



پھوگاٹ نے ریٹائرمنٹ کا اعلان کیا

موبائل ٹاور سے گر کر لہسن کا نوجوان لقمہ اجل

سرینگر 08 اگست // ہڈیوں کے چک سے لہسن کا نوجوان لقمہ اجل... موبائل ٹاور سے گرنے کے بعد لہسن کے تعلق رکھنے والے شہری کی موت واقع ہوئی ہے۔

جموں و کشمیر میں فوری اسمبلی انتخابات کرائے جائیں

ہم جلد الیکشن چاہتے ہیں: بھاجپا، منتخب حکومت ناگزیر: این سی سی

سیاسی جماعتوں کے نمائندوں سے ملاقات کی جن میں بیٹل کونفرس، پیپلز ڈیموکریٹک پارٹی، بھارتیہ جنت پارٹی، کانگریس اور جموں و کشمیر پیپلز فرنٹ پارٹی، پیپلز کانفرنس، این پی پی، آئی ایم اور دیگر جماعتیں بھی شامل ہیں۔

لیکشن کمیشن کی قیادت میں ای سی آئی ٹیم جموں و کشمیر کے تین روزہ دورے پر

مجوزہ اسمبلی انتخابات پر حتمی مشاورت

سیاسی جماعتوں کے نمائندوں، سپیول و پولیس حکام اور الیکشن ذمہ داروں کے ساتھ ملاقاتیں

آج چیف سیکریٹری اور ڈی جی پی کیساتھ اہم میٹنگ کل جموں میں بعد دوپہر کانفرنس سے خطاب



بیوروہی اسے ڈی جی پی امن و قانون دے گا، ڈی جی پی کونفرس اور ڈی جی پی پولیس افسران نے کہا ہے کہ ان کے مطابق الیکشن کمیشن کی ای سی آئی ٹیم کی قیادت میں بیٹل کونفرس کے نمائندوں کے ساتھ ملاقاتیں ہوں گی۔

سرینگر 08 اگست // چیف سیکریٹری اور ڈی جی پی کیساتھ اہم میٹنگ کل جموں میں بعد دوپہر کانفرنس سے خطاب...

جموں و کشمیر کے لئے اکتوبر کا مہینہ اہم ثابت ہو سکتا ہے: رام داس اٹھوالے

قانون ساز اسمبلی کے انتخابات بھی اکتوبر میں ہو سکتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ اکتوبر، اگست اور ستمبر کے مہینوں میں پبلک انتخابات ہونے والے ہیں۔ میرے خیال میں اکتوبر سے پبلک ریاست کا درجہ بحال ہو سکتا ہے اور اکتوبر میں الیکشن بھی ہو سکتے ہیں۔ اس دوران انہوں نے لوگوں سے دو ٹوک انداز میں کہا کہ اگر اکتوبر میں الیکشن ہو جائے تو یہ ایک اہم مہینہ ثابت ہو سکتا ہے۔



رام داس اٹھوالے

لوگوں کو جشن آزادی میں شامل ہونے کی عام دعوت

ایم آزادی کی تقریب میں شرکت کیلئے دعوت نامے کی کوئی ضرورت نہیں: ڈویژنل کمشنر

آزادی کی تقریب سے عام لوگوں کو شریک بنانے کی کوشش کی جائے گی۔ انہوں نے کہا کہ آزادی کی تقریب میں عام لوگوں کو شریک بنانے کی کوشش کی جائے گی۔ انہوں نے کہا کہ آزادی کی تقریب میں عام لوگوں کو شریک بنانے کی کوشش کی جائے گی۔



ڈویژنل کمشنر

زوجیلائل ستمبر 2026 تک مکمل ہوگی

پروجیکٹ پر 52 فیصد سے زیادہ کام کیا گیا، نین گڈ کری

زوجیلائل ستمبر 2026 تک مکمل ہوگی۔ پروجیکٹ پر 52 فیصد سے زیادہ کام کیا گیا، نین گڈ کری۔

جموں و کشمیر میں 5 سالوں میں 28172 سڑک حادثات

روڈ سیفٹی سے متعلق ہر سال پیش رو سیفٹی مہینہ یا ہفتہ منایا جاتا ہے، نین گڈ کری

جموں و کشمیر میں 5 سالوں میں 28172 سڑک حادثات رونما ہوئے۔ روڈ سیفٹی سے متعلق ہر سال پیش رو سیفٹی مہینہ یا ہفتہ منایا جاتا ہے۔



پانچ سالوں کے دوران، جموں و کشمیر میں کل 28,172 سڑک حادثات ہوئے

مسئلہ کشمیر کا حل تلاش کرتے ہوئے 1972 کے

شملہ معاہدے کو کبھی ذہن میں رکھنا ہوگا: اقوام متحدہ

کشمیر کا حل تلاش کرتے ہوئے 1972 کے شملہ معاہدے کو کبھی ذہن میں رکھنا ہوگا۔ اقوام متحدہ نے ایک بار پھر کشمیر سے متعلق اپنے موقف کو برقرار رکھتے ہوئے کہا کہ کشمیر کا مسئلہ کشمیر کے لوگوں کا ہے۔



اقوام متحدہ نے ایک بار پھر کشمیر سے متعلق اپنے موقف کو برقرار رکھتے ہوئے کہا کہ کشمیر کا مسئلہ کشمیر کے لوگوں کا ہے۔

ایم ایم آئی نہیں ہوگی کم قرض کا بوجھ رکھنے والے افراد پھر مایوس

ریزرو بینک نے 9 ویں بار ریپوریٹ میں نہیں کی کوئی کمی

ایم ایم آئی نہیں ہوگی کم قرض کا بوجھ رکھنے والے افراد پھر مایوس۔ ریزرو بینک نے 9 ویں بار ریپوریٹ میں نہیں کی کوئی کمی۔



ریزرو بینک نے 9 ویں بار ریپوریٹ میں نہیں کی کوئی کمی

نہرو پارک سرینگر میں پولیس کی بڑی کارروائی

پنجاب سے تعلق رکھنے والے دو جعلی پولیس افسر گرفتار

نہرو پارک سرینگر میں پولیس کی بڑی کارروائی۔ پنجاب سے تعلق رکھنے والے دو جعلی پولیس افسر گرفتار۔



پنجاب سے تعلق رکھنے والے دو جعلی پولیس افسر گرفتار

پالیٹھین اور پلاسٹک کا بے تحاشہ استعمال ایک سنگین مسئلہ

پلاسٹک اور پالیٹھین کے بے تحاشہ استعمال سے یہاں کی زمین بالکل خراب ہو چکی

پلاسٹک اور پالیٹھین کے بے تحاشہ استعمال سے یہاں کی زمین بالکل خراب ہو چکی۔ پلاسٹک اور پالیٹھین کے بے تحاشہ استعمال سے یہاں کی زمین بالکل خراب ہو چکی۔



پلاسٹک اور پالیٹھین کے بے تحاشہ استعمال سے یہاں کی زمین بالکل خراب ہو چکی

جسٹس تاشی رستمن نے رکھ گڈا کشابمنہ میں نئے ہائی کورٹ کمپلیکس کی جگہ کا دورہ کیا

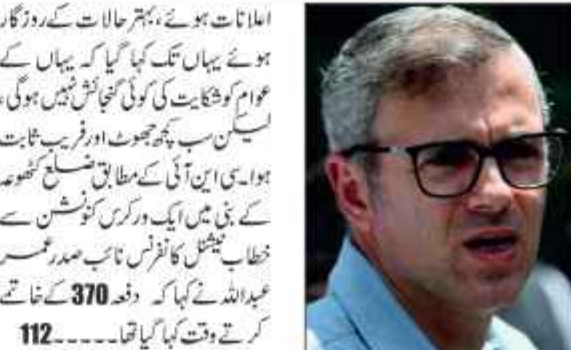
سرینگر 08 اگست // جسٹس تاشی رستمن نے رکھ گڈا کشابمنہ میں نئے ہائی کورٹ کمپلیکس کی جگہ کا دورہ کیا۔

جسٹس تاشی رستمن نے رکھ گڈا کشابمنہ میں نئے ہائی کورٹ کمپلیکس کی جگہ کا دورہ کیا۔ جسٹس تاشی رستمن نے رکھ گڈا کشابمنہ میں نئے ہائی کورٹ کمپلیکس کی جگہ کا دورہ کیا۔

زمینی سطح پر نئے جموں و کشمیر کا کہیں نام و نشان نہیں

دفعہ 370 کے خاتمے کے بعد کئے گئے وعدے جھوٹ ثابت: عبد اللہ

زمینی سطح پر نئے جموں و کشمیر کا کہیں نام و نشان نہیں۔ دفعہ 370 کے خاتمے کے بعد کئے گئے وعدے جھوٹ ثابت۔



دفعہ 370 کے خاتمے کے بعد کئے گئے وعدے جھوٹ ثابت: عبد اللہ

منشیات نے بڑھاتے صحت کے مسائل

بہت سے سببوں سے منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔



اہم وجہ تھوڑا اور ذہنی صحت کے مسائل ہیں۔ نوجوان اضطراب، تناؤ اور ڈپریشن کا شکار نظر آتی ہے اور اس طرح کے دیگر ذہنی تندرستی کے مسائل سے نمٹنے کے لیے نوجوانوں کو مستقل طور پر اس کی طرف مائل کرنا ہے۔

منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔ منشیات کا استعمال اور ذہنی صحت کے مسائل کا تعلق ہے۔

”نیگلیریا“ ایک جان لیوا اور لاعلاج مرض



نیگلیریا (Fowleri) ایک جراثیم ہے جو صرف خوردبین کے ذریعے ہی دیکھا جاسکتا ہے۔ یہ جراثیم انسانی دماغ میں ناک کے ذریعے سے داخل ہوتا ہے اور شہ پر انکیشن کا سبب بنتا ہے جس کی وجہ سے انسان کی موت واقع ہو سکتی ہے۔ یہ جراثیم پانی کے ذخائر میں پھلتا پھولتا ہے اور

ایک وجہ سے شہروں میں جان لیوا بیماری کا باعث بنتا ہے اس بیماری سے 95 فی صد لوگ جانبر نہیں ہو سکتے اور موت واقع ہونے کے امکانات بہت زیادہ ہیں۔

نیگلیریا یا کھال پر پایا جاتا ہے

- ☆ تازہ سے پانی کے طالب اور زمینوں میں
- ☆ دریاؤں میں
- ☆ گرم پانی کے چشموں میں
- ☆ سونک پلاز میں بہاں گورین شامل دیو
- ☆ شہری آبادیوں پانی کے ذخائر میں
- ☆ گرمیوں کے مینوں میں نیگلیریا یا انکیشن تیزی سے ہوتی ہے 47°C تک درج حرارت میں زہر دہرہ دہرہ مکتا ہے۔
- ☆ علامات
- ☆ نیگلیریا یا کھال سے متعلقہ جسم میں داخل ہونے کے 2 سے 3 دن کے بعد ظاہر ہوتی ہے۔
- ☆ سر میں شدید درد، تھک
- ☆ سستی اور تھک
- ☆ گردن کا کڑوا
- ☆ پلٹنے اور کھال پر
- ☆ دورہ پڑنا
- ☆ اس کی طبی علامات ”گردن توڑ ہفتا“

(Meningitis) میں بھی پائی جاتی ہیں۔ اس لئے مرض کی درت تشخیص کے لیے ڈاکٹر سے رجوع لازمی کریں۔ خیال رہے کہ یہ متعدی مرض نہیں ہے۔ یعنی ایک مریض سے دوسرے مریض میں منتقل نہیں ہوتا۔

نیگلیریا یا کھال کیسے ممکن ہے

- ☆ پانی ذخیرہ کرنے والے انڈر گراؤڈ
- ☆ (Underground) اور اوور ہیڈ (Over Head) مینوں کی فرامٹھائی کر دینا۔
- ☆ پانی کے ٹینکوں پر ڈھکن رکھنا۔
- ☆ بیفیلٹورین (Chlorine) سے پانی میں تیرائی اور ہٹانے کے لیے گریز کریں۔
- ☆ ناک صاف کرنے کے لیے اور دوسرے وقت ابلے ہوئے پانی کا استعمال کریں۔
- ☆ پانی کو تقریباً 5-8 منٹ تک ابالیں۔ اس سے جراثیم اور اس کے انڈے ختم ہو جاتے ہیں۔ 1000 لیٹر پانی کے ٹینک میں کلورین ٹیبلٹ (Chlorine Tablet) 2000-3000 لیٹر پانی کے لیے 2 کلورین ٹیبلٹ استعمال کریں۔ یہ ٹیبلٹ 15 دن کے لیے کافی ہوتی ہیں۔

بچھو کا زہر سبھی جان لیوا بیماریوں میں کارگر

انسان کو اگر بچھو ڈنگ مار دے تو اس کا زہر جان لیوا ثابت ہو سکتا ہے لیکن اگر یہی زہر بچھو کے ڈنگ سے نکال کر نکھوڑ لیا جائے تو یہ بھی بچھو سے کم نہیں ہوتا۔ غیر ملکی میڈیا کی ایک رپورٹ کے مطابق بچھو کا ایک لیڈر زہر پھرتا ہے ایک کروڑ ڈالر میں فروخت کیا جاتا ہے۔ بچھو کا زہر نہ صرف کامیونٹس اور کامیونٹس سرجری میں استعمال ہوتا ہے بلکہ کئی جان لیوا بیماریوں کی ادویات بھی اسی زہر کی معمولی مقدار سے تیار کی جاتی ہیں اس کے علاوہ مختلف درد سے چھوڑا جانے والی اور جسم کے مدافعتی نظام سے جڑی ادویات میں بھی اسے استعمال کیا جاتا ہے۔

بچھو کے زہر کے طبی استعمال لاہور کی آئی ایم ایف کی طرف سے 2020 میں لائبریری آف میڈیسن کی جانب سے شائع ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق بچھو کے زہر سے اسی کے زہر کے خلاف کارگرمات ہونے والی ادویات تیار کی جاسکتی ہیں۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق برطانوی بارٹ

انسان کو اگر بچھو ڈنگ مار دے تو اس کا زہر جان لیوا ثابت ہو سکتا ہے لیکن اگر یہی زہر بچھو کے ڈنگ سے نکال کر نکھوڑ لیا جائے تو یہ بھی بچھو سے کم نہیں ہوتا۔ غیر ملکی میڈیا کی ایک رپورٹ کے مطابق بچھو کا ایک لیڈر زہر پھرتا ہے ایک کروڑ ڈالر میں فروخت کیا جاتا ہے۔ بچھو کا زہر نہ صرف کامیونٹس اور کامیونٹس سرجری میں استعمال ہوتا ہے بلکہ کئی جان لیوا بیماریوں کی ادویات بھی اسی زہر کی معمولی مقدار سے تیار کی جاتی ہیں اس کے علاوہ مختلف درد سے چھوڑا جانے والی اور جسم کے مدافعتی نظام سے جڑی ادویات میں بھی اسے استعمال کیا جاتا ہے۔

بچھو کے زہر کے طبی استعمال لاہور کی آئی ایم ایف کی طرف سے 2020 میں لائبریری آف میڈیسن کی جانب سے شائع ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق بچھو کے زہر سے اسی کے زہر کے خلاف کارگرمات ہونے والی ادویات تیار کی جاسکتی ہیں۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق برطانوی بارٹ

معدیے کا السر

معدیے کا السر معدیے کی اندرونی کیمیائی مواد کے زخم کا دوسرا نام ہے۔ اس زخم کی وجہ سے موٹی لوتھی تہ کی موٹائی میں کمی آتی ہے۔ یہ لوتھی تہ معدیے میں موجود تیزاب سے معدیے کی دیوار کو محفوظ رکھتی ہے لیکن جب یہ تہ جھٹکتی ہو تو تیزاب معدیے کی دیوار کو کاٹنے لگتا ہے جس کی وجہ سے اس میں زخم ہوتا ہے۔ یہ زخم معدیے کی کیمیائی دیوار پر ہوتا ہے تاہم پچھلے برسوں کا کئی کئی زخم ہو جاتا ہے۔

یہ برانا ہونے کے ساتھ بڑھتا جاتا ہے معدیے کے السر کا علاج مشکل نہیں ہے لیکن اس میں غلطی نہ ہو اور تھکے اور تھکے ہوئے معدیے سے بچنے کے لیے السر معدیے سے چھوٹی آنت یا غذائی نالی کی اندرونی تہ پر ایک زخم ہوتا ہے۔ جب تیزاب معدیے کو کم کر دیا جاتا ہے۔ یہ چھوٹی آنت کے پٹے سے تھکے ہوئے معدیے کے السر کو غذائی نالی کا السر بھی کہتے ہیں۔ اس کی علامات چھت میں درد، تیزابیت، تھکوت اور روزانہ کم ہونے والی غذا ہونے سے معدیے کے السر کو آرام پہنچانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

علامت

شکم کے اوپری حصے میں درد۔ السر کی ایک سب سے عام علامت شکم کے اوپری حصے میں درد ہونا ہے۔ السر اوپر کی غذائی نالی میں بھی بگڑ ہو سکتا ہے تاہم یہ اکثر لوگ سوچتے ہیں کہ یہ چھوٹی آنت یا معدیے میں ہوتا ہے۔ یہاں درد کم ہوتا ہے، یہ درد عام طور پر پینے کی پٹی اور ناک کے درمیان ہوتا ہے۔ یہاں ناک اور طبیعت سست ہونے کا احساس بھی ہوتا ہے۔ یہ کیفیت آناز میں ہلکی اور قابل برداشت درد کے ساتھ ہوتی ہے مگر اگر زخم سے یہ سبب ہوتا ہے۔

مستفی ہونا

سر کی ایک اور بڑی نشانی وہی ہے کہ اس کے نتیجے میں ہاضمے میں موجود میٹل کی کمی سے سر کی ہڈیاں ہلکی ہوتی ہیں۔ جس کے نتیجے میں دل بہت زیادہ تھکتا ہے خصوصاً صبح کے وقت۔ السر میں نظام ہاضمہ بھی متاثر ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے کھانا ہضم کرنے میں کافی مشکل ہوتی ہے۔

یہ خون کی موروثی بیماری ہے ”تھیلیسیمیا“

تھیلیسیمیا (Thalassemia) ایک موروثی بیماری ہے جس میں ہیموگلوبن کی کمی ہوتی ہے۔ اس کی علامتیں کمزورگی، تھکوت اور زردی ہوتی ہیں۔ اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

تھیلیسیمیا (Thalassemia) ایک موروثی بیماری ہے جس میں ہیموگلوبن کی کمی ہوتی ہے۔ اس کی علامتیں کمزورگی، تھکوت اور زردی ہوتی ہیں۔ اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

تھیلیسیمیا (Thalassemia) ایک موروثی بیماری ہے جس میں ہیموگلوبن کی کمی ہوتی ہے۔ اس کی علامتیں کمزورگی، تھکوت اور زردی ہوتی ہیں۔ اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

منہ کا سرطان

سرطان (Cancer) کا مرض پاکستان سمیت ایشیائی اور روسا جیٹوئی ایشیا میں صحت کے لیے ایک خطرہ بننا چاہتا ہے۔ سرطانتی رفتار سے بڑھتا ہو رہا ہے اور اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

سرطان (Cancer) کا مرض پاکستان سمیت ایشیائی اور روسا جیٹوئی ایشیا میں صحت کے لیے ایک خطرہ بننا چاہتا ہے۔ سرطانتی رفتار سے بڑھتا ہو رہا ہے اور اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

سرطان (Cancer) کا مرض پاکستان سمیت ایشیائی اور روسا جیٹوئی ایشیا میں صحت کے لیے ایک خطرہ بننا چاہتا ہے۔ سرطانتی رفتار سے بڑھتا ہو رہا ہے اور اس کی تشخیص اور علاج کے لیے طبی مشورہ لینا ضروری ہے۔

بمسٹیک فری ٹریڈ ایگریمنٹ پر تیز تر جائزہ لینا چاہئے/پیش گوئی



کریں۔ جناب گل نے بمسٹیک کے تیز تر جائزہ کی ضرورت ہے جس سے...

اگرچہ اس سے موجود تجارتی تعلقات کا خود کاروبار کرنے میں آسانی پیدا ہوگی۔ وزیر...

ممالک کے درمیان تجارت بہت کم تھی اور تان لیفٹ رکاوٹوں کو جتانے،

Table with 4 columns: Name, Age, Gender, and Address. Includes names like شہناز شہزاد, فریاد علی, and others.

اشتیہار بمسراؤ آگاہی ہر خاص و عام معاملہ مندرجہ عنوان صدر میں درخواست مائل کے...

از نیابت سرکل سر جسٹس عید گاہ برنگر عنوان درخواست از جناب شہناز شہزاد...

اشتیہار بمسراؤ آگاہی ہر خاص و عام معاملہ مندرجہ عنوان صدر میں...

Table with 4 columns: Name, Age, Gender, and Address. Includes names like شہناز شہزاد, فریاد علی, and others.

اس طرح سونہ کے اداکاران تانے جاتے ہیں۔ پیواری کے مطابق تاج پٹیوٹی کی دختر شہناز...

از نیابت سرکل سر جسٹس عید گاہ برنگر عنوان درخواست از جناب شہناز شہزاد...

اشتیہار بمسراؤ آگاہی ہر خاص و عام معاملہ مندرجہ عنوان صدر میں...

Table with 4 columns: Name, Age, Gender, and Address. Includes names like شہناز شہزاد, فریاد علی, and others.

اس طرح سال کا کثیرات فراہم پر مشتمل ہے۔ پیواری کے مطابق سال کا اداکاران میں احمد لودی...

از نیابت سرکل سر جسٹس عید گاہ برنگر عنوان درخواست از جناب شہناز شہزاد...

اشتیہار بمسراؤ آگاہی ہر خاص و عام معاملہ مندرجہ عنوان صدر کے نسبت کا گذارت عدالت...

Table with 4 columns: Name, Age, Gender, and Address. Includes names like شہناز شہزاد, فریاد علی, and others.

از نیابت سرکل سر جسٹس عید گاہ برنگر عنوان درخواست از جناب شہناز شہزاد...

ہندوستان آب و ہوائی بہتری کے لیے فوجی اور دیگر سمندری ریاستوں

کیساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کھڑا رہے گا/صدر جمہوریہ مرمو

ہماری مشترکہ کوششوں میں بڑھتے ہوئے تعاون کے لیے دنیا بھر میں پیکھا جاتا ہے۔ جس کی توجہ دو...



جن میں فوجی ایک اہم شراکت دار ہے۔ اسٹیٹ بکس میں بھی کے صدر نے صدر روپدی مرمو کو...

روزگار سے منسلک ترغیبی اسکیم کو مشن موڈ میں تیزی سے نافذ کیا جائے گا/ڈاکٹر منداویہ



نئی دہلی// روزگار کی فوجی کو توجہ دینے کے مقصد سے سخت روزگار اور فوجیوں کے امور اور شہل کے مرکزی وزیر ڈاکٹر...

غریبوں پر ٹیکس کا بوجھ بڑھایا گیا، امیروں کو ریٹ/اپوزیشن



نئی دہلی// اپوزیشن نے کہا ہے کہ حکومت نے ایک طرف جہاں متوسط طبقے اور...

امریکہ - ہندوستان کیمسٹر ڈائیلگ کا انعقاد



نئی دہلی// نئی دہلی میں امریکی سفارت خانہ نے 5-16 اگست کو...

مہنگی کے ایک کالج میں ڈریس کوڈ کے خلاف دائر درخواست پر سپریم کورٹ جلد سماعت کرے گی

نئی دہلی// سپریم کورٹ نے مہنگی کالج کے ایک نوجوان طالب علم کے...

پردھان منتری سورہ گھریو جن کے تحت سبڈی بڑھانے کا راجیہ سبھا میں مطالبہ

نئی دہلی// راجیہ سبھا میں مہنگی کالج کے طالب علم کے...

یوم آزادی اور یوم جمہوریہ ہمارے تمام تہواروں سے

بڑے تیوہاروں/موہن یادو بھوپال// مدھیہ پردیش کے وزیر اعلیٰ...

