



# Saving mother and child

A role model of integrated safe motherhood, newborn care and family planning project in Bangladesh

mentation of an integrated maternal-newborn-family planning-nutrition package ensuring quality along with cost-effectiveness in a sustainable way.

The project is being implemented in remote areas of Sylhet and Hobiganj district which are topographically distinct with haors (low-lying land) that makes service delivery difficult.

Ma-Moni package is integrated with pregnancy identification, comprehensive antenatal care, promotion of clean delivery by skilled birth attendants, postnatal care for the newborn and mothers, exclusive breastfeeding, family planning, young and infant child feeding.

The project has several context specific unique components like water ambulance that supplements the quality care.

The project is not only providing with its deliverables, but also builds and strengthens the capacity of the govern-

ment system and the local community to sustain the practice even after the project phases out. A strong referral network has been created in the joint interface of the community and local healthcare system that ensures maternal and child care. It plays a role in critical gap management. Instead of creating a parallel service delivery structure, Ma-Moni works in line with the existing system engaging the local government representatives.

The project model has already earned reputation in home and abroad due to its long term sustainable approach. To ensure maternal and child health in a resource poor country like Bangladesh, rolling out the components of project like Ma-Moni is crucial.

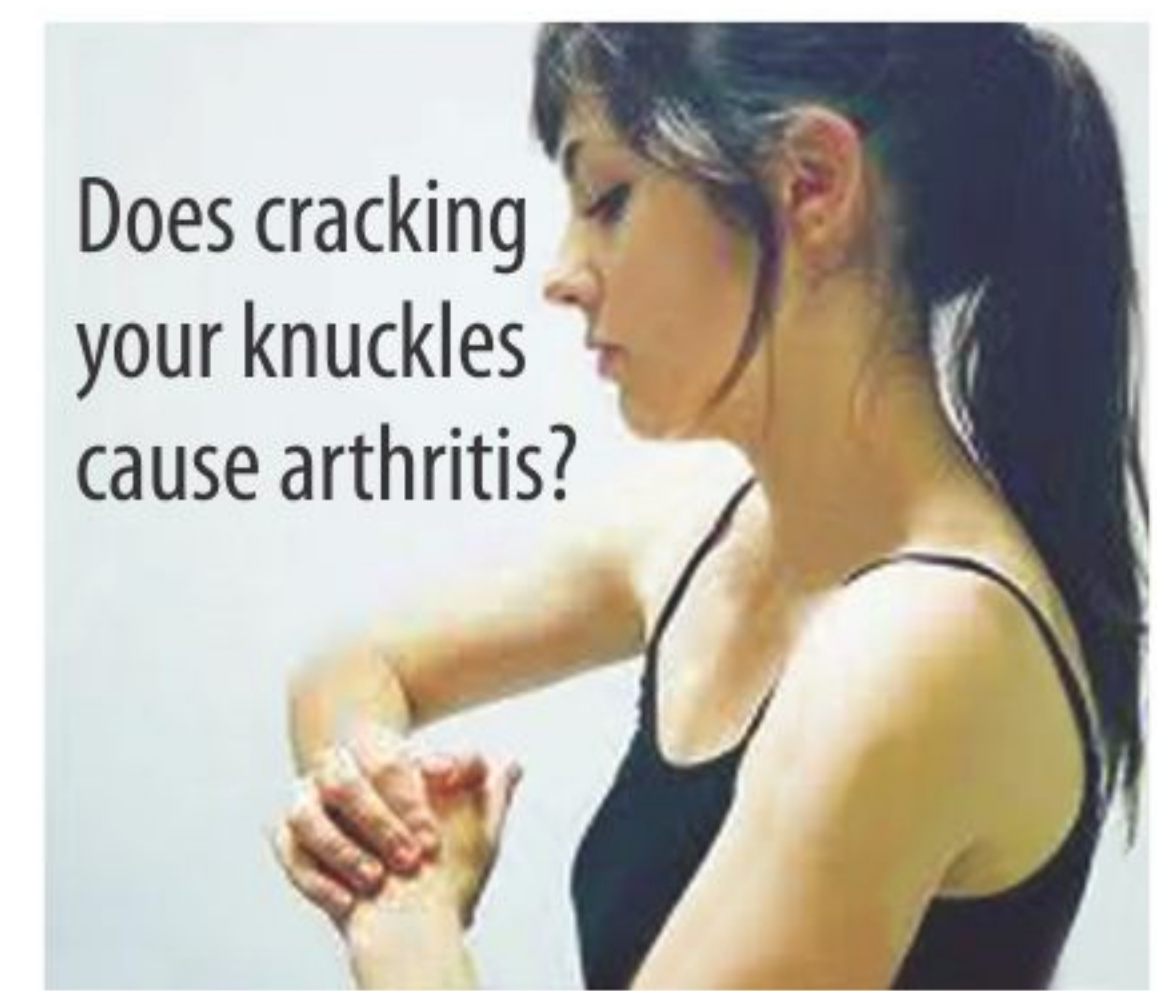
Email: tareq.salahuddin@thedailystar.net  
For more photo stories based on the field trip, visit our facebook album  
http://on.fb.me/UlaZDO

DR TAREQ SALAHUDDIN, back from Hobiganj  
In Bangladesh, several evidence based interventions have been identified as highly effective in reducing maternal and newborn morbidity and mortality. However, few programmes have demonstrated how to embed this proven mod-

els within the existing system in low resource countries.

In a district-wide settings, Ma-Moni (a project implemented by Save the Children in partnership with Ministry of Health and Family Welfare, ICDDR,B and national NGOs including Shimantil and FIVDB) is demonstrating effective imple-

## MEDICAL MYTH



Does cracking your knuckles cause arthritis?

Many people believe cracking knuckles can cause arthritis. But does it really do so? Several studies have been conducted so far and no one could reveal any significant relation between knuckling and development of arthritis.

Some people crack their knuckles by pulling the tip of each finger one at a time until they hear a crack. Others make a tight fist or bend their fingers backwards away from the hand, cracking the lot at once. Whichever method is used, the noise is created in the same manner. The space between the joints increases, causing the gases dissolved in the synovial fluid bathing the joint to form microscopic bubbles. These bubbles merge into large bubbles which then get popped by additional fluid which rushes in to fill the enlarged space.

Once the joints have been cracked they can't be cracked again for about fifteen minutes. OK, but could cracking your knuckles cause other forms of damage? There are isolated reports of accidental self-inflicted injury from knuckle-cracking, with injured thumbs and sprained finger ligaments, but these are rare.

So if you like cracking your knuckles then by all means carry on, but just bear in the mind it might be annoying for the observer.

Source: BBC

## HEALTH bulletin

### Can pacemakers be used twice?

People in developing countries with heart problems may not be able to afford new pacemakers, but a new study suggests devices removed during autopsies may have enough remaining battery life to be donated and used again.

Millions of people die worldwide each year because they do not have access to pacemakers, which send electrical impulses into the heart to help maintain a normal heartbeat. For many of those people, using the device for twice could be a solution.

Source: Reuters

### Work stress raises heart risk

Having a highly demanding job, but little control over it, could be a deadly combination, UK researchers say. They analysed 13 existing European studies covering nearly 200,000 people and found job strain was linked to a 23% increased risk of heart attacks and deaths from coronary heart disease. The risk to the heart was much smaller than for smoking or not exercising, the Lancet medical journal report said.

## HIRSUTISM

# When females develop facial hair

Hirsutism is a condition where women have excess facial and body hair like a man. It is therefore primarily of cosmetic and psychological concern. Many cases of Hirsutism are not severe and have no underlying cause. However, it may be a medical sign of a more serious medical condition in certain cases, especially if it develops well after puberty.

In Hirsutism, females develop male pattern of body hair, sometimes excessive, particularly in locations where they normally do not develop hair during puberty (chest, abdomen, back and face).

About half of women with

Hirsutism may have high levels of male sex hormones called androgens. Androgen stimulates hair growth, increase size and intensify the growth and pigmentation of hair. Other symptoms caused by high levels of male hormones include irregular menstrual periods, acne, loss of feminine body shape, deepening voice, male pattern baldness, enlarged clitoris, and enlarged shoulder muscles.

High levels of hormone and Hirsutism can be caused by Polycystic Ovarian Syndrome (PCOS) — a disease in the ovary that may also cause infertility, tumors on the adrenal glands or

ovaries, Cushing syndrome (occurs when people take excessive steroid and by certain medications) etc.

In other cases, women with Hirsutism may have normal levels of male hormones. If no underlying condition is found, the cause of Hirsutism is unknown.

Women of European, Middle Eastern, and South Asian ancestry are more likely to develop the condition. Some conditions that cause Hirsutism may be inherited.

If anyone suspects that she might have excess hair in unusual part of her body, she should consult a doctor confirmation. Hirsutism is most cases treatable.

The treatment for Hirsutism depends how severe the problem is and whether there is an underlying cause. For example, if a tumour on the ovaries or adrenal glands is the cause, it may be removed surgically. If no underlying cause is found, a combination of self-care strategies and hair-removal techniques may be used. Psychological support may also help because Hirsutism is often a frustrating and embarrassing condition.

The write up is compiled by Dr Shahjada Selim, Department of Endocrinology and Metabolism in BIRDEM Hospital, Dhaka.  
Email: selimshahjada@gmail.com



## HEALTH TIPS



### Work on good posture

If you have lower back pain, sitting at an office desk all day can aggravate your symptoms. The University of Michigan Health System offers these suggestions for managing back pain at work:

- Make sure your feet are flat on the floor, either by adjusting the seat or using a footrest.
- If your chair does not offer sufficient lower back support, place a rolled towel or small cushion behind you.
- Make sure your reading materials are at eye level.
- Set up your desk so all supplies are easily reached; do not lean, bend or twist at the waist.
- Take regular breaks to stand up, stretch and move around.

f b /StarHealthBD

# ফাইবার লাইফ

## ফাইবার ড্রিংক পাউডার

■ প্রতিদিনের ফাইবারের চাহিদা পূরণ করে

■ কোলেস্টেরল কমাতে সাহায্য করে

■ পরিপাকতন্ত্রের পরিপূর্ণ সুস্থতা নিশ্চিত করে

■ শরীর ও মনকে সজীব ও প্রাণবন্ত রাখে

■ কোষ্ঠকাঠিন্য প্রতিরোধ করে

■ রক্তে গ্লুকোজের পরিমাণ নিয়ন্ত্রণ করে

■ তাই প্রচলিত পানীয়ের পরিবর্তে পান করুন বাংলাদেশের প্রথম ফাইবার ড্রিংক ফাইবার লাইফ

তাই প্রচলিত পানীয়ের পরিবর্তে পান করুন বাংলাদেশের প্রথম ফাইবার ড্রিংক ফাইবার লাইফ

for any queries or comments please call: +88 01711539261

বিক্রয় কেন্দ্রের ফোন নম্বর: ঢাকা (দিক্কা): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০১, ০২-৮৩০০৫০২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫০৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫১৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫২৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৩৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৪৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৫৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৬৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৭৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৮৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৫৯৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৩, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৪, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৫, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৬, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৭, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৮, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬০৯, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬১০, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬১১, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬১২, ঢাকা (মোহাম্মদপুর): ০১৭১৪০৪০২০, ০১৭১৪০৪০২০, ০২-৮৩০০৬১৩