Book Post
Printed Matter

To_____

ডাঃ প্রকাশ মল্লিকের হোমিওপ্যাথির নতুন বইয়ের তালিকা

১। হোমিওপ্যাথি শিক্ষা ২৫০ টাকা
২। হোমিও চিকিৎসা পরিচয় ৬০ টাকা
৩। হাঁপানি ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ৩০ টাকা
৪। পারিবারিক হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ৩০ টাকা
৫। চর্মরোগের হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ২৫০ টাকা
৬। হৃদরোগ ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ৩৫ টাকা
৭। শিশুরোগের হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ২০০ টাকা
৮। স্ত্রীরোগ ও হোমিও চিকিৎসা ২৫০ টাকা
৯। চোখের রোগের হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ১৫০ টাকা
১০। অসাধারণ লক্ষণ ও হোমিও চিকিৎসা ২৫০ টাকা
১১। আধুনিক হোমিওচিকিৎসা ১০০ টাকা
১২। বায়োকেমিক চিকিৎসা ৩০ টাকা
১৩। অনুবাদ ডাঃ সুসলারের বায়োকেমিক মেটিরিয়া মেডিকা ৪০০ টাকা
১৪। বিরল ঔষধের সরল প্রয়োগ ১০০ টাকা
১৫। যৌনতা ও যৌন রোগে হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ২৫০ টাকা
১৬। An Introduction of Homeopath Rs. 30/-
১৭। Cancer and its Homeopath is Treatment Rs. 50/-
১৮। Correct Pescriber Rs. 250/-
১৯। Mallick Method Rs. 100/-
২০। পশুরোগ ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ৫০ টাকা
২১। অনুবাদ বোরিকের মেটিরিয়া মেডিকা ৪০০ টাকা
২২। Healling by Homeopahty using rare Medicines Rs. 120/-
২৩। আপ্পারাইটিস ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা, ৫০ টাকা
২৪। হোমিও ধন্বন্তরী ৩০০ টাকা
২৫। ডায়াবেটিস ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা, ৫০ টাকা
২৬। জীবনের জন্য জানা, ১০০ টাকা
২৭। ক্যানসারের হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ৩৫০ টাকা

এছাড়াও আধ্যাত্মিকতা ও বিজ্ঞান, নির্বাচিত গ্রন্থ সহ দশটি কবিতার গ্রন্থ রচিয়তা

মাম্পস ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক এম.ডি (হোমিও)
সিনিয়ার সুপার স্পেশালিস্ট হোমিওপ্যাথ
সভাপতি ঃ ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথি
ফোন ঃ ৯৮৩০০২৩৪৮৭/৯৮৩০৫০২৫৪৩
Email : mallick2007@gmail.com
Webesite : www.drpmallick.in

মাম্পস এক ধরণের ভাইরাসঘটিত সংক্রামক ব্যধি বা সাধারণতঃ হাঁচি, কাশি, রোগীর ব্যবহৃত রুমাল, গামছা, এঁটো বাসনের মাধ্যমে সরাসরি মানুষ থেকে মানুষে ছড়িয়ে পড়ে। কোন কোন বিজ্ঞানী মনে করে, বিড়াল থেকেও এ রোগ সংক্রামিত হতে পারে। প্রথমে জ্বর, হাঁচি, কাশি, বমি ও কানের নিচে প্যারোটিড গ্ল্যাণ্ডের বৃদ্ধি দেখা যায়। কদাচিৎ শ্বাস, মেনেনজাইটিস, থাইরয়েড ও অগ্নাশয়ের গোলযোগেও দেখা দিয়ে থাকে। রোগের প্রকোপ ছয় থেকে তেরো দিন পর্যন্ত চললেও অসুস্থতার রেশ থেকে যায় বেশ কয়েকদিন। ফলে রোগী প্রচণ্ড দুর্বল হয়ে পড়ে।

মাম্পস যেহেতু সংক্রামক ব্যাধি সেক্ষেত্রে নিয়ন্ত্রণের ব্যাপারে রোগীকে পৃথকীকরণ একান্ত জরুরী। আক্রান্ত রোগীকে অবশ্যই চিকিৎসার সঙ্গে পুষ্টিকর খাদ্য দেওয়া প্রয়োজন।

হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা ঃ

হোমিওপ্যাথি লাক্ষণিক চিকিৎসা তাই লক্ষণ এক্ষেত্রে বেশি প্রাধান্য পায়। সব সময় তাই চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া উচিত। এখানে কয়েকটি ঔষধের নাম

এরপর তিনের পাতায়.....

ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথির
পূর্ব মেদিনীপুর শাখার মুখপত্র

হোমিও বিকাশ

সম্পাদক: ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক

চিকিৎসকদের সম্মানপ্রাপ্তি

ডাঃ প্রকাশ মল্লিককে গুজরাটের একটি ওষুধ প্রস্তুতকারক সংস্থা ভারতের ১০জন হোমিও প্যাথিক চিকিৎসক-এর মধ্যে অন্যতম এবং ডাঃ পার্থসারথি মল্লিকে ভারতের

হোমিও প্যাথি চিকিৎসা জগতে উদিয়মান তারকা বলে উল্লেখ করেছেন।

১লা জানুয়ারি, ২০১৯ ● ২২১ হ্যানিম্যানাব্দ ● ২য় বর্ষ ● সংখ্যা-১ ● সাহায্য ৩ টাকা

ঠিকানাঃ গাঁশকুড়া, জে. এস. এম. কমপ্লেক্স, কনকপুর, পূর্ব মেদিনীপুর
সিটি অফিসঃ প্রযত্নে- মল্লিক হোমিও হল, ৮৮/১ দমদম রোড, দমদম কুইন (দোতলায়), কলকাতা-৭০০ ০৩০

আরামবাগে আন্তর্জাতিক কবি সম্মেলনে ডাঃ প্রকাশ মল্লিক, আশিষবরণ সামন্ত ও অনেকে।

মাংসার্বুদ ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা
(Sareoma and lipoma)

ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক
সভাপতিঃ ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথি (ভারত)
সম্পাদকঃ প্রেসক্রিপশন পত্রিকা
ফোন ঃ ৯৮৩০৫০২৫৪৩
Email : mallick2007@gmail.com

সাধারণভাবে মাংসের উপর বা চর্মের শরীর থেকে অল্প বা অধিক উচ্চতা বিশিষ্ট গোল বা লম্বা আকারের বেমানান কোষ করা বৃদ্ধি লক্ষ করা যায়। এই অতিরিক্ত মাংস বৃদ্ধিই হল সাধারণভাবে অর্বুদ বা টিউমার। এটি নরম বা শক্ত উভয়ই হতে পারে।

নরমগুটি গুলিকে বলা হয় সারকোমা (Sarecoma)। প্রথমে এটি ছোট গুটির আকারে জন্মায় পরে এমন বেড়ে উঠে। এটি থলথলে জেলির মত মনে হয় টিপছি, এই রোগের উৎপত্তির কারণ সম্পর্কে মত পার্থক্য থাকলেও এর সুচিকিৎসা রয়েছে হোমিওপ্যাথিতে এবং আরোগ্যেও হয়েছে।

এই অর্বুদ প্রকাশিত হলে এবং অস্ত্র-প্রচার করলে অনেক ক্ষেত্রে বালও হয়েছে আবার অনেক ক্ষেত্রে ফল অনেক খারাপ ও সাংঘাতিক রূপ ধারণ করতে দেখা গেছে।

এই অর্বুদ শরীরের যে কোনো স্থানে হতে পারে। যেমন মুত্রাধারে, পাকাশয়ে, গুহ্যদ্বারে, ত্বকে, জিহ্বায়, স্তনে, জরায়ুতে, ওভারিতে, লিভারে, হাড়ের উপরে, ঠোটে, পিটে, পেটে প্রভৃতি স্থানে।

এরপর চারের পাতায়.....

মল্লিক হোমিও হল

৭৯ মহাত্মা গান্ধী রোড, কলকাতা-৯ (কলেজস্ট্রিট)
শাখা– ৮৮/১ দমদম রোড, দমদম ক্যুইন (দোতলায়) কলকাতা-৩০
Email: mallick2007@gmail.com, info@drpmallick.in, Website: www.drpmallick.in

বিশ্বমানের হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসায়
রোগ বিয়োগ

সতর্কতা: চিকিৎসকের সঠিক পরামর্শ ছাড়া হোমিওপ্যাথিক ওষুধ খেলে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে।

আমাদের চিকিৎসক:
ডাঃ প্রকাশ মল্লিক (ধন্বন্তরী) এম.ডি (হোমিও), ডি. আই হোম (লন্ডন)
সভাপতি- ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ হোমিওপ্যাথি
ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক, বি. এইচ. এম. এস.
সহকারী- ডাঃ রাজেশ কুণ্ডু, রিংকী ব্যানার্জী, পরিমল কুণ্ডু

ক্যান্সার। অর্শ। ফিশার। ফিশ্চুলা। চুল পড়া। ঘাড়ের ব্যথা। এলার্জি। হাঁটুতে ব্যথা। ডায়াবেটিস। আঁচিল ব্রণ। মাইগ্রেন। সোরিয়াসিস। চর্মরোগ। ডিপ্রেশন। প্রস্টেট বৃদ্ধি। অ্যাসিডিটি। পেটের সমস্যা। থাইরয়েড। সাইনাস। স্ত্রীরোগ। বন্ধ্যাত্ব। যৌন অক্ষমতা। একজিমা। আর্থারাইটিস।

For Appointment: 9830023487, 9830502543
Toll Free: 18008430032

কলেজস্ট্রিট ❖ দমদম

মা ডায়াগোনেস্টিক সেন্টার অ্যাণ্ড প্যাথোলজিকাল ল্যাব এল.এল.পি.

১১৮ বি, এ.জে.সি.বোস রোড, কলকাতা-৭০০০১৪
(নীলরতন সরকার মেডিক্যাল কলেজ ও হসপিটালের ২নং গেটের বিপরীতে। ধন্বন্তরী এবং মেডিপয়েন্ট ঔষধের দোকানের উপরে দোতলায়)
Phone: (033) 2264-7642
E-mail: maadiagnostic20@gmail.com

কৌশিক ঘোষ
Phone: 9163998091, 9804713449

মহাপুরুষের জীবনী বিষয় ঃ বিদ্যাসাগর

ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক
সভাপতিঃ ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথি (ভারত)
সম্পাদকঃ প্রেসক্রিপশন পত্রিকা
ফোন ঃ ৯৮৩০৫০২৫৪৩
Email : mallick2007@gmail.com

বিদ্যাসাগর নামটি মনে হলে দয়ার কথা মনে হয়। ১৮২০ খ্রিস্টাব্দের ২৬শে সেপ্টেম্বর, অধুনা পশ্চিম মেদিনীপুর জেলার বীরসিংহ গ্রামে তিনি জন্মগ্রহণ করেন। তাঁর পিতা ঠাকুরদাস বন্দ্যোপাধ্যায় এবং মাতা ভগবতী দেবী।

বিদ্যাসাগরের পুরে নাম ঈশ্বরচন্দ্র বন্দ্যোপাধ্যায়। ছোটবেলায় ঈশ্বরচন্দ্রের চেহারা ছিল রোগা এবং খর্বকায় কিন্তু মাথাটি ছিল কৈ মাছের মতো বড়। তাই স্কুলে তাঁর বন্ধুরা তাঁকে যশুরে কৈ বা অপভ্রংশে 'কসুরে কৈ' বলে রাগাত। ঈশ্বরচন্দ্র বেশি রেগে গেলে তোতলা হয়ে যেতেন, তাতে তারা আরও আনন্দ পেত। তিনি তাঁর বৃত্তির টাকা দিয়ে দুঃস্থ ছাত্রদের সাহায্য করতেন। এমনকি প্রতিদিন নিজের টিফিন সকলকে বিতরণ করতেন, মাঝে মাঝে প্রয়োজন হলে দারোয়ানের কাছ থেকেও টাকা ধার করে সহপাঠীদের সাহায্য করতেন। ছোটবেলা থেকেই তিনি ছিলে দয়ার সাগর।

সাহিত্য সাধনা ঃ

বাংলা সাহিত্যের ইতিহাসে ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগর চিরকাল বাংলা গদ্যের জনক হিসেবেই পূজিত হবেন। তাঁর অনুবাদ সাহিত্য মৌলিক সাহিত্য বাংলা গদ্যকে যে সমৃদ্ধ করেছে তা অমূল্য সম্পদ। বাঙালি লেখা প্রথম সংস্কৃত ব্যাকরণ তাঁরই হাতে রচিত। গ্রন্থটির নাম সংস্কৃত ব্যাকরণ উপক্তমণিকা। বেতাল পঞ্চবিংশতি, 'অভিজ্ঞান শকুন্তলম্' ঈশপের গল্প, ভ্রান্তিবিলাস' তাঁর অসাধারণ অনুবাদ। তাঁর গদ্যচর্চা সম্বন্ধে রবীন্দ্রাথ বলেছেন বাংলা গদ্যে ছেদ ও যতির চিহ্নের ব্যবহার প্রচলন করে বিদ্যাসাগরের বিশৃঙ্খল সৈন্যবাহিনীকে শৃঙ্খলাবদ্ধ করেছেন।" এইভাবে তিনি বাংলা গদ্যের আধুনিক রূপদান করেছেন।

জাতীয়গ্লানি থেকে সমাজকে মুক্ত করতে সে যুগে তাঁর সমকক্ষ আর কেউ ছিলো না। এদেশে বিধবা-বিবাহ এবং নারী শিক্ষা প্রচলন করে তিনি মহৎ কাজ করেছেন। বাঙালি সমাজ তার জন্য চিরকাল তাঁর ঋণ কৃতজ্ঞ চিত্তে স্মরণ করবে। তিনি ছিলেন বজ্রের মতো কঠোর এবং কুসুমের মতো কোমল প্রাণ। দয়ারসাগর, প্রাতঃস্মরণীয় মহাপুরুষ পণ্ডিত ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগর। বিধবা বিবাহ এবং নারীশিক্ষার প্রচলন করতে গিয়ে তাঁকে প্রচুর বাধার সম্মুখীন হতে হয়েছিল। রক্ষণশীল অভিজাত সমাজের কাছে তিনি চক্ষুশূল হয়ে উঠেছিলেন, কিন্তু কোনও বাধাই তাঁকে আটকে রাখতে পারেনি। তাঁর অনমণীয় দৃঢ়তার কাছে সকলেই হার মানতে বাধ্য হয়েছে।

পরোপকারীতা ঃ

কারও দুঃখ-কষ্টের কথা শুনলেই তিনি নিজেকে স্থির রাখতে পারতেন না। মহাকবি মধুসূদন ইউরোপে থাকাকালীন যখন ঋণজালে জড়িয়ে পড়েন, তখন বিদ্যাসাগর ইংল্যাণ্ডে টাকা পাঠিয়ে তাঁকে ঋণ মুক্ত করে দেশে ফিরিয়ে এনেছিলেন। দীন-দুঃখী আদিবাসী সাঁওতালদের প্রতি ছিল তাঁর অসীম করুণা। একবার সাঁওতালরে বাসস্থান কার মাটারে মহামারী দেখা দিলে সাহায্য ভাণ্ডার এবং হোমিওপ্যাথি দিয়ে তাঁদের সাহায্য করেন। দরিদ্র মানুষের জন্য তিনি হোমিওপ্যাথি নিয়ে পড়াশোনা করেন। ভারতবর্ষের হোমিওপ্যাথি বিকাশে বিদ্যাসাগরের অবদান অনস্বীকার্য। বিদ্যাসাগরের পথ ধরে তাঁর ভ্রাতুষ্পুত্র শ্রী পরেশাথ ব্যানার্জী ভারতের বিহারের মিহিজামে হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা করতেন, পরবর্তীতে তাঁর পুত্ররা সাফল্যের সাথে চিকিৎসা করে চলেছেন, যা পি-ব্যানার্জী মিহিজাম নামে খ্যাত।

মহাপ্রয়ান ঃ

২৯ জুলাই ১৮৯১ খ্রিস্টাব্দে মহাপ্রয়ান ঘটে, কিন্তু চিরকাল তিনি মানবপ্রেমিক ছিলে। তাঁর চিরকাল তিনি মানবপ্রেমিক ছিলেন। তাঁর চরিত্রে যে মহৎ গুণগুলি ফেলে সাধারণ বাঙালির চরিত্রে তা একান্তই দুর্লভ। তাকে স্মরণ ও মনন করলে মানুষের জীবনে ঘটবে উত্তরণ তাই আমার এই প্রতিবেদন।

ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক-এর পিতা জীবন্ত কিংবদন্তী হোমিওপ্যাথি চিকিৎসক ডাঃ প্রকাশ মল্লিকের জন্ম বীরসিংহ গ্রামে তাই বিদ্যাসাগরের আদর্শ পার্থবাবুকে অনুপ্রাণিত করে।

অ্যালার্জী এবং অ্যাস্থমা চিকিৎসা কেন্দ্র
১৫৫, এ. জে. সি. বোস রোড, (মৌলালী) কলকাতা-৭০০০১৪
সহকারী ঃ কৌশিক পাল
-ঃ ফোন ঃ-
৯৪৩৩৪৩১৯৯৮, ৯৮৭৪১৮২৮৪২
৯৮৩১৭২৯৮৪৭

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক ছকে বাঁধা হোমিও চিকিৎসকরে বাইরে

ডাঃ কুণাল ভট্টাচার্য্য, এম.ডি (হোম), পি.এইচ.ডি.
স্বাস্থ্য অধিকারিকঃ বন্দীপুর হাসপাতাল,
প্রাক্তন ভারপ্রাপ্ত অধ্যক্ষঃ নেপাল হোমিওপ্যাথিক মেডিক্যাল কলেজ, নেপাল
ফোন ঃ ৯০৩৮৯৮১৯৪০/৯৮৩১৪২১৬৯৬

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক একজন হোমিও চিকিৎসক, আজ তিনি বিশ্ববন্দিত। তাঁর সঙ্গে কিছুদিন মেলামেশা করে তাঁর যে সস্ত গুণগুলি দেখেছি তা উল্লেখ করছি সেগুলি হল—

১। ব্যক্তিগত সততা ওমুক্তমনা।
২। মানুষের সাথে সাবলীল স্বচ্ছন্দ বিচরণ।
৩। লক্ষ্যে অবিচলতা, নিষ্ঠা ও একাগ্রতা।
৪। বিরোধীমতের মানুষের প্রতি শিষ্ঠাচার ও সৌজন্যবোধ।
৫। নির্ভীক।
৬। স্বাধীনচেতা
৭। অদম্য প্রাণ শক্তিতে ভরপুর
৮। কর্মে তৎপরতা ও নিষ্ঠা
৯। উদার ও সহিষ্ণু
১০। সর্ব বিষয়ে শেখার ও জানার অদম্য কৌতূহল। মোট কথা ডাঃ প্রকাশ মল্লিক ছকে বাঁধা হোমিওচিকিৎসকদের বাইরে। তাঁর সম্পর্কে শেক্সপিয়রের একটি উক্তি দিয়ে আমার শ্রদ্ধা নিবেদন করছি— "Not afraid of greatness, some born great, some achive greatness and some have greatness trust upon them."

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক-এর দুটি কবিতা

সুখ

সুখের আশায় দুঃখকে মেনে নিই
অন্ধকারে ডুবে যায়
সুখের আশায় আলোর দিকে ছুটে যায়
হতাশা আমাকে পীড়া দেয়
চিত্ত দুর্বল হয়ে বেঁচে থাকায়
আনন্দ মাটি হয়ে যায়
দুঃখ পেতে পেতে
নিজেকে হারিয়ে ফেলি
হঠাৎ একদিন অনুভব করি
দুঃখের ভিতর অনাবিল সুখ
বাঁচার আশ্বাস
সুখের মধ্যে দীর্ঘশ্বাস
বিষণ্ণ আমি ভেসে যায় আনন্দস্রোতে
জীবন তুমি বইতে দিও।
ক্লান্তি তুমি গ্রাস করো না
অবসাদ তুমি কষ্ট দিও না
পরাজয় তুমি হারিয়ে দিও না
ভালবাসা তুমি কাঁদিয়ে দিও না
চলা তুমি চলতে দিও
বলা তুমি বলতে দিও
কান্না তুমি হাসতে দিও
স্বপ্ন তুমি ভাসতে দিও

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক-এর কথামালা

রিংকী ব্যানার্জী
ন্যাচারোপ্যাথির ছাত্রী
ফোন ঃ ৮৩৭১০২৫৫০৫

"তুমি যদি এগোতে চাও, তবে তোমাকে থামাবার সাধ্য কারও নেই।"

যে মানুষ পড়তে জানে না, আর পড়তে জেনেও পড়ে না, তাদের মধ্যে কোন তফাৎ নেই।

আপনি যদি মানুষ হতে চান, তবে—
১। আপনাকে হতে হবে পবিত্র, ন্যায়পরায়ণ ও সৎ
২। দমন করতে হবে—মানসিক চাঞ্চল্য, কামনা এবং অভদ্র আচরণ।
৩। দান করতে হবে—নিরক্ষরকে সাক্ষরতা, দুঃখীকে সান্ত্বনা, যোগ্যকে উৎসাহ।
৪। দয়া করতে হবে—দারিদ্রকে অর্থ, পঙ্গুকে সহায়তা, রোগীকে সেবা
৫। ভালবাসতে হবে—জ্ঞানীকে, গুণবানকে এবং নির্দোষকে।
৬। ত্যাগ করতে হবে—অন্যায়, অভিমান ও অকৃতজ্ঞতা
৭। সমর্থন করতে হবে—কর্মদক্ষতা, কার্যকারিতা ও ক্ষিপ্রতা
৮। সঞ্চার করতে হবে মনের উদারতা, অপকট অভিপ্রায় ও আনন্দ

"গ্রহণ করো হোমিওপ্যাথি, মুক্তো হবে মানবজাতি"

"হোমিওপ্যাথি গরিবের আশ্রয়, ধনীর সাশ্রয়।"

"প্রতিভা বলে কোন জিনিস নেই, পরিশ্রম কর, সাধনা কর, প্রতিভা তৈরি হয়ে যাবে।"

"সুন্দর প্রভাতের জন্য রাত্রির প্রয়োজন।"

"কাজ কর, কর্ম করে জীবনকে জীবনকে অর্থবহ করে তোলো।"

সহজ হও, সরল হও, বিকশিত হও।

'রোগী আপন রোগ পর
হোমিওপ্যাথির উপর
কর নির্ভর—
ভালো থাকো জীবন ভর"

ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক -এর বই
(১) "স্বাস্থ্য ভাবনা ও হোমিওপ্যাথিক সমাধান"
(২) কী খাবো কেন খাবো?
(৩) সুসলারের বায়োকেমিক মেটিরিয়া মেডিকা
(বাংলা অনুবাদ)
মণ্ডল বুক এজেন্সী
১০, শ্যামাচরণ দে স্ট্রিট, কলকাতা-৭০০০৭৩
ফোন ঃ ৯৮৩১৩৫৮৫৯৮

বেশ কিছু রোগ ছড়ায় সেলুনের মাধ্যমে

ডাঃ নীলকমল বর্মন

আমরা যারা নিজেরা দাড়ি কামাতে পারি না অগত্যা নিয়মিতই সেলুনে যেতে হয়। যারা পারি তারাও সেলুনে যাই। চুল তো আর নিজে কাটা সম্ভব নয়। তাই সেলুন ছাড়া উপায় কই?

অথচ এই সেলুনই বেশ কিছু চর্মরোগ ও রক্তবাহী রোগের সংক্রামক স্থল। যেমন বার্বার ইচ বা ক্ষৌরকণ্ডু। নিশ্চিতভাবে এই রোগ সংক্রামিত হয় সেলুনে ব্যবহৃত ব্রাশ, ব্লেড ও ক্ষুরের মাধ্যমে। চর্মরোগ বেশিরভাগ ক্ষেত্রে ছোঁয়াচে। যদিও এখন সেলুন থেকে ক্ষুর প্রায় বিদায় নিয়েছে, সে জায়গায় ব্যবহার করা হচ্ছে ব্লেড। অনেকটা ডিসপোজেবেল নীতি মেনেই। তবু একই সেভিং ব্রাশ, টাওয়েল ব্যবহারেও রোগ সংক্রমণের সম্ভাবনা থেকেই যায়। বিশেষ ধরনের চুলকানি, সোরিয়াসিস, দাদ এভাবেই এক শরীর থেকে অন্য শরীরে প্রবেশ করে। তাছাড়া সময় অপচয় ও অর্থ অপচয় তো হয়ই।

এ তো গেল ছোঁয়াচে রোগের ব্যাপার। ছোঁয়াচে নয় অথচ রক্তের মাধ্যমে সংক্রামিত বা পরিবাহিত হতে পারে এমন অনেক রোগের মধ্যে 'এইডস' নিশ্চিতভাবেই একটি। যথেচ্ছ অবৈধ যৌন সঙ্গমের অপরাধ বা মধুচন্দ্রিমা সেলুনে সাধিত না হলেও পরিণতিকে কোনওভাববেই অস্বীকার করা যায় না।

আসল কথা হল, দূষিত পরিবেশেও নিজেকে যথেষ্ট সংযত রাখতে হবে এবং পরিবেশ ও স্বাস্থ্য সচেতন হয়ে চলতে হবে। কোন রোগ কীভাবে শরীরে চলে আসে বলা মুশলি। আক্রাত হলে যন্ত্রণা ও রোগভোগ অবধারিত।

বারোয়ারি বা বহুজন ব্যবহৃত প্রস্রাবখানা এড়িয়ে চলুন। সেলুনের চেয়ে বেশি দূষিত স্থান হল রাস্তাঘাটের প্রস্রাবখানা। দুরারোগ্য, সংক্রামক ব্যাধির প্রথম ও প্রধান মাধ্যম। সৌন্দর্যরক্ষায় সেলুন ও বিউটিপার্লার অপরিহার্য। তাই সেই সেলুন যে কোনও জীবনের আতঙ্ক না হয়ে ওঠে, সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।

পরিবেশকে অস্বাস্থ্যকর হতে দেবেন না। 'হাইজিন' মানুন। পার্সোনাল ও সোসিয়াল হাইজিনই পারে কমবেশি ছোটবড় সব ধরনের ব্যাধি থেকে আপাত নিরাপত্তা দিতে।

ডাঃ নীলকমল বমর্ন ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অব হোমিওপ্যাথির সহ সভাপতি, তিনি বেশ কিছু মূল্যবান গ্রন্থ রচনা করেছেন।

শ্বাসকষ্টে হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক এম.ডি (হোমিও)
সিনিয়ার সুপার স্পেশালিস্ট হোমিওপ্যাথ
সভাপতি ঃ ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথি
ফোন ঃ ৯৮৩০০২৩৪৮৭/৯৮৩০৫০২৫৪৩
Email : mallick2007@gmail.com
Webesite : www.drpmallick.in

মানবদেহে হাঁপানি শ্বাসতন্ত্রের ক্রনিক প্রদাহজনিত ও ক্ষুদ্র শ্বাসনালীর রোগ। এই ক্ষুদ্র শ্বাসনালীগুলো সর্বদা প্রদাহজনিত কারণে লাল এবং সংদেনশীল থাকে।

এই সংবেদনশীল ক্ষুদ্র শ্বাসনালীগুলো যদি ঠাণ্ডা, ভাইরাস জীবাণু অথবা হাঁপানি উদ্দীপক অন্য কোনও বস্তুর সংস্পর্শে আসে তখন সেগুলোতে প্রতিক্রিয়া জনিত সংকোচন ঘটে, ফলে শ্বাসনালী সংকীর্ণ হয়ে শ্বাস-প্রশ্বাসে বাধা সৃষ্টি হয় এবং রোগীর শ্বাসকষ্ট হয়।

শ্বাসকষ্টের কারণ: প্রচলিত চিকিৎসা মতে, অনেক সময় সুনির্দিষ্ট কারণ জানা যায় না। হোমিওপ্যাথি মতে, সোরা ও সাইকোসিস উপবিশ-এর প্রধান কারণ। যেমন কারও গনোরিয়া বা চর্ম রোগ ওয়েনমেন্ট দিয়ে বা বিসাদৃশ্য পন্থায় বিতাড়িত করার পরে এই রোগটি ফুসফুসে আক্রমণ করলে রোগের নাম হয় হাঁপানি, লিভারে আক্রমণ করলে এর নাম হয় লিভার সিরোসিস, কিডনিতে আক্রামণ করলে এর নাম হয় ফেরোসিস। হোমিওপ্যাথি মতে, গনোরিয়া বা চর্মরোগ ওয়েনমেন্ট দিয়ে বা বিসদৃশ্য পন্থায় বিতাড়িত করার কুফল বংশানুক্রমিক বিস্তার লাভ করে। এলার্জির কাররে হাঁপানি হতে পারে, ধুলো, বালি, ফুলের রেণু, পশুপাখির লোম, পালক, বিভিন্ন ধরনের খাদ্য যেমন, ইলিশ মাছ, গরুর মাংস, বেগুন, ডিম ইত্যাদিতে যদি কারও এলার্জি থাকে তবে এগুলোর সংস্পর্শে এলে বা খেলে হাঁপানি হতে পারে। কম্বল, কার্পেট, লোম দিয়ে তৈরি পোশাক অনেক সময় শ্বাসকষ্টের কারণ হতে পারে। বংশগত-যদি কারও বংশে হাঁপানির ইতিহাস থাকে তবে তারা হাঁপানি হতে পারে। শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ধূমপান করলে হাঁপানি হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।

শ্বাসকষ্টের লক্ষণ: হাঁপানি রোগের প্রধান লক্ষণ হল অল্পক্ষণ স্থায়ী শ্বাসকষ্ট। শ্বাস টেনে ভেতরে নেওয়ার চেয়ে নিঃশ্বাস ফেলবার সময় কষ্ট বেশি হয়। বুকের ভেতর চাপ অনুভূত হয়। রোগী শুয়ে থাকতে পারে না, বসে সামনের দিকে ঝুঁকে শ্বাস নেয়। শ্বাস কষ্ট যে কোও সময় হতে পারে। তবে রাতের দিকে বিশেষ করে শেষ রাতে বেশি হয়। শ্বাসকষ্ট কয়েক ঘণ্টা থেকে কয়েক দিন পর্যন্ত স্থায়ী হতে পারে। বুকের ভেতরে শোঁ শোঁ শব্দ শোনা যায়। স্টেথোস্কোপ বুকের উপর বসিয়ে সুস্পষ্টভাবে এই শব্দ শোনা যায়। তীব্র সংক্রামণ হলে স্টেথোস্কোপ ছাড়াই শোনা যায়। নিঃশ্বাসের সময় শব্দ বেশি হয়। ঘাড়ের দু'পাশে মাংসপেশি নিঃশ্বাসের সাথে ফুলে ফুলে উঠে। বুকের খাঁচার মাংসপেশিগুলো ভেতরের দিকে ঢুকে যায়।

যাদের দীর্ঘদিন ধরে এই রোগ থাকে তাদের বুকের খাঁচার আকৃতি অনেকটা ব্যারেলের মতো হয়ে যায়। অর্থাৎ দু'পাশ চাপা, গোলার হয়ে উঠে। কাশি থাকে এবং তার সাথে সাদা বা হলুদ থাকতে পারে।

প্রতিরোধ: রোগীর অভিজ্ঞতা অনুসারে যে যে কারণে (আবহাওয়া, বিশেষ খ্যাদ্য ও পানীয়, স্থান ও পরিবেশ ইত্যাদি) হাঁপানির টান বেড়ে যায় তা থেকে রোগীকে দূরে থাকতে হবে। ধূমপান এবং সব রকমের ধোয়া থেকে রোগীর দূরে থাকা প্রয়োজন। কম্বল, কার্পেট, লোমশ পোশাক, ঘর ঝাড়া, কুকুর, বিড়াল, খরগোস ইত্যাদির মাধ্যমে হাঁপানির সংক্রমণ ঘটতে পারে তাই এগুলো থেকে দূরে থাকতে হবে।প্রয়োজন হলে ভাল হোমিওপ্যাথি চিকিৎসকের সঙ্গে যোগাযোগ করা যেতে পারে। এতে রোগ আরোগ্যের সম্ভবনা বেড়ে যায়।

প্রথম পাতার পর.....

মাম্পস ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা

উল্লেখ করা হল।

একোনাইট --- প্রাথমিক অবস্থায় বিশেষতঃ ঠাণ্ডা, শুষ্ক শীতলবায়ু, থেকে পীড়া জন্মালে জ্বর, অস্থিরতা, ভয়, উৎকণ্ঠ, ঘর্মহীনতা, নিদ্রাহীনতা।

বেলেডোনা—ডান দিকের প্রদাহে উপযোগী, কর্ণমূল ফুলে খুব লাল হয়। দপদপকর বেদনা, প্রবল জ্বর চোখ মুখ লাল।

ক্যালকেরিয়া কার্ব—মোটা থলথলে শিশু ও বালক মাথা খুব ঘামে,হাম ও জ্বরের পর কর্ণমূল প্রদাহ।

কার্বো-এনিম্যালিস—যদি কর্মমূল ফুলে পাথরে মত শক্ত হয় তাহলে কাজ হয়।

মাকুরিয়াস---বেলেডোনার পরে প্রদাহিক অবস্থা কমে এসে এটির ব্যবহার করা হয়।

ল্যাকেসিস---বামদিক প্রথমে পরে ডানদিকে কিন্তু গরম পানীয়ে বৃদ্ধি নিদ্রাকালে বা নিদ্রান্তে বৃদ্ধি।

লাইকোপডিয়াম—প্রথমে ডানদিকে পরে বামদিকে গরম পানীয়ে উপশম, বিকালে বৃদ্ধি, পেটের ফাঁপা প্রভৃতি।

রাস টক্স—ডানদিকে আরাম, অস্থিরতা কর্ণমূল ফুলে লাল হয় ও যন্ত্রণা থাকে।

ফাইটোলাক্কা—গলা ফোলা, গলার মধ্যে শুষ্ক ও ক্ষত বোধ, গরম পানীয়ে বৃদ্ধি, গ্ল্যাণ্ড ফোলে এবং বেশ শক্ত হয়ে ওঠে।

এছাড়াও আরও অনেক ঔষধ আছে, লক্ষণ অনুযায়ী ব্যবহার করা যায়। তবে কখনই চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া ঔষধ খাওয়া উচিত নয়। চিকিৎসক তার অভিজ্ঞতার আলোকে ঔষধের শক্তি নির্বাচন করেন যা চিকিৎসা ক্ষেত্রে বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ।

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অব হোমিওপ্যাথির আন্তর্জাতিক সভাপতি। তিনি ক্যানসার, হাঁপানি চর্মরোগ সহ ৪৭টি গ্রন্থ রচনা করেছেন তিনি বহুজটিল রোগ সারিয়ে মিরাকেল ঘটনা ঘটিয়েছেন তাই তাকে ডাক্তার মিরাকেল বলা হয়।

হোমিওপ্যাথি প্রশিক্ষণ

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক

এম.ডি (হোমিও), ডি. আই হোম (লণ্ডন), এফ এফ হোম (নাইজেরিয়া)

একজন আর্ন্তজাতিক খ্যাতিসম্পন্ন হোমিও চিকিৎসক। তিনি একটি স্বকীয় ধারায় চিকিৎসা করেন যার নাম 'মল্লিক মেথড'। যদি এ বিষয়ে কোন হোমিওচিকিৎসক প্রশিক্ষণ নিতে চান, তবে নীচের ঠিকানায় যোগাযোগ করুন ঃ

ডাঃ পি মল্লিক

প্রযত্নে ঃ মল্লিক হোমিও হল

৮৮/১, দমদম রোড, দমদম কুইন, দ্বিতীয়তল,কলকাতা-৭০০ ০৩০

ফোন ঃ ৯৮৩০৫০২৫৪৩/৯৮৩০০২৩৪৮৭

Email: mallick2007@gmail.com, info@drpmallick.in, Webesite: www.drpmallick.in

ডয়েন ডায়গনস্টিক ও রিসার্চ ফাউন্ডেশন

৫৯, ভূপেন বোস এভিনিউ,
কোলকাতা-৭০০ ০০৪
দূরভাষ ঃ ২৫৫৫ ৮১৪৮/৯৮৩০১৪২০২৩

পরীক্ষাসমূহ ঃ এক্সরে আল্টাসোনোগ্রাফি ● ই-সি-জি ● ইকো কার্ডিওগ্রাফি ● কালার ডপ্লাব ● টি.এম.টি ● পিসিআর স্টাডি ● ফাস্ট প্লেক টিবি ডিটেকশন রেস্পিরেটরি ফাংশন টেস্ট ● প্যাথলজ্বি(সবরকম টেস্ট) ● হল্টার মনিটরিং ● দিনের দিন থাইরয়েড টেস্ট ● এলার্জি ক্লিনিক

বিঃদ্রঃ—বাড়ী থেকে রক্ত আনার এবং ই.সি.জি. করার জন্য উপরোক্ত ঠিকানায় যোগাযোগ করুন।

প্রথম পাতার পর.....

মাংসার্বুদ ও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা

প্রথম দিকে কোন যন্ত্রণা বা ব্যথা হয় না। কিন্তু পরবর্তী কালে বেদনা, জ্বালা, যন্ত্রণা হতে আরম্ভ করে। অতিরিক্ত শারীরিক অবসাদ, বংশগত ধাতুদোষ ও রোগ চাপা দেওয়ার ইতিহাস থেকে এই রোগ সৃষ্টির কারণ হিসাবে অনুমান করা হয়। সঠিক আহার, নিদ্রা ও সঠিক চিন্তা ভাবা মানুষকে সঠিকভাবে বেঁচে থাকতে সাহায্য করে।

সৌত্রিক অর্বুদ বা Fibroma নতুন সংযোগকে কোষকলা তন্তুর থেকে সৃষ্টি হয়।

এগুলিও কতকগুলি নরম ও শক্ত হয়, এগুলি ছোট থাকে। এগুলি সাধারণত চোখে, মাথায় ও মুখমণ্ডলে বেশি দেখা যায়। এগুলি সাধারণত ভীষণ আকার বা সাংঘাতিক হয় না।

মেদার্বুদ বা Lipoma বা tumour সাধারণত দুরকমের হয়। কতকগুলি দেহের উপর ছড়িয়ে থাকবে। আর কতকগুলি দেহের একটি সীমাবদ্ধ স্থানে থাকে। এগুলি ধুব ধীরে প্রকাশ পায়। টিপলে একেবারে নরম মনে হয়, কোন বেদনা ব্যাথা থাকে না। এগুলি জীবন সংসয় ও ঘটায় না। তবে অস্ত্রপ্রচার করলে কখনও কঠিন রূপ ধারন করতে দেখা গেছে এমন কি ক্যান্সার পর্যন্ত হতে পারে। এগুলি অস্ত্রোপ্রচার না করাই ভাল। সাধারণত পেটময়, হাতে ও পায়ের পেশীবহুল স্থানে প্রকাশ পায়।

হোমিওপ্যাথিতে এগুলি সুন্দর ভাবে আরোগ্য হতে দেখা গেছে, এবং খুব দ্রুত লয়ে যেগুলিকে এলোমেলো চিকিৎসা করা হয়েছে সেগুলি সারাতে যথেষ্ট বেগ পেতে হয়, তবে সবক্ষেত্রেই লক্ষণ অনুসারে ঔষধ রয়েছে এবং তা সঠিক প্রয়োগের উপর রোগ হয়।

আরোগ্য হয় যে সমস্ত ঔষধগুলি ব্যাবহার করে সুফল পাওয়া যায় সেগুলি হল, ক্যালকেরিয়াকার্ব হিপার-সালফার, কারসিনোসিন, সাইলেসিয়া, ক্যালকেরিয়া কার্ব প্রভৃতি। তবে কখনই চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া ঔষধ খাওয়া উচিত নয়।

হোমিওপাথি বই পড়লেই সফল হোমিও চিকিৎসক হওয়া যাবে না—ডাঃ প্রকাশ মল্লিক

পরিমল কুণ্ডু

ফোন ঃ ৯৮৩১৮৫৫৫৩৮

সম্প্রতি সাঁইথিয়ার বিবেকানন্দ হোমিওপ্যাথি মেডিক্যাল কলেজে ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অব হোমিওপ্যাথির আর্ন্তজাতিক সভাপতি ডাঃ প্রকাশ মল্লিক বলেন হোমিওপ্যাথি বই পড়লেই সফল হোমিওচিকিৎক হওয়া যাবে না। চিকিৎসা মানে হল জীবন রক্ষা। তাই জীবনকে জানার সমস্ত বিষয় অর্থনীতি থেকে মনোবিদ্যা সবই জানতে হবে। হোমিওপ্যাথির জনক ডাঃ হ্যানিম্যান বলেছিলেন মন থেকে রোগ শুরু হয় তাই মন কে অনুভব করতে হবে। আর মনকে যতটা না বোঝার তাঁর থেকে গুরুত্বপূর্ণ অনুভব করা। তিনি আরও বলেন হোমিওপ্যাথির চিকিৎসার বিরোধিতা থাকা সত্ত্বেও জনসাধরণ মানুষ হোমিওপ্যাথি নিয়ে উপকার পায় তাই তারা আজও হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা গ্রহণ করে। আমাকে ১৫০০ টাকা ফি দিয়ে চিকিৎসা করান। যদিও আজও হোমিওপ্যাথি নিয়ে মানুষের নানা অজ্ঞতা আছে তাই মানুষের কাছে যেতে হবে সেমিনারের মাধ্যমে হোমিওমনস্কতা তৈরী করতে হবে। অপর দিকে বিনামূল্যে হোমিও চিকিৎসা করে মানুষের বিশ্বাস ফিরিয়ে আনতে হবে। প্রসঙ্গত উল্লেখ্য ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অব হোমিওপ্যাথি ডাঃ প্রকাশ মল্লিক-এর নেতৃত্বে প্রতি বছর গ্রামে-গঞ্জে ২৫ থেকে ৩০টি সেমিনার এবং বিনামূল্যে হোমিওপ্যাথিক সেমিনার করা হয়ে থাকে। ডাঃ মল্লিক-এর সাথে আছেন ডাঃ রাজেশ কুন্ডু, ডাঃ নীলকমল বর্মন, ডাঃ দিব্যেন্দু ধাড়া, ডাঃ ভোলানাথ মন্ডল, ডাঃ মনোতোষ মুখার্জী, পার্থ সারথি মল্লিক। সুশান্ত ভট্টাচার্য্য বাংলাদেশ ডাঃ কামারুল ইসলাম মনা, ডাঃ দিলওয়ার হোসেন, ডাঃ সৈদুল ইসলাম। মালশিয়াতে—ডাঃ এইচ চান। প্রভৃতি আগ্রহী ব্যাক্তিরা সেমিনার এবং বিনামূল্যে হোমিওচিকিৎসক শিবিরের জন্য যোগাযোগ করুন- পার্থ সারথি মল্লিক C/o মল্লিক হোমিও হল ৮৮/১, দমদম রোড, দমদম কুইন (দোতলা), কলকাতা-৩০, ফোন ঃ ৯৮৩০০২৩৪৮৭

মরতে না চাইলে হাঁচি কখনও আটকাবেন না

ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক

সভাপতিঃ ওয়ার্ল্ড ফেডারেশন অফ্ হোমিওপ্যাথি (ভারত)

সম্পাদকঃ প্রেসক্রিপশন পত্রিকা

ফোন ঃ ৯৮৩০৫০২৫৪৩

Email : mallick2007@gmail.com

একেবারেই ঠিক শুনেছেন, বাঁচা-মরার সঙ্গে বাস্তবিকই হাঁচির যে যোগ রয়েছে তা একাধিক গবেষণাতে প্রমাণিত হয়ে গেছে। আসলে হাঁচির সময় নাক বা মুখ বন্ধ করলে শরীরে বিভিন্ন অংশে এত মাত্রায় চাপ বৃদ্ধি পায় যে দেহের অন্দরে মারাত্মক ক্ষতি হওয়ার আশঙ্কা বৃদ্ধি পায়। এমনকি মস্তিষ্কে চোট লাগার কারণে হতে পারে মারাত্মক কিছুও। তাই ভুলেও হাঁচিকে আটকাবেন না যেন! আচ্ছা বলতে পারেন কখন আমাদের হাঁচি আসে? আসলে যখন আমাদের শরীর, পরিবেশে উপস্থিত ক্ষতিকর উপাদানের কারণে হওয়া সংক্রমণের হাত থেকে আমাদের বাঁচায়, তখনই সাধারণত হাঁচি আসে। তাই তো একথা বলতেই হয় যে হাঁচি একেবারেই এবার থেকে বারে বারে যখন নাক সুরসুরিয়ে হাঁচি আসবে, তখন জানবেন শরীর আপনাকে বাঁচানোর জন্য আপ্রাণ চেষ্টা চালিয়ে যাচ্ছে। তাই তো শরীরের এই ডিফেন্স মেকানিজমকে মাঝ পথে বাঁধা দিতে মানা করেন চিকিৎসকেরা। আমাদের শরীরে যখন নানাবিধ ক্ষতিকর ব্যাকটেরিয়া প্রবেশ করার চেষ্টা করে, তখন শরীরের বিশেষ একটা মেকানিজম অ্যাকটিভেট হয়ে গিয়ে হাঁচি শুরু হয়। হাঁচির চোটে সেই সব ক্ষতিকর উপাদানগুলি আমাদের শরীর থেকে প্রায় ১৬০ কিলোমিটার প্রতি ঘণ্টা স্পিডে বাইরে বেরিয়ে আসে। ফলে রোগভোগের আশঙ্কা কমে। এবার বুঝলেন তো সুস্থ থাকতে বারে বারে হাঁচি আসাটা কতটা জরুরি। সম্প্রতি এই বিষয়ের উপর হওয়া একটি গবেষণায় দেখা গেছে হাঁচির সময় প্রচণ্ড স্পিডে হাওয়া নাক এবং মুখ দিয়ে বাইরে বেরিয়ে আসতে চায়। সেই সময় এই এয়ার প্রেসারকে যদি আটকে দেওয়া হয়, তাহলে বায়ু প্রবাহ উল্টো পথ ধরে শরীরের অন্দরে প্রবেশ করে। ফলে গলা এবং ফুসফুসের উপর একেবারেই প্রথমেই মারাত্মক চাপ সৃষ্টি হয়। ফলে লাং এবং শরীরের এই অংশের ক্ষতি হওয়ার পাশাপাশি মস্তিষ্কেও চোট লাগার আশঙ্কা বৃদ্ধি পায়। তাই সাবধান! এখানেই শেষ নয়, বেশ কিছু কেস স্টাডিতে দেখা গেছে হাঁচি আসার সময় তা আটকে দিলে আমাদের শরীরের একাধিক অঙ্গ মারাত্মক ক্ষতিগ্রস্থ হতে পারে। এমনকি এই কারণে হতে পারে মৃত্যুও। আসলে হাঁচি আটকালে যে গতিতে বায়ু বাইরে বেরতে চাইছে, তা একই গতিতে শরীরে ভিতরে চলে গিয়ে কান, মস্তিষ্ক, ঘার, ডায়াফরাম প্রভৃতি অংশে মারাত্মক চাপ সৃষ্টি করে। ফলে ধীরে ধীরে শরীরের এই অংশগুলির কর্মক্ষমতা কমে যেতে শুরু। এখানেই শেষ নয়, হাঁচি আটকালে আরও নানাবিধ ক্ষতি হওয়ার আশঙ্কা থাকে। এই কদিন আগেই যেমন ৩৪ বছরের এক ব্যাক্তি অফিস মিটিংয়ের সময় আসা হাঁচি ভুলে আটকে ফেলেছিলেন। এমনটা করার কারণে গলায় এত চোট লেগেছিল যে কথা বলতেও সমস্যা হচ্ছিল। সেই সঙ্গে যন্ত্রণা তো ছিলই। এবার বুঝছেন তো আপাত দৃষ্টিতে হাঁচিকে কেউ তেমন একটা গুরুত্ব না দিলেও শরীরের ভালমন্দের সঙ্গে এর সরাসরি যোগ রয়েছে।

হাঁচি আটকানো ক্ষতিকারক কেন?

হাঁচির সময় প্রায় ১০০-১৬০ কিলোমিটার প্রতি ঘণ্টা গতিতে বায়ু নাকের ছিদ্র দিয়ে বাইরে বেরিয়ে আসে। তাই সে সময় যদি এই বায়ু প্রবাহকে জোর করে আটকানো হয়, তাহলে তা সম গতিতে শরীরের ভিতরে চলে যায় এবং একাধিক অঙ্গের ক্ষতি সাধন করে। যেমন ধরুন কানে যদি রে প্রভাব পরে তাহলে কানের পর্দা ফেটে যেতে পারে। ফলে কালা হয়ে যাওয়ার আশঙ্কা বৃদ্ধি পায়। এখানেই শেষ নয়, হাঁচি আটকালে শরীর ক্ষতিকর ব্যাকটেরিয়ার পরিমাণ বেড়ে যেতে শুরু করে। ফলে সংক্রমণের সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায়।

চোখ, ঘাড় এবং মস্তিষ্কের মারাত্মক ক্ষতি হয়

রাজধানী ট্রেনের যে গতিবেগ, সেই সমান স্পিডে বায়ু প্রবাহ যখন চোখ এসে ধাক্কা মারে তখন একাধিক নার্ভ ড্যামেজ হয়ে যায়। এই কারণে দৃষ্টিশক্তি কমে যাওয়া এবং অন্ধত্বেরও আশঙ্কা বৃদ্ধি পায়। আর যদি ঘারে এর প্রভাব পরে তাহলে মারাত্মক নেক ইনজুরি হতে পারে। এখানেই শেষ নয়, একাধিক নার্ভে গিয়ে আঁছড়ে পরলে অনেক ক্ষেত্রেই স্টোক এবং সেই কারণে মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে। তাই বাঁচতে চাইলে এবার থেকে হাঁচি এলে আর আটকাবেন না দয়া করে।

কেন আমরা হাঁচি আটকে থাকি?

সামাজিকতার কারণেই বেশিরভাগ মানুষ এমনটা করে থাকেন। লোক সমাজে থাকলে বত্রা মিটিংয়ে থাকাকালীন হাঁচি এলে অনেকেই মনে করেন সম্মান চলে যাবে, তাই সঙ্গে সঙ্গে পকেটে হাতটা চালান হয়ে যায় আর নাকের সামনে এসে যায় রুমাল। আশা করা যেতে পারে এবার থেকে নিশ্চয় আর এমনটা করবেন না। কারণ সামাজিক সম্মানের থেকে মনে হয় সুস্থভাবে বেঁচে থাকাটা বেশি গুরুত্বপূর্ণ, তাই না!

প্রজ্ঞাপন

পত্রিকার গ্রাহকদের জন্য

হোমিওপ্যাথি চিকিৎসার

বিশেষ সুযোগ

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক

এম.ডি (হোমিও) ডিআই.হোম (লণ্ডন) এফ এফ হোম (নাইজেরিয়া) ইন্টারন্যাশনাল ম্যান অব দ্যা ইয়ার (ইংল্যান্ড এবং আমেরিকা) মাস্টার অব হোমিওপ্যাথি এবং ধন্বন্তরী (বাংলাদেশ)।

ক্যান্সার, হাঁপানি, চর্মরোগ, স্ত্রীরোগ ও শিশুরোগ প্রভৃতি চিকিৎসার বইগুলির লেখক ডাঃ মল্লিক-এর বর্তমান ফিস্ ৩০০০ টাকা নীচের কুপনটি কেটে নিয়ে এলে মাত্র ১০০০ টাকায় রোগী দেখে দেবেন।

বিঃদ্রঃ-এম.পি., এম.এল.এ এবং কাউন্সিলারদের চিঠি আনলে গরিবদের ও সিনিয়ার সিটিজেনদেরও জন্য মাত্র ৫০০ টাকায় দেখে দেবেন।

ডাঃ প্রকাশ মল্লিক

মল্লিক হোমিও হল

৭৯, মহাত্মা গান্ধী রোড, কলেজস্ট্রীট কোলকাতা -৯

শাখাঃ ৮৮/১ দমদম রোড, দমদম ক্যুইন (দোতলায়) কলকাতা-৩০

ফোন ঃ ৯৮৩০০২৩৪৮৭/৯৮৩০৫০২৫৪৩

Email : mallick2007@gmail.com, info@drpmallick.in

Webesite : www.drpmallick.in

পূর্বে যোগাযোগ করে সাক্ষাৎ

সম্পাদক ঃ ডাঃ পার্থসারথি মল্লিক, এমিরেটাস এডিটর—ডাঃ প্রকাশ মল্লিক, ফোনঃ ৯৮৩০০২৩৪৮৭, সহ সম্পাদক— ডাঃ কুণাল ভট্টাচার্য্য, মুদ্রণে ঃ মুন ক্রিয়েশন ফোনঃ ৯১৬৩৮৬৪৪৯৬