

లింగసముద్రం క్రెం కౌంటర్ ప్రతినిధి, మండలంలోని ఎర్ర రెడ్డిపాలెం, లింగసముద్రం గ్రామాలను పొలం పిలుస్తుంది. ఇన్సార్వి మండల వ్యవసాయ అధికారి సిపావ్ విఎల్ దుర్గ మంగళవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె రైతులను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరైతు తమ పంటను సంబంధిత గ్రామ వ్యవసాయ సహాయకులచే ఈ పంట నమోదు చేయించుకోవాలని సూచించారు. మండలంలో ప్రతి గ్రామపంచాయతీకి ఒక ఛాంపియన్ రైతు సాగు ఖర్చులను తగ్గించుకుని, ప్రకృతి సేద్యం చేస్తూ, సిపార్చు చేసిన మోతాదులోనే ఎరువులు , పురుగుమందులను వినియోగిస్తూ గ్రామంలోని ఇతర రైతులకు ఆదర్శంగా నిలవాలని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా లింగ సముద్రం గ్రామం లో కేంద్ర ప్రభుత్వం వారు రాయితీ కింద ఇచ్చిన జింక్ సల్ఫేట్ ను రైతులకు అందించి వరిలో జింక్ ధాతు లోపం లక్షణాలు నివారణ చర్యలను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ వ్యవసాయ సహాయకులు దీప ,రేణుక రైతులతో పాటు పాల్గొన్నారు.



తిరుమలలో వైసీపీ నేతలకు వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలు



త్రైం కౌంటర్ న్యూస్ , డిసెంబర్ 30 తిరుమల కొండ శ్రీవారి నామస్మరణతో మార్కెగుతోంది. వైకుంఠ ఏకాదశిని పురస్కరించుకుని ఇవాళి నుంచి (డిసెంబర్ 30) జనవరి 8వ తేదీ వరకూ తిరుమల శ్రీవారి ఆలయంలో వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలు కల్పిస్తున్నారు. వైకుంఠ ఏకాదశి పర్వదినం కావటంతో మంగళవారం రోజున పలువురు ప్రముఖులు శ్రీవారిని వైకుంఠ ద్వార దర్శనం చేసుకున్నారు. రాజకీయ, సిని, క్రీడా ప్రముఖులు పలువురు తిరుమల స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు. అయితే తిరుమలకు సంబంధించి సోషల్ మీడియాలో జరిగే ప్రచారంపై ఎప్పటికప్పుడు క్లారిటీ ఇచ్చే తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం.. తాజాగా తిరుమల వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలపై ప్రచారమవుతున్న ఓ వార్తపై క్లారిటీ

ప్రభుత్వ నిర్ణయంతో ఆ ప్రాంతం దశ తిరిగేనా,,,సోఫ్ట్ సిటీకి ఉచితంగా భూమి

త్రైం కౌంటర్ న్యూస్ , డిసెంబర్ 30 ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. తిరుపతి జిల్లా దామినేడులో సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణానికి భూములు కేటాయించింది. దామినేడులో నేషనల్ స్టాండర్డ్ సోఫ్ట్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ ఏర్పాటు కోసం గతంలో 28.37 ఎకరాల భూమిని ఏపీ టూరిజం అథారిటీకి కేటాయించారు. అయితే ఆ ప్రాజెక్టు దిశగా అడుగులు పడకపోవటంతో.. తాజాగా జరిగిన ఏపీ మంత్రిమండలి సమావేశంలో ఈ భూమిని సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణం కోసం శాపేక్ష ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు ఈ ప్రతిపాదనలకు మంత్రివర్గం ఆమోదం లభించటంతో దామినేడులో 28.37 ఎకరాల భూమిని ఉచితంగా శాపేక్ష బదిలీ చేయనున్నారు. మరోవైపు రాజధాని అమరావతిలో ఏపీ ప్రభుత్వం అంతర్జాతీయ సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణానికి ప్రణాళికలు రచిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. దీనితో పాటుగా ప్రతి నియోజకవర్గంలోనూ క్రికెట్ గ్రౌండ్లు ఉండేలా ఏపీ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపడుతోంది. అందులో భాగంగా క్రికెట్ మైదానాలు, సోఫ్ట్ సిటీల నిర్మాణం ఆలోచన చేస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే శాప్ ఆధ్వర్యంలో తిరుపతిలో సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మించాలని నిర్ణయించారు. ఈ సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణం కోసం తిరుపతి రూరల్ మండలం దామినేడు ప్రాంతాన్ని ఎంపిక చేశారు. ఇక్కడ ఉన్న 28.37 ఎకరాలను టూరిజం అథారిటీ నుంచి శాపేక్ష ఉచితంగా బదిలీ చేస్తూ ఇటీవలే రెవెన్యూశాఖ నిర్ణయం తీసుకుంది.ఈ ప్రతిపాదనలకు తాజాగా జరిగిన ఏపీ కేబినెట్ భేటీలో ఆమోదం లభించింది. మరోవైపు దామినేడులో ఎకరా భూమి విలువ సుమారుగా రెండున్నర కోట్ల వరకూ ఉన్నట్లు సమాచారం. దీంతో 28 ఎకరాల భూమిని ఉచితంగా కేటాయిస్తూ ఉండటంతో.. అధికారులు పలు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు. కేటాయించిన భూమిని అవసరాలకు మాత్రమే వినియోగించాలని.. రెవెన్యూ శాఖ అనుమతి లేకుండా ఈ భూమిలో ఎలాంటి కేటాయింపులు, బదిలీలు చేయొద్దని సూచించినట్లు సమాచారం.మరోవైపు దామినేడు వద్ద ఉన్న భూమిని



శాపేక్ష కేటాయించాలంటూ శాప్ చైర్మన్ రవి నాయుడు గతంలో సీఎం చంద్రబాబును కలిసి కోరారు. తిరుపతిలో క్రీడల్ని ప్రోత్సహించేందుకు, సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణం కోసం భూమిని కేటాయించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ విజ్ఞప్తికి సీఎం చంద్రబాబు అప్పట్లో సానుకూలంగా స్పందించారు. తాజాగా భూమిని కూడా కేటాయించడంతో తిరుపతిలో సోఫ్ట్ సిటీ నిర్మాణం వేగం పుంజుకునే అవకాశాలు ఉన్నాయి. మరోవైపు తిరుపతిలోని గొల్లవానిగుంటలో కూడా ఓ క్రికెట్ స్టేడియం సిద్ధమైంది. రూ.3 కోట్లు ఖర్చు చేసి గొల్లవానిగుంటలో క్రికెట్ స్టేడియం నిర్మాణం చేపట్టారు. ఈ పనులు చివరి దశకు చేరుకోగా.. సంక్రాంతి నాటికి పూర్తి చేసి సీఎం చంద్రబాబు చేతుల మీదుగా ప్రారంభించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈ స్టేడియంలో.. 75 చదరపు గజాల విస్తీర్ణంలో 5 వికెట్ టర్న్లు ఏర్పాటు చేశారు. నాలుగు నెట్లు, గ్యాలరీలు, వీవీపీలకు ప్రత్యేక గ్యాలరీ ఏర్పాటు చేశారు.

పహలాం ఢిల్లీ వంటి ప్రాంతాల్లో ఉగ్రదాడులు ఎవరు చేశారో చెప్పాలన్న మమత



త్రైం కౌంటర్ న్యూస్ , డిసెంబర్ 30 బెంగాల్ రాజకీయాలు మరోసారి హాట్ టాపిక్ గా మారాయి. కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా చేసిన వ్యాఖ్యలపై పశ్చిమ బెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రంలో ఎన్నికలు సమీపిస్తున్న తరుణంలో బెంగాల్ లో ఉగ్రవాద నెట్ వర్క్ లు విస్తరిస్తున్నాయంటూ అమిత్ షా వ్యాఖ్యానించడం పూర్తిగా రాజకీయ ప్రేరితమని మమత మండిపడ్డారు. బెంగాల్ లోనే ఉగ్రవాదులు ఉంటే, పహలాం, ఢిల్లీ వంటి ప్రాంతాల్లో జరిగిన ఉగ్రదాడులు ఎవరు చేశారో చెప్పాలని ఆమె సూచిగా ప్రశ్నించారు.అలాగే, బెంగాల్ ప్రభుత్వం భూమి ఇవ్వకపోవడం వల్లే సరిహద్దుల్లో

అద్దంకి కందుకూరు నియోజకవర్గాలను ప్రకాశం జిల్లాలో కలపడంపై హర్షం

త్రైం కౌంటర్ న్యూస్ , డిసెంబర్ 30 అద్దంకి, కందుకూరు నియోజకవర్గ ప్రజల ఆకాంక్షను మన్నిస్తూ, ఆ ప్రాంతాలను తిరిగి ప్రకాశం జిల్లాలో కలుపుతూ రాష్ట్ర క్యాబినెట్ తీసుకున్న నిర్ణయం ఎంతో సంతోషదాయకమని రాష్ట్ర విద్యుత్ శాఖ మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ తెలిపారు. మంగళగిరిలోని తెలుగుదేశం పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో నేడు జరిగిన విలేజరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. గత ప్రభుత్వం చేసిన అశాస్త్రీయ జిల్లాల విభజనను సరిదిద్దుతూ కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజలకు మేలు చేసే నిర్ణయం తీసుకుందని పేర్కొన్నారు.యువగళం పాదయాత్ర సమయంలో నారా లోకేశ్ ఇచ్చిన హామీని గుర్తుచేస్తూ, కందుకూరు, అద్దంకి ప్రాంతాలను ప్రకాశం జిల్లాలో తిరిగి విలీనం చేయడం శుభపరిణామమన్నారు. ముఖ్యంగా 2012 నుంచి అద్దంకి ప్రాంత ప్రజలు తమ రెవెన్యూ సమస్యల పరిష్కారం కోసం, పాలనా సౌలభ్యం కోసం రెవెన్యూ డివిజన్

కావాలని కోరుతున్నారని, వారి విజ్ఞప్తిని మన్నించి అద్దంకిని రెవెన్యూ డివిజన్ గా ప్రకటించినందుకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, మంత్రి నారా లోకేశ్ లకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఇన్నాళ్లు బాపట్ల జిల్లా పరిధిలో ఉండటం వల్ల అద్దంకి ప్రజలు అనేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు, తాజా నిర్ణయంతో ఆ కష్టాలు తీరనున్నాయని వివరించారు.ఇటీవల విజయవాడ కనకదుర్గ ఆలయంలో విద్యుత్ సరఫరా నిలిచిపోవడంపై మంత్రి స్పష్టత ఇచ్చారు. ఇది కేవలం అధికారుల మధ్య సమస్యయై లోపం కారణంగా జరిగిన ఘటన అని, విద్యుత్ సరఫరాలో సాంకేతిక లోపాలు లేవని స్పష్టం చేశారు. కరెంట్ కేవలం 10 నిమిషాలు మాత్రమే నిలిచిపోయిందని, విషయం తెలిసిన వెంటనే అధికారులతో మాట్లాడి సమస్యను పరిష్కరించినట్లు తెలిపారు. ఈ ఘటనకు బాధ్యులైన అధికారులపై చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటివి పునరావృతం కాకుండా

కాలనీ సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేస్తాం!



ఒంగోలు త్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి,పట్టణంలోని దామచర్ల ఆంజనేయులు కాలనీ నందు మున్సిపల్ అధికారులు టౌన్ ప్లానింగ్ సుధాకర్ టౌన్ సర్వేర్ ఆల్ శ్రీను వీఆర్వో బి జె ఎం ఎస్ నేషనల్ ఇండస్ట్రియల్ రిలేషన్స్ బోర్డ్ ఆఫ్ డైరెక్టర్ షేక్ సిద్ధాంతి మంగళవారం పర్యటించారు. ఇక్కడ కాలనీ సమస్యను అడిగి తెలుసుకున్నారు ఇక్కడ ఈ కాలనీలో ఎటువంటి సమస్యలు ఉన్న మా దృష్టికి తీసుకురండి మేము తగిన డిపార్ట్మెంట్ వారితో మాట్లాడి మీకు సరి అయిన న్యాయం జరిగేలాగా చూస్తామని హామీ ఇచ్చారు . బీజేఎంఎస్ జిల్లా ప్రెసిడెంట్ మాట్లాడుతూ నాలి మధుసూదన్ రావు ఎన్నిపి స్టేట్ ప్రెసిడెంట్ ఆదేశాల మేరకు ఇక్కడికి వచ్చి వీరి సమస్యలను పట్ల అధికారులతో మాట్లాడి సమస్యను పరిష్కార మార్గముగా పని జరగటం చాలా ఆనందంగా ఉందని వ్యక్తపరిచారు. ఈ కార్యక్రమంలో తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పాదిలిలో ప్రారంభమైన కూచిపూడి శిక్షణ తరగతులు



ఒంగోలు త్రైం కౌంటర్ ప్రతినిధి ,ప్రకాశం జిల్లా పాదిలిలో కూచిపూడి శిక్షణ తరగతులు ప్రారంభించారు శ్రీ నటరాజ కూచిపూడి కళాక్షేత్రం ఆధ్వర్యంలో నాట్య గురువు కే లక్ష్మి సారోద్ధంలో కూచిపూడి శిక్షణ తరగతులు ప్రారంభించడం జరిగింది . కూచిపూడి నేర్పుకోవాలని ఆసక్తి కలిగిన చిన్నారులు 7780698718 నెంబర్ను సంప్రదించాలని నాట్య గురువుకే లక్ష్మి తెలిపారు.. పాదిలి బినహస్తాండ్ శివాలయం ప్రాంగణంలో కూచిపూడి శిక్షణ తరగతులు నిర్వహించడం జరుగుతుందని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో చిన్నారులు తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.. కూచిపూడి అనేది ఒక కళ అని సంస్కారం విలువలు కూచిపూడి నేర్పుకోవడం ద్వారా బాల్యం నుండే చిన్నారులకు అభ్యునిస్తాయని నాట్య గురువు కే లక్ష్మి అన్నారు.. ప్రతి ఒక్క తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను ప్రోత్సహించాలని కోరారు.

ఏపీటీఎఫ్ డైరీ మరియు క్యాలెండర్ ఆవిష్కరణ



పామూరు, డిసెంబర్ 30, త్రైం కౌంటర్ ఏపీటీఎఫ్ పామూరు మండల శాఖ ఆధ్వర్యంలోమంగళవారం ఏపీటీఎఫ్ డైరీ మరియు క్యాలెండర్ ఆవిష్కరణ కార్యక్రమం పామూరు మండల విద్యాశాఖ అధికారి పి కోటిరెడ్డి చేతుల మీదుగా ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలోఏపీటీఎఫ్ అధ్యక్షుడు మేకల శ్రీనివాసులు,ప్రధాన కార్యదర్శి షేక్ ఖాజా మస్తాన్,జిల్లా కౌన్సిలర్ మచ్చ ప్రసాద్,మరియు మండల నాయకులుముప్పూరి మాల్యూద్రి, ఓంకారం, సత్యనారాయణ, ఖాదరపతి, కాజా మొహిద్దీన్, ప్రభాకర్, ఇజ్రాయిల్ ఇర్మియా, విసోద్, గణేష్, సురేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉండేందుకు జనవరి 6 లేదా 7 తేదీల్లో దేవదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఈవో, ఇతర ముఖ్య అధికారులతో ప్రత్యేక సమావేశం ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు.ఈ విన్న పొరపాటును ఆసరాగా చేసుకుని రాజకీయ విమర్శలు చేయడం తగదని వైసీపీ నేతలకు హితవు పలికారు. ప్రజల మనోభావాలతో ముడిపడిన అంశాలపై అనవసర రాధాంతం చేయడం, ప్రతి సాధారణ విషయాన్ని రాజకీయాలకు వాడుకోవడం వైసీపీ నాయకులకు అలవాటుగా మారిపోయిందని మంత్రి మండిపడ్డారు. ఏ ధర్మామైనా, సంప్రదాయాలైనా చిత్తశుద్ధితో కాపాడేది ఒక్క కూటమి ప్రభుత్వమేనని గొట్టిపాటి రవికుమార్ ఉద్ఘాటించారు.





తరుణ్ సినిమాలు

మానేయడానికి కారణం అదే.

తెలుగు సినిమా పరిశ్రమలో తనదైన ముద్ర వేసిన హీరో తరుణ్. ఎన్నో ప్రేమకథ చిత్రాలతో హిట్స్ అందుకున్నాడు. దాదాపు పదేళ్లపాటు బ్యాక్ టూ బ్యాక్ విజయాలను ఖాతాలో వేసుకుని.. అప్పట్లో యూత్ ఫేవరేట్ గా నిలిచాడు. అప్పట్లో లవ్ స్టోరీ సినిమాలతో ట్రెండ్ సెట్ చేసిన తరుణ్.. ఇప్పుడు మాత్రం సినిమాలకు దూరంగా ఉంటున్నాడు. ఈ క్రమంలో తరుణ్ గురించి ఆసక్తికర విషయాలు పంచుకున్నారాయన తల్లి రోజా రమణి. 1967లో బాలనటిగా సినిరంగ ప్రవేశం చేసి, హీరోయిన్ గా, డబ్బింగ్ ఆర్టిస్ట్ గా 54 ఏళ్ల సుదీర్ఘ ప్రస్థానాన్ని కొనసాగించారు. ప్రస్తుతం వంటి పాత్రలతో పేరుపొందిన ఆమె, 500 పైగా చిత్రాలకు డబ్బింగ్ చెప్పి, ఎందరో హీరోయిన్లకు ప్రాణం పోశారు. హీరోయిన్ గా, సహాయ నటిగా పలు భాషల్లో వందలాది చిత్రాలలో నటించిన ఆమె, వివాహం తర్వాత డబ్బింగ్ కళాకారిణిగా కొనసాగారు. 500 పైగా చిత్రాలకు డబ్బింగ్ చెప్పి, దాదాపు 400 మంది హీరోయిన్లకు ఆమె గాత్రాన్ని అందించారు. ముగ్గురు మొనగాళ్ళు చిత్రంలో ముగ్గురు హీరోయిన్లకు (నగ్గా, రోజా, రమ్యకృష్ణ) వేర్వేరు వాయిస్ మోడ్యులేషన్స్ తో డబ్బింగ్ చెప్పడం ఆమె ప్రతిభకు నిదర్శనం. సరేష్, హరిష్ వంటి నటుల లేడీ గెటప్ లకు కూడా ఆమె డబ్బింగ్ చెప్పడం విశేషం. తెలుగు సినీ పరిశ్రమలో ఐదు దశాబ్దాలకు పైగా తనదైన ముద్ర వేసిన ఒక రోజారమణి ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో తన కొడుకు గురించి చెప్పుకొచ్చింది. వివాహం తర్వాత, ఆమె నటనకు విరామం ఇచ్చి, డబ్బింగ్ రంగంలోకి ప్రవేశించారు. అనుకోకుండా మొదలైన ఈ ప్రయాణం 500 పైగా చిత్రాలకు గాత్రాన్ని అందించే స్థాయికి చేరింది. సుహాసినీ, రమ్యకృష్ణ, మీనా, రోజా, దివ్యభారతి, శిల్పాశెట్టి, దీప్తి భట్నాగర్, మీనాక్షి శేషాద్రి, ఖుష్బూ వంటి సుమారు 400 మంది ప్రముఖ హీరోయిన్లకు ఆమె డబ్బింగ్ చెప్పారు. నటనకు విరామం ఇవ్వడం తన వ్యక్తిగత నిర్ణయమేనని, భర్త చక్రపాణి గానీ, ఇతర కుటుంబ సభ్యులు గానీ ఎప్పుడూ ఒత్తిడి చేయలేదని ఆమె స్పష్టం చేశారు. ఒకప్పుడు హీరోగా స్టార్ డమ్ సంపాదించుకున్న తన తనయుడు తరుణ్ ప్రస్తుతం సినిమాలకు దూరంగా ఉండేందుకు గల కారణాలను వెల్లడించారు. తరుణ్ ఇప్పుడు వ్యాపారరంగంలో బిజీగా ఉన్నారు.. తన దృష్టిని కేవలం బిజినెస్ పై పెట్టారని అన్నారు. అటు సినిమాలతోపాటు.. ఇటు వ్యాపారరంగంలోనూ సక్సెస్ అయ్యారంటూ చెప్పుకొచ్చారు.



ఇది తెలిస్తే అస్సలు ముట్టుకోరు..

మూర్ఖు బ్రెయిన్ కు సంబంధించిన ఒక వ్యాధి. మెదడు పనితీరుకు సంబంధించి ఏదైనా అటంకం ఏర్పడినప్పుడు ఫిట్స్ వస్తుంది. ఫిట్స్ వచ్చినప్పుడు.. అవయవాలు వణకడం, ఆకస్మికంగా పడిపోవడం, తడేకంగా చూడటం, ఆందోళన, స్పృహ కోల్పోవడం, సైకోసిస్ వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయంటున్నారు వైద్యులు. ఫిట్స్ చిన్న వయసులో బాధించడానికి పలు కారణాలని అంటున్నారు. అలాగని.. పెద్దయ్యాక రాదని చెప్పలేం. ఇది జీవితంలో ఎప్పుడైనా రావొచ్చంటున్నారు నిపుణులు. ఇది వారసత్వంగా తల్లితండ్రుల నుంచి సంక్రమిస్తుందా? ఆహారం ద్వారా మెదడులోకి చేరే పురుగులు కారణమా? తల్లిదండ్రులకు మూర్ఖ సమస్య ఉంటే అది పిల్లలకు వచ్చే ప్రమాదం ఉందనే విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. కొన్నిసార్లు మూర్ఖ వ్యాధిగ్రస్తులను ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్లి.. చికిత్స చివరి వరకు కొనసాగించకుండా మధ్యలోనే పదిలేస్తారంటున్నారు. ఈ కారణంగా వ్యాధి మరింత తీవ్రంగా మారుతుంది. అలాకాకుండా.. సమయానికి చికిత్స అందిస్తే 80 నుంచి 90 శాతం మూర్ఖ రోగులలో ఈ వ్యాధి కంట్రోల్ అవుతుందని చెబుతున్నారు. అలాగే క్యాబేజ్ ఆకులను వండకుండా పచ్చిగా తినడం వల్ల టీనియా సోలియం అనే పురుగు గుడ్డు మెదడులోకి చేరతాయని వాటి కారణంగా ఏర్పడే ఇన్ఫెక్షన్ తో మూర్ఖవ్యాధి రావచ్చని హెచ్చరించారు. న్యూరో సిస్టి సెర్కోసిస్ నివారించడగ్గ ఇన్ఫోక్షన్ అని ఢిల్లీ ఎయిమ్స్ న్యూరాలజిస్ట్ డాక్టర్ ప్రియాంక సెహ్రావత్ తెలిపారు. ఆరోగ్య నిపుణుల సూచనల ప్రకారమే ఈ సమాచారాన్ని మేం మీకు అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలు తీసుకోవడమే మంచిది.



మద్యం, పాలు కలిపి తాగితే ఏమవుతుంది?

మద్యం తాగడం ఆరోగ్యానికి హానికరం.. ఈ విషయం అందరికీ తెలుసు.. కానీ.. ఈ ప్రపంచంలో మద్యం తాగేవారు చాలా మంది ఉన్నారు. భారతదేశంలో కూడా లక్షలాది మంది తమ అభిరుచికి తగ్గట్టుగా మద్యం తాగుతారు. కొంతమంది వివిధ రకాల ఆల్కహాల్ లను కలిపి తాగుతారు. మరికొందరు.. ఆల్కహాల్ తో పాటు వాటర్, సోడా, డ్రింక్స్, జ్యూస్ లు, కొబ్బరినీరు.. ఇంకా కొన్ని డ్రింక్స్ ను కలుపుకుని తాగుతారు.. నిజానికి, మద్యం తాగే విషయంలో ప్రజలకు అనేక ప్రాధాన్యతలు ఉంటాయి. కానీ ఈ తరహా మద్యం తాగడం వల్ల కొన్నిసార్లు శరీరంపై చెడు ప్రభావం చూపుతుంది. అదేంటంటే.. మద్యం, పాలు తాగడం.. కొందరు పాలు తాగిన వెంటనే మద్యం తాగుతారు. మరికొందరు మద్యం తాగే ముందు పాలు తాగుతారు. ఇది శరీరాన్ని ఖచ్చితంగా ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో తెలుసుకుందాం.. పాలు తాగిన వెంటనే మద్యం, బీరు తాగడం వల్ల చాలా మంది శరీరాలపై ప్రభావం ఉండదు. అయితే, కొంతమందికి జీర్ణ సమస్యలు రావచ్చు. మద్యం %- % బీరు, పాలు కలిపి తాగడం వల్ల కొన్నిసార్లు ఉబ్బరం, వాంతులు వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అందువల్ల, అలాంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉన్నా.. లేదా ఎప్పుడైనా బాధపడి ఉంటే.. పాలు, మద్యం కలిపి తాగకుండా ఉండండి. పాలు తాగడం వల్ల ఆల్కహాల్ శోషణ మందగిస్తుందని కొందరు అంటున్నారు. కానీ ఇది అశ్చర్యం, ఉబ్బరానికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోండి. ముఖ్యంగా, ఇప్పటికే ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు పాలు, ఆల్కహాల్ తాగడానికి ప్రయత్నించకూడదు. పాలు తాగిన కొన్ని గంటల తర్వాత మద్యం తాగడం వల్ల శరీరంపై ఎటువంటి ప్రతికూల ప్రభావాలు ఉండే అవకాశం తక్కువ. అందువల్ల, పాలు %- % ఆల్కహాల్ మధ్య దూరం ఉంచడం మంచిది.. పాలు తాగితే, తాగేటప్పుడు తక్కువ ఆల్కహాల్ కంటెంట్ ఉన్న ఆల్కహాల్ ను ఎంచుకోండి. సోడా లేదా కార్బోనేటేడ్ పానీయాలు తాగడం మానుకోండి. అసలు ఇలా చేయడం కూడా కరెక్ట్ కాదు.. గమనిక.. మద్యం తాగడం ఆరోగ్యానికి హానికరం. మేము మద్యం సేవించడాన్ని ప్రోత్సహించడం లేదు. ఏదైనా ప్రయోగాన్ని ప్రయత్నించే ముందు దయచేసి నిపుణుడిని సంప్రదించండి..



ఆస్ట్రేలియా నుంచి అప్రిల్ అవుట్..

పాకిస్థాన్ స్టార్ పేసర్ షాహీన్ షా అఫ్రిదీ ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై గట్టి షాక్ తగిలించి. బిగ్ బాష్ లీగ్?లో మెరుపులు మెరిపిద్దామని వెళ్లిన ఈ స్పీడ్స్టర్, అనూహ్యంగా గాయం బారిన పడి బోర్న్ నుంచి అర్ధంతరంగా వైదొలిగాడు. పాకిస్థాన్ క్రికెట్ బోర్డు ఆదేశాల మేరకు అతను ఆస్ట్రేలియాను వీడి స్వదేశానికి బయలుదేరాడు. ఫిబ్రవరి-మార్చి నెలల్లో భారత్, శ్రీలంక వేదికలుగా జరగనున్న టీ20 వరల్డ్ కప్ దృష్ట్యా రిస్క్ తీసుకోవడం ఇష్టం లేక పీసీబీ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. బ్రిస్బేన్ హీట్ జట్టు తరపున ఆడుతున్న షాహీన్ అఫ్రిదీకి, డిసెంబర్ 27న అడిలైడ్ స్ట్రెక్ట్స్ తో జరిగిన మ్యాచ్ లో గాయమైంది. బొలింగ్ చేస్తున్న సమయంలో 14వ ఓవర్లో అతని కుడి మోకాలికి తీవ్రమైన నొప్పి రావడంతో, అతను మైదానంలోనే కుంటుతూ కనిపించాడు. కనీసం తన ఓవర్ ను కూడా పూర్తి చేయలేక మధ్యలోనే డ్రెస్సింగ్ రూమ్ కు వెళ్లిపోయాడు. మోకాలి గాయం తీవ్రతను గమనించిన పీసీబీ, అతనికి సరైన చికిత్స అందించేందుకు వెంటనే పాకిస్థాన్ కు తిరిగి రావాలని కోరింది. తన నిష్క్రమణపై షాహీన్ సోషల్ మీడియాలో స్పందిస్తూ.. “బ్రిస్బేన్ హీట్ టీమ్, ఫ్యాన్స్ చూపించిన ప్రేమకు నేను ఎప్పటికీ రుణపడి ఉంటాను. ఊహించని గాయం వల్ల బోర్డు నన్ను వెనక్కి పిలిచింది. త్వరలోనే మళ్ళీ మైదానంలోకి వస్తానని ఆశిస్తున్నాను. అప్పటి వరకు నా టీమ్ కు బయట నుంచే మద్దతు ఇస్తాను” అని పేర్కొన్నాడు. ఫిబ్రవరిలో జరగబోయే వరల్డ్ కప్ నాటికి షాహీన్ ఫిట్ నెస్ పాక్ జట్టుకు చాలా కీలకం. అందుకే పీసీబీ మెడికల్ టీమ్ వర్క్ వేక్షణలో అతనికి చికిత్స అందించున్నారనిజానికి ఈసారి బిగ్ బాష్ లీగ్ షాహీన్ అఫ్రిదీకి అప్పులు కలిసిరాలేదు. ఆడిన నాలుగు మ్యాచ్ లో అతను కేవలం రెండు వికెట్లు మాత్రమే తీయగలిగాడు. పైగా అతని ఎకానమీ రేటు 11.19గా ఉంది, అంటే బ్యాటర్లు అతడిని చితకొట్టారు. డెబ్యూ మ్యాచ్ లోనే వరుసగా రెండు బీమర్లు (హై ఫుల్ టాస్) వేసినందుకు అంపైర్లు అతడిని బొలింగ్ నుంచి తొలగించారు. ఆరంభంలోనే అపశ్రుతి ఎదురైన షాహీన్, ఇప్పుడు గాయంతో సీజన్ మొత్తానికి దూరం కావడం అతని ఫ్యాన్స్ ను నిరాశకు గురిచేస్తోంది.



ఐసీసీ టీ20 ర్యాంకింగ్స్ లో షెఫాలీ వర్ష జోరు:

టాప్-10లో ముగ్గురు భారత స్టార్ ప్లేయర్లు!

ఐసీసీ (%Xజజ%) విడుదల చేసిన తాజా మహిళా టీ20 ర్యాంకింగ్స్ లో భారత యువ ఓపెనర్ షెఫాలీ వర్ష అద్భుత ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకున్నారు. ఇటీవల శ్రీలంకతో జరిగిన టీ20 సిరీస్ లో నిలకడగా రాణించడమే కాకుండా, తనదైన శైలిలో మెరుపు ఇన్నింగ్స్ లు ఆడి జట్టు విజయాల్లో కీలక పాత్ర పోషించారు. ఈ ఫామ్ ప్రభావంతో ఆమె తన కెరీర్ ర్యాంకింగ్ ను మెరుగుపరుచుకుంటూ అంతర్జాతీయ స్థాయిలో తన ప్రాధాన్యతను మరోసారి చాటిచెప్పారు. తాజా ర్యాంకింగ్స్ గణాంకాలను పరిశీలిస్తే, షెఫాలీ వర్ష ఏకంగా నాలుగు స్థానాలు ఎగబాకి 736 పాయింట్లతో 6వ ర్యాంక్ ను కైవసం చేసుకున్నారు. శ్రీలంక బౌలర్లను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొంటూ పరుగుల వర్షం కురిపించడంతో ఆమె ఖాతాలో భారీగా రేటింగ్ పాయింట్లు వచ్చి చేరాయి. మైదానంలో ఆమె చూపిస్తున్న దూకుడు మరియు ఆత్యవిత్యాసం టీమ్ ఇండియాకు రాబోయే మేగా టోర్నీల్లో పెద్ద ప్లస్ పాయింట్ కానుంది. షెఫాలీ వర్షతో పాటు టీమ్ ఇండియాకు చెందిన మరో ఇద్దరు స్టార్ ప్లేయర్లు టాప్-10లో చోటు దక్కించుకోవడం విశేషం. భారత వెటరన్ బ్యాటర్ స్మృతి మంధాన 767 పాయింట్లతో రెండో స్థానాన్ని పదిలం చేసుకోగా, మరో మిడిలార్డర్ బ్యాటర్ జెమీమా రోడ్రిగ్స్ 643 పాయింట్లతో పదో స్థానంలో నిలిచారు. ఒకేసారి ముగ్గురు భారత క్రీడాకారిణులు ప్రపంచ అత్యుత్తమ 10 మంది బ్యాటర్ల జాబితాలో ఉండటం భారత మహిళా క్రికెట్ ఎదుగుదలకు నిదర్శనం. మొత్తంగా ఈ ర్యాంకింగ్స్ జాబితాను చూస్తే, ఆస్ట్రేలియాకు చెందిన స్టార్ ప్లేయర్ టెట్ మూసీ 794 పాయింట్లతో అగ్రస్థానాన్ని సుస్థిరం చేసుకున్నారు. ఆమె తర్వాతి స్థానాల్లో భారత్, ఇంగ్లాండ్ మరియు న్యూజిలాండ్ క్రీడాకారిణులు గట్టి పోటీని ఇస్తున్నారు. రాబోయే సిరీస్ లలో మన భారత క్రీడాకారిణులు ఇదే జోరును కొనసాగిస్తే, అగ్రస్థానానికి చేరుకోవడం పెద్ద కష్టమే కాదని విశేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

