



వార్త వేకువ

తెలుగు దినపత్రిక నిజం వైపు నిరంతరం...

PRGI No: TGTEL/26/A2290

వార్త వేకువ
విలేకర్లు కావాలను.
వార్త వేకువ తెలుగు దినపత్రిక
 తెలంగాణ & ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలోని అన్ని జిల్లాల్లో నియోజకవర్గం మరియు మండల స్థాయిలో వార్తల సేకరణ కొరకు రిపోర్టర్లు కావాలను. జర్నలిజంపై ఆసక్తిగల వారికి అవకాశం కల్పిస్తున్నాము. ఆసక్తిగలవారు ఈ క్రింది విరుదానాను సంబంధించినవ్యక్తులు.
సెల్ - 9133444314

ప్రచురణ : రంగారెడ్డి ఎడిటర్ : ఆననగంటి అనిల్ కుమార్ సంపుటి : 01 సంచిక : 28 వెల : 4 పేజిలు : 08 గురువారం 28 - 05 - 2026

రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణమే లక్ష్యం పాలనలో దూకుడు చూపిస్తాం

- మహానాడులో ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- మహానాడు వేదికగా పార్టీ శ్రేణులకు దిశానిర్దేశం చేసిన చంద్రబాబు
- ఎన్నికల నేపథ్యంలో హైద్రాబద్ పద్ధతిలో మహానాడు నిర్వహణ
- టీడీపీ కార్యకర్తల త్యాగాలను, పోరాటాలను గుర్తు చేసుకున్న సీఎం
- రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణం కోసమే బీజేపీ, జనసేనతో పాత్తు అని స్పష్టీకరణ
- పాలనలో దూకుడుగా, ప్రగతిశీలంగా ముందుకు వెళతామని వెల్లడి



ఆయన ఉద్ఘాటించారు. ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఈ విధాని హైద్రాబద్ పద్ధతిలో నిర్వహించిన మహానాడులో ఆయన వర్ణనలతో పాల్గొని ప్రసంగించారు. "మీటింగ్ మోడల్ మారినదే తప్ప, మహానాడు విధానం మారలేదు. వాహనాల హోరు తగ్గించేమో కానీ, కార్యకర్తల్లో జోరు తగ్గలేదు" అంటూ ఆయన తన ప్రసంగాన్ని ప్రారంభించారు. గత అదేళ్లలో పార్టీ ఎదుర్కొన్న కష్టాలను, కార్యకర్తల త్యాగాలను చంద్రబాబు ఉద్దేశంగా గుర్తుచేసుకున్నారు. దాడులు, హింస, అక్రమ కేసులు, వేధింపులు ఎదురైన టీడీపీ వెనకడుగు వేయలేదని అన్నారు. "సరహంతుకులు పీకలు కొస్తున్నా మన కార్యకర్తలు జెండాను వీడలేదు. - మిగతా 2 లో

చంద్రబాబును ఎదుర్కోవాలి.. ప్రతిచోటా వైసీపీ జెండా ఎగరాలి

- ▶ స్థానిక ఎన్నికలపై జగన్ ఫోకస్
- ▶ స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు సిద్ధం కావాలని పార్టీ శ్రేణులకు జగన్ పిలుపు
- ▶ ఏకగ్రీవ ఎన్నిక జరిగితే నియోజకవర్గ ఇంచార్జి వైఫల్యంగా పరిగణిస్తానని హెచ్చరిక
- ▶ ప్రభుత్వ వైఫల్యాలపై 'వెన్నుపోటు రెండేళ్లు' బుక్ లెటరు ఇంటింటా పంచాలని ఆదేశం
- ▶ ఎస్సీలు బలంగా ఉన్నచోట వారినే అభ్యర్థులుగా నిలపాలని సూచన

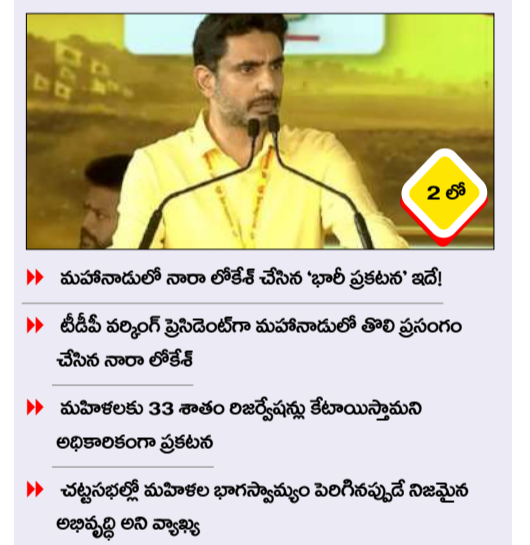


ఇంచార్జులకు ఆయన తీవ్ర హెచ్చరిక జారీ చేశారు. ఏ నియోజకవర్గంలోనైనా, ఏ ఒక్క స్థానంలోనైనా ఎన్నిక ఏకగ్రీవమైతే, దానిని పూర్తిగా ఆ ఇంచార్జి వైఫల్యంగానే పరిగణిస్తానని తేల్చిచెప్పారు. తాడేపల్లిలోని - మిగతా 2 లో

వార్త వేకువ, అమరావతి, మే 27 :
 తెలుగుదేశం పార్టీ అధినేత, ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు మహానాడు వేదికగా పార్టీ శ్రేణులకు, ప్రజలకు స్పష్టమైన దిశానిర్దేశం చేశారు. రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణమే లక్ష్యంగా తమ ప్రభుత్వం పాలనలో దూకుడుగా, ప్రగతిశీలంగా ముందుకు వెళుతుందని

అయన ఉద్ఘాటించారు. ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఈ విధాని హైద్రాబద్ పద్ధతిలో నిర్వహించిన మహానాడులో ఆయన వర్ణనలతో పాల్గొని ప్రసంగించారు. "మీటింగ్ మోడల్ మారినదే తప్ప, మహానాడు విధానం మారలేదు. వాహనాల హోరు తగ్గించేమో కానీ, కార్యకర్తల్లో జోరు తగ్గలేదు" అంటూ ఆయన తన ప్రసంగాన్ని ప్రారంభించారు. గత అదేళ్లలో పార్టీ ఎదుర్కొన్న కష్టాలను, కార్యకర్తల త్యాగాలను చంద్రబాబు ఉద్దేశంగా గుర్తుచేసుకున్నారు. దాడులు, హింస, అక్రమ కేసులు, వేధింపులు ఎదురైన టీడీపీ వెనకడుగు వేయలేదని అన్నారు. "సరహంతుకులు పీకలు కొస్తున్నా మన కార్యకర్తలు జెండాను వీడలేదు. - మిగతా 2 లో

మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు కేటాయిస్తాం



- ▶ మహానాడులో నారా లోకేశ్ చేసిన 'భారీ ప్రకటన' ఇది
- ▶ టీడీపీ పరిపాలనలో మహానాడులో తొలి ప్రసంగం చేసిన నారా లోకేశ్
- ▶ మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు కేటాయిస్తామని అధికారికంగా ప్రకటన
- ▶ చట్టసభల్లో మహిళల భాగస్వామ్యం పెరిగినప్పుడే నిజమైన అభివృద్ధి అని వ్యాఖ్య

మెగా డీఎస్సీపై దుష్ప్రచారం చేసేవారిపై క్రిమినల్ కేసులు



- ▶ పరువు నష్టం నోటీసులు: ఓపి విద్యాశాఖ హెచ్చరిక
- ▶ నిరాధార ఆరోపణలు చేసినవారు క్రమాపధి చెప్పాలని డిమాండ్
- ▶ 15,941 పోస్టుల భర్తీ లక్ష్యం పారదర్శకంగా జరిగిందన్న ప్రభుత్వం
- ▶ పేపర్ లీక్, లక్షలు ఎంపికల ఆరోపణలను ఖండించిన విద్యాశాఖ

దేశ సరిహద్దులలో అక్రమ నిర్మాణాలు కూల్చేయాలి



- ▶ సరిహద్దులకు 15 కి.మీ పరిధిలో ఉన్న అక్రమ నిర్మాణాలు కూల్చేయాలి
- ▶ కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా
- ▶ ఈ అంశంలో జీరో టోలరెన్స్ విధానాన్ని అమలు చేయాలన్న అమిత్ షా
- ▶ సరిహద్దు జిల్లాల కలెక్టర్లకు అదనపు బాధ్యతలు అప్పగిస్తూ కేంద్ర హోంశాఖ నిర్ణయం

వార్త వేకువ, ఢిల్లీ, మే 27 :
 దేశ సరిహద్దులకు 15 కిలోమీటర్ల పరిధిలో ఉన్న అక్రమ నిర్మాణాలన్నీ కూల్చివేయాలని కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా ఆధికారులను ఆదేశించారు. ఈ అంశంలో రాజీలేని విధానాన్ని అమలు చేయాలన్నారు. రాజస్థాన్ లోని భారత్-పాక్ సరిహద్దు జిల్లాల్లో భద్రతా పరిస్థితులపై అమిత్ షా ఉన్నతస్థాయి - మిగతా 2 లో

పినరయ విజయన్ ఇంటి వద్ద తీవ్ర ఉద్రిక్తత



- ▶ మహానాడులో నారా లోకేశ్ చేసిన 'భారీ ప్రకటన' ఇది
- ▶ టీడీపీ పరిపాలనలో మహానాడులో తొలి ప్రసంగం చేసిన నారా లోకేశ్
- ▶ మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు కేటాయిస్తామని అధికారికంగా ప్రకటన
- ▶ చట్టసభల్లో మహిళల భాగస్వామ్యం పెరిగినప్పుడే నిజమైన అభివృద్ధి అని వ్యాఖ్య

ప్రధాని మోదీతో తమిళనాడు సీఎం విజయ్ భేటీ

- ▶ ముఖ్యమంత్రి అయ్యాక తొలిసారి
- ▶ మోదీతో విజయ్ భేటీ- తమిళనాడుకు మౌలిక, సంక్షేమ పథకాలకు, ప్రాజెక్టులకు నిధులు ఇవ్వాలని విజ్ఞప్తి

వార్త వేకువ, ఢిల్లీ, మే 27 :
 ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీతో తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి జోసెఫ్ విజయ్ సమావేశమయ్యారు. సీఎంగా వదలి బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత టీడీపీ అధినేత దిల్లీకి అధికారిక వర్తకాలకు వెళ్లడం ఇదే తొలిసారి. సాయంత్రం ప్రధాని నరేంద్ర మోదీతో భేటీ అయిన విజయ్ తమిళనాడుకు సంబంధించిన సంక్షేమం, మౌలిక సదుపాయాల ప్రాజెక్టులకు నిధులు ఇవ్వాలని కోరారు. అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు అనుమతులు ఇవ్వాలని ప్రధానికి వినతిపత్రాన్ని విజయ్ సమర్పించారు. మేరెదాటు జల వివాదం పరిష్కారానికి కృషి చేయాలని మోదీకి విజయ్ ప్రధానంగా విజ్ఞప్తి చేసినట్లు తెలుస్తోంది. తాగునీటి అవసరాల పేరుతో - మిగతా 2 లో



గాంధీభవన్ లో కాంగ్రెస్ నేతల బాహుబాహీ

- ▶ కిందపడిన ఫిరోజ్ ఖాన్
- ▶ ప్రోటోకాల్ విషయంలో ఫిరోజ్ ఖాన్, ఉస్మాన్ అల్ హాజ్రీ మధ్య ఘర్షణ
- ▶ అజారుద్దీన్ పక్కన కూర్చునే అంశంలో వివాదం
- ▶ అడ్డుకునేందుకు ప్రయత్నించిన వీహెచ్ఎస్ నెట్టివేసే యత్నం
- ▶ ఇది తమ ఫ్యామిలీ విషయమన్న ఫిరోజ్ ఖాన్

హైదరాబాద్ లో జలమండలి షాక్



- ▶ మంచినీటిని పుణా చేశారంటూ రూ. 10 వేల జరిమానా
- ▶ తాగునీటిని ఇతర అవసరాలకు వినియోగించినందుకు చర్య
- ▶ బంజారాహిల్స్ లోని రోడ్డు నెంబర్ 12లో ఘటన
- ▶ తాగునీటితో దుకాణ ప్రాంగణాన్ని కడిగిన వ్యక్తికి జరిమానా

వార్త వేకువ, హైదరాబాద్, మే 27 :
 హైదరాబాద్ లో మంచినీటిని పుణా చేసినందుకు జలమండలి ఒక వ్యక్తికి రూ. 10 వేల జరిమానా విధించింది. తాగునీటిని ఇతర అవసరాలకు ఉపయోగించినందుకు గాను అధికారులు ఈ చర్య తీసుకున్నారు. బంజారాహిల్స్ లోని రోడ్డు నెంబర్ 12లో ఆరెంజ్ ట్రీ ఫర్నీచర్ దుకాణం వద్ద ఈ ఘటన జరిగింది. తాగునీటితో ఒక వ్యక్తి - మిగతా 2 లో

తుమ్మిడిహట్టిపై చర్చించేందుకు సిద్ధం

- మహారాష్ట్ర సీఎంకు రేవంత్ రెడ్డి లేఖ
- తుమ్మిడిహట్టి బ్యారేజీపై మహారాష్ట్ర సీఎంకు రేవంత్ రెడ్డి లేఖ
- తుమ్మిడిహట్టిపై మహారాష్ట్రతో చర్చించేందుకు సిద్ధమని సీఎం లేఖ
- తెలంగాణ ప్రతినిధులకు మహారాష్ట్ర సమయం ఇవ్వాలని కోరిన సీఎం



వార్త వేకువ, హైదరాబాద్, మే 27 :
 తుమ్మిడిహట్టి బ్యారేజీపై ఎత్తు, నిర్మాణంపై మహారాష్ట్రతో చర్చించేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం అడుగు ముందుకేసింది. ఈ మేరకు తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి మహారాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి దేవేంద్ర ఫడ్నెవీస్ కు లేఖ రాశారు. తెలంగాణ ప్రభుత్వ ప్రతినిధి బృందంతో సమావేశానికి సమయమివ్వాలని, అనుకూలమైన తేదీని త్వరగా ఖరారు చేయాలని

రేవంత్ కోరారు. తుమ్మిడిహట్టి ఎత్తుపై మహారాష్ట్రతో చర్చించాల్సిన అవసరం ఉందన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గతంలో 148 మీటర్ల ఎఫ్ఆర్ఎల్ కు మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వం అంగీకరించినదని గుర్తు - మిగతా 2 లో

ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్పై కొత్త అద్దం

అశలు రేపుతున్న చైనా ఔషధం

ప్రమాదకరమైన స్మోల్-సెల్ లంగ్ క్యాన్సర్కు సరికొత్త చికిత్స

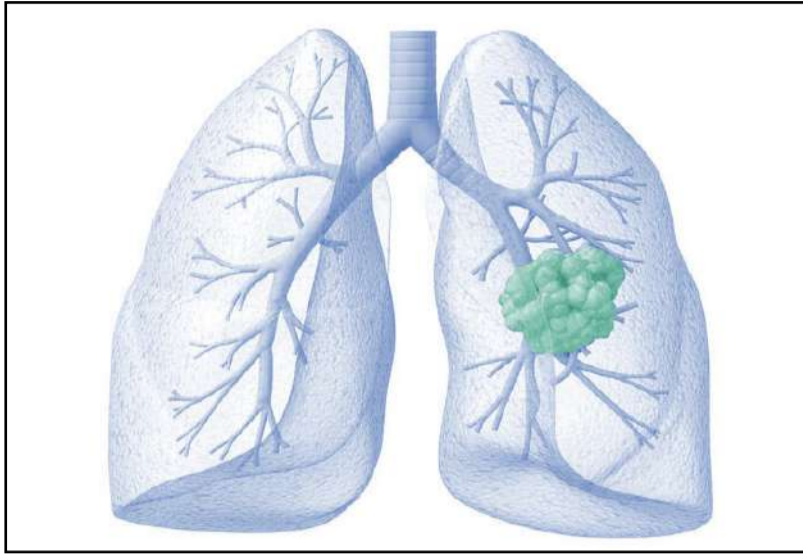
చైనా పరిశోధకులు ఆధ్వర్యంలో 4849 ఔషధంపై తొలి ప్రయోగాలు

దాదాపు 60 శాతం మందిలో వ్యాధిపై సానుకూల స్పందన

90 శాతానికి పైగా రోగులలో వ్యాధిని నియంత్రించినట్లు వెల్లడి

దుప్ప్రభావాలు కూడా తక్కువగానే ఉన్నట్లు తెలిపిన నిపుణులు

ప్రమాదకరమైన ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్తో బాధపడుతున్న రోగులకు అశలు రేపుతున్న ఓ కొత్త అద్దంను వెలుగులోకి వచ్చింది. అత్యంత వేగంగా వ్యాపించే స్మోల్-సెల్ లంగ్ క్యాన్సర్ చికిత్స కోసం చైనా పరిశోధకులు అభివృద్ధి చేసిన ఓ కొత్త యాంటిబాడీ ఔషధం తొలి దశ క్లినికల్ ట్రయల్స్లోనే అద్భుతమైన ఫలితాలను కనబరిచింది. ఈ వ్యాధికి పరిమిత చికిత్సా విధానాలు అందుబాటులో ఉన్న నేపథ్యంలో ఈ కొత్త అభివృద్ధి చెందిన డ్రాగ్స్ ప్రపంచంలో సరికొత్త అశలును నింపుతోంది. చైనాలోని షాన్ డాంగ్ ఫస్ట్ మెడికల్ యూనివర్సిటీకి చెందిన డాక్టర్ లిన్ వాంగ్ నేతృత్వంలోని బృందం ఈ పరిశోధన నిర్వహించింది. 4849 అనే ఈ యాంటిబాడీ-డ్రగ్ కాంబినేషన్ మొత్తం 54 మంది రోగులపై ప్రయోగించారు. క్యాన్సర్ కణాలపై ఉండే డీఎల్ఎల్3 అనే ప్రోటీన్ను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఈ ఔషధాన్ని రూపొందించారు. పరిశీలకులు అర్జున 42 మంది రోగులలో ఈ ఔషధం దాదాపు 59.5 శాతం మందిలో క్యాన్సర్పై సానుకూలంగా స్పందించింది. అంతేకాకుండా, 90.5 శాతం మందిలో వ్యాధిని విజయవంతంగా నియంత్రించినట్లు పరిశోధకులు గుర్తించారు. ఈ అధ్యయనం ప్రకారం 2.4 మోతాదు తీసుకున్న రోగులలో స్పందన రేటు ఏకంగా 77.8 శాతంగా నమోదు కావడం గమనార్హం. ఈ ఔషధం వాడకం వల్ల కలిగే దుప్ప్రభావాలు కూడా నియంత్రించగలిగే స్థాయిలోనే ఉన్నాయని పరిశోధకులు తెలిపారు. తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య తగ్గడం, రక్తహీనత, వికారం వంటి సాధారణ సమస్యలు



కనిపించినప్పటికీ, వీటి కారణంగా ఎవరూ చికిత్సను మధ్యలో ఆపలేదని లేదా ప్రాణాపాయం కలగలేదని స్పష్టం చేశారు. ఈ ప్రోత్సాహకరమైన ఫలితాలను ఇంటర్నేషనల్ ఆసోసియేషన్ ఫర్ ది స్టడీ ఆఫ్ లంగ్ క్యాన్సర్ 2025 ప్రపంచ సదస్సులో ప్రజెంట్ చేశారు. “ఈ ప్రాథమిక ఫలితాలు మాకు ఎంతో ధైర్యాన్ని ఇస్తున్నాయి. డీఎల్ఎల్3 షాటిన్స్ స్మోల్-సెల్ లంగ్ క్యాన్సర్ రోగులకు మంచి చికిత్సా విధానంగా మారే అవకాశం ఉంది” అని డాక్టర్ వాంగ్ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం షేజీ 2 ప్రయోగాలకు అవసరమైన మోతాదును నిర్ధారించే పనిలో ఉన్నామని, త్వరలోనే డీఎల్ఎల్3 మరలతంపై వస్తుందని ఆయన తెలిపారు.

నోట్లో పుండ్లు ఏర్పడి ఇబ్బందిగా ఉందా..?

అయితే ఈ సహజసిద్ధమైన చిట్టాలను పొందినా...! నోట్లో పుండ్లు అనేవి సహజంగానే చాలా మందికి వస్తుంటాయి. ఇందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. ఇవి కొందరికి పెద్దవులపై వస్తే కొందరికి లోపలి వైపు వస్తాయి. కొందరికి నోట్లో నాలుకపై, నాలుక చుట్టూ లేదా కింద భాగంలో కూడా వస్తాయి.

నోట్లో పుండ్లు అనేవి సహజంగానే చాలా మందికి వస్తుంటాయి. ఇందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. ఇవి కొందరికి పెద్దవులపై వస్తే కొందరికి లోపలి వైపు వస్తాయి. కొందరికి నోట్లో నాలుకపై, నాలుక చుట్టూ లేదా కింద భాగంలో కూడా వస్తాయి. కొందరికి చిగుళ్ల వాపులు కూడా వస్తాయి. రక్తస్రావం కూడా జరుగుతుంది. ఏం తినాలన్నా, తాగాలన్నా చాలా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. అయితే నోట్లో పుండ్లు అనేవి అనేక కారణాల వల్ల వస్తుంటాయి. బాగా వేడిగా ఉన్న ఆహారాలను తిన్నప్పుడు లేదా తాగినప్పుడు నోట్లో పుండ్లు ఏర్పడుతాయి. అలాగే టాబాక్ ప్రొఫైలు బలంగా వాడినా, పదని టూత్ పేస్టును వాడినా, పోషకాహార లోపం ఉన్నా, ఒత్తిడి, అందోజన అధికంగా ఉన్నా, హార్మోన్ల సమస్యల కారణంగా, పలు రకాల మందులను వాడడం వల్ల కూడా నోట్లో పుండ్లు ఏర్పడుతాయి. అయితే కొన్ని రకాల చిట్టాలను పొందినట్లైతే ఈ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. అందుకు ఏం చేయాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

ఉప్పు నీళ్లు.
ఉప్పు నీటిని నోట్లో పోసుకుని పుక్కిరించడం వల్ల నోట్లో ఉన్న పుండ్ల సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. ఉప్పు నీటిలో యాంటీ సెప్టిక్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోట్లో ఉండే బ్యాక్టీరియాను తగ్గిస్తాయి. దీంతో నోట్లోని పుండ్లు సయమవుతాయి. 1 టీస్పూన్ ఉప్పును ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో వేసి బాగా కలిపి ఆ నీళ్లను నోట్లో పోసుకుని 30 సెకన్ల నుంచి 1 నిమిషం పాటు బాగా పుక్కిరించాలి. ఇలా రోజుకు 3 నుంచి 4 సార్లు చేస్తుంటే ఫలితం ఉంటుంది. తేనెతో సహజసిద్ధమైన యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోట్లో పుండ్లను తగ్గిస్తాయి. నోట్లో ఉండే నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభించేలా చేస్తాయి. తేనెను కొద్దిగా తీసుకుని నోట్లో పుండ్లు ఉన్న చోట నేరుగా రాయవచ్చు. ఇలా రోజుకు 2 నుంచి 3 సార్లు చేస్తుంటే, దీంతో నోట్లోని పుండ్లు తగ్గిపోతాయి.

కొబ్బరినూనె.
నోట్లోని పుండ్లను తగ్గించేందుకు కొబ్బరినూనె కూడా పనిచేస్తుంది. ఇందులో లారిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. అందువల్ల నోట్లో ఉండే వాపులను తగ్గిస్తుంది. నోరు, నాలుకకు సంరక్షణ పొరగా నిలుస్తుంది. నోటి అల్సర్లను తగ్గిస్తుంది. కొద్దిగా కొబ్బరినూనెను తీసుకుని నోట్లో పుండ్లు ఉన్న చోట నేరుగా రాయాలి. రోజులో ఇలా మిశు వీలున్నప్పుడు సార్లు చేయాలి. దీంతో పుండ్లు తగ్గిపోతాయి. ఈ పుండ్లను తగ్గించేందుకు బేకింగ్ సోడాపేస్ట్ కూడా పనిచేస్తుంది. బేకింగ్ సోడా వల్ల నోట్లో అధికంగా ఉండే యాసిడ్ ప్రభావం తగ్గుతుంది. దీంతో నోట్లోని పుండ్లు తగ్గిపోతాయి. ఇందుకు గాను కొద్ది మొత్తంలో బేకింగ్ సోడాను తీసుకుని కొన్ని చుక్కల నీటితో కలిపి మెత్తని పేస్ట్లా తయారు చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని నోట్లో ఉండే పుండ్లపై రాయాలి. కానీ పుండ్లు అయ్యాక నోట్లో నీళ్లు పోసుకుని కడిగేయాలి. ఇలా రోజు చేస్తున్నా కూడా ఈ సమస్య తగ్గుతుంది.

కలబంద గుజ్జు.
కలబంద గుజ్జులో సహజసిద్ధమైన యాంటీ ఇన్ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోట్లో ఏర్పడే అల్సర్లను తగ్గిస్తాయి. కలబంద గుజ్జును కొద్దిగా తీసుకుని నోట్లో అల్సర్లపై నేరుగా రాయాలి. కానీ పుండ్లు అయ్యాక నోట్లో నీళ్లు పోసుకుని కడిగేయాలి. ఇలా రోజుకు 3 నుంచి 4 సార్లు చేయాలి. దీని వల్ల నోట్లో ఉండే నొప్పి, అల్సర్లు తగ్గిపోతాయి. సాధారణంగా ఇలాంటి చిట్టాలను పొందినట్లైతే 3 లేదా 4 రోజుల్లో ఈ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. కానీ వారం రోజులు దాటినా కూడా ఈ సమస్య తగ్గడం లేదంటే అప్పుడు చాలా బలమైన కారణం ఉంది. ఉంటుందని అర్థం చేసుకోవాలి. దీనికి గాను డాక్టర్లను కలిసి చికిత్స తీసుకోవాలి ఉంటుంది. వారు అన్ని విధాలుగా పరిశీలించి సమస్యను గుర్తించి అందుకు తగిన విధంగా చికిత్సను అందిస్తారు. దీంతో నోట్లోని పుండ్లు తగ్గిపోతాయి.

లివర్ను ఎప్పటికప్పుడు క్లీన్ చేసుకోవాలి



లివర్ క్లీన్ అవ్వాలంటే వీటిని తీసుకోవాలి..! మన శరీరంలో అంతర్గతంగా ఉండే అవయవాలలో అతి పెద్ద అవయవం లివర్. ఇది మన శరీరంలో సుమారుగా 500కు పైగా విధులను నిర్వహిస్తుంది. శరీరంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడం లివర్ ముఖ్యమైన పనుల్లో ఒకటి. మన శరీరంలో అంతర్గతంగా ఉండే అవయవాలలో అతి పెద్ద అవయవం లివర్. ఇది మన శరీరంలో సుమారుగా 500కు పైగా విధులను నిర్వహిస్తుంది. శరీరంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడం లివర్ ముఖ్యమైన పనుల్లో ఒకటి. అయితే మనం పాటించే ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి, తాగే పానీయాలు, పలు ఇతర కారణాల వల్ల లివర్ ఆరోగ్యం చెల్లు తింటుంది. లివర్ పనితీరు మందగిస్తుంది. దీంతో లివర్ చేసే పనులను సక్రమంగా నిర్వహించలేకపోతుంది. దీని వల్ల అనారోగ్య సమస్యలు వస్తుంటాయి. శరీరంలో వ్యర్థాలు పేరుకుపోతుంటాయి. ఇలా జరగకుండా ఉండటంపై లివర్ను ఎప్పటికప్పుడు ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలి. అందుకు గాను లివర్ను క్లీన్ చేసుకోవాలి ఉంటుంది. దీనికి పలు అచార వధానాలు ఉపయోగపడతాయి. వీటిని తినడం వల్ల లివర్ క్లీన్ అయి ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఎలాంటి వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి.

వెల్చుల్లి.
మనం వెల్చుల్లిని తరచూ వంటల్లో ఉపయోగిస్తుంటాం. వెల్చుల్లిలో అల్లినీన్, సెలీనియం అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి లివర్లో పలు రకాల ఎంజైములు యాక్టివేట్ అయ్యేలా చేస్తాయి. ఇవి లివర్లో ఉండే వ్యర్థాలతోపాటు శరీరంలోని వ్యర్థాలను సులభంగా బయటకు పంపుతాయి. దీంతో లివర్ క్లీన్ అవుతుంది. రోజూ ఉదయాన్నే పరగడపునే రెండు పచ్చి వెల్చుల్లి రెబ్బలను తింటుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ప్రోబియోటిక్స్, క్యాజీబి వంటి కూరగాయల్లో పలు సమృద్ధులను అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి లివర్లో ఉండే వ్యర్థాలను బయటకు పంపి ఎంజైములను తయారు చేస్తాయి. అందువల్ల ఈ కూరగాయలను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది. దీని వల్ల శరీరంలోని వ్యర్థాలు సైతం సులభంగా బయటకు వెళ్లిపోతాయి.

అకుకూరలు..
పాలకూర వంటి అకుకూరల్లో క్లోరోఫిల్ అనే సమృద్ధులను అధికంగా ఉంటుంది. ఇది లివర్తోపాటు రక్తంలో ఉండే వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడంలో ఎంతో మెరుగు పనిచేస్తుంది. టాక్సిన్ల వల్ల శరీరానికి నష్టం జరగకుండా చూస్తుంది. కనుక అకుకూరలను తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే మేలు జరుగుతుంది. దీని వల్ల లివర్ డ్యామేజ్ అవకుండా చూసుకోవచ్చు. పసుపును కూడా మనం రోజూ వంటల్లో చేస్తుంటాం. అయితే వంటలలో వేసి పసుపు మన శరీరానికి చాలా స్వల్ప మోతాదులో లభిస్తుంది. కనుక దీన్ని నేరుగా అంచేదా చూసుకోవాలి. అందుకు గాను వెచ్చని పాలలో లేదా నీటిలో కాస్త పసుపు కలిపి తాగాల్సి ఉంటుంది. ఇక పసుపులో ఉండే కర్బుమిన్ అనే సమృద్ధులను శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది లివర్ కణాలకు జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తుంది. లివర్ పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది.

నీట్రస్ ఫలం..
నీట్రస్ ఫలాలైన నిమ్మ, మోసంబి, నారింజ వంటి పండ్లలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి లివర్లో ఎంజైములు యాక్టివేట్ అయ్యేలా చేస్తాయి. దీని వల్ల ఈ ఎంజైములు లివర్ లో ఉండే వ్యర్థాలను బయటకు పంపి లివర్ క్లీన్ అయ్యేలా చేస్తాయి. దీంతోపాటు శరీరంలోని టాక్సిన్ల సైతం బయటకు పోతాయి. ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే వాల్ నట్లీను తింటున్నా లివర్ ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుంది. వాల్ నట్లీలో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి లివర్ను క్లీన్ చేయడంలో ఎంతో సహాయం చేస్తాయి. వాల్ నట్లీలో ఉండే అర్జెన్యన్, గ్లూటామిన్ అనే సమృద్ధులను లివర్ కణాలను రక్షిస్తాయి. దీంతో లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. రోజూ 2 కప్పుల గ్రీన్ టీని సేవిస్తూనే కూడా లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. గ్రీన్ టీలో కాటెకిన్స్ అనబడే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సికరణ ఒత్తిడిని తగ్గించి లివర్ కణాలను రక్షిస్తాయి. లివర్ శుభ్రం అయ్యేలా చేస్తాయి. కనుక గ్రీన్ టీని సేవిస్తుంటే ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇలా పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల లివర్ను శుభ్రంగా ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు.

క్యాన్సర్ను ఎదుర్కొనే టీకాను అభివృద్ధి చేసిన రష్యా

ఎంఆర్ఎన్ఎస్ టెక్నాలజీ ఆధారంగా
'ఎంబర్మిక్స్' టీకా తయారీ
క్యాన్సర్ కణితుల పెరుగుదలను 80 శాతం వరకు తగ్గించినట్లు వెల్లడి
తొలుత పెద్దప్రేమ క్యాన్సర్పై ప్రధానంగా దృష్టి మెండు, చర్మ క్యాన్సర్లకు కూడా టీకాలపై పరిశోధనలు



ప్రాణాంతక క్యాన్సర్ మహమ్మారి చికిత్సలో సరికొత్త అశలు రేకెత్తిస్తూ రష్యా శాస్త్రవేత్తలు కీలక ముందడుగు వేశారు. క్యాన్సర్ను ఎదుర్కొనేందుకు ఒక సరికొత్త వ్యాక్సిన్ను అభివృద్ధి చేశామని, అది ప్రస్తుతం వాడుకకు సిద్ధంగా ఉందని ప్రకటించారు. రష్యాకు చెందిన ఫెడరల్ మెడికల్ అండ్ బయోలాజికల్ సైన్సెస్ (ఎఫ్ఎంబీఐ) ఈ విషయాన్ని అధికారికంగా వెల్లడించింది. 'ఎంబర్మిక్స్' అని పేరు పెట్టిన ఈ వ్యాక్సిన్పై ఏళ్ల తరబడి పరిశోధనలు నిర్వహించినట్లు ఎఫ్ఎంబీఐ అధికారి వెబ్సైటులో తెలిపారు. మూడేళ్ల పాటు జరిపిన ప్రీ-క్లినికల్ ప్రయోగాల్లో ఈ టీకా అద్భుతమైన ఫలితాలను ఇచ్చినట్లు ఆమె వివరించారు. ఈ వ్యాక్సిన్ అత్యంత సురక్షితమని, ఎంతో సమర్థవంతంగా పనిచేస్తుందని చెప్పారు. కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లలో కణితుల పెరుగుదలను 60 శాతం నుంచి 80 శాతం వరకు తగ్గించింది, ప్రయోగాలకు గురైన జీవుల మనుగడ రేటు కూడా గణనీయంగా మెరుగుపడిందని ఆమె పేర్కొన్నారు. కరోనా

మహమ్మారి సమయంలో కొన్ని వ్యాక్సిన్లలో ఉపయోగించిన ఎంఆర్ఎన్ఎస్ టెక్నాలజీనే ఈ క్యాన్సర్ టీకాలోనూ వినియోగించడం గమనార్హం. ఈ టెక్నాలజీ ద్వారా శరీరంలోని కణాలకు క్యాన్సర్ కణాలపై డాడి చేసేలా రోగనిరోధక వ్యవస్థను క్షేమించే ప్రోటీన్లను తయారు చేసేలా శిక్షణ ఇస్తారు. ప్రస్తుతం ఈ వ్యాక్సిన్ను తొలుత పెద్దప్రేమ క్యాన్సర్ చికిత్స కోసం అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నారు. దీంతో పాటు వేగంగా వ్యాపించే మెడల క్యాన్సర్ (గ్రూంజుల్లోమా), కంది క్యాన్సర్ సహా కొన్ని రకాల చర్మ క్యాన్సర్లకు (మెలనోమా) కూడా వ్యాక్సిన్లను అభివృద్ధి చేసే పనులు జరుగుతున్నాయని అధికారులు తెలిపారు.

జలుబు త్వరగా తగ్గలంటే..



అధికమైన వెళ్ళిబుబులు, అధికమైన నుండి ఇళ్ళు పచ్చిబుబులు వల్లాల సడన్ గా డాడి చేస్తున్నాయి. దానివల్ల తడవకుండా గమ్యం చేరుకోవడం కష్టమే. కొద్దిగా తడిచినా, వెంటనే జలుబు పట్టేస్తుంది. జలుబు రావడానికి ఎక్కువ సమయం అక్కర్లేదు గానీ, తగ్గడానికి మాత్రం చాలా టైం తీసుకుంటుంది. అంత

తేలికగా వడలదు. జలుబు రాకుండా, లేదా త్వరగా వదిలేందుకు కొన్ని జాగ్రత్తలు, ఏమిటా పాడినట్లైతే త్వరగా ఉపశమనం పొందొచ్చు. చేతులు శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి, ఏ తిండి పదార్థాన్ని వస్తువులను తాకినా అదే చేత్తో ముక్కు తుడుచుకోవడం వల్ల జలుబు తీవ్రత అధికమవుతుంది. గుంపులలో, లేదా దుమ్ము ధూళి వాతావరణం, లేదా ఏసీలో ఉండడం వల్ల కూడా జలుబు తీవ్రమవుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మామూలు నీళ్ళు, చల్లదీ నీళ్ళు కంటి, గోరు వెచ్చని నీళ్ళు తాగడం మంచిది. జలుబు వల్ల ఏర్పడిన గొంతు గరగర, చిరాక కాస్త ఉపశమిస్తుంది. ఏసీలో, లేదా చల్లని వాతావరణంలో తప్పనిసరిగా ఉండవలసి వస్తే ముక్కు వాడడం మంచిది. దానివల్ల దగ్గు, తుమ్ము సమయంలో మనద్వారా జలుబు వ్యాప్తి తగ్గుతుంది. మనకు కూడా ఆల్లెడి ఉన్న జలుబుకి తోడు బయటి నుంచి వచ్చి నేరుగా ముక్కుపూటాల్లోకి వెళ్ళే గాలి తీవ్రత చిరాక కలిగిస్తుంది. మనం ఉండే పరిసరాల్లో గాలి బాగా పచ్చేలా ఉండాలి. తలుపులు, కిటికీలు మూసేసి, ఫ్యాన్లు ఆఫ్ చేసి ఉండొద్దు. జ్వరం వచ్చినప్పుడి లాగా నోరు చేదుగా ఉండకపోయినా, ఏదీ తినాలనిపించక, ఏదీ చూసినా వెగటుగా అనిపిస్తుంది జలుబు వల్ల. అందుకని, వేపుళ్ళు, జంకీ ఫుడ్ లాంటి వాటి జోలికి అప్పులు పోవద్దు. చక్కలీ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం మాత్రమే తీసుకోవాలి. ఉదాహరణకు విటమిన్ సి (నారింజ, ఉసిరి), ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి. అన్నిటికన్న ముఖ్యమైనది, శరీరానికి తగినంత విశ్రాంతినిచ్చాలి. అప్పుడే శరీరం వైరస్ తో పోరాడటానికి శక్తి పొందుతుంది. అప్పుడప్పుడు వేడి అతి ఏల్లడం ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. వేడి నీటిలో కాస్త ఉప్పు వేసి గొంతులో దాకా పోసిచ్చి బయటికి వదిలేయాలి. దాని ద్వారా జలుబు వల్ల గొంతులో కలిగే అనీజెన్ తగ్గుతుంది.

పల్లడి పదార్థాలు, బన్ క్రీమ్, గ్లాస్ డ్రైంక్ బోటి అన్నలు పోవద్దు
తగ్గడా జలుబు తగ్గడాని చాలామంది చేసే పెద్ద పొరపాటు, యాంటీ బయోటిక్స్ వాడడం. దాని ద్వారా తాత్కాలిక ఉపశమనం కలిగించినా, తరచుగా యాంటీ బయోటిక్స్ వాడడం వల్ల ఎలాంటి దుప్ప్రభావాలు కలుగుతాయో చెప్పలేం. అందువల్ల డాక్టర్ సలహా లేకుండా యాంటీ బయోటిక్స్ వాడకూడదు.

దేశంలో ఎవరెందుకు చనిపోతున్నారో తెలుసా..

హృదయ సంబంధిత వ్యాధుల వల్లే దేశంలో ఎక్కువ మంది చనిపోతున్నారని మీకు తెలుసా..? దాదాపు 31 శాతం మరణాలకు ఇవే ప్రధాన కారణమే. భారత రిజిస్ట్రార్ జనరల్ అధ్వర్యంలోని హృదయ సంబంధిత వ్యాధుల వల్లే దేశంలో ఎక్కువ మంది చనిపోతున్నారని మీకు తెలుసా..? దాదాపు 31 శాతం మరణాలకు ఇవే ప్రధాన కారణమే. భారత రిజిస్ట్రార్ జనరల్ అధ్వర్యంలోని మోడల్ రిజిస్ట్రేషన్ సర్వే సమర్పించిన తాజా డేటా ప్రకారం పలు అత్యధిక ఆంశాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. మరణ కారణాలపై వచ్చిన తాజా నివేదిక(2021-2023)లో దేశంలో అధిక మరణాలకు నాన్-కమ్యూనికబుల్ వ్యాధులు ప్రధాన కారణాలని తెలిపింది. మొత్తం మరణాలలో 56.7 శాతం వీటివల్లే సంభవిస్తున్నాయని వెల్లడించింది. సంక్రమిత, ప్రసూతి, పెరినాల్, పోషకాహారలోపం వల్ల 23.4 శాతం మరణాలు కలుగుతున్నాయని సదరు నివేదిక చెబుతోంది. 2020-2022 కాలంలో సంబంధిత మరణాలు వరుసగా 55.7 శాతం, 24.0 శాతంగా ఉన్నాయని తెలిపింది. హృదయ సంబంధ వ్యాధులే అధిక మరణాలకి ప్రధాన కారణంగా ఉన్నాయని చెప్పిన నివేదిక. దాదాపు 31 శాతం మంది ఈ కారణంగా చనిపోతే, తరువాత 9.3 శాతం మంది శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు, 6.4 శాతం మంది ప్రాణాంతక, ఇతర నియోప్లాజియాలు,

5.7 శాతం మంది శ్వాసకోశ వ్యాధులు కారణంగా ప్రాణాలు కోల్పోయారని చెప్పింది. 29-30 ఏళ్ల వయస్సులు.. వాళ్ల జీవనశైలి కారణంగా హృదయ సంబంధ వ్యాధులకు గురై చనిపోతున్నారని సదరు నివేదిక చెబుతోంది. ఇక, 15 నుంచి 29 సంవత్సరాల వయస్సు గల వారిలో మరణానికి అత్యంత సాధారణ కారణం అత్యుపాత్యలు.. తదితరాలని పేర్కొంది. ఇక, ఈ నివేదిక ప్రకారం మరణాలకి ఇతర కారణాలలో జీర్ణకోశ వ్యాధులు 5.3 శాతం, జ్వరాల కారణంగా 4.9 శాతం, ప్రమాదాల బారినపడి 3.7 శాతం, దయాశీలీన్ మెర్లిటో కారణంగా 3.5 శాతం, జెనిటూరినరీ వ్యాధుల కారణంగా 3.0 శాతం మంది చనిపోతున్నట్లు సదరు నివేదిక వెల్లడించింది. 10.5 శాతం మరణాలు వృద్ధాప్యం(70 ఏళ్లు, లేదా అంతకంటే ఎక్కువ) కారణంగా సంభవిస్తున్నాయని సదరు నివేదిక చెబుతున్నాయి.



అనన్య పాండే డ్యాన్స్ పై ట్రోలింగ్..

కూతురుకి మద్దతుగా నిలిచిన చుంకీ పాండే!

బాలీవుడ్ యువ నటి అనన్య పాండే నటించిన తాజా చిత్రం 'చంద్ మేరా దిల్' లోని ఒక చిన్న డ్యాన్స్ క్లిప్ సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారడంతో ఆమె తీవ్ర స్థాయిలో ట్రోలింగ్ ను ఎదుర్కొంటున్న సంగతి తెలిసింది. ఈ సినీమాలో అనన్య చేసిన భరతనాట్యం సైపులపై క్లాసికల్ డ్యాన్స్ రూ, నెటిజన్లతో పాటు కొందరు రాజకీయ నాయకులు సైతం ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ, శాస్త్రీయ నృత్యాన్ని ఆమె అవమానించినట్లు మండిపడ్డారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆమె తండ్రి, ప్రముఖ నటుడు చుంకీ పాండే తన కుమార్తెకు మద్దతుగా నిలుస్తూ ట్రోలింగ్ గట్టి కొంటర్ ఇచ్చారు. ప్రజలు కనీసం ఆ డ్యాన్స్ వెనుక ఉన్న సందర్భాన్ని అర్థం చేసుకోకుండానే విమర్శలు గుప్పిస్తున్నారని ఆయన అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ఇది ఎంతమాత్రం సాంప్రదాయ భరతనాట్యం కాదని, కేవలం కాళిడే రోజుల్లో విద్యార్థులు సాంస్కృతిక వేడుకల్లో చేసే ఒక రకమైన ప్రయోగాత్మక పూజన్ డ్యాన్స్ మాత్రమేనని ఆయన స్పష్టం చేశారు. స్వచ్ఛమైన భరతనాట్యం నేర్చుకోవడానికి దాదాపు 20 ఏళ్ల కఠోర సాధన, క్రమశిక్షణ అవసరమని, అది ఎంతో సాంకేతికతతో కూడుకున్నదని చెబుతూ, ఈ సినీమాలో చూపించింది కేవలం సంప్రదాయ నృత్య మూలాలతో కూడిన భవిష్యత్ అడ్వాన్స్ డ్యాన్స్ రూపాల కలయికే తప్ప శాస్త్రీయ ప్రదర్శన కాదని వివరించారు. కాబట్టి సినీమా చూడకుండా ఎవరూ కొందరపడి స్పందించవద్దని ఆయన కోరారు. మరోవైపు ఈ చిత్ర అసిస్టెంట్ కొరియోగ్రాఫర్ అనన్య ఆర్. కురుష్ కూడా నటి అనన్య పాండేకు మద్దతుగా నిలిచారు. షూటింగ్ సెట్స్ కు సంబంధించిన కొన్ని తెరవెనుక చిత్రాలను పంచుకుంటూ, తన కంఫర్ట్ జోన్ దాటి ఒక సరికొత్త శాస్త్రీయ నృత్య రూపాన్ని ప్రయత్నించడానికి చాలా ధైర్యం, అంతిమభావం కావాలని ఆమె పేర్కొన్నారు. భరతనాట్యంలో పట్టు సాధించడానికి ఎన్నో ఏళ్ల పడుతుందని, కానీ అనన్య చాలా తక్కువ సమయంలోనే ఎంతో కష్టపడి తన నటనతో మెప్పించిన ప్రశంసించారు.



'కాంతార' వివాదం: మైసూర్ చాముండేశ్వరి అమ్మవారిని దర్శించుకున్న రణవీర్ సింగ్

బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో రణవీర్ సింగ్ మంగళవారం ఉదయం కర్ణాటకలోని మైసూర్ లో గల ప్రముఖ చాముండేశ్వరి అమ్మవారి ఆలయాన్ని సందర్శించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. గతంలో గోవాలో జరిగిన ఇంటర్నేషనల్ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్ ఆఫ్ ఇండియా ముగింపు వేడుకల్లో రణవీర్ సింగ్, నటుడు రిషబ్ శెట్టి నటించిన 'కాంతార' చిత్రంలోని పరిశ్రమైన భూతకోల నృత్యాన్ని అనుకరిస్తూ ప్రదర్శన ఇవ్వడం పెద్ద వివాదానికి దారితీసిన సంగతి తెలిసింది. ఆ సమయంలో దైవాన్ని ఉద్దేశించి చేసిన కొన్ని వ్యాఖ్యలు కన్నడిగుల, దైవ భక్తుల మతాచారాలను, సెంటిమెంట్లను గాయపరిచాయంటూ తీవ్ర వ్యతిరేకత వ్యక్తమవడమే కాకుండా, ఒక లాయర్ ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో రణవీర్ సింగ్ పై ఎఫ్ఐఆర్ (ఓ.ఎం) కూడా నమోదైంది. ఈ వివాదంపై రణవీర్ సింగ్ కర్ణాటక హైకోర్టును ఆశ్రయించి, తాను ఎవరి భావాలను దెబ్బతీయాలని అలా చేయలేదని, రిషబ్ శెట్టి నటనపై గౌరవంకోసం చేశానని చెబుతూ కోర్టుకు నిరభ్యంతర క్షమాపణలు సమర్పించారు. ఆయన క్షమాపణలను స్వీకరించిన హైకోర్టు, రణవీర్ సింగ్ పై ఉన్న కేసును కొట్టివేస్తూ, ప్రాయశ్చిత్తంగా నాలుగు వారాల లోపు మైసూర్ చాముండేశ్వరి దేవీని దర్శించుకోవాలని ఆదేశించడంతో, ఆ గడువు ముగిసేలోపే ఆయన అత్యంత రహస్యంగా మైసూర్ చేరుకుని సాధారణ భక్తుడిలా మాస్క్ ధరించి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. అలయంలో దాదాపు పది నిమిషాల పాటు గడిపిన రణవీర్ సింగ్ ఆ తర్వాత పూజారులు గుర్తించి ప్రత్యేకంగా సత్కరించారు. అయితే ఈ అలయ దర్శనానికి సరిగ్గా ఒక్క రోజు ముందే రణవీర్ సింగ్ కు చిత్ర పరిశ్రమ నుంచి ఊహించని షాక్ తగిలింది. ఫర్మాన్ అక్టర్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కాల్సిన ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం 'డాన్ 3' నుండి రణవీర్ సింగ్ అకస్మాత్తుగా తప్పుకోవడంతో నిర్మాతలకు దాదాపు 45 కోట్ల రూపాయల మేర నష్టం వాటిల్లినదనే కారణంతో, 'ఫెడరేషన్ ఆఫ్ వెస్ట్రన్ ఇండియా సినీ ఎంప్లాయిస్' ఆయనపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఈ క్రమంలోనే రణవీర్ సింగ్ కోర్టు లైట్ మెన్, కెమెరామెన్, స్టాల్ బాయ్స్ వంటి ఏ సినీ కార్మికుడూ సహకరించకూడదంటూ 'సహాయ నిరాకరణ' నోటీసులు జారీ చేస్తూ నిషేధం విధించింది. ఈ వివాదం సర్దుమణిగే వరకు రణవీర్ తో ఎవరూ పనిచేయరని ఆ సంస్థ స్పష్టం చేసింది. ఇలా ఒకవైపు 'కాంతార' వివాదంలో కోర్టు ఆదేశాల మేరకు చాముండేశ్వరి దేవి ఆలయాన్ని సందర్శించడం, మరోవైపు 'డాన్ 3' వివాదం కారణంగా బాలీవుడ్ ఫిల్మ్ బాడీ నిషేధాజ్ఞలను ఎదుర్కోవడం ప్రస్తుతం సినీమా పరిశ్రమలో తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారింది.



సాంతూరు జాతరలో దేవిత్రీ ప్రసాద్ మాస్ సందడి..



టాలీవుడ్ లో స్టార్ మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ గా తనకుంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు సంపాదించుకున్న 'రాక్ స్టార్' దేవిత్రీ ప్రసాద్ మరోసారి తన సొంత గ్రామంపై ఉన్న ప్రేమను చాటిచెప్పారు. సంగీతంతో కోట్లాది మంది అభిమానులను అలరిస్తున్న దీవెన్, తన మూలాలను మాత్రం ఎప్పుడీ మర్చిపోనని మరోసారి నిరూపించారు. ఎంత బిజీ షెడ్యూల్ ఉన్నప్పటికీ తన సొంత ఊరు, అక్కడి సంప్రదాయాలు, గ్రామీణ సంస్కృతితో ఆయనకున్న అనుబంధం ఇప్పుడు మరోసారి చర్చనీయాంశమైంది. ఉమ్మడి తూర్పుగోదావరి జిల్లా, ప్రస్తుత దాక్షర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ కోనసీమ జిల్లాలోని రాయవరం మండల పరిధిలో ఉన్న వెదురుపాక గ్రామం దేవిత్రీ ప్రసాద్ కుటుంబానికి ప్రత్యేకమైన ప్రదేశం. ఆయన తండ్రి, దివంగత రచయిత సత్యమూర్తి స్వస్థలం కావడంతో ఈ గ్రామంతో దీవెన్ కి చిన్ననాటి నుంచే అత్యధిక బంధం ఉంది. ఇటీవల వెదురుపాకలో ఘనంగా నిర్వహించిన పోలేరమ్మ అమ్మవారి జాతరలో దేవిత్రీ ప్రసాద్ తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి పాల్గొన్నారు. సెలబ్రిటీ హోదాను పక్కనపెట్టి గ్రామస్థులతో కలిసిమెలిసి జాతరలో పాల్గొనడం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు చేసిన అనంతరం దీవెన్ స్థానిక గరగ నృత్య కళాకారులతో కలిసి ఉత్సాహంగా సైపులు వేయడం అక్కడి వారిని ఆనందంలో ముంచెత్తింది. జాతరలో గ్రామీణ వాతావరణంలో ఆయన చేసిన డ్యాన్స్, ప్రజలతో కలిసిపోయిన తీరు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. అభిమానులు కూడా "ఇదే అసలు దీవెన్ స్టైల్", "స్టార్ అయినా గ్రామాన్ని మర్చిపోలేదు" అంటూ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. ఇక దేవిత్రీ ప్రసాద్ జాతరలో చేసిన సందడిని ఆయన హీరోగా నటిస్తున్న తాజా చిత్రం ఎల్లమ్మ దీమ్ ప్రత్యేకంగా ఉపయోగించుకుంది. జాతరలోని వీడియోలు, కోనసీమ ప్రకృతి అందాలు, పోలేరమ్మ ఆలయంలో దీవెన్ పూజలు, గ్రామీణ కళాకారులతో కలిసి చేసిన డ్యాన్స్ క్షణాలను సేకరించి ప్రత్యేక వీడియోగా రూపొందించింది. ఈ వీడియోకు "ఇన్సా రాష్ట్రీఎం ఓప్లవ రాజు అలీత్ రాబు ఎఱం ఎఱత్రీత్రిపుప్లవ జీప్లూటి" అనే టైటిల్ ను పెట్టి విడుదల చేశారు. ఇందులో గ్రామీణ సంస్కృతి, జాతర ఉత్సాహం, దీవెన్ హాస్ ఎన్ ర్ట్టి అన్నీ కలగలిపి చూపించారు. ముఖ్యంగా 'ఎల్లమ్మ' సినీమా గ్రింప్లో వినిపించిన జానపద బ్యాక్ గ్రౌండ్ మ్యూజిక్ తో ఈ వీడియోను ఎడిట్ చేయడం ప్రేక్షకులను బాగా ఆకట్టుకుంటోంది. ఎల్లమ్మ సినీమాకి దీవెన్ కేవలం హీరోగానే కాకుండా సంగీత దర్శకుడిగానూ తన బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. గ్రామీణ నేపథ్యంతో, ఎల్లమ్మ అమ్మవారి ఆరాధన చుట్టూ తిరిగి కథతో రూపొందుతున్న ఈ సినీమా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది.



ఇండస్ట్రీలో నాకు ఇష్టమైన హీరోయిన్ ఆమెనే.. కలిసి కెరీర్ స్టార్ట్ చేశాం..

తెలుగు చలన చిత్ర పరిశ్రమలో ఒకప్పుడు హీరోగా దూసుపోయిన నటుడు సుమన్. ఎన్నో సూపర్ హిట్ చిత్రాలతో తక్కువ సమయంలోనే ఇండస్ట్రీలో తనదైన ముద్ర వేశారు. కానీ ఆ తర్వాత నెమ్మదిగా గ్రాఫ్ తగ్గిపోయింది. ఆ తర్వాత కంటింట్ ప్రాధాన్యతను బట్టి సహాయ నటుడిగా కనిపించి మెప్పించారు. బుల్లితెరపై పలు సీరియల్స్, వెండితెరపై వైవిధ్యమైన పాత్రలు పోషిస్తూ ఇప్పటికీ ప్రేక్షకులను అలరిస్తున్నారు. గతంలో ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న ఆయన.. తన సినీ ప్రయాణం, ప్రాజెక్టులు, తన అభిమాన సహనటి గురించి చెప్పుకోవచ్చారు. మంగళూరులో పుట్టి, వెన్నెలో విద్యనభ్యసించి, కోలివుడ్ లో అడుగుపెట్టి, టాలీవుడ్ లో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక స్థానాన్ని ఏర్పరుచుకున్నారు. "కాబాయ్", "లవ్ బాయ్", మార్షల్ ఆర్ట్స్ తో "కరాటే బాయ్" వంటి విభిన్నమైన పాత్రలను పోషించి ప్రేక్షకుల మన్ననలు పొందారు. నిజాయితీ గల పోలీస్ అధికారిగా, వ్యవస్థ మీద పోరాటం చేసే నాయకుడిగా, అమాయకమైన బావమరిదిగా, అలాగే అన్నమయ్యను ఆశీర్వదించిన వెంకటేశ్వర్ స్వామిగా పలు మరపురాని పాత్రలతో సుమన్ అలరించారు. ప్రస్తుతం సుమన్ తెలుగు, తమిళం, కన్నడ భాషల్లో చురుకుగా నటిస్తున్నారు. ఇటీవల ఒరియా చిత్రాల్లో కూడా తన ప్రస్థానాన్ని ప్రారంభించారు. ఒక ఒరియా చిత్రంలో తెలుగు , ఒరియా వెర్షన్లకు ఒకే పాత్రను పోషించే అవకాశం లభించిందని తెలిపారు. వివిధ భాషల్లో సంభాషణలను సులభంగా అర్థం చేసుకోవడానికి, వాటిని ఇంగ్లీష్ లో వ్రాసుకుంటానని ఆయన వెల్లడించారు. ముగ్గురు అందమైన నటీమణులలో తన బెస్ట్ కోస్టార్ ఎవరని అడిగినప్పుడు, సుమన్ తనదైన శైలిలో సమాధానమిచ్చారు. తాను విజయశాంతితో, భానుప్రియతో ఎక్కువగా నటించినట్లు పేర్కొన్నారు. అయితే, తన అభిమాన సహనటి విజయశాంతి అని స్పష్టం చేశారు. వారిద్దరి మధ్య ఉన్న అద్భుతమైన కెమిస్ట్రీ, ఇద్దరూ తమ కెరీర్ ను దాదాపు ఒకే సమయంలో ప్రారంభించడం,, "నేటి భారతం" చిత్రం ద్వారా స్టార్ డమ్ సాధించడం వంటి కారణాలను సుమన్ ప్రస్తావించారు. వారి షో డీ విజయం వెనుక వారి నటన కీలకమని ఆయన అన్నారు. తనకు ఇష్టమైన పాటల గురించి మాట్లాడుతూ, "బావ బావమరిది" చిత్రం నుండి గజ్జగల్లు మన్నది, "20వ శతాబ్దం" చిత్రం నుండి అమ్మని మించిన దైవం ఉన్నదా, తన మొదటి చిత్రం "తరంగిణి" నుండి తరంగిణి ఓ తరంగిణి వంటి పాటలను తనకు ఇష్టమైన పాటలు అని అన్నారు పేర్కొన్నారు.