



দ্যা ক্যাথলিক হেলথ অ্যাসোসিয়েশন ওফ ইন্ডিয়া

**MISEREOR**  
IHR HILFSWERK



সংক্রামক রোগ (সি ডি এস)

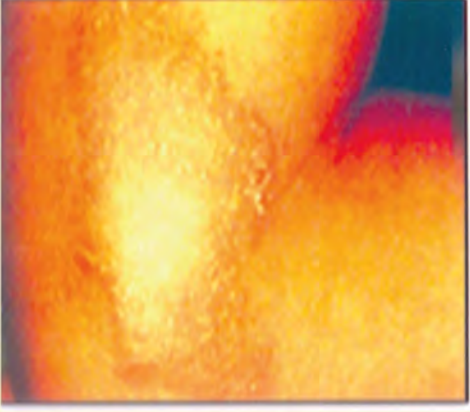
## সংক্রামক রোগ (সি ডি এস)

একটি সংক্রামক রোগ হলো বিভিন্ন উপায়ের মাধ্যমে যা এক ব্যক্তির থেকে অন্য ব্যক্তিতে ছড়িয়ে পড়ে, যেমন : শারীরিক তরল, রক্তের মাধ্যমে, বায়ুবাহিত ভাইরাস শ্বাস প্রশ্বাসের মাধ্যমে বা পশু এবং পোকামাকড়ের মাধ্যমে। অধিকাংশ সময়, শারীরিক তরল ও রক্তের মধ্যে থাকা ব্যকটেরিয়া ও ভাইরাসের মাধ্যমে সংক্রামক রোগ ছড়িয়ে পড়ে। উদাহরণ স্বরূপ বলা যায়, হেপাটাইটিস এবং হিউম্যান ইমিউনোডেফিসিয়েনাস ভাইরাস (এইচ আই ভি)-এর মতো সংক্রামক ব্যক্তি রক্ত এবং শারীরিক তরলের মাধ্যমেই ছড়িয়ে পরে। অন্যদিকে টিউবারকিউলোসিস (টি.বি.) হল বায়ুবাহিত রোগ। টি.বি. দ্বারা আক্রান্ত একজন মানুষ সহজেই তার জীবানুগুলি ছড়িয়ে দিতে পারে। যদি সে মুখে বা নাকে চাপা না দিয়ে হাঁচি বা কাশি করে। ম্যালেরিয়া এবং ফাইলেরিয়া-র মতো রোগ সহজেই ছড়িয়ে পড়তে পাড়ে একজন রোগীর থেকে স্বাস্থ্যকর মানুষের মধ্যে মশা কামড়ানোর ফলে।

সংক্রামক রোগ তখনই ঘটতে পারে যখন, উপযুক্ত পরিবেশে উপযুক্ত কারণসূচক বস্তুর সংস্পর্শে আসে সংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্রন এবং প্রতিরোধ করা যায় এই তিনটি উপাদানের মাধ্যমে। সংক্রামক রোগ ব্যক্তি এবং সম্প্রদায় উভয়কেই প্রভাবিত এবং প্রতিরোধ উভয়দিক থেকেই করতে হবে। একজন রোগীকে অ্যান্টিবায়োটিক দিয়ে এবং অ-সংক্রামক উপস্থাপিত করে চিকিৎসা করা যায়। এছাড়াও, চিকিৎসা করা হয়। এছাড়াও চিকিৎসার দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়।

এই বইটি সাহায্য করবে এইচ. আই. ভি./ এইডস, ম্যালেরিয়া, ফাইলেরিয়া, কুষ্ঠ, টিউবারকিউলোসিস-এর কারণ, উপসর্গ, রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসা কিভাবে হয় তা জানতে। আশা করা যায়, এই বইটি তোমায় এবং তোমার পরিবারের মানুষগুলোকে রক্ষা করবে তাড়াতাড়ি রোগ নির্ণয় করতে চিকিৎসা করতে।

# কুষ্ঠব্যাধি



পাউসিবেকিলারি



মাল্টিবেকিলারি

## কুষ্ঠব্যাদি কি ?

- কুষ্ঠব্যাদি হল মানব ইতিহাসের এক প্রাচীন রোগ।
- এটা কোন বংশগত রোগ নয়
- এটা একটা সাধারণ রোগ যা ব্যকটেরিয়ার মাধ্যমে ছড়িয়ে পড়ে।
- এটা প্রধানত ত্বক ও মানব শরীরের স্নায়ুতে প্রতিক্রিয়া করে।
- কুষ্ঠ রোগের প্রাথমিক লক্ষণগুলি হল শরীরের ত্বক তামাটে বা লালচে ভাব দেখা যায়, সেইসাথে হাত, পা অসাড় হয় যায় এবং বাজে ভাবে পুড়ে যাওয়া।
- যদি প্রাথমিক অবস্থায় শনাক্ত করা যায় তাহলে বিকৃতি প্রতিরোধ করা যায়।
- দেরি করে শনাক্ত করলে চিকিৎসাব ক্ষেত্রে বিলম্ব হতে পারে।

কুষ্ঠব্যাদি দুই ধরনের হয় **Paucibacillary & Multibacillary**

ধরণ	Paucibacillary -র লক্ষণ	Multibacillary -র লক্ষণ
কুঁচকোনো	এই ধরণের ব্যাদিতে এক থেকে পাঁচ ধরণের কুঁচকোনো লক্ষণ দেখা যায়, যাতে অসাড়তা থাকে ইহা একজন থেকে অন্যজনে ছড়িয়ে পড়ে না।	এটায় ছয়টি কুঁচকোনো লক্ষিত হয়। ত্বক চকচকে ও তেলতেল থাকে।
স্নায়ু	ইহা কোন প্রধান স্নায়ুতে আঘাত করে না। ইহা যেখানে দেখা যায় সেই অংশতা অসাড় হয়ে যায় কারণ স্নায়ু আঘাত প্রাপ্ত হয়।	ইহা একের বেশী প্রধান স্নায়ুর ক্ষতি করে।
পায়ের পাতা ও আঙ্গুলের অসাড়তা		অনেক সময় অসাড়তা, পেশী দুর্বলতা দেখা যায় কোন ধরনের কুঁচকে না গিয়ে।
স্মিয়ার (রক্ত) পরীক্ষা	সব দিকেই	সব দিকেই হ্যাঁ

## সমর্থন সূচক পরীক্ষা



কুঁচকোনো অংশ বল পেনের নিব/ ডগা দিয়ে স্পর্শ করা হচ্ছে।

## কুষ্ঠব্যাধির জন্য সমর্থনসূচক পরীক্ষা

কি করে কুষ্ঠরোগ নির্ণয় করা হয়?

ত্বক স্পর্শ করে নির্ণয় করা হয়, এটি খুব সহজ পদ্ধতির মাধ্যমে করা হয়।

ধাপ ১ : হাতের কালো দাগটি কলমের ডগা দিয়ে স্পর্শ করা হয়।

ধাপ ২ : যদি সেখানে কোন সাড় বা হুঁশ না থাকে তাহলে  
হসপিটালে বা অন্য জায়গায় পরবর্তী চিকিৎসার  
জন্য পাঠানো হয়।

# কুষ্ঠরোগের চিকিৎসা

কি করে কুষ্ঠরোগ সেরে যায় ঔষধ নেওয়ার পর (MDT)-এর মাধ্যমে



ঔষধ গভঃ হসপিটালে  
বিনামূল্যে পাওয়া যায়



চিকিৎসার আগে



চিকিৎসার পরে

## কুষ্ঠরোগ চিকিৎসা

কুষ্ঠরোগ (যে কোন সময়ে) সম্পূর্ণ নিরাময় হয় মাল্টি ড্রাগ থেরাপির (MDT) মাধ্যমে

- ঔষধ সম্পূর্ণ বিনামূল্যে গভঃ হাসপাতালে পাওয়া যায়, PHCs এবং CHCs।
- চিকিৎসার স্থায়িত্বকাল ৬- ১২ মাস।
- যে কোন স্টেজ-এর কুষ্ঠরোগ সম্পূর্ণ সেরে যেতে পারে।
- তাতাড়ি সনাক্তকরণ এবং চিকিৎসা কুষ্ঠ সম্পূর্ণ সেরে যেতে পারে।
- রোগের কারণে শরীরের দাগ সেরে যায়/ DPMR কেন্দ্রে সার্জারির মাধ্যমেও সারতে পারে। এই চিকিৎসা বিনামূল্যে হয়।

### কতকগুলি গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট মনে রাখা দরকার

- কুষ্ঠ ব্যকটেরিয়ার কারণে হয়ে থাকে।
- কুষ্ঠরোগের জন্য চামড়া সাদা, লাল হয়ে যায় কোনরকম প্রতিক্রিয়া ছাড়া, এইরকম কোন লক্ষণ দেখা ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করা উচিত।
- কুষ্ঠ MDT-এর মাধ্যমে সম্পূর্ণ নিরাময় করা যায়।
- যেকোন পর্যায়ে সম্পূর্ণ নিরাময় করা যায়। এটা প্রথমে সনাক্ত করা হয়, তারপর প্রাথমিক পর্যায়ের চিকিৎসা, তারপর বিকৃতি প্রতিরোধ করা হয়।
- এই ধরনের চিকিৎসা গভঃ হাসপাতালে বিনামূল্যে করা হয়।
- কুষ্ঠ আক্রান্ত রোগীদের পেনসেন এবং MCR Foot Care দেওয়া হয়।
- কুষ্ঠ আক্রান্ত রোগীদের সঙ্গে কলঙ্কিত বা বৈষম্যমূলক আচরণ করা উচিত নয়।
- সরকারী প্রকল্পের সুবিধা গুলি পাওয়ার জন্য তাদের স্বনির্ভর গোষ্ঠী (SHG) গঠন করা হয়েছে।



# ম্যালেরিয়া

রুগীরা ম্যালেরিয়াতে ভুগছে



স্বাস্থ্যবান ব্যক্তি



ম্যালেরিয়া ছড়ায় ম্যালেরিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির থেকে স্বাস্থ্যবান ব্যক্তির মধ্যে অ্যানাফিলিস মশার কামড়ের মাধ্যমে

# ম্যালেরিয়া কি?

ম্যালেরিয়া কি? এটা কি ভাবে ছড়ায়?

- ম্যালেরিয়া হলো একটি ভেক্টর বাহিত রোগ।
- এটি মানুষের মধ্যে জিনিয়াস অ্যানাফিলিস মশা দ্বারা বাহিত হয়।
- ম্যালেরিয়া একজন আক্রান্ত ব্যক্তির থেকে একজন সুস্থ ব্যক্তির মধ্যে মশার কামড়ের মাধ্যমে ছড়ায়।
- এটি ছড়াতে পারে রক্তের সঞ্চালন, অঙ্গ প্রতিস্থাপন অথবা ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ও সূঁচের মাধ্যমে রক্তে মিশতে পারে।
- পরজীবী রক্তের মাধ্যমে মস্তিষ্কে ও অন্য অঙ্গে ছড়াতে পারে।
- গর্ভাবস্থায় ম্যালেরিয়া মা, ভ্রূন ও নবজাতকের পক্ষে বিপজ্জনক। গর্ভবতী মহিলারা এর সঙ্গে মোকাবিলা করার জন্য সক্ষম নয়। এটা ভ্রূনের উপর বিরূপ প্রতিক্রিয়া ফেলে।

# ম্যালেরিয়ার লক্ষন



রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসা

# ম্যালেরিয়ার লক্ষন গুলি কি কি?

প্রতিদিন জ্বর বা একদিন বাদে বাদে জ্বর সঙ্গে যে কোন নিম্নলিখিত বিষয় গুলি থেকে সন্দেহ করা যেতে পারে যে ম্যালেরিয়া

- শরীর ঠান্ডা হয়ে যাওয়া ও শক্ত হয়ে যাওয়া।
- মাথা ব্যাথা
- বমি বমি ভাব ও বমি হওয়া
- গা ব্যাথা

## রক্ত পরীক্ষা ও চিকিৎসা

- যদি ম্যালেরিয়া রোগের লক্ষন দেখা যায় তাহলে ম্যালেরিয়াকে নিশ্চিত করার জন্য রক্ত পরীক্ষা করতে হবে।
- এটা প্রতিটি সরকারী হাসপাতালে বিনামূল্যে চিকিৎসা করা হয়।
- সমস্ত সরকারী হাসপাতালে বিনামূল্যে চিকিৎসা করা হয়।

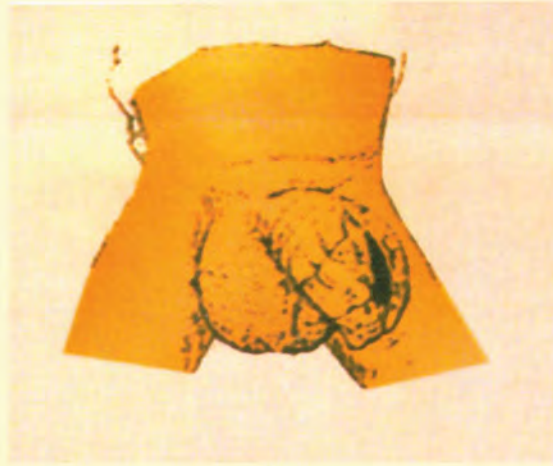
## বাড়ির জন্য বার্তা

- ম্যালেরিয়া মশার কামড়ের মাধ্যমে ছড়ায়।
- যদি জ্বর এবং ঠান্ডা লাগতে থাকে তাহলে ডাক্তারের সঙ্গে পরামর্শ করা উচিত।
- ম্যালেরিয়ার রোগ নির্ণয় এবং পরীক্ষা এবং সমস্ত সরকারী হাসপাতালে বিনামূল্যে করা হয়।
- ম্যালেরিয়া সম্পূর্ণভাবে ঔষধের দ্বারা ঠিক হয়।
- বাড়িতে জল রাখার পাত্র ও পুরানো টিউব সব সময়ে ঢেকে রাখতে হবে।
- মশার কামড় থেকে বাঁচার জন্য মশার কয়েল ও মশারি বাড়িতে ব্যবহার করতে হবে।
- জনসাধারণ ও পঞ্চগয়েত যৌথভাবে চেষ্টা করতে হবে মশার বৃদ্ধি রোধ করার।

## গোদ (ফাইলেরিয়াসিস)



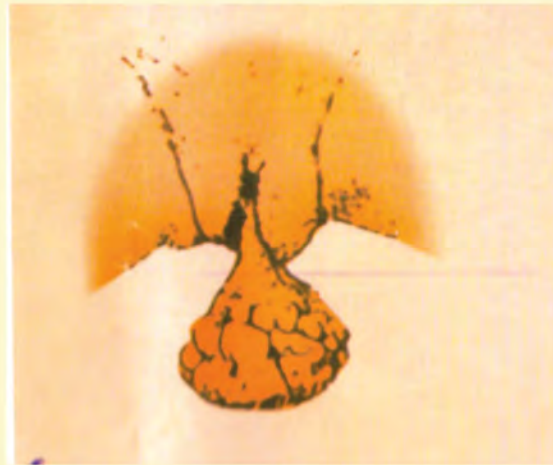
অভকোষ ফুলে যাওয়া



লিঙ্গ



হাত



যোনী



বুক



পা



## ফাইলেরিয়াসিস কি?

### ফাইলেরিয়াসিস কি?

ফাইলেরিয়াসিস হলো একটি রোগ যা মশার কামড় থেকে হয়। এটাকে লিমপ্যাঠিক ফাইলেরিয়াসিস বলে। এই রোগের কারণ হলো একটি পরজীবী যা মশার কামড়ের মাধ্যমে আসে। এটা রক্তনালীর মাধ্যমে ছড়ায় এবং তাদের ধ্বংস করে। এই রোগ মানুষের শরীরে বিভিন্ন অংশে ছড়িয়ে পড়ে।  
পায়ে ফোলা অথবা যৌনাঙ্গ চূড়ান্ত পর্যায়ে লক্ষণ দেখতে পাওয়া যায়।  
যদি রোগকে প্রাথমিক অবস্থায় সনাক্ত করা যায় তবে ঔষধের মাধ্যমে রোগ সারানো যায়।  
এটি যদি চূড়ান্ত পর্যায়ে ধরা পড়ে, তাহলে সার্জারী, ব্যায়াম ইত্যাদির প্রয়োজন হতে পারে।

### কিভাবে রোগ নির্ণয় হয়?

ফাইলেরিয়াসিস রোগে আক্রান্ত সন্দেহে ব্যক্তির রক্ত পরীক্ষা করাতে হবে। রাত্রে যখন ফাইলেরিয়া ব্যাকটেরিয়া সক্রিয় হবে সেই সময় রাত্রে রক্ত নিতে হবে।

### ফাইলেরিয়াসিস কিভাবে আটকানো যায়?

সরকার প্রতি বছর ১১ই নভেম্বর অ্যালবেনডাজল ট্যাবলেট দেয় প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা হিসাবে। সমস্ত লোকেরা তাদের বয়স অনুযায়ী ডাক্তারদের তত্ত্বাবধানে নির্দিষ্ট পরিমাণ অসুখ খায় ( ২ বছরের নীচে বাচ্চা, গর্ভবতী মহিলা এবং ক্রমিক রুগীদের এই ট্যাবলেট খাওয়া উচিত নয়) প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা যেমন মশারি অথবা মশার তেল ব্যবহার করা হয় মশার কামড় থেকে বাঁচতে।

### ফাইলেরিয়াসিস রুগীদের জন্য পরামর্শ:

আক্রান্ত জায়গা জল দিয়ে পরিষ্কার করা উচিত ও শুকনো কাপড় দিয়ে মোছা উচিত। ডাক্তারের পরামর্শ মতো রোজ শরীর চর্চা করা উচিত।

## ম্যালেরিয়া ও ফাইলেরিয়াসিস আটকানো হয় মশা নিয়ন্ত্রন ও নির্মূল করে



জল পানের পাত্র ঢেকে রাখা



মশার কয়েল ব্যবহার করে ধোঁয়া তৈরী করা হয়।



মশারী ব্যবহার করা হয়।



পুকুরে মশার তেল ব্যবহার করে  
মশার বংশ বৃদ্ধি রোধ করা হয়।



লেকের জলে গামবুশি মাছ ছেড়ে মশা  
প্রতিরোধ করা হয়।



ডি.ডি.টি. স্প্রে করে চারদিককে  
পরিস্কার রাখা হয়।

## মশাকে নির্মূল করে ম্যালেরিয়া এবং ফাইলেরিয়া আটকানোর উপায়গুলি কি কি?

### মশার বংশ বৃদ্ধি রোধ করার পদক্ষেপ গুলি কি কি?

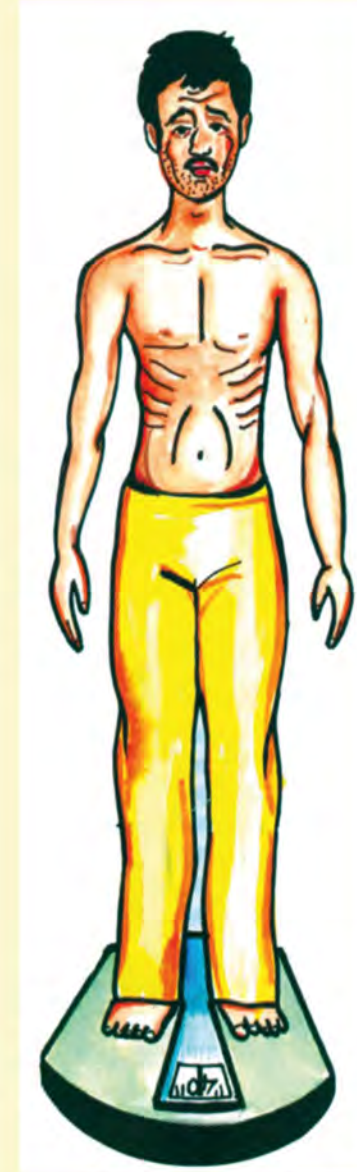
- এক জায়গায় জলকে জমতে না দেওয়া।
- নিকাশী ব্যবস্থাকে উন্নত করতে হবে।
- ময়লা এবং অন্যান্য ব্যবহৃত জিনিস নিকাশী ব্যবস্থাকে যেন বাধাপ্রাপ্ত করতে না পারে।
- নিকাশী ব্যবস্থাকে প্রতিদিন নিয়মিত ভাবে পরিষ্কার করতে হবে।
- বর্জ্য ব্যবস্থাপনার হাওয়া পাইপের মুখে নেট লাগিয়ে দিতে হবে।
- জলের জায়গা, কুঁয়োকে ভালো করে ঢাকতে হবে।
- লেকে, পুকুরে যে অপ্রয়োজনীয় গাছ জন্মায় তা তুলে ফেলতে হবে।
- জল যেন কোন বস্তুর মধ্যে, জল রাখার পাত্রে অথবা জানলার উপর জমতে না পারে বৃষ্টির সময়ে।
- সমস্ত টিউব / টিন / জলরাখার পাত্রে খালি করে সপ্তাহে একবার শুকতে হবে। শুকনো দিবস পালন করুন।
- জল মাটিতে প্রবেশ করার জন্য গর্ত রাখতে হবে।
- প্রতিনিয়ত ধোঁয়া ছাড়তে হবে মশার জন্মাবার জায়গায়।
- গামবুশি, গাঙ্গি মাছ বাড়তে হবে লেকে, পুকুরে এবং অন্যান্য জলের উৎসের মধ্যে।
- জলে কেরোসিন এবং অন্য তেল মেশাতে হবে যেখানে দূষিত জল জমার জায়গায়, এটা লার্ভাকে নিয়ন্ত্রিত করে।

### মশার কামর থেকে বাঁচার জন্য সুরক্ষা সমূহ

- মশারি ব্যবহার করা।
- জাল দিয়ে দরজা ও জানালা বন্ধ করা
- নিম্ন পাতা পুড়িয়ে ধোঁয়া তৈরী করা।
- ম্যাট, তরল, কয়েল, স্প্রে ও রেপিলান্ট ব্যবহার করা।
- পোষা কুকুর, দুধ দেওয়া গরু এবং অন্যান্য প্রাণীদের বাড়ি থেকে দূরে রাখা।
- বাড়িতে হাওয়া চলাচলের জন্য উপযুক্ত ব্যবস্থা রাখা।
- রাত্রে পুরো শরীর ঢাকা জামা ব্যবহার করা উচিত।



# যক্ষা (টি.বি.)



২ সপ্তাহে বা তার বেশী সময়ে ধরে কাশি, মাঝে মাঝে জ্বর কমা বাড়া সঙ্গে রাত্রে ঘাম হওয়া, খাওয়া কমে যাওয়া, ওজন কমে যাওয়া।

## যক্ষা রোগ (টি.বি.) কি ?

কি ভাবে যক্ষা রোগ মানুষকে সংক্রামিত করে :

যক্ষা রোগ মানুষের মধ্যে যে ব্যাকটেরিয়ার মাধ্যমে ছড়ায় তাকে বলে মাইকোব্যাকটেরিয়া যক্ষা যেটা রোগীর থেকে বাতাসের মাধ্যমে অন্যের দেহে ছড়িয়ে পরে।

মানুষের বয়স ও লিঙ্গ নির্বিশেষে যাদের কম রোগ প্রতিরোধ শক্তি থাকে তাদের সংক্রমন হবার ঝুঁকি রয়েছে। যক্ষা রোগীরা হাঁচা বা কাশির সময়ে মুখ ও নাক ঢাকা দিতে হবে।

তারা বাড়িতে অথবা যেখানে প্রচুর লোক সমাগম হয় এমন যায়গায় খুতু ফেলবে না। তারা খুতু ফেলবে কোন বস্ত্রে অথবা জলের পাত্রে পরে যা পুড়িয়ে ফেলা হবে বা ভাসিয়ে দেওয়া হবে।

ডাক্তারের পরামর্শ মতো : ৫ বছরের নিচে বাচ্চাদের চ্যাম্পপ্রোলেক্সিমা ( আইসনিয়াজিড) দেওয়া হয় যদি সেই বাড়িতে যক্ষা রোগী থাকেন।

যক্ষা রোগের লক্ষণ গুলি হলো :

- দুই সপ্তাহের বেশী অবিরাম কাশি।
- রাতে ঘাম দিয়ে বারবার জ্বর আসা
- ক্ষিদে ও শরীরের ওজন কমে যাওয়া।
- বুকে ব্যাথা।
- ক্লান্তি বোধ করা।

যক্ষা রোগের প্রকারভেদ :

এখানে দুই ধরনের যক্ষা রোগ আছে ১) পালমোনারি যক্ষা রোগ। ২) এক্সট্রা পালমোনারি যক্ষা রোগ।

- ১) পালমোনারি যক্ষা রোগ ফুসফুসকে প্রভাবিত করে। এটা রোগীদের মাধ্যমে ছড়ায়, রোগীর খুতু থেকে যখন সে হাঁচে বা কাশে।
- ২) এক্সট্রা পালমোনারি যক্ষা রোগ শরীরের অংশ / অঙ্গকে প্রভাবিত করে যেমন হাতের নীচে, ঘাড়, জরায়ু, হাড়, চামড়া ইত্যাদি। এটা রোগীর থেকে অন্যদের মধ্যে ছড়ায় না।

বারবার রাতে ঘাম দিয়ে জ্বর আসা, ক্ষুদ্রা হ্রাস ও ওজন কমা হচ্ছে সাধারণ উপসর্গ এই দুই রকম যক্ষা রোগের।

## যক্ষা রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসা



কফ সংগ্রহ কেন্দ্র



ডি. এম. সি তে কফ পরীক্ষা



চিকিৎসা



ক্যাট- ১



ক্যাট- ২

ডটস্ চিকিৎসা বিনামূল্যে করা হয়।

### যক্ষা রোগ কাকে বলে ?

যক্ষা রোগ একটি সংক্রামন রোগ। এটি একজন থেকে অন্য জনের মধ্যে থুতুর মাধ্যমে ছড়িয়ে পড়ে।

যে ব্যক্তির কম রোগ প্রতিরোধ শক্তি আছে তার সংক্রামন হবার সম্ভাবনা তত বেশী।

একজন ব্যক্তির দুই সপ্তাহের বেশী কাশি থাকলে তাকে পরীক্ষার জন্য পাঠানো হয়।

যক্ষা রোগীরা হাঁচি বা কাশির সময়ে নাক ও মুখ ঢেকে নেবে।

যক্ষা রোগীরা পুরো চিকিৎসা করাবে।

যক্ষা রোগীরা সম্পূর্ণ সুস্থ হয়ে যায় ডটস চিকিৎসার মাধ্যমে।

যক্ষা রোগের চিকিৎসা সম্পূর্ণ বিনামূল্যে সরকারী হাসপাতালে করা হয়।

পুষ্টিকর খাদ্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ যক্ষা রোগীদের জন্য।

### যক্ষা রোগ কিভাবে নির্ণয় করা হয় :

টিবি / যক্ষা রোগ হয়েছে সন্দেহ হলে থুতু পরীক্ষা জন্য যেকোন সরকারী ব্যবস্থায় পাঠানো হয়।

দুটি নমুনা দেবার জন্য ( খুব সকালে এবং ল্যাবরেটোরিতে নমুনা দেওয়া সঙ্গে সঙ্গে)

ল্যাবরেটোরি থেকে ল্যাবরেটোরির পরীক্ষক একটি পাত্র দেবে যেটাতে সকালে থুতু সংগ্রহ করে ল্যাবরেটোরিতে পাঠাতে হবে।

একবার থুতু পরীক্ষা অথবা রোগ নির্ণয় হয়ে গেলে একটি পুরো কোর্স টিবির অসুখ খেতে হবে।

### ডটস কি ?

সরাসরি চিকিৎসার পর্যবেক্ষণ (ডটস),

সংক্ষিপ্ত কোর্স , ডটস চিকিৎসার সময়ে ডটস প্রদানকারীর উপস্থিতি ডটস-এর চিকিৎসা করতে হবে।

ডটস মেডিসিন দুই প্রকার :

ডটস মেডিসিন দুই ভাগ

ক্যাট - ১ এই অসুখ সেই রুগীকে দেওয়া হয় যারা টিবিতে প্রথমবার সংক্রামিত হয়েছে। চিকিৎসা ৬ মাস ধরে চলে।

ক্যাট - ২ এই অসুখ যাদের দ্বিতীয়বার টিবি হয়েছে অথবা চিকিৎসা করাতে করাতে ছেড়ে দিয়েছিল সেই রুগীদের।

চিকিৎসার সময় ৯ মাস।

ডটস-এর অসুখ সম্পূর্ণ বিনামূল্যে পাওয়া যায়। এই অসুখ সমস্ত সরকারী হাসপাতালে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে পাওয়া যায়।

চিকিৎসা চলার সময়ে প্রতি দুমাস একবার থুতু পরীক্ষা করাতে হবে চিকিৎসার উন্নতি বোঝার জন্য।

টিবি ডটস ওষুধের মাধ্যমে সম্পূর্ণ নিরাময় হয়। পুষ্টিযুক্ত খাবার গুরুত্বপূর্ণ ডটস চিকিৎসা চলার সময়ে।

টিবির জন্য ক্যাট / ডটস অসুখের সম্পূর্ণ কোর্স করা হলে তবে এটা মাল্টি ড্রাগ প্রতিরোধী যক্ষা তৈরী হয় যেটা

অসুখে সারে না। এই কারণে টিবির পুরো ওষুধ খেতে হবে।

এইচ. আই. ভি. - টিবি-র একত্রে সংক্রামন : উপরে বর্ণিত টিবি আক্রান্ত লোকেদের কম রোগ প্রতিরোধ শক্তি থাকে।

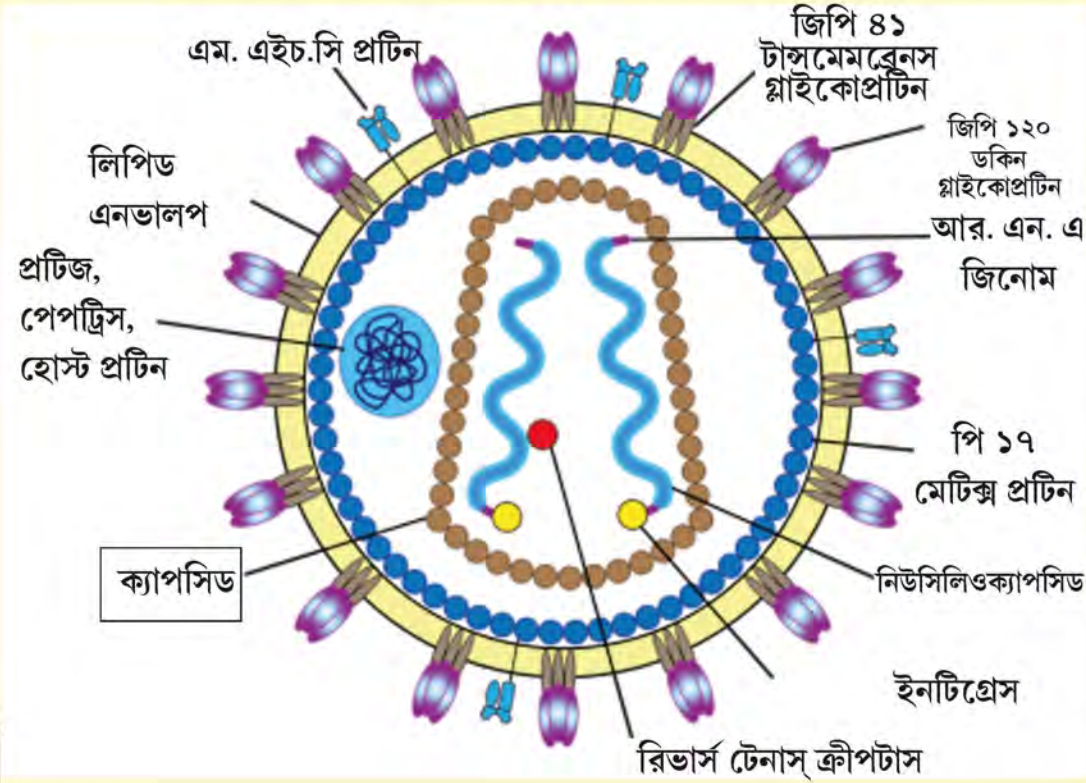
এইচ. আই. ভি. আক্রান্ত লোকেদের মধ্যে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে আসে এবং টিবিতে সহজে আক্রান্ত হয়ে পড়ে।

সেইজন্য এইচ. আই. ভি. আক্রান্ত লোকেদের নির্দিষ্ট সময়ে পরপর টিবি পরীক্ষা করা উচিত।

### বাড়ির জন্য বার্তা

- টিবি হলো একটি সংক্রামন ব্যাধি যা থুতুর মাধ্যমে একজন থেকে আরেক জনের শরীরে ছড়িয়ে পড়ে।
- মানুষ যার কম রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা রয়েছে তাদের সংক্রামনের ঝুঁকি বেশী থাকে।
- যে ব্যক্তি দুই সপ্তাহের বেশী কাশি করে তার থুতু পরীক্ষা করানো উচিত।
- হাঁচি ও কাশির সময়ে টিবি রুগীরা মুখ ও নাক ঢেকে নেবে।
- টিবি রুগীরা পুরো চিকিৎসা করাবে।
- টিবি সম্পূর্ণ নিরাময় হয় ডটস চিকিৎসা দ্বারা।
- টিবি চিহ্নিতকরণ চিকিৎসা সম্পূর্ণ বিনামূল্যে সরকারী পরিষেবায় পাওয়া যায়।
- পুষ্টি খাদ্য খুবই প্রয়োজনীয় টিবি রুগীদের জন্য।

# এইচ. আই. ভি/ এইডস্



এইচ. আই. ভি  
এইচ. - হিউম্যান  
আই. - ইমিউনো  
ভি. - ভাইরাস

এইডস্  
এ - অ্যাকোয়ার্ড  
ই - ইমিউনো  
ড - ডিফিসিয়েন্স  
স্ - সিনড্রোম

এইচ. আই. ভি কি?

এইচ. আই. ভি হলো হিউম্যান ইমিউনোডেফিসিয়েন্স ভাইরাস এটা শরীরের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে আক্রমণ করে। শরীরের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার একটি সংকলন প্রক্রিয়া যা শরীরকে সংক্রমণ থেকে রক্ষা করে রোগ প্রতিরোধক ব্যবস্থা প্যাথজেনকে চিহ্নিত করে এবং মেরে ফেলে অথবা শরীরের বাইরের বস্তুকে যেমন ভাইরাস, ব্যাকটেরিয়াকে মেরে ফেলে।

এইচ. আই. ভি হলো একটি ভাইরাস যা রোগ প্রতিরোধক ব্যবস্থাকে আক্রমণ করে ও তাকে ভেঙে ফেলে বিশেষত সি.ডি -৪ কোষ। সি.ডি -৪ কোষ হলো সেটা যেটা শরীরকে বিভিন্ন রোগের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সাহায্য করে।

এইডস কি?

এইডস হলো অ্যাকোয়ার্ড ইমিউনো ডিফিসিয়েন্স সিনডোম । এটা শরীরের এমন একটা অবস্থা যেটা অনেক রোগের গুচ্ছসমূহ দ্বারা এইচ. আই. ভি আক্রান্ত ব্যক্তির শরীরের রোগ প্রতিরোধক ব্যবস্থাকে হ্রাস করে একটি নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে।

কিভাবে এইচ. আই. ভি এবং এইডস আলাদা ?

এইচ. আই. ভি হলো একটি ভাইরাসের নাম, এইডস হলো একটা অবস্থা যেটা ভাইরাসের কারণে ঘটে । এইচ. আই. ভি ৮- ১০ বছর সময়ে লাগে এইডস -এ পরিবর্তিত হতে পারে।

এইচ. আই. ভি এবং এইডস রক্ষা পরীক্ষা দ্বারা চিহ্নিত হবে।

## সংক্রামনের মাধ্যম



অসুরক্ষিত যৌন সংযোগ



ইন্জেকসনের সূঁচ একত্রে ব্যবহার করা



সংক্রামিত মায়ের থেকে বাচ্চার মধ্যে



অসুরক্ষিত রক্ত দেওয়া

উপরের চারটি পদ্ধতির মাধ্যম এইচ. আই. ভি. মানুষকে আক্রান্ত করে। অন্য কোন ভাবে যেমন মশার কামড়, একসঙ্গে খেলা, একসঙ্গে খাওয়া ইত্যাদি, মানুষ সংক্রামিত হয়ে পড়ে

## প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা



যৌন সম্পর্কের সময়ে কন্ডোম ব্যবহার করা



সবসময়ে পরিহার যোগ্য / জীবানু বিহীন সূঁচ এবং সিরিঞ্জি ব্যবহার করা।



গর্ভাবস্থায় এইচ. আই. ভি. পরীক্ষা করা।



সব সময়ে এইচ. আই. ভি. পরীক্ষিত রক্ত ব্যবহার করা উচিত

## সংক্রামনের মাধ্যম ও প্রতিরোধ প্রক্রিয়া

কি করে এইচ. আই. ভি. ছড়ায় ? এইচ. আই. ভি. ছড়িয়ে যায় প্রধানত চারটে কারণে :

- ১) অসুরক্ষিত যৌন সংযোগ
- ২) ব্যবহৃত সূঁচ / সিরীঞ্জ / ল্যান্যাসট এর পুনরায় ব্যবহার।
- ৩) একজন সংক্রমিত মায়ের থেকে শিশুর
- ৪) এইচ. আই. ভি. রক্তের দ্বারা সংক্রমিত হয়।

কি করে এইচ. আই. ভি. ছড়ায় না ?

- এইচ. আই. ভি. সংক্রমিত মানুষের সাথে থাকলে
- খাবার ভাগ করলে একজন সংক্রমিত মানুষের সাথে।
- মশার কামড়ে।
- একজন সংক্রমিত মানুষের সাথে হাত মেলালে বা স্পর্শ করলে।
- বাথরুম ভাগ করলে একজন সংক্রমিত মানুষের সাথে।

কি করে এইচ. আই. ভি. / এইডস্ - এর থেকে প্রতিরক্ষা করব :

- নৈমিত্তিক সেক্স থেকে বিরত থাকা এবং আপনার সঙ্গীর প্রতি বিশ্বস্ত থাকা।
- যৌন মিলনের সময় কনডোম ব্যবহার করা (সরকারি স্বাস্থ্য কেন্দ্র, ঔষুধের দোকান ও সাধারণ দোকান -এ পাওয়া যায়, মেয়াদ শেষের দিন দেখে নিন এবং সঠিকভাবে ও ধারাবাহিক ভাবে ব্যবহার করুন)

সূঁচ / সিরীঞ্জ / ল্যান্যাসট এর ব্যবহার :

- রক্তের পরিষ্কা বা চিকিৎসার জন্য গেলে দেখে নিতে হবে নিষ্পত্তি যোগ্য সূঁচ / ব্যবহৃত সিরীঞ্জ ব্যবহার হচ্ছে কিনা।
- ইনজেকশনের মাধ্যমে মাদক নেওয়া থেকে বিরত থাকা এবং সূঁচ / সিরীঞ্জ ভাগাভাগি না করা।
- সূঁচ / সিরীঞ্জ ব্যবহার করার পর তা যেন ফেলে দেওয়া হয়, সেটা সুনিশ্চিত করা।
- গর্ভাবস্থায় এইচ. আই. ভি. পরীক্ষা করা।
- সঠিক সময়ে ঔষুধ প্রদান একজন সংক্রমিত মা-এর থেকে শিশুকে প্রতিরোধ করতে পারে (ঔষুধ-এর একটা ডোজ নেভিরাপাইন) মাকে প্রসবের সময় এবং বাচ্চার জন্মের পর দিতে হবে, যা যে কোন মেডিক্যাল কলেজ, জেলা হাসপাতাল, কমিউনিটি স্বাস্থ্য কেন্দ্রে বিনামূল্যে দেওয়া হয়।

এইচ. আই. ভি. সংক্রমিত রক্ত বা রক্তের দ্রব্য

- যদি আপনার বা আপনার পরিবারের সদস্যর কোন রক্তের প্রয়োজন হলে সুনিশ্চিত করতে হবে লাইসেন্সকৃত ব্লাডব্যাঙ্ক থেকেই যেন নেওয়া হয়।
- ব্লাডব্যাঙ্ক -এ নিশ্চিত করে নিতে হবে এইচ. আই. ভি. -র স্ট্রিনিং স্টিকার রক্তের ব্যাগ থাকবে তা দেখে নিতে হবে।



## এইচ. আই. ভি. সংক্রান্ত স্বাস্থ্য পরিষেবা আপনার এলাকায়



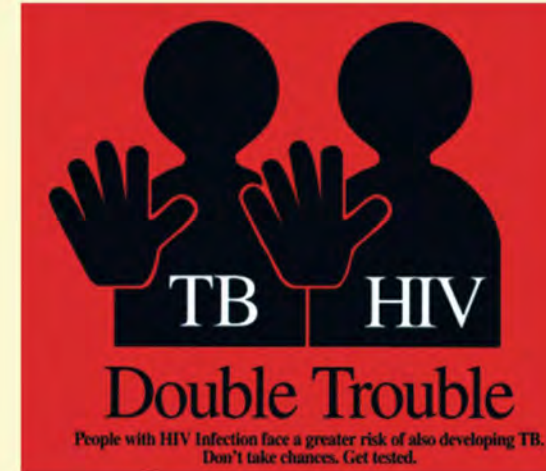
এইচ. আই. ভি. -র পরীক্ষাগার



আবশ্যিক এইচ. আই. ভি. স্ক্রিনিং টেস্টিং



এ. আর টি সেন্টার



এইচ. আই. ভি. টিবি ক্রস রেফারাল

### ইন্টিগ্রেটেড কাউন্সেলিং এবং টেস্টিং সেন্টার ( আই সি টি সি )

এইচ. আই. ভি. পরীক্ষার আই সি টি সি সব জেলা হাসপাতাল, উপ জেলা হাসপাতাল এবং কমিউনিটি স্বাস্থ্য কেন্দ্রে বিনা খরচায় করা হয়।  
আই সি টি সি-এ কাউন্সেলিং এর আগে এবং পরে প্রশিক্ষিত কাউন্সিলার দ্বারা পরীক্ষা করা হয় এবং পরীক্ষা ফল গোপন রাখা হয়।

এইচ. আই. ভি. স্ক্রিনিং / টেস্টিং গর্ভবতী মহিলাদের জন্য বাধ্যতামূলক এটি একটি প্রাথমিক পর্যায়ের এইচ. আই. ভি. শনাক্তকরণ পরীক্ষা যা সংক্রামন মায়ের থেকে শিশুতে সংক্রামনের থেকে প্রতিরোধ করতে পারে (যদি মা এইচ. আই. ভি. পজিটিভ হয়, তাহলে সি. এইচ. ভি. তাকে নিকটতম পি.পি.টি.সি.টি. / আই.সি.টি.সি. / এ.আর.টি. সেন্টারে এ.আর.ভি. ঔষুধ নেওয়ার জন্য পরামর্শ দেয়।)

### সি.ডি. ৪ পরীক্ষা :

একটি সি.ডি.৪ গণনা করা হয় একটি গবেষণাগারে রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে, যাতে রক্তের নমুনায় সি.ডি.৪ টি. লিম্ফোসাইট (সি.ডি.৪ কোষ) এর সংখ্যা কত পরিমাণে আছে তা দেখা হয়। যদি কোন মানুষ এইচ. আই. ভি.তে আক্রান্ত হয়, তাহলে তার ভাল করে লক্ষ্য করা উচিত, তার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কতটা কাজ করছে এবং তার এইচ. আই. ভি. অগ্রগতির প্রবনতা কেমন। সি.ডি.৪ কোষ ( টি কোষ বা টি- সাহায্যকারী সেল বলা হয়) হল শ্বেতরক্তকনিকার একটি ধরণ যা মানবদেহকে সংক্রামনের হাত থেকে রক্ষা করতে একটি প্রধান ভূমিকা পালন করে। তারা যখন ভাইরাস বা ব্যাকটেরিয়ার মতো “অনুপ্রবেশকারীদের” শনাক্ত করে তখন শরীরে ইমিউন প্রক্রিয়াকে সংকেত পাঠায়।

### অ্যান্টি- রিট্রোভিরাল থেরাপি (এ.আর.টি.)

এ.আর.টি. হল তিনটি ভিন্ন ঔষুধের সংমিশ্রণ। ইহা সেইসব মানুষকে দেওয়া হয় যারা এইচ. আই. ভি.তে আক্রান্ত এবং ভাইরাসের প্রভাব হ্রাস করতে পারে। এই সুবিধা কিছু কিছু জেলা হাসপাতালে এবং মেডিক্যাল কলেজে পাওয়া যায়।

### এইচ. আই. ভি.- টি.বি. ক্রস রেফারাল

টি.বি. সবচেয়ে সাধারণ সংক্রামন (O1), অসুস্থতার সবচেয়ে সাধারণ কারণ এবং মৃত্যুর প্রধান কারণ পি. এল. এইচ. আই. ভি.।

সকল এইচ. আই. ভি. পজিটিভ মানুষকে কোন দায়িত্ব প্রাপ্ত অনুবীক্ষণ যন্ত্র ব্যবহারকারী সেন্টার (ডি.এম.সি.) -এ টি.বি. স্ক্রিনিং করা উচিত এবং সকল টি.বি. সংক্রামনকারীকে এইচ. আই. ভি. টেস্ট ( আই.সি.টি.সি.) করা উচিত যাতে তাড়াতাড়ি রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসা করা যায়।

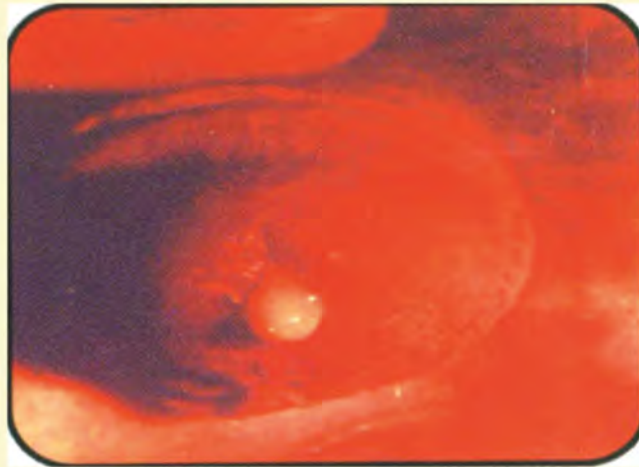
সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) এবং রিপ্ৰোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান (আর.টি.আই.এস.)



সাদা জ্বাব



তলপেটে ব্যাথা



লিঙ্গ থেকে পুঁজ বেরোনো



ফোসকা / উপরের লিঙ্গের ক্ষত

## এস.টি.আই. এন্ড আর.টি.আই.

সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) এর কারণ একজন থেকে অন্য মানুষের মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে যৌন সম্পর্কের দ্বারা। এই সংক্রামনের কোন লক্ষণ দেখা যায় না সাধারণত ডাক্তারি ভাষায় সংক্রামনকে তখনই রোগ বুলি যখন কোন লক্ষণ দেখা যায়।

ফিমেল রিপ্রোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান ( আর.টি.আই.এস.) ইহা হতে পারে প্রজনননালীর উপরের অংশ যা ফিলোপাইন টিউবের সাথে যুক্ত ডিম্বাশয় এবং জরায়ু অথবা নিচের দিকের প্রজনননালীতে, ইহা যুক্ত কোষ এবং স্ত্রীযোনিদ্বার-এর সাথে।

রিপ্রোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান ( আর.টি.আই.এস.) সেরে যায়, যদি চিকিৎসা সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) এর করা হয় তাহলে তার নিরাময় হয়।

সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস)	রিপ্রোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান ( আর.টি.আই.এস.)
স্বাভাবিক যোনিস্রাবের তুলনায় বেশী হয়। পেনিস ও মলদ্বার থেকে স্রাব হওয়া। যৌনাঙ্গে বা পায়ুসংক্রান্ত এলাকায় চুলকানি। যৌনাঙ্গে বা পায়ুসংক্রান্ত এলাকায় ক্ষত বা ফুসকুঁড়ি, কখনও আবার মুখের মধ্যে দেখা যায়। স্রাবের গতিবিধির সময় ব্যাথা। বেদনাদায়ক এবং ঘনঘন মূত্রত্যাগ। কুঁচকিতে ফোলা। জ্বর, মাথা ব্যাথা, অসুস্থতার মতো সাধারণ অনুভূতি। পেলভিক ব্যাথা মাসিকের সঙ্গে সম্পর্কিত না	সাদা স্রাব। তলপেটে ব্যাথা। মূত্রত্যাগ বানিং হওয়া। যোনিতে চুলকানি। কোষ বা মূত্রনালি থেকে পুঁজ বেরোনো যোনিতে ক্ষত ক্যান্সার কুঁচকির লিম্ফাডেনোপ্যাথী (লিম্ফ নোড পরিবর্তন) যোনি ফোলা

১০ শতাংশ মানুষ সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) -এর ভুগছেন যারা এইচ. আই. ভি দ্বারা সংক্রামিত হতে পারেন। সঠিক ঔষুধ ও চিকিৎসার মাধ্যমে সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস.) নিরাময় করা যায়।

সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) এবং রিপ্রোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান ( আর.টি.আই.এস.) এর জন্য বিনামূল্যে চিকিৎসা ও রোগ নির্ণয়-এর ব্যবস্থা আছে।

এইচ. আই. ভি. / এইডস্ এর থেকে জীবন রক্ষা



### এইচ. আই. ভি. / এইডস্ এর উপর গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট :

- এইচ. আই. ভি. ভাইরাসের নাম। এইডস্ এই ভাইরাসের দ্বারা সৃষ্টি হয়। সাধারনত ৮- ১০ বছর লাগে এইচ. আই. ভি. থেকে এইডস্ হতে। এইচ. আই. ভি. এবং এইডস্ রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে নির্ণয় করা হয়।
- এইচ. আই. ভি. ছড়িয়ে পড়ে - ১) অসংরক্ষিত যৌন সম্পর্ক, ২) সূঁচ ভাগ করা, ৩) সংক্রামিত মা-এর থেকে বাচ্চার, ৪) রক্ত সংক্রামন।  
সময়মত পরীক্ষা এবং ঔষুধ সংক্রামিত মায়ের থেকে শিশুকে রক্ষা করতে পারে। একটা ঔষুধের ডোজ শিশুর প্রসবের সময় ও জন্মের পর বিনামূল্যে পাওয়া যায় মেডিক্যাল কলেজ, জেলা হাসপাতাল এবং কমিউনিটি স্বাস্থ্য কেন্দ্রে।
- সংক্রামিত মানুষের সাথে থাকলে তা ১০ গুন বেশী এইচ. আই. ভি./এইডস্ হবার সম্ভাবনা রয়েছে।
- এইচ. আই. ভি. পরীক্ষা আই. সি. টি. সি. এস. যা সব জেলা হাসপাতাল, উপজেলা হাসপাতাল এবং কমিউনিটি স্বাস্থ্য কেন্দ্রে বিনামূল্যে করা হয়। আই. সি. টি. সি. এস.-এ কাউন্সেলিং এর আগে এবং পরীক্ষার পরে প্রশিক্ষিত কাউন্সিলার এর দ্বারা করা হয়, এখানে পরীক্ষার ফল গোপন রাখা হয়।
- এ.আর.টি. ঔষুধ বিনামূল্যে জেলা হাসপাতাল, মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালে পাওয়া যায়।
- এইচ. আই. ভি.- টি.বি. ক্রস রেফারেল বাধ্যতামূলক।
- সেক্সুয়ালি ট্রান্সমিটেড ইনফেকশান (এস.টি.আই.এস) এবং রিপ্ৰোডাক্টিভ ট্রাক ইনফেকশান ( আর.টি.আই.এস.) বিনামূল্যে চিকিৎসা ও রোগ নির্ণয় গভঃ প্রাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্রে করা হয় এবং এটা নিরাময় যোগ্য।

### বাড়ির জন্য বার্তা :

- এইচ. আই. ভি. যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে।
- এইডস্ -এর কোন প্রতিকার নেই এবং এটা নিজেদের দায়িত্ব নিয়ে প্রতিরোধ করা যায় সংক্রামিত হবার থেকে
- এইচ. আই. ভি. উচ্চ ঝুঁকি সম্পন্ন আচরনের থেকে দূরে থাকুন।
- পরিচয় প্রকাশ ব্যতীত পরীক্ষা করা যায়, তা ব্যবহার করুন।
- এইচ. আই. ভি. আক্রান্তরা সুস্থ ও স্বাভাবিক জীবনধারা গ্রহন করতে পারেন প্রতিষেধক ঔষুধের দ্বারা।
- জৈবিক ও সামাজিক কারণে এইচ. আই. ভি. হতে পারে, ভারতে নারী সংক্রামন হয় ৪০ শতাংশ।