যাত্রা হলো শুরু

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠান

১০ জানুয়ারি ২০১৫ শনিবার
সকাল ৯.০০টা

স্থান : বৈশাখী মেলা মাঠ, দয়াময়ী মোড়, জামালপুর

জামালপুর মেডিকেল কলেজ
জামালপুর।

CamScanner

জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫ শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বৈশাখী মেলা মাঠ, দয়াময়ী মোড়, জামালপুর।

সার্বিক তত্ত্বাবধানে ও সম্পাদনায় : **অধ্যাপক ডাঃ এম.এ ওয়াকিল**
অধ্যক্ষ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ, জামালপুর।

সহযোগিতায় : **ডাঃ নেফিছা সুলতানা খানম**
সহকারী অধ্যাপক, বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ, জামালপুর।

ডাঃ লুৎফুন নাহার লিপি
প্রভাষক, এনাটমী বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

ডাঃ জেসমিন জাহান তুলি
প্রভাষক, বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

ডাঃ নওশীন রুবাইয়াৎ
প্রভাষক, ফিজিওলজী বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

ডাঃ মুহাম্মদ সাইফুল আমীন
প্রভাষক, এনাটমী বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

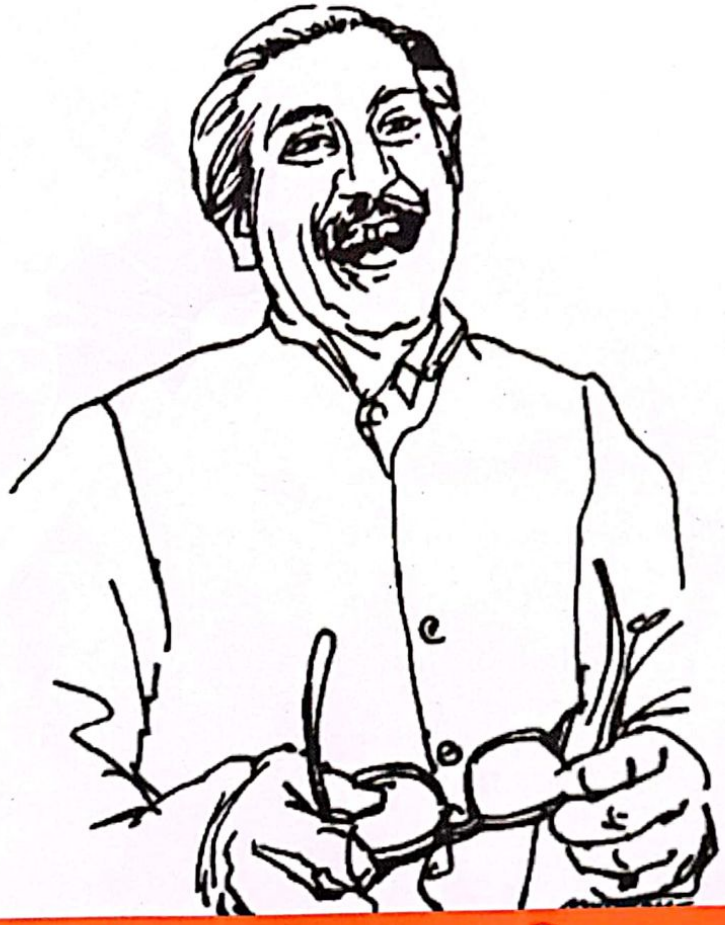
ডাঃ সূমায়রা সাফরিন
প্রভাষক, ফিজিওলজী বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

ডাঃ মুহাম্মদ মাহমুদুল হাসান
প্রভাষক, বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ, জামালপুর মেডিকেল কলেজ।

প্রিন্ট : **ইস্পাহানী ডিজিটাল প্রিন্টার্স**
পর্ণা প্লাজা, মেডিকেল রোড, জামালপুর। ০১৭১২-৭২০৭৮০

CamScanner

শ্রদ্ধাঞ্জলি



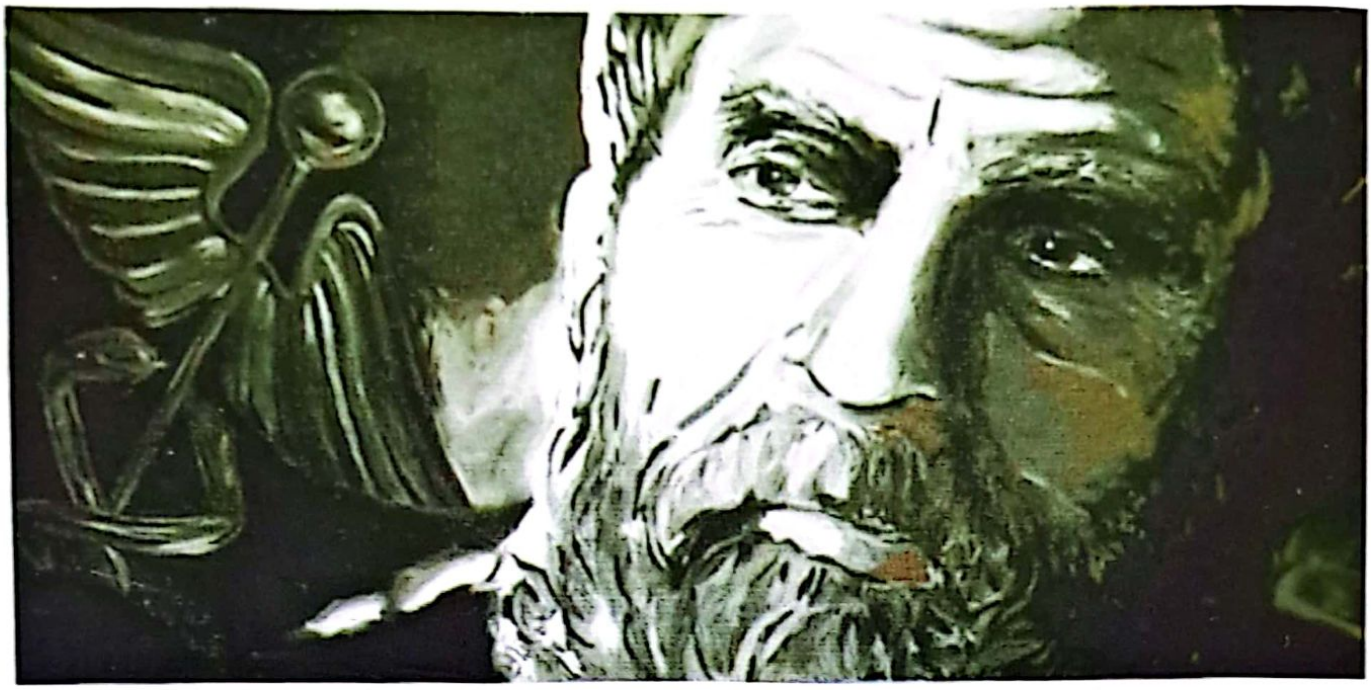
জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমান

"এক সময় এদেশের বুক হইতে, মানচিত্রের পৃষ্ঠা হইতে 'বাংলা' কথাটির সর্বশেষ চিহ্নটুকুও মুছিয়া ফেলার চেষ্টা করা হইয়াছে।....একমাত্র 'বঙ্গোপসাগর' ছাড়া আর কোন কিছুর নামের সাথে 'বাংলা' কথাটির অস্তিত্ব খুঁজিয়া পাওয়া যায় নাই।....জনগণের পক্ষ হইতে আমি ঘোষণা করিতেছি-আজ হইতে পাকিস্তানের পূর্বাঞ্চলীয় প্রদেশটির নাম 'পূর্ব পাকিস্তান' এর পরিবর্তে শুধুমাত্র 'বাংলাদেশ'"

৫ই ডিসেম্বর ১৯৬৯। হোসেন শহীদ সোহরাওয়ার্দীর মৃত্যুবার্ষিকী উপলক্ষে আওয়ামী লীগের আলোচনা সভায়

বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমান

CamScanner



The Declaration of Geneva, as currently published by the WMA reads:

At the time of being admitted as a member of the medical profession:

- I solemnly pledge to consecrate my life to the service of humanity;
- I will give to my teachers the respect and gratitude that is their due;
- I will practice my profession with conscience and dignity;
- The health of my patient will be my first consideration;
- I will respect the secrets that are confided in me, even after the patient has died;
- I will maintain by all the means in my power, the honour and the noble traditions of the medical profession;
- My colleagues will be my sisters and brothers;
- I will not permit considerations of age, disease or disability, creed, ethnic origin, gender, nationality, political affiliation, race, sexual orientation, social standing or any other factor to intervene between my duty and my patient;
- I will maintain the utmost respect for human life;
- I will not use my medical knowledge to violate human rights and civil liberties, even under threat;
- I make these promises solemnly, freely and upon my honour.

Adopted by the 2nd General Assembly of the World Medical Association, Geneva, Switzerland, September 1948
and amended by the 22nd World Medical Assembly, Sydney, Australia, August 1968
and the 35th World Medical Assembly, Venice, Italy, October 1983
and the 46th WMA General Assembly, Stockholm, Sweden, September 1994
and editorially revised by the 170th WMA Council Session, Divonne-les-Bains, France, May 2005
and the 173rd WMA Council Session, Divonne-les-Bains, France, May 2006

CamScanner

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মির্জা আজম, এম পি
প্রতিমন্ত্রী
বস্ত্র ও পাট মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

আগামী ১০ জানুয়ারী ২০১৫ ইং তারিখ জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্ব-দেশ প্রত্যাবর্তন দিবসে সদ্য প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের এমবিবিএস কোর্সের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের উদ্বোধনী অনুষ্ঠান হতে যাচ্ছে জেনে আমি অত্যন্ত আনন্দিত। ইতিমধ্যে জাতির জনক ও তাঁর পরিবারের ঘাতকদের বিচারের রায় কার্যকর হয়েছে এবং ১৯৭১ এর যুদ্ধাপরাধীদের বিচারের প্রক্রিয়া আইনের স্বাভাবিক গতিতে চলছে। দেশি বিদেশি সব চক্রান্তকে নস্যাৎ করে এই জঘন্য গণ হত্যার বিচার বাংলার পবিত্র মাটিতে সম্পন্ন হতে চলেছে। পাশাপাশি গণতন্ত্রের মানসকন্যা প্রধানমন্ত্রী শেখ হাসিনার যোগ্য নেতৃত্বে ইতিমধ্যেই বাংলাদেশ এশিয়ায় তথা সারাবিশ্বের দরবারে গণতন্ত্রকামী একটি সফল রাষ্ট্র হিসাবে সুপ্রতিষ্ঠিত হয়েছে।

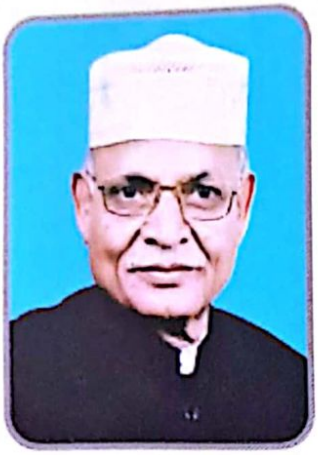
চিকিৎসা মানুষের অন্যতম মৌলিক চাহিদা। তাই স্বাস্থ্য পরিচর্যাকে তৃণমূল পর্যায়ে নিয়ে যাওয়ার স্বপ্ন দেখেছিলেন জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমান। আর তাঁরই স্বপ্নের সোনার বাংলাদেশে বর্তমান মাননীয় প্রধান মন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনা কমিউনিটি ক্লিনিক চালু করার মাধ্যমে জনগণের দোড়গোড়ায় স্বাস্থ্য সেবা পৌঁছে দেবার নিরলস প্রয়াস চালিয়ে যাচ্ছেন।

জনগণের চিকিৎসা সেবার পাশাপাশি চিকিৎসা শিক্ষার উন্নয়ন ও সম্প্রসারণে দক্ষ ও বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকদের ভূমিকা অপরিসীম। সেই লক্ষ্য সামনে রেখেই মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জামালপুর জেলাধীন ইসলামপুর উপজেলায় এক জন সভায় জামালপুরে একটি মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠার ঐতিহাসিক ঘোষণা দেন। প্রধান মন্ত্রীর প্রতিশ্রুতি মোতাবেক জামালপুরে একটি মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠিত হওয়ায় এবং কলেজটির প্রতিষ্ঠার ব্যাপারে প্রত্যেক পর্যায়ে নিজেকে জড়াতে পারায় গর্ববোধ করছি। কলেজটি প্রতিষ্ঠায় আরো যারা নিরলসভাবে পরিশ্রম করেছেন এবং সার্বিকভাবে সহায়তা করেছেন আমি তাদের সকলকে ধন্যবাদ জানাচ্ছি। সেই সাথে জামালপুর জেলার সকল শ্রেণী-পেশার মানুষের প্রতি কলেজটিকে একটি আধুনিক মর্যাদাশীল বাংলাদেশের অন্যতম শ্রেষ্ঠ মেডিকেল কলেজ রূপে গড়ে তোলার জন্য যার যার অবস্থান থেকে সার্বিক সহযোগিতা করার জন্য উদাত্ত আহবান জানাচ্ছি।

আমি জামালপুর মেডিকেল কলেজে ভর্তিকৃত ছাত্র/ছাত্রীদের ভবিষ্যৎ মঙ্গল কামনা করছি এবং এই মহতী অনুষ্ঠানের সর্বাঙ্গীন সফলতা কামনা করছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মির্জা আজম, এম পি



বাণী

মোঃ রেজাউল করিম (হীরা) এমপি

সাবেক ভূমিমন্ত্রী ও সভাপতি
ভূমি মন্ত্রণালয় সম্পর্কিত সংসদীয় স্থায়ী কমিটি।

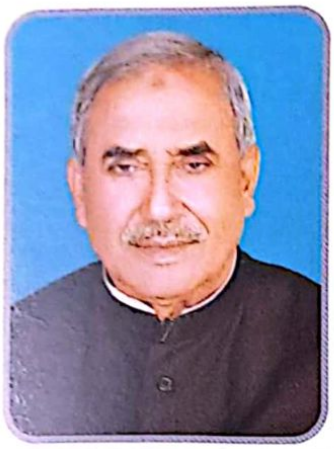
আগামী ১০ জানুয়ারী ২০১৫ইং তারিখ জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের ঐতিহাসিক স্বদেশ প্রত্যাবর্তন দিবসে জামালপুর মেডিকেল কলেজের প্রথম ব্যাচের এমবিবিএস কোর্সের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধন হতে যাচ্ছে জেনে আমি পরমানন্দিত। এর মাধ্যমে জামালপুরবাসীর দীর্ঘদিনের প্রাণের দাবী বাস্তবে রূপ নিল।

বঙ্গবন্ধুর সুযোগ্য কন্যা মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনা দেশের প্রান্তে প্রান্তে স্বাস্থ্য সেবা ছড়িয়ে দেবার যে উদ্যোগ নিয়েছেন, এ মেডিকেল কলেজ স্থাপন তারই ধারাবাহিকতা। আমার দৃঢ় বিশ্বাস জামালপুর বাসীর জীবন যাত্রার মান উন্নয়নে এবং সুস্বাস্থ্যের মৌলিক চাহিদা পুরণে এ মেডিকেল কলেজ বলিষ্ঠ ভূমিকা রাখবে। সদ্য প্রতিষ্ঠিত মেডিকেল কলেজটির সার্বিক উন্নয়নে এগিয়ে আসার জন্য আমি জামালপুর জেলার সর্বস্তরের জনগণের সহযোগিতা কামনা করি।

আমি ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠানের সর্বাত্মক সাফল্য কামনা করছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মোঃ রেজাউল করিম (হীরা)



জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মোঃ আবুল কালাম আজাদ, এম পি
সাবেক তথ্য মন্ত্রী ও সভাপতি
পরিকল্পনা মন্ত্রণালয় সম্পর্কিত সংসদীয় স্থায়ী কমিটি

জামালপুর জেলাবাসীর প্রাণের দাবী জামালপুর মেডিকেল কলেজ স্থাপিত হওয়ায় এবং আগামী ১০ জানুয়ারী' ২০১৫ইং জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্ব-দেশ প্রত্যাবর্তন দিবসে সদ্য প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধন হতে যাচ্ছে শুনে আমি অত্যন্ত আনন্দিত।

ডাক্তারী একটি মহান পেশা। জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমান যে সোনার বাংলার স্বপ্ন দেখেছিলেন, আমার দৃঢ় বিশ্বাস এ মেডিকেল কলেজের ছাত্র/ছাত্রীরা ডাক্তার হয়ে সেই স্বপ্নের পথেই এগিয়ে যাবে, দেশের কল্যাণে নিজেদের উৎসর্গ করবে এবং সর্বদা রোগে-শোকে কাতর মানুষের পাশে দাঁড়াবে।

আমি ঐতিহাসিক এই উদ্বোধনী অনুষ্ঠানের সর্বাঙ্গীন সফলতা কামনা করছি এবং সংশ্লিষ্ট সকলকে আন্তরিক মোবারকবাদ জানাচ্ছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মোঃ আবুল কালাম আজাদ

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মোঃ ফরিদুল হক খান দুলাল
সংসদ সদস্য, জামালপুর-০২
বাংলাদেশ জাতীয় সংসদ।

আগামী ১০ জানুয়ারী' ২০১৫ইং জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্ব-দেশ প্রত্যাবর্তন দিবসে সদ্য প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাস শুভ উদ্বোধন হতে যাচ্ছে শুনে আমি পরমানন্দিত। '৭৫-এর ঘাতকদের বিচারের রায় বাংলার মাটিতে বাস্তবায়িত হয়েছে। এর ঘাতক যুদ্ধাপরাধী জামাত-শিবির-রাজাকার ও তাদের দোসরদের বিচারও বাস্তবায়িত হয়েছে এবং হয়ে চলেছে। এসব সম্ভব হয়েছে বঙ্গবন্ধু কন্যা জননেত্রী শেখ হাসিনার সাহসী সিদ্ধান্ত ও দৃঢ় প্রত্যয়ের জন্য। শুধু তাই নয়, বর্তমান মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর বলিষ্ঠ নেতৃত্বে বাংলাদেশ বিশ্ব দরবারে একটি গনতন্ত্রীকামী সফল রাষ্ট্র হিসাবে সুপ্রতিষ্ঠিত হয়েছে এবং জাতীয় অর্থনীতির ভীত মজবুত হয়েছে।

মানুষের অন্যতম মৌলিক চাহিদা চিকিৎসা। এ জনপদের মানুষ অন্যান্য সেক্টরের ন্যায় চিকিৎসা সেবা পাবার দিক থেকেও পশ্চাৎপদ ছিল। আর সেটি অনুধাবন করতে পেরে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনা ইসলামপুর উপজেলায় এক জনসভায় জামালপুরে একটি মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠার ঐতিহাসিক ঘোষনা দেন। মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর প্রতিশ্রুতি বাস্তবে রূপ লাভ করায় জামালপুর বাসীর সাথে আমিও আনন্দিত। এ পশ্চাৎপদ জনপদের মানুষ এখন উন্নত প্রযুক্তির চিকিৎসা পাবে এটা আমার দৃঢ় বিশ্বাস।

আমি এই মহতি ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠানের সার্বিক সফলতা কামনা করছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মোঃ ফরিদুল হক খান দুলাল

CamScanner

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মাহ্‌জাবীন খালেদ মোশাররফ (বেবী)
মহিলা সংসদ সদস্য
সংরক্ষিত মহিলা আসন, জামালপুর
বাংলাদেশ জাতীয় সংসদ।

আগামী ১০ জানুয়ারী ২০১৫ইং তারিখ জাতির পিতা বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের ঐতিহাসিক স্বদেশ প্রত্যাবর্তন দিবসে জামালপুর মেডিকেল কলেজের প্রথম ব্যাচের এমবিবিএস কোর্সের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধন হতে যাচ্ছে জেনে আমি আনন্দিত। আমি আরও আনন্দিত হয়েছি এ উপলক্ষে "যাত্রা হলো শুরু" শীর্ষক স্মরণীকা প্রকাশিত হবে জানতে পেরে।

মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনার দিন বদলের অঙ্গীকার একবিংশ শতকের ডিজিটাল বাংলাদেশ গড়ে তোলার মূল মন্ত্র। এই মূল মন্ত্রই হচ্ছে উন্নয়নের পথে নিরন্তর এগিয়ে চলা। একুশ শতকের উপযোগী কাংখিত বাংলাদেশের জন্য প্রয়োজন সর্বস্তরে যোগ্য, দক্ষ এবং মেধা ও মননে পরিপূর্ণ আলোকিত পেশাজীবী। আমার দৃঢ় বিশ্বাস জামালপুর মেডিকেল কলেজ, জামালপুর এর প্রতিটি ছাত্র-ছাত্রী ডাক্তার হয়ে বের হয়ে তাদের মেধা ও প্রজ্ঞার মাধ্যমে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী ঘোষিত 'রূপকল্প-২০২১' বাস্তবায়নে উপযুক্ত ভুমিকা রাখবে।

আমি ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের শুভ উদ্বোধনী অনুষ্ঠানের সর্বাত্মক সাফল্য কামনা করছি।

জয় বাংলা, জয় বঙ্গবন্ধু
বাংলাদেশ চিরজীবী হোক।

মাহ্‌জাবীন খালেদ মোশাররফ (বেবী)

CamScanner

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মোঃ আবুল কালাম আজাদ
সিনিয়র সচিব
প্রধানমন্ত্রীর কার্যালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

সদ্য প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজে ভর্তিকৃত ১ম বর্ষ এমবিবিএস কোর্সের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের উদ্বোধনী অনুষ্ঠান আগামী ১০ জানুয়ারী, ২০১৫ তারিখে অনুষ্ঠিত হতে যাচ্ছে জেনে আমি আনন্দিত। বর্তমানে সরকার ক্ষমতায় আসার পর থেকে স্বাস্থ্য ব্যবস্থার আমূল পরিবর্তনের লক্ষ্যে কাজ করে চলেছে। জনগণের দোরগোড়ায় স্বাস্থ্য সেবা পৌছে দেবার লক্ষ্যে সরকার সারাদেশে ১৮ হাজার কমিউনিটি ক্লিনিক চালু করার উদ্যোগ গ্রহণ করেছে। ইতিমধ্যে ১২ হাজারের অধিক কমিউনিটি ক্লিনিক চালু হয়েছে এবং প্রত্যন্ত গ্রামঞ্চলের মানুষকে স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করে চলেছে। বর্তমানে মাননীয় প্রধানমন্ত্রীর একান্তই নিজস্ব ধারণায় সৃষ্ট কমিউনিটি ক্লিনিক আজ বিশ্বব্যাপি প্রশংসিত হচ্ছে এবং অনেক দেশ এটাকে মডেল হিসেবে গ্রহণ করার চিন্তা করছে। এ সরকারের আমলেই দশ হাজারের অধিক চিকিৎসক, তিন হাজারের অধিক নার্স, ৬,৩৯১ জন স্বাস্থ্য সহকারী, ১২,৭৪১ জন সিএসসিপি এবং ৩য় ও ৪র্থ শ্রেণির কর্মচারী সহ ৬৯ হাজার জনবল নিয়োগ দেয়া হয়েছে। এ সকল উদ্যোগে স্বাস্থ্য সেবার মত মৌলিক অধিকার পূরণে সরকারের দৃঢ় সংকল্পের কথাই স্মরণ করিয়ে দেয়।

চিকিৎসা শিক্ষায় উন্নয়ন ও সম্প্রসারণের লক্ষ্যে বর্তমান সরকারের আমলে বেশ কয়েকটি সরকারি মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠা করা হয়েছে। যার ধারাবাহিকতায় প্রতিষ্ঠিত হয়েছে জামালপুর মেডিকেল কলেজ। জামালপুর জেলার একজন অধিবাসী হিসেবে এই কলেজ প্রতিষ্ঠার বিভিন্ন স্তরে নিজেকে জড়িত করতে পেরে গর্ববোধ করছি। সদ্য প্রতিষ্ঠিত কলেজটি একটি পূর্ণাঙ্গ আধুনিক উন্নতমানের মেডিকেল কলেজে পরিণত না হওয়া পর্যন্ত আমাদের সকলকেই নিরলস প্রচেষ্টা চালিয়ে যেতে হবে। কলেজটির বিকাশে আসুন আমরা সবাই সহযোগিতার হাত বাড়াই। এই মহতি ওরিয়েন্টেশন অনুষ্ঠানের শুভ আয়োজন সফল ও সর্বাঙ্গীনভাবে সুন্দর হোক এই কামনা করছি।

মোঃ আবুল কালাম আজাদ

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মোঃ শাহাবুদ্দিন খান
জেলা প্রশাসক
জামালপুর।

উন্নত চিকিৎসা সেবা জনগণের দোরগোড়ায় পৌছানোর লক্ষ্যে নতুন প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজে ভর্তিকৃত ১ম ব্যাচের ১ম বর্ষ এমবিবিএস কোর্সের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের উদ্বোধনী অনুষ্ঠান আগামী ১০ জানুয়ারি ২০১৫ খ্রিঃ অনুষ্ঠিত হতে যাচ্ছে জেনে আমি আনন্দিত। স্বাস্থ্য সেবা প্রাপ্তি জনগণের সাংবিধানিক অধিকার। একটি সুখী সমৃদ্ধ দেশ গড়তে স্বাস্থ্যবান জনগোষ্ঠির বিকল্প নেই। সে লক্ষ্যকে সামনে রেখে বর্তমান সরকার আপামর জনগণের স্বাস্থ্য সেবার মানোন্নয়নে নিরলসভাবে বিভিন্ন প্রচেষ্টা অব্যাহত রেখেছে। বিগত কয়েক বছরে এ খাতে উল্লেখযোগ্য সাফল্য অর্জিত হয়েছে। অনুর্ধ্ব ৫ বছর বয়সী শিশু মৃত্যুর হার হ্রাস, সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচির প্রসার, মাতৃমৃত্যু হ্রাস, সংক্রামক ব্যাধি নিয়ন্ত্রণ, পরিবার পরিকল্পনা সামগ্রীর নিরবিচ্ছিন্ন সরবরাহ প্রভৃতি স্বাস্থ্য খাতে সফল ব্যবস্থাপনার চিত্র। সহস্রাব্দ উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা অর্জনে এ সকল কর্মপ্রচেষ্টা আন্তর্জাতিক পর্যায়ে প্রশংসিত হয়েছে এবং স্বীকৃতি লাভ করেছে।

চিকিৎসা শিক্ষার উন্নয়ন ও সম্প্রসারণের লক্ষ্যে বর্তমান সরকার সরকারি খাতে যে ৫টি মেডিকেল কলেজের অনুমোদন প্রদান করে, তার মধ্যে জামালপুর মেডিকেল কলেজ অন্যতম। মেডিকেল কলেজ স্থাপিত হওয়ায় জামালপুরসহ সীমান্তঘেষা ময়মনসিংহ, টাংগাইল, শেরপুর, বগুড়া, সিরাজগঞ্জ, গাইবান্ধা, কুড়িগ্রাম জেলার আপামর জনগণের নিকট চিকিৎসা সেবার সুযোগ সম্প্রসারিত হবে এবং সরকারি সেবা পরিধি বাড়বে। জনগণকে সেবা করার একটি উৎকৃষ্ট পথ হচ্ছে মেডিকেলে পড়াশুনা করা। মানবতার সেবায় একটি পবিত্র যাত্রায় ১ম ব্যাচের নবীন শিক্ষার্থীরা জামালপুর মেডিকেল কলেজে ভর্তি হওয়ায় তাদেরকে জেলা প্রশাসনের পক্ষ থেকে অভিনন্দন জানাচ্ছি। মনে রাখতে হবে, সদ্য প্রতিষ্ঠিত এ প্রতিষ্ঠান সকলের। এটিকে একটি পূর্ণাঙ্গ আধুনিক উন্নতমানের মেডিকেল কলেজে পরিণত করতে হলে আমাদের সকলকেই নিরলস প্রচেষ্টা চালিয়ে যেতে হবে। সকলের আন্তরিকতায় ও প্রচেষ্টায় জামালপুরবাসীর স্বপ্নের বাস্তবায়ন ঘটবে ইনশা'আল্লাহ।

এই মহতি ওরিয়েন্টেশন অনুষ্ঠানের সর্বাঙ্গীণ সফলতা কামনা করছি।

মোঃ শাহাবুদ্দিন খান

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

ডাঃ মোঃ হাফিজুর রহমান
সাবেক সিভিল সার্জন
জামালপুর

জামালপুর জেলায় একটি মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠার বিষয়টি ছিল এ জেলাবাসীর দীর্ঘ দিনের প্রানের দাবী। গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনা জেলাবাসীর দাবীর প্রতি শ্রদ্ধা জানিয়ে জামালপুর জেলায় মেডিকেল কলেজ স্থাপনের ঘোষনা দিয়েছেন, যার ফলশ্রুতিতে ২০১৪-২০১৫ শিক্ষাবর্ষে ছাত্র-ছাত্রী ভর্তি কার্যক্রম সম্পন্ন হয়েছে এবং অবকাঠামোগত অন্যান্য কার্যক্রমও এগিয়ে চলছে। মাননীয় জেলা প্রশাসক জনাব মোঃ শাহাবুদ্দিন খান সহ জামালপুর জেলার যে সকল রাজনৈতিক ব্যক্তিত্ব, সরকারী কর্মকর্তা ও সুধী সমাজ মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠার জন্য গুরুত্বপূর্ন অবদান রেখেছেন জামালপুর জেলা স্বাস্থ্য বিভাগের পক্ষ থেকে তাঁদের নিকট কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি।

জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্বদেশ প্রত্যাবর্তন দিবস উপলক্ষে মাননীয় প্রধানমন্ত্রী আগামী ১০ জানুয়ারী ২০১৫ খ্রিঃ নব প্রতিষ্ঠিত অন্যান্য মেডিকেল কলেজ সহ জামালপুর মেডিকেল কলেজের ছাত্র-ছাত্রীদের প্রথম বর্ষের ওরিয়েন্টেশন ক্লাস ভিডিও কনফারেন্সিং এর মাধ্যমে উদ্বোধন করার সিদ্ধান্ত নিয়েছেন এবং সে উদ্দেশ্যে একটি স্যুভেনীর প্রকাশের সিদ্ধান্ত নেয়া হয়েছে জেনে আমি খুবই আনন্দিত।

জামালপুর মেডিকেল কলেজ একদিকে যেমন দেশের চিকিৎসক সংকট পূরনে অবদান রাখবে অন্যদিকে অর্থনৈতিকভাবে পিছিয়ে থাকা জামালপুর জেলার দরিদ্র জনসাধারনের উন্নত চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত সহ আর্থসামাজিক উন্নয়নে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখবে বলে আমি বিশ্বাস করি।

আমি উক্ত উদ্বোধনী অনুষ্ঠান ও জামালপুর মেডিকেল কলেজের উত্তরোত্তর সাফল্য কামনা করছি।

ডাঃ মোঃ হাফিজুর রহমান

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

বাণী

মোঃ নজরুল ইসলাম
পুলিশ সুপার
জামালপুর ।

মানুষের জীবন-মৃত্যু, হাসি-কান্নার নাটকীয় উপাখ্যান নিয়ে কর্মমুখর যে জরুরী পেশাগুলো চিহ্নিত-মেডিকেল ব্যবস্থা সেগুলোর অন্যতম । মানবিক সেবা, হাত বাড়িয়ে দেয়া, কষ্ট ও যন্ত্রনা লাঘবে ২৪ ঘন্টা প্রয়াসী এই পেশাজীবীগণ । সময়-অসময় নেই । আছে ব্যাথাতুর মানুষের আবেগ, এমনকি পাগলামীও । মানুষের ত-বিত অনুভূতিগুলোকে জোড়া দিতে হয় -আপনার চেয়ে আপন করে । শ্বাসরুদ্ধ, ব্যথিত মুখগুলোতে হাসি ফোটাবার প্রানান্ত প্রয়াস চলে । সফল হলে প্রশান্তি আসে সবদিক থেকে । বিফলে অন্যের গ্লানির চেয়ে নিজের বুকেও কম বাজে না ব্যথাটা ।

প্রযুক্তি এবং বিত্তের বিকাশ মানুষের জীবনকে যেমন সহজ করছে- তেমনি কর্মহীন শরীরে রোগ প্রতিরোধের প্রাকৃতিক ক্ষমতাকে করেছে সংকুচিত । নানা জটিল ও কঠিন রোগে আক্রান্ত হচ্ছে মানুষ । তবে চিকিৎসা শাস্ত্রের বিকাশ এবং প্রযুক্তিগত সমর্থন সেই সীমাবদ্ধতাকে জয় করছে । বাংলাদেশে শিশু ও মাতৃ মৃত্যুর হার কমানো, ডায়রিয়ার মত অভিশাপকে পরাজিত করা, মানুষের গড় আয়ু বৃদ্ধি -আমাদের চিকিৎসকগনেরই অবদান ।

সেই সুচিকিৎসক গড়ার আরেকটি নতুন আঙ্গিনা জামালপুর জেলার এই মেডিকেল কলেজটি । বিশ্বাস করি প্রতিষ্ঠানটি আমাদের চিকিৎসা ব্যবস্থাকে আরো এক ধাপ এগিয়ে নেবে । নবীন শিক্ষার্থীগণ তাদের মেধা, সৃজনশীলতার সাথে জ্ঞান ও অভিজ্ঞতার সম্মেলন ঘটাবেন; বাংলাদেশসহ পৃথিবীর নানা প্রান্তের দুঃখ-কষ্ট পীড়িত মানুষের মুখে হাসি ফোটাবেন -সেই প্রত্যাশা করি । এই কলেজটি প্রতিষ্ঠা ও পরিচালনার জন্য উদ্যোক্তা, সরকারি প্রয়াস, শিক্ষক মন্ডলী, ছাত্র-ছাত্রী এবং সংশ্লিষ্ট সবাইকে জানাই আন্তরিক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন । প্রতিষ্ঠানটি সার্বিকভাবে সফলতা ও সুখ্যাতির সাথে টিকে থাক অনন্তকাল ।

মোঃ নজরুল ইসলাম

বাণী

ডাঃ মোঃ মোশায়ের-উল-ইসলাম
সিভিল সার্জন
জামালপুর

ব্রহ্মপুত্র যমুনা বিধৌত শস্য শ্যামলা জামালপুর জেলায় যুক্ত হয়েছে আরেকটি সোনালী পালক "জামালপুর মেডিকেল কলেজ"। ২০১৪-২০১৫ শিক্ষাবর্ষে ছাত্র-ছাত্রী ভর্তির মাধ্যমে জামালপুর মেডিকেল কলেজ বাস্তব রূপ লাভ করলেও গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের মাননীয় প্রধানমন্ত্রী বঙ্গবন্ধু কণ্যা জননেত্রী শেখ হাসিনা কর্তৃক উদ্বোধনের মাধ্যমে ১০ জানুয়ারী ২০১৫ আনুষ্ঠানিক ভাবে যাত্রা শুরু করতে যাচ্ছে। মেডিকেল কলেজ প্রতিষ্ঠার ক্ষেত্রে জামালপুর জেলার যে সকল রাজনৈতিক ব্যক্তিত্ব, সরকারী কর্মকর্তা ও সুধী সমাজ অগ্রণী ভূমিকা পালন করেছেন তাদেরকে জানাই আন্তরিক অভিনন্দন।

১০ জানুয়ারী জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানের স্বদেশ প্রত্যাবর্তন দিবস। জাতির জনকের প্রতি শ্রদ্ধা জানিয়ে আগামী ১০ জানুয়ারী ২০১৫ নব প্রতিষ্ঠিত মেডিকেল কলেজ সমূহের ছাত্র-ছাত্রীদের ক্লাশ শুরু করার সিদ্ধান্ত গৃহীত হয়। আমি অত্যন্ত আনন্দিত যে, মাননীয় প্রধানমন্ত্রী অন্যান্য মেডিকেল কলেজের ন্যায় জামালপুর মেডিকেল কলেজের ক্লাসও ভিডিও কনফারেন্সিং এর মাধ্যমে উদ্বোধন করবেন।

স্বাস্থ্য সেবা জনগনের দোরগোড়ায় পৌছে দেয়া বর্তমান সরকারের একটি অন্যতম লক্ষ্য। সে লক্ষ্য বাস্তবায়নের জন্য সরকার কমিউনিটি ক্লিনিক নির্মাণ, ৩১ শয্যা বিশিষ্ট উপজেলা হাসপাতাল সমূহকে ৫০ শয্যায় উন্নীতকরণ, পর্যাপ্ত পরিমানে চিকিৎসক নিয়োগ, শিশু স্বাস্থ্য সুরক্ষার জন্য নতুন নতুন টিকা সংযোজনসহ বিভিন্ন কার্যক্রম গ্রহণ করে চলেছে, যার ফলে শিশু মৃত্যু ও মাতৃ মৃত্যুর হার উল্লেখযোগ্য ভাবে হ্রাস পেয়েছে এবং মানুষের গড় আয়ু বৃদ্ধি পেয়েছে। জামালপুর মেডিকেল কলেজ মান সম্পন্ন চিকিৎসক তৈরীর মাধ্যমে একটি সুস্থ্য তথা কর্মক্ষম জাতি গঠনে বিশেষ ভুমিকা পালন করবে বলে মনে করি।

জামালপুর মেডিকেল কলেজ এগিয়ে যাক তার অভিষ্ঠ লক্ষ্যে। আমি জামালপুর মেডিকেল কলেজ সংক্রান্ত সকল কার্যক্রমের সফলতা কামনা করছি।

ডাঃ মোঃ মোশায়ের-উল-ইসলাম

মেডিসিন ও বক্ষব্যাধি বিশেষজ্ঞ
Dr. Mohamma

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের
উদ্বোধনী অনুষ্ঠান
১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

অধ্যক্ষের বক্তব্য

অধ্যাপক ডাঃ এম. এ.ওয়াকিল
অধ্যক্ষ
জামালপুর মেডিকেল কলেজ
জামালপুর।

মাননীয় প্রধান অতিথি, বিশেষ অতিথিবৃন্দ, রাজনৈতিক নেতৃবৃন্দ, আমন্ত্রিত অতিথিবৃন্দ, সাংবাদিকবৃন্দ, সুধীবৃন্দ ও গর্বিত অভিভাবকবৃন্দ -আসসালামু আলাইকুম। যাদের জন্য আজকের এই আয়োজন, সদ্য প্রতিষ্ঠিত জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে জামালপুরের ইতিহাসকে যারা সমৃদ্ধ করেছে- প্রাণপ্রিয় সেসব নবীন ছাত্র/ছাত্রীকে আমার আন্তরিক শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। আজকের এই ঐতিহাসিক দিনে আমি গভীর শ্রদ্ধার সঙ্গে স্মরণ করছি সর্বকালের সর্বশ্রেষ্ঠ বাঙালী, জাতির জনক বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিবুর রহমানকে, যিনি প্রথম প্রাথমিক স্বাস্থ্য পরিচর্যাকে তৃণমূল পর্যায়ে নিয়ে যাওয়ার স্বপ্ন দেখেছিলেন। যিনি তাঁর বিচক্ষণতা দিয়ে স্বাধীনতার পরপরই থানা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স চালু করেছিলেন। বঙ্গবন্ধুর সেই স্বপ্নের বাংলাদেশে তাঁরই সুযোগ্য কণ্যা বর্তমান মাননীয় প্রধানমন্ত্রী জননেত্রী শেখ হাসিনা দীর্ঘদিন পর ক্ষমতায় এসে সেই ধারা অব্যাহত রাখেন এবং যুগান্তকারী সব পদক্ষেপ গ্রহন করেন। যার ধারাবাহিকতায় কমিউনিটি ক্লিনিক চালু করার মাধ্যমে প্রত্যন্ত অঞ্চলের স্বাস্থ্য সেবা বঞ্চিত জনগনের দোরগোড়ায় স্বাস্থ্য সেবা পৌছে দেবার নিরলস প্রয়াস চালিয়ে যাচ্ছেন।

বর্তমান সরকার অনেক গুলো সরকারী এবং বেসরকারী মেডিকেল কলেজ স্থাপন করেছেন। জামালপুর জেলা, শেরপুর জেলা ও পাশ্ববর্তী জেলার জনগনকে উন্নত চিকিৎসা দেবার প্রয়াশে জামালপুরেও একটি মেডিকেল কলেজ স্থাপন করেছেন। সদ্য প্রতিষ্ঠিত এই মেডিকেল কলেজকে পুর্নাঙ্গ রূপে গড়ে তুলতে অনেক বাধা-বিপত্তি অতিক্রম করতে হবে। জামালপুর মেডিকেল কলেজকে বাংলাদেশের অন্যতম শ্রেষ্ঠ মেডিকেল কলেজ হিসাবে গড়ে তুলতে আমি জামালপুর জেলার সর্বস্তরের মানুষের আন্তরিক সহযোগিতা কামনা করছি।

জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের উদ্বোধনী অনুষ্ঠানকে স্মরণীয় করে রাখার প্রয়াসে "যাত্রা হলো শুরু" শীর্ষক স্মরণীকা প্রকাশ করেছি। মুল্যবান বাণী দিয়ে যারা স্মরনীকাটিকে সমৃদ্ধ করেছেন তাঁদের প্রতি শ্রদ্ধা ও কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি। স্মরনীকা প্রকাশে যারা সহযোগিতা করেছেন তাদেরকে আন্তরিক ধন্যবাদ জানাচ্ছি। আমি আমার সর্বশ্রম দিয়ে চেষ্টা করেছি একটি সুন্দর ও নির্ভুল স্মরনীকা প্রকাশের। তারপরও যদি কোন ভুল ভ্রান্তি ও অসংগতি থেকে থাকে তা ক্ষমা সুন্দর দৃষ্টিতে দেখার আশা করছি। আপনাদের আশানুরূপভাবে স্মরনীকাটি প্রকাশ করতে না পারার ব্যর্থতা একান্তই আমার।

সম্মানীত অতিথিবৃন্দ, রাজনৈতিক নেতৃবৃন্দ, সাংবাদিকবৃন্দ এবং সুধীবৃন্দসহ সকলকে জামালপুর মেডিকেল কলেজের ১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের এই মহতি উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে উপস্থিত হয়ে অনুষ্ঠানকে সাফল্যমন্ডিত করার জন্য অসংখ্য ধন্যবাদ ও কৃতজ্ঞতা জানিয়ে আমার বক্তব্য শেষ করছি।

খোদা হাফেজ

অধ্যাপক ডাঃ এম. এ. ওয়াকিল

শিক্ষক হিসেবে যোগদান করে জামালপুর মেডিকেল কলেজের ইতিহাসকে সমৃদ্ধ করলেন যারা

অধ্যাপক ডাঃ এম. এ.ওয়াকিল
অধ্যক্ষ ও বিভাগীয় প্রধান
ফিজিওলজী বিভাগ

ডাঃ নেফিছা সুলতানা খানম
সহকারী অধ্যাপক ও বিভাগীয় প্রধান
বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ

ডাঃ লুৎফুন নাহার লিপি
প্রভাষক
এনাটমী বিভাগ

ডাঃ মুহাম্মদ সাইফুল আমীন
প্রভাষক
এনাটমী বিভাগ

ডাঃ নওশীন রুবাইয়াৎ
প্রভাষক
ফিজিওলজী বিভাগ

ডাঃ সুমায়রা সাফরিন
প্রভাষক
ফিজিওলজী বিভাগ

ডাঃ জেসমিন জাহান তুলি
প্রভাষক
বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ

ডাঃ মুহাম্মদ মাহমুদুল হাসান
প্রভাষক
বায়োকেমিষ্ট্রি বিভাগ

জামালপুর মেডিকেল কলেজে প্রেষণে নিযুক্ত কর্মকর্তা-কর্মচারীবৃন্দ

ফরিদুল হক
সচিব

মোঃ আবু হান্নান
প্রধান সহকারী কাম হিসাব রক্ষক

মোঃ আব্দুর রেজ্জাক
অফিস সহকারী কাম কম্পিউটার অপারেটর

মোঃ রাজিবুল হাসান
অফিস সহায়ক

মোঃ আব্দুল আজিজ
গাড়িচালক

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

নুজহাত ফারিয়া
পিতা: মৃত- হাজী কবির উদ্দিন
মাতা: সেলিনা আক্তার
জেলা : মৌলভী বাজার

নাহিদা সুলতানা
পিতা: মোঃ নুরুজ্জামান
মাতা: শ্রেরিনা বেগম
জেলা : নীলফামারী

সাবরিনা তাবাস্‌সুম
পিতা: মোঃ মুজিবুর রহমান
মাতা: সালেহা মুজিব
জেলা : গাজীপুর

পিংগলা তাহিতি
পিতা: ইব্রাহিম আলমগীর
মাতা: সামছুন নাহার
জেলা : নওগাঁ

প্রিয়াংকা রানী মজুমদার
পিতা: লক্ষী নারায়ণ মজুমদার
মাতা: আরতি বানী বালা
জেলা : কুমিল্লা

মোছাঃ ফৌজিয়া ফারহানা
পিতা: মোঃ ফজলার রহমান
মাতা: আঞ্জুমনোয়ারা বেগম
জেলা : বগুড়া

দিগন্তময় সরকার
পিতা: কুমদ রঞ্জন সরকার
মাতা: দীপালি রানী সরকার
জেলা : বগুড়া

মারুফা সরকার
পিতা: মোঃ মাহবুব উল হক সরকার
মাতা: জেবুন নাহার
জেলা : নিলফামারী

উজ্জল কর্মকার
পিতা: শ্রী নন্দ কর্মকার
মাতা: নিয়তি রানী কর্মকার
জেলা : নেত্রকোনা

মোছাঃ আয়েশা সিদ্দিকা
পিতা: আশরাফ আলী
মাতা: আজিজা সুলতানা
জেলা : নিলফামারী

জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

নুজহাত ফারিয়া
পিতা: মৃত- হাজী কবির উদ্দিন
মাতা: সেলিনা আক্তার
জেলা : মৌলভী বাজার

নাহিদা সুলতানা
পিতা: মোঃ নুরুজ্জামান
মাতা: শ্রেরিনা বেগম
জেলা : নীলফামারী

সাবরিনা তাবাস্‌সুম
পিতা: মোঃ মুজিবুর রহমান
মাতা: সালেহা মুজিব
জেলা : গাজীপুর

পিংগলা তাহিতি
পিতা: ইব্রাহিম আলমগীর
মাতা: সামছুন নাহার
জেলা : নওগাঁ

প্রিয়াংকা রানী মজুমদার
পিতা: লক্ষী নারায়ণ মজুমদার
মাতা: আরতি বানী বালা
জেলা : কুমিল্লা

মোছাঃ ফৌজিয়া ফারহানা
পিতা: মোঃ ফজলার রহমান
মাতা: আঞ্জুমনোয়ারা বেগম
জেলা : বগুড়া

দিগন্তময় সরকার
পিতা: কুমদ রঞ্জন সরকার
মাতা: দীপালি রানী সরকার
জেলা : বগুড়া

মারুফা সরকার
পিতা: মোঃ মাহবুব উল হক সরকার
মাতা: জেবুন নাহার
জেলা : নিলফামারী

উজ্জল কর্মকার
পিতা: শ্রী নন্দ কর্মকার
মাতা: নিয়তি রানী কর্মকার
জেলা : নেত্রকোনা

মোছাঃ আয়েশা সিদ্দিকা
পিতা: আশরাফ আলী
মাতা: আজিজা সুলতানা
জেলা : নিলফামারী

জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

বদরুদ্দোজা
পিতা: আব্দুস ছালাম
মাতা: লুৎফন নাহার
জেলা : ময়মনসিংহ

মামুন পারভেজ
পিতা: মোঃ মিলন পারভেজ
মাতা: মাহমুদা পারভীন
জেলা : শেরপুর

তানজিনা আক্তার
পিতা: আব্দুল হাসিব
মাতা: সালমা বেগম
জেলা : সিলেট

মোঃ রতন আহমেদ
পিতা: মোঃ মকছেন আলী
মাতা: রোকেয়া বেগম
জেলা : কুড়িগ্রাম

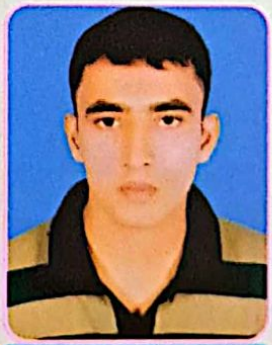
নাজমুর রহমান
পিতা: ছায়েদুর রহমান
মাতা: মাহতোলা
জেলা : নোয়াখালী

রাহেলা আক্তার মুক্তি
পিতা: মজিবুর রহমান
মাতা: কহিনুর আক্তার
জেলা : ব্রাহ্মণবাড়িয়া

হাবিবা ইয়াসমিন
পিতা: মোঃ আব্দুল হালিম
মাতা: গোলরায়হানা বেগম
জেলা : শেরপুর

মোঃ নিয়ামুল ইসলাম রিফাত
পিতা: মৃত নজরুল ইসলাম
মাতা: মনজুয়ারা বেগম
জেলা : কুমিল্লা

মোঃ আশরাফ হোসেন
পিতা: মোঃ আজিজুল হক
মাতা: জামেসা বেগম
জেলা : জামালপুর



গোলাম হোসেন
পিতা: জালাল উদ্দিন
মাতা: সাকেরা বেগম
জেলা : কিশোরগঞ্জ

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

মাহমুদা জামান
পিতা: সুরুজ্জামান
মাতা: মেরিনা জামান
জেলা : জামালপুর

মামুনুর রশিদ
পিতা: মোঃ আব্দুল কুদ্দুস
মাতা: মর্ত্য ভানু
জেলা : শেরপুর

মোঃ মাহবুবুর রহমান
পিতা: মোঃ রওশন আলী
মাতা: মোছা: বিলকিস বেগম
জেলা : নিলফামারী

মোঃ তানভীর দাউদ
পিতা: মোঃ আমির হামজা
মাতা: পপি হামজা
জেলা : রংপুর

সাদিয়া আফরিন জ্যোতি
পিতা: ডাঃ মোঃ জাহাঙ্গীর আলম
মাতা: আসমা আলম
জেলা : জামালপুর

তানিয়া ফেরদৌস
পিতা: মৃত আব্দুল হালিম
মাতা: মরিয়ম বেগম
জেলা : জামালপুর

প্রভা রানী দেব
পিতা: প্রণব দেব
মাতা: মিতা দেব
জেলা : ঢাকা

নাজিমা আক্তার বিউটি
পিতা: মোঃ জামাল উদ্দিন
মাতা: মনোয়ারা খাতুন
জেলা : ময়মনসিংহ

নুসরাত জাহান নওরীন
পিতা: মোঃ নূরনবী
মাতা: নাজমা বেগম
জেলা : জামালপুর

মোঃ সেলিম বাবু
পিতা: আশরাফ আলী
মাতা: লাইলী বেগম
জেলা : রংপুর

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

জামালপুর মেডিকেল কলেজে ১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

মোঃ তানজিম মাহমুদ
পিতা: মোঃ আব্দুল্যাহ
মাতা: তাসকিন আরা
জেলা : যশোর

তামিম রায়হান
পিতা: ডাঃ এ.আর.এম সুজা-উদ-দৌলা
মাতা: তাহমিনা ইয়াসমিন
জেলা : গাইবান্ধা

সালেহীন মুস্তারী
পিতা: ফখরুল ইসলাম
মাতা: পারভীন ইসলাম
জেলা : কুমিল্লা

সাহিদা আক্তার
পিতা: মোঃ আব্দুর রহমান
মাতা: মাহমুদা খাতুন
জেলা : ময়মনসিংহ

মিনার আক্তার
পিতা: মোহাম্মদ নাজের
মাতা: নূর নাহার বেগম
জেলা : চট্টগ্রাম

অদিতি চৌধুরী
পিতা: বিশ্বজিৎ চৌধুরী
মাতা: রিংকু চৌধুরী
জেলা : চট্টগ্রাম

ফারহানা বিনতে কামরুল
পিতা: মোহাম্মদ কামরুল হক
মাতা: হামিদা খানম
জেলা : চট্টগ্রাম

আফরোজা আফরিন আরিফা
পিতা: মোঃ আবু বকর সিদ্দিক
মাতা: রেহেনা খাতুন
জেলা : ময়মনসিংহ

নাফিসা খান অরনি
পিতা: সেলিম আসলাম খান
মাতা: নার্গিস আসলাম
জেলা : পাবনা

আব্দুল্লাহ আল সাইমুন
পিতা: মোঃ এনামুল হক
মাতা: শিরীন আক্তার
জেলা : কুমিল্লা

জামালপুর মেডিকেল কলেজে
১ম ব্যাচে ভর্তি হয়ে ইতিহাসের পাতায় নাম লেখালো যারা

তাহিয়া তাফসিয়া মুনমুন
পিতা: এ.বি.এম দেলোয়ার হোসেন খান
মাতা: ফারহানা আক্তার হ্যাপী
জেলা : ঢাকা

তাবাস্‌সুম ইসলাম
পিতা: নজরুল ইসলাম
মাতা: শাহিদা পারভীন
জেলা : ব্রাহ্মণবাড়িয়া

অনামিকা রায়
পিতা: বিনয় ভূষন বর্মণ
মাতা: সরস্বতী বালা রায়
জেলা : রংপুর

রাকিবুল হাসান
পিতা: হাবিবুর রহমান
মাতা: রোকেয়া হাবিব
জেলা : কুড়িগ্রাম

ইমরান হাসান মনি
পিতা: মোতালেব হোসেন
মাতা: মাজেদা বেগম
জেলা : গাজীপুর

মোঃ এজরাব আলী
পিতা: মৃত আব্দুস ছবুর
মাতা: আম্বিয়া বেগম
জেলা : সিরাজগঞ্জ

তাহমিনা ইয়াসমিন ঝিংকি
পিতা: মোঃ তোফাজ্জল হোসেন
মাতা: শরিফা বেগম
জেলা : ঠাকুরগাঁও

মোঃ রিয়াদ মাহমুদ
পিতা: মোঃ নাজির হোসেন আকন্দ
মাতা: রওশন আরা বেগম
জেলা : গাইবান্ধা

মোঃ হাবিবুল্লাহ
পিতা: মোঃ আইয়ুব আলী
মাতা: মালেকা বেগম
জেলা : ময়মনসিংহ

মাহানাজনবী আনসা
পিতা: এম. রশিদুন নবী
মাতা: মুরশেদা আরা
জেলা : গাইবান্ধা

সাদেক হোসেন আকন্দ
পিতা: আক্তার উদ্দিন আকন্দ
মাতা: মোছা: খুদেজা খাতুন
জেলা : ময়মনসিংহ

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

ফ্রেমে আঁটা স্মৃতি

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন
মাননীয় বস্ত্র পাট প্রতিমন্ত্রী আলহাজ্ব মির্জা আজম এম.পি

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন
সাবেক ভূমি মন্ত্রী আলহাজ্ব রেজাউল করিম হীরা এম.পি

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন
জেলা প্রশাসক জনাব মোঃ শাহাবুদ্দিন খান

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন
সাবেক সিভিল সার্জন ডাঃ নারায়ণ চন্দ্র দে

জামালপুর মেডিকেল কলেজের
১ম ব্যাচের ছাত্র/ছাত্রীদের
ওরিয়েন্টেশন ক্লাসের

১০ জানুয়ারি ২০১৫
শনিবার, সকাল ৯.০০টা

ফ্রেমে আঁটা স্মৃতি

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে বক্তব্য রাখছেন
অধ্যক্ষ ডাঃ মোঃ আব্দুল ওয়াকিল

প্রধান অতিথি মানীয় বস্ত্র ও পাট প্রতিমন্ত্রী আলহাজ্ব মির্জা আজম এম.পি, বিশেষ অতিথি সাবেক ভূমি মন্ত্রী আলহাজ্ব রেজাউল করিম হীরা এম.পি, জেলা প্রশাসক জনাব মোঃ শাহাবুদ্দিন খান ও অধ্যক্ষ ডাঃ মোঃ আব্দুল ওয়াকিল মহোদয়ের হাতে ভর্তির প্রয়োজনীয় কাগজপত্র তুলে দিচ্ছেন কয়েকজন ছাত্র-ছাত্রী

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে উপস্থিত সুধীবৃন্দ

ভর্তি কার্যক্রম উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছাত্র-ছাত্রীবৃন্দ

যাত্রা হলো শুরু

মায়ের দুধ ও বাড়তি খাবার

খঃ বদরুল আলম
সিনিয়র স্বাস্থ্য শিক্ষা কর্মকর্তা
সিভিল সার্জন অফিস, জামালপুর।

শিশুর জন্য সৃষ্টিকর্তার বিশাল নিয়ামত হলো মায়ের বুকের দুধ। পৃথিবীতে মায়ের দুধের কোন বিকল্প নেই, অথচ এই সহজলভ্য নির্ভেজাল পুষ্টিকর খাদ্যটির গুণাগুণ সম্পর্কে এখনো অনেক মানুষ অজ্ঞতায় রয়েছে।

মায়ের দুধের উপকারিতা ঃ

প্রসবের পরে প্রথমে যে দুধ আসে তাকে শাল দুধ বলে। শাল দুধের বর্ণ হালকা হলুদ, আঠালো এবং পরিমাণে কম। এটা শিশুর প্রথম খাবার, তাই জন্মের পরপরই শিশুকে শাল দুধ অবশ্যই খাওয়াতে হবে।

জীবনধারণ, শিশুর বৃদ্ধি ও পুষ্টির জন্য খাদ্যের প্রয়োজন। মায়ের দুধই শিশুর একমাত্র খাবার। শিশুকে পূর্ণ ৬ মাস পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ালে এসময় তাকে অন্য কোন খাবার, এমনকি পানিও দেবার প্রয়োজন নেই। তাছাড়া মায়ের দুধ খাওয়ালে মা ও শিশুর মধ্যে একটি নিবিড় সম্পর্ক গড়ে উঠে।

মায়ের দুধ খাওয়ানোর অন্যান্য উপকারিতা ঃ

- মায়ের বুকের দুধ শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে।
- শিশু সুন্দর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক ভাবে বেড়ে উঠে।
- শিশুর বুদ্ধির বিকাশ হয়।
- সংক্রামক রোগ যেমন- ডায়রিয়া, আমাশয়, জন্ডিস, টাইফয়েড ইত্যাদি থেকে শিশুকে নিরাপদ রাখে।
- শৈশবকালীন ডায়বেটিস, ক্যান্সার ও কান পাকার ঝুঁকি কম হয়।

মায়ের বুকের দুধ খাওয়ালে যে কেবল শিশুরই উপকার হয় তা কিন্তু নয়। বরং বিষয়টি মায়ের জন্য অনেক স্বাস্থ্যকর, যেমন- জন্মের পরপরই যদি শিশুকে বুকের দুধ খেতে দেয়া হয় তবে প্রসব পরবর্তী রক্তপাত কমে আসে। পরবর্তীতে মায়ের রক্তস্বল্পতা হয় না এবং জরায়ু খুব তাড়াতাড়ি স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসে। তাছাড়া মায়ের বুকের দুধ খাওয়ালে জন্ম নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে এবং মায়ের স্তনে, ডিম্বাশয়ে ও জরায়ুতে ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনা কমে যায়।

বাড়তি খাবার কি ঃ

শিশুর বয়স ৬ মাস পূর্ণ হওয়ার পর মায়ের দুধের পাশাপাশি যে ধরনের খাবার খাওয়ানো হয় তাই হলো বাড়তি খাবার।

CamScanner

বাড়তি খাবারের উপকারিতা ঃ

- ৬ মাস বয়সের পর মায়ের দুধের পাশপাশি বাড়তি খাবার দেয়া শুর করলে শিশুর প্রয়োজনীয় পুষ্টি নিশ্চিত হয় ।
- পুষ্টিকর বাড়তি খাবার খেলে শিশুর অসুখ বিসুখ কম হয় ।

বাড়তি খাবারের বৈশিষ্ট্য ঃ

- অল্প খাবারে অধিক শক্তি যোগাবে । যেমন- তেল, চিনি ইত্যাদি দিয়ে তৈরী খাবার ।
- খাবার হতে হবে বিশুদ্ধ ও টাটকা । মৌসুমী ফলমূল ও শাকসব্জি শিশুর খাদ্যে থাকতে হবে ।
- যা সহজে তৈরী করা যায় এবং যা হবে সহজে হজম যোগ্য ।
- খাবার হতে হবে নরম এবং কম ঘন, কিন্তু প্রয়োজনীয় চাহিদা পূরণ করবে ।

জন্মের পরপর শিশু প্রকৃতির নিয়ম অনুযায়ী মায়ের দুধ পানে অভ্যস্ত, তাই বাড়তি খাবার খাওয়া আস্তে আস্তে শেখাতে হবে । মায়ের দুধ ছিল তরল তাই তাকে হঠাৎ করে শক্ত খাবার দেয়া যাবে না । বাড়তি খাবার শুরু করার সময় নরম এবং তরল খাবার দিয়ে শুরু করতে হবে । আস্তে আস্তে নরম খাবার থেকে আধা শক্ত খাবার পরে শক্ত খাবারে অভ্যস্ত করতে হবে । বয়স বাড়ার সাথে সাথে খাবারের পরিমান বাড়াতে হবে ।

৬ মাস থেকে ১ বছর পর্যন্ত- শিশুকে নিম্নরূপ খাবার দেয়া যেতে পারে ঃ

- গুড়, চিনি ও দুধ মিশিয়ে পায়েস বা ফিরনী ।
- চাল, ডাল, মাছ অথবা মাংস অথবা ডিম সাথে শাক এবং এক বা দুই প্রকারের সব্জী ও তেল দিয়ে তৈরী খিচুরী নরম করে খাওয়ানো যেতে পারে ।
- পরিবারের জন্য তৈরী খাবার থেকে ভাত, ডাল, মাছ বা মাংস বা কলিজা বা ডিম ও সব্জী চটকে নরম করে খাওয়ানো যায় ।
- মৌসুমী ফল বা ফলের রস প্রতিদিন খাওয়ানো ভাল ।
- দিনে অন্ততঃ একবার মাছ, মাংস অথবা ডিম দিতে হবে ।
- মনে রাখতে হবে, বাড়তি খাবার দিতে হবে বুকের দুধ খাওয়ানোর পর । শিশুটি প্রথমে নতুন খাবারে অনিহা দেখালে কিছুক্ষণ পর যখন সে ক্ষুধা অনুভব করবে তখন তাকে আবার খাবারটা দিতে হবে ।

উল্লেখ্য যে, শিশুকে খাওয়ানোর জন্য মায়ের ধৈর্য্য খুবই গুরুত্বপূর্ন । জোর করে খাওয়াতে গিয়ে শিশুর মধ্যে খাদ্য ভীতি যেন তৈরী না হয় । অবশ্যই শিশুর খাদ্য গ্রহনের সময়টা আনন্দদায়ক হবে । আজকের শিশু আগামী দিনের ভবিষ্যত, তাই শিশুর সুস্থ ভাবে বেড়ে উঠা যাতে বাধাপ্রাপ্ত না হয় সেদিকে লক্ষ্য রাখা প্রতিটি সচেতন মানুষের কর্তব্য ।

CamScanner

ধুমপান ও হৃদরোগ

ফরিদুল হক
সচিব
জামালপুর মেডিকেল কলেজ
জামালপুর।

যুগ যুগ ধরে ধুমপান একটি নেশা হিসেবে মানুষের মাঝে চলে আসছে। ধুমপায়ীরা ভাবেন ধুমপান করলে তাকে স্মার্ট দেখায়। কোন কোন ধুমপায়ী বলে থাকেন ধুমপান না করলে নাকি তার মাথার মধ্যে থেকে অদ্ভুদ বুদ্ধি সম্পন্ন চিন্তা গুলো বের হয় না। আবার অনেকে মনে করেন, ধুমপান না করলে জীবনের অনেক কিছুই অপূর্ণ থেকে যায়। বিশেষ করে আজ কাল তরুণ ও যুব সম্প্রদায়ের মধ্যে এই বদ অভ্যাসটি ছড়িয়ে পড়ছে মহামারী আকারে। আগে মানুষের ধারনা ছিল ধুমপানের সঙ্গে ফুসফুসের ক্যান্সার ও অন্যান্য রোগের সম্পর্ক আছে। তবে এটিই শেষ নয়। বর্তমান বিশ্বে ধুমপানকে হার্ট এ্যাটাকের অন্যতম কারণ হিসেবে ধরা হয়। হার্ট এ্যাটাক হচ্ছে মৃত্যুর একটি অন্যতম কারণ। বাংলাদেশে যত লোক হার্ট এ্যাটাক নিয়ে হাসপাতালে ভর্তি হয় তাদের মধ্যে শতকরা ৭০-৮০ শতাংশই ধুমপায়ী।

ধুমপান কেন এত ক্ষতিকর ?

সিগারেটের মধ্যে যে ক্ষতিকর উপাদান গুলো থাকে, তাদের মধ্যে নিকোটিন ও কার্বন মনো অক্সাইড অন্যতম। নিকোটিন হৃদস্পন্দন ও রক্তচাপ বাড়ায় এবং মানব দেহে রক্তের কোলেস্টেরলের মাত্রা বাড়িয়ে দেয়। ধুমপায়ীদের রক্তনালীতে এক ধরণের পরিবর্তন হয়, এর কারণে হৃদপিন্ডে রক্ত স্বল্পতা দেখা দেয় এবং বুকে ব্যাথা অনুভব হয়। হার্টের মাংসপেশীতে রক্ত সরবরাহের স্বল্পতার জন্য বুকে যে ব্যাথা হয় তাতে পরবর্তীতে হার্ট এ্যাটাকের সম্ভাবনা বেড়ে যায়। যারা ধুমপান করেন তারা ক্যান্সার, উচ্চ রক্তচাপ, হৃদরোগ, স্ট্রোক, বহুমূত্র ইত্যাদি মত কঠিন ও জটিল রোগে আক্রান্ত হতে পারেন। সিগারেটের ভিতরে ঝুকিপূর্ণ উপাদান থাকার কারণে হার্ট এ্যাটাকের সম্ভাবনা কয়েকগুন বেড়ে যায়। যাদের রক্তে কোলেস্টেরলের মাত্রা বেশী অথবা উচ্চ রক্তচাপ আছে তাদের ক্ষেত্রে ধুমপানের কারণে হৃদরোগের ঝুকি অনেক গুন বেড়ে যায়। যে যত বেশী ধুমপান করেণ তার হৃদরোগের ঝুকি তত বেশী।

যারা ধুমপান করেন না তারা একজন ধুমপায়ী ব্যাক্তির আশেপাশে থাকলে তাদের ক্ষেত্রেও বিভিন্ন সমস্যা দেখা দিতে পারে ঃ

- হৃদরোগ
- ক্যান্সার
- শ্বাসকষ্ট
- ইনফুয়েঞ্জা
- অকাল মৃত্যুবরণ

গর্ভবতী মায়েরা ধুমপায়ী ব্যক্তির পাশে থাকলে তাদের যেসব সমস্যা হতে পারে ঃ

- কম ওজনের শিশু জন্ম দেওয়া
- হঠাৎ শিশুর মৃত্যু হতে পারে
- নির্দিষ্ট সময়ের পূর্বেই শিশু ভুমিষ্ট হতে পারে

শিশুরা ধুমপায়ী ব্যাক্তির পাশে থাকলে তাদের ক্ষেত্রে যেসব সমস্যা দেখা দিতে পারে ঃ

- এ্যাজমা
- কানে প্রদাহ
- নিউমোনিয়া হওয়ার সম্ভাবনা
- ভবিষ্যতে ধুমপায়ী হওয়ার আশংকা
- গর্ভবতী মা ধুমপান করলে গর্ভের সন্তান নষ্ট বা মৃত সন্তান হওয়ার সম্ভবনা

ধুমপায়ী মায়েদের বাচ্চারা ঃ

- কম ওজনের বাচ্চা হতে পারে
- বাচ্চা হঠাৎ মারা যেতে পারে
- সন্তান খুবই অস্থির প্রকৃতির হয় এবং সহজেই অসুস্থ্য হতে পারে
- ধুমপায়ী মায়ের বাচ্চারা ভালোভাবে পড়ালেখা শিখতে পারে না।

ধুমপান বন্ধ করার পর থেকে ধুমপানের ভয়াবহতা কমতে থাকে। ধুমপান শেষ করার ২০ মিনিটের মধ্যে নিকোটিনের কারণে সংকোচিত রক্ত নালীগুলো স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসতে থাকে এবং হৃদস্পন্দন ও রক্তচাপ স্বাভাবিক হয়ে আসে। ধুমপান বন্ধ করার ২৪ ঘন্টার মধ্যে ধুমপানের বিষক্রিয়ার হাত থেকে মুক্তি পেতে শুরু করেন এবং পরবর্তী এক বছরে তাদের হার্ট এ্যাটাকের ঝুকি ধুমপায়ীদের তুলনায় অর্ধেকে নেমে আসে। ধুমপান ত্যাগ করলেও যদি কেউ আপনার সামনে ধুমপান করেন, তবে তার ক্ষতিকর প্রভাব আপনার উপরও বিস্তার করবে। একজন ধুমপায়ী শুধু সিগারেটই পান করেন না, নেশায় আক্রান্ত হয়ে বড় বড় নেশায় আকৃষ্ট হয়ে পড়েন। এমনকি সমাজে বিভিন্ন ধরনের অপকর্মে লিপ্ত হতে পারে।

অনেকেই মনে করেন পাইপের মাধ্যমে বা বেশী দামী সিগারেট সেবনে এর ধোয়ায় হার্টের কোন ক্ষতি হয় না। আবার কেউ কেউ সিগারেট বন্ধ করে তামাক, জর্দ্দা, গুল বা তামাক জাতীয় দ্রব্য সেবন করেন। তবে তাদের মনে রাখা উচিত যে, নিকোটিন যা তামাকের পাতায় থাকে, তা যে ভাবেই গ্রহণ করা হোক না কেন, তাহা একই ভাবে হার্ট ও রক্তনালীর ক্ষতি সাধন করবে। ধুমপান শুধু হৃদরোগই সৃষ্টি করে না, ধুমপান আমাদের প্রত্যেকটা অঙ্গের ক্ষতি সাধন করে।

তাই আজই আসুন আমরা সকলে মিলে ধুমপানকে ঘৃণা করি। ধুমপান মুক্ত দেশ গড়ি, নিকোটিন মুক্ত বাতাস গ্রহণ করি।