



# జీవితకాల సహజ టీకా ఔషధమే తల్లి రొమ్ముపాలు

### (01-07 ఆగస్టు 'ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాలు' సందర్భంగా)

అమ్మతల్లులమైన అమ్మపాలలో శిశు సమగ్రాభివృద్ధికి దోహదపడే మాంసకృత్తులు, పిండి పదార్థాలు, ఐరన్, కాల్షియం, ఖనిజాలు, యూంటీహాడిలు, విటమిన్లు, కొవ్వులతో పాటు అనేక ఇతర పోషకాలు సమపాళ్ళలో ఉంటాయి. న్యూమోనియా, కలరా, కామెర్లు లాంటి పలు వ్యాధుల నుంచి శిశువును రక్షించగలిగే అమ్మ రొమ్ముపాలు జీవితాంతం వ్యాధినరోధకశక్తి అందించే అత్యుత్తమ సహజ టీకా ఔషధంగా పని చేస్తుంది. తల్లిపాలు అందించడంతో శిశువు ఎదుగుదలలో కాకుండా తల్లి ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు కలుగుతుంది. బిడ్డ ప్రసవం జరగనే లభించే మురు పాలలో అద్భుతమైన పోషక విలువలు ఉంటాయి. మురు పాలతో ప్రత్యేక పోషకాలు లభించడమే కాకుండా వ్యాధికారక వైరస్లు, బ్యాక్టీరియాలు పట్ల నిరోధకశక్తి పెరుగుతుంది. మురుపాలు మంచి కావనే దురభిప్రాయాలను దూరం చేస్తూ, రొమ్ము పాలు తప్పక తాగించి, శిశువు జీవితకాల ఆరోగ్యానికి పుణ్యదులు చేయాలి. మురు పాలతో శిశువు పేగుల శుద్ధి జరగడం, ఎలర్జీలను నిరోధించడం, జీవితాంతం పలు ప్రమాదకర రోగాలు రాకుండా నివారించడం, శిశు శారీరక మానసిక వికాసానికి దోహదపడడం లాంటి ప్రయోజనాలు

కలుగుతాయి. శిశు జననం నుంచి కనీసం ఆరు మాసాల వరకు అమ్మ రొమ్ముపాలు తప్పనిసరిగా అందించాలి. శిశువు ఆరు మాసాలు దాటిన తరువాత 1-2 ఏండ్ల పాటు అమ్మ రొమ్ముపాలు అందించడం ద్వారా పిల్లల సమగ్ర ఎదుగుదల సమకూరుతుంది. తల్లి రొమ్ముపాల ప్రాధాన్యతను మాతృమూర్తులకు వివరించడానికి ప్రతి ఏటా ఆగస్టు 01-07 వరకు 'ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాల'ను ఘనంగా నిర్వహించుట జరుగుతున్నది. 1992లో ప్రారంభమైన తల్లిపాల వారోత్సవాలను 170కి పైగా ఐరాస సభ్యదేశాలు పాటిస్తున్నాయి. యూనిసెఫ్, డబ్ల్యూహెచ్ఓ, స్థానిక ప్రభుత్వాలు సంయుక్తంగా తల్లిపాల అవగాహన కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తాయి. ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాలు-2022 నివాదంగా 'స్టేబిలైజ్డ్ ఫర్ డెవలప్మెంట్ : ఎడ్యుకేట్ అండ్ సపోర్ట్' అనే అంశాన్ని తీసుకొని ప్రచారం చేస్తున్నారు.

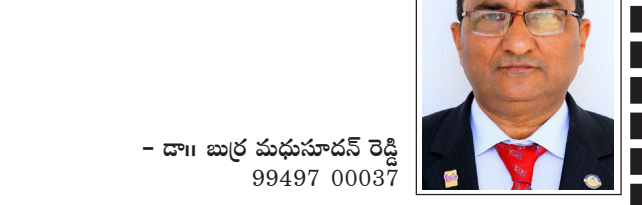
ప్రపంచవ్యాప్తంగా 7.6 మిలియన్ల శిశువులకు తల్లి పాలు అందడం లేదని, అధిక ఆదాయ వర్గాల్లో 21 శాతం, మధ్య తరగతి పిల్లల్లో 4 శాతం రొమ్ముపాల రుచిని చూడడమే లేదు. ఇండియా, చైనా, నైజీరియా, ఇండోనేషియా లాంటి

దేశాల్లో తల్లిపాలు లభించని కారణంగా పలు వ్యాధులతో ప్రతి ఏట లక్షల శిశు మరణాలు నమోదు అవుతున్నాయి. భారతదేశంలో 79 శాతం ప్రసవాలు ఆరోగ్య కేంద్రాలలో జరిగినప్పటికీ, తొలి గంటలో 42.6 శాతం తల్లులు మాత్రమే రొమ్ముపాలు అందిస్తున్నారు. తొలి ఆరు మాసాలు తల్లి పాలు మాత్రమే అందించి, అనంతరం అదనపు పోషకాహారంతో పాటు రొమ్ముపాలు అందించాలి. సంపన్న కుటుంబాల తల్లుల కంటే పేద కుటుంబాల తల్లులే అధికంగా చనుబాలను అందిస్తున్నారు.

శిశు జననంతో తల్లి రొమ్ము పాలు ఉత్పత్తి కావడం, నవజాత శిశువు రొమ్ము పట్టి పాలు త్రాగడం, తల్లిబిడ్డల మధ్య అద్భుతమైన ప్రేమానుబంధాలు ఉద్భవించడం ఓ అద్భుత సృష్టి రహస్యమనే చెప్పాలి. తల్లి రొమ్ముపాలు అందించాలనే లక్ష్యంతో ఉద్యోగిణులకు, ఉద్యోగులకు ప్రత్యేక సెలవుల సౌకర్యం కల్పించబడింది. రొమ్ముపాలు పట్టించడం వల్ల తల్లులకు రొమ్ము కాన్సర్, ఓవేరియన్ కాన్సర్, మధుమేహం, స్థూలకాయం, రక్తస్రావం, గుండె జబ్బులు, వెంటనే గర్భం దాల్చే అవకాశం లాంటి సమస్యలు కాకుండా ఆధుకుంటాయి. తల్లి పాలు ఇవ్వడం వల్ల శారీరక సౌందర్యం తగ్గుతుందనే దురభిప్రాయంతో సంపన్న కుటుంబాల్లోని తల్లులు రొమ్ముపాలు ఇవ్వడానికి చొరవ చూపక పోవడం అమానవీయం, అక్షేపణీయం. తల్లిపాల పట్ల విస్తృత అవగాహన కల్పించినప్పటికీ 50 శాతం తల్లులు తొలి ఆరు మాసాలు, 25 శాతం తొలి ఏడాది వరకు రొమ్ముపాలు అందిస్తున్నారని తేలింది.

పేద కుటుంబాల్లో తల్లుల అనారోగ్యం, పాలు

పడకపోవడం, పని ఒత్తిడిలో నిర్లక్ష్యం చేయడం, అవగాహన లేకపోవడం లాంటి కారణాలతో పిల్లలు బలహీనంగా ఉంటూ, రోగాల పాలు కావడం, కొన్ని సందర్భాలలో మరణించడం కూడా సంభవమవుతున్నాయి. కరోనా విపత్తులో పేదరికం పెరగడం, ఆర్థికంగా చితికి పోవడం, ఉపాధులు లేకపోవడంతో తల్లిపాలు అందించడంలో అవాంతరాలు ఏర్పడుతున్నాయి. గర్భిణి, తల్లి, శిశువు ఆరోగ్య రక్షణకు అవసరమైన ఆసుపత్రులను నెలకొల్పవలసిన కనీస బాధ్యత ప్రభుత్వాల మీద ఉంటుంది. తల్లి, బిడ్డలతో పాటు సకల జనుల ఆరోగ్య సౌభాగ్యాలకు పుణ్యాదిగా నిలుస్తున్న తల్లిపాలను రక్షించి, చిన్నారులకు అందించి, ఆరోగ్య సమాజాన్ని నిర్మించే ప్రయత్నాలు చేద్దాం, లేత శిశువు ఎదుగుదలకు కంకణ బద్ధులం అవుదాం. గర్భం దాల్చడం, రొమ్ముపాలు అందించడం అనే ముఖ్య అంశాలే రేపటి సహజ నిర్మాణానికి దోహదపడతాయని గుర్తుంచుకోవాలి. ప్రపంచ తల్లిపాల వారోత్సవాల్లో భాగంగా మాతశిశు ఆరోగ్యం, పోషకాహారం, పేదరిక నిర్మూలన, ఆహార భద్రత లాంటి అంశాలకు ప్రాధాన్యతలను ఇవ్వాలి. నేటి శిశువులే రేపటి ఆరోగ్య పౌర వెలుగులని, రొమ్ముపాలు అమ్మతాహారమని సమాజాన్ని జాగృత పరుద్దాం.



- డా॥ ఐర్ర మధుసూదన్ రెడ్డి 99497 00037

## తెలంగాణ ప్రజా సేవ ఆధ్వర్యంలో ఆర్థిక సహాయం అందజేత



ములుగు, ఆగస్టు 1: (నేటినిజం ప్రతినీధి): ములుగు మండలం ప్రేమ్ నగర్ కు చెందిన కాకి శ్రీనివాస్ జీవిత అనారోగ్యంతో మృతి చెందగా వారి కుటుంబాన్ని ఈ రోజు పరామర్శించి 25 కేజీల బియ్యాన్ని పంపిణీ చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ ప్రజా సేవ జాతీయ అధ్యక్షులు Xభాష్య కంటి రమేష్ వర్మ Xతెలంగాణ ప్రజా సేవ ములుగు జిల్లా అధ్యక్షులు కలువల భద్రయ్య, జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు లాద్లపల్ల సుమన్, జిల్లా ప్రచార కార్యదర్శి డొడ్ల రామ్ చంద్రం, జిల్లా ప్రచార కార్యదర్శి లాద్లపల్ల అశోక్, కోశాధికారి కుర్తి ది నాకర్, సలహాదారు ల్యా దట్ల చిన్న అశోక్, ములుగు మండల అధ్యక్షులు నిగ్గల సాంబయ్య, సభ్యులు రమ్య వెంకటేశ్, సతీష్, శివ, ప్రేమ్ నగర్ వాసులు కాకి సతీష్, సామర్ గణేష్ తది తరులు పాల్గొన్నారు.

## తిరుమల శ్రీవారిని దర్శించుకున్న మంత్రి రోజూ

తిరుపతి, ఆగస్టు 1: తిరుపతిలో పుణ్య నాకు శ్రీనివాసుడి ఆశీస్సులతో మంత్రిగా అవకాశం దక్కించుకుని, రాష్ట్రం అంతా నా వంతు పర్యటించి ప్రజలకు సహాయ సహకారాలు అందిస్తున్నామని మంత్రి కే.రోజా అన్నారు. జగన్మోహన్ రెడ్డిని తిరుపతిలో సత్కరిస్తూ, ఉండి ప్రజల కష్టాలు తెలుసుకుని పరిష్కారం చేసే విధంగా చర్చలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. జగన్మోహన్ రెడ్డిని విధంగా రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధిలో పరుగులు తీయాలని స్వామి వారిని కోరారు. వరదల అయిన తరువాత చంద్రబాబు వరద ప్రభావిత ప్రాంతాలకు వెళ్లి వరద రాజకీయాలు చేస్తున్నారని అందరికీ తెలుసు అన్నారు. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు ప్రజలకు సంక్షేమం అందించడం, రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి చేయడం.. రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి చేయడం, చంద్రబాబు, ఆ పార్టీ నాయకులు ప్రజల దుఃఖం విప్పాలి అని మంత్రి వెల్లడించారు. జగన్మోహన్ రెడ్డి పాదయాత్రలో వాగ్దానం చేశాడో, ఆ మాట ప్రకారం క్యాలెండర్ ఇచ్చి ఆ తేదీల ప్రకారం పూర్తి చేశారన్నారు. ఎన్ని అవరోధాలు, కష్టాలు ఎదురైనా పేద వారి సంక్షేమమే ప్రధమ ధ్యేయంగా జగన్మోహన్ రెడ్డి చేస్తున్నారు. గోదావరి వరదల్లో ప్రజలందరికీ రెండు వేల రూపాయలు అందించాం అని గుర్తు చేశారు. పోలవరం కట్టకుండానే బిప్పు వేసి రాష్ట్ర సమస్యలను సుందీ టీడీపీ నాయకులను తీసుకెళ్లి జయము జయము చంద్రన్న అంటూ భజనం చేయించారు.. పోలవరం దగ్గరకు వెళ్లి జగన్మోహన్ రెడ్డి కి కట్టడం చేత కాదు దిగి పోయినట్లే నేను కడుతాను అంటున్నారు. చంద్రబాబు ఇంత వరకూ సీఎం కాలేదని అనుకుంటున్నాడేమో.. 14 సంవత్సరాలు సీఎంగా ఉన్నప్పుడు పోలవరంను కట్టకుండా గాడిదలు కాస్తున్నావా చంద్రబాబు అంటూ మండిపడ్డారు.



## పోలీస్ కమిషనర్ని కలిసిన విశ్రాంత పోలీస్ అధికారుల సంఘము

- విశ్రాంత పోలీసు అధికారుల సంఘం కార్యనిర్వాహక కమిటీ బృందం ఈరోజు పోలీస్ కమిషనర్ పోలీస్ కమిషనర్ విష్ణు యస్. వారియర్ ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు



ఉద్యోగుల సమస్యల పరిష్కారం కోసం పోలీస్ కమిషనర్ ని కలసి వివరించడం అందజేశారు. పోలీస్ సిబ్బందితో పాటు విశ్రాంత పోలీసు అధికారులు, సిబ్బందికి కూడా పోలీస్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసే మెడికల్ హెల్త్ క్యాంపులో వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించాలని, ఇతర కుటుంబ, వ్యక్తిగత అంశాలను పోలీస్ కమిషనర్ దృష్టి తీసుకొనిరావడంతో పోలీస్ కమిషనర్ సానుకూలంగా స్పందించారు.

## ఇంటి వద్దకే సంక్షేమ ఫలాలు : ఎమ్మెల్యే కరుణాకర్ రెడ్డి

తిరుపతి, ఆగస్టు 1: వెంకటేశ్వర ప్రభుత్వం అర్జుల ఇంటికి సంక్షేమ పథకాలు అందుతున్నాయని ఎమ్మెల్యే భూపన్ కరుణాకర్ రెడ్డి అన్నారు. సోమవారం గడపగడపకీ మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమంలో భాగంగా దాసరి మరం. గాంధీ పురం.. సండు ఇంటింటికీ వెళ్లి ప్రజా సంక్షేమ లబ్ధిని వివరించారు.. యువకులు గాంధీ పురం వద్ద బహిరంగ ప్రాంతాల్లో మద్యం సేవిస్తూ దౌర్జన్యాలకు పాల్పడుతున్నట్లు తెలుసుకోవడంతో మారుమోగుతున్నరు.. తిరుపతి కోవరేటివ్ బ్యాంక్ ఎన్నికల్లో మేమే గెలిచే వాళ్ళమంటూ బీరాలు పలుకుతున్న తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు ఓసారి గడపగడపక కార్యక్రమాన్ని వస్తే వెనెవీఆర్ సీపీకి ప్రజలు ఏ స్థాయిలో బ్రహ్మాండం పడుతున్నారో అర్థం అవుతుందన్నారు.. గతంలో తెలుగుదేశం పార్టీకి ఓట్లు వేశామని మళ్ళీ వేస్తే మహా పాపం చేసిన వాళ్ళు అవుతామని వారు స్పష్టం చేస్తున్నారు? జగన్మోహన్ ప్రభుత్వం ఎలా పనిచేస్తుందో మా వాలంటీర్ వ్యవస్థ ఎంత అభ్యుతంగా పనిచేస్తుందో చెప్పించడం ఉదయం ఆరు గంటల నుంచి నూతన పెన్షన్ అందుతున్న వారికి ఇంటింటికీ అందజేస్తున్నరు.

## పోగొట్టుకున్న బ్యాగ్ను బాధితుడికి అప్పగించిన బ్లూ కోల్డ్ క్యానిస్టేబుల్ కమర్షియల్ సిలిండర్ ధర రూ.44.50లు తగ్గింపు

కమర్షియల్ సిలిండర్ ధర రూ.44.50లు తగ్గింపు న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 1: వాణిజ్య గ్రాస్ సిలిండర్ వినియోగదారులకు కొంచెం ఉపశమనం కలిగింది. దేశీయ చమురు కంపెనీలు 19 కిలోల కమర్షియల్ సిలిండర్ ధరను రూ.36 తగ్గించాయి. దీంతో ఢిల్లీలో ధర రూ.2012.50గా ఉన్న సిలిండర్ ధర రూ.1976కు చేరింది. తగ్గిన ధరలు నేటినుంచే అమల్లోకి వస్తాయని ప్రకటించాయి. హైదరాబాద్ లో ధర రూ.44.50లు తగ్గింది. దీంతో రూ.2242గా 19 కేజీల వాణిజ్య సిలిండర్ ధర రూ.2197.50కి తగ్గింది. కోల్కతాలో రూ.2095.50, ముంబైలో రూ.1936.50, చెన్నైలో రూ.2141గా సిలిండర్ ధర తగ్గింది. కాగా, గత నెల 6న వాణిజ్య సిలిండర్లపై చమురు కంపెనీలు రూ.8.50 తగ్గించాయి. అయితే గ్రూప్ సరఫరాలకు వినియోగించే 14.2 కేజీల సిలిండర్ ధరలో ఎలాంటి మార్పు లేదు.

## ఇంటింటికీ మంత్రి పువ్వాడ పిల్లై కానుక..

- చేదుకగా మంత్రి పువ్వాడ తనయుడి వివాహం



ఖమ్మం, ఆగస్టు 1: (నేటినిజం ప్రతినీధి): రాష్ట్ర రవాణా శాఖ మంత్రి, ఖమ్మం జిల్లా అభివృద్ధి ప్రచార పువ్వాడ అజయ్ కుమార్ తనయుడు డా.నయన్ రాజ్ వివాహం సందర్భంగా ఖమ్మం నియోజకవర్గ వ్యాప్తంగా ఇంటింటికీ పువ్వాడ వారి పిల్లై కానుకగా ప్రత్యేకంగా తయారు చేయించిన గోడ గడియారాలను 24వ డివిజన్ కార్పొరేటర్ కమర్షియల్ మురళి పంపిణీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఖమ్మం లోని ప్రతి డివిజన్ కార్పొరేట్లు, ముఖ్య నాయకుల ఆధ్వర్యంలో పంపిణీ కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారు.

## కర్నూలుకు హైకోర్టును తీసుకొస్తాం.. బుగ్గన

అమరావతి, ఆగస్టు 1: కర్నూలుకు తప్పకుండా హైకోర్టును తీసుకొస్తామని ఏపీ మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి అన్నారు. ఆయన మాట్లాడుతూ నేషనల్ లా యూనివర్సిటీ భవనం నిర్మిస్తున్నారన్నారు. రూ.400కోట్లతో ప్రభుత్వాస్పత్రిని డివలప్ మెంట్ చేస్తున్నారన్నారు. రూ.30కోట్లతో డోన్ రెల్వే లైన్ నిర్మాణం చేపడతామన్నారు.

## శ్రీశైలం ప్రాజెక్టుకు తగ్గని వరద..

అమరావతి, ఆగస్టు 1: రాష్ట్రంలో కురుస్తున్న వర్షాలకు ప్రాజెక్టులన్నీ జలకలను నంతరించుకున్నాయి. శ్రీశైలం జలాశయానికి ఇంకా వరద నీరు కొనసాగుతుంది. ఈ జలాశయానికి ఇన్ఫ్లో 61,517 క్యూసెక్కులు నీరు వస్తుండగా 31,784 క్యూసెక్కులు నీటిని దిగువకు పడుతున్నారన్నారు. శ్రీశైలం జలమట్టం 885 అడుగులు కాగా ప్రస్తుతం 881.10 అడుగుల వరకు నీరు వచ్చి చేరింది. పూర్తిస్థాయి నీటి మట్టం 215.80 డిఎంసీలు కాగా ప్రస్తుతం 193.85 డిఎంసీలు నీరు నిల్వ ఉంది. ఎడమ గట్టు జలవిద్యుత్ కేంద్రంలో విద్యుత్ ఉత్పత్తిని కొనసాగిస్తున్నారు.

**తెలంగాణ సాహితీ**

**ఆస్వాదం**

శ్రీ.అంశారావు రచించిన

**నాటక నాసీలు**

**అవిష్కరణ సభ**

సహాయకమండలి

శ్రీ.అంశారావు

తెలంగాణ సాహితీ రాష్ట్ర ప్రచార కార్యదర్శి

---

ముఖ్యఅతిథి & అవిష్కరణ

**ఆచార్య ఎన్.గోపి**

కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ పురస్కార గ్రహీత

---

విశిష్ట అతిథి

**డా. ఎన్. రమ్య**

ప్రముఖ కవి, విమర్శకులు

---

పుస్తక పరిచయం

**కుడితాల కంఠేధర్**

కవి, రచయిత

---

రచయిత స్వదేశిక

శ్రీ.శాంతా రావు

---

తేది : 07-08-2022, ఆదివారం ఉదయం 11 గంటలకు

షోయబ్ హాల్, సుందరయ్య విజ్ఞాన కేంద్రం, హైదరాబాద్







