संपादकीय

उम्मीदों की वैक्सीन

जब ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय की वैक्सीन के दूसरे चरण की कामयाबी की खबर आई तो वैश्विक महामारी के चलते सकते में आई विश्व बिरादरी की उम्मीदें उफान मारने लगीं। इस संकट से सामान्य जनजीवन ठप हो जाने के बाद सबकी उम्मीदें कोरोना वायरस की वैक्सीन को लेकर है ताकि दुनिया का सामान्य जनजीवन पटरी पर लौट सके। निस्संदेह महामारी का दायरा बढ़ा है तो उसका इलाज खोजने की होड़ उससे कम नहीं है। ऐसे वक्त में जबकि दुनिया में संक्रमितों का आंकड़ा डेढ़ करोड़ के पास पहुंच गया है और छह लाख से अधिक लोगों को जीवन गंवाना पड़ा है, विश्व की आर्थिकी भी चौपट हो गई है, दुनिया के वैज्ञानिक और वायरोलॉजिस्ट दिन-रात वैक्सीन की खोज में लगे हैं। यही वजह है कि बेहद श्रमसाध्य व जटिल प्रक्रिया वाली वैक्सीन की खोज की प्रक्रिया भी युद्धस्तर पर जारी है। दुनिया भर में 23 टीकों पर अनुसंधान अग्रिम चरण पर है और 140 अन्य टीकों पर काम चल रहा है। संकट की इस घड़ी में वैक्सीन के ट्रायल में भाग लेने वालों का उत्साह देखते ही बनता है। इसमें स्वस्थ और संक्रमित रह चुके लोगों को भी?शामिल किया गया है। अगर जल्दी ही कारगर टीका सामने आता है तो इसे विज्ञान और मानव की उपलब्धि माना जायेगा। अच्छी बात यह है कि जिन लोगों पर ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन का परीक्षण किया गया है, उनके कोई गंभीर साइड-इफेक्ट नजर नहीं आये हैं। इस वैक्सीन से शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली मजबूत होने की बात कही जा रही है जो कोरोना वायरस को निष्प्रभावी बनाती है। इसके अलावा टी-कोशिकाओं के बढ़ने के संकेत हैं जो संक्रमित कोशिकाओं का पता लगाकर उन्हें नष्ट करने में मददगार होती हैं लेकिन इसके बावजूद परीक्षण के नतीजे शुरुआती दौर के हैं और इसे बाजार में उतारने से पहले कई अन्य प्रक्रियाओं से गुजरना पड़ेगा ताकि उसके किसी भी नकारात्मक प्रभाव को टाला जा सके। उसके बाद ही इसे व्यावसायिक उपयोग के लिये बाजार में उतारा जा सकेगा।

बहरहाल, कोरोना वायरस से त्रस्त दुनिया को आक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी के नतीजों ने उत्साहित किया है। वजह यही है कि जिन एक हजार से अधिक लोगों पर वैक्सीन का प्रयोग किया गया था, उसके नतीजे सकारात्मक व भरोसा बढ़ाने वाले माने जा रहे हैं। इन लोगों में एंटीबॉडीज व टी-सेल्स विकसित हुए हैं जो वायरस के खिलाफ प्रतिरक्षा तंत्र विकसित करते हैं। सवाल यह भी है कि लगातार स्वरूप बदलते कोरोना वायरस के खात्मे में वैक्सीन किस हद तक कामयाब होगी। इसकी कितनी मात्रा कारगर होगी। यह एक बार प्रयोग करने के बाद कितने समय तक सुरक्षा कवच उपलब्ध करायेगी। क्या यह जीवनपर्यंत प्रतिरोधक क्षमता पैदा कर पायेगी। दरअसल, महामारी के व्यापक प्रभाव के चलते ही तमाम तरह की आशंकाओं का जन्म हुआ है। यही वजह है कि वैक्सीन बनाने की लंबी और जटिल प्रक्रिया के बावजूद पूरी दुनिया में वैक्सीन खोजने का काम युद्धस्तर पर चल रहा है ताकि करीब छह माह से भय व असुरक्षा में जी रही दुनिया की आबादी को सामान्य जीवन जीने लायक बनाया जा सके। दुनिया की बड़ी आबादी को राहत देने के लिये वैक्सीन डेवलेप करने वाली संस्था बड़ी दवा कंपनियों के साथ? मिलकर व्यावसायिक उत्पादन कर सकेंगी, जिसमें सारी दुनिया में साठ प्रतिशत वैक्सीन निर्यात करने वाले भारत की बड़ी भूमिका निर्विवाद रूप से होगी। पुणे स्थित सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया ने ऑक्सफोर्ड से वैक्सीन उत्पादन के लिये समझौता किया है। भारत के लिये अच्छी खबर यह है कि स्वदेशी वैक्सीन भी परीक्षण के दौर में पहुंच चुकी है। आईसीएमआर और भारत बायोटैक द्वारा मिलकर तैयार की जा रही वैक्सीन के ट्रायल के लिये बड़ी संख्या में लोग उत्साह से आगे आ रहे हैं। इसके लिये हमें कुछ समय?और इंतजार करना होगा।

बैग सैनिटाइज करने के लिए रेलवे ने लगाई खास मशीन

नईदिल्ली (आरएनएस)। भारतीय रेलवे ने कोरोना काल में न सिर्फ यात्रियों के सैनिटाइजेशन की व्यवस्था की हुई है, बल्कि उनके सामान भी सैनिटाइज हो रहे हैं। रेलवे ने एक वीडियो ट्वीट कर के इसकी जानकारी दी है। रेलवे ने पश्चिमी रेलवे के अहमदाबाद रेलवे स्टेशन पर की है, जहां पर यूवी टेक और बैगेज रैपिंग सैनिटाइजेशन मशीन लगाई है। रेलवे ने ये पहल न्यू इनोवेटिव नॉन फेयर रेवेन्यू आइडिया स्कीम योजना के तहत की है। पीएम

मोदी के आह्वान के बाद अब आत्मनिर्भर भारत अभियान को बढ़ावा देने में रेलवे जुटा हुआ है। रेलवे की ओर से कई इनहाउस इनोवेशन किए गए हैं। इसमें सतर्क करने के लिए घंटे से लेकर कोच के अंदर सीसीटीवी जैसे कुल 20 नए इनोवेशन किए गए हैं। इसकी जानकारी खुद रेल मंत्री पीयूष गोयल ने एक ट्वीट के जरिए दी। उन्होंने इसका एक पूरा वीडियो ट्वीट किया था। रेलवे के इनोवेशन में सतर्कता घंटी भी शामिल है।

ट्रेन रवाना होने से पहले यात्रियों को सतर्क करने के लिए बजेगी घंटी। यानी अगर कोई यात्री पानी लेने या कुछ खाने का सामान लेने के लिए ट्रेन से उतरा है तो उसे तुरंत ये पता चल जाएगा कि ट्रेन चलने वाली है और वह ट्रेन में चढ़ जाएगा। इससे लोगों की ट्रेन छूटने की आशंका कम हो जाएगी। रेलवे में आए दिन कोच के अंदर मारपीट, चोरी या लूट जैसी घटनाएं सामने आती रहती हैं। इनसे निपटने के लिए रेलवे ने कोच के अंदर सीसीटीवी कैमरे लगाने का फैसला किया है। शुरुआत हो चुकी है और इससे ट्रेन में होने वाली चोरी और मारपीट जैसी घटनाओं में तेजी से कमी आएगी।

डीजल के दाम में वृद्धि पर 2 दिन बाद लगा ब्रेक

नईदिल्ली (आरएनएस)। डीजल के दाम में लगातार दो दिनों से हो रही बढ़ोतरी पर सोमवार को ब्रेक लग गया। पेट्रोल की कीमत में भी लगातार 28वें दिन स्थिरता बनी रही। उधर, अंतर्राष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल के दाम में भी नरमी बनी हुई थी। बीते दो दिनों में देश की राजधानी दिल्ली में डीजल की कीमत में 30 पैसे प्रति लीटर की बढ़ोतरी हुई।

इंडियन ऑयल की वेबसाइट के अनुसार, दिल्ली, कोलकाता, मुंबई और चेन्नई में डीजल की कीमत पूर्ववत क्रमशः 81.94 रुपये, 77.04 रुपये, 80.11 रुपये और 78.86 रुपये प्रति लीटर हो गई है। चारों महानगरों में पेट्रोल का दाम भी लगातार 28वें दिन बिना किसी बदलाव के क्रमशः 80.43 रुपये, 82.10 रुपये, 87.19 रुपये और 83.63 रुपये प्रति लीटर पर बना हुआ है।

देश की राजधानी दिल्ली में पेट्रोल के मुकाबले डीजल 1.51 रुपये लीटर ऊंचे भाव पर मिल रहा है। अंतर्राष्ट्रीय वायदा बाजार इंटरकांटिनेंटल एक्सचेंज (आईसीई) पर बेंचमार्क कच्चा तेल ब्रेंट क्रूड के सितंबर वायदा अनुबंध में सोमवार को पिछले सत्र से महज 0.25 फीसदी की कमजोरी के साथ 43.67 डॉलर प्रति बैरल पर कारोबार चल रहा था। वहीं, न्यूयार्क मर्केंटाइल एक्सचेंज (नायमैक्स) पर अमेरिकी लाइट क्रूड वेस्ट टेक्सास इंटरमीडिएट (डब्ल्यूटीआई) के सितंबर डिलीवरी वायदा अनुबंध में पिछले सत्र से 0.14 फीसदी की कमजोरी के साथ 41.23 डॉलर प्रति बैरल पर कारोबार चल रहा था।

यूक्रेन की राष्ट्रीय फुटबॉल टीम के डॉक्टर का कोरोना से निधन

कीव । यूक्रेन के राष्ट्रीय फुटबॉल टीम के डॉक्टर एंटोन हुदेव का कोरोना वायरस (कोविड-19) के कारण निधन हो गया है। वह 48 वर्ष के थे। यूक्रेनियन फुटबॉल संघ (यूएएफ) ने यह जानकारी दी। यूएएफ ने जारी बयान में कहा, यूक्रेनियन एसोसिएशन ऑफ फुटबॉल के अध्यक्ष आंद्रीव पावेल्का, राष्ट्रीय टीम की तरफ से प्रमुख कोच आंद्रीव शिवचेंको और यूक्रेन के पूरे फुटबॉल जगत की ओर से हम डॉक्टर एंटन के परिवार के प्रति गहरी संवेदना व्यक्त करते हैं।

तेज शुरूआत के बाद टूटा बाजार, सेंसेक्स 38000 के नीचे, निफ्टी भी लुढ़का

मुंबई (आरएनएस)। घरेलू शेयर बाजार में सोमवार कारोबार की शुरूआत तेजी के साथ हुई, लेकिन मंद कारोबारी रुझान और कमजोर विदेशी संकेतों के कारण सेंसेक्स और निफ्टी दोनों में जल्द ही गिरावट आ गई। सेंसेक्स 38,000 के नीचे फिसल गया तो निफ्टी 11140 पर पर बना हुआ था। सुबह 9.40 बजे सेंसेक्स पिछले सत्र से महज 152.43 अंक यानी 0.40 फीसदी फिसलकर 37,976.47 पर कारोबार कर रहा था जबकि निफ्टी में पिछले सत्र से 54.50 अंकों यानी 0.49 फीसदी की कमजोरी के साथ 11,139.65 पर बना हुआ था। बंबई स्टॉक एक्सचेंज (बीएसई) के 30 शेयरों पर आधारित प्रमुख संवेदी सूचकांक सेंसेक्स पिछले सत्र से 146.44 अंकों की तेजी के साथ 38,275.34 पर खुला लेकिन कमजोर कारोबारी रुझान के चलते जल्द ही फिसलकर 37948.85 पर आ गया। नेशनल

स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) के 50 शेयरों पर आधारित प्रमुख संवेदी सूचकांक निफ्टी भी पिछले सत्र से 30.85 अंकों की बढ़त के साथ 11,225 पर खुला और आरंभिक कारोबार के दौरान 11,129.15 तक फिसला। विदेशी बाजारों से उत्साहवर्धक संकेत नहीं मिलने से घरेलू शेयर बाजार में कारोबारी रुझान मंद बना हुआ था।

हॉकी इंडिया के तकनीकी अधिकारियों के लिए ऑनलाइन कार्यशाला

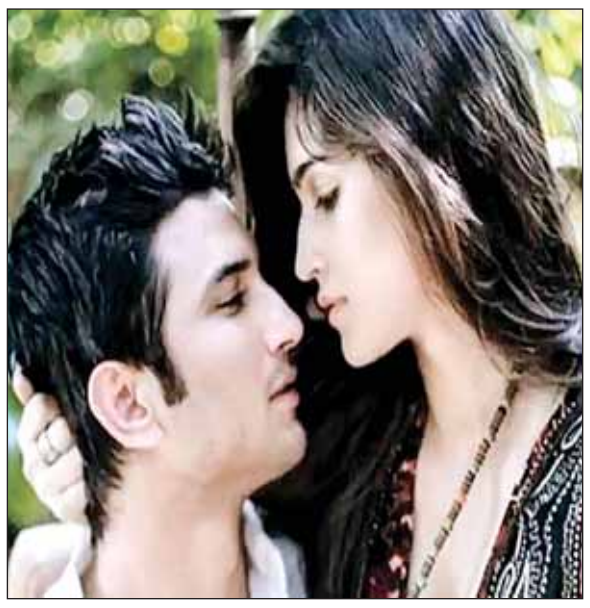
नईदिल्ली । हॉकी इंडिया ने अपने तकनीकी प्रतिनिधियों और अधिकारियों के लिए एक बार फिर ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया है। हॉकी इंडिया ने इससे पहले पिछले महीने भी सभी तकनीकी अधिकारियों के लिए इस तरह का ऑनलाइन कार्यशाला आयोजित किया था ताकि इन अधिकारियों को तकनीकी रूप से प्रशिक्षित किया जा सके। ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन शनिवार को वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिये किया गया। इस कार्यशाला के आयोजन का दायित्व अंतरराष्ट्रीय हॉकी महासंघ (एफआईएच) की देखरेख में किया गया। एफआईएच प्रो लीग के तकनीकी अधिकारी एवं एकेडमी एजुकेटर मोगुल मोहम्मद मुनीर ने ऑनलाइन कार्यशाला के आयोजन का प्रबंध कराया। कार्यशाला में हॉकी इंडिया के कुल 22 पंजीकृत तकनीकी प्रतिनिधि एवं अनुभवी तकनीक अधिकारी शामिल हुये। एफआईएच प्रतियोगिता नीतियों और प्रक्रियाओं के अनुसार तकनीकी प्रतिनिधियों और अधिकारियों की तरफ से तैयार की जाने वाली मैचों की समय-सारणी पर कार्यशाला के दौरान ध्यान केंद्रित किया गया।

सुशांत सिंह राजपूत की दिल बेचारा हिट, अब तक की सबसे बड़ी ओपनिंग

दुनिया को अलविदा कह चुके बॉलिवुड ऐक्टर सुशांत सिंह राजपूत की आखिरी फिल्म दिल बेचारा ऑनलाइन रिलीज कर दी गई है। सुशांत की इस आखिरी फिल्म का फैन्स बेसब्री से इंतजार कर रहे थे। फिल्म को ऑनलाइन स्ट्रीमिंग प्लैटफॉर्म डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर रिलीज किया है और इसे सभी के लिए बिल्कुल मुफ्त रखा गया है। ओटीटी प्लैटफॉर्म ने बताया है कि इस फिल्म की ओपनिंग अब तक की सबसे अच्छी ओपनिंग रही है।

सुशांत के फैन्स ने पहले ही इस फिल्म को काफी पसंद किया है और इसका सबूत है कि दिल बेचारा को आईएमडीबी पर 9.6 की रेटिंग मिली है जो अभी तक किसी भारतीय फिल्म को मिली सबसे ज्यादा रेटिंग है। फिल्म के रिलीज होने के कुछ घंटों तक तो यह रेटिंग पूरी 10/10 आ रही थी जो अपने आप में रेकॉर्ड है। फिल्म के रिलीज करने वाले ओटीटी प्लैटफॉर्म डिज्नी प्लस हॉटस्टार ने भी इसे सबसे बड़ी ओपनिंग बताया है।

ओटीटी प्लैटफॉर्म ने अपने ऑफिशल ट्विटर हैंडल पर ट्वीट करते हुए बताया, एक फिल्म जो हमेशा बॉलिवुड फैन्स के दिल की गहराइयों में रहेगी। आपके प्यार ने दिल बेचारा को अब तक की सबसे बड़ी ओपनिंग करने वाली फिल्म बना दिया है।



सुशांत सिंह राजपूत की दिल बेचारा देखकर इमोशनल हुईं कृति सैनन

सुशात सिंह राजपूत की आखिरी फिल्म दिल बेचारा रिलीज हो गई है। इस फिल्म को देखने वाले सुशांत के सभी करीबी और फैन्स बहुत इमोशनल हो रहे हैं। अब कृति सैनन ने सुशांत की इस फिल्म को देखने के बाद इंस्टाग्राम पर एक इमोशनल पोस्ट शेयर की है। कृति ने अपनी पोस्ट में लिखा है कि फिल्म देखकर उनका दिल टूट गया है। कृति ने कहा कि मैनी को देखकर कई बार ऐसा लगा जैसे सुशांत एक बार फिर जिंदा हो गए हों। दिल बेचारा से सुशांत के स्टिल्स का एक क्लिप शेयर करते हुए कृति ने लिखा, ये ठीक नहीं है और इसे कभी मान नहीं सकते.. इसने मेरा दिल एक बार फिर तोड़ दिया.... मैनी में मैंने देखा कि कई पलों में जैसे तुम जिंदा हो गए हो... मैं जानती थी कि तुमने इस कैरेक्टर में थोड़ा बहुत खुद को कहा रखा था... और हमेशा की तरह तुम्हारा जादू तुम्हारी खामोशी में था.. उन पलों में तुमने कुछ कहा नहीं और फिर भी तुमने बहुत कुछ कह दिया। कृति ने आगे लिखा, मुकेश छाबड़ा मुझे पता है कि यह फिल्म हमने जो सोचा था उससे कहीं ज्यादा हमेशा तुम्हारे मायने रखेगी...तुमने अपनी पहली ही फिल्म में हमें इतना इमोशनल कर दिया।

आज का राशिफल

मेष: आपको दूसरों की मदद करने से सकून मिलता है इसलिए आज का दिन परोपकार में ही बीतेगा।

वृषभ: आज का दिन परिवारीजनों के साथ सुखद रहेगा। भाग्यवश दोपहर तक हर्षवर्धक शुभ समाचार भी मिलेगा।

मिथुन: पिता के आशीर्वाद तथा उच्चाधिकारियों की कृपा से किसी बहुमूल्य वस्तु अथवा संपत्ति प्राप्ति की अभिलाषा आज पूरी होगी। व्यस्तता अधिक रहेगी।

कर्क: राशि स्वामी की उत्तम स्थिति एवं राशि पर बृहस्पति का षष्ठस्थ होकर परिभ्रमण अकस्मात बड़ी मात्रा में धन की प्राप्ति कराकर कोष की स्थिति को सुदृढ़ करेगा।

सिंह: राजनीतिक क्षेत्र में अशातीत सफलता मिलेगी। संतान के प्रति दायित्व पूर्ति भी होगी। प्रतिस्पर्धा के क्षेत्र में आगे बढ़ेंगे।

कन्या: राशि का स्वामी बुध आज दशम राज्य में संचार कर रहे हैं। फलस्वरूप वृद्धजनों की सेवा तथा पुण्य कार्यों पर धन व्यय होने से मन में हर्ष रहेगा।

तुला: आज शिक्षा व प्रतियोगिता के क्षेत्र में विशेष उपलब्धि का योग है। आय के नये स्रोत बनेंगे। आपकी भाषा शैली आपको विशेष सम्मान दिलाएगी।

वृश्चिक: आज आपका आर्थिक पक्ष मजबूत होगा। आपके मान-सम्मान में वृद्धि होगी। रुका हुआ कार्य सिद्ध होगा।

धनु: आज गृहोपयोगी वस्तुओं पर धन का खर्चा होगा। सांसारिक सुख भोग के साधनों में वृद्धि होगी।

मकर: आज व्यावसायिक क्षेत्र में मन के अनुकूल लाभ होने का हर्ष होगा। आर्थिक स्थिति पूर्वापेक्षा अधिक सुदृढ़ होगी।

कुंभ: राशि स्वामी शनि की द्वादश स्थिति के कारण पत्नी को अचानक शारीरिक कष्ट होने से भागदौड़ व अधिक खर्चे की स्थिति आ सकती है।

मीन: वैवाहिक जीवन आनंददायक बीतेगा। आज पास व दूर की सकारणीय यात्रा भी हो सकती है। बिजनस में बढ़ती प्रॉग्रेस से काफी खुशी होगी। विद्यार्थियों को मानसिक बौद्धिक भार से छुटकारा मिलेगा। सायंकाल के समय घूमने-फिरने के दौरान कोई महत्वपूर्ण जानकारी मिल सकती है। आपका दिमाग भी रिलैक्स होगा।

दौड़ते समय पैरों में होती है खुजली, इन तरीकों को अपनाकर करें बचाव

खुद को फिट रखने के लिए रोजाना सुबह-शाम लोग रनिंग करते हैं. वहीं पुलिस और सेना में भर्ती होने की ईच्छा रखने वाले युवक भी रोज सुबह रनिंग करते हैं. दौड़ लगाने के दौरान कई बार लोगों को परेशानी होने लगती है, जिसके कारण उनको दौड़ को बीच में बंद करना पड़ता है. बहुत सारे लोगों के पैरों में दौड़ने के दौरान खुजली होने लगती है. कई बार यह खुजली इतनी ज्यादा बढ़ जाती है कि लोगों को दौड़ बंद करना पड़ता है. लेकिन दौड़ते समय पैरों में खुजली क्यों होती है यह सवाल आपके दिमाग में आ रहा होगा. तो आइए हम आपको पैरों में खुजली क्यों होता है और इसस कैसे बचा जा सकता है इसके बारे में बताते हैं....

दौड़ते समय पैरों में क्यों होती है खुजली- दौड़ते समय पैरों में खुजली होना सिर्फ आपकी समस्या नहीं है आपके जैसे बहुत सारे लोग हैं, रनिंग करते समय पैरों में खुजली होने से परेशान हो जाते हैं. इसके कारण उनको दौड़ बंद करनी पड़ता है. दौड़ते समय पैरों में खुजली इसलिए होती है कि दौड़ते समये हमारे शरीर के निचले हिस्से की मांसपेशियां सबसे ज्यादा काम करती हैं. आम भाषा में समझा जाए, तो दौड़ते समय पैरों की मांसपेशियों को अधिक ऑक्सीजन की आवश्यकता होती है और इस कारण पैर के हिस्से में सबसे तेज रक्त प्रवाह होता है. ऐसे में पैरों के निचले हिस्से में काफी खुजली होती है. इसके अवाला भी पैरों में खुजली के दूसरे कारण हो सकते हैं...

खुजली के अन्य कारण

- व्यायाम प्रेरित यूरिकेरिया.
- व्यायाम प्रेरित एनाफिलेक्सिस.
- कोल्ड उर्टिकेरिया.
- सर्कुलेशन की समस्याएं.
- एलर्जी.
- रूखी त्वचा.

अगर आपके पैरों में दौड़ते हुए खुजली होती है तो इससे छुटकारा पाने के लिए आप दौड़ने से पहले 10 मिनट का वार्मअप कर सकते हैं।

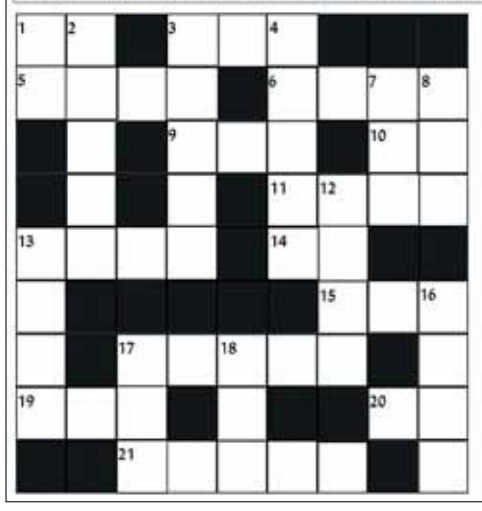
शब्द सामर्थ्य- 95

बाएं से दाएं

1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 94 का हल

वा	स्ता			सि	स	की		
जि		ल	प	ट		मा	चि	स
ब	द	ला		क			ल	
		ट		नी	ल	क	म	ल
ता	ली		का		की			हू
क		स	रो	का	र			लु
झां		ज	बा	न		म	सी	हा
क	च	ना	र		भा	र्या		न
	र्म			ज	र	दा		

सू-दोकू- 95

		3				7		
9				6		3		8
	7		9		5		6	
						1		9
3		8		7			5	
	1		3		9			7
		2		8		7		
	8				2		4	3
			1					

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.94 का हल

5	2	4	9	6	7	8	1	3
3	6	7	4	1	8	2	9	5
8	1	9	3	2	5	4	6	7
6	3	5	1	9	4	7	2	8
7	9	8	5	3	2	6	4	1
2	4	1	7	8	6	5	3	9
4	5	3	6	7	9	1	8	2
9	8	6	2	5	1	3	7	4
1	7	2	8	4	3	9	5	6