



అనంత జనశక్తి

జనం కోసమే మా అక్షరం

17.09.2026

గురువారం | రంగారెడ్డి

సంపుటి : 01 | సంఛిక : 78

పేజీలు : 08 | వెల: రూ.5

AJS
అనంత జనశక్తి
జనం కోసమే మా అక్షరం

PUBLISHED BY ANANTAPUR, KADAPA, CHITTOR, VISAKHAPATNAM, SRIKAKULAM, EALLURU, TIRUPATHI, ONGOLE, VIJAYAWADA, NELLORE, PRAKASHAM, GUNTUR, KURNOOL.

భద్రతా కారణాలతో ఈవెంట్ రద్దు

- లండన్ లో సీఎం విజయ్ కు బిగ్ షాక్
- బి షార్ట్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమం



చెన్నై, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్

తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి, టీఎన్ఎ ఆధిపత్య సి. జోసెఫ్ విజయ్ బ్రిటన్ పర్యటనలో ఒక అనూహ్య పరిణామం చూపుతున్నారని, లండన్ లోని ఆత్మంత ఎత్తైన భవనంగా పేరొందిన 'ది షార్ట్' వద్ద ఏర్పాటు చేసిన సీఎం విజయ్ కార్యక్రమాన్ని అక్కడి పోలీసులు రద్దు చేశారు. ముఖ్యంగా తమ ప్రయత్నం నేతను కళ్ళారా చూసేందుకు వందలాది మంది అభిమానులు, మద్దతుదారులు భారీ సంఖ్యలో అక్కడకు తరలివచ్చారు. అయితే ఆ జనసందోహాన్ని చూసిన బ్రిటన్ మెట్రోపాలిటన్ పోలీసులు.. ప్రజల భద్రతకు విఘాతం కలుగుతుందనే ఉద్దేశంతో తక్షణమే జోక్యం చేసుకుని ఆ కార్యక్రమాన్ని రద్దు చేశారు.

5లో..

ఏపీపీఎస్సీకి, డీఎస్సీకి తేడా తెలియడం లేదు

- అలాంటి వారు నన్ను ప్రశ్నిస్తున్నారు
- మంత్రి నారా లోకేష్ కామెంట్
- ఐదేండ్ల పాటు డీఎస్సీని పట్టించుకోలేదు
- ఇప్పుడు దాని గురించి మాట్లాడుతున్నారని ఎద్దేవా



కేసీఆర్ ఫాంహౌస్ భూములపై విచారణకు ఆదేశాలు

- ఎర్రపల్లి ఫాంహౌస్ భూములపై 30 రోజుల్లో నివేదిక ఇవ్వాలి
- కేసీఆర్ కు నోటీసులిచ్చి తక్షణమే విచారణ చేపట్టాలి
- ఫాంహౌస్ పరిధిలో 340 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమి ఉందని వెల్లడి
- ప్రభుత్వ భూమి అని తేలితే స్వాధీనం చేసుకుని దశాతులకు పంపిణీ
- కేసీఆర్ కు టుంటుంబ భూములపై కూడా విచారణ చేస్తామని ప్రకటన
- భూ సమస్యల పరిష్కారానికి హైపవర్ కమిటీ ఏర్పాటు
- ఎల్లీనగర్ 118 జీజీ సమస్యను పరిష్కరిస్తామని హామీ
- 22వ, యూఎల్ఎస్ భూముల సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపుతాం



తక్షణమే రెవెన్యూ అధికారులు.. కేసీఆర్ కు నోటీసులు ఇవ్వాలని, ఆ వెంటనే విచారణ చేపట్టాలని అసెంబ్లీ స్పీకర్ రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈ కేసీఆర్ ఫాంహౌస్ భూముల విచారణను మంత్రులు దామోదర రాజనర్సింహ, వివేక్ వెంకటస్వామి, పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి పర్యవేక్షిస్తారని సీఎం తెల్లి చెప్పారు. కేసీఆర్ ఫాంహౌస్ పరిధిలో సుమారు 340 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమి ఉన్నట్లు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సభలో పేర్కొన్నారు. అయితే ఈ భూమి నిజంగా ప్రభుత్వ భూమేనని అధికారుల విచారణలో తేలిన తర్వాతే

తదుపరి చర్యలు ఉంటాయని తెలిపారు. ప్రభుత్వ భూమి ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయితే ఆ భూమిని స్వాధీనం చేసుకుని దశాతులకు పంపిణీ చేస్తామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటించారు. ఇదే సమయంలో కేసీఆర్ కు టుంటుంబానికి సంబంధించిన భూములపై కూడా ప్రభుత్వం దృష్టి సారించినట్లు రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. వ్యవసాయ భూముల విషయంలో అగ్రికల్చర్ సీలింగ్ యాక్ట్ నిబంధనలను ప్రస్తావిస్తూ.. కుంటుంబాన్ని ఒక యూనిట్ గా పరిగణించాల్సి ఉంటుందని వివరించారు.

2లో..

పోలీస్ శాఖలో ఉద్యోగ ప్రకటన

- 1,156 పోస్టులకు దరఖాస్తుల ఆహ్వానం
- అభ్యర్థుల నుంచి ఆన్లైన్ ద్వారా దరఖాస్తులు
- పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ బోర్డ్ వెల్లడి

2లో..

అమరావతి, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర స్థాయి పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ బోర్డ్ పోలీస్, అగ్నిమాపక, జైళ్ల శాఖల్లో ఖాళీగా ఉన్న వివిధ పోస్టుల భర్తీకి సంబంధించి నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. అర్హులైన అభ్యర్థుల నుంచి ఆన్లైన్ ద్వారా దరఖాస్తులను ఆహ్వానిస్తోంది. మొత్తం 1,156 ఖాళీల వివరాలు కింది విధంగా ఉన్నాయి.



బీఆర్ఎస్ హయాంలో పెద్దఎత్తున భూకబ్జాలు

- కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్
- లక్షల ఎకరాల భూములను కబ్జా చేశారు
- భూకబ్జాలకు పాల్పడ్డారు 90 మంది ఎమ్మెల్యేలు ఉన్నారు

2లో..



హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్ బీఆర్ఎస్ హయాంలో పెద్దఎత్తున భూకబ్జాలు జరిగాయని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ ఆరోపించారు. కరీంనగర్ లో ఆయన మాట్లాడుతూ.. బీఆర్ఎస్ ని కేంద్ర మంత్రి పలువురు ఎమ్మెల్యేలు లక్షల ఎకరాల భూములను కబ్జా చేశారని ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ భూకబ్జాలపై తాను మాట్లాడిన సమయంలో తన తలను ఆరు ముక్కలు నరుకుతానని కేసీఆర్ అన్నారుని గుర్తుచేశారు.

షహజాద్ భట్టి నెట్ వర్క్ ను ఉగ్రవాద సంస్థగా ప్రకటన వెల్లడించిన కేంద్ర ప్రభుత్వం ఉపా చట్టం కింద ఉగ్రవాద సంస్థల జాబితాలోకి..

న్యూఢిల్లీ, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్

షహజాద్ భట్టి నెట్ వర్క్ ను కేంద్రం ఉగ్రవాద సంస్థగా ప్రకటించింది. ఉపా చట్టం కింద ఎన్ఐఎన్ఎస్ ఉగ్రవాద సంస్థల జాబితాలోకి హోం శాఖ చేర్చింది.

2లో..

అమెరికా ఒత్తిడికి కేంద్రం లొంగిపోయింది కాంగ్రెస్ చీఫ్ మల్లికార్జున ఖర్గే



న్యూఢిల్లీ, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్

అమెరికా ఒత్తిడికి కేంద్ర ప్రభుత్వం లొంగిపోయిందని కాంగ్రెస్ జాతీయ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే ఎన్ఐఎల్ విమర్శించారు. భారతీయ వస్తువులపై 100 శాతం టారిఫ్ విధించాలనుకుంటున్న అమెరికా ఒత్తిడిని అడ్డుకోవడంలో దేశ విదేశాంగ, వాణిజ్య విధానాలు ఘోరంగా విఫలమయ్యాయని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. అమెరికా 100 శాతం సుంకాల విధానం అమర్లోకి వస్తే, భారత్ కు తీవ్రంగా నష్టం తప్పదమని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.

2లో..

సీఎం చెప్పిన భూముల చిట్టాపై నిజాలు నిగ్గు తేలాలి



2లో..

- తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ అధ్యక్షురాలు కవిత
- ప్రభుత్వ నిబంధనలకు మించి..
- ఒక్క గజం భూమి నాకు ఎక్కువ లేదు

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 16, అనంత జనశక్తి న్యూస్

శాసనసభలో 22వ భూములపై చర్చ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అబద్ధాలు చెప్పారని తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ అధ్యక్షురాలు కవిత విమర్శించారు. సిద్ధిపేట జిల్లాలో కవిత, ఆమె భర్త పేరు మీద 37.26 ఎకరాల భూమి ఉందని అసెంబ్లీలో సీఎం తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి ప్రకటనపై 'ఎక్స్' వేదికగా కవిత స్పందించారు.

డ్యూటీ చేయకుండానే నెలకు రూ.70 వేల జీతం

- కల్లాటక ఎమ్మెల్యే మేనకోడలి 'నమ్మ క్లినిక్' స్కామ్
- మెడికల్ ఆఫీసర్ గా పనిచేస్తూ..
- విధులకు హాజరు కాకుండానే శాలరీ

2లో..

'నీమ'పై వర్షా భావం పిడుగు!

- 25 ఏళ్లలో ఎన్నో కుండపోతలు
- 400 మి.మీ. దాటిన వర్షా లూ నమోదు
- 2026లో అసాధారణ స్థితి
- సాధారణ వర్షా లు కరవు
- భూగర్భం అడుగంటుతున్నా సెప్టెంబర్ పైనే ఆశలు



(పులివారి హరిప్రసాద్)

అనంతపురం, సెప్టెంబర్ 16:

ఒక్కరోజులో 200, 250, 300... విపరీతం 400 మిల్లీమీటర్లకు పైగా వర్షం కురిసిన సందర్భాలను రాయలసీమ ఎన్నిసార్లు చూసింది. కానీ ఈ ఏడాది మాత్రం భిన్నమైన వాతావరణ పరిస్థితి నెలకొంది. భారీ వర్షాలు లేకపోవడమే కాదు... విస్తృతంగా, తరచుగా, విడతలవారిగా కురవాలైన వర్షాలు కూడా ఆశించిన స్థాయిలో లేకపోవడంతో రాయలసీమలో తీవ్ర వర్షాభావ పరిస్థితి కనిపిస్తోంది.

రేడ్ బుక్ గవర్నెన్స్ గ్రోబల్ అయ్యింది

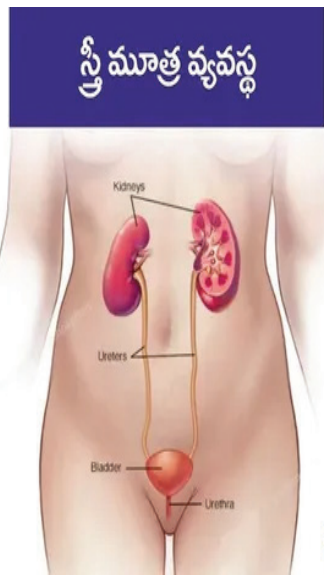
- మాజీ సీఎం జగన్ విమర్శలు
- ఎఫ్ బీఐగా పోజులు
- పోలీసుల నకిలీ గుర్తింపు ప్రజాస్వామ్యానికి ముప్పు
- చంద్రబాబు ఇది పోలీసింగ్ నా?

2లో..

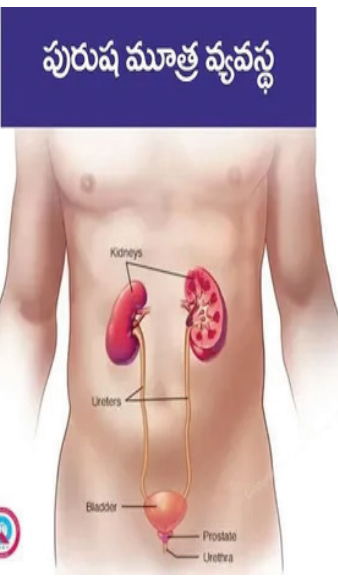




అపహదాబాద్‌లోని నారాయణ హాస్పిటల్‌కు చెందిన ప్రముఖ యూరాలజిస్ట్ డా. రాఘవేంద్ర కశ్యప్ మాట్లాడుతూ.. మూత్రపిండంలో రాళ్లు రోగులకు తీవ్రమైన నొప్పిని కలిగిస్తాయని, ప్రస్తుతం జీవనశైలి మార్పుల వల్ల చాలామంది ఈ సమస్యతో ఆసుపత్రిలో చేరుతున్నారని అన్నారు. "మూత్రపిండంలో రాళ్లు అంటే ఖనిజాలు, యూసిడ్ లవణాలతో ఏర్పడే చిన్న గట్టి పదార్థాలు. ఇవి మొదట్లో చిన్నగా, లక్షణాలు కనిపించకుండా ఉంటాయి. కానీ కొన్నిసార్లు అవి గోల్పో బంతి లింత పెద్దవిగా కూడా మారవచ్చు. ఈ రాళ్లు మూత్రపిండాల నుంచి మూత్రనాళం గుండా ప్రయాణించినప్పుడు తీవ్రమైన నొప్పి వస్తుంది" అని ఆయన వివరించారు. కిడ్నీ రాళ్ల రకాలు మనం తినే ఆహారం, లేదా కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యల వల్ల కిడ్నీ రాళ్లు వివిధ రకాలుగా ఏర్పడతాయి. కేవలం వాటి పరిమాణాన్ని బట్టి కాకుండా, అవి ఏ

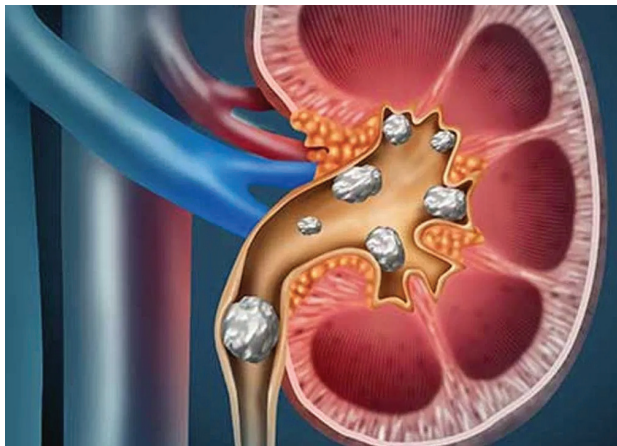


పదార్థంతో ఏర్పడతాయో తెలుసుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. డాక్టర్ కశ్యప్ కిడ్నీ రాళ్లలో కాల్షియం రాళ్లు: ఇవి అత్యంత సాధారణ రకం. మూత్రంలో కాల్షియం లేదా ఆక్సలేట్ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు కాల్షియం ఆక్సలేట్‌తో ఇవి ఏర్పడతాయి.



యూరిక్ యాసిడ్ రాళ్లు: మూత్రంలో యూరిక్ యాసిడ్ శాతం ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఈ రకం రాళ్లు ఏర్పడతాయి. అధికంగా రెడ్ మీట్, షిప్స్ తినేవారిలో, లేదా గొట్ వంటి కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారిలో ఇవి ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి.

కిడ్నీలో రాళ్లు: నొప్పికి కారణాలు, రకాలు, నివారణ మార్గాలు ఇవే



మూత్రపిండాల ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపే అతిపెద్ద సమస్యల్లో ఒకటి కిడ్నీ స్టోన్స్ (మూత్రపిండంలో రాళ్లు). ఈ సమస్యతో బాధపడేవారు తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, వాంతులు, అసౌకర్యంతో నరకయాతన అనుభవిస్తుంటారు. కిడ్నీలో ఏర్పడే ఈ రాళ్లు కేవలం పరిమాణంలోనే కాకుండా, వాటి కూర్పులోనూ తేడా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ రాళ్లు ఎందుకు ఏర్పడతాయి? ఎన్ని రకాలుగా ఉంటాయి? ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి? వంటి విషయాలను నిపుణుల సలహాలతో తెలుసుకుందాం.



స్ట్రైట్ రాళ్లు: ఇవి చాలా అరుదుగా వస్తాయి. సాధారణంగా యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్ (మూత్ర నాళాల ఇన్ఫెక్షన్) కారణంగా ఇవి ఏర్పడతాయి. సిస్టిన్ రాళ్లు: ఇది మరి అరుదైన రకం. సిస్టినులతో అనేక వంశపారంపర్య వ్యాధి వల్ల ఈ రాళ్లు ఏర్పడతాయి. ఈ

వ్యాధిలో సిస్టిన్ అనే అమైనో ఆమ్లం మూత్రంలోకి లీక్ అవుతుంది. నివారణ, లిస్య ఫ్యాక్టర్లు కిడ్నీ రాళ్ల రకాలు తెలుసుకున్నాక, వాటికి గల కారణాలు, నివారణ మార్గాలు తెలుసుకోవడం చాలా అవసరం. ఎందుకంటే, ముందు జాగ్రత్త పడటం ఎప్పుడూ మంచిది.

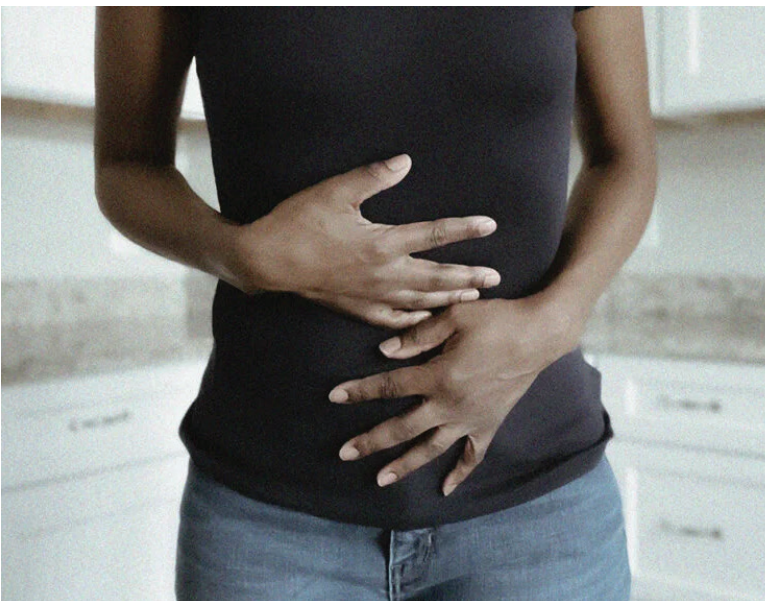
"డీహైడ్రేషన్ (శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గడం) కిడ్నీ రాళ్లకు ప్రధాన కారణాల్లో ఒకటి" అని డాక్టర్ కశ్యప్ తెలిపారు. తగినంత నీరు తాగినప్పుడు మూత్రం చిక్కగా మారుతుందని, అప్పుడు ఖనిజాలు స్పటికాలుగా మారి గట్టిపడతాయని ఆయన వివరించారు. డీహైడ్రేషన్‌తో పాటు, సోడియం, జింతు మాంసం, చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం, ఊబకాయం, కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా కిడ్నీ రాళ్లకు దారితీస్తాయని ఆయన అన్నారు. హిరణ్ కోసం రోజుకు కనీసం 8 నుంచి 12 గ్లాసుల నీళ్లు తాగడం, తగినంత ద్రవ పదార్థాలు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యమని డాక్టర్ కశ్యప్ సూచించారు. వీటితో పాటు, తక్కువ సోడియం ఉన్న ఆహారం, జింతు మాంసం తగ్గించడం కూడా ఎంతో కీలకమని ఆయన సూచించారు.

మీ పీరియడ్స్‌లో ఈ లక్షణాలను అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు

మన రుతుచక్రానికి హార్మోన్స్ ఆధారం. శరీరంలో హార్మోన్ల సమతుల్యత దెబ్బతింటే, నెలసరి ప్రవాహం, వ్యవధి, నొప్పిలో కూడా మార్పులు కనిపిస్తాయి. ఈ మార్పులను ముందే గుర్తించగలిగితే, ఆరోగ్య సమస్యలను త్వరగా పసిగట్టి, సరైన చికిత్స తీసుకోవచ్చు. సాధారణంగా నెలసరి ప్రతి 21 నుంచి 35 రోజులకు ఒకసారి వస్తుందని, 2 నుంచి 7 రోజులు ఉంటుందని తెలిపారు. బ్లీడింగ్ తక్కువగా లేదా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. కానీ నెలనెలా చిన్న చిన్న మార్పులు సహజమేనని ఆమె అన్నారు. ఈ పరిమితికి మించి తీవ్రమైన మార్పులు, లేదా భరించలేని నొప్పి ఉంటే, అది సాధారణం అని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.



"నెలసరి అకస్మాత్తుగా చాలా ఎక్కువగా, క్రమరహితంగా లేదా అసాధారణమైన నొప్పితో వస్తే, అది అంతర్లీనంగా ఉన్న ఆరోగ్య సమస్యకు సంకేతం కావచ్చు. మీ రుతుచక్రం హార్మోన్ల సమతుల్యత, పునరుత్పత్తి ఆరోగ్యం, చివరికి మీ పోషకాహార స్థితిని కూడా ప్రతిబింబిస్తుంది. అందుకే ఈ మార్పులపై శ్రద్ధ పెట్టడం చాలా ముఖ్యం" అని డాక్టర్ జోషి చెప్పారు. వైద్య సహాయం అవసరమయ్యే లక్షణాలు మనం ఏ లక్షణాలను గుర్తించాలి? డాక్టర్ వైశాలి జోషి కొన్ని హెచ్చరిక సంకేతాలను వెల్లడించారు. ప్యాడ్లు, టాంపూన్లు త్వరగా తడిచిపోయేంత భారీ రక్తస్రావం. నెలసరి మధ్యలో రక్తస్రావం అవడం. కొన్ని నెలలపాటు నెలసరి రాకపోవడం. నెలసరి ఒక వారం కంటే ఎక్కువ కాలం ఉండటం. రోజువారీ పనులకు ఆటంకం కలిగించేంత తీవ్రమైన నొప్పి. ఈ లక్షణాలు సాధారణమైనవి కావు. ఇవి



వైరాయిడ్ సమస్యలు, ఫైబ్రాయిడ్స్ లేదా పాలిసిస్టిక్ ఓవరీ సిండ్రోమ్ వంటి పలు ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతాలు కావచ్చు. డాక్టర్ వివరించిన ఈ లక్షణాలు కేవలం ఆరోగ్య సమస్యలను సూచించడమే కాకుండా, అదనపు

సమస్యలకు కూడా దారితీయవచ్చు. భారీ లేదా నిరంతర రక్తస్రావం వల్ల శరీరంలో ఐరన్, హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలు తగ్గిపోతాయని, ఇది అలసట, బలహీనతకు దారితిస్తుందని డాక్టర్ జోషి అన్నారు.



యువతుల్లో మొదటి ఒకటి రెండు సంవత్సరాలు నెలసరి క్రమరహితంగా రావడం సాధారణమేనని, కానీ చాలాకాలంగా నెలసరి వస్తున్న మహిళలు మాత్రం క్రమరహిత నెలసరిని నిర్లక్ష్యం చేయవద్దని ఆమె

హెచ్చరించారు. నెలసరి సమస్యల నుంచి ఎలా బయటపడాలి? వైద్య చికిత్సకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఇంట్లో చేసుకునే చిక్కాలు పనికిరావు. అయితే, కొన్ని సాధారణ పద్ధతులు మీ

లక్షణాలను రోజువారీగా నిర్వహించుకోవడానికి సహాయపడతాయి. ఆరోగ్యకరమైన రక్త ప్రవాహం కోసం పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం నుంచి నొప్పిని తగ్గించడానికి హీటింగ్ ప్యాడ్లు వాడటం వరకు డాక్టర్ జోషి కొన్ని ఉపయోగకరమైన చిట్కాలను పంచుకున్నారు. సరైన పోషకాహారం: అలసట, బలహీనతను నివారించడానికి ఐరన్ అధికంగా ఉండే పాలకూర, పప్పులు, గుడ్లు లేదా బెల్లం వంటి సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవాలి. నెలసరి ప్రవాహం అకస్మాత్తుగా ఎక్కువగా ఉంటే, కోల్డ్ యిన్ ఐరన్‌ను భర్తీ చేయడానికి ఆకు కూరలు, జీన్స్, బెల్లం వంటి వాటిని ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి. హైడ్రేషన్: నెలసరి సమయంలో తగినంత నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలో ద్రవ నష్టం సరిచేయబడుతుంది.

