

# স্বাস্থ্য

৪০  
জুলাই  
২০১৭

**রাহা মর**  
লেস্ট ওভারের  
মেক ওভার

**ফ্যাশ ম**  
এথনিক শর্ট জ্যাকেট

**সৌন্দর্য**  
শরীরের অবহেলিত  
অংশের যত্ন

**স্বাস্থ্য**  
সিঙ্কনাল অ্যাফেক্টিভ  
ডিজঅর্ডার

**বেড়া লো**  
হিমাচলের ভরমৌর



## নিয়মিত বিভাগ

বারাবাহিক  
পরিচর্যা  
বাজার স্বাস্থ্য  
চিঠিপত্র  
ওয়েববিনিয়  
স্পটলাইট

শুরু হল নতুন  
বারাবাহিক উপন্যাস  
অর্পিতা দেবীর  
‘সীমারেখা’

## চোখ ভাল রাখুন

চোখের যত্ন, চোখের অসুখ  
ও তার প্রতিরোধ। সঙ্গে আই  
মেক-আপ ও নানারকম  
চশমার ফ্যাশন গাইড।



# সুস্থ থাকুন

চোখ, নাক, ত্বক এবং হার্টের নানারকম অসুখ নিয়ে প্রক্টর উত্তর দিচ্ছেন বিশেষজ্ঞরা।

### চোখ



আমি আগে খুব মেটা ছিলম, এখন  
খুবক ওজন কমিয়েছি। কিছু মুশকিল  
হল আমার হার্টের উপরের দিকে,  
কোমরে ও উত্তরে ট্রেড মার্কস হয়েছে।  
এই ব্যাপ মোমোমোর কোম ও উপরে আছে  
যেমা বসাপাশরায়, উত্তরপরে  
কোম ও তত্বের সাহায্যে ট্রেড মার্কস  
খানিশ করা সম্ভব নয়। জর্ভিন  
ডাইঅক্সাইড সেলার ট্রিমেণ্টের সাহায্যে  
ট্রেড মার্কস-এর সমস্যার সমাধান সম্ভব।  
ডার্মাটোলোর ব্যাবহার করেও ভাল ফল  
পাওয়া যায়।

আমি আমার খুব ভাল হার। এখন রপার  
সমস্যা না থাকলেও খুই গলে যায় আমার  
লাগ হয়ে রয়েছে। কী করণ?  
জর্ভিন মোম, শ্রীমেশ্বর  
মাইক্রোডার্মাটেশনের সাহায্যে রপার

### ত্বক

আমি আগে খুব মেটা ছিলম, এখন  
খুবক ওজন কমিয়েছি। কিছু মুশকিল  
হল আমার হার্টের উপরের দিকে,  
কোমরে ও উত্তরে ট্রেড মার্কস হয়েছে।  
এই ব্যাপ মোমোমোর কোম ও উপরে আছে  
যেমা বসাপাশরায়, উত্তরপরে  
কোম ও তত্বের সাহায্যে ট্রেড মার্কস  
খানিশ করা সম্ভব নয়। জর্ভিন  
ডাইঅক্সাইড সেলার ট্রিমেণ্টের সাহায্যে  
ট্রেড মার্কস-এর সমস্যার সমাধান সম্ভব।  
ডার্মাটোলোর ব্যাবহার করেও ভাল ফল  
পাওয়া যায়।



গাঠ অথবা কাটা নাগের চিহ্ন মুখে ফেলা  
ত্বক ত্বকরকে-ও টানটান করে হোলা  
যায়। প্যাকলেট সাবসিশন, ডার্মাটোলোর  
ইন্ট্রানি ডিক্রিমসার সাহায্যেও ভাল ফল  
পাওয়া যায়। তবে এই ধরনের ডিক্রিমসা  
করা উচিত ত্বক বিশেষজ্ঞের তত্ত্বাবধানে।

### হার্ট



আমি আগে খুব মেটা ছিলম, এখন  
খুবক ওজন কমিয়েছি। কিছু মুশকিল  
হল আমার হার্টের উপরের দিকে,  
কোমরে ও উত্তরে ট্রেড মার্কস হয়েছে।  
এই ব্যাপ মোমোমোর কোম ও উপরে আছে  
যেমা বসাপাশরায়, উত্তরপরে  
কোম ও তত্বের সাহায্যে ট্রেড মার্কস  
খানিশ করা সম্ভব নয়। জর্ভিন  
ডাইঅক্সাইড সেলার ট্রিমেণ্টের সাহায্যে  
ট্রেড মার্কস-এর সমস্যার সমাধান সম্ভব।  
ডার্মাটোলোর ব্যাবহার করেও ভাল ফল  
পাওয়া যায়।



পারামর্শ নিচ্ছেন  
ডা. সখীন্দ্রনাথ দত্ত  
৩১৪৩০১১৩৪১২