TB Alert (যক্ষা সতর্কীকরণ) সম্পর্কিত

যক্ষা সতর্কীকরণ (টিবি অ্যালার্ট) হচ্ছে একটি অনন্য দাতব্য কর্মসূচি, যা যুক্তরাজ্যে যক্ষা সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করে এবং রোগীদেরকে তথ্য প্রদানের মাধ্যমে এনএইচএস-এর কাজে সহায়তা প্রদান করে।
সকল রোগী যাতে যথাযথ চিকিৎসা লাভ করতে পারেন তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা উন্নয়নশীল দেশগুলোতে বিভিন্ন প্রকল্পে সহায়তা প্রদান করি। আপনাদের সহায়তায় আমরা যক্ষার প্রভাবের উপর বিশ্বব্যাপী একটি ইতিবাচক প্রভাব রাখতে পারি এবং আরো বেশি জীবন রক্ষা করতে পারি।

TB Alert (যক্ষা সতর্কীকরণ) সম্পর্কিত আরো তথ্য

যদি আপনার যক্ষা থাকে এবং এটি সম্পর্কে এমন কারো কাছ থেকে আরো জানতে চান যার এই রোগটি ছিল, তাহলে পল মেহো-এর লেখা "The Tuberculosis Survival Handbook" নামক একটি বই (দ্বিতীয় সংস্করণ) আছে। এই বইটির দাম £14.95 এবং পাওয়া যাবে স্থানীয় বইয়ের দোকানগুলোতে, গ্যাজেলা বুক সার্ভিসেস ও www.amazon.co.uk, অথবা সরাসরি প্রকাশকের কাছ থেকে, Merit Publishing International ওয়েবসাইটে www.meritpublishing.com অথবা merituk@aol.com ঠিকানায় ইমেইল করে। বইটি অর্ডার দেয়ার জন্য রেফারেন্স নম্বর হচ্ছেঃ ISBN 1 873413 14 9.

ওয়েবসাইট www.tbsurvivalproject.org

আপনার পরিবার ও বন্ধুদেরকে যক্ষা থেকে সুরক্ষিত রাখুন-যক্ষার সব ঔষধ সেবন করুন

মনে রাখবেন আপনার পুরো চিকিৎসাকালীন সময়ে আপনাকে সাহায্য করা ও পরামর্শ দেয়ার জন্য এখানে যক্ষার নার্স রয়েছেন। যদি আপনি আপনার চিকিৎসায় অসুস্থ বোধ করেন অথবা আপনার ঔষধ সম্পর্কিত কোনো বিষয়ে যদি আপনি নিশ্চিত না হন তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার টিবি (যক্ষা) নার্সের সাথে যোগাযোগ করুন।

আপনার যক্ষার নার্স হচ্ছেনঃ ____________________

আপনার হাসপাতালের ডাক্তার হচ্ছেনঃ ____________________

যোগাযোগের নম্বরঃ ____________________

ই-মেইলঃ ____________________

TB Alert (যক্ষা সতর্কীকরণ) হচ্ছে একটি অনন্য দাতব্য কর্মসূচি, যা যুক্তরাজ্যে যক্ষা সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করে এবং রোগীদেরকে তথ্য প্রদানের মাধ্যমে এনএইচএস-এর কাজে সহায়তা প্রদান করে। সকল রোগী যাতে যথাযথ চিকিৎসা লাভ করতে পারেন তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা উন্নয়নশীল দেশগুলোতে বিভিন্ন প্রকল্পে সহায়তা প্রদান করি। আপনাদের সহায়তায় আমরা যক্ষার প্রভাবের উপর বিশ্বব্যাপী একটি ইতিবাচক প্রভাব রাখতে পারি এবং আরো বেশি জীবন রক্ষা করতে পারি।

TB Alert,
Community Base,
113 Queens Road,
Brighton BN1 3XG
ফোনঃ 01273 234030

আরো তথ্যের জন্য অথবা এই লিফলেটের কপির জন্য, অনুগ্রহ করে 01273 234 770 নম্বরে যোগাযোগ করুন (শুধুমাত্র অফিস চলাকালীন সময়ে)।

TB Alert সাহায্য করতে দান করার জন্য অথবা স্বেচ্ছাসেবা প্রদানের জন্য, অনুগ্রহ করে 01273 234 784 নম্বরে যোগাযোগ করুন (শুধুমাত্র অফিস চলাকালীন সময়ে)।

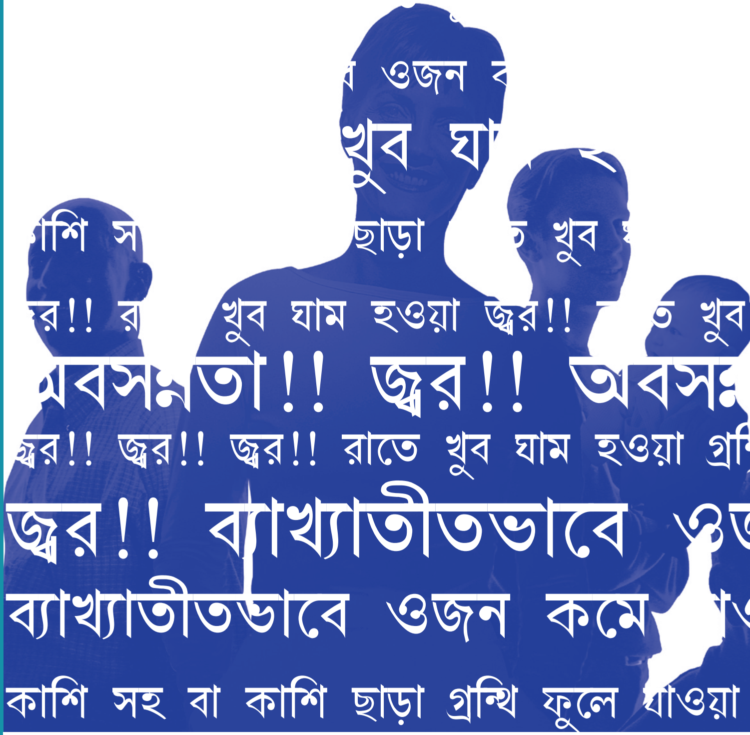
অথবা www.tbalert.org ঠিকানায় আমাদের ওয়েবসাইটে যান

যক্ষার চিকিৎসা সম্পর্কে এই লিফলেটে তথ্য প্রদানের মাধ্যমে আপনার নার্স/ডাক্তার বা স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী অন্য পেশাজীবীদের জ্ঞান, অভিজ্ঞতা, দক্ষতা ও মূল্যায়নের বিকল্প প্রদান করা এর উদ্দেশ্য নয়। এই লিফলেটে প্রদত্ত কোনো তথ্য যক্ষার চিকিৎসার কাজে সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষেত্রে ব্যবহার করা এর উদ্দেশ্য নয়। আপনার চিকিৎসা সম্পর্কিত যে কোনো প্রশ্ন বা উদ্বেগ স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী পেশাজীবীকে অবহিত করা উচিত।

মূল উন্নয়ন কাজটি করেছে নর্থ ওয়েস্ট লন্ডন টিবি নেটওয়ার্ক

সীমিত গ্যারান্টি সহ একটি কোম্পানি ইংল্যান্ডে নিবন্ধন নংঃ 3606528 নিবন্ধিত দাতব্য প্রতিষ্ঠান নংঃ 1071886 ডিজাইনঃ **worksong**, london 020 8352 8300

যক্ষার (টিবির) জন্য সংস্পর্শ শনাক্তকরণ ও পরীক্ষা



যক্ষা কী?

যক্ষা (টিবি) একটি ব্যাকটেরিয়াঘটিত সংক্রমণ, যা অধিকাংশ ক্ষেত্রে ফুসফুসে পাওয়া যায় কিন্তু এটি দেহের যে কোনো অংশকে আক্রান্ত করতে পারে। ঔষধের একটি কোর্সের মাধ্যমে যক্ষা নিরাময় করা যায়, যা সাধারণত ৬ মাস ধরে চালিয়ে যেতে হয়। শুধুমাত্র ফুসফুস বা গলার যক্ষা সংক্রমণ ছড়াতে পারে এবং অধিকাংশ মানুষ সঠিক ঔষধ গ্রহণ করার দুই সপ্তাহের মধ্যেই আর সংক্রামক থাকেন না।

কীভাবে যক্ষা ধরা পড়ে?

ফুসফুস বা গলার সংক্রমণযোগ্য যক্ষায় আক্রান্ত কেউ কাশি বা হাঁচি দিলে, জীবাণুগুলো বাতাসে ক্ষুদ্র বিন্দুর আকারে ছড়িয়ে পড়তে পারে এবং অন্যরা সেগুলো নিঃশ্বাসের সাথে গ্রহণ করতে পারে। সেই সব ব্যক্তিদের যক্ষায় আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে যারা যক্ষা রোগীর সাথে দীর্ঘ সময় অতিবাহিত করেন (সাধারণত স্বামী/স্ত্রী এবং একই বাড়িতে বসবাসকারী অন্য ব্যক্তিরা, অথবা কদাচিৎ ঘনিষ্ঠ সহকর্মীরা)। কেউ বাস বা ট্রেনের মতো কোনো জায়গায় যক্ষায় আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা নেই, কারণ সংক্রমণের জন্য ঝুঁকিগ্রস্ত হওয়ার জন্য সংক্রামক কোনো ব্যক্তির সংস্পর্শে সাধারণত কয়েক ঘন্টা ধরে থাকার প্রয়োজন হয়। থুতু ফেলা বা কোনো সামগ্রী ভাগাভাগি করে ব্যবহার করার মাধ্যমে যক্ষা ছড়ায় না।

সংস্পর্শ শনাক্তকরণ ও পরীক্ষা বলতে কী বোঝায়?

যখন আপনি সংক্রমণযোগ্য যক্ষায় আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে ছিলেন এবং তিনি আপনার কাছাকাছি থাকা অবস্থায় অনেকবার কাশি বা হাঁচি দিচ্ছিলেন, তখন আপনি সংক্রমিত হয়েছেন কিনা বা যক্ষা রোগের লক্ষণসমূহ দেখাচ্ছেন কিনা তা নির্ণয় করার জন্য আপনাকে একটি চেকআপ করাতে হবে। এটি গুরুত্বপূর্ণ কারণ এর ফলে সঠিক পরামর্শ দেয়া যাবে অথবা প্রয়োজনবোধে চিকিৎসা শুরু করা যাবে। এটি প্রয়োজন অনুযায়ী আগে থেকে চিকিৎসা শুরু করে যক্ষার আরো ছড়িয়ে পড়া রোধে সহায়তা করে।

চেক-আপ বা পরীক্ষা করাঃ

এটি করা হয় নির্ণয় করার জন্য যে আপনার যক্ষার কোনো লক্ষণ আছে কিনা, আপনি ইতিমধ্যেই বিসিজি টিকা নিয়েছেন কিনা (যা যক্ষার বিরুদ্ধে কিছুটা সুরক্ষা দিতে পারে), এবং আপনি যক্ষা লরা সংক্রমিত হয়েছেন কিনা যদিও এখনো লক্ষণ দেখা দেয়নি।
আপনাকে এক বা একাধিক পরীক্ষা করা হতে পারে যেমনঃ

- ম্যানটক্স নামক একটি ত্বক পরীক্ষা। কখনো কখনো এই পরীক্ষাটি ৬-৮ সপ্তাহ পর আবার করার প্রয়োজন হতে পারে।
- একটি রক্ত পরীক্ষা
- একটি বুকের এক্স-রে

আপনার জন্য কোন পরামর্শ বা চিকিৎসাটি সর্বোত্তম হবে তা এই পরীক্ষাগুলোর ফলাফল নির্ধারণ করতে সাহায্য করবে।

একই পরিবার বা দলের ভিন্ন ভিন্ন সদস্যদেরকে ঠিক একইভাবে চিকিৎসা করা না হলে আপনি অবাক হবেন না।

যে লক্ষণগুলোর দিকে লক্ষ রাখতে হবেঃ

- কাশি তিন সপ্তাহের বেশি সময়েও ভালো না হলে, সাধারণ ঔষধে ফল না হলে এবং খারাপের দিকে যেতে থাকলে
- জ্বর (উচ্চ তাপমাত্রা)
- রাতে এত বেশি ঘাম হয় যে বিছানার চাদর পরিবর্তন করার প্রয়োজন হয়
- কোনো কারণ ছাড়া ওজন কমে যাওয়া
- ক্লান্তি (শক্তির অভাব বা অত্যধিক অবসন্নতা)
- গ্রন্থি ফুলে যাওয়া
- ক্ষুধা কমে যাওয়া
- কাশির সাথে রক্ত বের হওয়া (এটি খুব কম ক্ষেত্রেই ঘটে থাকে কিন্তু অবিলম্বে চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত)

এই সবগুলো লক্ষণ আবার অন্য কোনো সমস্যারও লক্ষণ হতে পারে, কিন্তু যদি এই লক্ষণগুলোর মধ্যে আপনার তিন বা তারচেয়ে বেশি লক্ষণ থাকে এবং আপনি উদ্বিগ্ন থাকেন তাহলে আপনার স্থানীয় সার্জারি বা ক্লিনিকের ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলা উচিত।

আমি সংক্রমণযোগ্য যক্ষায় আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে গিয়ে থাকলে আমার কী করা উচিত?

যদি আপনি সংক্রমণযোগ্য যক্ষায় আক্রান্ত কারো ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে গিয়ে থাকেন, তাহলে আপনার স্থানীয় স্বাস্থ্য পরিষেবা আপনার সাথে যোগাযোগ করবে যারা আপনার চেকআপের জন্য আপনার সাথে একটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করবে। যদি তারা আপনার সাথে যোগাযোগ না করে এবং আপনি উদ্বিগ্ন হন, তাহলে আপনার স্থানীয় বক্ষ ক্লিনিক বা জিপি>র সাথে যোগাযোগ করুন। যদি প্রয়োজন মনে করা হয়, তাহলে আপনার জন্য একটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করা হবে।

আমি কী আমার প্রাত্যহিক কাজকর্ম চালিয়ে যেতে পারি?

আপনার কোনো প্রাত্যহিক কাজকর্ম বন্ধ করার কোনো কারণ নেই। এমনকি আপনি যদি সংক্রমণযোগ্য যক্ষায় আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে গিয়ে থাকেন, তাহলেও আপনার যক্ষা সংক্রমণ বা রোগে আক্রান্ত হওয়ার সামান্যই সম্ভাবনা থাকে এবং অন্য লোকজনদের মধ্যে ছড়াতে পারে এমন যক্ষায় আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা এমনকি আরো কম। কাজ বা স্কুল থেকে ছুটি নেয়ার কোনো প্রয়োজন নেই যদি না আপনার এমন কাশি থাকে যা কয়েক সপ্তাহ ধরে চলে বা আপনি অসুস্থ বোধ করেন। যদি আপনার সংক্রমণযোগ্য যক্ষা রয়েছে বলে দৃঢ়ভাবে সন্দেহ করা হয় তাহলে আপনাকে বিশেষজ্ঞ পরামর্শ প্রদান করা হবে।