

অধ্যাপক ডাঃ শহীদুল ইসলাম

এমবিবিএস, বিসিএস (স্বাস্থ্য)-এক্স
এমসিপিএস (সার্জারী), এমএস (অর্থো)
এ. ও স্পাইন প্রিন্সিপাল কোর্স (সিঙ্গাপুর)
গঙ্গা-এসআরএস স্পাইন কোর্স (ইন্ডিয়া)
মেম্বর এ. ও স্পাইন-এশিয়া প্যাসিফিক
হাঁড় জোড়া ও মেরুদণ্ডের বিশেষজ্ঞ সার্জন
অধ্যাপক ও বিভাগীয় প্রধান
অর্থোপেডিকস ও স্পাইন সার্জারী বিভাগ
আদ দ্বীন মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল, ঢাকা

চেম্বার :

ইবনে সিনা ডায়াগনোস্টিক এন্ড ইমেজিং সেন্টার
বাড়ি নং-৪৮, রোড নং- ৯/এ, সাতমসজিদ রোড, ধানমন্ডি, ঢাকা-১২০৯
সিরিয়ালের জন্য হটলাইন : ১০৬১৫, ০৯৬১০০১০৬১৫
ফোন : ৪৮১১৫২৭০-২, ৪৮১১৪০৪০-১
(প্রয়োজনে : ০১৭২১-৪৮০১০১)
Web : www.ibnsinatrust.com
সাক্ষাতের সময় : রবি, মঙ্গল ও বৃহস্পতিবার
সন্ধ্যা ৭টা - রাত ৯টা।

Prof. Dr. Shahidul Islam
MBBS, BCS (Health)-Ex
MCPS (Surgery), MS (Ortho)
A.O. Spine Principle Course (Singapore)
Ganga-SRS Spine Course (India)
Member A.O. Spine-Asia Pacific
Orthopaedics and Spine Surgeon
Professor & Head of the Dept.
Orthopaedics & Spine Surgery Department
Ad-Din Medical College & Hospital, Dhaka
BMDC Reg. No. 31154

Δ Mild PLTD L5/S1

কামরুন রব, ৪২ বছর

Procedure Note:

ē all aseptic
precaution and
dose of Epidural

TRP given on
16/06/2023

- ↑ Cap. Oxfef (400mg)
২+০+২ → ৭ দিন
- ↑ Tab. Clof (100mg)
২+০+২ (ডোজেন্ট)
- ↑ Cap. Othera (40mg)
২+০+২
- ↑ Tab. Relaxo (25mg)
২+০+২
- ↑ Tab. Vitabion
২+০+২
- ↑ Cap. ~~Relaxo~~ PG (50mg)
২+০+২
- ↑ Tab. Osteobone
২+০+২
- ২ মাস

ET-D3 60,000 I.U
সব টুকু ঔষধ অর্ধেক গ্রাস
পানি/দুধে মিশিয়ে ১০ দিন
পর পর খাবেন - ৩ মাস

Priny
15 JUN 2023



কামর ব্যথা রোগীদের জন্য উপদেশ :

* শক্ত বিছানায় শোবেন। ফোমের বিছানায় শোবেন না। * সোজা হয়ে বসবেন। * মেরুদণ্ড বাঁকা করে কাজ করবেন না। * সামনে ঝুঁকে কোন ওজন উঠাবেন না। * টিউবওয়্যেল চেপে পানি উঠাবেন না। * দাঁড়িয়ে রান্না করবেন। * অনেকক্ষণ একই আসনে বসে থাকবেন না। * মাঝে দাঁড়িয়ে ঘোরাফেরা করবেন। * বরণায় অথবা সোজা হয়ে গোসল করবেন। * শরীরের ওজন কমাতে হবে। * টয়লেট কমেড ব্যবহার করবেন।