం చాలా మంచిదని సూచిస్తున్నారు. ఉద్యోగులు, ఆఫీసులకు, విద్యార్థులు బడులకు వెళ్లొద్దని పేర్కొంది. ముఖ్యంగా, మొదటి 5 నుంచి 10 రోజులు ఇంట్లోనే ఉండాలట. అయితే, కళ్ల కలక తగ్గుతున్న సమయంలో ఇతరులతో కలిస్తే ఇబ్బందేమీ ఉండదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కళ్ల కలక వచ్చినవారు నల్ల కళ్లద్దాలను ధరించాలంటున్నారు నిపుణులు. దీంతో కళ్లకు ఎక్కువ వెలుతురు తగలదని చెబుతున్నారు. చేతులతో కళ్లను నులమటమూ తగ్గుతుందట. ఇలా చేయడం వల్ల సమస్య తీవ్రం కాకుండా ఉండటంతో పాటు ఇతరులకు అంటుకోకుండా చూసుకోవచ్చంటున్నారు. కళ్ల కలకకు కారణమయ్యే వైరస్, బ్యాక్టీరియా ఆయా ఉపరితలాల మీద ఎక్కువ సేపు జీవించి ఉంటాయంటున్నారు నిపుణులు. వాటిని తాకిన చేతులతో కళ్లను రుద్దుకుంటే వెంటనే అంటుకుంటాయని హెచ్చరిస్తున్నారు. కాబట్టి, తరచూ చేతులను సబ్బుతో శుభ్రం చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. అలాగే చేతులతో కళ్లను తాకటం, రుద్దటం చేయొద్దని పేర్కొంది. కలక వచ్చినవారు తమ దుప్పటి, తువ్వాలు వంటివి విడిగా పెట్టుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. ఇతరులు వాడుకునే వాటితో కలవనీయొద్దని చెబుతున్నారు. ఫోన్ వంటి పరికరాలు కూడా ఎవరికి ఇవ్వదని తెలియజేస్తున్నారు. మామూలుగా వైరల్ కళ్లకలక ఒక కంటికే వస్తుందట. దాన్ని తాకిన చేతిని మరో కంటికి తగలకుండా ఉండాలి. తద్వారా, రెండో కంటికి కలక అంటుకోకుండా కాపాడుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సమస్యను ఒక కంటికే పరిమితం చేసుకోవచ్చంటున్నారు. కళ్ల కలక గలవారి కళ్లను చూస్తే తమకూ అంటుకుంటుందని కొందరు భావిస్తుంటారు. కానీ, ఇది నిజం కాదంటున్నారు నిపుణులు. చేతులతో లేదా నీటితో వైరస్ కళ్లకు అంటుకుంటేే తప్ప కళ్ల కలక సోకదని పేర్కొంటున్నారు. వైరల్ కళ్ల కలకకు యాంటీ వైరల్ మందులేవీ లేవట. కాబట్టి, తరచూ శుభ్రం చేసుకోవటమే ముఖ్యమంటున్నారు నిపుణులు. తాత్కాలిక ఉపశమనానికి లూబ్రికెంట్ చుక్కల మందు, బ్యాక్టీరియా ఇన్?ఫెక్షన్ తలెత్తకుండా యాంటీ బయాటిక్ చుక్కల మందు ఉపయోగపడతాయని సూచిస్తున్నారు. ఇక్కడ మీకు అందించిన ఆరోగ్య సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. శాస్త్ర పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, వైద్య, ఆరోగ్య నిపుణుల సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలు తీసుకోవడమే మంచిది.

Printed , Published and Owned by POLAGONI ALIVELU, and Printed at Smilys Online, 6-7-48, Vanasthalipuram, Shopping Complex, Rangareddy-500070. Telangana State and Published from 17-10-25, Plot No.H.No. 4-136/12, Turkayamjal Journalist Colony, Rangareddy501510, Telangana State. Editor: POLAGONI ALIVELU. PRGI No. TGTEL/25/A3190. Phone No: +91 7989151815