৭ই নভেম্বর জাতীয় বিপ্লব ও সংহতি দিবস উপলক্ষে

আপনার নিষ্পাপ সন্তানকে নেশা থেকে বাঁচান

- মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ অধিদপ্তর

সন্তান মাদকাসক্ত হলে প্রাথমিক পর্যায়ে কি করবেন

অভিভাবকের অসর্তকতায় সন্তান যদি মাদকাসক্ত হয়ে পড়ে, প্রাথমিক অবস্থাতেই তা রোধ করা সম্ভব। বাবা-মা'ই যেহেতু সন্তানকে সব সময় কাছ থেকে দেখার সুযোগ পান, তাই তাঁদের পক্ষেই কেবল বোঝা সম্ভব সন্তান মাদকাসক্ত কিনা। কারণ, মাদকদ্রব্য গ্রহণ করলে কিছু শারীরিক ও মানসিক লক্ষণ মাদকাসক্ত'র মধ্যে প্রকাশ পাবেই। কাজেই মাদকাসক্তির লক্ষণ এবং নমুনাগুলো যদি অভিভাবকগণ প্রাথমিক অবস্থাতেই সনাক্ত করতে পারেন তাহলে অতি সহজেই সন্তানকে স্নেহ-ভালবাসা এবং প্রয়োজনে পরিচর্যা দিয়ে সুস্থ করে তুলতে পারবেন।

মাদকাসক্ত হওয়ার কিছু লক্ষণ ও চিহ্ন ঃ

১. অতি সাম্প্রতিক আচরণের পরিবর্তন ২. রাতে ঠিকমত ঘুমায় না, দিনে বসে ঝিমায় ৩. গুছিয়ে কথা বলায় অপারগতা ৪. খাবার গ্রহণের প্রতি অনিহা জন্মাবে, ফলে ক্ষুধা কমতে থাকবে ৫. জিহ্বা অপেক্ষাকৃত শুকনো থাকবে ৬. মন খুব অস্থির থাকবে, মেজাজ কখনও খুব ভাল-কখনও খুব খারাপ থাকবে ৭. কখনও চুপ আবার কখনও খুব বেশি কথা বলবে ৮. মনোযোগ দেয়ার ক্ষমতা কমতে থাকবে ৯. আড্ডায় বেশি সময় নষ্ট করবে ১০. বিনা কারণে টাকার অতিরিক্ত চাহিদা বাড়বে ১১. দিনের একটি বিশেষ সময়ে বাড়ির বাইরে যাওয়ার জন্যে মন চঞ্চল হয়ে উঠবে ১২. শরীর ক্রমান্বয়ে শুকিয়ে যাবে।

মাদকদ্রব্য ব্যবহারে শরীরে মারাত্মক প্রতিক্রিয়া ঃ

স্বল্প মেয়াদী ঃ ১. ক্ষুধা ও যৌন অনুভূতি দ্রুত কমে যায়, রক্তচাপ কমায় এবং শ্বাস-প্রশ্বাসের হার হ্রাস করে ২. শ্বাস-প্রশ্বাস ক্ষীণ থেকে ক্ষীণতর হয়ে আসে, ব্যবহারকারী ক্রমান্বয়ে নিস্তেজ এবং অবসন্ন হয়ে যায় ৩. ব্যবহারকারীর মতিবিভ্রম ঘটে এবং তার মধ্যে সন্ত্রস্তভাব পরিলক্ষিত হয় ৪. চলা-ফেরায় অসংলগ্নতা ধরা পড়ে ৫. হৃদস্পন্দন দ্রুত হয় এবং রক্তচাপ বৃদ্ধি পায় ৬. চোখ লালচে হয় এবং মুখ শুকিয়ে যায় ৭.স্মৃতিশক্তি ও মনোযোগের ক্ষমতা সাময়িক কমে যায়, তাই চলা-ফেরায় তাদের জীবন যে কোন সময় হয়ে উঠতে পারে বিপদজ্জনক ৮. কোন কোন ক্ষেত্রে আরও কিছু প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে, যেমন-উগ্র মেজাজ, রাগান্বিত ভাব, নিদ্রাহীনতা; অধিকমাত্রায় মাদক গ্রহণকারী ব্যক্তি মাতালের মত আচরণ করতে পারে এবং ঘুমিয়ে পড়তে পারে।

দীর্ঘ মেয়াদী ঃ ১. মাদকাসক্ত ব্যক্তির ব্যক্তিগত পরিচছন্নতা লোপ পায় ২. স্বাস্থ্যের অবনতি ঘটতে থাকে ৩. মাদকাসক্ত মেয়েদের গর্ভের সন্তানের ওপরও ক্ষতিকর প্রভাব পড়তে পারে এবং মায়ের মত সন্তানেরও মাদকাসক্ত হওয়ার আশঙ্কা থাকে ৪. মস্তিস্ক কোষের ক্ষয়প্রাপ্তি ঘটতে পারে, স্মৃতিশক্তি লোপ পায় ৫. জীবনের সব বিষয়ে নিরাসক্ত হয়ে পড়ে ৬. মাদকদ্রব্য আসক্ত ব্যক্তিকে ধীরে ধীরে মৃত্যুর দিকে ঠেলে দেয়।

অতএব, আসুন সবাই মিলে মাদকমুক্ত সুস্থ, সুন্দর সমাজ গড়ে তুলি।

মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ অধিদপ্তর।

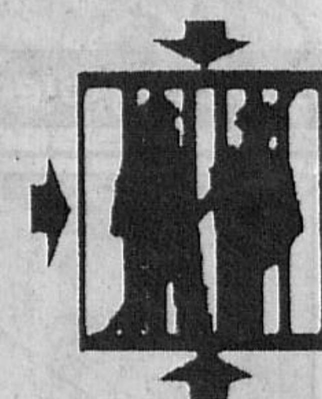
DFP-26700-4/11/04
G-1081

৭ই নভেম্বর জাতীয় বিপ্লব ও সংহতি দিবস উপলক্ষে

মাদকমুক্ত সুস্থ, সুন্দর সমাজ গঠনে আমরা দৃঢ়প্রতিজ্ঞ

-মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ অধিদপ্তর।

মাদকদ্রব্যের চোরাচালানী
ও
অবৈধ মাদক ব্যবসায়ীরা
দেশ ও জাতির শত্রু
এদেরকে ধরিয়ে দিন।

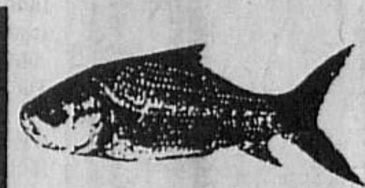


আসুন সবাই মিলে মাদকমুক্ত সুস্থ, সুন্দর সমাজ গড়ে তুলি।

মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ অধিদপ্তর।

DFP-26701-4/11/04
G-1080

শীতের পূর্বে ও শীতকালে মাছ চাষীদের করণীয়



- ❑ ইতোমধ্যে জলাশয়ের পানি কমতে শুরু করেছে এবং তাপমাত্রা কমতে শুরু করেছে।

  পানি ও তাপমাত্রা কমার সাথে সাথে স্বাভাবিক নিয়মে মাছের খাদ্য গ্রহণ কমে যাবে।

  ফলে মাছের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাবে এবং নানা রকম রোগের প্রাদুর্ভাব হতে পারে।

- ❑ তাই শতাংশ প্রতি ৫০০ গ্রাম পাথুরে চুন ২৪ ঘন্টা ভিজিয়ে ১০০ গুণ পানিতে তরল করে সূর্য উঠার আগে প্রয়োগ করুন।
- ❑ সম্পূরক খাদ্য ও জৈব সার প্রয়োগের মাত্রা কিছুটা কমিয়ে দিন।
- ❑ জাল টেনে মাছের স্বাস্থ্য পরীক্ষা করুন এবং বড় মাছ গুলো বিক্রি করে দিন।

প্রচারে ঃ মৎস্য অধিদপ্তর, বাংলাদেশ

DFP-26696-4/11/04
G-1078

৭ই নভেম্বর জাতীয় বিপ্লব ও সংহতি দিবস উপলক্ষ্যে চাষী ভাইদের জন্য সুখবর-

মাটি পরীক্ষা

মাটি বাঁচলে কৃষক বাঁচবে কৃষক বাঁচলে দেশ বাঁচবে।

আপনি কি -

- কৃষি ফসলের উৎপাদন বাড়াতে চান ?
- কৃষি জমিতে সার প্রয়োগ করতে চান ?
- কৃষি জমির মাটি পরীক্ষা করাতে চান ?

অধিক ফসল পেতে হলে মাটি পরীক্ষা করে সার প্রয়োগ করতে হবে।

তাহলে-

মৃত্তিকা পরীক্ষা গবেষণাগারে মাটি পরীক্ষা করে সুষম সার ব্যবহার করুন এবং অধিক ফসল উৎপাদন করুন।

- সুষম সার ব্যবহারে ফলন বাড়ে অধিক হারে।

আগে মাটি পরীক্ষা করুন পরে সুষম সার প্রয়োগ করুন।

মৃত্তিকা পরীক্ষা গবেষণাগারের ঠিকানা :

• আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, মৃত্তিকা ভবন, কৃষি খামার সড়ক, ঢাকা-১২১৫, ফোন-০২-৯১১১২৮০ • কেন্দ্রীয় গবেষণাগার, এসআরডিআই, মৃত্তিকা ভবন, কৃষি খামার সড়ক, ঢাকা-১২১৫, ফোন-০২-৯১১০৫০৭ আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, দৌলতপুর, খুলনা, ফোন-০৪১-৭৭৪৩০২ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, শ্যামপুর, রাজশাহী, ফোন-০৭২১-৭৫০৮৭৫ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, শাসনগাছা, কুমিল্লা, ফোন-০৮১-৭৬৭৯১ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, অমৃতবাবু রোড, ময়মনসিংহ, ফোন-০৯১-৫২১০৮ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, পূর্ব আলীপুর, ফরিদপুর, ফোন-০৬৩১-৬৩৫১৩ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, আলেকান্দা রোড, বরিশাল, ফোন-০৪৩১-৬১৩২০ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, কারমাইকেল রোড, বগুড়া, ফোন-০৫১-৬৫৬৮৪ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, তারাপুর,পাঠানটুলা, সিলেট, ফোন-০৮২১-৭১৫৬৪৮ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, নয়া পাড়া, জামালপুর, ফোন-০৯৮১-৬৩৬২৯ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, মাইজদি হাউজিং, নোয়াখালী, ফোন-০৩২১-৬১৪২৯ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, গিয়াস ভবন, নয়াবাজার, চট্টগ্রাম, ফোন-০৩১-৭২১১৪৬ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, জেলা রোড, গোরস্থান পাড়া, কুষ্টিয়া, ফোন-০৭১-৬২০৫৭ • আঞ্চলিক গবেষণাগার, এসআরডিআই, চাউলিয়া পট্টি, দিনাজপুর, ফোন-০৫৩১-৬৫১৬২।

সৌজন্যে ঃ মৃত্তিকা পরীক্ষা গবেষণাগার স্থাপন প্রকল্প

মৃত্তিকা সম্পদ উন্নয়ন ইনস্টিটিউট (এসআরডিআই)

কৃষি মন্ত্রণালয়, মৃত্তিকা ভবন, কৃষি খামার সড়ক, ঢাকা - ১২১৫। ফোন ঃ ৯১৩২৮৯৯, ৯১১৩৩৬৩।

DFP-26697-4-11-04
G-1079