

ENGLISH	BENGALI
Dr. Mohan's DIABETES SPECIALITIES CENTRE	ডঃ মোহনের ডায়াবেটিস স্পেশালিটিস সেন্টার
Design No.3	ডিজাইন নং ৩
Exercise will burn calories Excuses won't!	ব্যায়াম ক্যালরি পুড়িয়ে দেয় অজুহাত করবে না।
Design No.4	ডিজাইন নং ৪
DIABETES?	ডায়াবেটিস?
YOU MAY LOSE YOUR VISION TO SEE THIS BEAUTIFUL WORLD!	আপনি এই সুন্দর পৃথিবী দেখার দৃষ্টিশক্তি হারিয়ে ফেলতে পারেন
CHECK YOUR EYES EARLY & YEARLY	আপনার চোখ আগে থেকে ও প্রতি বছর চেক করান
NORMAL EYE	স্বাভাবিক চোখ
COTTON WOOL SPOT	কটন উল স্পট
ABNORMAL BLOOD VESSELS WHICH CAN BLEED INTO RETINA	অস্বাভাবিক রক্ত বহনকারী ধমনী যা রেটিনায় রক্তপাত ঘটাতে পারে।
EYE WITH DIABETES RETINOPATHY	ডায়াবেটিস রেটিনোপ্যাথি যুক্ত চক্ষু
Design No.5	ডিজাইন নং ৫
PROTECT YOUR VISION FROM GETTING DAMAGED DUE TO DIABETES	ডায়াবেটিসের জন্য ক্ষতি হওয়া থেকে আপনার চোখ রক্ষা করুন।
TRACK	ট্র্যাক
T Take all medications regularly R Retinal examination annually A Add healthy diet and physical activity to daily routine. C Control blood sugar, blood pressure and cholesterol. K Kick the smoking habit	টি টেক করুন সব ওষুধ নিয়মিত আর রেটিনার বার্ষিক পরীক্ষা এ অ্যাড করুন প্রতিদিনের রুটিনে স্বাস্থ্যকর খাদ্য ও শারীরিক কার্যকলাপ সি কন্ট্রোল করুন রক্তে চিনি, উচ্চ রক্তচাপ ও কোলেস্টেরল কে কিং করুন ধূমপানকে
Design No.13	ডিজাইন নং ১৩
Diabetes can affect your eyes and may cause blindness	ডায়াবেটিস আপনার চোখের উপর প্রভাব ফেলতে পারে ও অন্ধত্ব ঘটতে পারে
Get yourself checked regularly!	নিজেকে নিয়মিতভাবে পরীক্ষা করান!
Design No.14	ডিজাইন নং ১৪
FOR DIABETES, OUR FIRST CHOICE IS	ডায়াবেটিস, আমাদের প্রথম চয়েস
All diabetes specialities under one roof	সব ডায়াবেটিস স্পেশালিটিরা একই ছাদের তলায়
Total Diabetes Care ● Diabetes Food Care ● Diabetes Eye Unit	সম্পূর্ণ ডায়াবেটিস কেয়ার ● ডায়াবেটিস ফুড কেয়ার ● ডায়াবেটিস চক্ষু বিভাগ

<ul style="list-style-type: none"> ● State-of the art Laboratory ● Nutrition & Dietetics ● Patient Education ● Pharmacy ● Diabetes Footwear <p>Diabetes Healthcare Products Diabetes Home Care Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● অত্যাধুনিক ল্যাবরেটরি ● নিউট্রিশন ও ডায়েটেটিক্স ● ফার্মেসি ● ডায়াবেটিস জুতো <p>ডায়াবেটিস হেলথকেয়ার প্রোডাক্ট ডায়াবেটিস হোমকেয়ার পরিষেবা</p>
Design No.15	ডিজাইন নং ১৫
Diabetes Home Care Services	ডায়াবেটিস হোমকেয়ার পরিষেবা যাতায়াত আমাদের উপর ছেড়ে দিন
Leave The Travelling to us.	
Get DIABETES CARE AT YOUR DOORSTEP	আপনার দোরগোড়াতেই ডায়াবেটিস কেয়ার পান
0883 2555554 We're happy to reach out.	0883 2555554 আমরা পৌঁছতে পেরে খুশি
The best of Diabetes care without the hassle of travelling. Simply call us and our team of professionals will visit your home and get all your investigations done. We're happy to reach out.	যাতায়াত করার ঝামেলা ছাড়া সবচেয়ে ভালো ডায়াবেটিস কেয়ার। শুধু আমাদের কল করুন ও আমাদের পেশাদারদের দল আপনার বাড়ি পৌঁছে যাবে ও আপনার সব পরীক্ষা হয়ে যাবে। আমরা পৌঁছতে পেরে খুশি
Design No.17	ডিজাইন নং ১৭
Diabetes during pregnancy could affect your baby.	গর্ভাবস্থায় ডায়াবেটিস আপনার শিশুর ক্ষতি করতে পারে।
Consult our experts, today.	আমাদের বিশেষজ্ঞদের সঙ্গে আলোচনা করুন, আজই
Design No.18	ডিজাইন নং ১৮
Experience the goodness of whole grain!!	গোটা শস্যের উপকারিতার অভিজ্ঞতা লাভ করুন
Wholesome nutrition A source of dietary fibre Lowers glycemc response Healthy alternative Choice for the whole family	স্বাস্থ্যকর পুষ্টি আঁশ যুক্ত খাদ্য গ্লাইসেমিক রেসপন্স কম করে পুরো পরিবারের জন্য স্বাস্থ্যকর বিকল্প পছন্দ
Design No. 19	ডিজাইন নং ১৯
Healthier options for the whole family!	পুরো পরিবারের জন্য আরো বেশি স্বাস্থ্যকর পছন্দ
5 Times More Dietary Fibre Than Regular Polished Rice Naturally!	নিয়মিত পালিশ করা চালের থেকে স্বাভাবিকভাবে ৫ গুণ বেশি আঁশ যুক্ত খাদ্য
Dr. Mohan's HIGH FIBRE RICE	ডঃ মোহনের উচ্চ আঁশ যুক্ত চাল
Launched after 5 years of Scientific Research	৫ বছরের বৈজ্ঞানিক গবেষণার পর বাজার ছাড়া হয়েছে
Design No.20	ডিজাইন নং ২০
Healthy Foods Include	স্বাস্থ্যকর খাবারের অন্তর্ভুক্ত
Dr. Mohan's High Fibre Rice	ডঃ মোহনের উচ্চ আঁশ যুক্ত চাল
Dr. Mohan's Brown Rice	ডঃ মোহনের ব্রাউন চাল
Dr. Mohan's Brown Rice Flakes	ডঃ মোহনের ব্রাউন চালের ফ্লেকস্

Bajra	বাজরা
Ragi	রাগি
Rolled / Steel cut Oats	রোল করা /স্টিল কাট ওট
Wheat	গম
Jowar	জওয়ার
Hand Pounded Rice	হাতে পেসা চাল
Green Gram Dhal Bengal Gram Dhal	মুগ ডাল ছোলা ডাল
Red Gram Dhal	অঢ়হর ডাল
Roasted Bengal Gram Dhal	রোস্ট করা ছোলা ডাল
DHALS & PULSES	ডাল ও শস্যবীজ
Fish	মাছ
Chicken (Without Skin)	টিকেন (ছাল ছাড়া)
Egg White	ডিমের সাদা
Low fat milk / curd	লো ফ্যাট দুধ/ দই
Paneer	পনীর
Soya Tofu	সয়া টোফু
Canola oil	ক্যানোলা তেল
Groundnut oil	বাদাম তেল
Sesame Oil	তিল তেল
Rice Bran Oil	চালের তুষের তেল
VEGETABLES & GREENS	সব্জি ও সবুজ তরি তরকারি
LOW COLORIE FRUITS	লো ক্যালরি ফল
FREE FOODS	ফ্রী ফুড
SALAD	স্যলাড
BUTTERMILK	ঘোল
LEMON JUICE	পাতিলেবুর জুস
TAMOTO JUICE	টোম্যাটো জুস
SOUP	সুপ
UNHEALTHY FOODS BETTER AVOID	অস্বাস্থ্যকর খাবার এড়িয়ে চলুন
Sugar	চিনি
Jaggery	গুড়
Glucose	গ্লুকোজ
Honey	মধু
Pastries	পেস্ট্রি
Chocolates	চকোলেট
Biscuits	বিস্কুট
Chips	চিপস্
Maida	ময়দা
Vermicelli	ভার্মিসেলি
Fully Polished Rice	পুরো পালিশ করা চাল
Soft Drinks	নরম পানীয়
Health Drinks	হেলথ ড্রিঙ্কস্
Ghee	ঘি
Vanaspathi	বনস্পতি

Butter	মাখন
Palm Oil	পাম তেল
Coconut Oil	নারকেল তেল
High Calories Fruits	উচ্চ ক্যালরি যুক্ত ফল
Pizza	পিজ্জা
Hamburger	হামবার্গার
Noodles	নুডলস্
Donuts	ডোনাটস্
JUNK FOODS	জাঙ্ক ফুড
Colocasia	কলোকেসিয়া
Tapioca	ট্যাপিওকা
Potato	আলু
HIGH CALORI VEGETABLES	উচ্চ ক্যালরিয়ুক্ত সব্জি
Red Meat	রেড মিট
Frozen Meat	ফ্রোজেন মিট
Organ Meat	অর্গান মিট
Design No.21	ডিজাইন নং ২১
Your feet deserves comfort and safety!	আপনার পা দুটি আরাম ও নিরাপত্তার উপযুক্ত
Use Diabetes Footwear as advised by your Doctor!	আপনার চিকিৎসকের উপদেশ অনুযায়ী ডায়াবেটিস জুতো ব্যবহার করুন।
Call : 69000132	কল করুন : 69000132
Design No.26	ডিজাইন নং
Diabetic Feet?	ডায়াবেটিক ফীট
Smoke Alcohol Legs Crossed for Long High Heels Footwear	ধূমপান অ্যালকোহল অনেকক্ষণ পাগুলি ক্রস করে রাখা হাই হীল জুতো
STOP	বন্ধ করুন
Avoid using skin irritants like Pain Balm, Corn Cap, Hot Water Ba, Electric Pad on your feet.	চামড়ায় চুলকানি এড়িয়ে চলতে হলে আপনার পায়ে পেন বাম, কর্ন ক্যাপ, গরম জলে স্নান, ইলেকট্রিক প্যাড ব্যবহার করবেন না।
Design No.27	ডিজাইন নং ২৭
WARNING SIGNS	সতর্কতার চিহ্নগুলি
Corns Callus Redness Swelling Ulcers Blisters	কড়া কড়ার ঘষা দাগ লালভাব ফোলা ক্ষত ফোস্কা
	ডিজাইন নং ২৮
Design No. 28	
DIABETES Check your eyes early & yearly	ডায়াবেটিস আপনার চোখ আগে থেকে ও প্রতি বছর চেক করান

Design No. 32	ডিজাইন নং ৩২
Know your HbA1c	জানুন আপনার এইচবিএ১সি
More than 8 Poor Control	৮ এর বেশি থারাপ নিয়ন্ত্রন ৭এর বেশি সতর্ক হন
More than 7 Be careful	৭এর কম ভালো নিয়ন্ত্রন
Less than 7 Good Control	
Design No. 33	ডিজাইন নং ৩৩
Exercise	ব্যায়াম
Improves Stamina	স্ট্যামিনার উন্নতি করে
Increases good cholesterol	ভালো কোলেস্টেরল বাড়ায়
Reduces anxiety & depression	উদ্বেগ ও হতাশা কমায়
Helps to decrease Blood Pressure and Sugar	উচ্চ রক্তচাপ ও সুগার কমাতে সাহায্য করে
Improves Blood Circulation	রক্ত চলাচলের উন্নতি করে
Boosts your mood and well being	আপনার মুড ও ভালোলাগার উন্নতি ঘটায়
Reduces Stress	চাপ কমায়
Reduces Body Weight	শরীরের ওজন কমায়
Design No.34	ডিজাইন নং ৩৪
DIABETES INCREASES THE RISK OF HEART ATTACKS	ডায়াবেটিস হার্ট অ্যাটাকের ঝুঁকি বাড়ায়
Control Glycemic Levels	গ্লাইসেমিক লেভেল নিয়ন্ত্রন করুন
Check Lipids & control them	লিপিড চেক করুন ও নিয়ন্ত্রন করুন
Exercise to increase good cholesterol (HDL)	ভালো কোলেস্টেরল (এইচডিএল) বাড়ানোর জন্য ব্যায়াম করুন
Check and control BP	বিপি চেক করুন ও নিয়ন্ত্রন করুন
Design No.35	ডিজাইন নং ৩৫
DIABETIC MEDICATION	ডায়াবেটিসের চিকিৎসা
OHA (ORAL HYPOGLYCEMIC AGENTS)	ওএইচএ (ওরাল হাইপোগ্লাইসেমিক এজেন্ট)
INSULIN	ইনসুলিন
Or	বা
BOTH	উভয়ই
Take medicines REGULARLY as advised by your doctor.	আপনার চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী নিয়মিতভাবে ও শুধু গ্রহণ করুন
Design No..38	ডিজাইন নং ৩৮
TEN COMMANDMENTS TO ACHIEVE WEIGHT LOSS	নিম্নলিখিতগুলি পাওয়ার জন্য টেন কমান্ডমেন্টস ওজন কমানো

Set a Realistic target weight	বাস্তবসম্মত ওজনের লক্ষ্য স্থির করুন
Lose weight gradually	ধীরে ধীরে ওজন কমান
Eat regularly	নিয়মিত খান
Never skip a meal	কখনো কোন মিল বাদ দেবেন না
Increase physical activity	শারীরিক কার্যকলাপ বাড়ান
Weigh yourself once a week	সপ্তাহে একবার ওজন নিন
Choose high fibre foods	উচ্চ আঁশযুক্ত খাবার বেছে নিন
Choose foods low in fat and cholesterol	কম ফ্যাট ও কোলেস্টেরল যুক্ত খাবার বেছে নিন
Begin each meal with a raw vegetable salad	কাঁচা সব্জির ম্যালাড দিয়ে প্রতিটি মীল শুরু করুন
Include steamed or boiled vegetables rather than fried	ভাজার বদলে ভাপা বা সেদ্ধ সব্জি রাখুন
Design No.42	ডিজাইন নং ৪২
DIABETES COMPLICATIONS	ডায়াবেটিসের জটিলতা
Get proper treatment and lead a healthy life!	যথাযথ চিকিৎসা করান ও স্বাস্থ্যকর জীবন যাপন করুন
STROKE	স্ট্রোক
HEART ATTACK	হার্ট অ্যাটাক
PERIPHERAL ARTERY DISEASE	পেরিফেরাল আর্টারি
DIABETIC RETINOPATHY	ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি
COTTON WOOL * SPOTS	কটন উল*স্পট
ANEURYSM	অ্যানিউরিজম
ABNORMAL GROWTH OR BLOOD VESSELS	রক্ত বহা ধমনীর অস্বাভাবিক গ্রোথ
HEMORRHAGES	হেমারেজ
HARD EXUDATES	কঠিন এক্সিউডেট
CATARACTS	ছানি
LENS WITH CATARACTS	ছানি সহ লেন্স
GLAUCOMA	গ্লুকোমা
PRESSURE	প্রেশার
DIABETIC FOOT	ডায়াবেটিক ফুট
DIABETIC NEPHROPATHY	ডায়াবেটিক নেফ্রোপ্যাথি
PERIPHERAL NEUROPATHY	পেরিফেরাল নিউরোপ্যাথি
Design No.45	ডিজাইন নং ৪৫
DIABETES EYE CARE	ডায়াবেটিস আই কেয়ার
DIABETES FOOT CARE	ডায়াবেটিস ফুট কেয়ার
STATE OF THE ART LAB	অত্যাধুনিক ল্যাব
HEALTH CARE PRODUCTS	হেলথ কেয়ার প্রোডাক্ট
NUTRITION & DIETETICS	নিউট্রিশন ও ডায়েটোটিকস
DIABETES HOME CARE	ডায়াবেটিস হোম কেয়ার

<p>DIABETES SPECIALITIES:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● COMPLETE DIABETES CARE <p>সম্পূর্ণ ডায়াবেটিস কেয়ার</p> <ul style="list-style-type: none"> ● DIABETES FOOT CARE <p>ডায়াবেটিস ফুট কেয়ার</p> <ul style="list-style-type: none"> ● DIABETES EYE CARE <p>ডায়াবেটিস আই কেয়ার</p> <p>WORLD-CLASS LABORATORY</p> <p>বিশ্ব-শ্রেণীর ল্যাবরেটরি</p> <ul style="list-style-type: none"> ● IN-HOUSE PHARMACY <p>বাড়িতেই ওষুধপত্র</p> <ul style="list-style-type: none"> ● NUTRITION & DIETETICS ● নিউট্রিশন ও ডায়েটেটিক্স ● DIABETES HEALTH PRODUCTS ● ডায়াবেটিস হেলথ প্রোডাক্টস ● HOME CARE SERVICES ● হোম কেয়ার সার্ভিসেস 	<p>ডায়াবেটিস স্পেশালিটিস্</p>
<p>SERVICES OFFERED :</p> <p>BLOOD COLLECTIONS</p> <p>HOME DELIVERY OF MEDICINES</p> <p>DIABETES FOOT CARE</p> <p>INSULIN MANAGEMENT</p> <p>FITNESS TRAINING</p> <p>DIET COUNSELLING ON PHONE</p> <p>DIABETES FOOTWEAR & HEALTH PRODUCTS</p>	<p>অফার করা পরিষেবা</p> <p>রক্ত সংগ্রহ</p> <p>ওষুধের হোম ডেলিভারি</p> <p>ডায়াবেটিস ফুট কেয়ার</p> <p>ইনসুলিন ম্যানেজমেন্ট</p> <p>ফিটনেস ট্রেনিং</p> <p>ফোনে ডায়েট কাউন্সেলিং</p> <p>ডায়াবেটিস ফুটউইয়ার ও হেলথ প্রোডাক্টস্</p>
<p>This is for only Homecare</p>	<p>এটি শুধু হোমকেয়ারের জন্য</p>