



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

সি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ই-মেইল : info@sfmmpkjsh.com



Care For Life

কেপিজে বুলেটিন

ফেব্রুয়ারী ২০২২





Warm greetings from Sheikh Fazilatunnessa Mujib Memorial KPJ Specialized Hospital & Nursing College!

SHEIKH FAZILATUNNESSA MUJIB MEMORIAL KPJ SPECIALIZED HOSPITAL & NURSING COLLEGE (SFMMKPJSH&NC) is being named after the Bangamata Sheikh Fazilatunnessa Mujib and was established by the Father of the Nation Bangabandhu Sheikh Mujibur Rahman Memorial Trust.

The hospital has a maximum capacity of 250 patient beds and is being managed and operated by KPJ Healthcare Berhad, a renowned private healthcare operator in Malaysia with 28 hospital networks and also a presence in Indonesia, Australia and Thailand. SFMMKPJSH & NC is a one-stop integrated healthcare provider, covering a wide range of medical and surgical disciplines which are complemented by the state-of-the-art medical equipment and specialized services.

It is our responsibility to provide the best healthcare service to our patients and the wider community at large, by spreading healthcare awareness to the community through our many social and educational activities.

We thank you for the opportunity and trust given to serve you and your family, and we will always be here for all your medical needs, in ensuring you experience the quality of life you deserve, because at SFMMKPJSH & NC, we want your experience to be as pleasant and comfortable as possible.

Thank you & stay safe

Mohd Taufik Bin Ismail
Chief Executive Officer

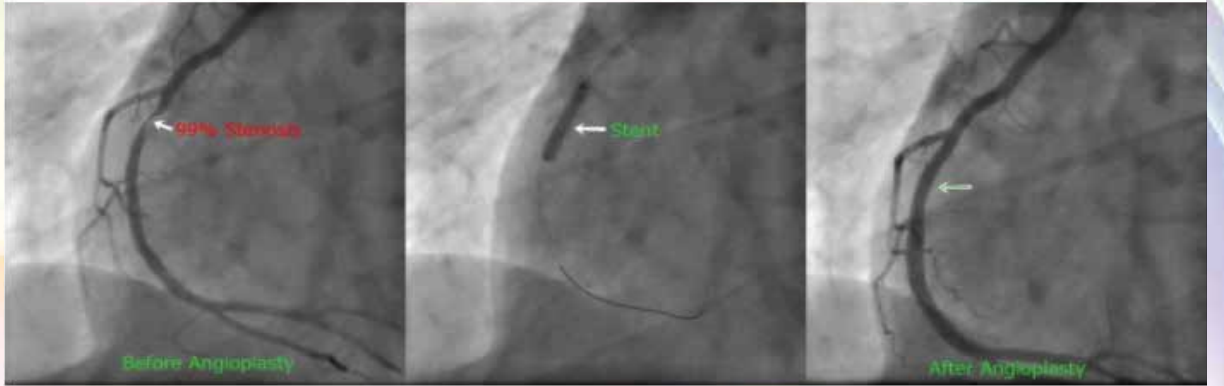
সফলতার গল্প

ডাঃ মোঃ মনিরুজ্জামান

কন্সাল্টেন্ট, ইন্টারভেনশন ও ফ্লিনিক্যাল কার্ডিওলজী

মো: মিজান কাজী, ৫৬ বছর বয়স্ক ভদ্রলোক, আমাদের হাসপাতালের ইমার্জেন্সিতে ২৫/১২/২০২০ইং বিকাল বেলা বুক ব্যথা ও শ্বাসকষ্ট নিয়ে আসেন। আমরা তাকে প্রাথমিক চিকিৎসা দেবার পর, বিভিন্ন পরীক্ষা নিরীক্ষা করে বুঝতে পারি যে বড় ধরনের হার্ট এ্যাটাক হয়েছে। আমরা তার আত্মীয় স্বজনকে তার শারীরিক অবস্থা সম্পর্কে অবগত করি যে ওনার পরবর্তি চিকিৎসার জন্য এনজিওগ্রাম করাতে হবে এবং কোন ব্লক থাকলে স্টেন্ট/রিং পরাতে হবে। তারপর আমরা এনজিওগ্রাম সম্পন্ন করি এবং দেখতে পাই হার্টের ডান পাশের রক্তনালীতে ৯৯% ব্লক/রক্ত জমাট বাধা আছে। আমরা দ্রুততার সাথে উক্ত রক্তনালীতে একটি স্টেন্ট/রিং পরানো সফলভাবে সম্পন্ন করি।

তিন দিন আমরা সকল প্রকার পর্যবেক্ষণ করি তারপর সব কিছু ঠিক থাকার পর রোগীকে সম্পূর্ণ সুস্থ অবস্থায় ছুটির ব্যবস্থা করি।



//// কিডনিতে পাথর ও করণীয় ////



ডাঃ রনেন বিশ্বাস কনসাল্টেন্ট, ইউরোলজি

আমাদের আশে পাশে বিভিন্ন ধরনের পাথর দেখি। আমাদের শরীরের কিডনীতেও পাথর হতে পারে। সাধারণত ৩০-৪০ বৎসর বয়সে পাথর বেশী হয়। মহিলাদের থেকে পুরুষদের পাথর বেশী হয় (৩ থেকে ৪ গুন)। কি কারণে পাথর হয় কারণগুলো এখনও অজানা। কিন্তু ধারণা করা হয়-প্রশ্রাবে বিভিন্ন ধরনের কনা (ক্যালসিয়াম অক্সালেট/কার্বনেট/ইউরিক এসিড) একে অন্যের সঙ্গে মিশে পাথর তৈরি হয়। পানি কম পান করলে পাথর তৈরীর প্রবণতা বেড়ে যায়।

পাথর তৈরির কারণ :

- পানি কম পান করা
- বংশগত কিডনী পাথর
- বার বার প্রশ্রাবের রাস্তায় ইনফেকশন হওয়া
- Hyper parathyroidism সমস্যা
- ইউরিক এসিড বেশী হলে
- অধিক সময় শয্যাশায়ী থাকলে

রোগের লক্ষণ :

- ব্যথা-
পাথরের আকার, প্রকার, অবস্থানের উপর ব্যথা নির্ভর করে,
ব্যথা হঠাৎ শুরু হয় এবং ব্যথা খুব অসহ্য হয়
- বমি বমি ভাব
- ঘন ঘন প্রশ্রাব হওয়ার প্রবণতা
- প্রশ্রাব করার সময় জ্বালা-পোড়া করা
- প্রশ্রাবের সঙ্গে রক্ত বের হওয়া
- হঠাৎ প্রশ্রাব বন্ধ হয়ে যাওয়া
- প্রশ্রাবের ইনফেকশন হওয়া

করণীয় :

- বেশী পানি পান করা (১২ থেকে ১৪ গ্লাস)
- ঘুমানোর পূর্বে পানি পান করা
- আহার নিয়ন্ত্রন করা- পাপড়, আচার, অধিক লবন জাতীয় খাবার বর্জন করা
- লেবুর রস, ডাবের পানি, জাম্বুরা, আনারসের রস পান করা
- বীজহীন টমেটো, কলা, বাদাম খাওয়া
- মটর, মশুর, ফুলকপি, বেগুন, পালং শাক, মাশরুম, কুমড়ো, গরু, খাসির মাংস কম খাওয়া
- বেরিয়ে যাওয়া পাথরের পরীক্ষা করানো এবং সেভাবে খাবার গ্রহন করা
- নিয়মিত ডাক্তারের পরামর্শ গ্রহন করা

পরীক্ষা :

- প্রশ্রাবের পরীক্ষা
- আলট্রাসোনোগ্রাম
- রক্তে কিডনী কার্যকারিতা (ক্রিয়েটিনিন)
- এক্স-রে
প্রয়োজনে আইভিপি / সিটি আইভিপি

চিকিৎসা :

- ৫ মিমি বা এর থেকে ছোট পাথর সাধারণত প্রশ্রাবের সঙ্গে বেরিয়ে যায়, যদি বেরিয়ে না যায় সেক্ষেত্রে দুভাবে চিকিৎসা করা যেতে পারে।
- ঔষধ এর মাধ্যমে
- অপারেশন:
পেট কেটে / পেট না কেটে (PCNL/RIRS/ICPL/ESWL)

//// ডায়েট দ্রোন্দর্য ও একজন দুষ্টিবিদ ////



মায়িশা মুশাররাত

ডায়েটিশিয়ান

করোনাকালীন খাদ্যাভ্যাস

স্বাস্থ্যসম্মত খাদ্যাভ্যাস জীবনযাপন মানুষকে অসুস্থতা অর্থাৎ রোগের হাত থেকে রক্ষা করে। দিন দিন বেড়েই চলেছে করোনা ভাইরাসের প্রকোপ। করোনা ভাইরাস প্রতিরোধের প্রথম ধাপ হলো- ব্যক্তিগত সচেতনতা গড়ে তোলা এবং সঠিক সুস্থ খাদ্যাভ্যাসে প্রত্যেকের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করা। তাই রোগ প্রতিরোধের ক্ষমতা বাড়ানোর জন্য পর্যাপ্ত পরিমাণে অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট সমৃদ্ধ খাবার খেতে হবে প্রতিদিন।

করোনাভাইরাসের সংক্রমণ ঠেকাতে অ্যান্টি-অক্সিডেন্টসমৃদ্ধ যে খাবারগুলো বেশি করে খেতে হবে:

বিটা ক্যারোটিন: উজ্জ্বল রঙের ফল, সবজি। যেমন গাজর, পালংশাক, আম, ডাল ইত্যাদি।

ভিটামিন এ: গাজর, পালংশাক, মিষ্টি আলু, মিষ্টিকুমড়া, জাম্বুরা, ডিম, কলিজা, দুধজাতীয় খাবার।

ভিটামিন ই: কাঠবাদাম, চিনাবাদাম, পেস্তাবাদাম, বাদাম তেল, বিচিজাতীয় ও ভেজিটেবল অয়েল, জলপাইয়ের আচার, সবুজ শাকসবজি ইত্যাদি।

ভিটামিন সি: আমলকী, লেবু, কমলা, সবুজ মরিচ, করলা ইত্যাদি।

এসব খাবারের পাশাপাশি আরো কিছু খাবার যা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায় সেগুলো হলো:

- বীজ জাতীয় খাবার: শিম বিচি, মটরশুঁটি, বিচিজাতীয় খাবার, বার্লি, ওটস, লাল চাল ও আটা, বাদাম।
- চা: গ্রিন টি, লাল চায়ে, টক দই
- মসলা: আদা, রসুন, হলুদ, দারুচিনি, গোলমরিচ।
- এ ছাড়া ভিটামিন বি-৬, জিংক-জাতীয় খাবার (বিচিজাতীয়, বাদাম, সামুদ্রিক খাবার, দুধ ইত্যাদি) শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা তৈরির কোষ বৃদ্ধি করে। তাই এ ধরনের খাবার বেশি খেতে হবে।
- উচ্চ মানের আমিষজাতীয় খাবার (ডিম, মুরগির মাংস ইত্যাদি)।

খাবারগুলোর কার্যকারিতা:

উচ্চ আমিষযুক্ত ও অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট সমৃদ্ধ খাবার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধির সহায়ক, এছাড়া উচ্চ আমিষ যুক্ত খাবার নিউমোনিয়া প্রতিরোধ করে এবং ক্ষতিগ্রস্ত কোষ ও টিস্যুকে দ্রুত সুস্থ করে, নতুন কোষ ও টিস্যু তৈরিতে সাহায্য করে।

পর্যাপ্ত পরিমাণ ঘুম আমাদের শরীরের কটিসল হরমোনকে নিয়ন্ত্রণে রেখে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধিতে সহায়তা করে।

যেসব খাবার বর্জনীয়:

সব ধরনের কার্বনেটেড ড্রিংকস, বিড়ি, সিগারেট, জর্দা, তামাক, সাদাপাতা, খয়ের ইত্যাদি।

এ লেখার উদ্দেশ্য সঠিক পুষ্টির চাহিদা পূরণ করে প্রত্যেকের শরীরে রোগ প্রতিরোধব্যবস্থা উন্নত করতে সহায়তা করা, যাতে শুধু করোনাভাইরাস নয়, সব ধরনের ভাইরাসের সংক্রমণ মোকাবিলায় আপনি শারীরিকভাবে সক্ষম থাকতে পারেন।

//// Nurse, what do we do? ///

Ruzita Mohammad Dan

Cheif Nursing Officer



Who is she? Nurses are just ordinary human beings like others. But when we wear the nursing uniform, we change to a different personality. Then our aim is just to take best possible quality care of patients.



Daily routine of a nurse is a structured one. While taking care of patients, we have to maintain protocols indifferent aspects of patient care and also to co-ordinate with doctors and other staffs of hospital. We have to administer medicine, prepare patients for surgery and other procedures and also assisting doctors and surgeons during operative and other procedures.

Our smile is our magical power, which give comfort to the patients. For bedridden patients, we arrange personal hygiene care like bath, putting talcum powder and fragrance, like a mother.

The role of nurses are not only limited in taking care of patients, but also we have to ensure multi-tasks like environmental cleanliness, take care of machines & equipment, organizing training program for junior nurses and students and a lot.

Nurses have to work for long hours. Even sometimes they don't have time to sit. Still they have no complain, always keep smiling.

Becoming a nurse is a matter of passion, dedication and perseverance. Nursing is a career for those people, who are kind, motivated, patient, enjoy a structured protocol and above all have a high energy level both mentally and physically.

শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

Sheikh Fazilatunnessa Mujib Memorial
KPJ Specialized Hospital

ব্যথামুক্ত নরমাল
ডেলিভারি

বিশ্বস্তের ডেলিভারি পেতে হলে
আমরা তার সব সময় আপনার পাশে

স্বমানসন্য প্রার্থনা ও প্রস্তুতি
রোগ বিশেষজ্ঞ ও সার্জন

ডাঃ ফাতেমা ইয়াসমিন

কনসালটেন্ট - ডব্লিউ এন্ড গার্লি

+৮৮০১৮ ১০০৮ ০৮০৮

Sheikh Fazilatunnessa Mujib Memorial
KPJ Specialized Hospital

বাংলাদেশ সরকার অনুমোদিত
শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে
বিশেষায়িত হাসপাতাল থেকে

বিশেষগামী যাত্রীরা
কোভিড-১৯ পরীক্ষা করুন।

(সাপনার বিশেষ প্রথম নিষ্কাশন থেকে)

৳ ২৫০০

বিশেষিত আদারে কল করুন:
☎ 02-44077030-31
☎ +88 01810-008080

Sheikh Fazilatunnessa Mujib Memorial
KPJ Specialized Hospital

ই আর সি পি (ERCP)

সিডনালীর সাথের
অপচারণ এবং
সিডনালীর স্টেন্ট
দেবার জন্য

ই আর সি পি (ERCP)
নিয়মিত করা হচ্ছে।

বিশেষিত আদারে কল করুন:
☎ 02-44077030-31
☎ +88 01810-008080

শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল ও নার্সিং কলেজ

শি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ওয়েব : www.sfmmpkjsh.com

মাথায় আঘাত ও
ব্রেন টিউমার চিকিৎসায়

প্রফেসর ডাঃ মোঃ ফরিদুল ইসলাম চৌধুরী

কনসালটেন্ট - নিউরোসার্জারি

বিশেষিত আদারে কল করুন:
☎ ০২-৪৪০৭৭০৩০-৩১
☎ +৮৮ ০১৮১০-০০৮০৮০



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

শি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ই-মেইল : info@sfmmpkjsh.com



Care For Life

গ্রাহক সেবা কেন্দ্র ০২-৪৪০৭৭০৩০-৩১



ফোন: (+৮৮) ০১৮১০-০০৮০৮০



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

সি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ই-মেইল : info@sfmmpkjsh.com



Care For Life

স্পেশাল

ডেলিভারি প্যাকেজ

নরমাল
ডেলিভারি
১৪০০০/=

* শর্ত প্রযোজ্য

সিজারিয়ান
ডেলিভারি
৪৫০০০/=



বিস্তারিত জানতে

০২-৪৪০৭৭০৩০-৩১
+৮৮ ০১৮১০-০০৮০৮০