



মেঘনা বুলেটিন

মার্চ, ২০২২; সংখ্যা-৫০

আমাদের সম্পর্কে

রেডিও মেঘনা (উপকূলের কণ্ঠস্বর) কোস্ট ফাউন্ডেশন এর একটি কমিউনিটি রেডিও। বাংলাদেশের উপকূলীয় এলাকার প্রান্তিক মানুষের জীবন-মান উন্নয়নের জন্য কাজ করে। এটি উপকূলীয় দ্বীপ ভোলার চরফ্যাসন উপজেলায় ২০১৫ সালে যাত্রা শুরু করে। রেডিও মেঘনা বৈধ অধিকারের দাবি, সমাজে বৈষম্য দূরীকরণ, জলবায়ু পরিবর্তনের প্রভাব মোকবেলা ও পরিবেশ সুরক্ষা, মৎস্য, কৃষি, লিঙ্গীয় সমতা ও শিক্ষাখাতে সামাজিক, সংস্কৃতিক ও গ্রামীণ উন্নয়নে উৎসাহী করা এবং জনগণের সক্ষমতা বৃদ্ধির জন্য দরিদ্র কণ্ঠস্বর বাড়াতে কাজ করে।

স্বাস্থ্যই সুখ অনুষ্ঠান শুনে ডায়রিয়ার প্রকপ কমাতে সচেতন হয়েছেন আছমা বেগম

শিশুর ডায়রিয়া একটি প্রচলিত সমস্যা। ভাইরাস বা ব্যাকটেরিয়ার কারণে শিশুরা ডায়রিয়ায় আক্রান্ত হয়।

গরম আর বৃষ্টিতে দেশের বিভিন্ন স্থানে ডায়রিয়ার প্রকোপ হঠাৎই বেড়েছিল। বিশেষ করে আমাদের দক্ষিণাঞ্চলের জেলাগুলোতে ডায়রিয়ার আক্রান্ত হতে বেশি দেখা গেছে। আমাদের বাড়তি সতর্কতা কমিয়ে দিতে পারে ডায়রিয়ার প্রকপ। তাই রেডিও মেঘনা প্রচার করে ডায়রিয়া প্রতিরোধে করণীয় নানা অনুষ্ঠান।

জিন্দাঘর এলাকার আঞ্জুমা বেগম মা হয়েছেন আট মাস হলো। প্রথম দিকে বাচ্চা ভালোই ছিল। বাড়তি খাবার শুরু করার পর থেকেই পেটে সমস্যা শুরু হলো। কয়েক দিন পর শুরু হলো ডায়রিয়া। ডাক্তার দেখালে কিছু দিন ভালো থাকলেও আবারো শুরু হয় সমস্যা। এই ভাবেই চলতে থাকে বেশ কিছু দিন। পরে রেডিও মেঘনার অনুষ্ঠান শুনে শিশুর যত্নের বিষয় নিজের ভুল গুলো খুঁজে বের করে এবং সতর্ক থাকে। যেমন বাচ্চার খাবারের বাটি-চামচ সব আলাদা করেছে, খাবার খাওয়ানোর আগে নিজের হাতসহ সব কিছু ভালো ভাবে ধুয়ে নেয়। এমন কি বাচ্চার খেলনা গুলোও ভালো করে পরিষ্কার করে রাখেন যেটা আগে কখনেই করেননি। কারণ তার বাচ্চা সব কিছু মুখে দেওয়ার অভ্যাস। এখন বাচ্চা আগে থেকে সুস্থ আছে। তাই রেডিও মেঘনাকে ধন্যবাদ জানান।



সচেতন গৃহিনী আছমা বেগমের সাক্ষাৎকার গ্রহণ করেছেন ফারিহা ইসলাম। স্থান: হাজারীগঞ্জ, চরফ্যাসন। ছবি: ফাতেমা জাহান, তারিখ: ১৫ এপ্রিল, ২০২২।

‘কৈশরে যত্ন’ বিষয়ক অনুষ্ঠান শুনে টিকা নিলো চর মাদ্রাজের বর্ণা

নারীর সুস্বাস্থ্য নিশ্চিতের পাশাপাশি গর্ভস্থ শিশু ও নবজাতককে বিভিন্ন রোগ থেকে নিরাপদ রাখতে কিছু টিকা বিশেষভাবে প্রয়োজন। হাম ও বুবেলা প্রতিরোধে এমআর টিকা, ধনুষ্টংকার প্রতিরোধে টিটি টিকাসহ কয়েকটি টিকা এর মধ্যে অন্যতম। শৈশব পেরিয়ে কৈশোর বা বয়ঃসম্বন্ধকালে যাদের অবস্থান তাদের রোগ প্রতিরোধ সুরক্ষা নিশ্চিত করার জন্য কিছু টিকাদানের পরামর্শ দেওয়া হয়। ১৫ থেকে ৪৯ বছরের মহিলাদের গর্ভধারণের আগেই পাঁচটি টিটি ডোজ নেওয়া জরুরি।

ধনুষ্টংকার প্রতিরোধে মেয়েদের ১৫ বছর বয়স হলেই যথাশিগগির প্রথম ডোজ টিটি টিকা নিতে হবে। এর চার সপ্তাহ পর দ্বিতীয় ডোজ, তার ছয় মাস পর তৃতীয় ডোজ, এর এক বছর পর চতুর্থ ডোজ এবং শেষোক্ত ডোজের এক বছর পর পঞ্চম ডোজ বা শেষ ডোজ টিটি টিকা নিতে হবে। গর্ভধারণের আগেই এই পাঁচ ডোজ টিকা নেওয়া থাকলে গর্ভকালীন আর টিটি টিকা নেওয়ার দরকার পড়ে না।

গর্ভধারণের আগে দুই ডোজ নেওয়া থাকলে গর্ভকালীন তৃতীয় ডোজ এবং সন্তান প্রসবের পর চতুর্থ ও পঞ্চম ডোজ নিতে হবে।

গর্ভধারণের আগে তিন ডোজ নেওয়া থাকলে এবং গর্ভকালীন এক বছর অতিক্রান্ত না হলে এ সময় চতুর্থ ডোজ নেওয়ার প্রয়োজন নেই বলে জানান আব্দুল গনি জমাদার বাড়ি কমিউনিটি ক্লিনিকের সেবা দান কর্মী মোহাম্মদ হোসেন বাচ্চু। চরফ্যাসনের চরমাদ্রাজ এলাকার কিশোরী মোসা: বর্ণা। কিশোরী বয়সে যে টিটি টিকা দেওয়া হয় তা সে জানতো না, বর্ণা রেডিওর একজন নিয়মিত শ্রোতা। সে নিয়মিত রেডিও শোনে।

স্বাস্থ্য বিষয়ক ম্যাগাজিন অনুষ্ঠান ‘কৈশরে যত্ন’ বিষয়ক অনুষ্ঠান শুনে বর্ণা বুঝতে পারলো যে, টিটি টিকা দেয়া প্রত্যক কিশোরীর জন্য খুবই দরকার। বর্ণা তার মাকে নিয়ে তাদের এলাকার কমিউনিটি ক্লিনিকে গিয়ে দুটি ডোজ কমপ্লিট করছে আর তিনটি ডোজ বাকি আছে যেগুলো যথা সময়ে দেবে সে।



শ্রোতা মতামত

- করোনায় জীবন-যাপনের অনুষ্ঠানের প্রথম পর্ব শুনে ওমিক্রন সম্পর্কে জানতে পেরেছেন চরফ্যাসন কুলছুমবাগের নুসরাত। একই সাথে পিরিয়ডের সময় পেট ব্যথা হলে, ঘরোয়া উপায়ে কী করলে সমাধান হবে জেনেছেন তিনি।
- শিক্ষা বিষয়ক সংবাদ প্রচারের পর শিক্ষা কর্মকর্তা শুনে ভালো সংবাদ হয়েছে বলে সরাসরি আমাদের জানিয়েছেন তিনি।
- চরফ্যাসনের রিয়া জানিয়েছেন ঘরোয়াভাবে ব্রন দূর করার উপায় জেনে উপকার হয়েছে ফোন ইন অনুষ্ঠানে এমনটা জানান কিশোরী রিয়া।



কিশোরী বর্ণার সাক্ষাৎকার নিচ্ছেন ফাতেমা জাহান। স্থান: চর মাদ্রাজ, চরফ্যাসন।
ছবি: ফারিহা ইসলাম। তারিখ: ৯ এপ্রিল, ২০২২।

যোগাযোগ:

উম্মে নিশি,
সহকারি স্টেশন ম্যানেজার,
রেডিও মেঘনা, কুলছুমবাগ, চরফ্যাসন, ভোলা
ফোন: ০১৭০৮ ১২০৩৯০

 manager@radiomeghna.net

 /radiomeghna99.0

 /radiomeghna.net