



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

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



কেপিজে বুলেটিন

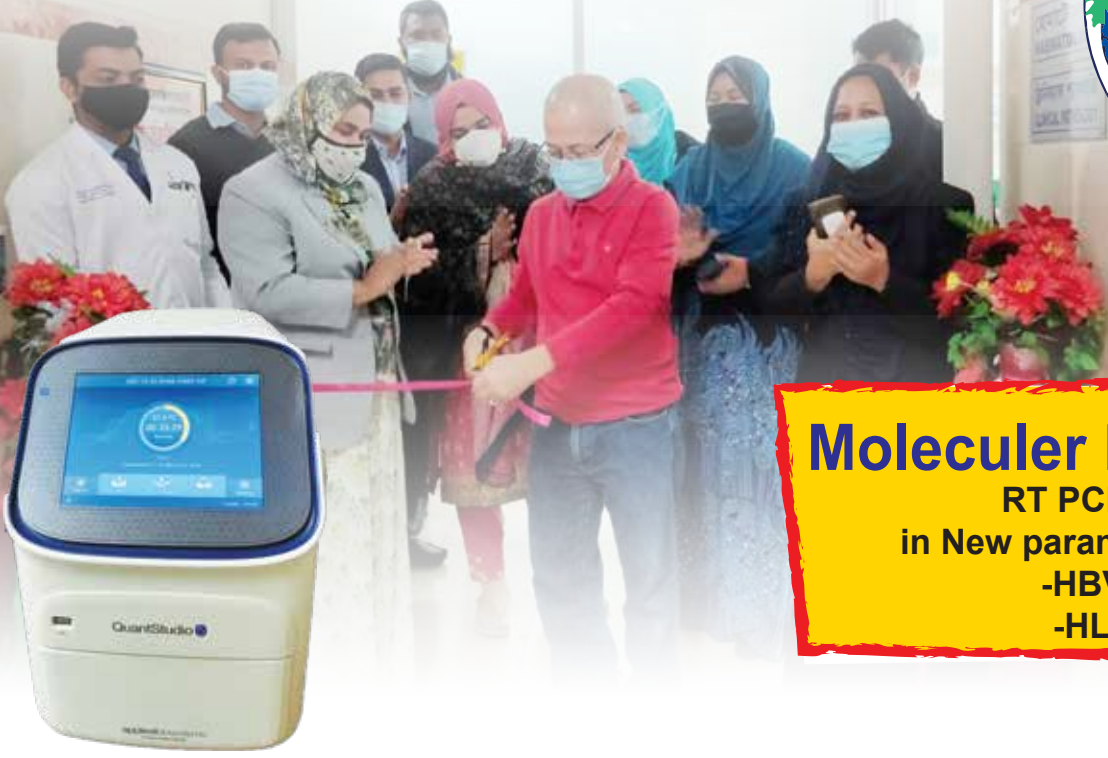


এপ্রিল ২০২২



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

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



Moleculer Lab
RT PCR Test
in New parameters
-HBV DNA
-HLAB 27

উপদেষ্টা মন্ডলী

মোহাম্মদ তৌফিক বিন ইসমাইল- প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা
ডাঃ রাজীব হাসান- পরিচালক, মেডিকেল সার্ভিস
নুর আদীলা বিনতি শুইব- প্রধান অর্থনৈতিক কর্মকর্তা
রুজিতা মোহাম্মদ দান- প্রধান নার্সিং কর্মকর্তা

সহ সম্পাদক

ডাঃ সৈয়দা সানজিদ আরা নূপুর
কনসালটেন্ট, গাইনী এবং অবসট্রেট্রিক্স

মুখ্য সম্পাদক

ডাঃ মোঃ আরিফুর রহমান
(কনসালটেন্ট, কার্ডিওলজী)
চেয়ার-পারসন
সিএমই কমিটি ২০২২-২৩

সদস্য

ডাঃ মোদাস্‌সির হোসাইন শাফী
এনামুল হক দেওয়ান
বিকাশ চন্দ্র ঘোষ

বিশ্ব চিকিৎসক দিবস ২০২২

ডাঃ মোহাম্মদ আরিফুর রহমান

কনসালটেন্ট, ক্লিনিক্যাল ও ইন্টারভেনশনাল কার্ডিওলজী

বিশ্বের অন্যান্য অনেক দেশের মতো গত ৩০মার্চ শেখ ফজিলাতুল্লাহ সা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতালে উদযাপিত হয়ে গেলো বিশ্ব চিকিৎসক দিবস ২০২২। নার্সিংকলেজ অডিটোরিয়ামে অনুষ্ঠিত এ অনুষ্ঠানটি উদ্বোধন করেন প্রতিষ্ঠানটির সিইও জনাব মোহাম্মদ তৌফিক বিন ইসমাইল।

অনুষ্ঠানে স্বাগত বক্তব্য রাখেন প্রতিষ্ঠানটির মেডিকেল ডিরেক্টর এবং জেনারেল সার্জারি কনসালটেন্ট জনাব ডাঃ রাজীব হাসান। হাসপাতালের সকল কনসালটেন্ট, স্পেশালিস্ট এবং মেডিকেল অফিসারদের ফুলের তোড়া, মিষ্টি এবং ক্রেস্ট দিয়ে সম্মাননা জানানো হয়। স্বাস্থ্য ক্ষেত্রে চিকিৎসকদের অবদানকে সম্মান প্রদর্শনে বিশ্বের বিভিন্ন দেশে এ দিবসটি উদযাপন করা হয়ে থাকে। বিভিন্ন দেশে বিভিন্ন তারিখে দিবস টি উদযাপিত হয়। ১৯৩৩ সালে যুক্তরাষ্ট্রের জর্জিয়া অঙ্গরাজ্যে ডাঃ এফ ফোর্ড ডব্লিউ লং কর্তৃক চিকিৎসা ক্ষেত্রে এনেস্থেসিয়াতে ইথার ব্যবহারকে স্মরণীয় করে রাখার জন্য এ দিবস টি সর্বপ্রথম উৎযাপিত হয়। এ দিবস টি সাধারণত স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠান এর পক্ষ থেকে উদযাপন করা হয়।



মাহে রমজান ও ডায়াবেটিস

ডাঃ মোহাম্মদ মোস্তফা কায়মার

কনসালটেন্ট, এন্ডোক্রাইনোলজি

রমজানের রোজা ইসলামের ষেটি স্তম্ভের একটি, পবিত্র এই মাসে রোজা রাখা প্রত্যেক মুসলমানের জন্য ফরজ। এ সময় একজন মানুষকে ভোররাত থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত পানাহার থেকে বিরত থাকতে হয়। তবে যারা অসুস্থ সফরকারী, শিশু, অস্তঃসত্ত্বা বা স্তন্যদানকারী মা, তাদের জন্য রোজা রাখার ক্ষেত্রে ইসলাম ধর্মে ছাড় দেওয়া হয়েছে। বিশ্ব ব্যাপী ১৫ কোটিরও বেশী মুসলমান ডায়াবেটিসে আক্রান্ত, এদের মধ্যে বড় একটি অংশ রমজান মাসের রোজা রাখে। কারো কারো রোজা রাখায় কোনো ঝুঁকি না থাকলেও অনেকের ক্ষেত্রে রোজা বিভিন্ন ধরনের জটিলতা তৈরী করতে পারে। তাই সাধারণ রোগীর চেয়ে ডায়াবেটিস রোগীর অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করতে হয়।



রোজায় ডায়াবেটিস রোগীর ঝুঁকি / জটিলতা :

রোজা রাখলে ডায়াবেটিস রোগীদের যেসব জটিলতা তৈরী হয় তার মধ্যে হাইপোগ্লাইসেমিয়া, হাইপারগ্লাইসেমিয়া, কিটো এসিডোসিস, পানি শূন্যতা, গ্রন্থি এন্ডোজিন, রক্ত জমাট বাধা উল্লেখযোগ্য।

হাইপোগ্লাইসেমিয়া হচ্ছে রক্তে চিনির পরিমাণ খুব বেশি কমে যাওয়া (৩.৯ মিলিমোল/লিটার এর কম) এ সময়ে ক্ষুধার অনুভূতি, বুক ধড়ফড়ানি, মাথাব্যথা, মনোযোগে ব্যাঘাত ঘটা ইত্যাদি উপসর্গ দেখা দিতে পারে। দীর্ঘ সময় রক্তে চিনির মাত্রা কমে গেলে স্থায়ী স্নায়ু বৈকল্য, এমনকি মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে।

আবার রক্তে চিনির মাত্রা বেশি হয়ে গেলে মাথাব্যথা, মাথাঘোরা, ক্লান্তি, ঝাপসা দৃষ্টি, ইত্যাদি উপসর্গ তৈরী হতে পারে যা হাইপারগ্লাইসেমিয়া নামে পরিচিত।

এছাড়া ডায়াবেটিসের সাথে যদি অন্যান্য জটিল রোগ- যেমন হৃদরোগ, কিডনীর রোগ, ইত্যাদি থাকে, তাহলে সেসব রোগের ধরন অনুযায়ী ওষুধের সমন্বয় চিকিৎসক ও পুষ্টিবিদের পরামর্শ নিয়ে খাবারের ধরন ও পরিমাণ নির্ধারণ করতে হবে।

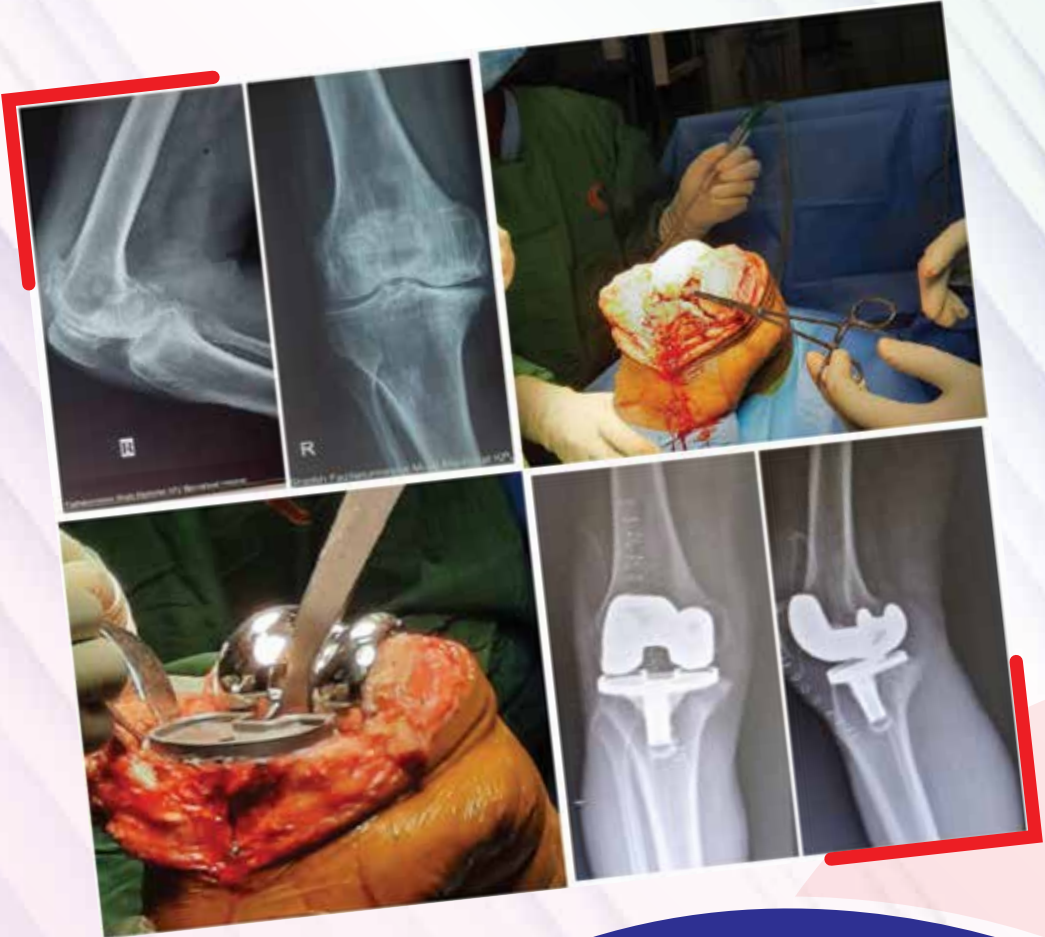
রোজা রেখে তারাবির নামাজ পড়লে ডায়াবেটিস রোগীদের আলাদা করে ব্যায়াম করার দরকার নেই।

মফলতার গল্প

ডাঃ মোঃ রাকিবুল হাসান

কনসালটেন্ট, অর্থোপেডিক, ট্রমা ও স্পাইন সার্জারী

৭০ বছর বয়সী জনৈক ব্যক্তি দুই হাঁটুতে ব্যথা নিয়ে প্রায় ৭-৮ বছর ধরে ভুগছিলেন। তিনি ঠিকমত হাঁটু ভাজ করতে পারতেন না। দৈনন্দিন কাজকর্ম ছিল কষ্টসাধ্য। পরবর্তীতে তিনি এই হাসপাতালে ডাঃ মোঃ রাকিবুল হাসান এর শরণাপন্ন হন এবং X-Ray করে দেখা যায় উনার হাঁটুর ক্ষয়রোগ (OSTEOARTHRITIS) হয়েছে। উনাকে হাঁটু প্রতিস্থাপন এর জন্য পরামর্শ দেওয়া হয়। তাতে তিনি রাজী হন এবং আমরা সফল ভাবে স্বল্প মূল্যে হাঁটু প্রতিস্থাপন (KNEE REPLACEMENT) সম্পূর্ণ করি। অপারেশনের ৩য় দিন থেকে উনি স্বাভাবিক হাঁটাচলা শুরু করেন এবং ২-৩ সপ্তাহ পর রোগী সম্পূর্ণ সুস্থ ভাবে বাড়ি গিয়ে উনার দৈনন্দিন কাজকর্ম শুরু করেন।



ডেন্টাল ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারি

ডাঃ ইশাত-ই-রব্বান

কনসালটেন্ট, ডেন্টাল, ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারী

২০১৯ সালের ১৬ই ফেব্রুয়ারি থেকে বঙ্গমাতা শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল-এ ডেন্টাল, ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারি বিভাগের যাত্রা শুরু।

ডেন্টাল, ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারি রুটিন ডেন্টিস্ট্রি, তথা দাঁত তোলা, ফিলিং, স্কেলিং, রুটক্যানেল ট্রিটমেন্ট ইত্যাদি চিকিৎসার পাশাপাশি মুখের ঘা, চোয়াল ব্যথা, চোয়ালের টিউমার, চোয়াল ভাঙ্গা, মুখ ও চোয়াল এর ক্যান্সার সহ মুখ গহ্বরের অন্যান্য রোগের চিকিৎসা সেবা দিয়ে আসছে। কেপিজে ডেন্টাল ইউনিটে আছে বিশ্ব বিখ্যাত Osstem ডেন্টাল চেয়ার।

রয়েছে বিশ্বমানের রুটক্যানেল ট্রিটমেন্ট সেট আপ। সাথে মুখের যে কোনো আলসার বা টিউমার বায়োপসি করার আধুনিক ব্যবস্থা। ডেন্টাল, ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারী বিভাগ মুখ ও দস্ত্র রোগ বিষয়ক আপনার পূর্বের ধারণা বদলে দিতে সক্ষম।



গর্ভাবস্থায় রোজা

ডাঃ রায়হানা মোম্বাবীর

কনসালটেন্ট, গাইনী এবং অবস্টেট্রিক্স

পবিত্র মাহে রমজান, এ সময়ে আমাদের গর্ভবতী মায়াদের প্রধান চিন্তা থাকে যে রোজা পালন করা যাবে কি যাবে না। আসুন আমরা ধর্ম ও বিজ্ঞানের দৃষ্টিকোণ থেকে সঠিক তথ্যটি জানার চেষ্টা করি। সহিহ হাদিসে বর্ণিত আছে : যারা অসুস্থ অথবা গর্ভবতী এবং গর্ভের সন্তানের জন্য দুশ্চিন্তা করেন, তারা রোজা না রেখে তার পরিবর্তে একজন দরিদ্র মানুষকে প্রতিদিনের জন্য খাবার দিতে পারেন। সুতরাং, ইসলামে গর্ভবতী নারীর জন্য রোজা রাখায় বাধ্য বাধকতা নেই। আবার বিজ্ঞানের দৃষ্টিকোণ থেকে যদি আমরা দেখি, রোজা গর্ভবতী মায়াদের জন্য কোনো ক্ষতির কারণ কিনা এ বিষয় অনেক গবেষণা রয়েছে। গর্ভবতী নারীদের উপর ২০২১ সালে নেদারল্যান্ডের একটি গবেষণাতে দেখা যায় রোজায় সুস্থ মা ও বাচ্চার স্বাস্থ্যে কোনো দীর্ঘ মেয়াদি সমস্যা পাওয়া যায়নি।



রোজায় গর্ভবতী নারীর করণীয় :

১. সেহরি অবশ্যই বাদ দেওয়া যাবে না।
 ২. পানি স্বল্পতা পূরণের জন্য গর্ভবতী মাকে সেহেরী ও ইফতারে প্রচুর পানি ও পানি সমৃদ্ধ জাতীয় ফল খেতে হবে।
 ৩. সেহেরী ও ইফতারের পরিমিত পুষ্টি সম্পন্ন খাবার গ্রহণ করতে হবে। কমপ্লেক্স কার্বোহাইড্রেট সম্পন্ন খাবার খেলে গর্ভাবস্থায় ক্ষুধাভাব কম হবে।
 ৫. সর্বোপরি স্বাভাবিক কাজকর্ম বজায় রাখতে হবে।
- গর্ভবতী মা যদি দুর্বল বোধ না করেন তবে রমজানে রোজা রাখায় তার কোনো বাঁধা নেই।

রমজানের খাদ্যাভ্যাস ও স্বাস্থ্য মচেতনতা

মায়িশা মুশাররাত

ক্লিনিক্যাল ডায়েটিশিয়ান

রমজান এলেই আমাদের নিয়মিত রুটিনে আসে পরিবর্তন। আপনি যদি স্বাভাবিক বা সুস্বাস্থ্যের অধিকারী হয়ে থাকেন, সে ক্ষেত্রেও এ মাসে আপনাকে সচেতন থাকতে হবে। আর সে জন্য নিজের খাদ্যের একটি তালিকাও পরিকল্পনা করে নিতে হবে।

□ রমজান মাসে সারাদিন রোজা রাখার পর, শরীরে প্রতিটি পুষ্টি সঠিক পরিমাণে সরবরাহের জন্য প্রয়োজন সুস্বাদু খাদ্যের। খাদ্য তালিকায় পর্যাপ্ত উচ্চ আঁশ জাতীয় শর্করা খাবার রাখুন।

যেমন: ছোলা, ওটস, আপেল, লাল আটার রুটি, লাল চালের ভাত।

□ ইফতারে ভাজা খাবার কম খান। কাঁচা ছোলার সঙ্গে লেবুর রস, পুদিনা, কাঁচা মরিচ, আদাকুচি, রসুনকুচি, ধনেপাতা, কালিজিরা মিশিয়ে খান। দই-চিড়া, ডিম, সবজি, রঙ্গিন ফলমূল যেমন: তরমুজ, পেয়ারা, মাল্টা, খেজুর, ডালিম ইত্যাদি খাওয়া যেতে পারে।

□ রাতের খাবারের ক্ষেত্রে অতিরিক্ত খাবার বর্জন করুন। যারা ইফতারে কম খান, তারা ডিনারে লাল আটার রুটি বা একটু ভাত, সবজি, ডাল, মুরগি বা মাছ খেতে পারেন।

□ সাহরিতে একটু ভালো করে খাওয়া উচিত। ভাতের সঙ্গে সবজি, ডাল, মাছ বা মাংস, ডিম ইত্যাদি মিলিয়ে একটা সম্পূর্ণ খাবার খান। যাদের দুধ নিষেধ তারা বাদে বাকিরা সেহেরিতে ১ কাপ দুধ খাবেন।

□ পানিশূন্যতা ঠেকাতে ইফতারের পর থেকে সাহরির আগ পর্যন্ত অন্তত ৮ থেকে ১০ গ্লাস পানি পান করুন। রোজায় চা-কফি ইত্যাদি বেশি পান করা ঠিক নয়।

রমজানে যাদের চিকিৎসা নিতে হয় এবং যারা সুস্থ থেকে রোজা পালন করতে চান তাদের ক্ষেত্রে প্রয়োজন অনুসারে চিকিৎসক ও পুষ্টিবিদ এর পরামর্শ নিতে হবে।





শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল
কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল
সি/১২, তেঁতুইবাড়ি, কাশিমপুর, গাজীপুর। ই-মেইল : info@sfmmkpjsh.com



ব্যথা মুক্ত নিরাপদ প্রভ্রাস্কোপি ও কোলোনোস্কোপি



Sheikh Fazilatunnesa Mujib Memorial
KPI Specialized Hospital



ফিজিওথেরাপি ? খুঁজছেন ?

নিশ্চিত্তে চলে আসুন আমাদের হাসপিটালে...



বিজ্ঞিত হাসপাতাল কল করুন
☎ 02-44077030-31
☎ +88 01810-008080



Sheikh Fazilatunnesa Mujib Memorial
KPI Specialized Hospital



কিডনি রোগ বিশেষজ্ঞ

কিডনি ডায়ালাইসিস-এ
বিশেষ পারদর্শী



ডাঃ নিজাম উদ্দিন আহমেদ চৌধুরী
এমবিবিএস, এফসি, ডাঃএসসি



বিজ্ঞিত হাসপাতাল কল করুন
☎ 02-44077030-31
☎ +88 01810-008080



Sheikh Fazilatunnesa Mujib Memorial
KPI Specialized Hospital



স্পেশাল ডেলিভারি প্যাকেজ



নরমাল ডেলিভারি ১৪০০০/-
সিজারিয়ান ডেলিভারি ৪৫০০০/-
পূর্ণ হাসপাতাল

শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব
মেমোরিয়াল কেপিজে
বিশেষায়িত হাসপাতাল

বিজ্ঞিত হাসপাতাল কল করুন
☎ 02-44077030-31
☎ +88 01810-008080



শেখ ফজিলাতুন্নেছা মুজিব মেমোরিয়াল কেপিজে বিশেষায়িত হাসপাতাল

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



Care For Life

গ্রাহক সেবা কেন্দ্র ০২-৪৪০৭৭০৩০-৩১



ফোন: (+৮৮) ০১৮১০-০০৮০৮০