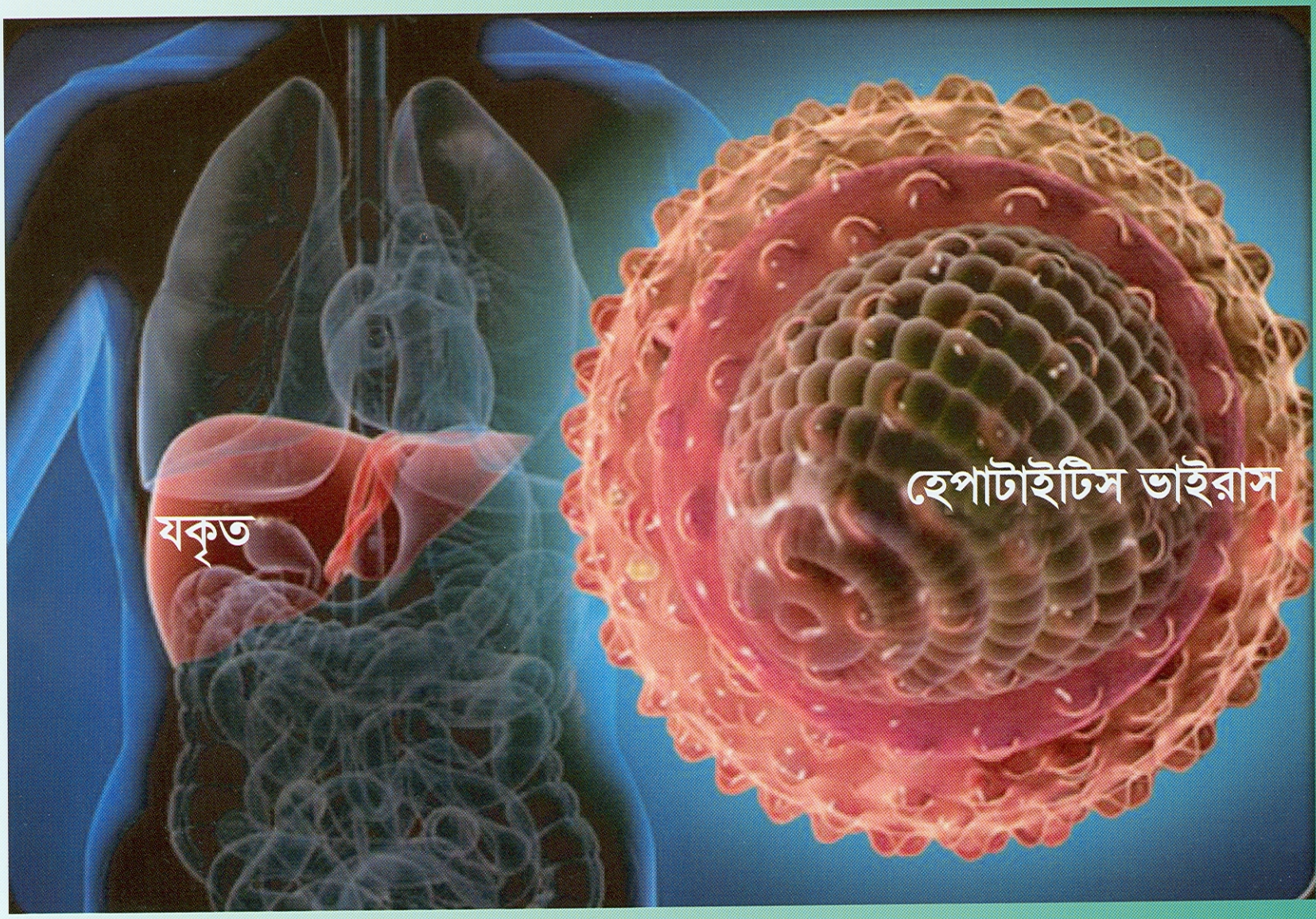
নিরাময়যোগ্য কতিপয় রোগসমূহঃ
ভাইরাল হেপাটাইটিস, অ্যানথ্রাক্স, ম্যালেরিয়া ও বার্ড ফ্লু

স্বাস্থ্য শিক্ষা ব্যুরো, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

সহযোগিতায়: পায়াক্ট বাংলাদেশ

ভাইরাল হেপাটাইটিস



ভাইরাল হেপাটাইটিস

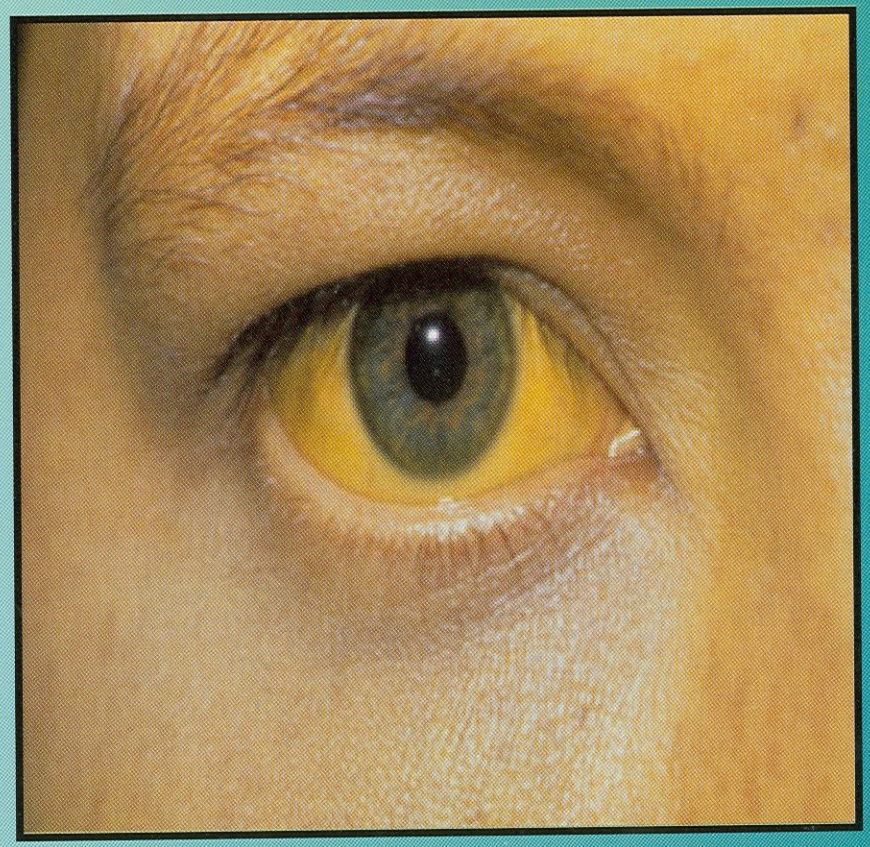
হেপাটাইটিস এক প্রকারের সংক্রমণ যা প্রধানত: যকৃতকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। হেপাটাইটিস ভাইরাস এ,বি,সি,ডি,ই রোগ সৃষ্টি করে। তন্মধ্যে হেপাটাইটিস বি ভাইরাসের সংক্রমণ সর্বাধিক। বাংলাদেশে প্রতি ১২ জন ব্যক্তির মধ্যে ১ জন ভাইরাল হেপাটাইটিসে আক্রান্ত।

ভাইরাল হেপাটাইটিস এ আক্রান্ত ব্যক্তির সচরাচর কিছু উপসর্গ যেমন- ক্ষুধা কমে যাওয়া, বমি বমি ভাব, অবসাদ, জন্ডিস দেখা দেয়, তবে দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণ হেপাটাইটিস বি এবং সি বেশ কয়েক বছর পর যকৃতে সিরোসিস সৃষ্টি করে। কোন কোন ক্ষেত্রে সিরোসিস আক্রান্ত ব্যক্তির যকৃত অকার্যকর, যকৃতের ক্যান্সার, খাদ্যনালী ও পাকস্থলীর শিরস্ফীত হতে পারে, যার ফলে রক্তক্ষরণে মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে।

লক্ষণ ও উপসর্গ

ভাইরাল হেপাটাইটিস সংক্রমণের প্রথম দিকে কোন রোগের লক্ষণ নাও থাকতে পারে। পরবর্তীতে কিছু লক্ষণ দেখা দেয়, এমনকি ৬ সপ্তাহ পরেও লক্ষণ দেখা দিতে পারে।

হেপাটাইটিসের প্রাথমিক লক্ষণ



হেপাটাইটিসের প্রাথমিক লক্ষণ

- জন্ডিস
- ক্ষুধা কমে যাওয়া
- বমি বমি ভাব এবং বমি হওয়া
- পাতলা পায়খানা
- মাথা ব্যথা ও জ্বর
- সন্ধিস্থলে ব্যথা বা পেশীতে যন্ত্রণা
- কোন কারণ ছাড়া ওজন হ্রাস
- ক্লান্তিবোধ(অবসাদ)
- সারা শরীরে চুলকানি

হেপাটাইটিসের সংক্রমণ ও প্রতিরোধ

হেপাটাইটিসের সংক্রমণ ও প্রতিরোধ

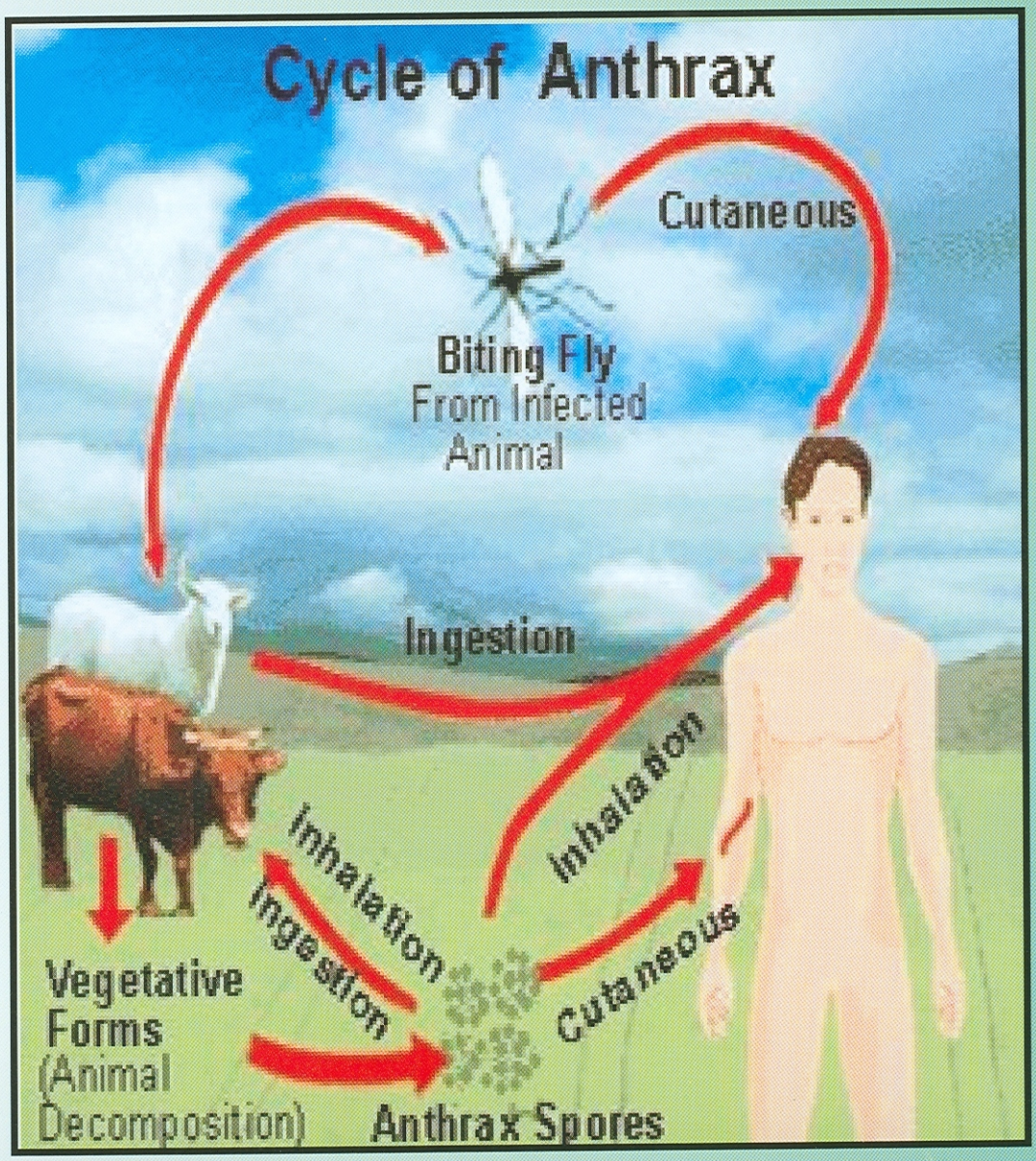
সংক্রমণ

প্রধানত: দূষিত পানি ও দূষিত খাদ্য গ্রহণ, রক্ত পরিসঞ্চালন (হেপাটাইটিস সংক্রমিত ব্যক্তির), জীবাণুযুক্ত চিকিৎসা সরঞ্জামাদীর মাধ্যমে হেপাটাইটিস সংক্রমিত হয় । এছাড়া অনিরাপদ যৌন মিলন এবং আক্রান্ত মা থেকে সন্তানের হেপাটাইটিস বি ও সি সংক্রমণ হতে পারে ।

প্রতিরোধ

- একই সিরিঞ্জ ভাগাভাগি করে ব্যবহার করা যাবে না বা জীবাণুমুক্ত নয় এমন সরঞ্জাম যেমন-উল্কি, কাল/শরীরে ফুটো করার জন্য বা আকুপাংচারের জন্য ব্যবহার করা যাবে না
- ব্যক্তিগত ব্যবহার্য টয়লেট সামগ্রী যেমন: টুথ ব্রাশ, ক্ষুর বা নেইলকাটার ভাগাভাগি করে ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকতে হবে
- নিরাপদ রক্ত পরিসঞ্চালন প্রণালী (Safe Blood Transfusion) কার্যকরভাবে অনুসরণ করতে হবে । যেমন- Blood Screening, Sterile Transfusion set.
- উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ যৌন মিলন পরিহার করতে হবে এবং যথাযথ ধর্মীয় বা সামাজিক অনুশাসন মেনে চলতে হবে । অনিরাপদ যৌন মিলনে কনডম ব্যবহার করতে হবে
- আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত পড়লে তা পরিষ্কার করতে হবে (রক্ত পরিষ্কারের জন্য জীবাণুমুক্ত গ্লাভস ব্যবহার করে পরিষ্কার করতে হবে)

তড়কা (Anthrax)


Cycle of Anthrax
Cutaneous
Biting Fly
From Infected
Animal
Ingestion
Inhalation
Inhalation
Ingestion
Cutaneous
Vegetative
Forms
(Animal
Decomposition)
Anthrax Spores

তড়কা (Anthrax)

তড়কা (Anthrax)ঃ এটি গবাদিপশুর ব্যাকটেরিয়াজনিত একটি মারাত্মক সংক্রামক রোগ। বাংলাদেশে যুগ যুগ ধরে তড়কা রোগ হয়ে আসছে, তবে বিগত বছরগুলোর তুলনায় বর্তমানে আক্রান্তের সংখ্যা অধিক হওয়ায় তা ব্যাপকভাবে আলোচিত হচ্ছে। বিশেষজ্ঞদের মতেঃ

- তড়কা এক ধরনের Acute রোগ যা Bacillus Anthracis ব্যাকটেরিয়া দ্বারা আক্রান্ত হয়ে থাকে
- পশু থেকে পশু ও পশু থেকে মানুষের শরীরেও সংক্রমিত হতে পারে
- পশু অথবা মানুষের শরীরে জীবাণু প্রবেশের পর রোগের বহিঃপ্রকাশ ঘটতে ৬০ দিনের মত সময় লাগে
- বায়ুবাহিত ব্যাকটেরিয়া দ্বারা ফুসফুস সংক্রমিত হলে অতি অল্প সময়ে তার লক্ষণ পরিলক্ষিত হতে পারে
- তড়কা রোগ মূলত: শরীরে তিন ধরনের অংশকে আক্রান্ত করে। যেমন- ত্বক, ফুসফুস ও অন্ত্র
- শতকরা ৯৫% ক্ষেত্রে ত্বকেই সরাসরি সংক্রমিত হয়। ত্বকে ফোড়া/ক্ষত সৃস্টি হয় এবং Toxin এর কারণে রোগী অস্বস্তিতে ভোগে
- ৪-৫% ক্ষেত্রে ফুসফুসে সংক্রমণ হয়। এ সময় সাধারণ সর্দি কাশির মত লক্ষণ দেখা যায়
- ১% এর কম ক্ষেত্রে অন্ত্রে সংক্রমণ হয়। এ অবস্থায় অরুচি, বমি, ডায়রিয়া ইত্যাদি লক্ষণসমূহ প্রকাশ পায়
- পারিপার্শ্বিক অবস্থা এবং রোগের লক্ষণসমূহ দেখে তড়কা রোগ নির্ণয় করা সম্ভব। আক্রান্ত মানুষদের সাধারণ Antibiotic প্রয়োগে সম্পূর্ণভাবে সুস্থ করে তোলা যায়। এ রোগের প্রতিষেধকও পাওয়া যায়

লক্ষণ ও উপসর্গ

- এ রোগ গবাদিপশু থেকে মানুষে ছড়ায়, মানুষ থেকে মানুষে ছড়ায় না
- অসুস্থ গবাদিপশুর শ্লেষ্মা, লালা, রক্ত, মাংস, হাড়, নাড়ি ভুড়ী ইত্যাদির সংস্পর্শে এলে মানুষও এ রোগে আক্রান্ত হয়
- মানব দেহে এ রোগের প্রধান লক্ষণ হচ্ছে চামড়াতে ঘা সৃষ্টি হওয়া

আপনার শরীরে এ রোগের লক্ষণ দেখা দিলে দ্রুত চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। গবাদিপশুতে কোন রোগের লক্ষণ দেখা দিলে স্থানীয় প্রাণীসম্পদ অফিসে বা পশু চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

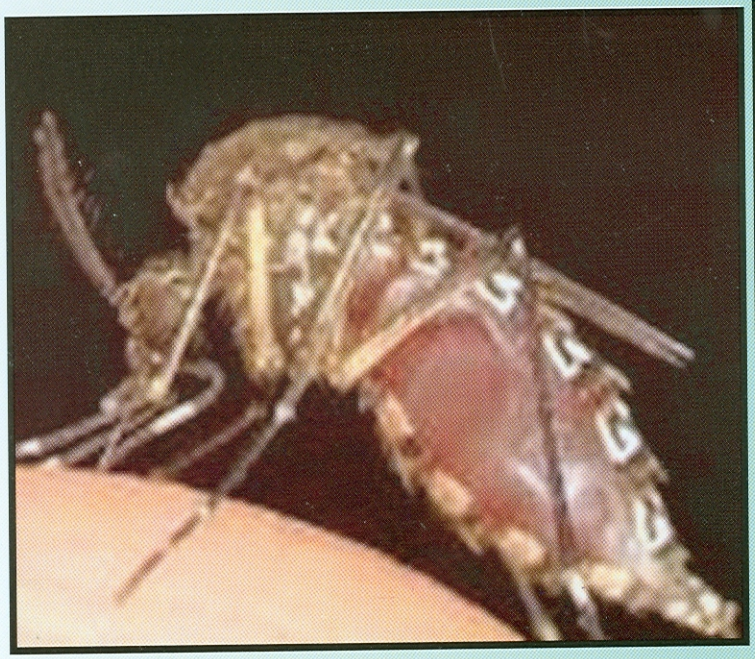
তড়কা প্রতিরোধের উপায়

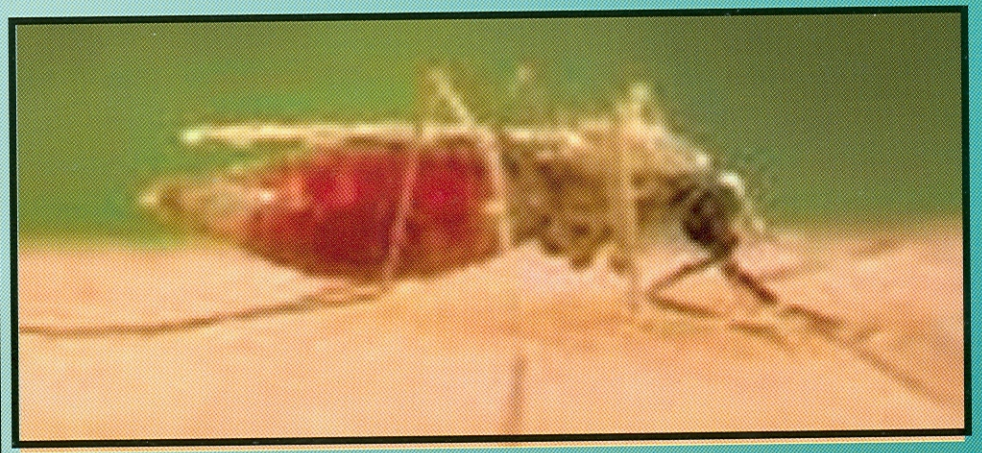
তড়কা প্রতিরোধের উপায়

- মৃত গবাদিপশুর দেহ মাটিতে গভীর গর্ত করে পুঁতে ফেলুন
- খালি হাতে অসুস্থ ও মৃত গবাদি পশু ধরবেন না, হাতে গ্লাভস বা পলিথিনের আবরণ ব্যবহার করুন
- গবাদিপশুকে তড়কা রোগ থেকে বাঁচানোর জন্য টিকা দিন

অসুস্থ গবাদিপশু জবাই করবেন না
অসুস্থ প্রাণির মাংস খাবেন না

ম্যালেরিয়া





ম্যালেরিয়া

ম্যালেরিয়া কি

ম্যালেরিয়া একটি সংক্রামক রোগ। 'প্লাজমোডিয়াম' নামক এক প্রকার পরজীবি জীবাণু এই রোগীর রক্তে বাস করে এবং তা থেকে মশার মাধ্যমে সুস্থ লোকের দেহে রোগটি সংক্রমিত হয়। আমাদের দেশে প্রতি বছর লক্ষ লক্ষ লোক ম্যালেরিয়া রোগে আক্রান্ত হয়। তাই এটি একটি জনস্বাস্থ্য সমস্যা। সাধারণত: যে কোন বয়সেই এ রোগ হতে পারে।

ম্যালেরিয়া কিভাবে ছড়ায়

স্ত্রী জাতীয় এনোফেলিস মশার মাধ্যমে সংক্রমিত হয়ে এ রোগ ছড়ায়। যখন মশা একজন ম্যালেরিয়া রোগীকে কামড়ায় তখন জীবাণু মশার দেহে প্রবেশ করে এবং সংক্রমণক্ষম হয়। যখন এ সংক্রমণক্ষম মশা একজন সুস্থ্য মানুষকে কামড়ায়, তখন জীবাণু সুস্থ মানুষের মধ্যে সংক্রমিত হয়ে কয়েক দিনের মধ্যে ম্যালেরিয়া রোগে আক্রান্ত হয়।

ম্যালেরিয়ার লক্ষণ

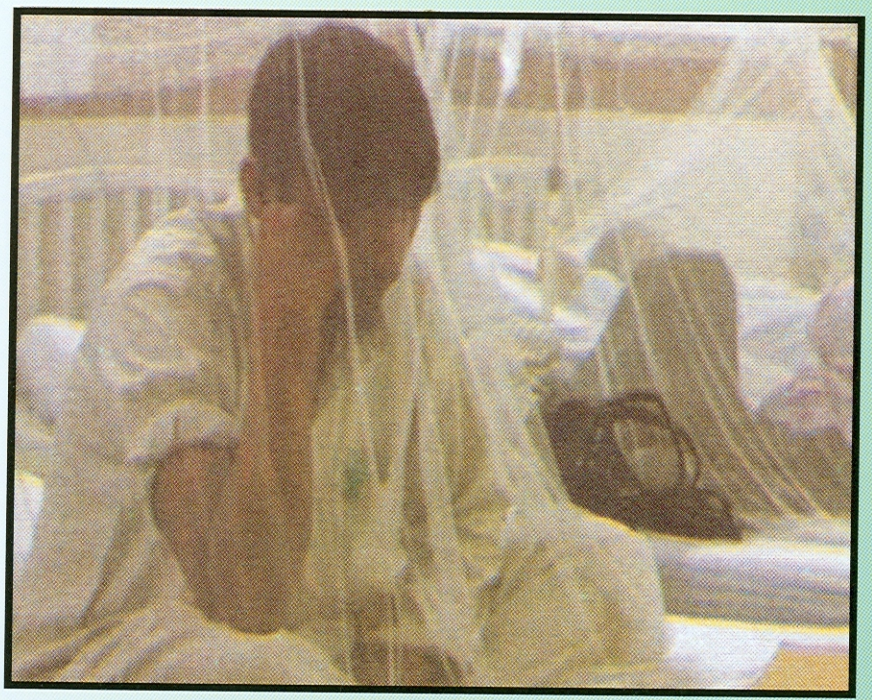
ম্যালেরিয়ার লক্ষণ

- কাঁপুনি দিয়ে জ্বর আসে, জ্বর আসার পূর্বে রোগী খুব শীত অনুভব করে
- শরীরে তাপমাত্রা দ্রুত বাড়তে থাকে এবং মাথাব্যথা ও বমির ভাব হয়
- অত্যাধিক ঘাম দিয়ে জ্বর ছাড়ে এবং রোগী খুব দূর্বলতা অনুভব করে
- ম্যালেরিয়া রোগে আক্রান্তদের প্রচন্ড মাথা ব্যাথাসহ অত্যাধিক জ্বর হয়
- রোগীর প্রশ্রাব কালোবর্ণ ধারণ করতে পারে
- মাঝে মাঝে অজ্ঞান হয়ে যেতে পারে এবং এসময় উপযুক্ত চিকিৎসা না হলে রোগী অজ্ঞান হয়ে মৃত্যুবরণ করতে পারে

ম্যালেরিয়াজনিত সমস্যাবলী

- প্রতিবছর অনেক লোক ম্যালেরিয়ায় মারা যায়
- ম্যালেরিয়ার ফলে অনেক শিশু অপুষ্টিতে ভোগে
- গর্ভবতী মহিলার ম্যালেরিয়া হলে অনেক ক্ষেত্রে তা গর্ভপাতের কারণ হতে পারে

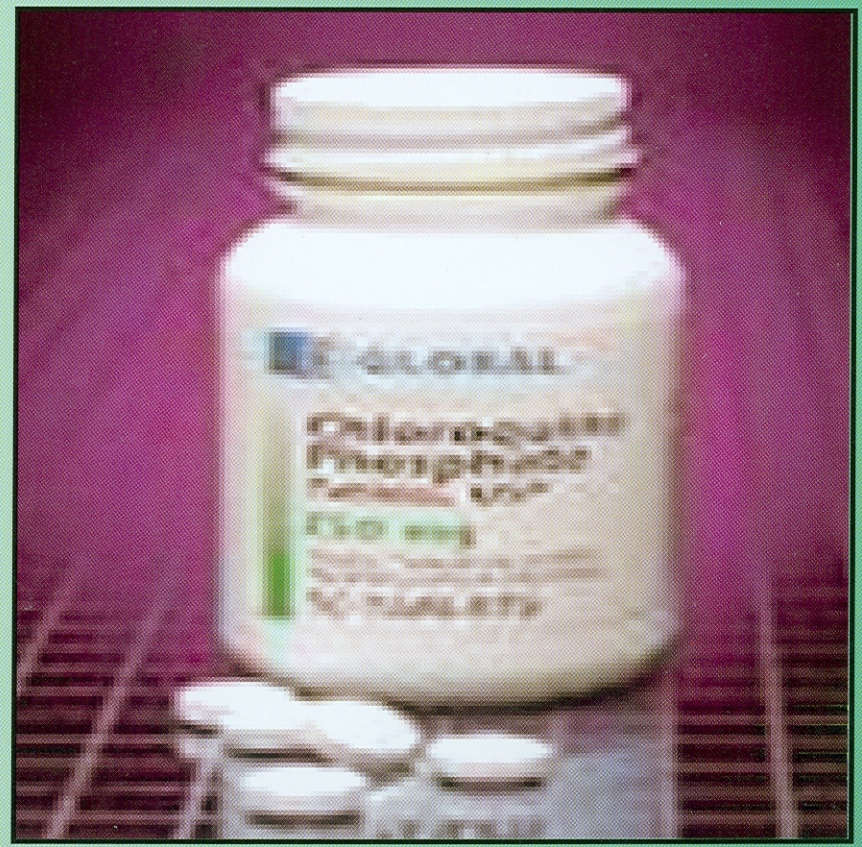
ম্যালেরিয়া প্রতিরোধের উপায়



ম্যালেরিয়া প্রতিরোধের উপায়

- পরিবেশ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে। এনোফিলিস মশার উৎপত্তিস্থল ধ্বংস করার ব্যবস্থা করতে হবে
- অপ্রয়োজনীয় গর্ত, ডোবা, ড্রেন ইত্যাদি মাটি দিয়ে ভরে ফেলতে হবে ও আবদ্ধ পানি বের হওয়ার ব্যবস্থা করতে হবে
- বাসগৃহের আশ-পাশের ঝোপ-জঙ্গল পরিষ্কার রাখতে হবে
- পুকুরের কচুরীপানা পরিষ্কার করতে হবে যেন মশা তাতে আশ্রয় নিতে না পারে
- পুকুরে মাছ চাষ করলে মাছ, মশার ডিম, শুককীট ও মুককীট ইত্যাদি খেয়ে ফেলে
- মশারী খাটিয়ে শোবার অভ্যাস করতে হবে। কীটনাশকে চুবানো মশারী ব্যবহার করা উত্তম
- যেখানে মশা বিশ্রাম নেয় যেমন- দেয়াল বা আসবাবপত্রের নীচে অন্ধকার জায়গায় কীটনাশক ঔষধ ছিটাতে হবে
- ঘরের সব কামরা ও আসবাবপত্র, গোসলখানা, রান্নাঘর, গোয়ালঘর ইত্যাদির মাঝে মাঝে ডিডিটি স্প্রে করিয়ে নিতে হবে যেন কোন জায়গাই বাদ না পড়ে। স্প্রে করার সময় খাদ্য দ্রব্যাদি, পানীয় ইত্যাদি ঢেকে রাখতে হবে
- স্প্রে করার পর ছিটানো জায়গাগুলো যেন অন্তত: ছয়মাস পর্যন্ত লেপে/মুছে ফেলা না হয় সে ব্যাপারে জনগণকে উদ্বুদ্ধ করতে হবে

ম্যালেরিয়ার চিকিৎসা



ম্যালেরিয়ার চিকিৎসা

- পরিবারের সকলকে মশারী খাটিয়ে শুতে হবে
- ম্যালেরিয়া জ্বর হলে জলপট্টি দিয়ে বাড়তি তাপ নিয়ন্ত্রণ করে শরীর ঠান্ডা রাখতে হবে
- ম্যালেরিয়া থেকে সেরে উঠার সময় রোগীকে পর্যাপ্ত খাবার ও পানীয় দিতে হবে
- গর্ভবতী মহিলাদের ম্যালেরিয়ার প্রতিষেধক বড়ি খেতে হবে কিনা, সে সম্পর্কে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে
- জনগণকে মশার ডিম, শুককীট, মুককীট নষ্ট করতে ও মশার বিস্তার রোধের ব্যবস্থা নিতে পরামর্শ দিতে হবে

বার্ড ফ্লু (এভিয়ান ইনফ্লুয়েঞ্জা)

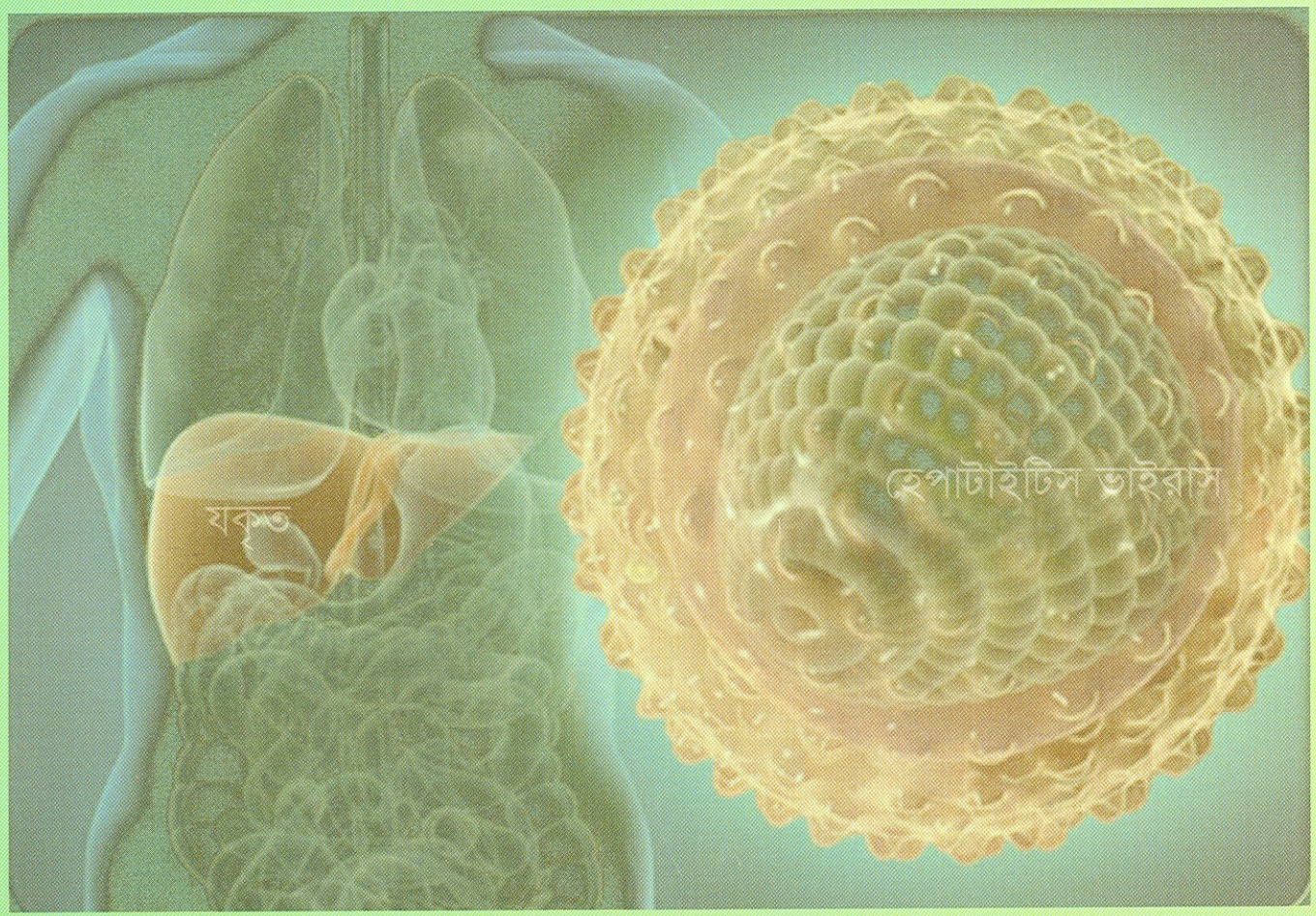
বার্ড ফ্লু

বার্ড ফ্লু পাখি বাহিত একটি রোগ। আর্থোমিক্সিরিডি গোত্রের ভাইরাস আক্রান্ত পাখিদের রোগ। মুরগি বা যে কোনো পাখি এই ভাইরাস রোগে আক্রান্ত হয়। এই ভাইরাসের সঙ্গে প্রথম পরিচয় হয় ১৮৭৮ সালে। ১৯৫৫ সালে ইতালিতে এই ভাইরাসে আক্রান্তকে ফাইল পেগ নামে পরিচিত করা হয়। যার বর্তমান নাম বার্ড ফ্লু। এই ভাইরাসের অনেক সাব-টাইপ রয়েছে। এসব সাব-টাইপের মধ্যে এইচ-৫, এন-১ সবচেয়ে মারাত্মক। দ্রুত এক পাখি থেকে ঝাঁকের অন্য পাখিদের আক্রমণ করে। পাখির লালা ও মলের মাধ্যমে দ্রুত বিস্তার করে। আক্রান্ত পাখি কয়েক ঘণ্টার মধ্যে মারা যায়।

বার্ড ফ্লু প্রতিরোধে জরুরী স্বাস্থ্য বার্তা

বার্ড ফ্লু প্রতিরোধে জরুরী স্বাস্থ্য বার্তা

- খালি হাতে অসুস্থ বা মৃত হাঁস-মুরগি এবং অন্যান্য পাখি (কাক, কবুতর ইত্যাদি) ধরা-ছোঁয়া ও নাড়াচাড়া করা যাবে না
- আক্রান্ত হাঁস-মুরগি জবাই করা বা পালক ছাড়ানো অথবা নাড়াচাড়া করা যাবে না
- হাঁস-মুরগি বা অন্যান্য পাখির কাছে যেতে হলে সব সময়ে কাপড় দিয়ে নাকমুখ ঢেকে নিতে হবে। হাঁস-মুরগি নাড়াচাড়ার পর হাত না ধুয়ে চোখ, নাক বা মুখে লাগানো যাবে না
- ডিম ভালভাবে গুড়া সাবান, পানি/সোডা দিয়ে ধুয়ে নিতে হবে। ডিম পুরোপুরি সিদ্ধ অথবা দু'পিঠ ভালো করে ভেজে খেতে হবে। অর্ধসিদ্ধ মাংস বা ডিম খাওয়া যাবে না। হাঁস-মুরগির মাংস ভালোভাবে সিদ্ধ করে রান্না করতে হবে
- অসুস্থ হাঁস-মুরগি বা অন্যান্য পাখির মল/বিষ্ঠা সার অথবা মাছের খাদ্য হিসেবে ব্যবহার করা যাবে না। অসুস্থ হাঁস-মুরগি, কবুতর ইত্যাদি পাখির বিষ্ঠা মাটিতে পুঁতে ফেলতে হবে



স্বাস্থ্যের কথা বলুন
স্বাস্থ্য শিক্ষা ব্যুরো
BHE
স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

স্বাস্থ্য শিক্ষা ব্যুরো, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

আপনার স্বাস্থ্য আমাদের অঙ্গীকার
HPNSDP
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়