

ຮ່ວມມືນ ມາຊີລ ລ່ວມ

పట్ట చీరలు వెడుకల సందర్భంలోనే కొనుగోలు చేస్తారు.

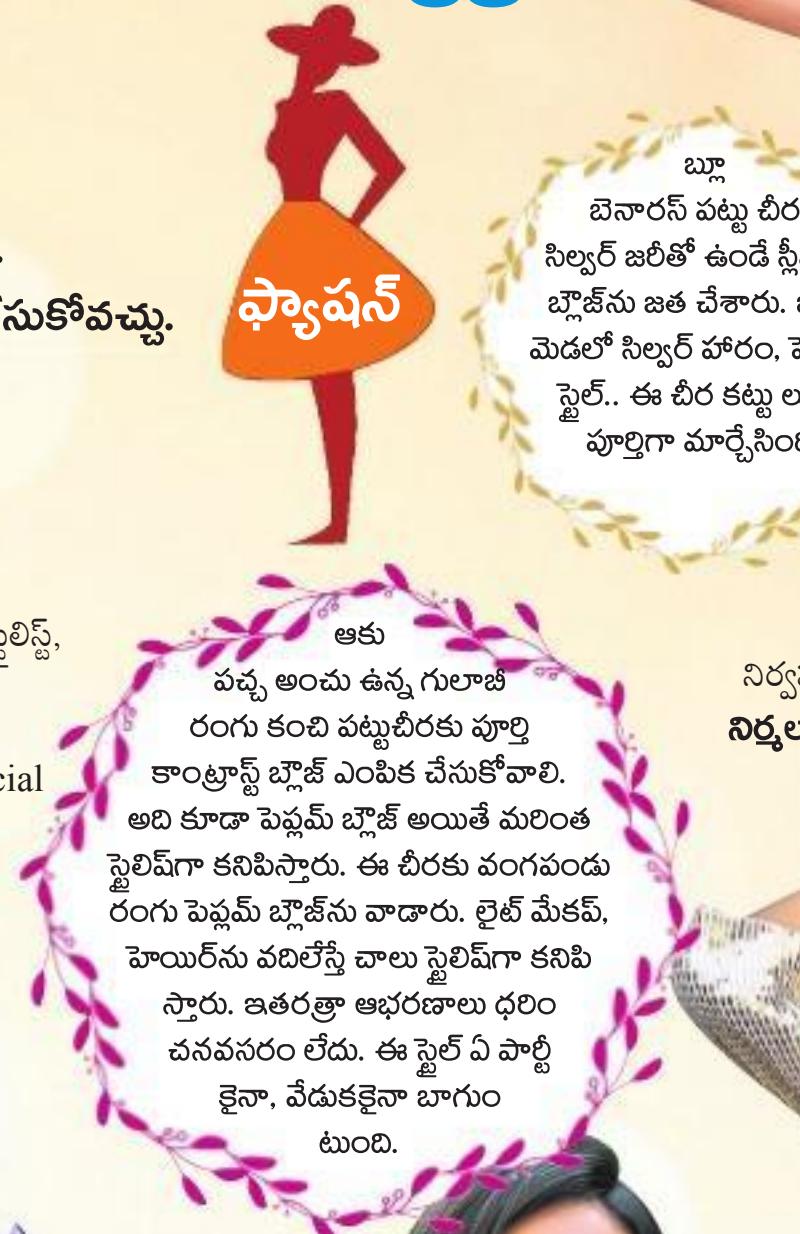
ಅಲಾಗೆ ವಾಟಿನಿ ಸಂಪ್ರದಾಯ ವೇಡುಕಲ್ಕೆ ಧರಿಸ್ತಾರು.

సంప్రదాయ వేడుకలతో పాటు గెట్ టు గెదర్,

లిసెప్పన్ వంటి ఇందోవెష్టన్ పార్టీలకు కూడా ఇలా రెడీ అవచ్చ. ఇప్పుడు చలికాలం కూడా కాబట్టి సీజన్కి తగ్గట్టు చీరకట్టులో మార్పులు చేసుకోవచ్చ.



- సాగరిక, అభిజ్ఞ,
ఫ్యాషన్ డిజైనర్స్ అండ్ సెలీన్
ప్రైదరాబాద్
ఇన్ఫ్రాగ్రామ్:
abhignasagarikaofficial



బ్లూ
బెనారన్ పట్టు చీరకి
సిల్వర్ జలీతో ఉండే స్లీవ్లెన్
బ్లౌజ్ ను జత చేశారు. బ్లౌజ్,
మెడలో సిల్వర్ హోరం, హాయర్
సైల్ట్.. ఈ చీర కట్టు లుక్సి
పూల్రిగా మార్చేసింది.



ಸಾಕ್ಷಿ

నల్గొండ
శుక్రవారం || 8-11-2019

పెళ్ళకి ముకవ!



పెళ్ళి కూతురు మేకవ్, అలంకరణ మిగతా
వారికన్నా భిన్నంగా ఉంటుంది. నిద్రలేవి
ఒత్తిడి కారణంగా కళ్ళ కింద చర్చం ఉభయ
ఉంటే తగ్గడానికి గోరువెళ్ళని టీ బ్యాగ్‌తి
కొళ్ళినేపు కావడం పెట్టాలి. మేకవ్ చేసుకున్న
ముందు ఫేన్ వాష్టీ ముఖాన్ని ఒకసాధ
సుశ్రూం చేసుకోవాలి

- ఏ తరహ సిగ్న్ పేడ్ నప్పుతుందో మేసి చాయను బట్టి ఎంపిక చేసుకోవాలి. అలాగే సరైన ఫొండేషన్, ప్రైమర్, కన్సీలర్స్ ను ఎంచుకోవాలి.
 - ముఖానికి మాయిశ్చరైజర్ రాసుకోవాలి బేస్‌గా ప్రైమర్ని ముఖమంతా రాయాలి. దీంతమే టెమ్పుల వల్ల అయిన మచ్చలు, షైన్ లైన్స్ ను ముడతలు కనిపించవు. ఎక్కువ సమయమైన మేకప్ పాడవకుండా ఉంటుంది. అలాగే ఫొండేషన్ ప్ర్యాచులుగా చర్యానికి పట్టే సమస్య కూడా ఉత్పన్నం అవదు.
 - ప్రైమర్ రాసిన తర్వాత ఫొండేషన్ని అర్థాం చేయాలి. అలాగే కంటికి ఐ షాడ్స్ కోసం ఉపయోగించాలి.
 - చామన చాయ గలవారు బుగ్గలకు బ్రోంజర్స్ అప్పు చేయాలి.
 - ఈ కాలం త్వరగా పెదాలు పొడిబారే అంచు కాశం ఉంటుంది కాబట్టి పెదాలకు లిప్సిస్ వాడిన తర్వాత లిప్సిల్స్‌ను ఉపయోగించాలి. పెదాలు సన్నగా ఒంపుతిరిగి కసి పించాలంటే లిప్ పెనిగ్లతో జోల్ లైనర్ గీసి ఆ తర్వాత లిప్సిస్ వేయాలి.
 - డార్క్ ఐ లైనర్తో కళ్ళను తీర్చి దిద్దాలి. అలాగే కనుబొమలను కూడా ఉపయోగించాలి.
 - మెరుపుల కోసం ఏ ఇతర గ్లిటర్స్ ఉపయోగించకపోవడమే మంచిది.
 - ముబంలో కనిపించేవి ముందు పెదాలు కళ్ళ మాత్రమే. అందుకే లిప్సిస్క, ఐ షాడ్స్ మస్కూరాలను చాలా జాగ్రత్తగా ఉపయోగించాలి.
 - పేడ్స్, గ్లిటర్స్ అంటు అతిగా మేకప్ అయితే మిగతా అలంకరణ కూడా అంతగా నప్పుడు

మనవుతుందా?

అలవాట్లు మానెయాలి ● కారం, మనాలా
విషయంలో జాగ్రత్త వహించాలి ● కంటినిండా
లి ● మానసిక ఒత్తిడి దూరం కావదానికి
ర్యానం వంటివి చేయాలి ● ఆకుకూరలు ఎక్కు
గా తీసుకోవాలి. సమతులాహారం తీసుకోవాలి.
చికిత్స: గ్యాస్ట్రిక్ అల్గర్జుకు హోమియోలో
మంచి మందులు అందుబాటులో
ఉన్నాయి. ఆర్గనిక్ ఆల్బ్జ్, యాసిడ్
సైల్ప్రికమ్, మెర్క్సాల్, గ్రాఫ్టెట్స్,
ఫాస్ఫరన్ వంటి మందులు ఈ
సమస్యకు చక్కగా పనిచేస్తాయి.
అయితే అనుభవజ్ఞులైన
హోమియో వైద్యుల పర్యవేక్షణలో
వీటని తీసుకోవాలి.

డాక్టర్ కె. శ్రీనివాస్ గుప్తా,
ఎండీ (హోమియో),
స్టార్ హోమియోపథి, ప్రాదరాబాద్

ଓଡ଼ିଆ



గ్యాస్ట్రిక్ అల్వర్ నయమవుతుందా?

రావడానికి హాలీకొబ్బాక్టర్ పైలోరి
అనే బ్యాక్టీరియా ముఖ్యమైనది ●
మానసిక ఒత్తిడి, కారం, మసాలాలు ఎక్కు
వగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం ● మద్య
పానం, పొగతాగడం ● వేళకు ఆహారం తీసుకో
కపోవడం ● కలుషితమైన ఆహారం,
నీరు వంటి ద్వారా క్రిములు చేరి, అవి
జీర్ణవ్యవస్థలో విషపదార్థాలను విడు
దల చేసి పుండ్లు రావడానికి కారణ
మవుతాయి.

లక్షణాలు: ● కడుపులో నొప్పి,
మంట, ఉబ్బారం ● ఛాతీలో
నొప్పి, పుల్లటి తేమ్ములు, మలబద్దకం
● తలనొప్పి, బరువు తగ్గడం, రక్త
వాంతులు, రక్త విరేచనాలు ● కొంచెన్
తిన్నా కడుపు నిండినట్లు ఉండటం, ఆకలి
తగ్గడం ● నోటిలో ఎక్కువగా నీట్లు ఊరడం.
నివారణ... జాగ్రత్తలు: ● పరిశుభ్రమైన నీరు,
ఆహారం తీసుకోవాలి ● మద్యపానం,

పొగతాగడం అలవాట్లు మానెయాలి ● కారం, మనాలా
ఆహారాల విషయంలో జాగ్రత్త వహించాలి ● కంటినిండా
నిద్రపోవాలి ● మానసిక ఒత్తిడి దూరం కావడానికి
యోగా, ధ్యానం వంటివి చేయాలి ● ఆకుకూరలు ఎక్కు
వగా తీసుకోవాలి. సమతులాహారం తీసుకోవాలి.

చికిత్స: గ్యాస్ట్రిక్ అల్గర్కు హోమియోలో
మంచి మందులు అందుబాటులో
ఉన్నాయి. ఆర్గనిక్ ఆల్జ్, యాసిడ్
సైట్రికమ్, మెర్క్యూసాల్, గ్రాఫ్టెసిన్,
పాస్టారస్ వంటి మందులు ఈ
సమస్యకు చక్కగా పనిచేస్తాయి.
అయితే అనుభవజ్ఞులైన
హోమియో వైద్యుల పర్యవేక్షణలో
వీటని తీసుకోవాలి.

డాక్టర్ కె. శ్రీనివాస్ గుప్తా,
ఎండీ (హోమియో),
స్టార్ హోమియోపథి, ప్రైదరాబాద్

యానల్ ఫిఫర్కు చికిత్స ఉందా?

ఎడడు ఎదుగుదలకు తోడ్పడే జన్ము దులో ప్రవించే సెరటోనిన్, డోప్ బి రసాయనాలు ఇలా ఎన్నో దీనికి కారణం కావచ్చు. పిల్లల్లో ఉండానికి తోడ్పడే అంశాలు... ●

గా ఎప్పుడూ ఏడుస్తూ ఉండటం రిలో కలవలేకపోవడం ● ఆట ఏదో ఒక భాగంపైనే దృష్టి కేంద్రి ● వయసుకు తగినంత మానసిక లేకపోవడం వంటి లక్షణాలు కని ఆటిజమ్ ఉన్న పిల్లలకు లక్ష టట్టి చికిత్స ప్రారంభించాల్సి. మాటలు సరిగా రానివారికి స్టీచ్ యొగకరంగా ఉంటుంది. బిహేవి పీ కూడా దీనితో బాధపడే పిల్లల్లో నుకూవడానికి సహాయపడు ల్లల వ్యక్తిగత లక్షణాలను బట్టి, సామాజిక పరిస్థితులను అవగా తీసుకొని, మూలకారణాలను చికిత్స చేయాల్సి ఉంటుంది. టీజమ్ వ్యాధి తీవ్రతను బట్టి వధి ఉంటుంది. సరైన హోమియో మరలను అనుభవజ్ఞులైన వైద్యుల లో వాడితే పిల్లలు మామూలుగా ఉంకు లేదా గరిష్టస్థాయికి మెరుగు అవకాశం ఉంటుంది.

నా వయసు 68 ఏళ్లు. మలవిసర్జన సమ యంలో తీవ్రమైన నొప్పి వస్తోంది. డాక్టర్ ను సంప్రదిస్తే యానల్ ఫిఫర్ అని చెప్పి ఆపరేషన్ చేయాలన్నారు. హోమియోలో ఆపరేషన్ లేకుండా దీనికి చికిత్స ఉందా? - ఆర్. సత్యనారాయణ, విశాఖపట్నం మలద్వారం దగ్గర ఎర్పడే చీలికను ఫిఫర్ అంటారు. మనం తీసుకునే ఆహారంలో పీచుపదార్థాల పాశ్చ తగ్గడం వల్ల మలబద్ధకం వస్తుంది. దాంతో మలవిసర్జన సాఫీగా జరగదు. అలాంటి సమ యంలో మలవిసర్జన కోసం విపరీతంగా ముక్కడం వల్ల మలద్వారం వద్ద పగుళ్లు ఎర్పడతాయి. ఇలా ఎర్పడే పగుళ్లను ఫిఫర్ అంటారు. ఈ సమస్య ఉన్నప్పుడు మల విసర్జన సమయంలో నొప్పితో పాటు రక్తప్రాపం జరుగుతుంది. మారు తున్న ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనవి ధానం వల్ల ఈమధ్యకాలంలో ఇలాంటి సమస్యలు మరీ ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. క్రమేపీ అక్కడి ప్రాంతంలో కూడా వాపు రావడం, రక్తనాళాలు చిట్టడం మలంతో పాటు రక్తం పడటం జరుగుతుంది. ఆపరేషన్ చేయించుకున్న మళ్లీ తిరగబెట్టడం మామూలే.

కారణాలు: ● దీర్ఘకాలిక మలబద్ధకం ●

ఎక్కువకాలం విరేచనాలు ● వంశపారం పర్యాం ● అతిగా మద్యం తీసుకోవడం ● ఫాస్ట్స్ప్రెడ్స్, వేపుళ్లు ఎక్కువగా తినడం ● మాంసాహారం తరచుగా తినడం వల్ల ఫిఫర్ సమస్య వస్తుంది.

లక్షణాలు: తీవ్రమైన నొప్పి, మంట ● చురుకుగా ఉండలేరు ● చిరాకు, కోపం ● విరేచనంలో రక్తం పడుతుంటుంది ● కొండరిలో మలవిసర్జన అనంతరం మరెండు గంటల పాటు నొప్పి, మంట.

చికిత్స: ఫిఫర్ సమస్యను నయం చేయడానికి హోమియోలో మంచి చికిత్స అందు బాటులో ఉంది. వాటితో ఆపరేషన్ అవ సరం లేకుండానే చాలావరకు నయం చేయవచ్చు. రోగి మానసిక, శారీరక తత్వాన్ని, ఆరోగ్య చరిత్ర వంటి అనేక అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకొని హోమియో మందులను అనుభవజ్ఞులైన డాక్టర్ పర్యవేక్షణలో వాడితే తప్పక మంచి ఫలితం ఉంటుంది.



ఆటీజమ్ తగ్గుతుందా?

<p>మా బాబుకు మూడున్నర ఏళ్లు. ఆటిజమ్ ఉన్నట్లు డాక్టర్లు నిర్ధారణ చేశారు. హోమియోలో ఈ సమస్యకు చికిత్స అందుబాటులో ఉందా? దయచేసి వివరంగా చెప్పండి.</p> <p>- డి. వెంకటేశ్వర్లు, మెడక్ ఆటిజమ్ ఇటీవల పిల్లల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్న వ్యాధి. దీనిలో చాలా స్థాయిలు, ఎన్నో లక్షణాలు ఉంటాయి. కాబట్టి దీనితో బాధపడే వారందరిలోనూ లక్షణాలు ఒకేలా ఉండకపోవచ్చు. మగపిల్లల్లో ఎక్కువ. రెట్టు డిజార్డర్ అనే అరుదైన రకం ఆడపిల్లల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. చైల్డ్స్ హెల్ప్ డిసింటి గ్రేటెడ్ డిజార్డర్ అనేది ఆటిజమ్లో ఒక తీవ్ర మైన సమస్య. యాస్ప్రెస్ డిజార్డర్లో పిల్లల్లో తెలివితేటలు ఎక్కువగా ఉండి, వారు తదేకంగా చేసే పనులలో మంచి నైపు ణ్ణాన్ని ప్రదర్శిస్తారు. ఇలా దీనిలో చాలా రకాలు ఉంటాయి. ఇది మెదడు సరిగా అఖి వృధి చెందకపోవడం వల్ల వస్తుంది. ఈ వ్యాధికి నిర్దిష్టమైన ఒకే కారణం గాక అనేక అంశాలు దోహదపడ</p>	<p>వచ్చు. మెదడు ఎదుగుదలకు తోడ్పడే జస్య వులు, అందులో ప్రవించే సెరటోన్, డోఫినిన్ వంటి రసాయనాలు ఇలా ఎన్నో అంశాలు దీనికి కారణం కావచ్చు. పిల్లల్లో దీన్ని గుర్తించడానికి తోడ్పడే అంశాలు... ●</p> <p>అకారణంగా ఎప్పుడూ ఏడుస్తూ ఉండటం ● నలుగురిలో కలవలేకపోవడం ● ఆట వస్తువుల్లో ఎదో ఒక భాగంపైనే దృష్టి కేంద్రించడం ● వయసుకు తగినంత మానసిక పరిపక్వత లేకపోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఆటిజమ్ ఉన్న పిల్లలకు లక్షణాలను బట్టి చికిత్స ప్రారంభించాల్సి ఉంటుంది. మాటలు సరిగా రానివారికి స్పీచ్ థెరపీ ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. బిహావియర్ థెరపీ కూడా దీనితో బాధపడే పిల్లల్లో మార్పు తీసుకురావడానికి సహాయపడు తుంది. పిల్లల వ్యక్తిగత లక్షణాలను బట్టి, కుటుంబ, సామాజిక పరిస్థితులను అవగాహనలోకి తీసుకొని, మూలకారణాలను అన్వేషించి చికిత్స చేయాల్సి ఉంటుంది. పిల్లల్లో ఆటిజమ్ వ్యాధి తీవ్రతను బట్టి చికిత్స వ్యవధి ఉంటుంది. సరైన హోమియోపతి మందులను అనుభవజ్ఞులేన వైద్యులు పర్యవేక్షణలో వాడితే పిల్లలు మామూలుగా అయ్యేందుకు లేదా గరిష్టస్థాయికి మెరుగు పడేందుకు అవకాశం ఉంటుంది.</p>	<p>నా వయసు 68 ఏళ్లు. మలవిసర్జన సమయంలో తీవ్రమైన నొప్పి వస్తోంది. డాక్టర్ రెను సంప్రదిస్తే యానల్ ఫిషర్ అని చెప్పి ఆపరేషన్ చేయాలన్నారు. హోమియోలో ఆపరేషన్ లేకుండా దీనికి చికిత్స ఉందా?</p> <p>- ఆర్. సత్యనారాయణ, విశాఖపట్టం మలద్వారం దగ్గర ఏర్పడే చీలికను ఫిషర్ అంటారు. మనం తీసుకునే ఆహారంలో పీచుపదార్థాల పాశ్చ తగ్గడం వల్ల మలబద్ధకం వస్తుంది. దాంతో మలవిసర్జన సాఫీగా జరగదు. అలాంటి సమయంలో మలవిసర్జన కోసం విపరీతంగా ముక్కడం వల్ల మలద్వారం వద్ద పగుళ్లు ఏర్పడతాయి. ఇలా ఏర్పడే పగుళ్లను ఫిషర్ అంటారు. ఈ సమస్య ఉన్నప్పుడు మల విసర్జన సమయంలో నొప్పితో పాటు రక్తప్రావం జరుగుతుంది. మారు తున్న ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనవిధానం వల్ల ఈమధ్యకాలంలో ఇలాంటి సమస్యలు మరీ ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. క్రమేహి అక్కడి ప్రాంతంలో కూడా వాపు రావడం, రక్తనాళాలు చిట్టడం మలంతో పాటు రక్తం పడటం జరుగుతుంది. ఆపరేషన్ చేయించుకున్న మళ్లీ తిరగబెట్టడం మామూలే.</p> <p>కారణాలు: ● దీర్ఘకాలిక మలబద్ధకం ●</p>	<p>ఎక్కువకాలం విరేచనాలు ● వంశపారం పర్యం ● అతిగా మద్యం తీసుకోవడం ● పాస్ట్స్పుడ్స్, వేపులు ఎక్కువగా తినడం ● మాంసాహారం తరచుగా తినడం వల్ల ఫిషర్ సమస్య వస్తుంది.</p> <p>లక్షణాలు: తీవ్రమైన నొప్పి, మంట చురుకుగా ఉండలేరు ● చిరాకు, కోపం ● విరేచనంలో రక్తం పడుతుంటుంది ● కొందరిలో మలవిసర్జన అనంతరం మరీండు గంటల పాటు నొప్పి, మంట.</p> <p>చికిత్స: ఫిషర్ సమస్యను నయం చేయడానికి హోమియోలో మంచి చికిత్స అందుబాటులో ఉంది. వాటితో ఆపరేషన్ అవసరం లేకుండానే చాలావరకు నయం చేయవచ్చు. రోగి మానసిక, శారీరక తత్వాన్ని, ఆరోగ్య చరిత్ర వంటి అనేక అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకొని హోమియో మందులను అనుభవజ్ఞులైన డాక్టర్ పర్యవేక్షణలో వాడితే తప్పక మంచి ఫలితం ఉంటుంది.</p>
---	---	---	---

ಡಾಕ್ಟರ್ ಎಲೆಂ. ರೆಡ್ಡಿ
ಪಾಜಿಟೀವ್ ಹೋಮಿಯೋಪ್ಥೆ
ಪ್ರೈದರ್ಬಾಂ

A horizontal color calibration bar consisting of a series of colored squares used for color matching and calibration.

