



పొంగింది పాతాళగంగ

ఊరటనిచ్చిన అక్టోబర్ వర్షాలు

- గత ఏడాది అక్టోబర్ లో 10.95 మీటర్ల కింద.. ఈ ఏడాది 7.92 మీటర్లకు
- వర్షాలకు ముందు పరిస్థితితో పోలిస్తే 6.64 మీటర్లు భూగర్భ జలం పైకి
- ఈ నీజన్ లో సిరిసిల్లలో అత్యధికంగా 11.42 మీటర్లు పెరిగిన భూగర్భ మట్టాలు

సాక్షి, హైదరాబాద్

కృష్ణా, గోదావరి పరివాహకాల్లో భారీ వర్షాలు కురవడం, సాగునీటి ప్రాజెక్టుల్లోకి వరద కొనసాగు తుండటం, వీటి ద్వారా చెరువులు, కాలువలకు నీరు నింక నీటిని విడుదల చేయడంతో మునుపెన్నడూ లేనంతగా పాతాళ జలం పైకివచ్చింది. రాష్ట్రంలో అక్టోబర్ లో కురవాలిన్న సగటు వర్షపాతం కన్నా 17 శాతం అధికంగా వర్షపాతం నమోదు కావడంతో భూగర్భ జలం పైకి ఉప్పొంగుతోంది. గత ఏడాది అక్టోబర్ నెలలో పోలిస్తే ఈ ఏడాది అక్టోబర్ భూగర్భ మట్టం ఏకంగా 2.43 మీటర్లు పైకి వచ్చింది. ఈ ఏడాది వర్షాలకు ముందు జూన్ నెల వరకు రాష్ట్ర సటు భూగర్భ

మట్టం 14.56 మీటర్ల లోతున ఉంటే ప్రస్తుతం అది 6.64 మీటర్లు పైకి ఎగబాకి 7.92 మీటర్లకు చేరింది. గణనీయంగా సిరిసిల్ల జిల్లాలో ఈ ఏడాది జూన్ లో పోలిస్తే 11.42 మీటర్లు భూగర్భ మట్టం మెరుగవడం విశేషం.

సాగునీరు మెరుగైన చోటల్లా..

రాష్ట్రంలో సాధారణ వర్షపాతం అక్టోబర్ నెలలో 816 మిల్లీమీటర్లకు గానూ 953.4 మిల్లీమీటర్లుగా నమోదైంది. ఏకంగా 17 శాతం వర్షపాతం అధికంగా కలిసింది. హైదరాబాద్, కరీంనగర్, జయశంకర్ భూపాలపల్లి, జనగాం, కామారెడ్డి, ములుగు, పెద్దపల్లి, వనపర్తి, సిరిసిల్ల, నిజామాబాద్, వరంగల్ రూరల్, వరంగల్ అర్బన్, సిద్దిపేట జిల్లాలో మిగతా 2వ పేజీలో

భూగర్భ నీటి మట్టాలు (మిల్లీలీటర్)

జిల్లా	గత ఏడాది అక్టోబర్	ప్రస్తుత అక్టోబర్	మెరుగుదల
సిరిసిల్ల	12.34	4.59	7.75
సిద్దిపేట	16.76	11.48	5.28
జనగాం	13.51	8.38	5.13
రంగారెడ్డి	17.12	13.06	4.06
నిజామాబాద్	10.77	6.80	3.97
కామారెడ్డి	13.73	9.90	3.83
వికారాబాద్	16.31	12.95	3.36
కరీంనగర్	7.76	4.60	3.16
నల్గొండ	12.37	9.22	3.15
మెదక్	21.51	18.37	3.14
నాగర్ కర్నూల్	12.82	9.74	3.08
హైదరాబాద్	7.39	4.42	2.97

పుర పోరు.. పారా హుషారు

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పోటీకి జైత్యాహికుల సమాయత్తం

స్టేల ఎత్తివేత, రిజర్వేషన్ల కోసం ఎదురుచూపులు తాము పోటీ చేయాలా.. సతీమణులను రంగంలోకి దించాలా అనే లెక్కలు ఓటర్ల జాబితాలు పట్టుకుని అప్పుడే వార్డుల్లో చక్కర్లు



పురపాలక టికెట్ల కోసం పార్టీ నేతలు, ప్రజాప్రతినిధుల వద్ద పైరవీలు అధికార పార్టీలో ఒక్కో వార్డుకు ఇద్దరి నుంచి ఎనిమిది మంది పోటీ

రాష్ట్రంలో మళ్ళీ ఎన్నికల హడావుడి మొదలైంది. పురపాలక ఎన్నికలకు త్వరలోనే నగరా మోగుతుందన్న ఊహగానాల నేపథ్యంలో క్షేత్రస్థాయిలో కదలిక పురూ అయింది. ఈ ఎన్నికల్లో పోటీ చేయాలని ఆశిస్తున్న పట్టణ స్థాయి జైత్యాహికులు గతంలోనే రంగంలోకి దిగినా.. తాజా పరిణామాలు నేపథ్యంలో తమ కనరత్న ముప్పురం చేశారు. హైకోర్టు సింగిల్ బెంచ్ ఇచ్చిన స్టేలతో కొంత వెనక్కు తగ్గినా.. ఇటీవల ధర్మాసనం ఎన్నికల నిర్వహణకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వడం, ఇందుకు అనుగుణంగా పురపాలక శాఖ, ఎన్నికల కమిషన్లు ఏర్పాట్లు చేసుకుంటుండడంతో వారంతా వార్డుల బాట పట్టారు. రాష్ట్రంలో మొత్తం 129 మున్సిపాలిటీలకు

ఎన్నికలకు జరగాల్సి ఉండగా.. 77 మున్సిపాలిటీల విషయంలో సింగిల్ బెంచ్ స్టే ఇచ్చింది. అయితే, వీటిపై సానుకూల తీర్పు వెలువడి, త్వరలోనే ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ వస్తుందనే అంచనాలతో తావహాలు తమ పని తాము చేసుకుంటూ వెళ్లిపోతున్నారు.

రిజర్వేషన్లు, స్టేలపైనే ఉత్సాహం..

ఓటర్ల జాబితాలో అవకతవకలు, కొత్త మున్సిపల్ చట్ట ప్రకారం వార్డుల పునర్విభజన అంశాల్లో గతంలో స్టేలు వచ్చిన మున్సిపాలిటీలపై సోమవారం హైకోర్టు విచారణనుంచి విచారించాలిన్న కేసులు జాబితాలో దీనిని కూడా చేర్చినా.. సోమవారం విచారణకు వస్తుందా.. లేదా మళ్ళీ వాయిదా పడుతుందా.. ఒకవేళ విచారణ జరిగితే ఏం తీర్పు మిగతా 2వ పేజీలో



అధికార మిడియాలో మాట్లాడుతున్న అర్జీని శేషన్ నేత అశ్వత్థామరెడ్డి తదితరులు

ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు అర్జీని కాల్చిన నుంచి బెదిరించే బోరజి మానేసి ఇప్పటికే నా చర్యలకు నిద్రం కావాలని అర్జీని కాల్చిన సమాఖ్య జేపీసీ పెర్చోంది. చర్యలకు అహ్యోనిస్తే ఏయే డిమాండ్లకు ప్రభుత్వం అంగీకరిస్తుందో, ఏయే డిమాండ్ల విషయంలో జేపీసీ పట్టువిడుపులను ప్రదర్శిస్తుందో స్పష్టమవుతుందని, అది అర్జీని సమైక్య పరిష్కారంగా మారుతుందని పేర్కొంది. ఈ నెల ఐదో తేదీ ఆర్డరాత్రిలోపు కాల్చిన విధుల్లోకి రావాలని, రాని వారికి ఇక అర్జీనితో సంబంధం ఉండదన్న ముఖ్యమంత్రి తీరును తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని, ఈ డెడైన్ లైనును కాల్చినట్లు వచ్చినట్లయితే తేల్చిచెప్పింది. తమ డిమాండ్లకు

విధుల్లో చేరం.. సమ్మె ఆపం

మాచి చట్టబద్ధమైన ఉద్యమం బెదిరింపు ధోరణి ఆపి చర్యల ప్రక్రియ మొదలుపెట్టండి డిమాండ్లపై పట్టువిడుపులకు మేం నిద్రం అర్జీని కాల్చిన సమాఖ్య జేపీసీ

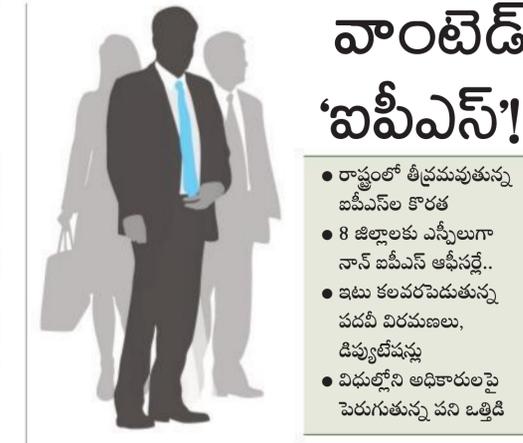
పరిష్కారం రానంతవరకు సమ్మెను ఆపబోమని స్పష్టం చేసింది. అర్జీనితో 5,100 మార్గాలను ప్రైవేటీకే కేటాయిం చటం, ఐదో తేదీ నాటికి విధుల్లో చేరని కార్మికులను ఇక తీసుకోబోమంటూ డెడైన్ లైను విధించి, ఐదు చేల బస్సులతో అర్జీని చరిమితం.. తదితర విషయాలపై శనివారం కేసీఆర్ ప్రకటన చేసిన నేపథ్యంలో, అర్జీని జేపీసీ అధికారం ఉదయం అత్యవసర సమావేశాన్ని నిర్వహించింది. అసల తరం జేపీసీ కన్వీనర్ అశ్వత్థామరెడ్డి, కో-కన్వీనర్ రాజరెడ్డి, సుధ తదితరులు మీడియాలో మాట్లాడారు. తాము ప్రభుత్వం ముందుంచిన డిమాండ్లపై చర్యలకు నిద్రమై, వాటికి పరిష్కార మార్గాలు చూపనంతవరకు సమ్మెను ఆపబోమని నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు వారు వెల్లడించారు. అర్జీని ప్రైవేటీకరణలపై మిగతా 4వ పేజీలో



ఆసియా-పసిఫిక్ లో భారత కీలకం

మద్దతు ప్రకటించిన ఆసియాన్ దేశాలు ఆసియాన్ కు దగ్గర అయ్యేందుకు నిర్ణయం మోడి

ఆసియాన్ తో సంబంధాలను మరింత విస్తృతం చేసుకునేందుకు భారత్ సానుకూలంగా ఉంది. ఆసియాన్ లోని 10 దేశాలతో భూ, వాయు, నమూనా అనుసంధానత పెంపు ద్వారా ప్రాంతీయ వాణిజ్యం, ఆర్థిక ప్రగతి గణనీయంగా మెరుగువుతాయి. ఇండో-పసిఫిక్ ప్రాంతంలో భారత్ తో సహకారానికి ఆసియాన్ సానుకూలంగా ఉండటాన్ని సాగుకొస్తున్నా.. - వివరాలు 5లో



వాంటెడ్ 'ఐపీఎస్'!

- రాష్ట్రంలో తీవ్రమవుతున్న ఐపీఎస్ ల కొరత
- 8 జిల్లాలకు ఎన్నీలుగా నాన్ ఐపీఎస్ ఆఫీసర్లే..
- ఇటు కలవరపడుతున్న పదవీ విరమణలు, డిప్యూటీషన్లు
- విధుల్లోని అధికారులపై పెరుగుతున్న పని ఒత్తిడి

సాక్షి, హైదరాబాద్: ఐపీఎస్ అధికారుల కొరత పోలీసు విభాగాన్ని తీవ్రంగా వేద స్తోంది. అవసరమైన సంఖ్యలో ఉన్నతాధికారులు లేకపోవడం, మరీకొందరిని అప్రొధాన్య విభాగాలకు బదిలీ చేయడంతో ఈ ఇబ్బంది తీవ్రమైంది. విశ్వసనీయ సమాచారం ప్రకారం.. రాష్ట్రానికి 40 మంది ఐపీఎస్ అధికారులను కేటాయించాలంటూ.. తెలంగాణ హోంశాఖ కేంద్రానికి విన్నవించింది. త్వరలోనే ఈ మేరకు రాష్ట్రానికి కేటాయించుట ఉంటాయనే ధీమాతో ఉంది. తగినంతమంది ఐపీఎస్ లు లేని కారణంగానే ప్రస్తుతం 8 జిల్లాలకు నాన్ కేడర్, అదనపు ఎన్నీ స్థాయి అధికారులనే ఎన్నీలుగా నియమించారు. మరోవైపు రాష్ట్రంలో 29 మంది సీనియర్ ఐపీఎస్ అధికారులకు పదోన్నతులు కల్పిస్తూ తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆదేశాలిచ్చినా.. వారికి కొత్త పోస్టింగులు ఇవ్వలేదు. ఐజీలు, డీజిజి వంటి కీలక పోస్టులకు సైతం ఐపీఎస్ అధికారులు లేకపోవడం పరిస్థితికి అడ్డం పడుతోంది. ఇంకోవైపు ఇద్దరు సీనియర్ ఐపీఎస్ అధికారులకు డిప్యూటీషన్లకు అనుమతి రావడంతో త్వరలోనే వారు రాష్ట్రాన్ని వీడనున్నారు. రాష్ట్రానికి అవసరానికంటే మిగతా 2వ పేజీలో

ప్రియాంక షోన్ హ్యాక్ చేశారు: కాంగ్రెస్

కాంగ్రెస్ పార్టీ నేత ప్రియాంక గాంధీ షోన్ హ్యాక్ కు గురైందని ఆ పార్టీ ఆరోపించింది. ఇజ్రాయెల్ కు చెందిన సైబెర్ హ్యాకర్లు పల్ల ఇటీవల ప్రపంచవ్యాప్తంగా దాదాపు 1,400 మంది షోన్లు హ్యాక్ కు గురైనట్లు వాట్సాప్ తెలిపిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమంలో ప్రియాంక షోన్ హ్యాక్ కు గురైనట్లు సందేశం వచ్చిందని కాంగ్రెస్ పార్టీ స్పష్టం చేసింది. - 5లో

Venocoob

సూపర్ డిలీవరీ నేటి గ్రూపు ఓంకెమ్ హైదరాబాద్ లోని ధర్మం

గ్రామీణ రైస్ 60 గ్రాం	ఫైనల్ రైస్ 82 గ్రాం	గ్రీన్ రైస్ 151 గ్రాం
డబ్బు 60 గ్రాం	లైట్ రైస్ 104 గ్రాం	స్మైల్స్ 172 గ్రాం

వినియోగదారులకు ప్రత్యేకం ప్రత్యేకం ధరలకు తగినంతమంది

కణ కణ మండే

తెల్ల భాస్కరంతో రసాయన దాడులు కుర్చులపై టిర్చీ కండకావరం.. - వివరాలు 5లో

శుభవార్త

అక్కల కోసం వెళ్లిన వాళ్లు ఇంకా రాలేదా?!

బిగ్ బాస్-3 విజేత రాపల్

ప్రజామనీగా రూ. 50 లక్షలు దక్కించుకున్న సింగర్ రెండో స్థానంలో నిలిచిన యాంకర్ శ్రీముఖి ప్రత్యేక అకర్షణగా మెగాస్టార్ చిరంజీవి ఎంట్రీ - వివరాలు 14లో

170 మంది మద్దతుంది: శివసేన

- ముఖ్యమంత్రి పీఠంపై రాజీవ్ దేవ్ శివసేన మరో సారి స్పష్టం చేసింది. తమకు 170 మందికి పైగా ఎమ్మెల్యేల మద్దతుందని ప్రకటించింది. ఆ పార్టీ నేత సంజయ్ మీడియాలో మాట్లాడుతూ.. ఎలాంటి ఒప్పందం శివసేనతో జరగలేదంటూ ఘర్షనల మాట మార్చడం వల్లనే బీజేపీతో చర్యలను నిలిపి వేశామన్నారు. ముఖ్యంగా సీఎం పదవిని తాము వదిలేది లేదన్నారు. - వివరాలు 5లో

105 మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీలో బీజేపీ ఎమ్మెల్యేల సంఖ్య

40 మ్యాజిక్ ఫిగర్ కు బీజేపీకి కావాల్సిన సంఖ్య

మాణిపురం అందిస్తోంది స్కార్డ్ గోర్ లోన

తక్కువ వడ్డీకే గరిష్ట రుణ మొత్తం!

₹ 2624 per gram

- ప్రతి నెలకు 1% వడ్డీ (ధన శక్తి స్కీమ్, వార్షిక వడ్డీ 12.5% నెలవారీ వడ్డీ రెమిమిస్ కి లోబడి)
- 6 నెలల మరియు 1 సంవత్సరం రుణ వ్యవధి స్కీములు కలవు.
- మీ బంగారానికి సంపూర్ణ భీమా రక్షణ.
- మరిన్ని వివరాల కోసం మీకు సమీపంలోని మాణిపురం శాఖను సంబంధించి లేదా మా వెబ్ సైట్ www.manappuram.com కి లాగాన్ అవ్వండి.

కేవలం 9.80% వడ్డీతో వ్యాపారాన్ని ప్రత్యేక స్కీమ్. శనివారాల్లో కూడా మా కార్యాలయం కో-తా వదిలేద్దామి.

ప్రతి నెల రెగ్యులర్ విరామాల్లో వడ్డీ చెల్లింపులకు 50% వరకు రిబేటు పొందండి.

GL GINIA GOLD LEAN

మిమ్మల్ని మీ కార్యాలయం మీద కన్టాక్ చేయండి. మిమ్మలకు వివరాలు వచ్చే వచ్చే వేగంగా మీ సమాచారం 24x7

మాణిపురం గోల్డ్ లోన్ MANAPPURAM FINANCE LIMITED

Call : 9391595633, Toll Free : 1800 420 22 33 24x7 SMS : GHLP to 56070

క్లుప్తంగా...



‘తీన్ హజారి’ ఘటనపై న్యాయ విచారణ
 న్యూఢిల్లీ: దేశ రాజధాని ఢిల్లీలోని తీన్ హజారి కోర్టు ఆవరణలో లాయర్లు, పోలీసుల మధ్య ఘర్షణలపై పత్రికల్ వచ్చిన కథనాలను ఢిల్లీ హైకోర్టు సుమోహోగా స్వీకరించింది. దీనిపై ఆదివారం విచారణ జరిపిన న్యాయస్థానం రిటైర్డ్ న్యాయమూర్తి జస్టిస్ ఎన్వీ గార్డ్ న్యాయ విచారణ చేస్తారని తెలిపింది. విచారణ సమయంలో సుషిల్ కమిషన్ సంచయ సింగ్, అడిషనల్ డీసీపీ హరీందర్ సింగ్లను బదిలీ చేయాలని ఆదేశించింది. లాయర్లపై ఎలాంటి నిర్బంధపు చర్యలు తీసుకోకూడదని స్పష్టం చేసింది. ఘటనకు కారకులుగా భావిస్తున్న ఓ అసిస్టెంట్ సబ్ ఇన్స్పెక్టరు సర్కిల్ చీఫ్ మామని, మరొకరిని బదిలీ చేశామని పోలీసు ఉన్నతాధికారులు కోర్టుకు తెలిపారు.

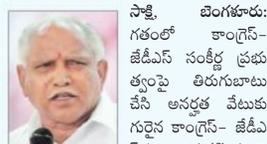
ఛాల్ ఉత్సవాలలో 30 మంది మృతి

పాట్నా: గోడ కూలడం, తొక్కినలాట, మునిగి పోవడం వంటి వాటి కారణంగా బీహార్ లో 30 మంది మరణించారని పోలీసులు తెలిపారు. ఈ ఘటనలు బీహార్ ప్రజలు జరుపుకునే ఛాల్ పండుగ సందర్భంగా శని, ఆదివారాల్లో చోటుచేసుకున్నాయి. ఇద్దరు మహిళలు గోడ కూలిన ఘటనలో, ఇద్దరు పిల్లలు తొక్కినలాటలో, మరో 28 మంది రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాల్లో ఉత్సవాల సందర్భంగా మునిగి పోయి మరణించారు. ఛాల్ ఉత్సవాలు ఆదివారంతో ముగిశాయి. లక్షలాది మంది ఈ పండుగను దేవాలయాల వద్ద, మూలీల వద్ద స్నానాలాచరించి జరుపుకున్నారు.

రాహుల్ వైఫల్యాలపై వెబ్ సిరీస్

న్యూఢిల్లీ: కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ అధ్యక్షుడు రాహుల్ గాంధీ వైఫల్యాలపై వెబ్ సిరీస్ తీస్తానని మాజీ జర్నలిస్ట్, గతంలో కాంగ్రెస్ తో కలిసి పని చేసిన పంకజ్ శంకర్ అన్నారు. గతంలో ఈయన ప్రయోగాత్మకంగా ఢిల్లీలో వ్యవహారాలను చూసేవారు. కాంగ్రెస్ ను కష్టాల నుంచి ప్రయోగాత్మకంగా మూల్యమేలు బయటపెట్టారని ఎన్నికల సందర్భంగా చెప్పారు. అయితే సోనియా గాంధీ పుత్రప్రభువలన రాహుల్ గాంధీని ముందుకు తీసుకొచ్చారని అన్నారు. మూడు నెలల్లో ఈ సిరీస్ అందుబాటులోకి వస్తుందన్నారు. అయితే పంకజ్ పద్దెనిగి కోసం ఈ వ్యాఖ్యలు చేసి ఉండొచ్చని కాంగ్రెస్ పేర్కొంది.

అనర్హత ఎమ్మెల్యేలతో సంబంధం లేదు: యెడ్డీ



సాక్షి, బెంగళూరు: గతంలో కాంగ్రెస్-జేడీఎస్ సంకీర్ణ ప్రభుత్వంపై తిరుగుబాటు చేసి అనర్హత వేటుకు గురైన కాంగ్రెస్-జేడీఎస్ ను చెందిన 17 మంది ఎమ్మెల్యేలతో తమకు ఎలాంటి సంబంధం లేదని కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రి యడియూరప్ప అన్నారు. సొంత రాజకీయ భవిష్యత్తు కోసం ఎమ్మెల్యే పదవులకు రాజీనామా చేసిన అనర్హత వేటుకు గురియ్యారన్నారు. అనర్హత ఎమ్మెల్యేలు బీజేపీ సర్కారు ఏర్పడడానికి కృషి చేశారు, ఉప ఎన్నికల్లో వారికి టీకెడబ్ల్యు ఇన్చార్జి యడియూరప్ప చెబుతున్న ఆడయో, వీడియోలు వైరల్ అయిన నేపథ్యంలో ఈ వ్యాఖ్యలు చేయడం గమనార్హం.

వృద్ధుడి నిజాయితీ

పుణే: ప్రపంచమంతా డబ్బు చుట్టి తిరుగుతున్నా కొందరు మాత్రం దాని మోజుకు దూరంగానే ఉంటారు. అలాంటి కోవలోనే వస్తాడు మహారాష్ట్రలోని సతాకాశి చెందిన ధనాశీ జగల్లే. తనకు ఓ బస్టాప్ లో దొరికిన రూ.40 వేలను సొంతదారుకి తిరిగి ఇచ్చేశాడు. అంతేకాదు ఆ వ్యక్తి రూ.మొలు బహుమతిగా ఇస్తానంటే సున్నితంగా తిరుగుతుంది, బస్సు చార్జీలకు కేవలం 7 రూపాయలు చాలానాడు. ధనాశీ నిజాయితీ మెచ్చిన సతాకాశి ఎమ్మెల్యే శివేంద్రరాజ్ ధోసేలే, మాజీ ఎంపీ ఉదయనారాజ్ ధోసేలే, మరొకరిని సంస్థలు అతనిని సన్మానం చేశాయి. ఎన్నార్తే ఒకరు రూ.1 లక్షలు ధనాశీకి బహుమతిగా ఇవ్వడానికి ముందుకురాగా ఆ సొమ్మును కూడా తీసుకోలేదు. ఒకరి డబ్బుతో తనకు సంకల్ప కలగడని, మనుషులు నిజాయితీతో బతకాని ధనాశీ సందేశమిచ్చాడు.

ఓడల్లో ప్రాస్టిక్ నిషేధం

న్యూఢిల్లీ: ఇకపై ఓడల్లో సింగిల్ యూజ్ ప్లాస్టిక్ నిషేధం విధించాలని డైరెక్టర్ జనరల్ ఆఫ్ షిప్పింగ్ నిర్ణయించింది. కేవలం మనదేశానికి చెందిన షిప్పింగు మాత్రమేగాక, ఇతర దేశ ఓడలు భారత జలాల్లో తిరుగుతున్నప్పుడు కూడా ఈ నిబంధనలు వర్తిస్తాయి. భారత జలాల్లో ప్రవేశించే ముందే తమతో ఉన్న ప్రాస్టిక్ సమాకూర్మాలు అందించాల్సి ఉంటుంది. 10 లీటర్ల నీటి కంటే తక్కువ పద్ధతి ప్రాస్టిక్ బాటిళ్లను కూడా నిషేధించనున్నారు. సముద్ర జలాల్లో వీటి అవశేషాలే ఎక్కువగా ఉంటున్న తీవ్ర విషయం తెలిసింది.

కణ కణ మండే

బాంబులు వర్షం, గ్రేనేడ్ల దాడులు, క్రిమి ప్రయాణాలు.. రసాయన దాడులు ఏ రెండు దేశాల మధ్య యుద్ధ వాతావరణం వచ్చినా వీటి గురించే మనం వింటూ ఉంటాం. ఇప్పుడు కొత్తగా తెల్ల భాస్వరంతో (వైట్ ఫాస్వరస్) దాడులు అంతర్జాతీయంగా మంటలు రేపుతున్నాయి. మనషిని నిలువెల్ల కాల్చేసే ఈ తెల్ల భాస్వరం అంటే ఏమిటి? దాడుల్లో దీన్ని వినియోగించడంతో మానవాళికి వచ్చే ముప్పు ఏమిటి?

తెల్ల భాస్వరంతో రసాయన దాడులు • కుర్చులపై టర్కీ కండకావరం

ఉత్తర సిరియాలో కుర్చులపై టర్కీ చేస్తున్న ఏకపక్ష దాడులు బీభత్సం సృష్టిస్తున్నాయి. స్వతంత్ర కుర్దిస్తాన్ కోసం వీరు చేస్తున్న పోరాటానికి ఇన్నాక్షా అండగా ఉన్న అగ్రరాజ్యం అమెరికా హతాత్మకా తమ బలగాల్ని ఉపసంహరించింది. దీంతో రెచ్చిపోయిన టర్కీ సేనలు ఉత్తర సిరియాలో సిరియన్ డెమోక్రాటిక్ ఫోర్స్ పై గత కొద్ది రోజులుగా దాడులు చేస్తోంది. ఈ దాడుల్లో గాయపడిన వారిని పరీక్షిస్తూ వైద్యుల నిజాలు అంతర్జాతీయ సమాజం తెల్లబోయేలా చేస్తున్నాయి.

తెల్ల భాస్వరం అంటే..

తెల్ల భాస్వరం ఒక రసాయనం. దీనికి స్వతహాగా మండే గుణం ఉంటుంది. చర్మాన్ని, బట్టల్ని, ఇంజనూని, మారణాయుధాల్ని మండించగలదు. దీని నుంచి డబ్బుమైన పొగ కూడా వ్యాపిస్తుంది. గ్రేనేడ్లు, లాంబర్లు, మోరార్లు వంటి ఆయుధాల్లో పలుకు కోసం దీనిని వాడతారు. కడన రంగంలో సైనికుల కదలికలు ప్రత్యర్థులకు కనిపించకుండా పొగ వ్యాపింపడం కోసం కూడా తెల్ల భాస్వరంతో



తెల్ల భాస్వరం బాడిలో బళ్లంతా గాయాలైన బాలిడు

గతంలో ఎప్పుడు వాడారు ?

19వ శతాబ్దంలో మొట్టమొదటిసారిగా అమెరికా, ఐర్లాండ్లను చెందిన తిరుగుబాటు జాతీయ సంస్థ , ఐరిష్ రిపబ్లికన్ బ్రదర్హూడ్ గా పిలిచే సైనియన్ పోరాటదారులు తెల్ల భాస్వరంతో బాంబులు చేసి వాడారని చరిత్ర చెబుతోంది. ఆ తర్వాత కాలంలో దీని వినియోగం విస్తృతంగా పెరిగింది. మొదటి, రెండో ప్రపంచ యుద్ధాల సమయంలో ఆ తర్వాత కొరియా, వియత్నాం యుద్ధాల్లో కూడా దీనిని వినియోగించారు. 1988లో సర్దాం హుస్సేన్ ను నిర్బంధించడానికి అమెరికా చేసిన దాడుల్లో తెల్ల భాస్వరం వినియోగించారు. మళ్లీ ఇన్వేక్షకు టర్కీ తెల్ల భాస్వరం బాంబులతో కుర్చుల స్థావరాలపై దాడులు చేస్తోందిని వార్తలు వస్తున్నాయి. టర్కీ దీనిని ఖండిస్తున్నప్పటికీ క్షతగాత్రులకు చికిత్స చేస్తున్న వైద్యులు మాత్రం కాలిన గాయాలకు తెల్లభాస్వరమే కారణమని తేల్చి చెబుతున్నారు.

అంతర్జాతీయ నిబంధనలు ఏం చెబుతున్నాయి!

జెనీవా ఒప్పందంలోని ప్రోటోకాల్ క్రింద ఆర్టికల్ 1 ప్రకారం రసాయన ప్రక్రియ ద్వారా మంటలు రేగే గుణం కలిగే ఆయుధాలతో దాడి జరపడం నిషిద్ధం. అయితే తెల్ల భాస్వరంతో తయారయ్యే రసాయన ఆయుధాలు ఆ నిషిద్ధ జాబితాలో లేవు. అంతే కాకుండా సైనిక స్థావరాలను లక్ష్యంగా జరిపే దాడుల్లో తెల్ల భాస్వరం ప్రయోగం నిషిద్ధం అంతర్జాతీయంగా ఎలాంటి ఒప్పందాలు జరగలేదు. అయితే 1998 నుంచి రసాయన ఆయుధాల తయారీ, సర్దుబాటు వంటి వాటిపై సమాజం నిషేధం విధించింది. మనుషులపైనా, పౌరులు నిషిద్ధం ప్రాంతాలపైనా రసాయన దాడులు జరపకూడదని తీర్మానించింది.



యాభ్య అభ్యుపన్ సిక్స్ ప్యాక్ ట్రై చేస్తున్నారా?

సిక్స్ ప్యాక్ అంటూ కడుపుపైన ఉండే ఆరు కండ రాలు స్పష్టంగా కనిపించేలా వ్యాయామాలు చేయడం చాలామందికి ఇష్టం. ఇందుకోసం కడుపు కండరాలకు చాలా ఎక్కువ శ్రమ కలిగేట్లుగా 'యాభ్య ఎక్స్ ప్లెజ్'లు చేస్తుంటారు. మనిషిలో ప్రతి ఒక్కరికీ కడుపుపైన యాభ్య కండరాలు ఉంటాయి. అవి ప్రస్తుతం పైకితీయడం చేసే వ్యాయామాల్లో ఒక జాగ్రత్త పాటించడం మంచిది. అదేమిటో తెలుసుకునే ముందర అనుకున్న దేశ వాసుల్లో పొట్ట ఎండుకు వస్తుందో తెలుసుకుందాం.

పొట్ట ఎండుకోస్తుంది
అప్పుడే మన దేశంలో తరచూ కరువులు వస్తుంటే... ఆహారం దొరకని సమయాల్లో... తనకు తిండి దొరికినప్పుడే ఆ ఆదనపు ఆహారాన్నికొత్తవ్య రూపంలో నిల్వ ఉంచుకునేలా శరీరం తనను తాను సంసిద్ధం చేసుకుంటుంది. జీవులు తమ మనుగడ కోసం అనుసరించే 'అడాప్టివ్' ప్రక్రియలో భాగంగా ఇది జరుగుతుండేది. 17, 18వ శతాబ్దాల్లో తరచూ కరువులు వచ్చే సమయంలో వాటిని అది గమనించుకున్న సాధించేయకు వీలుగా మన దేశవాసుల్లో... (మరి ముఖ్యంగా దక్షిణభారతదేశ వాసుల్లో) ఇలా ఒక జన్యుపరివర్తన జరిగింది. ఆ జన్యువు ప్రాబల్యంతో ఒక వయస్సు తర్వాత పొట్ట చుట్టూ కొత్త పేరుకోవడం మొదలైంది. ఆహారం దొరకని సమయాల్లో ఆ కొత్తవ్య మిని యోగించుకోవడానికి వీలుగా ఈ జన్యుపరివర్తన సులభం కావడంతో మొదట్లో కరువుకాల కాల తగ్గిపోయాయి. కానీ మన దేశంలో పొట్ట వచ్చేందుకు దోహదపడే జన్యువు కారణంగా పొట్ట రావడం మాత్రం ఒక వయస్సు తర్వాత అలాగే కొనసాగుతూ ఉంది.

సిక్స్ ప్యాక్ ఎలా ప్రమాదం?
మనం పొట్టపైన కండరాలను పైకి తీయించేందుకు

తీవ్రమైన యాభ్య ఎక్స్ ప్లెజ్ లు చేస్తున్నప్పుడు... అవి కేవలం పొట్టపైన ఉన్న కొత్తవ్య మూత్రమే గాక... శరీరంలోని ఇతర ప్రాంతాల్లోని కొత్తవ్య దహనం చేస్తాయి. మన శరీరంలోని కొత్తవ్య చాలా ప్రాంతాల్లో నిల్వ ఉంటుంది. ఉదాహరణకు ముఖంలోని చెంపల భాగంలో, భుజాల్లో కొత్తవ్య

తీవ్రమైన యాభ్య వ్యాయామాల వల్ల పొట్ట దగ్గర దహనం చేస్తాయి. ముఖంపైనా, భుజాల్లోనా ఉన్న కొత్తవ్యను ఈ వ్యాయామాల దహనం చేస్తాయి. అందుకే సిక్స్ ప్యాక్ కోసం శ్రమించే వారి ముఖం, బుగ్గలలోని కొత్తవ్య పొట్టగా దహనమై పొయి వారి బుగ్గలు లోపలికి పీక్కుపోయి నట్లు అవుతుంది. పేరుకుంటుంది. అందుకే కొందరిలో మరీ ఎక్కువగా కొత్తవ్య చేరి ఉండటం వల్ల బుగ్గలు బూరల్లా, భుజాలూ గుండ్రంగా కనిపిస్తుంటాయి.

తీవ్రమైన యాభ్య వ్యాయామాల వల్ల పొట్ట దగ్గర దహనం చేస్తాయి. ముఖంపైనా, భుజాల్లోనా లేదా కీలక అవయవాల దక్షిణ కోసం ఉన్న కొత్తవ్యను ఈ వ్యాయామాల దహనం చేస్తాయి. అందుకే సిక్స్ ప్యాక్ కోసం చాలా తీవ్రంగా శ్రమించే వారి ముఖం, బుగ్గలు లోపలికి పీక్కుపోయినట్లు కనిపిస్తాయి. సిక్స్ ప్యాక్ కోసం వ్యాయామం చేసేవారు ఒక జాగ్రత్త పాటించాలి. తమ ముఖం పూర్తిగా పీక్కుపోయినట్లుగా అయిపోయి... ముఖం ఆకృతి మారిపోయేలా ఉన్న దశలో ఆ వ్యాయామాల్ని ఆపివేయాలి. ముఖం అందం తగ్గితే వ్యాయామం చేయకూడదని గుర్తుంచుకోవాలి. ఒకసారి సిక్స్ ప్యాక్ సాధించాక ఆది ఎప్పుడో అలాగే ఉండిపోదు. అదలా ఉండిపోవడం కోసం ఎప్పుడూ యాభ్య వ్యాయామాల్ని కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి. లేదంటే మన జన్యువుల వల్ల మళ్ళీ పొట్ట చుట్టూ కొత్తవ్య చేరుతూ ఉంటుంది. మీకు మీ ముఖ ఆకర్షణ కూడా ముఖ్యమేనా లేక యాభ్య పట్టు ఆప్టేషన్ అయి ఉన్నారా అన్నది మీరే తేల్చుకుని, మీ వ్యాయామ తీవ్రతను ఎంచుకోవాలి.

సాండ్ స్లీప్ మంచి పరుపూ తలగడతో హాయిని నిద్ర



మన జీవితంలో దాదాపు మూడోవంతు నిద్రలోనే గడుపుతాం. హాయిగా నిద్రపోవడం ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరం. మంచి ఆరోగ్యం కోసం ప్రతి ఒక్కరికీ కనీసం 6 నుంచి 8 గంటల నిద్ర అవసరమని వైద్య నిపుణులు పేర్కొంటూ ఉంటారు. మంచి నిద్ర వల్లనే వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరిగి దేశానికి అనేక రకాల వ్యాధులను ఎదుర్కొనే శక్తి వస్తుంది. హాయిగా నిద్రపోవడం కోసం ఎలాంటి చర్యలు, ఎలాంటి తలగడ వాడాలి? **మంచి తలగడ అలా ఉండాలి...** చాలా మంది నిద్ర కోసం చర్యలు వాడటం మంచిది కాదని అంటుంటారు. వీవువచ్చిపో బాదపడే చాలా మంది చర్యలు వాడకూడదని, గట్టి ఉపరితలం మీద పడుకోవాలని చెబుతూ వెంటనే వంటి వాటిపైనా లేదా గచ్చు మీద పడుకుంటుంటారు. నిజానికి ఇది మంచిది కాదు. నిజానికి మంచి చర్యలు మీద పడుకోవడమే ఆరోగ్యానికి మేలు. అయితే అది శరీరానికి

మంచి తలగడ ఎలా ఉండాలి...
● తలగడ మృదువుగా ఉండాలి.
● మన భుజాలు, తల పట్టించే స్థానాలలో ఉండాలి.
● కుటుంబంలో ఎవరి తలగడ వారికి వేరుగా ఉండాలి. పిల్లలకు కూడా వాళ్ల తలగడ వాళ్లకే వేరుగా ఉండాలి చూడాలి.
● స్నాండ్ లోసిన్, మెడనొప్పి, భుజాల నొప్పి వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు తమకు అనువుగా ఉండేలా తలగడను ఎంచుకోవాలి.
ఒత్తుకోకుండా ఉండేంత మృదువుగానూ ఉండాలి. అదే సమయంలో మనం అందులోకి పడి కూరుకుపోయేంత మెత్తగానూ ఉండకూడదు. నిపుణులు చెప్పే ఈ విషయాన్ని సరిగా అర్థం చేసుకోలేక, గట్టి ఉపరితలం మీద పడుకోవాలని చాలా మంది అపోహ పడుతుంటారు. గట్టి ఉపరితలం మీద పడుకుంటే ఎంటిలో చాలా భాగాలు ఆ గట్టి ఉపరితలంతో నొక్కుకుపోయి ఒక్కోసారి



దృశ్యకారిణి

ఈ నెల పదవతేదీన రవీంద్రభారతిలో 'దృశ్యకావ్య' అనే థీమాతో ప్రదర్శన ఇవ్వడానికి సిద్ధమవుతున్నారా యామిని రెడ్డి. మహాకవులు రాసిన గొప్ప గ్రంథాలలోని భావానికి నాట్య రూపం ఇది. సాహిత్యాభిలాషులకు నాట్యాన్ని దగ్గర చేయడంతోపాటు సామాన్యులకు గొప్ప గ్రంథాలలోని మార్మికత లభ్యమయ్యేట్లుగా భావాన్ని వివరిస్తూ దానిని కళ్ల ముందు అవిష్కరించడమే దృశ్య కావ్యం. పద్మధూషిత అవార్డు గ్రహీతలు రాధారెడ్డి, రాజారెడ్డి దంపతులకుమార్తె అయిన యామిని తన నాట్య ప్రస్థానాన్ని సాక్షిలేతో పంచుకున్నారు.

ముందాక్ష వయసులో స్కూల్ వారికోత్సవం సందర్భంగా తొలిసారి గజ్జె కట్టుకున్నారా యామిని. పాదాలతో పదనిసలు పలికించడం, కళ్లలో భావాన్ని అభివ్యక్తం చేయడానికి చిన్నప్పటి నుంచే అలవాటైంది. అయితే ఆమె సంపూర్ణ నర్తకిగా రంగప్రవేశం చేయడానికి ఇరవై ఏళ్ల దాకే వరకు తాల్చి వచ్చింది. ఇది నిజంగా ఆశ్చర్యకరమైన విషయమే. అయితే యామినిని నర్తకిని చేయాలనే కోరిక అమ్మానాన్నలకు లేకపోవడంతో ఆమె రంగప్రవేశానికి అంత ధైర్యం వట్టింది. కూతురు ప్రాఫెషనల్ కోర్సు చదివి మంచి ఉద్యోగం చేయాలని ఆమె సాధన చేయడం. నీ పెర్ఫార్మెన్స్ వచ్చే వరకు సాధన చెయ్యి. నీ పెర్ఫార్మెన్స్ మానస తర్వాత రంగప్రవేశం చేయవచ్చో లేదో నిర్ణయిస్తాను" అన్నారు తండ్రి. కూతురి మొదటి పట్టుదతో సాధన చేయడాన్ని, నాట్యంలో ఆమె సాధించిన మెకకువలను చూశాక మాత్రమే రంగప్రవేశం చేయడానికి అనుమతించారు.

సాక్షి ప్యామిలి
నల్లగొండ || సోమవారం
4-11-2019

ప్రశంస-పురస్కారాలు
'యామిని ద్యాన్స్ కోసమే వుట్టిన అమ్మాయి. సంపూర్ణమైన నాట్యకారిణి' యామిని నాట్యం చూసిన ప్రసిద్ధ సీతార విద్యాంశులు, భారతరత్న పండిట్ రవిశంకర్ ఇచ్చిన ప్రశంస ఇది. ఆమె సంగీత నాటక అకాడమి, జాతీయ బిస్మిల్లా ఖాన్ యువ పురస్కారం, దేవదాసి నేపథ్య అవార్డు, ఫిక్సెడ్ యంగ్ అబ్లీ వర్గ అవార్డులు, ఇయాండ్, యూఎస్ఎల్లో స్టూడెంట్ సాంస్కృతిక పురస్కారాలు అందుకున్నారు. నాట్యం మీద ఆమె 'ఆడియన్స్ డెవలప్ మెంట్ ఫర్ ద పెర్ఫార్మింగ్ ఆర్ట్స్ ఇన్ ఇండియా' పేరుతో పరిశోధన గ్రంథాన్ని కూడా రాశారు.

నాట్యం ఒక ప్రవాహం
నాట్యం తనకంటేలా ఉండకూడదు. ప్రపంచం పాతే సదిలాగ కొత్తదాన్ని సీక్వెన్స్ ముందుకు సాగాలి. నాట్యంలో ప్రయోగాలు చేస్తూనే ఉండాలనేది నాన్న పాటివీన సూత్రం. మాకు నేర్పించిన పాతం. ఈ నెల పదవతేదీన రవీంద్రభారతిలో 'దృశ్యకావ్య' అనే థీమాతో ప్రదర్శన ఇవ్వడానికి సిద్ధమవుతున్నాను. ఇటీవల కొత్త వర్గంలో ద్యాన్స్ కు అదరణ పెరిగింది, కానీ పాత డ్రామా చదవడం పూర్తిగా కనుమరుగైపోతోంది. ఊతూకాడు వెంకటసుబ్బయ్యారా, తులసిదాస్, స్వామి పెరుమాళ్, జయదేవ, నారాయణ తీర్థ వంటి మహాకవుల గురించి ఈతరం పిల్లలకు తెలిసే అవకాశం తక్కువ. వీళ్ల రచనల ఆధారంగానే దృశ్యకావ్యం రూపొందించాను. ఇందులో నాతోపాటు నా శిష్యులు పదిమంది పాల్గొన్నారు. ఈ ప్రయత్నం వల్ల పిల్లల్లో మన గ్రంథాల పట్ల ఆసక్తి కలగాలనేది నా కోరిక.
నేర్పించాను... నిర్మించాను
మా అమ్మాయికి ఏదీకట్ట తనకు కూచిపూడిలో దేనికీ నేర్పించాను. తనను ద్యాన్స్ లోనే చేయాలనే నిర్ణయం నేను తీసుకోను. ఇప్పుడు నేనసలే ఏమీ నేర్పించకపోతో... రేపు బాలు పెద్దయిన తర్వాత 'నాకెందుకు నేర్పించలేదా' అని బాధపడకూడదు కదా! అందుకోసం మాత్రమే తల్లిగా నా బాధ్యత అన్నట్లు నేర్పిస్తున్నాను. నాట్య ప్రదర్శన కోసం అంటికి వైద్యసర్దుబాటు బాబు నన్ను మీన అవుతున్నాడనే అవకాశం బాధన వెంటాడుతూ ఉంటుంది. అందుకే వారంతో రెండు రోజులు నా పక్కే నుంచి హాస్పిటల్ తీసుకుని రెండు రోజులూ పూర్తిగా బాబు కోసమే కేటాయిస్తున్నాను. వృత్తి బాధ్యతను, తల్లి బాధ్యతను బ్యాలెన్స్ చేయడం కష్టం అని చెప్పినా కానీ, చాలా సున్నులగా డీర్ చేసుకోవాలని మాత్రం చెప్పాను. అలా నన్ను స్వయం చేసుకోగలిగిన నేర్పు ఆడవాళ్లలో ఉంటుంది కూడా" అన్నారు యామిని.
- వారా మంజులారెడ్డి
ఫోటోలు: రాజేష్ రెడ్డి

వీడియోటిక్ కాన్సెలింగ్

పాప ఒంటి మీద పులిపిర్లు

మా అమ్మాయికి పడకొండేళ్లు. ఆమెకు ముఖం మీద, దేహం మీద అక్కడక్కడా చిన్న చిన్న పులిపిర్లు కొరతలేని వస్తున్నాయి అని రోజూకీ జరిగిపోతుంటుంది. వాళ్ల దేహం అంతో శరీరం ఉంది. మా పాపకు ఇవి ఎందుకొస్తున్నాయి? పాప విషయంలో మాకు సరైన సలహా ఇవ్వండి.
- సి.పావ్. శ్రీలక్ష్మి, ఖమ్మం
మీరు చెప్పిన లక్షణాలను బట్టి చూస్తే... మీ పాపకు ఉన్న కండీషన్ ములస్కమే కంటా జియోజెమ్ కావచ్చుని అనిపిస్తోంది. ఇది వైరస్ వల్ల వచ్చే ఒక రకం చర్మవ్యాధి. ఇది ముఖంగా రెండు నుంచి 12 ఏళ్ల పిల్లల్లో చాలా ఎక్కువగా కనిపిస్తుంటుంది.
చర్మానికి చర్మం రాసుకోవడంతో పాటు... అప్పుటికి ఈ వ్యాధి కలిగి ఉన్నవారి తువ్వలను మరొకరు ఉపయోగించడం వల్ల ఒకరి నుంచి మరొకరికి వ్యాప్తిస్తుంది. వాళ్ల దేహం నుంచి మళ్ళీ వాళ్ల చర్మం మీద మరోకోటికి వ్యాపించడం కూడా చాలా సాధారణం. దీన్నే సెల్స్ ఇనాక్టివేషన్ అంటారు. అలర్జిక్ డర్మటైటిస్



ఇది తగ్గడానికి కొంతకాలం వేచిచూడండి. అప్పుటికి తగ్గపోతే అప్పుడు క్రయోథెరపీ, క్యూరేటాజ్ వంటి ప్రక్రియలతో చికిత్స విధిస్తారు చేయవచ్చు. ఇక దీనితో పాటు కొన్ని ఇమ్యూనో లాజికల్ మెడిసిన్స్... అంటే ఉదాహరణకు ఇమిక్యువల్ అనే క్రిమీను టిజెన్స్ ఉన్న ప్రాంతంలో కొన్ని నెలల పాటు పూయడం వల్ల చాలా ఉపయోగం ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో పైన్ పేర్కొన్న ఇతర ప్రక్రియల (ఉదా: క్రయోథెరపీ వంటివి)తో పాటు ఇమిక్యువల్ కలిపి ఉపయోగించడం వల్ల మంచి ప్రయోజనం ఉంటుంది. మీరు ఒకసారి మీ చర్మవ్యాధి నిపుణులను సంప్రదించి, చికిత్సను కొనసాగించండి.
చికిత్స:
ఇది తగ్గడానికి కొంతకాలం వేచిచూడండి. అప్పుటికి తగ్గపోతే అప్పుడు క్రయోథెరపీ, క్యూరేటాజ్ వంటి ప్రక్రియలతో చికిత్స విధిస్తారు చేయవచ్చు. ఇక దీనితో పాటు కొన్ని ఇమ్యూనో లాజికల్ మెడిసిన్స్... అంటే ఉదాహరణకు ఇమిక్యువల్ అనే క్రిమీను టిజెన్స్ ఉన్న ప్రాంతంలో కొన్ని నెలల పాటు పూయడం వల్ల చాలా ఉపయోగం ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో పైన్ పేర్కొన్న ఇతర ప్రక్రియల (ఉదా: క్రయోథెరపీ వంటివి)తో పాటు ఇమిక్యువల్ కలిపి ఉపయోగించడం వల్ల మంచి ప్రయోజనం ఉంటుంది. మీరు ఒకసారి మీ చర్మవ్యాధి నిపుణులను సంప్రదించి, చికిత్సను కొనసాగించండి.

బాబుకు మాటిమాటికీ జలుబు

మా బాబుకు పన్నెండేళ్లు. తరచూ జలుబు చేస్తుంటుంది. చల్లటి చదాల్లాలు, కూలేట్రింగ్ వచ్చినా మానదు. పైగా ఇప్పుడు చలి బాగా పెరగడంతో... తరచు ఊపిరి సరిగ్గా ఆడటం లేదని తరచూ కంప్లెంట్ చేస్తున్నాడు. డాక్టర్లను సంప్రదిస్తే మందులు రాసి ఇవ్వడం మానేసి ప్రయోజనం కనిపించడం లేదు. బాబుకు ఇలా తరచూ జలుబు రావడం తగ్గడానికి మార్గం చెప్పండి.
- ఆర్. మోహన్, బంగోలు
మీ బాబుకు ఉన్న కండిషన్ ను అలర్జిక్ రైన్యైటిస్ అంటారు. అందుకోసం మీ బాబుకు ఉన్నది సీజనల్ అలర్జిక్ రైన్యైటిస్ చెప్పవచ్చు. పిల్లల్లో సీజనల్ అలర్జిక్ రైన్యైటిస్ లక్షణాలు ఆర్థిక వయస్సు తర్వాత ఎక్కువగా కనిపిస్తుంటాయి. ఈ సమస్య ఉన్న పిల్లల్లో జలుబు, ముక్కు దురద, కళ్ల నుంచి నీరు కారడం, ముక్కు దిబ్బడ, ఊపిరి తీసుకోవడంలో కష్టం వంటి లక్షణాలు చూస్తుంటారు. ఈ సమస్య చాలా సాధారణం. దీనికి నిర్దిష్టమైన కారణం చెప్పలేకపోయినప్పటికీ వంశపారంభ్యం గా కనిపించడంతో పాటు వాతావరణం, పర్యావరణ మార్పులు కూడా అందుకు దోహదం చేస్తాయి. పూలముక్కలు, దుమ్ము, ధూళి, ప్రస్తావన, డి. రంగులు, డిటర్జెంట్స్ వంటివి శరీరానికి సరిపడకపోవడంతో వంటివి ఈ సమస్యకు ముఖ్య కారణాలు. మీ బాబుకు యాంటిబయోటిక్స్, ఇమ్యూనోమోడ్యులేటర్లు, ఇంట్రానాసల్ స్టెరాయిడ్స్ (స్ప్రేస్ వాడటం వల్ల చాలావరకు ప్రయోజనం ఉంటుంది. మీ అమ్మాయి విషయంలో ఎలాంటి అందోళన అవసరం లేదు. చల్లటి చదాల్లాలు తగ్గించడం, సరిపడనివాటికి దూరంగా ఉండడం వల్ల చాలావరకు ప్రయోజనం ఉంటుంది.

డా. రమేష్ బాబు దానిని
సీనియర్ పీడియాట్రిషియన్, రోహ్ పాస్టర్, రోహ్ పాస్టర్, విజయనగర్ కాలనీ, హైదరాబాద్

భారత్, బంగ్లాదేశ్ జట్ల మధ్య జరిగిన పోరు అంతర్జాతీయ టీ20లో 1000వ మ్యాచ్ కావడం విశేషం. 17 ఫిబ్రవరి, 2005న ఆస్ట్రేలియా, న్యూజిలాండ్ మధ్య ఆక్లాండ్లో తొలి అంతర్జాతీయ టీ20 మ్యాచ్ జరిగింది. ఈ మ్యాచ్లో ఆస్ట్రేలియా 44 పరుగులతో గెలిచింది.

100 రిపర్టింగ్ రంజన్ మదుగలేకు ఇది 100వ అంతర్జాతీయ టీ20 మ్యాచ్.

రోహిత్ శర్మ కెరీర్లో ఇది 99వ మ్యాచ్. ఎమ్మెస్ ధోని (98)ని అధిగమించి అత్యధిక మ్యాచ్లు ఆడిన భారత ఆటగాడిగా రికార్డు నెలకొల్పాడు. ఓపెనర్గా పాపింద్ అష్టది (99)తో సమంగా నిలిచిన రోహిత్ కంటే మలింగ్ (111) మాత్రమే ముందున్నాడు. ఈ మ్యాచ్లో మరోసారి కోహ్లి (2,450)ని రాబోయే అత్యధిక పరుగులు చేసిన ఆటగాడిగా రోహిత్ (2,452) నిలిచాడు.

శివమ్ దూబే ఈ మ్యాచ్లో అంతర్జాతీయ అరంగేట్రం చేశాడు. భారత తరపున టీ20లు ఆడిన 82వ ఆటగాడిగా దూబే గుర్తింపు పొందాడు.

'కాలుష్యం ఆటను ఆవలంబం'...

డెల్లీ ప్రభుత్వం డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ హెల్త్ సర్వీసెస్ ఆదివారం ఆరోగ్య సలహా సూచించిన ప్రకటించింది. ఇందులో 'అవుట్డోర్ కాన్సర్షన్లు రద్దు చేసుకొని ఇంట్లోనే ఉండండి' అనేది మొదటి ప్రాధాన్యత అంశంగా ఉంది. అందుకే అక్కడ అధికారి కంగా పాతకాలలు, కార్యాలయాలకు కూడా సులభమైన ప్రకటించారు. మూర్తి ప్రారంభమైన 7 గంటల సమయంలో కూడా పరిస్థితి తీవ్రంగానే ఉంది. కానీ ఈ పోగుమంచు కాలుష్యం క్రికెట్ మ్యాచ్కు మాత్రం అడ్డు కాలేదు. దాదాపు 25 వేల మంది ప్రేక్షకులు కాలుష్యాన్ని తెచ్చి చేయకుండా మ్యాచ్ నాసేందుకు స్టేడియానికి వచ్చారు. ఇందులో పెద్ద సంఖ్యలో పిల్లలు కూడా ఉన్నారు. ఇక్కడ ఐపీఎల్ వరకు మరో క్రికెట్ మ్యాచ్ లేదు కాబట్టి వచ్చామని, కాలుష్యం ఉన్నా లేదు రోటీస్ వసులు చేసుకోవడం లేదా అని ఒక అభిమాని వ్యాఖ్యానించాడు. మరోవైపు మైదానంలో కూడా అటగాళ్లు కూడా ఏ దశలోనూ ఇబ్బంది పడినట్లుగా కనిపించలేదు.

లక్ష్మ సేన్ హ్యాట్రిక్ వరుసగా మూడో ట్రిప్లెట్ హస్తగతం



న్యూఢిల్లీ: ఈ సీజన్లో తన అద్భుత పాపం కొనసాగిస్తూ భారత యువ షట్టర్ లక్ష్మ సేన్ 'హ్యాట్రిక్' సాధించాడు. వరుసగా మూడో అంతర్జాతీయ టోర్నమెంట్లో సింగిల్స్ ట్రిప్లెట్ గెలుపున్నాడు. జర్మనీలోని సార్లెంట్లో ఆదివారం ముగిసిన సార్లెంట్ ఓపెన్ వరల్డ్ టూర్ సూపర్-100 టోర్నీలో ఈ ఉత్తరాఖండ్ షట్టర్ చాంపియన్గా నిలిచాడు. జోహాహామ్ సాగిన ఫైనల్ లక్ష్మ సేన్ 17-21, 21-18, 21-16తో వెంగ్ హాంగ్ యాంగ్ (చైనా)పై గెలిచాడు. విజేత లక్ష్మ సేన్కు 5,625 డాలర్ల ప్రైజ్ మనీ (రూ. 3 లక్షల 98 వేలు)తోపాటు 5,500 ర్యాంకింగ్ పాయింట్లు లభించాయి. ఈ టోర్నీకంటే ముందు లక్ష్మ సేన్ డబ్ ఓపెన్, టెల్లియం ఓపెన్ ట్రిప్లెట్ సాధించాడు.

భారత్ డాక్కిరి విక్కిరి

తొలి టీ20లో బంగ్లాదేశ్ అద్భుత విజయం

- ఏడు వికెట్లతో టీమిండియాకు షాక్
- ముష్ఫికర్ సూపర్ ఇన్నింగ్స్
- రెండో మ్యాచ్ గురువారం

4,4,4,4

గెలుపు కోసం బంగ్లా వివరి 18 బంతుల్లో 35 పరుగులు చేయాలి. వికెట్లు చేతిలో ఉన్నా ఓల్డ్ టైమ్ అంత సులువు కాదు. అయితే 18వ ఓవర్లో ముష్ఫికర్ ఇచ్చిన అతి సునాయాస క్యాచ్ ను షాందర్ వద్ద కృనాల్ నేలపాలు చేసే వారికి మరో అవకాశం ఇచ్చాడు. ఖలీల్ వేసిన 19వ ఓవర్లో ముష్ఫికర్ చెల రేగిపోయాడు. వరుసగా 4, 4, 4, 4 బాది గెలుపునకు చేరువగా తీసుకొచ్చాడు.

సాక్షి రు వివరాలు

వికెట్ల పతనం: 1-10, 2-36, 3-70, 4-95, 5-102, 6-120. బొలింగ్: షఫీయల్ 4-0-36-2, అమీన్ 4-0-27-0, ముస్తఫిజ్ 2-0-15-0, అమీన్ 3-0- 22-2, సర్కార్ 2-0-16-0, అఫీఫ్ 3-0- 11-1, మొస్తఫిక్ 1-0-8-0, ముహమ్మద్ 1-0-10-0.

బంగ్లాదేశ్ ఇన్నింగ్స్: లిటన్ దాస్ (సి) రాహుల్ (టి) చహల్ 7; నయూమ్ (సి) ధావన్ (టి) చహల్ 28; సాహ్యు సర్కార్ (టి) ఖలీల్ 39; ముష్ఫికర్ (నాటౌట్) 60; ముహమ్మదుల్లా (నాటౌట్) 15; ఎక్స్ట్రాలు 7; మొత్తం (19.3 ఓవర్లలో 3 వికెట్లకు) 154.

వికెట్ల పతనం: 1-8, 2-54, 3-114. బొలింగ్: దీపక్ చహల్ 3-0-24-1, వాషింగ్టన్ సుందర్ 4-0-25-0, ఖలీల్ అహ్మద్ 4-0-37-1, యుజ్వేంద్ చహల్ 4-0-24-1, కృనాల్ పాండ్యా 4-0-32-0, దాబే 0.3-0-9-0.

భారత్ ఇన్నింగ్స్: రోహిత్ (ఎట్టి) (టి) షఫీయల్ 9; ధావన్ (రనౌట్) 41; రాహుల్ (సి) ముహమ్మదుల్లా (టి) అమీన్ 15; అయ్యర్ (సి) నయూమ్ (టి) అమీన్ 22; పంత్ (సి) నయూమ్ (టి) షఫీయల్ 27; దాబే (సి) అండే వి) అఫీఫ్ 1; కృనాల్ (నాటౌట్) 15; సుందర్ (నాటౌట్) 14; ఎక్స్ట్రాలు 4; మొత్తం (20 ఓవర్లలో 6 వికెట్లకు) 148.

సాక్షి రు వివరాలు

వికెట్ల పతనం: 1-10, 2-36, 3-70, 4-95, 5-102, 6-120. బొలింగ్: షఫీయల్ 4-0-36-2, అమీన్ 4-0-27-0, ముస్తఫిజ్ 2-0-15-0, అమీన్ 3-0- 22-2, సర్కార్ 2-0-16-0, అఫీఫ్ 3-0- 11-1, మొస్తఫిక్ 1-0-8-0, ముహమ్మద్ 1-0-10-0.

బంగ్లాదేశ్ ఇన్నింగ్స్: లిటన్ దాస్ (సి) రాహుల్ (టి) చహల్ 7; నయూమ్ (సి) ధావన్ (టి) చహల్ 28; సాహ్యు సర్కార్ (టి) ఖలీల్ 39; ముష్ఫికర్ (నాటౌట్) 60; ముహమ్మదుల్లా (నాటౌట్) 15; ఎక్స్ట్రాలు 7; మొత్తం (19.3 ఓవర్లలో 3 వికెట్లకు) 154.

వికెట్ల పతనం: 1-8, 2-54, 3-114. బొలింగ్: దీపక్ చహల్ 3-0-24-1, వాషింగ్టన్ సుందర్ 4-0-25-0, ఖలీల్ అహ్మద్ 4-0-37-1, యుజ్వేంద్ చహల్ 4-0-24-1, కృనాల్ పాండ్యా 4-0-32-0, దాబే 0.3-0-9-0.

న్యూజిలాండ్ రెండో టీ20

21 పరుగులతో ఓడిన ఇంగ్లండ్

విశ్లేషణ: తొలి మ్యాచ్లో ఎదురైన పరాజయం నుంచి న్యూజిలాండ్ జట్టు తేరుకుంది. రెండో టీ20 మ్యాచ్లో ఆరంభ ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకొని ఇంగ్లండ్పై 21 పరుగుల తేడాతో గెలిచింది. ఐదు మ్యాచ్ల సిరీస్ను 1-1తో సమం చేసింది. ఆదివారం జరిగిన ఈ రెండో టీ20 మ్యాచ్లో తొలుత న్యూజిలాండ్ 20 ఓవర్లలో 8 వికెట్లకు 176 పరుగులు సాధించింది. గెస్ట్రీ (28 బంతుల్లో 41; 3 ఫోర్లు, 2 సిక్స్ లు), సీమ్స్ (22 బంతుల్లో 42; 2 ఫోర్లు, 4 సిక్స్ లు), గ్రాండోస్ (12 బంతుల్లో 28; ఫోర్, 3 సిక్స్ లు), రాన్ టేలర్ (24 బంతుల్లో 28; 2 ఫోర్లు, సిక్స్) బాణిగా ఆడారు. ఇంగ్లండ్ బౌలర్లలో జోర్డన్ మూడు వికెట్లు, స్ట్యూవ్ కరన్ రెండు వికెట్లు పడగొట్టారు. 177 పరుగుల లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన ఇంగ్లండ్ 19.5 ఓవర్లలో 155 పరుగులకు ఆటోల్లింది. మోర్గాన్ (17 బంతుల్లో 32; 3 ఫోర్లు, 3 సిక్స్ లు), మాలన్ (29 బంతుల్లో 39; 2 ఫోర్లు, 2 సిక్స్ లు), జోర్డన్ (19 బంతుల్లో 36; 3 ఫోర్లు, 3 సిక్స్ లు) దూకుడుగా ఆడినా కీలకదశలో అవుట్లవ్వడంతో ఇంగ్లండ్ లక్ష్యానికి దూరంగా నిలిచింది. న్యూజిలాండ్ బౌలర్లలో 'మ్యాన్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్' సాన్ ట్యూర్ (3/25) రాణించాడు. ఈ మ్యాచ్లో కీపర్ ఫిల్డ్ గ్రాండోస్ మే నాలుగు క్యాచ్లు తీసుకోగా... ఇంగ్లండ్ ఫీల్డర్లు ఆరు క్యాచ్లను నెలపాలు చేశారు.

2 ఆవాస్ గూలాగాంగ్ (1976లో) తండ్రి డబ్బుటీవీ ఫైనల్స్ టోర్నీ ట్రిప్లెట్ సాధించిన రెండో ఆస్ట్రేలియా క్రీడాకారిణిగా యాష్లే బార్లీ నిలిచింది.

5 సీజన్ ముగింపు టోర్నీ ఫైనల్స్లో బరిలోకి దిగిన తొలిసారి విజేతగా అవతరించిన ఐదో క్రీడాకారిణిగా బార్లీ గుర్తింపు పొందింది. గతంలో సెరెనా విలియమ్స్ (అమెరికా-2001 లో), మలియా వరహోవా (రష్యా-2004లో), పెట్రా క్విట్నోవా (చెక్ రిపబ్లిక్-2011లో), సిబు ల్యోవా (స్లావేకియా-2016లో) ఈ ఘనత సాధించారు.

కాంస్య పతక పోరులో రవి ఓటమి

బుధాపెట్: ప్రపంచ అండర్-23 రజ్జింగ్ చాంపియన్షిప్లో చివరిరోజు భారతకు నిరాశే మిగిలింది. పురుషుల గ్రేడ్ రోమన్ 97 కేజీల విభాగంలో భారత రజ్జింగ్ రవి రాజ్ పరాజయం సామలయ్యాడు. కాంస్య పతక పోరులో రవి రాజ్ 0-8తో దిమిల్ కామిన్స్కి (బెలాల్స్) చేతిలో ఓడిపోయాడు. ఆదివారం ముగిసిన ఈ మెగా ఈవెంట్లో భారత తరపున రవీందర్ (61 కేజీలు), పూజా గెహ్లాట్ (53 కేజీలు) రజత పతకాలు గెలిచారు.

డబ్బుటీవీ ఫైనల్స్ తుది పోరులో రూ. 31 కోట్ల 17 లక్షల టోర్నీ ట్రిప్లెట్ కైవసం స్వీతోలినాపై విజయం

చాంపియన్ యాష్లే బార్లీ

షెన్ డెన్ (చైనా): మహిళల టెన్నిస్ సంఘం (డబ్బుటీవీ) సీజన్ ముగింపు ప్రతిష్టా త్రుక్ టోర్నమెంట్లో ప్రపంచ నంబర్ వన్ యాష్లే బార్లీ (ఆస్ట్రేలియా) విజేతగా నిలిచింది. ఆదివారం జరిగిన డబ్బుటీవీ ఫైనల్స్ టోర్నీ తుది పోరులో యాష్లే బార్లీ 6-4, 6-3తో డిబెడింగ్ చాంపియన్ ఎలిసా స్వీతోలినా (ఉక్రెయిన్)పై గెలిచింది. గతంలో స్వీతోలినాతో ఆడిన ఐదు మ్యాచ్లలోనూ ఓడిపోయిన బార్లీ మెగా ఫైనల్లో మాత్రం తన అద్భుత పతాన్ని కాలుకుంది. విజేతగా నిలిచిన యాష్లే బార్లీకి 44 లక్షల 20 వేల డాలర్లు (రూ. 31 కోట్ల 17 లక్షలు)... రన్వరమ్ స్వీతోలినాకు 24 లక్షల డాలర్లు (రూ. 16 కోట్ల 92 లక్షలు) ప్రైజ్ మనీగా లభించాయి. ఓ టెన్నిస్ టోర్నీ మెంట్లో విజేతకు ఇంత భారీ మొత్తం ప్రైజ్ మనీ ఇవ్వడం ఇది తొలిసారి.

గతేడాది సింగపూర్లో జరిగిన డబ్బుటీవీ ఫైనల్స్ టోర్నీలో విజేతగా నిలిచిన తర్వాత స్వీతోలినా ఖాతాలో మరో ట్రిప్లెట్ చేరలేదు. ఈ టోర్నీలో స్వీతోలినా లీగ్ దశలో ఆడిన మూడు మ్యాచ్లలో నెగ్గడంతోపాటు సెమ్ ఫైనల్స్లోనూ గెలిచి ఫైనల్ చేసింది. ఒకవేళ స్వీతోలినా ఫైనల్లో గెలిచినట్లైతే టోర్నీ నిబంధనల ప్రకారం ఆశే యంగా నిలిచినట్లు దుకు ఆమెకు

బాబీస్-మూడోసీజన్ జంటకు డబ్బుటీవీ ట్రిప్లెట్

డబ్బుటీవీ ఫైనల్స్ టోర్నీ డబ్బుటీవీ విభాగంలో తిమియా బాబోస్ (హంగరీ)-క్రిస్టినా మూడోసీజన్ (ఫ్రాన్స్) జంట ట్రిప్లెట్ సాధించింది. ఫైనల్లో ఈ జంట 6-1, 6-3తో సు వె సెయి (చైనీస్ టైమ్)-బార్లీ మొత్తంలో ఆశేయంగా నిలిచినందుకు తిమియా-క్రిస్టినా జంటకు 10 లక్షల డాలర్లు (రూ. 7 కోట్లు) ప్రైజ్ మనీ లభించింది.

పారిస్లో జైకోవిచ్

- కెరీర్లో 84వ మాస్టర్స్ సిరీస్ ట్రిప్లెట్ నెగ్గిన సెర్బియా స్టార్
- రూ. 7 కోట్ల 84 లక్షల ప్రైజ్ మనీ సొంతం



పారిస్: అద్భుతం అద్భుతం చలాయింది విన సెర్బియా టెన్నిస్ స్టార్ నోవాక్ జోకోవిచ్ పారిస్ ఓపెన్ మాస్టర్స్ సిరీస్-1000 టోర్నమెంట్లో చాంపియన్గా నిలిచాడు. ఆదివారం జరిగిన పురుషుల సింగిల్స్ ఫైనల్లో టాడ్ నీడ్ జోకోవిచ్ 6-3, 6-4తో అన్ డెడ్ డెనిస్ షుపల్చేవ్ (రెనా)పై విజయం సాధించాడు. 85 నిమిషాల్లో ముగిసిన ఈ మ్యాచ్లో జోకోవిచ్ తన దశలోనూ ప్రత్యర్థి నుంచి పోటీ ఎదురుకాలేదు. రెండు సెట్లలో ఒక్కసారి షుపల్చేవ్ సర్వీస్ను క్రేక్ చేసిన జోకోవిచ్ తన సర్వీస్ను ఒక్కసారి కోల్పోలేదు. విజేతగా నిలిచే క్రమంలో జోకోవిచ్ తన ప్రత్యర్థులకు ఒక్క సెట్ పోటీ ఎదురుకాలేదు. చాంపియన్ జోకోవిచ్కు 9,95,720 యూరోల (రూ. 7 కోట్ల 84 లక్షలు) ప్రైజ్ మనీతోపాటు 1000 ర్యాంకింగ్ పాయింట్లు... రన్వరమ్ షుపల్చేవ్కు 5,03,780 యూరోల (రూ. 3 కోట్ల 96 లక్షలు) ప్రైజ్ మనీతోపాటు 600 ర్యాంకింగ్ పాయింట్లు లభించాయి.

బెంగళూరు, జంషేడ్పూర్ మ్యాచ్ 'త్రా'

జంషేడ్పూర్: డిఫెండింగ్ చాంపియన్గా జంషేడ్పూర్ సూపర్ లీగ్ (ఐఎన్ఎల్) సీజన్-6లో అదుగుపెట్టిన బెంగళూరు ఎఫ్సీ ఖాతా తెరవడంలో మరోసారి విఫలమైంది. ఇప్పటి వరకు ఆడిన రెండు మ్యాచ్లను 'త్రా' చేసుకున్న ఆ జట్టు ఆదివారం జంషేడ్పూర్లో జరిగిన మ్యాచ్ను కూడా 0-0తో 'త్రా'గా ముగిసింది. నిర్ణీత సమయంలో ఇరు జట్లు గోల్ సాధించడంలో విఫలమయ్యాయి. బెంగళూరుకు పలుమార్లు గోల్ చేసే అవకాశం వచ్చినా... జంషేడ్పూర్ గోల్కీపర్ సుత్రా పాల్ వాటిని సమర్థంగా అడ్డుకున్నాడు.

