

চিকিৎসা পত্র

মা ও শিশু স্বাস্থ্য
পরিচর্যা এবং তথ্য

বিশেষজ্ঞ ডাক্তার
ও তাদের ঠিকানা

নিকটস্থ স্বাস্থ্য সেবা
কেন্দ্র ও ডাক্তার

রোগ সংক্রান্ত তথ্য
এবং সাবধানতা

প্রয়োজনীয় তথ্য
এবং প্রশিক্ষণ

সমস্যাঃ

১. জ্বর দুই দিন ধরে
২. মাথা ব্যথা
৩. পেট ব্যথা
৪. বমি বমি ভাব

বয়সঃ

৪ থেকে ৭ বছর

৭ থেকে ১৫ বছর

১৫ থেকে ৩০ বছর

প্রথম পাতা

চিকিৎসা পত্র

৪ থেকে ৭ বছর

প্যারাসিটামল সিরাপ (Syrup: Paracetamol 500mg)

২ চা চামচ করে দিনে ৩ বার খাবেন

ম্যাট্রনিডাজল সিরাপ (Syrup: Metronidazol 400mg)

দেড় চা চামচ করে দিনে ২ বার খাবেন

ডমপেরিডন সিরাপ (Syrup: Domperidon 10mg)

খাবার আধা ঘন্টা আগে ১ চা চামচ করে দিনে ২ বার খাবেন

প্রথম পাতা

আগের পাতা

প্রিন্ট

চিকিৎসা পত্র

৭ থেকে ১৫ বছর

প্যারাসিটামল ট্যাবলেট (Tab: Paracetamol 500mg)

১+১+১; জ্বর থাকলে ভরা পেটে খাবেন

ম্যট্রনিডাজল ট্যাবলেট (Tab: Metronidazol 400mg)

১+০+১; ৩ দিন খাবেন

ডমপেরিডন ট্যাবলেট (Tab: Domperidon 10mg)

১+০+১; ৪ দিন খাবার আধা ঘন্টা আগে খাবেন

প্রথম পাতা

আগের পাতা

প্রিন্ট

চিকিৎসা পত্র

১৫ থেকে ৩০ বছর

প্যারাসিটামল ট্যাবলেট (Tab: Paracetamol 500mg)

২+২+২; জ্বর থাকলে ভরা পেটে খাবেন

ম্যট্রনিডাজল ট্যাবলেট (Tab: Metronidazol 400mg)

১+০+১; ৩ দিন খাবেন

ডমপেরিডন ট্যাবলেট (Tab: Domperidon 10mg)

১+০+১; ৪ দিন খাবার আধা ঘন্টা আগে খাবেন

প্রথম পাতা

আগের পাতা

প্রিন্ট

গর্ভবতী মায়ের স্বাস্থ্য পরিচর্যা

- শুকনো ফল-মূল খান, অল্প পরিমাণে বার বার খান ।
- ভারী কোন বস্তু বহন করবেন না ।
- সমান শক্তি বিছানায় শুয়ে কমপক্ষে ৮ ঘন্টা বিশ্রাম নিন ।
- ৫ম ও ৬ষ্ঠ মাসে ধনুষ্ঠংকার টিকা নিন ।
- পুষ্টিকর খাবার খান ।
- প্রতি মাসে গর্ভকালীন যত্ন চালিয়ে যান ।

প্রথম পাতা

শিশু স্বাস্থ্য পরিচর্যা

শিশুর স্বাস্থ্য পরিচর্যা

- বাচ্চাকে পরিষ্কার ও নরম কাপড়ে জড়িয়ে রাখতে হবে ।
- শিশুকে জন্মের প্রথম দিন থেকে দুই বছর পর্যন্ত বুকের দুধ খাওয়ান ।
- বাচ্চাকে নিয়মিত টিকা দিন ।
- চার মাস বয়স থেকে বুকের দুধের পাশে অন্য খাবার দিন ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

বিশেষজ্ঞ ডাক্তার

পেটের ডাক্তার

বাতের ডাক্তার

হৃদরোগের ডাক্তার

প্রথম পাতা

পেটরোগ বিশেষজ্ঞ

ডাঃ জাহিদুল হক ।

(এম, বি, বি, এস; এফ, আর, সি, এস)

ঠিকানাঃ বাংলাদেশ মেডিক্যাল, ধানমন্ডি, ঢাকা ।

সাক্ষাতের সময়ঃ সকাল ৮টা থেকে দুপুর ২টা পর্যন্ত,
শনিবার থেকে বুধবার ।

সম্মানীঃ পুরাতন রুগী ২০০টাকা, নতুন রুগী ৩০০টাকা ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

বাতরোগ বিশেষজ্ঞ

অধ্যাপক আতিকুল হক ।

(এম, বি, বি, এস; এফ, আর, সি, এস)

ঠিকানাঃ গ্রীন লাইফ হাসপাতাল, গ্রীন রোড, ঢাকা ।

সাক্ষাতের সময়ঃ সকাল ৮টা থেকে দুপুর ২টা পর্যন্ত,
শনিবার থেকে বুধবার ।

সম্মানীঃ পুরাতন রুগী ২০০টাকা, নতুন রুগী ৩০০টাকা ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

হৃদরোগ বিশেষজ্ঞ

অধ্যাপিকা মাকসুদা খান ।

(এম, বি, বি, এস; এফ, আর, সি, এস)

ঠিকানাঃ ন্যাশনাল হার্ট ফাউন্ডেশন, মীরপুর ২, ঢাকা ।

সাক্ষাৎের সময়ঃ সকাল ৮টা থেকে দুপুর ২টা পর্যন্ত,
শনিবার থেকে বুধবার ।

সম্মানীঃ পুরাতন রুগী ২০০টাকা, নতুন রুগী ৩০০টাকা ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

নিকটস্থ স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র ও ডাক্তার

সবুজ ছাতা

সূর্যের হাসি

উপজেলা স্বাস্থ্য কেন্দ্র

ডাক্তার খানা

প্রথম পাতা

সবুজ ছাতা

হাই স্কুলের দক্ষিণ পাশে অবস্থিত ।
প্রতিদিন সকাল ৮টা থেকে বিকাল ৫টা পর্যন্ত
বিনা মূল্যে মা ও শিশুদের স্বাস্থ্য সেবা দেওয়া
হয় ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

সূর্যের হাসি

বড় মাদ্রাসার পূর্ব পাশে অবস্থিত ।
প্রতিদিন সকাল ৮টা থেকে বিকাল ৫টা পর্যন্ত
বিনা মূল্যে মা ও শিশুদের স্বাস্থ্য সেবা দেওয়া
হয় ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

উপজেলা স্বাস্থ্য কেন্দ্র

বেলকুচি ওয়াবদার পাশে অবস্থিত ।
প্রতিদিন সকাল ৮টা থেকে বিকাল ৫টা পর্যন্ত
বিনা মূল্যে স্বাস্থ্য সেবা দেওয়া হয় ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

ডাক্তার খানা

ডাঃ জাহিদুল হক ।

শিশুরোগ বিশেষজ্ঞ, কেজির মোড়ে প্রতিদিন সন্ধ্যার পর বসেন ।

ডাঃ মাকসুদা খান ।

স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ, পুরাতন হাটখোলায় প্রতিদিন সকালে বসেন ।

ডাঃ আতিকুল হক ।

বাতরোগ বিশেষজ্ঞ, পূর্বপাড়ায় প্রতিদিন দুপুরে বসেন ।

প্রথম পাতা

আগের পাতা

রোগ সংক্রান্ত তথ্য এবং সাবধানতা

এখন আষাঢ় মাস ও বর্ষাকাল । প্রায় প্রতিদিনই বৃষ্টি হয় এবং পানি বাহিত রোগের খুব প্রাদুর্ভাব বেড়েছে । নলকূপের পানি পান করুন । বাচ্চাদের পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখুন । হাতের কাছে খাবার স্যালাইন রাখুন ।

প্রয়োজনীয় তথ্য এবং প্রশিক্ষণ

সরকার ধানের আবাদ বৃদ্ধির জন্য কৃষকদের ভতুঁকি দিচ্ছে। তাই কম খরচে আবাদ বৃদ্ধির জন্য গুটি ইউরিয়া ব্যবহার করুন।

জমিতে গুটি ইউরিয়া ব্যবহার সংক্রান্ত
ভিডিও প্রশিক্ষণ চিত্রটি দেখুন।

প্রথম পাতা