ইকো নিউজলেটার ২০১১



ইকো ভবণ

১৯৯৯ সনে ইকোর কার্যক্রম শুরু করার আগে অনেক গর্ভবতী মা অকালে মৃত্যুবরণ করেছেন। যাদের প্রায় সকলকেই বাঁচানো সম্ভব ছিল উপযুক্ত চিকিৎসা দিয়ে। ইকোর গর্ভবতী মায়েদের সেবা কার্যক্রমের জন্য আজ মাতৃমৃত্যু অনেক কমেছে। অনুর্ধ পাঁচ বয়সের শিশুদের মৃত্যুর হারও কমেছে। এখলাসপুরের উচ্চ রক্তচাপ রোগীদের খুঁজে বের করে চিকিৎসা দেয়া হচ্ছে। সাথে সাথে বহুমূত্র রোগীদেরকেও চিকিৎসা দেয়া হচ্ছে। তামাকের ব্যবহার কমেছে প্রায় এক চতুর্থাংশ। বাতজ্বর ও বাতজ্বর জনিত হৃদরোগ এবং ষ্ট্রোকের সমস্ত রুগীদের রেজিষ্ট্রি তৈরি করা হয়েছে। ২০০১ সন থেকে পূর্ণাঙ্গ জন্ম-মৃত্যু নিবন্ধন চলছে। সমস্ত তথ্য উপাত্ত কম্পিউটারে রাখা হচ্ছে। এটি ডিজিটাল বাংলাদেশের একটি প্রকৃষ্ট উদাহরণ ।

ড. মোঃ মোস্তফা জামান
প্রতিষ্ঠাতা, ইকো

স্বাস্থ্য সচেতন আদর্শ গ্রাম

ড. জসিমউদ্দিন আহমদ

"স্বাস্থ্যই সুখের মূল" প্রবাদটি আদিকাল থেকেই প্রচলিত আছে আমাদের মাঝে। এই "সুখ" আবার আমাদের চলাফেরা, খাওয়া দাওয়া, প্রচলিত বিশ্বাস ও কুসংস্কারের কারনে অনেক দুরে চলে যায়। আমরা বিভিন্ন রোগ বালাইতে আক্রান্ত হয়ে পরি অসুখী। এই রোগ বালাই থেকে পরিত্রান পেতে হলে আমাদেরকে হতে হবে স্বাস্থ্য সচেতন। স্বাস্থ্য সচেতনতা মানে রোগের ঝুকি ও রোগ সমন্ধে জানা এবং রোগ থেকে বাচার উপায় অবলম্বন করা। স্বাস্থ্য সচেতনতা বৃদ্ধির উদ্দেশ্য হলো জনগণের মধ্যে স্বাস্থ্য সম্মত দৃষ্টিভঙ্গী ও অভ্যাস গড়ে তোলা যা স্বাস্থ্য উন্নয়নের জন্য আবশ্যক। সংক্রামক ও অসংক্রামক রোগে আক্রান্ত হওয়ার হার নিয়ন্ত্রন করার জন্য প্রয়োজন ব্যক্তি, পরিবার বা জনগোষ্ঠীর স্বাস্থ্যসম্মত দৃষ্টিভঙ্গী।

বাংলাদেশে স্বাস্থ্য সচেতনতা বৃদ্ধির জন্য সরকার বিভিন্ন পরিকল্পনা হাতে নিয়েছে। এই পরিকল্পনার প্রাথমিক ধাপ হিসাবে দেশের প্রতিটা বিভাগের একটি গ্রামকে "আদর্শ গ্রাম" হিসাবে প্রতিষ্টা করার জন্য একটি পাইলট প্রকল্প হাতে নিয়েছে। চট্টগ্রাম বিভাগ থেকে চাঁদপুর জেলার মতলব উত্তর উপজেলার হাসিমপুর গ্রামটি এই প্রকল্পে অর্ন্তভূক্ত হয়েছে। এখলাসপুর সেন্টার অফ হেলথ (ইকো), বাংলাদেশ সরকারের স্বাস্থ্য শিক্ষা বুরো ও বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার যৌথ উদ্দোগে গত বৎসর হাসিমপুর গ্রামে স্বাস্থ্য সচেতনতা বৃদ্ধির লক্ষ্যে ৩ মাসের একটি ক্ষুদ্র প্রকল্প হাতে নিয়েছিল। সেখানে আমরা প্রথমে একটি সার্ভে করি জনগণের স্বাস্থ্য সচেতনতা সমন্ধে কতটুকু ধারনা আছে তা জানার জন্য। পরবর্তীতে জনগণের মাঝে সচেতনতা বৃদ্ধির জন্য এলাকার জনপ্রতিনিধিসহ বিভিন্ন পেশার লোকজন নিয়ে বৈঠক করা হয়েছে। স্কুলের ছেলেমেয়েদেরকে ফ্লিপচাট, পোষ্টার ইত্যাদির মাধ্যমে হাতেকলমে প্রশিক্ষণ দেয়া হয়েছে। আমাদের স্বাস্থ্যকর্মীরা নিয়মিতভাবে উঠান বৈঠকের মাধ্যমে গ্রামের প্রতিটি লোককে বিভিন্ন বিষয়ের উপর পরামর্শ দেন। পরামর্শ দেয়ার সময় বিভিন্ন ধরনের লিফলেট, পোষ্টার ও ব্রোশিয়ার জনগণের মাঝে বিতরন করা হয়েছে।



উঠান বৈঠক

যে বিষয়গুলির উপর পরামর্শদান ও হাতেকলমে প্রশিক্ষন দেয়া হয়েছে সেগুলি হলো ঃ পরিস্কার পরিচ্ছন্ন থাকা, খাবার তৈরির আগে সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে নেওয়া, শিশুকে খাওয়ানোর আগে এবং পায়খানা থেকে আসার পর সাবান দিয়ে ভাল ভাবে হাত ধোয়া, খাওয়ার আগে ও পরে হাত সাবান দিয়ে ধুয়ে নেয়া এবং আঙ্গুলের নখ ছোট ও পরিস্কার রাখা, খাওয়ার পরে দাঁত পরিস্কার করা, ধূমপান অথবা তামাক পাতা চিবানো থেকে বিরত থাকা, পরিবারের সকল সদস্যদের জন্য এক বা একাধিক স্বাস্থ্য সম্মত পায়খানার ব্যবস্থা রাখা, টাটকা ও নিরাপদ খাবার খাওয়া, রান্নাঘর ও উঠান পরিস্কার রাখা ইত্যাদি। জীবনযাত্রার মান ও অভ্যাস পরিবর্তনের এই প্রশিক্ষনের ধারাকে চলমান অবস্থায় ধরে রাখার জন্য সেন্টারের প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্যকর্মী ও এলাকার জনসাধারনকে নিয়ে একটি কমিটি গঠন করা হয়েছে। এ ব্যাপারে জনগণের মধ্যে ব্যাপক সাড়া পাওয়া গেছে এবং এর প্রতিফলন ঘটেছে তিন মাস পর নতুন করে নেওয়া সার্ভে ডাটাতে। স্বাস্থ্যসম্মত জীবন শৈলী এখন আগের চেয়ে অনেক বেশী দেখা যাচ্ছে।

সম্পাদনা
ড. জসিমউদ্দিন আহমদ
সহকারী সম্পাদনা
ফখরুল আলম ফারুক

এখলাসপুর সেন্টার অফ হেলথ (ইকো)
এখলাসপুর, মতলব উত্তর, চাঁদপুর ৩৬৪১
E-mail: ecohchandpur@yahoo.com
Web site : http://www.geocities.ws/ecoh1999bd

ECOH Activities 2011



উঠান বৈঠক



স্বাস্থ্য শিক্ষা সভা



অপিনিয়ন লিডারদের স্বাস্থ্য শিক্ষা দেয়া হচ্ছে



ভিডিওর মাধ্যমে স্বাস্থ্য শিক্ষা দেয়া হচ্ছে

Activities		Number
Out-patient treatment	New	582
	Old	363
	Total	945
Pregnant women's checkup	New	68
	Old	52
	Total	120
Nebulizer		33
Advocacy meeting		20
Blood prcssure clinic	New	25
	Old	111
	Total	136
Diagnostic test	Xray	14
	Urine	150
	Blood	320
	Total	484
Birth and death registry	Brith	69
	Death	29
Yard meeting		30

ইহা ছাড়াও ইকো বেশ কয়েকটি গুরুত্বপূর্ণ সার্ভে সম্পন্ন করেছে। ইকোর তামাক নিয়ন্ত্রণ কার্যক্রম জাতীয় ও আন্তর্জাতিকভাবে সমাদ্রিত হয়েছে। হাসিমপুর গ্রামে "হেলথ প্রমোশন মডেল ভিলেজ" কার্যক্রম বাস্তবায়ন করা হয়েছে। ইহা স্বাস্থ্য শিক্ষা বুরো এবং বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থায় সহযোগীতায় করা হয়েছে। হাসিমপুর গ্রামের সকল খানায় (২৬১) হাত ধোয়া লবন ও তামাকের উপর প্রচারণা চালনা হয়। হাত ধোয়ার কৌশল হাতে কলমে দেখানো হয়। ইহাতে ইতিমধ্যেই কিছু সংক্রামস ব্যাধির প্রকোপ কমে এসেছে। পাতে লবণ খাওয়া ও তামাকের ব্যবহার কিছুটা কমেছে বলে জরীপে দেখা যায়।

Financial Statement of ECOH 2011

Description	Taka
A.Balance forward	**18,805**
B.Income	
1. Consultation fee	40,470
2. Laboratory charges	50,740
4. Loan received	90,000
5. Donation	583,246
6. Project grant	10,0000
7. Bank interest	1,758
8. Miscelleneous	2,960
Total income	**869,174**
C.BF plus total income	**887,979**
D.Expenditure	
1. Sallary and allowance	193,288
2. Office stationeray	4,311
3. Equipments	417,000
4. Reagent and laboratory accessories	6,617
5. Furniture	10,993
6. Land development	1,870
7. Loan payment	90,000
8. Conveyance /travel	3,600
9. Computer and accessories	9,210
10. Electricity/gas bill	4,876
11. Telephone bill	1,250
12. Refreshment	9,014
13. Builing and construction	72,933
14. Campaign/advocacy meeting	2,949
15. Medicine	5,281
16. Bank charges	1,676
17. Miscellenous	7,649
Total	**842,517**
E.Balance (C-D)	**45,462**

President Secretary General Treasurer Auditor

Donation Received 2011

Donor Name	Taka
Mrs. Shahnaj Kamal	500,000
Late Amzad Ali Master's family members	31,000
Dr. M Mostafa Zaman	30,966
Late. K.S. Millat	11,280
Dr. Kawsar Parvin	10,000
Total	**583,246**

স্বেচ্ছাসেবী চিকিৎসকগণ



প্রথম শুক্রবার

ড. মোঃ মোস্তফা জামান
এমবিবিএস, এমপিএইচ, পিএইচডি



প্রথম শুক্রবার

ডাঃ কাওসার পারভীন
এমবিবিএস, সি ইকো (জাপান), পিজিটি (মানসিক স্বাস্থ্য)



দ্বিতীয় শুক্রবার

ডাঃ সরকার মোঃ নোমান
এমবিবিএস, এমপিএইচ



তৃতীয় শুক্রবার

ড. জসিমউদ্দিন আহমেদ
এমডি, এমসিপিএস, পিএইচডি



চতুর্থ শুক্রবার

ডাঃ মোঃ সাদেকুল ইসলাম
এমডি, সিআলট্রা, পিজটি (সার্জারী)



পঞ্চম শুক্রবার

ড. সোহেল রেজা চৌধুরী
এমবিবিএস, এম মেড সাইন্স, পিএইচডি

এখলাসপুর আমার অহংকার

ড. মোঃ মোস্তফা জামান

ছেলেবেলায় অনেকটা সময় কাটিয়েছি মাথাভাঙ্গায়। তখনো স্কুলে যাওয়া শুরু করিনি। বড় ভাইকে দেখেছি এখলাসপুর হাই স্কুলের হোস্টেলে থেকে লেখাপড়া করতে। আমার মেঝো ভাইয়ের স্কুলে যাওয়ার আগ্রহ ছিল কম। মার্বেল খেলা আর ঘুঁড়ি উড়ানোই তার বেশি ভাল লাগতো। দেখাদেখি আমারো। স্কুল শিক্ষক বাবা (যিনি হামজা মাষ্টার নামে সমধিক পরিচিত) ছেলেদের বখে যাওয়া বন্ধ করতে নিজ পিতার গ্রাম এখলাসপুরে ফেরৎ আসেন।

বড়দেরকে খুবই অহংকার করতে দেখেছি এখলাসপুরকে নিয়ে। তখনো বুঝিনি কেন তাদের এত অহংকার এমন কি আছে এই গ্রামে? ছোটবেলায় শুনেছি ফুটবল খেলায় খুব ভাল এখানকার ছেলেরা। একবার দেখেছি ফুটবল খেলে বড় ভাইরা অন্য গ্রাম থেকে একটি শিল্ড নিয়ে এসেছেন। তখনো বুঝার মতো বুদ্ধি হয়নি কোথা থেকে এবং কেন এই শিল্ড। বড়দের সাথে আমিও মিছিলে যোগ দিয়ে শ্লোগান দিয়েছি। কেউ কেউ শিল্ডের গায়ে টাকা পড়িয়ে দিচ্ছে দেখে অবাক হয়েছি। ফুটবল নিয়ে আমাদের অহংকারের শেষ নেই। নিজের জন্মস্থান বলে কথা।

জন্মস্থানের কথায় ফিরে আসি। মায়ের কাছে শুনেছি এখলাসপুরেই আমার জন্ম। পরে মাথাভাঙ্গায় স্বল্পকালীন অভিবাসী হয়েছি। একথা জানার পর থেকে আমারো এখলাসপুর নিয়ে গর্বের অন্ত নেই। কিন্তু এমন কি আছে এ গ্রামে, যা অন্য গ্রামে নেই ? এ প্রশ্নের উত্তর খোঁজার দরকার কী? সবদিক থেকে সেরা আমার গ্রাম। এটাই শেষ কথা। শুনেছি এ গ্রামের লোকেরা অনেক শিক্ষিত। কিন্তু সেটা কি অন্য গ্রাম থেকে বেশি ? এরকম প্রশ্ন কেবল দুর্জনেরাই করে। গননা করে তুলনার কী দরকার, এমনিতেই তো বুঝা যায়। এখানকার অশিক্ষিতরাও নাকি অন্য এলাকার শিক্ষিতদের থেকে শ্রেয়। এত সব অহমিকার মূলে আছে এখলাসপুর উচ্চ বিদ্যালয়।

আমার অতি সৌভাগ্য যে আমাদের বাড়ী স্কুলের একেবারে কাছে। দূর দূর থেকে যারা স্কুলে আসতো তাদের অনেক কষ্ট হতো স্কুলে আসতে। বছরে কয়েক মাস পুরো মতলব থানা পানির নিচে থাকতো। ছেলেদেরকে স্কুলে যাতায়াত করতে হতো নৌকা বেয়ে। মতলব এলাকা তখন অতি অনুন্নত। স্কুলে প্রায় সকলেই খালি পায়ে আসতো। একটির বেশি দুটা জামা যাদের ছিল তারা ছিল খুউব ভাগ্যবান। এলাকায় কেউ রেডিও নিয়ে আসলে আমরা তার পিছনে দৌড়াতাম। রেডিও শোনার জন্য উঠানে দলবেধে গোল হয়ে বসতাম। টেলিভিশন কাকে বলে জানতাম না। কদাচিৎ কেউ সাইকেল নিয়ে আসলে সাইকেলের পিছনে দৌড়াদৌড়ি পড়ে যেতো। বিদ্যুতের কথা নাইবা বললাম।

বর্তমানের ছেলে মেয়েদের কাছে এসব গল্প মনে হতে পারে। এখন অবস্থার অনেক পরিবর্তন হয়েছে। ছেলে মেয়েরা সুশোভন জামা কাপড় পড়ে। প্রায় সকলেই পায়ে জুতা-সেন্ডেল পরে স্কুলে আসে। সকলের চেহারায় আলোর ছটা। তাদের চোখে আমাদের আগামী দিনগুলো দেখতে পাই। নিজেকে ভাগ্যবান মনে হয় এ ভেবে যে এক জনমে এত বড় পরিবর্তন দেখতে পেলাম।

নবম শ্রেনীতে পড়ার সময় হঠাৎ জ্বরে আক্রান্ত হই। এমন পচাঁ জ্বর যে কিছুতেই ভাল হচ্ছিল না। মোবারক ডাক্তার ছিলেন আমার চিকিৎসক। প্রথমে টাইফয়েড ভেবে চিকিৎসা দিলেন। কাজ হলো না। পরে কাপুনী দিয়ে জ্বর আসতে থাকায় ম্যালেরিয়ার ঔষধও শুরু করলেন। মাসখানেক এভাবে কাটল। প্রথম সাময়িক পরীক্ষা দিতে পারলাম না। পাশ করা কোন ডাক্তারের চেহারা দেখার সৌভাগ্য হলো না। ভাগ্যক্রমে বেঁচে গেলাম। ডাক্তার হওয়ার স্বপ্ন দেখতে শুরু করলাম। ১৯৭৫ সনে এসএসসি পাশ করি প্রথম বিভাগে। পূরো মতলব থানা থেকে দু'জন প্রথম বিভাগ পেয়েছিলাম। অন্যজন লুদুয়া হাই স্কুল থেকে। ঢাকা কলেজ থেকে প্রথম বিভাগে এইচএসসি পাশ করি ১৯৭৭ সনে। চট্টগ্রাম মেডিকেল কলেজ থেকে ডাক্তারী পাশ করলাম ১৯৮৩ সনে। স্বপ্নের প্রাথমিক ধাপ পূরন হলো । দ্বিতীয় ধাপ পূরন হলো ১৯৯৮ সনে জাপান থেকে ডক্টরেট করার পর।



ইকোর এক্সরে মেশিন

জাপানী বন্ধু মিসাও ইয়ানোর সহযোগিতায় এখলাসপুর সেন্টার অফ হেলথ (ইকো) প্রতিষ্ঠা করলাম ১৯৯৯ সালে। একতলা দালান তৈরী হলো জাপানিদের সহযোগিতায়। উপরের দ্বিতীয় এবং তৃতীয় তলা নিজেদের চেষ্টায় তৈরী করে ফেলি এবং পর্যাক্রমে কার্যক্রম বৃদ্ধি করি। পরবর্তী ইতিহাস সকলের জানা।

সৌজন্যে ঃ ফখরুল আলম ফারুক, স্বত্বাধিকারী পালমিক প্রিন্টার্স ফোন ঃ ৭১৯৪২৮৭, ০১৮১৯২১৭৯০৩