

## Sleep Clinics: Why They're Becoming Essential

Globally, sleep clinics have expanded rapidly, transforming sleep medicine into a distinct and established field. Bangladesh, though slightly behind, is now catching up fast.

If you ask people in Dhaka how they are sleeping these days, the answer is almost always the same: not well!

Between late-night screens, exhausting commutes, irregular meal times, and the grind of modern life, Bangladeshis are slumbering less and waking up more tired than ever before.

What used to be a rare complaint has become a constant background hum in urban life, with people saying things like, "I don't feel rested," "I keep dozing off during the day," "I wake up gasping," "I snore too loudly," "I feel foggy even after eight hours."

In the last decade, several major hospitals have opened dedicated centres and labs, while private facilities are beginning to offer structured assessments as well. Even so, most people here still do not know what a sleep clinic actually does, who it helps, or what a sleep study even measures.

This uncertainty keeps many Bangladeshis stuck in cycles of exhaustion — avoiding naps, scrolling through home remedies, and assuming their issues stem only from stress.

Urban Bangladeshis face widespread poor sleep due to modern lifestyle pressures, yet awareness of sleep disorders remains low.

Sleep clinics are growing in Bangladesh, offering assessments like polysomnography to diagnose conditions such as sleep apnoea, narcolepsy, insomnia, and restless legs syndrome.

Patients often seek help for persistent fatigue, loud snoring, breathing pauses, or daytime drowsiness; quality of sleep matters more than duration.

Early evaluation is crucial, as untreated disorders can lead to cognitive decline, heart problems, accidents, and emotional burnout.

The expansion of clinics and advanced diagnostics marks a new era in Bangladesh's healthcare focus on sleep.



The truth is far more layered. As specialists repeatedly point out, sleep-related disorders are complex medical conditions, and many are rooted not just in lifestyle but in the brain, airway, or underlying health conditions.

### What exactly is a sleep clinic?

It is a dedicated medical facility where trained specialists diagnose and manage disorders using tests like polysomnography, home tests, and consultations. These centres are designed to evaluate how your brain, heart, lungs, and muscles behave while you are asleep. Patients usually spend a night in a quiet room where sensors monitor their breathing, heart rate, oxygen levels, and brain waves.

Dr. Fazle Rabbabi Mohammed, Consultant of Respiratory and Sleep Medicine at Square Hospital Limited, describes it clearly:

"We monitor your brain waves, breathing, heart rate, and movement. Sensors are placed on your body to collect signals during the night. Doctors analyse the data to diagnose issues like sleep apnoea."

### Why do people go to sleep clinics?

For most patients, the main trigger is



### What services do these clinics provide?

Most offer a set of core services, but the depth and sophistication vary from one centre to another. The most common services include consultations, overnight studies, snoring evaluation, insomnia assessments, and follow-up care.

SEE PAGE 29

10606

LABAID  
Diagnostics  
...Home of Trust

দেশজুড়ে ৩৩টি শাখা নিয়ে

ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিকস

একই ছাদের নিচে সকল বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক ও রোগ নির্ণয়ের সবধরনের পরীক্ষা-নিরীক্ষা



### সেই ১৯৮৯ সাল থেকে সকলের আশ্চর্য হয়ে আছি

বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক ও সর্বাধুনিক প্রযুক্তির সাথে যুগোপযোগী চিকিৎসা পদ্ধতি এবং যোগ্য জনবল নিয়েই ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিকস।

এরই ধারাবাহিকতা বজায় রাখতে ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিকস প্রতিনিয়ত সংযোজন করছে বিশ্বের সর্বাধুনিক সব প্রযুক্তি, প্রামাণীক মানোন্নয়নের অব্যহত যাত্রায় অর্জন করছে মূল্যবান দেশী ও আন্তর্জাতিক স্বীকৃতি।

আমরা এখন বিশ্বের যেকোন উন্নত ডায়াগনস্টিকস সেক্টরের সমকক্ষ। দেশের চিকিৎসা পদ্ধতি এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার প্রয়াসে আপনাদের আশ্চর্য আমাদের প্রধান অনুপ্রবর্তন।

### কেন আমরাই সেবা

#### ■ দেশের সেবা ল্যাব কনসালটেন্ট

আমাদের ল্যাবরেটরি নিয়ে দেশের ধ্যাতনামা ল্যাব বিশেষজ্ঞা, যারা সার্বক্ষণিক সব ধরনের রিপোর্ট পর্যবেক্ষণ করেন।

#### ■ ৩৬ বছরের অভিজ্ঞতা

৩৬ বছরের অভিজ্ঞতা নিয়ে দেশ / বিদেশে সুনামের সাথে কাজ করার।

#### ■ CAP -এর স্বীকৃতি

স্বাস্থ পরীক্ষায় প্রথম বাংলাদেশি ডায়াগনস্টিক ল্যাবরেটরি হিসেবে ল্যাবএইড অর্জন করছে CAP Accreditation যা বিশ্বের অন্যতম কাঠোর ল্যাবরেটরির মাল পরীক্ষাকারী সংস্থার স্বীকৃতি।

#### ■ BAB -এর স্বীকৃতি

আমাদের ল্যাব বাংলাদেশ অ্যাক্রেডিটেশন বোর্ড (বিএবি)-এর স্বীকৃতি লাভ করার।

### মান নিয়ন্ত্রণ

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

### ল্যাবএইড লিমিটেড (ডায়াগনস্টিকস)

#### ■ টোটাল ল্যাব অটোমেশন (ট্রেলার)

এখানে রাখে টোটাল ল্যাব অটোমেশন যার ফলে সম্পূর্ণ স্বয়ংক্রিয় ব্রাবোটিক সঞ্চালিত দ্রুত, সঠিক, সঞ্চতিমূর্ত এবং সুনির্দিষ্ট নমুনা বিশ্লেষণ করে রিপোর্ট প্রস্তুত করা হয়।

#### ■ মানসম্মত ল্যাব রিয়েজেন্ট

মান বজায় রাখার জন্য আমাদের ল্যাব ব্যবহৃত ৯০% কেমিদার ও রিয়েজেন্ট বিদেশের বিখ্যাত কোম্পানি থেকে সরাসরি আমদানি করা হয়।

#### ■ বিশেষ বিভাগ

আমাদের আছে অত্যাধুনিক PCR ল্যাব, মলিকুলার অ্যাকেলজি ও ফার্মাকোজেনেটিক ল্যাব, হিস্টোপাথলজি/সাইটোলজি ল্যাব। এবং দেশের একমাত্র রেফারেন্স ল্যাব।

#### ■ ২৪ ঘণ্টা সেবা প্রদান

২৪ ঘণ্টা থেকে। জরুরি সেবা ও রিপোর্ট দ্বিতীয়।

#### ■ অনলাইনে রিপোর্ট ডেলিভারি

অনলাইনে প্র্যাথেলজিক্যাল রিপোর্ট প্রদান।

**CAP  
ACCREDITED**  
COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS

দেশের প্রথম ডায়াগনস্টিক ল্যাবরেটরি  
হিসেবে CAP সনদপ্রাপ্ত



• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।

• বিদেশ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সার্বক্ষণিক বিশেষজ্ঞ ল্যাব কনসালটেন্ট দ্বারা মাল পর্যবেক্ষণ করা হয়।

• BIO-RAD (USA) ও RANDOX (UK) এর সহযোগিতায় ISO 15189:2012 এর নির্দেশনা অনুযায়ী External Quality Control দ্বারা পরীক্ষার ফলাফল এবং মাল নিয়ন্ত্রণ করা হয়।