

যক্ষ্মা কী?

যক্ষ্মা একটি বায়ু-বাহিত ব্যাক্টেরিয়া ঘটিত রোগ। এটি গুরুতর স্বাস্থ্য সমস্যা ঘটাতে পারে – বিশেষ করে যদি সেটি দ্রুত না ধরা না পড়ে। কিন্তু যক্ষ্মা চিকিৎসা করে সারানো যায়, এবং এর পরীক্ষা ও চিকিৎসা হল বিনামূল্য ও গোপনীয়।

যক্ষ্মা দেহের যে কোনো অংশকে প্রভাবিত করতে পারে। কিন্তু ফুসফুস বা গলায় যক্ষ্মা হল একমাত্র সংক্রমক প্রকারের যক্ষ্মা, যেটি অন্যান্য মানুষদের মধ্যে ছড়িয়ে পড়তে পারে।

যক্ষ্মা সারানো যায় এবং তার চিকিৎসা সবার জন্য বিনামূল্য ও গোপনীয়

কীভাবে যক্ষ্মা হয়?

যখন কেউ সংক্রমক যক্ষ্মার কাশি দ্বারা আক্রান্ত হয় অথবা হাঁচে, তখন তারা বায়ুতে জলকণা ছড়িয়ে পড়ে যাতে যক্ষ্মার বীজাণুটি থাকে। আপনার ভিতরে এই ব্যাক্টেরিয়া প্রচুর পরিমাণে যেতে হবে, যার ফলে আপনার যক্ষ্মা হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যেতে পারে। তাই আপনার যক্ষ্মা হতে পারে যদি আপনি এমন কোনো ব্যক্তির সাথে বসবাস করেন অথবা অনেক সময় কাটান, যাঁর সংক্রমক যক্ষ্মা আছে।

কিছু মানুষ যক্ষ্মার বীজাণু নিঃশ্বাসের সাথে গ্রহণ করার পরপরই অসুস্থ হয়ে পড়েন। কিছু মানুষদের মধ্যে ব্যাক্টেরিয়াটি দেহের মধ্যে লুকোনো থাকে তাদের অসুস্থ না করেই। এটিকে বলা হয় লুকোনো যক্ষ্মা। কিন্তু লুকোনো যক্ষ্মা 'সক্রিয়' হতে পারে, মাঝেমাঝে কয়েক বছর পরে, এবং আপনাকে অসুস্থ করে তুলতে পারে। এটি বিশেষ করে হতে পারে যখন কোনো অসুস্থ বা অন্যান্য চাপ আপনার রোগ-প্রতিরোধ করার ক্ষমতাকে দুর্বল করে তোলে।

উপসর্গগুলি:

- ৩ সপ্তাহ ধরে কাশি
- ওজন কমা
- জ্বর
- রাতে ঘাম হওয়া
- ক্লান্তি বা শ্রান্তি
- খিদে না হওয়া

যক্ষ্মার উপসর্গগুলি ধীরে ধীরে দেখা যেতে পারে এবং আপনার সেগুলির সব কটি নাও থাকতে পারে। আপনার দৃষ্টি হলে সবসময়ে একজন ডাক্তারের পরামর্শ নেন।

কাদের যক্ষ্মা হতে পারে?

যে কোনো ব্যক্তির যক্ষ্মা হতে পারে, কিন্তু কিছু ব্যক্তি অন্যান্যদের চেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকেন। আপনার যক্ষ্মা হওয়ার ঝুঁকি বেশি হবে যদি আপনি:

- জন্মান বা আপনার সাহারা-নিকটবর্তী আফ্রিকা, দক্ষিণ এশিয়া, পূর্ব ইউরোপের কিছু অংশ বা অন্যান্য দেশ যেখানে উচ্চমাত্রায় যক্ষ্মা দেখা যায় সেখানের সঙ্গে যোগাযোগ থাকে
- গৃহহীন হন অথবা বায়ু-চলাচল করে না বা অতিরিক্ত মানুষ বাস করে এমন জায়গায় থাকেন
- মাদক বা মদ সেবন করেন
- দুর্বল রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী হন, HIV বা অন্যান্য অসুস্থের কারণে

আমাকে কী পদক্ষেপ নিতে হবে?

যদি আপনার মনে হয় যে আপনার যক্ষ্মা আছে অথবা আপনি যক্ষ্মার ব্যাক্টেরিয়া নিঃশ্বাসের সাথে গ্রহণ করেছেন, তবে অবিলম্বে একজন ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করুন।

যত দ্রুত আপনার চিকিৎসা করা হবে তত কম সম্ভাবনা থাকবে আপনার গুরুতর অসুস্থ হতে বা অন্য কোনো ব্যক্তিকে যক্ষ্মার দ্বারা সংক্রমিত করতে।

যদি আপনার যক্ষ্মা থেকে থাকে, আপনাকে দেওয়া হবে অ্যান্টিবায়োটিক ওষুধ যা আপনার যক্ষ্মাকে সারাতে পারবে। একজন যক্ষ্মার বিশেষজ্ঞ নার্স আপনাকে চিকিৎসার পুরো সময়ে সহায়তা করবেন।

তথ্যের উৎস ও সাহায্যতা

যক্ষ্মা সম্পর্কে চিহ্নিত ব্যক্তিদের জন্য সহায়তা ও পরামর্শ

TB Alert (টিবি অ্যালার্ট)

ফোন: 01273 234029

ই-মেল: info@tbalert.org

www.thetruthabouttb.org

www.tbalert.org

যক্ষ্মা সম্পর্কে তথ্য এবং একটি পরিষেবা অনুসন্ধানকারী

NHS Choices (এন-এইচ-এস চয়েসেস)

www.nhs.uk