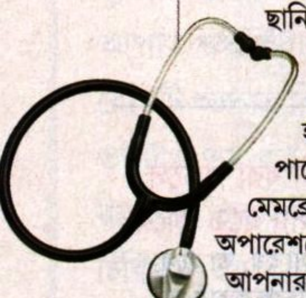
# সুস্থ থাকুন

চোখ, দাঁত, ত্বক এবং হার্টের নানারকম অসুখ নিয়ে প্রশ্নের উত্তর দিচ্ছেন বিশেষজ্ঞরা।

## চোখ

তিন বছর আগে আমার ছানি অপারেশন হয়েছে। তারপর থেকে এতদিন কোনও সমস্যা হয়নি। কিন্তু ইদানীং আবার ঝাপসা দেখছি। চোখে কি আবার ছানি পড়েছে?

*কৃষ্ণপদ দাস, বাঁকুড়া*



ছানি দ্বিতীয়বার পড়ে না। তবে অপারেশনের সময় যে মেমব্রেনের উপর লেন্স বসানো হয়, তাতে নতুন কোষ জন্মাতে পারে। সেক্ষেত্রে লেজ়ার দিয়ে এই মেমব্রেনটি সরিয়ে দেওয়া হয়। তাই অপারেশনের পরে কম দেখলে দেখতে হবে আপনার ক্যাপসুলার থিকেনিং, গ্লকোমা, রেটিনার ক্ষতি বা ম্যাকুলার ডিজেনারেশন হয়েছে কিনা।

আমার ১১ বছরের মেয়ের চোখে প্রায়ই ইনফেকশন হয়। চোখের পাতায় গোটা হয়। চোখ লাল হয়ে যায়। কী করা উচিত?

*সোমা চৌধুরি, সোদপুর*

মনে হচ্ছে আপনার মেয়ের আঞ্জনি হয়েছে। এটি অনেক সময় রিফ্র্যাক্টিভ এরর থেকে হতে পারে। তবে বারবার হলে দেখতে হবে বাচ্চার পাওয়ারের কোনও দোষ আছে কিনা। এছাড়া সঠিক হাইজিন মেনটেন করতে হবে।

পরামর্শ দিচ্ছেন:
ডা. অভিজিৎ সেন
৯৮৩০০৮৪৩২৫

## ত্বক

আমি আগে খুব মোটা ছিলাম, এখন অনেক ওজন কমিয়েছি। কিন্তু মুশকিল হল আমার হাতের উপরের দিকে, কোমরে ও উরুতে স্ট্রেচ মার্কস হয়েছে। এই দাগ মেলানোর কোনও উপায় আছে?

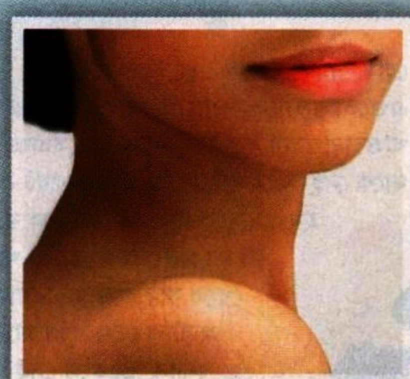
*হেমা বন্দ্যোপাধ্যায়, উত্তরপাড়া*

কোনও ওষুধের সাহায্যে স্ট্রেচ মার্কস ভ্যানিশ করা সম্ভব নয়। কার্বন ডাইঅক্সাইড লেজ়ার ট্রিটমেন্টের সাহায্যে স্ট্রেচ মার্কস-এর সমস্যার সমাধান সম্ভব। ডার্মারোলার ব্যবহার করেও ভাল ফল পাওয়া যায়।

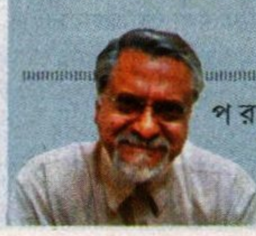
আগে আমার খুব ব্রণ হত। এখন ব্রণর সমস্যা না থাকলেও দুই গালে গর্ত আর দাগ হয়ে রয়েছে। কী করব?

*রুবিনা ঘোষ, শ্রীরামপুর*

মাইক্রোডার্মাব্রেশনের সাহায্যে ব্রণর

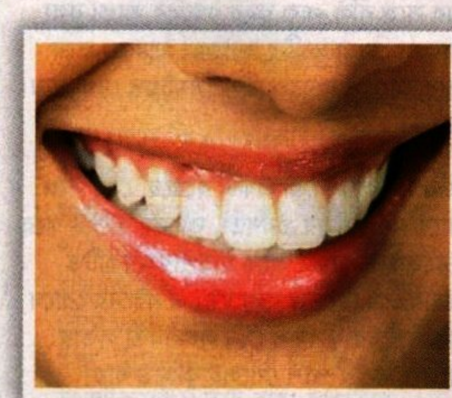


গর্ত অথবা কাটা দাগের চিহ্ন মুছে ফেলে ত্বক ঝকঝকে ও টানটান করে তোলা যায়। পাঞ্চগ্রাফ্ট সাবসিশন, ডার্মারোলার ইত্যাদি চিকিৎসার সাহায্যেও ভাল ফল পাওয়া যায়। তবে এই ধরনের চিকিৎসা করা উচিত ত্বক বিশেষজ্ঞের তত্ত্বাবধানে।



পরামর্শ দিচ্ছেন:
ডা. রথীন্দ্রনাথ দত্ত
৯১৫৩৩১৯৮৪২

## দাঁত



আমার মুখের ভিতরে একটা উঁচু ঢিপি মতো হয়েছে। সাদা দাগ বলে মনে হয়। কামড়ালে বেশ ব্যথা করে। কী হয়েছে ঠিক বুঝতে পারছি না।

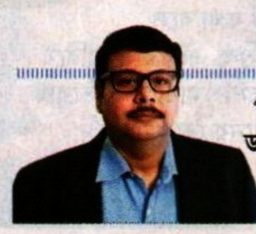
*পার্থ বন্দ্যোপাধ্যায়, সাঁতরাগাছি*

মুখের ভিতর যেখানেই সাদা দাগ হোক, এটি কিন্তু চিন্তার বিষয়। এটি লিউকোপ্লাকিয়া, ওরাল থ্রাশ বা অন্য কোনও লিশন হতে পারে। মুখে আলসার হলেও এ ধরনের সাদা দাগ হতে পারে।

আমার তিন বছরের ছেলের সামনের তিনটে দাঁত কালো হয়ে গেছে। ডাক্তার বলছেন রাতে শোওয়ার আগে দুধ খেলে এমন হতে পারে। এটি কি সত্যি?

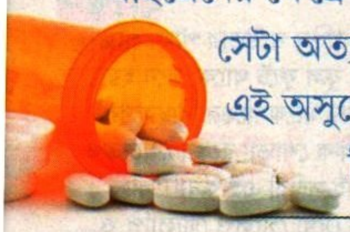
*রত্না সরকার, আহিরীটোলা*

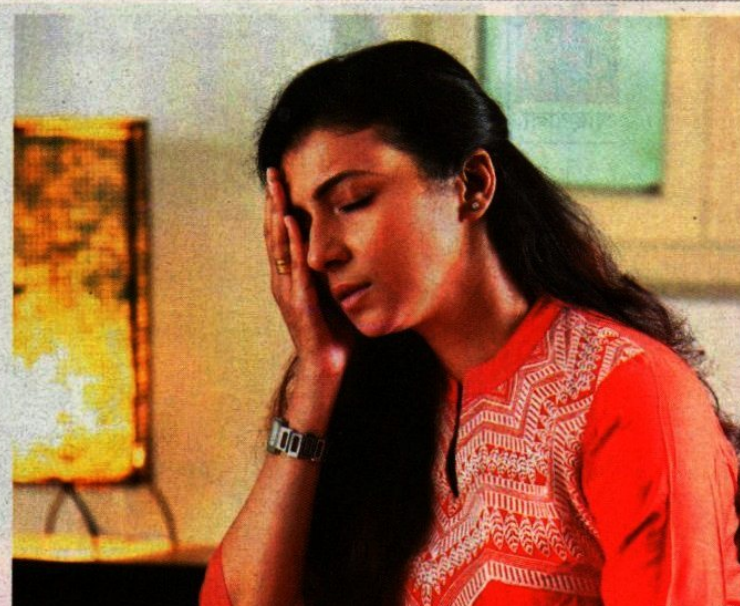
এই বয়সে দাঁত কালো হয়ে যাওয়া মানে ডেন্টাল ক্যারিজ়। রাতে শুতে যাওয়ার আগে দুধ খেলে এরকম হতে পারে, কারণ দুধের একটি পাতলা স্তর দাঁতের উপর রয়ে যায়। দুধ খাওয়ার পর মনে করে এক ঢোক জল খেয়ে নেওয়া উচিত।



পরামর্শ দিচ্ছেন:
ডা. জয়দীপ বন্দ্যোপাধ্যায়
৯৮৩০৩১৩৪৮২

মাইগ্রেনের ক্ষেত্রে কী ধরনের ওষুধ খাচ্ছেন সেটা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। মনে রাখবেন এই অসুখের ট্রিটমেন্ট করতে বেশ কিছুদিন সময় লাগতে পারে।





## অ ন্যা ন্য

আমার মেয়ের এপিলেপ্সি ধরা পড়েছে। বয়স ২১ বছর। আমার প্রশ্ন, এপিলেপ্সি কি সম্পূর্ণ সারে? এর জন্য কি সারাজীবনই ওষুধ খেয়ে যেতে হয়? আমার মেয়ে নর্মাল লাইফ লিড করতে পারবে তো?

*দেবলীনা সিংহ, নাকতলা*

এখনকার দিনে এপিলেপ্সি নিয়ে বেশি চিন্তা করার কোনও প্রয়োজন নেই। এখন প্রচুর ওষুধপত্র পাওয়া যায় যেগুলো এই অসুখের ক্ষেত্রে খুব ভাল কাজ করে। তবে মনে রাখতে হবে যে, কোনও ওষুধেই কিন্তু এপিলেপ্সি পুরোপুরি সারে না, নিয়ন্ত্রণ করা যায় মাত্র। তবে কিছু বিশেষ কেস বাদ দিলে, বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই ওষুধপত্র দিয়ে এপিলেপ্সি সঠিকভাবে নিয়ন্ত্রণ করা যায় এবং পেশেন্ট স্বাভাবিক জীবনযাপন করতে পারে।

আমার বয়স ৩১, অবিবাহিত। গত চার বছর ধরে আমি ভয়ানক মাথার যন্ত্রণায় কষ্ট পাচ্ছি। ব্যথার ওষুধ খেলেও যন্ত্রণা কমে না। অনেক ডাক্তার দেখিয়েছি কিন্তু কোনও লাভ হয়নি। শুনলাম নার্ভের সমস্যা থাকলে নাকি মাথাব্যথা সারে না। সঠিক পরামর্শ চাই।

*সোনালি ভট্টাচার্য, উত্তরপাড়া*

আপনার কথা শুনে হচ্ছে আপনার মাইগ্রেন হয়েছে। তবে আপনি এখনই একজন বিশেষজ্ঞ নিউরোলজিস্টের কাছে দেখিয়ে সঠিক ডায়াগনসিস করিয়ে নিন। আজকালকার দিনে মাইগ্রেনের খুব ভালভাবেই চিকিৎসা করা যায় কিন্তু কী ধরনের ওষুধ খাচ্ছেন সেটা গুরুত্বপূর্ণ। ট্রিটমেন্ট করতে বেশ কিছুদিন সময় লাগতে পারে। কিন্তু বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই এই রোগ সম্পূর্ণ সেরে যায়।

প রা ম র্শ দি চ্ছে ন:
**ডা. জয়ন্ত রায়,**
নিউরোমেডিসিন অ্যান্ড স্ট্রোক কনসালটেন্ট
৯৮৩৬২১০৯৯৩