



Published from Guntur, Hyderabad, Kadapa, Kurnool, Khammam, Vijayawada & Warangal



సంపుటి: 18 సంచిక: 225

గుంటూరు,

బుధవారం, 9 జూలై 2025

పేజీలు: 8

వెల: 1.00



సముద్రంలో కలిసే నీటిని తెలుగు రాష్ట్రాలు వాడుకోవాలి: ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు

శ్రీశైలం: తన జీవితంలో ఇవాళ చాలా సంతోషకరమైన రోజు అని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు (అన్నార్డు) జూలై తొలివారంలోనే శ్రీశైలం జలాశయం నిండటం శుభపరిణామమని చెప్పారు. కృష్ణమ్మకు జలహారతి ఇచ్చిన అనంతరం ప్రాజెక్టు నాలుగు గేట్లను సీఎం ఎత్తి నీటిని విడుదల చేశారు. ఆ తర్వాత నీటి వినియోగదారులతో నిర్వహించిన సమావేశంలో చంద్రబాబు మాట్లాడారు.

“శ్రీశైల మల్లన్నకు ప్రత్యేక పూజలు చేశా. రాయలసీమ రతనాల సీమ కావాలని ప్రార్థించా. మల్లన్న ఆశీస్సులతో రాయలసీమ సుఖిక్షంగా ఉంటుంది. జలాల్లే మన సంపద.. వాటితోనే రైతుల కష్టాలు తీరతాయి. సాగునీటి ప్రాజెక్టులే ఆధునిక దేవాలయాలు. పైనుంచి వచ్చిన జలాల్తో 200 టీఎంసీల నీరు శ్రీశైలం జలాశయంలో ఉంది. రాయలసీమను ఎవరూ కాపాడలేరని గతంలో చాలామంది అన్నారు. సీమ స్థితిగతులు మార్చేందుకు ఎన్టీఆర్ నడుం బిగించారు. రాయలసీమ అభివృద్ధికి నా వంతు కృషి చేస్తున్నా. సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు రూ.68వేల కోట్లు ఖర్చు చేశాం. వైకాపా ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉండగా రాయలసీమ ప్రాంతాన్ని పట్టించుకోలేదు. జీడిపల్లికి నీరు తీసుకెళ్లే బాధ్యత మా ప్రభుత్వానిదే. ఈనెల 15 నాటికి ఆ ప్రాంతానికి నీరు రావాలని అధికారులకు టార్గెట్ విధించా. ఈనెల 30 కల్లా కుప్పం, మదనపల్లెకు నీళ్లు తీసుకెళ్తాం. పోతిరెడ్డిపాడు, గాలేరు-నగరి, గండికోట.. అన్నీ మేమే తెచ్చాం.

తెలుగుజాతి ప్రపంచంలోనే నంబర్ వన్ కావాలనేది నా



లక్ష్యం. మేం చేసిన అభివృద్ధిని హైదరాబాద్ లో కొనసాగిస్తున్నారు. సముద్రంలో కలిసే నీటిని తెలుగు రాష్ట్రాలు వాడుకుంటే మంచిది. దీంతో రెండు రాష్ట్రాల రైతాంగానికి మేలు జరుగుతుంది. రాయలసీమకు నీళ్లు వస్తున్నాయంటే పోలవరం వల్లే సీమకు ఏమేం చేయాలో నా వద్ద బ్లాఫ్ లు ఉంది. దేశంలో ఎక్కడా లేని రోడ్ల వ్యవస్థ ఈ ప్రాంతంలో ఉంది. గతంలో రాగులు, సజ్జలు, జొన్నలు, కొర్రలు తినేవాళ్ళం. పాటిష్ట రైస్ తిని చాలామంది షుగర్ వ్యాధి తెచ్చుకుంటున్నారు. ఇప్పుడంతా ఆరోగ్యంపై దృష్టి పెడుతున్నారు.. చిరుధాన్యాలు తింటున్నారు. కూరగాయలు, పండ్ల వినియోగం క్రమంగా పెరుగుతోంది. అన్ని రకాల పండ్లు పండే ప్రాంతం రాయలసీమ. కొవ్వరి, ఓర్వకల్లు.. పారిశ్రామిక హబ్ లుగా మారుతున్నాయి” అని చంద్రబాబు అన్నారు.

ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద కుంభకోణం.. ఏపీ లిక్కర్ స్కామ్: మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర



కృష్ణా: ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద కుంభకోణం ఏపీ లిక్కర్ స్కామ్ అని మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర అన్నారు. కృష్ణా జిల్లాలోని నాగాయలంక మండలం, సోర్లగోండి గ్రామంలో సుపరివాలనలో తొలి అడుగు కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆర్టీసీ చైర్మన్ కొనకళ్ల నారాయణతో కలిసి ఇంటింటికి తిరిగి ప్రజల సమస్యలు తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. “గత ప్రభుత్వం ఐదేళ్లు ఇసుకలో భారీ దోపిడీ చేసింది. లిక్కర్ స్కామ్ లో చీమల పుట్ట కదుపుతుంటే అందరి పేర్లు బయటకు వస్తున్నాయి. జిల్లాను సర్వనాశం చేసిన కొడాలి నాని, జోగి రమేష్ వంటి అవినీతి బాగోతాలు అన్నీ ఒక్కొక్కటిగా బయటకు వస్తున్నాయి. కూలమి ప్రభుత్వం చేస్తున్న మంచి పనులు చూసి ఓర్వలేక ప్రజల్లో అలజడులు సృష్టిస్తున్నారు. అందరం కలిసి జిల్లాలోని గ్రామాల్లో మౌలిక వసతులు కల్పించే విధంగా కృషి చేస్తున్నాం. గాడి తప్పిన పరిపాలనను గాడిలో పెట్టాం. ఒకటో తేదిన జీతాలు, పింఛన్లు ఇస్తున్నాం” అని మంత్రి పేర్కొన్నారు. అనంతరం ఆర్టీసీ చైర్మన్ కొనకళ్ల నారాయణ మాట్లాడుతూ.. కూలమి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలన్నీ నెరవేరుస్తుందన్నారు. సంక్షేమం, అభివృద్ధి రెండు కళ్ళూ పనిచేస్తుందని పేర్కొన్నారు. తల్లిదండ్రులకు చదువు భారం కాకూడదని సీఎం చంద్రబాబు తల్లికి వందనం కుటుంబంలోని చిల్లలందరికీ ఇస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. ఆగస్టు 15 నుంచి మహిళలకు ఉచిత బస్సు సౌకర్యం కల్పిస్తున్నామన్నారు.

భద్రాచలం ఆలయ ఈవోపై దాడి

భద్రాచలం: భద్రాచలం శ్రీసీతారామచంద్ర స్వామి వారికి ఏపీలోని పురుషోత్తవట్నంలో ఉన్న భూముల్లో ఆక్రమణలను అడ్డుకునేందుకు వెళ్లిన ఆలయ ఈవో రమాదేవిపై గ్రామస్థులు దాడి చేశారు. ఈవోతో పాటు ఆలయ నిబ్బంది పైనా ఆక్రమణదారులు దాడికి పాల్పడ్డారు. ఈ క్రమంలో స్పృహ తప్పి పడిపోయిన ఈవోను ఆలయ సిబ్బంది భద్రాచలంలోని ఓ ప్రైవేట్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. అమెతో పాటు ఔట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగి విసీల్ అస్సెస్మెంట్ గురికావడంతో అతడికి కూడా చికిత్స అందిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం వాళ్ళిద్దరూ కోలుకుంటున్నట్లు వైద్యులు తెలిపారు.

ఏపీలోని అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా ఎటపాక మండలం

పురుషోత్తవట్నంలో భద్రాచలం రామాలయానికి చెందిన 889 ఎకరాల భూమి ఉంది. చాలా కాలంగా ఇది ఆక్రమణలకు గురి అయింది. ఈ సుదీపహారంలో ఏపీ హైకోర్టు దేవస్థానానికి అనుకూలంగా తీర్పు ఇచ్చింది. ఆలయ భూములకు సంబంధించి దేవస్థానానికి పట్టాదారు పాను పుస్తకాలు కూడా ఉన్నాయి. ఈ క్రమంలో నిర్మాణాలు చేపట్టవద్దని అడ్డుకునేందుకు వెళ్లిన ఈవోతో పాటు ఆలయ నిబ్బందిపై గ్రామస్థులు కర్రలతో దాడి చేశారు. ఆలయ ఈవోపై దాడిని భద్రాచలం ఎమ్మెల్యే తెల్లం వెంకట్రావు ఖండించారు. దేవస్థాన భూముల ఆక్రమణలపై అడిగేందుకు వెళితే దాడి చేయడం సరికాదన్నారు. దాడి చేసిన వారిపై పోలీసులు వెంటనే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఎమ్మెల్యే కోరారు.

ఏపీ బ్రాండ్ ఇమేజ్ దెబ్బతీసేందుకు జగన్ కుట్రలు: మంత్రి పయ్యావుల

అమరావతి: ఏపీకి ఉన్న బ్రాండ్ ఇమేజ్ ను దెబ్బతీసేందుకు వైకాపా అధ్యక్షుడు జగన్ (కుట్రలు వస్తున్నారని రాష్ట్ర ఆర్థికమంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ (అన్నార్డు). జగన్ అండ్ కో చేస్తున్న కుట్రలను దేశద్రోహంగా పరిగణించి వారిపై కేసులు నమోదు చేయాలని సీఎం చంద్రబాబును ఆయన కోరారు. అమరావతిలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో పయ్యావుల మాట్లాడారు.

పెట్టుబడులను అడ్డుకునేందుకు 200 మెయిల్స్ పెట్టించారు “ప్రజల్లోకి అసత్యాలు తీసుకెళ్లేందుకు బుగ్గన ప్రెస్ మీట్ లు పెడుతుంటే జగన్ ‘ఎక్స్’లో పోస్టులు చేస్తున్నారు. ప్రజలు తమకు ఓట్ల్యేలేదనే అక్కసును రాష్ట్రంపై చూపుతూ కుట్రలు వస్తున్నారనేందుకు బలమైన ఆధారాలే ఉన్నాయి. నిధుల సమీకరణ కోసం ఏపీఎండిసీకి రూ.9వేల కోట్ల బాండ్లపై తప్పుడు ఫిర్యాదుతో రాష్ట్రానికి పెట్టుబడులు రాకుండా చూడాలనుకున్నారు. దీనిని అడ్డుకునేందుకు విదేశాల్లో పనిచేస్తున్న ఉదయ్ ఫార్వర్డ్ అనే వైకాపా అభిమానితో 200 మెయిల్స్ పెట్టించారు. పెట్టుబడిదారులు దీన్ని సీరియస్ గా తీసుకోకపోవడంతో బుగ్గన, జగన్ ప్రెస్ మీట్లు, ఎక్స్ ప్రో పోస్టులతో రంగంలోకి దిగారు. అవి వర్క్ లో కాకపోవడంతో వైకాపా నేత లేళ్ల అప్పిరెడ్డితో న్యాయస్థానంలో పిటిషన్ వేయించారు. ఆ పాబిక్ కూడా పారకపోవడంతో ఎంపీ వైపి సుబ్బారెడ్డితో ఫిర్యాదు చేయించారు.



ఈ కుట్ర వల్ల 4 గంటల్లో రావాల్సిన ఆర్థికపరమైన అనుమతులు 15 రోజుల ఆలస్యంగా వచ్చాయి. ఏ తప్పు చేయలేదు కాబట్టి విచారణ పూర్తవ్వాలని వేచి చూశాం. జగన్ హయాంలో తాకట్టుపెట్టి మరీ రుణాలు తీసుకున్న జాబితా బయటపెట్టాలా? సెబీ, ఆర్బీఐ ఇప్పుడు ఇచ్చిన క్లీన్ బిల్ట్ పై వైకాపా నేతలు ఏం సమాధానం చెబుతారు?” అని మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ నిలదీశారు. ఉద్యోగుల సమస్యల పరిష్కారంపై ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ఉందని పయ్యావుల తెలిపారు. రాష్ట్రం బాగుండాలని ఉద్యోగులు పడిన తపన, వాళ్లు చేసిన పోరాటాలు తమకు తెలుసన్నారు.



మాజీ ఎమ్మెల్యే ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలను జగన్ సమర్థిస్తారా?: ఏపీ మంత్రులు

అమరావతి: కోపూరు ఎమ్మెల్యే వేమిరెడ్డి ప్రశాంతిరెడ్డిపై వైకాపా నేత, మాజీ ఎమ్మెల్యే నల్లపరెడ్డి ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి చేసిన నీచమైన వ్యాఖ్యలపై ఏపీ మంత్రులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మహిళల పట్ల వైకాపా నేతలకు ఎలాంటి అభిప్రాయం ఉందో దీంతో మరోసారి బయటపడిందన్నారు.

మహిళలను వైకాపా అగౌరవ వరసాలో ఉంచిన మంత్రి వంగలపూడి అనిత అన్నారు. మహిళా ఎమ్మెల్యేను ఉద్దేశించి వైకాపా మాజీ ఎమ్మెల్యే ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి నీచంగా మాట్లాడటం దుర్మార్గమని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. విజయనగరం జిల్లా బొబ్బిలిలో ఆమె మాట్లాడారు. “ఇటీవల వైకాపా నేత నజ్జల రామకృష్ణారెడ్డితో పాటు సాక్షి ఛానల్ లో అమరావతి ప్రాంత మహిళలను ఉద్దేశించి అభ్యంతర వ్యాఖ్యలు చేశారు. దీంతో మహిళా లోకం తిరగబడింది. ఎమ్మెల్యే ప్రశాంతిరెడ్డిపై చేసిన వ్యాఖ్యల నేపథ్యంలో ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డిని వైకాపా నుంచి నస్టౌండ్ చేయాలి. దమయంతి మహిళా ఎమ్మెల్యేను ఎదుర్కోండి. జగన్ కు రాజకీయం ముఖ్యమా? విలువలు ముఖ్యమా? గంజాయి బ్యాన్ ను ఆయన పరామర్శిస్తున్నారు. గతంలో అనంతబాబుపైనూ కూడా చర్యలు తీసుకోలేదు. ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలను సమర్థిస్తారా?”

అని అనిత నిలదీశారు.

వైకాపా అధ్యక్షుడి బాటలోనే మిగిలిన నేతలు

మహిళ అని కూడా చూడకుండా వేమిరెడ్డి ప్రశాంతిరెడ్డిపై ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి దారుణంగా మాట్లాడారని.. నీచమైన వ్యాఖ్యలు చేశారని మంత్రి పొంగూరు నారాయణ అన్నారు. “గతంలో వైకాపా అధ్యక్షుడు సొంత చెల్లిపైనే నోరుపారేసుకున్నారు. ఆ పార్టీ అధ్యక్షుడి బాటలోనే మిగిలిన నాయకులు ప్రవర్తిస్తున్నారు. వైకాపా నేతల విషయంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి” అని నారాయణ పేర్కొన్నారు. మరో మంత్రి డోలా బాలవీరాంజనేయస్వామి మాట్లాడుతూ ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలను తీవ్రంగా ఖండించారు. నభ్యసమాజం సిగ్గుతో తలదించుకునేలా ప్రసన్నకుమార్ రెడ్డి మాట్లాడారన్నారు. మహిళలకు చేతులెత్తి మొక్కి సంస్కృతి మనదని చెప్పారు. వైకాపా నేతలు మహిళల్ని కించపరుస్తూ ఇష్టానుసారం మాట్లాడటం సిగ్గుచేటని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఎన్నికల్లో ప్రజలు బుద్ధి చెప్పినా వైకాపా నేతలు బూతులు మాట్లాడటం మానలేదన్నారు. ఇలా ఇష్టానుసారంగా మాట్లాడితే సహించేదిలేదని బాలవీరాంజనేయస్వామి హెచ్చరించారు.

జీసీసీ, ఐటీ రంగాల్లో 5లక్షల ఉద్యోగాల కల్పనే మా లక్ష్యం: మంత్రి లోకేశ్

అమరావతి: విశాఖలో జీసీసీ ఇన్స్టిట్యూట్ క్యాంపస్ ఏర్పాటుకు మంత్రి లోకేశ్ సమక్షంలో మంగళవారం ఒప్పందం జరిగింది. మధురవాడలో ఐటీ క్లస్టర్ క్యాంపస్ ఏర్పాటు చేసేందుకు ఏఎస్ఎస్ఆర్ సంస్థ ముందుకొచ్చింది. దీంతో 10వేల ఉద్యోగాలు కల్పించేలా ఆ సంస్థతో ప్రభుత్వం ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. ఈ సందర్భంగా మంత్రి లోకేశ్ మాట్లాడుతూ.. కూలమి ప్రభుత్వం వచ్చిన ఏడాదిలోనే గ్లోబల్ ప్లేయర్స్ అకర్షించడం తొలి విజయంగా భావిస్తున్నట్లు చెప్పారు. జీసీసీ, ఐటీ రంగాల్లో 5 లక్షల ఉద్యోగాలు, మొత్తంగా ఏపీలో 20లక్షల ఉద్యోగాలు కల్పించడమే తమ

లక్ష్యమని తెలిపారు. వ్యాపార అనుకూల నగరంగా విశాఖను మార్చాలన్నదే తమ విధానమన్నారు.



మిడుతల దండులా డ్రామాలు చేస్తున్న కేటీఆర్

- ఇంటి ఆడబడ్డని ఓర్వలేనోడు బయటి ఆడబడ్డలను ఎలా ఎదిగనిస్తాడు : మంత్రి సీతక్క

ములుగు జిల్లా ప్రతినిధి, జూలై 8 (భారత శక్తి): ములుగు నియోజకవర్గంలో శాంతి వాతావరణం లో అభివృద్ధి జరుగుతుంటే ఓర్వలేక భారతీయ రాష్ట్ర సమితి తెలంగాణ వర్కింగ్ (పెసిడెంట్ కల్యాకుంట్ల తారక రామారావు మిడుతల దండల డ్రామాలుచేస్తున్నాడని వంచాయతీ రాజ్, గ్రామీణ అభివృద్ధి, స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖల మంత్రి ధనసరి అనసూయ (సీతక్క) అన్నారు. ములుగు జిల్లా కేంద్రంలోని అతిథి గృహంలో మంత్రి సీతక్క మంగళవారం మీడియా సమావేశంలో తీవ్రవ్యాఖ్యలు చేశారు. ముఖ్యంగా బీఆర్ఎస్ నేత కేటీఆర్ పై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ తాను అదివాసి మహిళనని చూడకుండా కావాలని లక్ష్యంగా చేసుకొని రాజకీయ దాడులకు పాల్పడుతున్నారని మండిపడ్డారు. సమృత్త సారక్కు వారసులం మేము, మా జోలికి వస్తే నాకనమైపోతావ్ కేటీఆర్ అని సీతక్క ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. నీ అహంకారం నీ సొంత చెల్లెనే ఓర్పులేని స్థాయిలో ఉన్నావు, బయట ఆడబిడ్డల ఎలా ఎదగనిస్తావని మంత్రి వ్యాఖ్యానించారు. 70 ఏళ్ల చరిత్రలో తొలిసారిగా కోయ వర్గానికి మంత్రి పదవి లభించిందని, అదే తనకు ఓ బాధ్యతగా భావించి ములుగు అభివృద్ధికి కృషి చేస్తున్నానని సీతక్క తెలిపారు. నేను ఎలాంటి తప్పు చేసినా, అసెంబ్లీలో చర్చ పెట్టి నిలదీయండి అని, పక్క నియోజకవర్గాల నుంచి ప్రజలను తీసుకొచ్చి రోడ్లమీద పోరాటాలు చేస్తే ప్రజలు మూరు?లని అనుకుంటారా ? అని ప్రశ్నించారు. ములుగులో ఇప్పుడు ప్రజారాజ్యం నడుస్తోంది అని, ఇదే నిజమైన ఇందిరమ్మ పాలన అని ఆమె తెలిపారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధికారం కోల్పోయిన తర్వాత అభివృద్ధిని ఓర్పులేక బదాలు వెతుక్కుంటూ



తప్పుడు ఆరోపణలు చేస్తున్నదని విమర్శించారు.మీ ప్రభుత్వంలో ఎందరో అత్యవస్థలు చేసుకున్నారు అని, ఇప్పుడు మీరు సీతక్క పై పోలీస్ రాజ్యం అంటూ ప్రచారం చేస్తే ప్రజలు నమ్మరా అని, మా పాలనలో ఎవ్వరి పై తప్పుడు కేసులు పెట్టలేదు అని, నిజంగా పెట్టి ఉంటే తక్కులు చూపించండి అంటూ సవాల్ విసిరారు. డిజిటల్ మీడియా వేదికల ద్వారా దుబాయ్లాంటి ప్రాంతాల్లో స్టూడియోల్లో కూర్చుని తప్పుడు కథనాలు తయారు చేస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. ప్రజలు అంతా గమనిస్తున్నారు అని ఈ నీచరాజకీయాలకు సమాధానం ప్రజలే చెబుతారు అంటూ ఆమె హెచ్చరించారు. ములుగులో అభివృద్ధి అగమ్యగోచరంగా మారుతుందని తెలుసుకొని బీఆర్ఎస్ పార్టీ తప్పుడు రాజకీయాలకు దిగుతుంది అని, కానీ నేనేమీ భయపడను, ప్రజలే నా బలం, అదివాసుల హక్కులే నా ధ్యేయం అని మంత్రి సీతక్క స్పష్టం చేశారు.

మాజీ ప్రభుత్వ సలహాదారు పోతిరెడ్డి నాగార్జున రెడ్డి సమక్షం లో దివంగత మాజీ ముఖ్యమంత్రి రాజశేఖర్ రెడ్డి 76 వ జన్మదిన వేడుకలు



పోరుమామిల్ల, భారత శక్తి ప్రతినిధి,జూలై 8: ఈరోజు దివంగత ముఖ్యమంత్రి వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి 76వ పుట్టినరోజు సందర్భంగా పోరుమామిళ్లలోని కృష్ణ శారద డిగ్రీ కళాశాల నందు దివంగత నేత కు ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా కళాశాల కరస్పాండెంట్ మరియు మాజీ ప్రభుత్వ సలహా దారు పోతిరెడ్డి నాగార్జున రెడ్డి మాట్లాడుతూ రాజశేఖర్ రెడ్డి ఎలక్షన్లకు ముందు ఇచ్చిన హామీలన్నీ నెరవేర్చడం జరిగిందని మొదటి సంతకం రైతులకు ఉచిత విద్యుత్ ఇవ్వడం, విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ ఇవ్వడం వల్ల సామాన్య కుటుంబంలో పుట్టిన వారు కూడా డాక్టర్లు, ఇంజనీర్లు, పీజీ లు చేయడం జరిగిందని వారు అన్నారు. ఇప్పుడు చాలామంది విదేశాల్లో సాఫ్ట్ వేర్ ఇంజనీర్లుగా, డాక్టర్లుగా

పనిచేస్తున్నారని అప్పుడు రాజశేఖర్ రెడ్డి ఫీజు రియంబ్ంట్ పెట్టుకుండా ఉంటే ఇలా చదువుకొని అమెరికాకు వచ్చేవారం కాదని, నేను అమెరికాకు పోయినప్పుడు చాలామంది అన్నారని,రాజీవ్ ఆరోగ్యశ్రీ నీ దేశంలో మొదటిసారి తీసుకువచ్చి సామాన్యులకు కూడా వైద్యం సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందడం, ఎంతోమంది ప్రాణాలను కాపాడుకోవడం జరిగిందని అన్నారు.

ఇల్లు లేని వారికి ఇంటి స్థలం, ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఇవ్వడం జరిగిందని, అనేక అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలను ప్రవేశ పెట్టడం జరిగిందని హెలికాప్టర్ ప్రమాదంలో వైయస్సార్ చనిపోయినప్పుడు వందలాదిమంది అభిమానులు ఆ వార్తను తట్టుకోలేక చనిపోయారని,తండ్రికి తగ్గ తనయునిగా వైయస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి అయిన తర్వాత గ్రామసచివాలయ వ్యవస్థ స్థాపించి ఒక లక్ష 30 వేల మంది యువకులకు ఒకే నోటిఫికేషన్ లో ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించడం జరిగింది .

పరోక్షంగా రెండు లక్షల 50 వేల మందికి వాలంటరీ ఉద్యోగ అవకాశా లను కల్పించారు. ఇంకా చాలా ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు అవకాశం కల్పించారని అన్నారు . వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి మనమధ్య భౌతికంగా లేకున్నా ప్రజల హృదయాల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయారని ఆయన అన్నారు.

వెంచర్ల అభివృద్ధి పేరిట గీత కార్మికుల పాట్ల కొట్టొద్దు: తోటకూర వజ్రేష్ యాదవ్

ఘట్టేసర్, భారత శక్తి ప్రతినిధి, జూలై 08:వెంచర్ల అభివృద్ధి పేరిట తాటి చెట్లను కూల్చివేసి గీత కార్మికుల పాట్ల కొట్టొడ్డని మేడ్చల్ నియోజకవర్గం కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ తోటకూర వజ్రేష్ యాదవ్ అన్నారు.పోచారం మున్సిపాలిటీ కొర్రెముల రెవెన్యూ పరిధిలోని సర్వే నెంబర్ 311, 312, 313, 324,326 పి,327 పి లో దాదాపు 12 ఎకరాల్లో హెచ్ఎండిఎ లేబిల్ చేస్తున్న నిర్వహకులు కొర్రెముల గీత కార్మిక సంఘానికి ఎలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండా 85 తాటి చెట్లను తొలగించినందుకు గీత కార్మిక సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిరవధిక నిరాహార దీక్షలు చేపట్టారు.మంగళవారం దీక్షా శిబిరానికి మద్దతుగా మేడ్చల్ నియోజకవర్గం కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ తోటకూర వజ్రేష్ యాదవ్ హాజరై మాట్లాడుతూ ఎక్కణే శాఖ నుంచి అనుమతి తో పాటు జిల్లా కలెక్టర్ నుంచి ఎన్ఐసి తీసుకున్నప్పటికీ గీత కార్మిక సంఘం తీర్మానం తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలన్నారు. తాటి చెట్లను తొలగించేందుకు ఒక్కో చెట్టుకు దాదాపు రూ.897/- చొప్పున 85 చెట్లకు సుమారు రూ. 80 వేలు సంఘానికి చెల్లించడం సరైన పద్ధతి కాదన్నారు. తాతలనాటి నుండి 85 తాటి చెట్లను నమ్ముకొని 300 పైగా కుటుంబాలు జీవనం పొందుతున్నాయని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో మేడ్చల్ నియోజకవర్గం బి బ్లాక్ అధ్యక్షులు వేముల మహేష్ గౌడ్, పల్లె బాబు రావు గౌడ్, దేశం బాలరాజ్ గౌడ్, కుర్ర విగ్నేశ్వర్ గౌడ్,అనిల్ గౌడ్, కట్ట దర్శన గౌడ్, భాస్కర్ గౌడ్, సగేష్ గౌడ్, వెంకట్ గౌడ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఈ.వి. ఎం. గోదామును పరిశీలించిన జిల్లా కలెక్టర్ ఆశిష్ సాంగ్వాన్

(భారత శక్తి ప్రతినిధి) కామారెడ్డి, జూలై 08: సాధారణ తనిఖీలో భాగంగా ఈ.వి. ఎం. గోదామును పరిశీలించడం జరిగిందని జిల్లా కలెక్టర్ ఆశిష్ సాంగ్వాన్ తెలిపారు. భారత ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాల మేరకు మంగళవారం ఈ.వి.ఎం. గోదామును సందర్శించి సిసి కెమెరాను, ఇతర భద్రత అంశాలను పరిశీలించి సాధారణ తనిఖీలో భాగంగా ఈ రోజు ఇవిఎం గోదాంను తనిఖీచేసినట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ (రెవిన్యూ) వి.విక్టర్, ఆర్టిఓ వీణ, ఎన్నికల విభాగం పర్యవేక్షకులు అనీల్ నాయుట్ తహసీల్దార్ , తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఘనంగా వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి 76 వ జయంతి వేడుకలు



మందమరె టౌన్,జూలై 08, (భారత శక్తి):ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి 76 వ జయంతి సందర్భంగా రాష్ట్ర కార్మిక, మైనింగ్ శాఖ మంత్రివర్గులు వివేక్ వెంకటస్వామి నాయకత్వంలో మందమరెి పట్టణ కాంగ్రెస్

పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఎమ్మెల్యే క్యాంప్ కార్యాలయంలో నాయకులు సొతుకు సుదర్శన్, పైడిమల్ల నర్సింగ్ కేక్ కట్ చేసి వైయస్సార్ జయంతి వేడుకలను నిర్వహించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో %హజ% సెల్ పట్టణ అధ్యక్షులు నెరువల్ల శ్రీనివాస్, సేవాదళ్ పట్టణ అధ్యక్షులు సొతుకు ఉదయ్ కుమార్, సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు కడలి శ్రీనివాస్ (గుడ్ల శ్రీనివాస్), యూత్ కాంగ్రెస్ మండల ఉపాధ్యక్షులు మాయ తిరుపతి యాదవ్, సీనియర్ నాయకులు ఆలం శంకర్, గోగుల రాజయ్య, ఎర్ర రాజు, ముదారపు శేఖర్, విజయ్, షరీఫ్, రావ్డర్ రవి, బీరం శ్రీనివాస్, పోలు సంపత్, రాకం సంతోష్, రంజిత్, నాంపల్లి వేణుగోపాల చారి, రాం రాజేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇటుకలపాడు గ్రామంలో మందిగ రిజర్వేషన్ పోరాట సమితి 31 వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

భారత శక్తి ప్రతినిధి, కడప, జూలై 8: వైయస్సార్ కడప జిల్లా శ్రీ అవధూత కాళినాయన మండలం ఇటుకలపాడు గ్రామంలో మందిగ రిజర్వేషన్ పోరాట సమితి 31 వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం మరియు పద్మ శ్రీ మంద క్రిష్ణ మందిగ జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి.%వీశ్రా% గ్రామ కమిటీ నాయకులు మద్దూరి యువ మాదిగ, యంబడి రాజేష్ మాదిగ, వీరపోగు రాజు మాదిగ, యంబడి కైలాష్ మాదిగ,యంబడి చరణ్ మాదిగ, ఈరి శంకర్ దాదా మాదిగ, యంబడి పోలయ్య మాదిగ, జాలా చిన్న పుల్లయ్య మాదిగ, జాలా ఓబులేసు మాదిగ ,తంగేల్ల వినోద్ మాదిగ, లక్ష్మినేని మధు మాదిగ, కత్తి బుజ్జి మాదిగ, యంబడి నముర మాదిగల ఆధ్వర్యంలో మాదిగ దండోరా జెండా డిమ్యె ఏర్పాటు చేయడం%శీ% జరిగింది,ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా మాదిగ ఉద్యోగుల సంఘం జిల్లా నాయకులు శ్రీ ఎంబడి ఈశ్వర్ మాదిగ గారు హాజరై జెండా ఆవిష్కరణ చేశారు.అదే విధంగా పద్మ శ్రీ మంద కృష్ణ మందిగ కు పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ కేక్ కట్



చేశారు.ఈ సందర్భంగా గ్రామ యువత బాణసంచా కాల్చి సంతరాలు చేసుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఇటుకలపాడు గ్రామ ఎమ్మార్సీఎస్ కమిటీ సభ్యులు మరియు గ్రామ పెద్దలు, యువకులు మరియు మహిళలు పాల్గొని దండోరా ఆవిర్భావ దినోత్సవం మరియు పద్మశ్రీ మందకృష్ణ మాదిగ జన్మదినోత్సవాన్ని వేడుకగా జరుపుకున్నారు.

మైదుకూరులో సుపరిపాలనలో తొలి అడుగు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి ,ఎమ్మెల్యే పుట్ట సుధాకర్ యాదవ్



మైదుకూరు, భారత శక్తి ప్రతినిధి, జూలై 8:మైదుకూరులో సుపరిపాలనలో తొలి అడుగు కార్యక్రమంలో మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి ,ఎమ్మెల్యే పుట్ట సుధాకర్ యాదవ్ పాల్గొన్నారు. మంత్రి మాట్లాడుతూ ఇంటింటికి తిరిగి ప్రజల అభిప్రాయాలు తెలుసుకునేందుకు ఈ కార్యక్రమం చేపట్టామని అన్నారు.ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన మాట ప్రకారం పెన్షన్లు ఇస్తున్నాం, అన్నదైన ప్రతి ఒక్కరికి ఉచిత సిలిండర్లు ఇస్తున్నాము, ఎంతమంది పిల్లలు ఉంటే అంతమందికి తల్లికి వందసమిస్తున్నాం,ప్రజల కళ్ళల్లో ఆనందం చూస్తున్నాము. అన్నదాత సుఖీభవ కూడా త్వరలోనే అందించబోతున్నాం అని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమములో టీడీపీ మైదుకూరు నాయకులు పాల్గొన్నారు.

బోడుప్పల్ దళిత కుటుంబాల్లో వెలుగులు నింపిన ముఖ్యమంత్రి నిర్ణయం

-ల్యాండ్ పూలింగ్ ద్వారా అర్హిక ప్రగతికి మార్గం సుగమం

-ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం నుండి కలెక్టర్ కు ఉత్తర్వులు జారీ

ఉప్పల్, భారత శక్తి ప్రతినిధి, జూలై 08:ఎండ్ల తరబడి నిరీక్షిస్తున్న బోడుప్పల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని 60 దళితుల కుటుంబాల్లో గౌరవ తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి గారి నిర్ణయంతో వెలుగులు నిండాయి. బోడుప్పల్ సర్వే నెంబరు 63/2 నుండి 63/25 లోని 336 ఎకరలూ భూమి నాడు సాగు చేసుకుని జీవనం సాధించేందుకు నాడు ఇందిరమ్మ భూమి పంపిణీ చేశారు. నేడు కాలం మారింది గ్రామం సగరంగా రూపాంతరం చెందింది. వ్యవసాయం చేసే వీలు లేదు కావున నడు దళితుల భూమి ప్రభుత్వం ల్యాండ్ పూలింగ్ ద్వారా ఎకరానికి 600 గజాల చొప్పున ఇచ్చేలా సర్కారు చెప్పడంతో ఆ రైతులు స్వచ్ఛందంగా ఒప్పుకున్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజాపాలన ద్వారానే మా రైతుల కుటుంబాలు అర్హిక ప్రగతి సాధిస్తాయని హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ విషయంలో మేడ్చల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ తోటకూర వజ్రేష్ యాదవ్ చేసిన కృషి మరువలేనిదని ఆయనను కొనియాడారు.మంగళవారం నాడు భూ యజమానులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు మేడ్చల్ జిల్లా కలెక్టర్ మను చౌదరి ని కలిసి ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా మరో పదిహేను రోజుల్లో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుండి వచ్చిన అదేశాల మేరకు ప్రతిరైతుకు భూ



యాజమాన్యం హక్కులకు సంబంధించిన పత్రాలు అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో మేడ్చల్ నియోజకవర్గం బి బ్లాక్ అధ్యక్షులు మహేష్ గౌడ్,మాజీ మేయర్ తోటకూర అజయ్ యాదవ్, బీ బ్లాక్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి కొత్త కిషోర్ గౌడ్, అంబేద్కర్ యువజన సంఘం అధ్యక్షుడు రాపోలు ఉపేందర్, మాజీ కార్పొరేటర్ చీరల నరసింహ, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు చీరాల జంగయ్య, దానగళ్ల యాదగిరి, రాపోలు రామస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఎస్ నాయకులు బీహార్ రౌడీజాన్ని తెలంగాణలో ఇంప్లిమెంట్ చేస్తున్నారు: టూరిజం కార్పొరేషన్ చైర్మన్ పటేల్ రమేష్ రెడ్డి

బీఆర్ఎస్ నాయకుల మాటలు తెలంగాణ సమాజం సిగ్గుతో తల దించుకునే విధంగా ఉన్నాయి.

మీకు వంతపాడితే దండాలు పెడతారు, వ్యతిరేకంగా వార్తలు రాస్తే రాళ్లతో దాడులా? సూర్యాపేట జిల్లా బ్యారో (భారత శక్తి) జూలై08:తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి తెలంగాణకు పెట్టుబడులు తెచ్చే విధంగా కృషి చేస్తే, బిఆర్ఎస్ నాయకులు మాత్రం తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇమేజ్ ను దెబ్బ తీసే విధంగా కుట్రలు చేస్తున్నారని తెలంగాణ రాష్ట్ర టూరిజం కార్పొరేషన్ చైర్మన్, టిపీసీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి పటేల్ రమేష్ రెడ్డి అన్నారు.మంగళవారం సూర్యాపేట జిల్లా కేంద్రంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర టూరిజం కార్పొరేషన్ బాధ్యతలు తీసుకొని ఏడాది కాలం పూర్తయిన సందర్భంగా కేక్ కట్ చేసి సంతరాలు జరుపుకున్నారు. అనంతరం డాక్టర్ వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి జయంతి సందర్భంగా ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి 3 లక్షల కోట్ల రూపాయలు పెట్టుబడులు,యువతకు 60 వేల ఉద్యోగాలు,పేదలకు నన్న బియ్యం, రైతు భోనేసన్,మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం,రైతు భరోసా కింద తొమ్మిది రోజులలో 9000 వేల కోట్లు జమ చేసిన ఘనత రేవంత్ రెడ్డి కే దక్కుతుందని అన్నారు. బిఆర్ఎస్ నాయకులు జైలుకు పోవడానికి సిద్ధంగా ఉండడని ఎందుకంటే కాలేశ్వరం ప్రాజెక్టులో అవినీతి,పోస్ ట్యాంపింగ్,కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై ఇష్టం వచ్చినట్లు మాట్లాడితే తగిన గుణపాఠం ప్రజలు చెప్తారని అన్నారు. టిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్నప్పుడు కాంగ్రెస్ నాయకులవి టీవీలలో ఐదు నిమిషాలు కూడా వార్తలు రానిచ్చేవారు కాదని అన్నారు. ఇటీవల కాలంలో కేటీఆర్ భాష అనైతికంగా ప్రజలు జీర్ణించుకునే విధంగా లేకుండా ఉన్నదని ఎద్దేవ చేశారు.

పిల్లల్లో అధిక బరువుకు కారణమేంటి?

మా బాబుకు వదేండ్లు, ఇంతకుముందు బరువు మామూలుగానే ఉ



ండేవాడు. నంవత్సరం నుంచి ఊహించనంతగా బరువు పెరుగుతున్నాడు. నిరుడు సైకిల్ పైనుంచి పడ్డాడు. తలకు గాయమైంది. వైద్యులను సంప్రదిస్తే మెదడులో రక్తస్రావమైందని చెప్పారు.

శస్త్రచికిత్స చేశారు. అప్పట్నుంచి బరువు పెరుగుతున్నాడు. మా బాబుకు ఆటల పట్ల ఆసక్తి లేదు. ఎప్పుడూ ఏదో ఒకటి తింటూ ఉంటాడు. పిల్లల వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదిస్తే ప్రవర్తనకు సంబంధించిన సమస్య కాబట్టి చిరుతిళ్లు తగ్గించమని నూచించారు. ఆహారం తగ్గించినా ప్రయోజనం లేదు. కొన్నాళ్లు అదే తగ్గుతుందిలే అనుకున్నాం. అయితే, మా బిడ్డ బరువు పెరగడానికి హార్మోన్ల సమస్య కారణమేమో అన్న సందేహం కలుగుతున్నది. మా సమస్యకు సరైన పరిష్కారం చూపగలరు.

ఒకే నంవత్సరంలో విపరీతమైన బరువు పెరిగాడని చెప్పారు. కానీ ఎంతన్నది చెప్పలేదు. వాస్తవానికి పిల్లలు ఒక ఏడాది కాలంలో ఒకటి రెండు కిలోల కన్నా ఎక్కువగా పెరిగే అవకాశం లేదు. మీ బాబు మరీ ఎక్కువగా పెరిగినట్లు మీరు గమనించి ఉంటే, మళ్లీ ఓసారి ఇప్పుడు గ్రోత్ చాట్ సాయంతో అతని బరువుల్ని నమోదు చేయండి. వీడియాట్రీక్ ఎండోక్రినాలజిస్టును సంప్రదించి, ఈ బరువుకు బలమైన కారణం ఏమై ఉంటుందో నిర్ధారణ చేసుకోవాల్సి ఉంది.

అలాగే మీ బాబు తలకు దెబ్బ తగిలినదని చెప్పారు.

ఒక్కోసారి తలకు గాయమైతే మెదడులోని గ్రంథులపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. మరో విషయం ఏమిటంటే.. ఈ రోజుల్లో పిల్లల్లో ఊబకాయం, స్థూలకాయం, ఒడెసిటీ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయి. ఆరోగ్యకరమైనది కాకుండా ఎక్కువగా కొవ్వులు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడమే ఇందుకు కారణం. టీవీ, ఫోన్, ఇతర గ్యాడ్జెట్స్ తో గడుపుతుండటమూ కారణమే. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, వ్యాయామం చేయకపోవడం లాంటివి కూడా వింత ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తున్నాయి. అయితే మీ బాబుకి హార్మోన్ల లోపం ఉన్నదా.. లేదా? అనేది తెలుసుకునేందుకు కొన్ని పరీక్షలు అవసరం.

మీ బాబు సైకింగ్, స్క్విమ్మింగ్ వంటి ఔట్డోర్ గేమ్స్ లో పాల్గొనేలా చూడండి. కొవ్వు పదార్థాలు లేని ఆహారం ఇవ్వండి. ఇంకో విషయం ఏమిటంటే మీ బాబులో మీరు గమనించిన కొన్ని లక్షణాల గురించి చెప్పలేదు. హుషారుగా ఉంటున్నాడా.. లేదా? మలబద్దక సమస్య ఏమైనా ఉందా? నిస్సత్తువగా, నిద్రమత్తుగా ఉంటున్నాడా? గమనించండి. ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నట్లయితే థైరాయిడ్ లాంటి హార్మోన్ల సమస్య ఉండొచ్చు. ఈ విషయాలన్నీ గ్రహించి, సమస్య పరిష్కారం కోసం వీడియాట్రీషియన్ లేదా వీడియాట్రీక్ ఎండోక్రినాలజిస్టును సంప్రదిస్తే ఫలితం ఉంటుంది.

మీ జుట్టు తెల్లబడుతుందా..

అయితే గుండెజబ్బుల ముప్పు ఉన్నట్టే!

జుట్టు తెల్లబడటం ఇప్పుడు సర్వసాధారణం అయిపోయింది. పాతికేండ్లు నిండకుండానే జుట్టు నెరిసిపోవడం కనిపిస్తున్నది. చాలామంది దీన్ని చిన్న విషయంగా పరిగణిస్తుంటారు. దీనిని కాస్మిటిక్ అంశంగా నిర్ణక్ష్యం చేయొద్దని హెచ్చరిస్తున్నారు పరిశోధకులు.

జుట్టు నెరవడం హ్యూమన్ గానికి సంకేతమని చెబుతున్నారు. ఈజిప్ట్ లోని కైరో యూనివర్సిటీ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన అధ్యయనంలో ఈ విషయం వెల్లడైంది. అధ్యయనంలో భాగంగా 545 మందిని ఎంపిక చేశారు. వాళ్ల ఆరోగ్యం, జుట్టు రంగు ఆధారంగా పరిశీలించారు. అందరూ ఒకే రకమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలని సూచించారు.

పదేండ్ల పాటు వీళ్లను గమనించగా తెల్లజుట్టు ఉన్నవారిలో ఎక్కువ మందికి అధిక రక్తపోటు, అధిక కొలెస్ట్రాల్ ఉన్నట్లు కనుగొన్నారు. జుట్టు నల్లగా ఉన్నవాళ్లలో



ఇలాంటి సమస్యలు అరుదుగా కనిపించాయి. తెల్లజుట్టు ఉన్నవాళ్లకు కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం వల్ల గుండెజబ్బులు వచ్చే అవకాశాలు

ఎక్కువగా ఉంటాయని, కాబట్టి ఇలాంటి వాళ్లు కొలెస్ట్రాల్ పరీక్షలు చేయించుకుని ముందుజాగ్రత్త పడాలని సూచిస్తున్నారు.

చీటికీ మాటికీ వచ్చే కోపం ఎంత చేటు చేస్తుందంటే..

‘తన కోపమే తన శత్రువు..’ అన్నారు పెద్దలు. అవేకానికీ పోయి అవకాశాలు కోల్పోతే వచ్చిన ప్రమాదమేం లేదు. కానీ, కోపం కారణంగా ఆరోగ్య సవ్వం జరుగుతుందనీ, తీవ్రమైన వ్యాధుల బారినపడే ప్రమాదం ఉందనీ వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. చిన్న చిన్న విషయాలకు ఆగ్రహాద్రిక్తులు అవుతున్నారంటే మీ ఆరోగ్యాన్ని చేజిల్తూ పాడుచేసుకుంటున్నారని గమనించాలి. ఇంతకీ చీటికీ మాటికీ వచ్చే కోపం ఎంత చేటు చేస్తుందంటే

కోపం కారణంగా కడుపులో అల్సర్, గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు పెరుగుతాయి. కోపంగా ఉన్న సమయంలో మన మెదడులోని రక్తనాళాలు సంకోచిస్తాయి. ఇలాంటి పరిస్థితులలో కోపం ఒక్కొక్కసారి రక్తనాళాలు దెబ్బతినేలా చేస్తుంది. విపరీతమైన కోపం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి తగ్గుతుంది. దాని కారణంగా అనేక ఇన్ఫెక్షన్లు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది.



అధిక కోపం వల్ల గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. మితిమీరిన కోపం తెచ్చుకోవడం ఒక్కొక్కసారి ప్రాణాంతకంగా మారుతుంది. కోపం వల్ల ప్రమాదం ఎక్కువ. అంతేకాదు చర్మ తలనొప్పి, అధిక రక్తపోటు, నిద్రలేమి సమస్యలు పెరుగుతాయి. మానసిక ప్రశాంతత దెబ్బతింటుంది.

ఒక్కొక్కసారి విపరీతమైన కోపం వల్ల

బ్రెయిన్ స్ట్రోక్, పక్షవాతం వంటి సమస్యలు ముప్పు పెరుగుతుంది. చాలా కోపంగా ఉండే వ్యక్తుల్లో కూడా మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ. అంతేకాదు చర్మ తలనొప్పి, అధిక రక్తపోటు, నిద్రలేమి సంబంధిత సమస్యలు సోరియాసిస్, ఎర్సిమా వచ్చే అవకాశం ఉంది. అందుకే కోపాన్ని జయించి తన శాంతమే తకు రక్త సూత్రాన్ని పంటబట్టించుకోవడం అవసరం.

పంటల సాగులో రసాయనాలు..

ఆరోగ్యానికి హానికరం



క్యాన్సర్లు అభివృద్ధి చెందడంలాంటి విపరీణామాల సంభవిస్తాయి.

కాబట్టి, మన ఆరోగ్య సంరక్షణ కోసం తినే ఆహార పదార్థాల్లో దాగి ఉన్న ఈ రసాయనాల గురించి తెలుసుకుని ఉండాలి.

మాక్యూట్లో ఆర్గానిక్ ఉత్పత్తులను ఎంచుకోవడం, పండ్లు, కూరగాయలను బాగా కడిగి తినడం, సుస్థిర వ్యవసాయ విధానాలను అనుసరించడం మొదలైన చర్యల ద్వారా హానికరమైన రసాయనాల ప్రభావాన్ని తప్పించుకోవచ్చు.

తుంటి తెచ్చే తంటాలు తుంటి నొప్పి..

తుంటి నొప్పి ఈ మధ్యకాలంలో చాలా మందిని వేధిస్తున్న సమస్య. గతంతో పోలిస్తే కరోనా వైరస్ వచ్చిపోయిన తరువాత తుంటి నొప్పి బాధితుల సంఖ్య పెరిగిందంటున్నారు వైద్య నిపుణులు. కారణం వైరస్ కు గురై, కోలుకున్న తరువాత రక్త సరఫరాలో అవరోధాలు ఏర్పడటమే. ఈ విధంగా రక్త ప్రసరణ మందగించడం వల్ల తలెత్తే తుంటి సమస్యను వైద్య పరిభాషలో ‘ఎవాస్కులర్ నెక్రోసిస్ ఆఫ్ హిప్ జాయింట్’ అంటారు. ఈ వ్యాధి ముందు నుంచే ఉన్నప్పటికీ కరోనాతరువాత బాధితుల సంఖ్య 20 శాతం పెరిగినట్లు చెబుతున్నారు వైద్యులు. ఈ వ్యాధి రావడానికి ప్రధాన కారణాలేంటి? దీనివల్ల రోగికి కలిగే ఆరోగ్య సమస్యలు, నిర్ధారించే పద్ధతులు, వ్యాధి లక్షణాలు, చికిత్స తదితర అంశాలను నేటి ఊపిరిలో తెలుసుకుందాం.

సాధారణంగా శరీరంలోని ఏ అవయవానికైనా పైనుంచి కిందికి రక్త సరఫరా జరుగుతుంది. కానీ తుంటి భాగానికి మాత్రం కింది నుంచి పైకి రక్తం సరఫరా జరుగుతుంది. దీనివల్ల ఇతర భాగాలతో పోలిస్తే తుంటి ఎముకల రక్తం



కనిపిస్తాయి. రెండో దశలో వ్యాధిని గుర్తిస్తే శస్త్రచికిత్స అవసరం లేకుండానే మాత్రలతో వ్యాధిని నయం చేయవచ్చు. మొదటి రెండు దశల్లో వ్యాధిని గుర్తిస్తే సాధారణ చికిత్స ద్వారా ఎముక కుళ్లిపోవడం (బ్రేన్ డెడ్) నుంచి రోగికి విముక్తి కల్పించవచ్చు.

మూడో దశ

మూడో దశను కొలాప్స్ దశ అనికూడా అంటారు. ఈ దశలో తుంటి కీలులోని ఎముక 50 శాతం నుంచి 75



సరఫరా మందగించే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అంటే తుంటి కీలు హిప్ జాయింట్ కు రక్త ప్రసరణ అనేది తగ్గిపోతుంది. ఫలితంగా తుంటి కీలులోని ఎముక కణాలు క్రమంగా నశిస్తాయి. ఇవి పూర్తిగా నశిస్తే.. అక్కడున్న ఎముక కుళ్లిపోతుంది. ఇలా ఎముక కుళ్లిపోవడాన్నే వైద్య పరిభాషలో ‘ఎవాస్కులర్ నెక్రోసిస్’ అంటారు. దీనివల్ల రోగి తీవ్రమైన తుంటి నొప్పితో బాధపడతాడు. ఈ వ్యాధి సాధారణంగా నాలుగు దశల్లో ఉంటుంది.

మొదటి దశలో

%తొలి దశలో ఎముకలోని కణాలు నశించడం ప్రారంభమవుతుంది. దీంతో తుంటి నొప్పి మొదలవుతుంది. ఆరు వారాల్లో నొప్పి తగ్గకపోతే ఎంజీఐఐ చేయించాల్సి ఉంటుంది. ఈ దశలో ఎంజీఐఐ పరీక్షతో వ్యాధిని నిర్ధారించవచ్చు. మొదటి దశలోనే వ్యాధిని గుర్తించడం వల్ల సాధారణ చికిత్సతోనే రోగికి వ్యాధి ముదరకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

రెండో దశ

దీనిని ప్రి కొలాప్స్ దశ అంటారు. ఈ దశలో కార్టిలేజ్ ను పోస్ట్ గా ఉన్న ఎముక 25 శాతం నుంచి 50 శాతం వరకు దెబ్బతింటుంది. రోగిలో లక్షణాలు స్పష్టంగా

శాతం వరకు అరిగిపోతుంది. ఈ దశలో రోగి భరించలేని నొప్పితో బాధపడతాడు. లేచి నిలబడలేడు. నడవలేడు. నొప్పి కారణంగా నిద్ర పట్టదు.

నాలుగో దశ

ఈ దశలో తుంటి ఎముక పూర్తిగా దెబ్బతిని, కవ్ సైడ్ కూడా అరుగుదల మొదలవుతుంది. నాలుగో దశను ఆర్డెటిన్ స్టేజ్ అంటారు. ఈ దశలో రోగి తుంటి కీలు ఎముక పూర్తిగా కుళ్లిపోతుంది. దీనివల్ల తుంటి కీళ్లు పనిచేయవు. దీంతో రోగి తీవ్రమైన నొప్పితో బాధపడతాడు. ఒకచోటు నుంచి మరోచోటుకు నడవడం సాధ్యపడదు. ఏదైనా వస్తువును తీసుకోవాలంటే వంగలేని పరిస్థితి. వీల్ చైర్ పైనే ఉండాల్సిన దుస్థితి నెలకొంటుంది. మూడు నాలుగు దశల్లో రోగి తుంటి నొప్పి నుంచి కోలుకోవాలంటే శస్త్రచికిత్స ఒక్కటే మార్గం. అంటే తుంటి కీలు మార్పిడి చేయాల్సి వస్తుంది.

తుంటి నుంచి మోకాలి వరకు ఒకే సరం ఉండటం వల్ల కొందరిలో తుంటి నొప్పి ఉండదు. కానీ, మోకాలి నొప్పితోబాధపడతారు.

నిర్ధారణ పద్ధతులు

ఎక్స్ రే ద్వారా వ్యాధిని గుర్తించవచ్చు.

అందులో కనిపించకపోతే ఎంజీఐఐ ద్వారా స్పష్టంగా నిర్ధారించవచ్చు.

ఎంజీఐఐ ద్వారా వ్యాధి ఏ దశలో ఉందో కూడా తెలుసుకోవచ్చు.

జాగ్రత్తలు

తుంటి నొప్పి ఆరువారాలకు మించి ఉంటే వెంటనే ఎముకల వైద్యుల్ని సంప్రదించడం ఉత్తమం.

మొదటి లేదా రెండో దశలోనే వ్యాధిని గుర్తించడం మంచిది. అంటే న్యల్పు లక్షణాలు కనిపించగానే అప్రమత్తం కావాలి.

కరోనా వైరస్ కు గురైన వారు నడుము లేదా గజ్జలలో నొప్పి వస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి.

చికిత్సా పద్ధతులు

మొదటి రెండు దశల్లో సాధారణ ఔషధాలతోనే చికిత్స చేయవచ్చు. ముందుగా రోగి ఆరోగ్య చరిత్ర తెలుసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అంటే రోగి స్పెరాయిడ్స్ వాడుతున్నాడా లేదా తెలుసుకోవాలి. ఒకవేళ స్పెరాయిడ్స్ వాడుతుంటే వెంటనే వాటిని నిలిపివేయాలి. షుగర్, బీపీ, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ వంటి వాటిని నియంత్రించుకోవాలి. తీసుకురావాల్సి ఉంటుంది. ధూమపానం, మద్యపానం అలవాట్లను మాన్పించడం లేదా తగ్గించడం చేయాలి. క్రమం తప్పకుండా ఫిజియో థెరపీ అవసరమవుతుంది. ‘బై ఫాస్ఫోనేట్’ మాత్రలను మూడు నెలలపాటు వైద్యుల వర్యవేక్షణలో వాడాల్సి ఉంటుంది. వీటితోపాటు కాల్షియం, డి-విటమిన్ కూడా తీసుకోవాలి. ఒకవేళ రెండోదశ ప్రి కొలాప్స్ స్టేజ్ లో నొప్పి తీవ్రంగా ఉంటే కోర్ డి-కంప్రెషన్, కోర్ డి-కంప్రెషన్ తోపాటు ఎముక మూలుగు (బోన్ మ్యూర్) చికిత్సకు వెళ్లాలి. అయితే లోకల్ పీఆర్ పీ ఇంజక్షన్లు ప్రయోగ దశలో ఉన్నాయి. ఇక మూడో దశ అయిన కొలాప్స్ దశ, నాలుగో దశలో ఉన్న రోగులకు మాత్రం పూర్తిగా తుంటి ఎముక మార్పడం ఒక్కటే మార్గం.

వ్యాధికి ప్రధాన కారణాలు

రక్త నాళాల్లో కానీ, రక్త ప్రసరణలో కానీ లేదా రక్తం తయారీలో కానీ అవరోధాలు ఏర్పడటం

దెబ్బలు తగలడం

మద్యపానం

ఎక్కువ మోతాదులో స్పెరాయిడ్స్ వాడటం

ఇతర కొన్ని రకాల ఔషధాలు