মূল মুদ্রণের পূর্বের কপি

প্রশিক্ষণ মডিউল

কমিউনিটি প্যারামেডিক-২০১৮

৬ষ্ঠপত্র

প্রজনন স্বাস্থ্য

বাংলাদেশ নার্সিং ও মিডওয়াইফারি কাউন্সিল

প্রিন্ট: ২৪-০১-২০১৯

কমিউনিটি প্যারামেডিকদের
মৌলিক প্রশিক্ষণ

বিষয় : ৬

প্রজনন স্বাস্থ্য

Abbreviations

AIDS	- Acquired Immune Deficinency Syndrome
BV	- Bacterial Vaginosis
ELISH	- Enzyme Linked Immune-Sorbets
ESP	- Essential Service Package
GUS	- Genital Ulcer Syndrome
HIV	- Human Immunodeficiency Virus
IVF	- In-Vitrofertilization
IUD	- Intra Uterine Device
LGV	- Lympho Granuloma
LMP	- Last Menstrual Period
PID	- Pelvic Inflammatory Disease
RVF	- Recto Vaginal Fistula
RPR	- Rapid Plasma Regain
TV	- Trichomonas Vaginalis
STI	- Sexual Transmitted Infection
UD	- Urethral Discharge
VVF	- Vesico Vaginal Fistula
VCT	- Voluntary Counseling and Testing
WHO	- World Health Organization

বিষয় ৬ : প্রজনন স্বাস্থ্য

অধ্যায় ১ ঃ প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ

পাঠ-১	প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-প্রাথমিক ধারণা	০৫
পাঠ-২	প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধ	১১
পাঠ-৩	প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনা	১৩
পাঠ-৪	প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ	১৮
পাঠ-৫	মূত্রনালীর নিঃসরণ	৪০
পাঠ-৬	যোনিপথে নিঃসরণ	৪৩
পাঠ-৭	মহিলাদের তলপেটে ব্যথা	৪৯
পাঠ-৮	যৌনাঙ্গে ক্ষত	৫৩
পাঠ-৯	স্ফীত অন্ডকোষ	৫৮
পাঠ-১০	কুঁচকীতে ফোলা	৬২
পাঠ-১১	নবজাতকের চোখের সংক্রমণ	৬৬

অধ্যায় ২ ঃ এইচআইভি ও এইড্স

পাঠ-১	এইচআইভি ও এইডস-এর প্রাথমিক ধারণা	৭১
পাঠ-২	এইচআইভি ও এইডস এবং যৌন বাহিত রোগ (এসটিআই) এর সম্পর্ক	৭৬
পাঠ-৩	ভলান্টারী কাউন্সেলিং এবং টেষ্টিং (VCT)	৭৮

অধ্যায় ৩ বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য

পাঠ-১	বয়ঃসন্ধিকাল বা কৈশোরকাল সম্পর্কে সাধারণ ধারণা	৮২
পাঠ-২	বয়ঃসন্ধিকালীন প্রজনন স্বাস্থ্য	৮৯
পাঠ-৩	কৈশোরে প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ, যৌনবাহিত রোগ ও মাদকাসক্তি	৯৩

অধ্যায় ১ : প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ

পাঠ-১
প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-প্রাথমিক ধারণা

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর সংজ্ঞা

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ(RTI)

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ রোগ বিভিন্ন ধরনের সংক্রমণের সমাহার যা প্রজননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গে হয়ে থাকে। এগুলো যৌনবাহিত অথবা আভ্যন্তরীন সংক্রমণও হতে পারে। প্রজননতন্ত্রের পরিবেশগত পরিবর্তনের জন্য যে সংক্রমণ ঘটে তা সাধারণত যৌনসঙ্গীর মধ্যে ছড়ায় না, যেমন কোন মেডিকেল বা সার্জিক্যাল পদ্ধতি করতে গিয়ে যে সংক্রমণ হয়ে থাকে, অথবা অনিরাপদ সংক্রমিত গর্ভপাত এবং অপরিচ্ছন্ন প্রসব এর কারণে সংক্রমণ।

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ (STI)

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ একটি বিভিন্ন ধরনের সংক্রমণের সমাহার যা প্রধানত যৌনমিলন অথবা ঘনিষ্ট সংস্পর্শের মাধ্যমে ছড়ায়। এই সব সংক্রমণের মধ্যে রয়েছে ব্যাকটেরিয়া, ভাইরাস, প্রোটোজোয়া, স্পাইরোকীট এবং পরজীবি ঘটিত সংক্রমণ।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর মধ্যে প্রার্থক্য

প্রজননতন্ত্রে সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ এর মধ্যে সুস্পষ্ট পার্থক্য রয়েছে। প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ বলতে প্রজনন পথের সব সংক্রমণকে বোঝায়। এ সংক্রমণ যৌনবাহিত হতে পারে আবার নাও হতে পারে। যোনিপথে (ভ্যাজাইনায়) অবস্থিত Flora এর ভারসাম্য নষ্ট হবার ফলে অথবা জীবাণু দুষ্ট যন্ত্রপাতি/সরঞ্জামাদি ব্যবহার করার ফলে প্রজননতন্ত্রের এই সংক্রমণ হয়ে থাকে। পক্ষান্তরে Human Immuno-Deficiency Virus (HIV), Hepatitis-B, C, D ইত্যাদি যৌনবাহিত সংক্রমণ রোগ, কিন্ত এই সংক্রমণে প্রজননতন্ত্র আক্রান্ত হয় না।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর শ্রেণীবিভাগ

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ মূলতঃ ৪ ভাগে ভাগ করা যায় ঃ

১। প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ কিন্তু যৌনবাহিত নয়।

২। ক্ষতযুক্ত যৌনবাহিত প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ।

৩। ক্ষতবিহীন যৌনবাহিত প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ।

৪। যৌনবাহিত কিন্তু প্রজননতন্ত্র আক্রান্ত হয় না।

১। প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ কিন্তু যৌনবাহিত নয়

প্রজননতন্ত্রের কিছু কিছু সংক্রমণ যৌন সম্পর্কের মাধ্যমে হয় না। উদাহরণ স্বরূপ ঃ

- ক্যানডিডিয়াসিস/মোনিলিয়াসিস
- ব্যকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস
- জীবাণুযুক্ত যন্ত্রপাতি/সরঞ্জামাদি ব্যবহারের ফলে তলপেটের সংক্রমণ (Iatrogenic Pelvic Inflammatory Disease)।

২। ক্ষতযুক্ত যৌনবাহিত প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ঃ

- হারপিস জেনিটালিয়া
- সিফিলিস
- শ্যাংক্রয়েড (Chancroid)
- গ্রানুলোমা ইনগুইনেল (Granuloma Inguinale)
- লিম্ফোগ্রানুলোমা ভেনোরাম (Lymphogranuloma Venorum) ।

৩। ক্ষতবিহীন যৌনবাহিত প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ঃ

- ট্রাইকোমোনিয়াসিস (Trichomoniasis)
- গনোরিয়া (Gonorrhoea)
- ক্ল্যামাইডিয়া (Chlamydia) ।

৪। যৌনবাহিত কিন্তু প্রজননতন্ত্র আক্রান্ত হয় না

কিছু কিছু যৌনবাহিত সংক্রমণ/রোগের ফলে প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ নাও হতে পারে। যেমন ঃ

- ➢ হেপাটাইটিস বি, সি এবং ডি (Hepatitis B, C, and D)
- ➢ এইচআইভি/এইডস (HIV/AIDS)।

অন্যান্য যৌনরোগ ঃ

- কনডাইলোমা একুমিনটা (Condyloma acuminata)
- মলাসকাম কন্টাজিওসাম- সব সময় নয় (Molluscum contagiosum)
- পেডিকুলোসিস পিউবিস (Pediculosis pubis)

- খোস পাঁচড়া-সব সময় নয় (Scabies) ।

এসটিআই ও এইচআইভি/এইডস ছড়ানোর সাধারণ উপায়সমূহ

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ অনেক উপায়ে ছড়াতে পারে এবং এটা হতে পারে সমান্তরাল (Horizontal) এবং খাড়াভাবে (Vertical)।

সমান্তরালভবে ছড়ানো

১। **যৌন মিলন ঃ** অনিরাপদ যৌন মিলন যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ ছড়ানোর প্রধান মাধ্যম। এর মধ্যে পুরষাঙ্গ-যোনী, পুরুষাঙ্গ-পায়ু, পুরুষাঙ্গ-মুখ এবং যোনী-যৌন মিলন অন্তর্ভূক্ত।

২। **শিরায় মাদক ব্যবহার ঃ** এইচআইভি, হেপাটাইটিস-বি ও সি সূঁচ আদান-প্রদান ও দেহ রসের মাধ্যমে ছড়ায়।

৩। **যৌন মিলনের সময় শারীরিক সংস্পর্শ ঃ** যৌনাঙ্গে ক্ষত তৈরী করা রোগ যেমন, শ্যাংক্রয়েড ও হারপিস (পেরিনিয়াল ও স্ক্রোটাল রিজিয়ন) কনডম সুরক্ষিত যৌন মিলনের সময়েও ছড়াতে পারে।

৪। **রক্ত ও রক্তজাত দ্রব্যের মাধ্যমে ঃ** অপরিক্ষিত রক্ত ও রক্তজাত দ্রব্যের মাধ্যমে এইচআইভি, হেপাটাইটিস ও সিফিলিস ছড়াতে পারে।

৫। **চিকিৎসা পদ্ধতি ও ধারালো অস্ত্রের মাধ্যমে ঃ** জীবাণুযুক্ত সিরিঞ্জ, দূর্ঘটনা বশতঃ ডাক্তার বা নার্সদের সূঁচ ফোঁটা এবং অস্ত্রোপচারের সময় জীবাণুযুক্ত যন্ত্রপাতি ব্যবহার করলে কিছু কিছু যৌনবাহিত রোগ ছড়াতে পারে।

খাড়াভাবে ছড়ানো ঃ যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ মায়ের কাছ থেকে সরাসরি শিশুর মধ্যে ছড়ায়

১। **গর্ভকালীন সময়ে ঃ** গর্ভকালীন সময়ে এইচআইভি ও সিফিলিস মায়ের কাছ থেকে শিশুর মধ্যে ছড়াতে পারে

২। **প্রসবের সময় ঃ** অপথালমিয়া নিওনেটোরাম (নাইসেরিয়া গনোরি ও ক্ল্যামাইডিয়া ট্রাকোমাইটিস দ্বারা হয়) ও এইচআইভি প্রসবের সময় মায়ের কাছ থেকে শিশুর মধ্যে ছড়াতে পারে।

৩। **স্তন্য দানের মাধ্যমে ঃ** স্তন্য দুগ্ধের মাধ্যমে এইচআইভি মায়ের থেকে শিশুর মধ্যে ছড়াতে পারে।

যেসব কারণ যৌনবাহিত এবং এইচআইভি বিস্তারে প্রভাব রাখছে

- নিরাপদ যৌন আচরণ মেনে না চলা। যেমন কনডম ব্যবহার না করা, একের অধিক যৌনসঙ্গী রাখা :
- যৌন সংক্রমিত রোগের উপযুক্ত চিকিৎসা গ্রহণে বিলম্ব করা।
- যৌন সঙ্গীর চিকিৎসা করাতে ব্যর্থ হওয়া।

- চিকিৎসার সঠিক নিয়ম পুরোপুরি মেনে না চলা।
- দিনে দিনে ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠির সংখ্যা বৃদ্ধি পাওয়া।
- যৌনকর্মীর সংখ্যা বৃদ্ধি পাওয়া।
- দরিদ্রতা।

কার্যকর যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ প্রতিরোধ কর্মসূচির অন্যতম প্রধান দিক হচ্ছে যৌন সংক্রমিত রোগের ক্ষেত্রে প্রাথমিক অবস্থায় রোগ নির্ণয় করা এবং চিকিৎসা প্রদান করা।

যৌনবাহিত রোগের সাধারন উপসর্গসমূহ

যৌনবাহিত রোগে আক্রান্ত রোগী/ব্যক্তি নিম্নলিখিত একাধিক উপসর্গে ভুগতে পারেন ঃ

- যোনীস্রাব
- মুত্র নালীর নিঃসরণ
- যৌনাঙ্গে ব্যথা ও ফোসকা
- প্রস্রাবে ব্যথা এবং জ্বালাপোড়া
- তলপেটে ব্যথা
- কুঁচকিতে ফোলা এবং ক্ষত
- যৌনাঙ্গে ক্ষত
- হাত ও পায়ের পাতাসহ শরীরে ফুঁসকুড়ি
- স্ক্রোটাম ফোলা ও ব্যথা
- সহবাসে ব্যথা।

যৌনবাহিত রোগের সাধারণ লক্ষণসমূহ

যৌন রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিকে পরীক্ষা করলে নিম্নলিখিত একাধিক লক্ষণ পাওয়া যায়ঃ

- মুত্রনালীর দৃশ্যমান নিঃসরণ বা চাপ দিলে নিঃসরণ
- সাদা-হলুদ, হলুদ-সবৃজ বা ননীর মত যোনীস্রাব
- দইয়ের মত যোনীস্রাব
- দুর্গন্ধযুক্ত যোনী স্রাব
- সার্ভাইকাল মোশন টেনডারনেস
- ব্যথাযুক্ত ও ব্যথামুক্ত যৌনাঙ্গের ক্ষত
- ফুঁসকুড়ি, ফোস্কা ও লাল ফোলা যৌনাঙ্গ

- জরায়ু মুখে স্রাব
- শুক্রাশয় ফোলা
- ইংগুইনাল বুরো।

পরিণতি

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ ও এইচআইভি ছড়ানোর মধ্যে পারস্পরিক সম্পর্ক থাকার জোরালো প্রমাণ থাকার কারণে পৃথিবীব্যাপি এইচআইভি এইডস মহামারী প্রতিরোধে যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণের উপর মনোনিবেশ করা হয়েছে। ক্ষতসহ ও ক্ষতবিহীন উভয় প্রকার যৌনবাহিত রোগ এইচআইভি ছড়ানোর ও সংক্রমণের ঝুঁকি বাড়ায়। যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ বিভিন্ন ধরনের জীবাণু দ্বারা হয়ে থাকে। প্রায় ৩০ ধরনের জীবাণু যৌনমিলনের মাধ্যমে ছড়াতে পারে এবং যৌনবাহিত রোগের সংক্রমণ ঘটাতে পারে।

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের দীর্ঘমেয়াদী পরিণতি

ক) **জৈবিক পরিণতি ঃ**

মহিলাদের ঃ

- বন্ধ্যাত্ব
- দীর্ঘমেয়াদী পেটে ব্যথা
- এক্টোপিক প্রেগনেন্সি ও জরায়ু-মুখের ক্যান্সার
- সময়ের আগে প্রসব
- আপনা আপনি ভ্রুণের মৃত্যু
- এইচআইভি রোগ সংক্রমণের বাড়তি ঝুঁকি
- স্নায়ুবিক সিফিলিস।

পুরুষদের ঃ

- মুত্রনালীর সংকীর্ণতা
- বন্ধ্যাত্ব
- এইচআইভি রোগ সংক্রমণের বাড়তি ঝুঁকি
- স্নায়বিক সিফিলিস

নবজাতকের জন্য ঃ

- জন্মগত অস্বাভাবিক গঠন
- অন্ধত্বের ঝুঁকিসহ চোখের সংক্রমণ অথবা নিউমোনিয়া

- মৃত প্রসবসহ পেরিনেটাল মৃত্যু
- এইচআইভি রোগ সংক্রমণের বাড়তি ঝুঁকি।

খ) সামাজিক ও অর্থনৈতিক পরিণতি

- রোগীর শারীরিক ও মানসিক অস্বস্তি
- কলংক ও সামাজিক হয়রানি
- বন্ধ্যাত্বের কারণে স্বামী-স্ত্রীর ঝগড়া, বিবাহ বিচ্ছেদ ও যৌন ব্যবসা
- চিকিৎসা খরচ
- উৎপাদনশীল সময়ের অপচয়
- এক ঘরে হওয়া ও সামাজিক বৈষম্য।

পাঠ-২
প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধ

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধ

প্রজননতন্ত্রের/যৌনবাহিত সংক্রমণে আক্রান্ত রোগীদের সময়োচিত ও কার্যকরী চিকিৎসা না হলে জটিল স্থায়ী সমস্যা দেখা দিতে পারে। এইচআইভি সংক্রমণসহ সব ধরনের প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধ করা সম্ভব। প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের প্রতিরোধ ব্যবস্থা প্রাথমিক এবং মাধ্যমিক হতে পারে।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ প্রতিরোধের উদ্দেশ্য

- প্রজননতন্ত্রের/যৌনবাহিত সংক্রমণ জনিত রোগব্যধি সংক্রমণের হার ও মৃত্যুহার কমানো।
- এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি কমানো।

প্রাথমিক প্রতিরোধ ব্যবস্থা

প্রাথমিক প্রতিরোধ অথবা প্রাথমিক অবস্থায় সংক্রমণ প্রতিরোধ নিম্নলিখিত উপায়ে অর্জন করা যেতে পারেঃ

- গনশিক্ষা কার্যক্রমের মাধ্যমে স্বাস্থ্য সচেতনতা এবং যুব সমাজ, মহিলা এবং পুরুষদের প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের কারণ, ভয়াবহতা এবং এর প্রতিরোধ ও প্রতিকার ব্যবস্থা সম্বন্ধে তথ্য ও শিক্ষা প্রদানের ব্যবস্থা করা।
- নিরাপদ যৌন আচরণে উৎসাহিত করা। যেমন ঃ
    - বিশ্বস্ত এবং আক্রান্ত নয়, এমন সঙ্গীর সাথে যৌন সম্পর্ক স্থাপন করা
    - সঠিকভাবে এবং সব সময়ই কনডম ব্যবহার করা
    - Non-penetrative এবং যৌন সংসর্গ থেকে বিরত থাকা
    - একজন সঙ্গীর প্রতি বিশ্বস্ত থাকা।

মাধ্যমিক প্রতিরোধ ব্যবস্থা

মাধ্যমিক প্রতিরোধ অথবা আক্রান্ত রোগীর সংক্রমণ বিস্তার রোধ করার লক্ষ্যে সঠিক সময়ে রোগ নিরুপণ ও চিকিৎসাকে সহজলভ্য, গ্রহণযোগ্য ও কার্যকরী করাই হলো এই ব্যবস্থার উদ্দেশ্য। নিম্নলিখিত উপায়ে এই ব্যবস্থা নেয়া যেতে পারে-

- নিরপেক্ষ ও সন্মানজনক স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা প্রণয়ন করা।
- সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনার মাধ্যমে প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের মানসম্মত চিকিৎসা প্রদান করা।
- কার্যকরী ঔষধ ও কনডমের সার্বক্ষনিক সরবরাহ নিশ্চত করা।
- কাউন্সেলিং এর প্রতি বিশেষ গুরুত্ব প্রদান করা।
- রোগ নির্ণয়ের সুযোগ ঃ যেসব মহিলা, মা-শিশু, স্বাস্থ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা সেবার জন্য ক্লিনিকে আসেন, লক্ষণ না থাকলেও তাদের পরীক্ষা করা এবং পরীক্ষা করার জন্য উৎসাহিত করা।
- যৌনবাহিত সংক্রমণে আক্রান্ত রোগীদের সঙ্গী/সঙ্গীদের খুঁজে বের করা ও চিকিৎসা করা।
- সহজে আক্রান্ত হতে পারেন যেমন; যৌনকর্মী, দূর পাল্লার ট্রাক ড্রাইভার, ভ্রাম্যমান কর্মী, ভ্রমনকারী, ইউনিফর্ম পরিহিত বাহিনী, গার্মেন্টস কর্মী, স্কুল কলেজে অধ্যয়নরত এবং অন্যান্য তরুন-তরুণীদের শিক্ষা ও চিকিৎসা প্রদান করা।

যেহেতু, যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকলে এইচআইভি ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেড়ে যায়, তাই দ্রুত ও কার্যকরী চিকিৎসা ব্যবস্থা নিশ্চিত করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

পাঠ-৩

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ-এর সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনা

রোগীর অভিযোগ ও লক্ষণ এবং শারীরিক পরীক্ষার সময় প্রাপ্ত চিহ্নের সমষ্টিকে সিনড্রোম বলা হয়।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা প্রজননতন্ত্রের/যৌনবাহিত সংক্রমণের ব্যপকতার প্রেক্ষিতে সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনা অনুমোদন করেছে। যাতে ফ্লো-চার্ট অনুসরণ করে ব্যবস্থাপনা প্রদান করা যায়। অধিকাংশ সেবা কেন্দ্রের জন্য এই সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনা নির্ভরযোগ্য, উপযোগী ও সাশ্রয়ী এবং পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে সফলভাবে এ পদ্ধতি ব্যবহৃত হয়েছে।

সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনার জন্য প্রবাহ চিত্র

বিভিন্ন ধরনের সংক্রামক রোগ জীবাণু থেকে যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ হয়ে থাকে, যদিও বেশীর ভাগ যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের লক্ষণ ও উপসর্গ প্রায়ই এক রকম। যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের বেশীর ভাগ লক্ষণ ও উপসর্গ মাত্র কয়েকটি সিন্ড্রোমের আওতায় ভাগ করা সম্ভব। এইসব সিন্ড্রোমের উপর ভিত্তি করে একগুচ্ছ প্রমিত বা ষ্ট্যান্ডার্ড প্রবাহ চিত্র তৈরী করা হয়েছে। প্রতিটি প্রবাহ-চিত্র মোটামুটি তিনটি ধাপে তৈরী করা হয়, এগুলো হলো ঃ

১। ক্লিনিক্যাল সমস্যা (রোগীর উপস্থাপিত উপসর্গ) বা ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ .... Problem Box

সরু সীমারেখাসহ একটি আয়তাকার বক্স য সমস্যা নির্দেশ করে

২। যে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা প্রয়োজন .... Decision Box

সরু সীমারেখাসহ একটি বহুভূজ বক্স যা চিকিৎসা বিষয়ক সিদ্ধান্ত নির্দেশ করে

৩।	রোগী প্রেরণসহ যে কাজ সম্পাদন করা প্রয়োজন .... Action Box

মোটা সীমারেখাসহ একটি আয়তাকার বক্স যা চিকিৎসা বা ব্যবস্থাপনা নির্দেশ করে

প্রবাহ চিত্র গুলোকে এলগোরিদম (Algorithms) বলা হয় যা আসলে সিদ্ধান্ত ও কর্ম তালিকা। প্রতিটি প্রবাহ-চিত্র রোগী নিবন্ধন থেকে শুরু হয় এবং ব্যবহারকারীকে বেশ কিছু সিদ্ধান্ত ও ইহার ধাপের ভিতর এগিয়ে নেয়। কিভাবে রোগীর ব্যবস্থাপনা করা হবে সে বিষয়ে নির্দেশনার মাধ্যমে প্রবাহ চিত্র শেষ হয় (অথবা কিছু কিছু ক্ষেত্রে রোগীকে প্রেরণের নির্দেশ দেয়) প্রতিটি সিদ্ধান্ত বা কাজ একটি বক্সের ভিতর থাকে যা থেকে একটি বা দুইটি রেখা অন্য একটি বক্সের দিকে চলে যায় বা আর একটি সিদ্ধান্ত বা কাজ নির্দেশ করে। প্রতিটিসিন্ড্রোমের এলগোরিদম ও চিকিৎসার সুপারিশ এতে থাকে। একাধিক সিন্ড্রোম থাকলে যৌথ চিকিৎসা দিতে হবে।

প্রবাহ-চিত্রের সুবিধার মধ্যে রয়েছে ঃ

- দ্রুত চিকিৎসা প্রদান - কেননা যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের সেবা যে কোন প্রাথমিক পর্যায়ের স্বাস্থ্য কেন্দ্র থেকে দেয়া সম্ভব। তাই প্রথম পরিদর্শনেই রোগীর চিকিৎসা করা সম্ভব।
- চিকিৎসায় বিস্তৃত প্রবেশাধিকার - অধিক সংখ্যক স্বাস্থ্য কেন্দ্রে চিকিৎসা সেবা পাওয়া যায় বলে এই চিকিৎসা ব্যাপক জনগোষ্ঠীর নাগালে আসে।
- প্রতিরোধমূলক ও প্রচারণামূলক কার্যক্রম পরিচালনার সুযোগ আছে, যেমন- যুবকদের মধ্যে স্বাস্থ্য শিক্ষা প্রদান ও কনডম বিতরণের সুযোগ।

সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনার সুবিধাসমূহ

- রোগীর সম্ভাব্য জীবাণুসমূহের বিরুদ্ধে চিকিৎসা দেয় হয় বলে রোগ নির্ণয়ে ভুল হবার আশংকা কম থাকে।
- ল্যবরেটরী পরিক্ষার সুবিধা না থাকলে বিকল্প পদ্ধতি হিসেবে চিকিৎসা দেয়া যায়।
- স্বাস্থ্য ব্যবস্থার সব পর্যায়ে সমমানের চিকিৎসা দেয়া যায়।
- প্রথম ভিজিটেই রোগী সেবা পেতে পারেন।
- তথ্য বা উপাত্ত সংগ্রহে সমতা থাকে।
- ঔষধপত্র সহজলভ্য।
- প্রাথমিক সেবা কেন্দ্র থেকেও সেবা দেয়া যায়।
- স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীদের সহজে প্রশিক্ষণ দেয়া যায়।
- ফ্লো-চার্ট অনুসরণ করে সহজে সেবা দেয়া যায়।
- সাশ্রয়ী।

সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনার অসুবিধাসমূহ

- একাধিক ঔষধ খেতে হয়।
- একাধিক ঔষধ গ্রহণ করার ফলে পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে।
- লক্ষণবিহীন রোগীদের জন্য প্রযোজ্য নয় (শুধুমাত্র মহিলা রোগীদের ঝুঁকি নিরুপণ ছাড়া)।
- সেবাপ্রদানকারীরা তাদের ক্লিনিক্যাল অভিজ্ঞতা প্রয়োগ করতে না পারায় অস্বাস্তিবোধ করতে পারেন।

সিন্ড্রোম চিহ্নিতকরণ

যদিও বিভিন্ন রোগ জীবাণু দ্বারা প্রজননতন্ত্রের/যৌনবাহিত সংক্রমণ হয় কিন্তু এসব জীবাণু সীমিত সংখ্যক সিনড্রোম সৃষ্টি করে। নীচে প্রজননতন্ত্রের যৌনবাহিত সংক্রমণের কিছু সিন্ড্রোম দেয়া হলো ঃ

১। মূত্রনালীর নিঃসরণ (Urethral discharge)

২। যোনিপথে স্রাব (Vaginal discharge)

৩। যৌনাঙ্গে ক্ষত (Genita ulcer)

৪। তলপেটে ব্যথা (Lower abdominal pain)

৫। স্ফীত অন্ডকোষ (Scrotal swelling)

৬। কুঁচকীতে ফোলা (Inguinal bubo)

৭। নবজাতকের চোখে সংক্রমণ (Neonatal conjunctivitis).

সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনার যৌক্তিকতা

গবেষাণালব্ধ জ্ঞান থেকে জানা যায় বাংলাদেশে যৌনবাহিত রোগের ব্যপকতা রয়েছে। বাংলাদেশে দেশব্যপী বিস্তৃত স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম রয়েছে। স্থায়ী সেবাদান কেন্দ্রের সর্বনিম্ন পর্যায় হচ্ছে ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র (UH & FWC) বা গ্রাম পর্যায়ে কমিউনিটি ক্লিনিক। এই পর্যায়ে সেখানে কর্মরত বিদ্যমান লোকবল ও লজিষ্টিক্স যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের কারণ নির্ণয় এবং ক্লিনিক্যাল পদ্ধতি ভিত্তিক চিকিৎসা প্রদান করার জন্য যথেষ্ট নয়। পক্ষান্তরে স্বাস্থ্য সেবার সাথে রোগীর প্রথম যোগাযোগের সময় সফল চিকিৎসা প্রদানের উপরই নির্ভর করে যৌনবাহিত রোগ নিয়ন্ত্রণের সাফল্য। লজিস্টিক্স সরবরাহ ও দক্ষ লোকবলের সীমাবদ্ধতার জন্য এবং জনগোষ্ঠীর যে পরিমাণ সেবা প্রয়োজন সে কথা বিবেচনা করে সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনা সুপারিশ করা হয়েছে।

নিম্নের টেবিলে প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের সিনড্রোম (উপসর্গ ও লক্ষণ/চিহ্ন) এবং রোগের কারণসমূহ বর্ণনা করা হয়েছে ঃ

সিন্ড্রোম	উপসর্গ	লক্ষণ/চিহ্ন	রোগের কারণ
মূত্রনালীর নিঃসরণ (Urethral Discharge)	• মূত্রনালীর নিঃসরণ • প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া ও ব্যথা • ঘন ঘন প্রস্রাব	• মূত্রনালী থেকে নিসঃরণ (প্রয়োজনে milk urethra করুন)	• গনোরিয়া • ক্ল্যামাইডিয়া
যোনিপথে স্রাব (Vaginal Discharge)	• যোনিপথে স্রাব • প্রচুর দুর্গন্ধযুক্ত স্রাব • যোনিপথে চুলকানি • প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া ও ব্যথা • সহবাসকালে ব্যথা	• যোনিপথে স্রাব (স্পেকুলাম পরীক্ষার সুযোগ থাকলে স্রাবের প্রকৃতি দেখুন) • Cervix এর ভেতর থেকে discharge • Cervix ভঙ্গুর বা friable	ভ্যাজাইনাইটিস ঃ • ট্রাইকোমোনিয়াসিস • ক্যানডিডিয়াসিস • ব্যাকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস সার্ভিসাইটিস ঃ • গনোরিয়া • ক্ল্যামাইডিয়া
যৌনাঙ্গে ক্ষত (Genital ulcer)	• যৌনাঙ্গে ক্ষত	• যৌনাঙ্গে ক্ষত • বৃদ্ধিপ্রাপ্ত লসিকাগ্রন্থি	• সিফিলিস • শ্যাংক্রয়েড • যৌনাঙ্গে হারপিস
তলপেটে ব্যথা (Lower abdominal pain)	• তলপেটে ব্যথা • সহবাসকালে ব্যথা • IUD র ইতিহাস	• যোনিপথে স্রাব • পেটে চাপ দিলে বা বাই-ম্যানুয়েল পরীক্ষায় Cervix নড়াচড়া করালে তলপেটে ব্যথা	• গনোরিয়া • ক্ল্যামাইডিয়া • এনারোবিক ব্যাকটেরিয়া • IUD

		• স্পেকুলাম পরীক্ষায় IUD পাওয়া যেতে পারে	
স্ফীত অন্ডকোষ (Scrotal swelling)	• যন্ত্রণাদায়ক অথবা স্ফীত অন্ডকোষ	• স্ফীত অন্ডকোষ এবং চাপ দিলে ব্যথা	• গনোরিয়া • ক্ল্যামাইডিয়া
কুঁচকিতে ফোলা (Inguinal bubo)	• কুঁচকিতে যন্ত্রণাদায়ক ও বৃদ্ধিপ্রাপ্ত লসিকাগ্রন্থি	• কুঁচকির লসিকাগ্রন্থি যন্ত্রণাদায়ক ও বৃদ্ধিপ্রাপ্ত • Flactuation	• লিম্ফোগ্রানুলোমা ভেনোরাম • শ্যাংক্রয়েড
নবজাতকের চোখে সংক্রমণ (Neonatal conjunctivitis)	• স্ফীত চোখের পাতা • নিঃসরণ বা Discharge • শিশু চোখের পাতা খুলতে পারে না।	• চোখের পাতা ফোলা • পুঁজযুক্ত নিঃসরণ	• গনোরিয়া • ক্ল্যামাইডিয়া

পাঠ-৪

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ

সমন্বিত যৌনবাহিত সংক্রমণ রোগী ব্যবস্থাপনার মধ্যে রয়েছে

১। রোগীর নিকট উপস্থাপন

২। ইতিহাস গ্রহণ

৩। শারীরিক পরীক্ষা

৪। রোগ নির্ণয়

৫। চিকিৎসা

৬। স্বাস্থ্য শিক্ষা ও পরামর্শ প্রদান

৭। ফলোআপ ও রেফারেল।

রোগীর নিকট উপস্থাপন

রোগী ও স্বাস্থ্যসেবা দানকারীর মধ্যে পারস্পরিক যোগযোগঃ রোগী ও স্বাস্থ্যসেবা দানকারীর মধ্যে পারস্পরিক যোগযোগ যৌনবাহিত সংক্রমণের রোগী ব্যবস্থাপনায় বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ যদি পারস্পরিক একটি সম্মানজনক ও আস্থাশীল সম্পর্ক তৈরী না হয়, সঠিক রোগ নির্ণয়ের জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য পাওয়া যাবে না। অপরিহার্য স্বাস্থ্য-শিক্ষা ব্যর্থ হবে, যৌন সঙ্গী চিকিৎসায় উৎসাহী হবে না এবং সম্পূর্ণ চিকিৎসা গ্রহণে রোগী মনোযোগী হবে না। রোগী ও স্বাস্থ্য সেবাদানকারীর মধ্যে পারস্পরিক যোগাযোগ নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর নির্ভর করে ঃ

পারিপার্শ্বিকতা ঃ

পারিপার্শ্বিকতা যতদূর সম্ভব পরিচ্ছন্ন, আনন্দদায়ক আরামদায়ক হবে। গোপনীয়তা একটি অপরিহার্য অংশ, রোগী ও স্বাস্থ্য সেবা দানকারীর মধ্যে আলোচনা যেন অন্য কেউ না শোনে এবং শারীরিক পরিক্ষা যেন কেউ না দেখে। রোগীকে বসার আসন দিতে হবে। পরীক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় পর্যাপ্ত আলোর ব্যবস্থা করতে হবে। একজন পুরুষের জন্য পরীক্ষার টেবিল দরকার হতে পারে এবং একজন মহিলার জন্য তা অবশ্যই লাগবে।

রোগীর প্রতি এপ্রোচ ঃ

- বন্ধুত্বপূর্ণভাবে ব্যবহার করা ও সেবা দেয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। স্বাস্থ্য সেবাদানকারী যদি দুরত্ব বজায় রাখে, উর্ধ্বতন কর্মকর্তার মত আচরণ করে এবং বিচারকের ভূমিকা পালন করে, তাহলে রোগীর ইতিহাস অসম্পূর্ণ হবে এবং বিভ্রান্তিকরও হতে পারে। অস্বস্তি অনুভূত করা রোগীপরীক্ষার জন্য সহযোগীতা করবে না এবং ঔষধ গ্রহণে অথবা প্রতিরোধমূলক পরামর্শ পালনে অনিচ্ছুক হবে।
- ব্যস্ত আছেন এমন ভাব দেখানো থেকে বিরত থাকুন ঃ স্বাস্থ্যকর্মীদের প্রায়ই সময়স্বল্পতার মধ্যে কাজ করতে হয়। অনেক রোগী দেখতে হয় এবং সময় অল্প, তার পরেও স্বাস্থ্য কর্মী তাড়াহুড়া করলে সহযোগীতাপূর্ণ রোগী পাওয়া কঠিন। রোগী ব্যবস্থাপনার সবগুলো কাজের জন্য যথেষ্ট সময় দিতে হবে।
- গোপনীয়তা রক্ষা করুন ঃ যৌনবাহিত সংক্রমণের আক্রান্ত রোগীরা সব সময় অন্য কেউ দেখে ফেলবে এই ভাবনায় উদ্বিগ্ন থাকবে। নিজ থেকে আগে ভাগে বলুন যে, রোগী যা বলবে তা সম্পুর্ণ গোপন থাকবে। প্রাথমিক পর্যায়ই আশ্বস্ত করুন যে অন্য কাউকে কিছু বলা হবে না, স্বামী/স্ত্রী বা যৌন সঙ্গীকেও না, অফিসের কর্মকর্তাকেও না বা উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষকেও না।
- সহনশীল হোন ঃ স্বাস্থ্যকর্মী রোগীর কর্মকান্ড বা আচরণের অনুমোদন নাও করতে পারেন। স্বাস্থ্যকর্মীর মূল্যবোধ রোগীর মূল্যবোধ থেকে সম্পূর্ণ ভিন্ন হতে পারে। এই বিষয়গুলো কখনো রোগীর প্রতি দৃষ্টিভঙ্গি বা চিকিৎসা প্রদানের উপর প্রভাব ফেলা উচিৎ নয়। সব সময় স্মরণ রাখতে হবে স্বাস্থ্যকর্মীর ভূমিকা হচ্ছে রোগীর নিরাময় প্রদানকারীর, বিচারকের নয়।
- লজ্জিত হবার কোন ভাব দেখাবেন না ঃ সাংস্কৃতিক ও ধর্মীয় কারণে যৌনতা বা যৌন আচরণ নিয়ে আলোচনা করা সাধারণত কঠিন কিন্তু স্বাস্থ্যকর্মী যদি লজ্জিত হন তবে রোগী দ্বিগুণ লজ্জিত হবেন। স্বাস্থ্যকর্মী পেশাদার মনোভাবের হবেন, সহজভাবে এবং লজ্জিত না হয়েই যৌন বিষয় ও আচরণ নিয়ে কথা বলতে সক্ষম হবেন। সমলিঙ্গের কারো সাথে কথা বলা সহজতর এবং রোগী এটা মনে রেখেই স্বাস্থ্যকর্মী নির্বাচন করবে। গুরুত্বপুর্ণ মনে হলে সমলিঙ্গের কারো কাছে রোগীকে প্রেরণ করুন।

রোগীর ইতিহাস গ্রহণ

এটা যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনার সব থেকে গুরুত্বপূর্ণ ধাপ এবং এর মধ্যে সাধারণ ও যৌন জীবনের ইতিহাস অন্তর্ভূক্ত।

সাধারণ ইতিহাস

- বর্তমান সমস্যা
- ব্যক্তিগত সমস্যা
- ঔষধ ও সংবেদনশীলতার ইতিহাস

- স্বামীর কর্মক্ষেত্রের ইতিহাস
- রোগীর কর্মক্ষেত্রের ইতিহাস
- রোগী হেপাটাইটিস-বি এর ভ্যাকসিন নিয়েছেন কি না
- বর্তমানে বা সাম্প্রতিক সময়ে কোন ঔষধ খেয়েছেন কিনা এবং কোন ঔষধের প্রতি সংবেদনশীল (Allergic) আছে কিনা সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন
- রক্ত পরিসঞ্চালনের অতীত ইতিহাস।

প্রধান উপসর্গ ও তার মেয়াদ

নীচের উপসর্গগুলো কোন যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের উপস্থিতি নির্দেশ করে। এগুলো রোগী স্বেচ্ছায় বলতে পারে বা সরাসরি প্রশ্নের মাধ্যমে তা জানা যেতে পারে।

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের সাধারণ উপসর্গ

সাধারণ জনগোষ্ঠী মহিলা	সাধারণ জনগোষ্ঠী পুরুষ
প্রস্রাবে কষ্ট, বার বার প্রস্রাব/জ্বালা পোড়া	প্রস্রাবে কষ্ট, বার বার প্রস্রাব/জ্বালা পোড়া
যৌন মিলনের সময় ব্যথা	মূত্রনালী থেকে নিঃসরণ
যৌনী স্রাব	জনন অঙ্গে ক্ষত
জনন অঙ্গে ক্ষত	চামড়ায় ফুঁসকুড়ি
লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া	লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া
তল পেটে ব্যথা	জনন অঙ্গে অস্বাভাবিক কোষবৃদ্ধি বা চাকা
জনন অঙ্গে অস্বাভাবিক কোষবৃদ্ধি বা চাকা	অন্ড কোষে প্রচন্ড ব্যথা, ফুলে যাওয়া
	পুরুষাঙ্গ উত্থিত না হওয়া
	মনো-যৌন সমস্যা

উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণকারী মহিলা	উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণকারী পুরুষ
প্রস্রাবে কষ্ট, বার বার প্রস্রাবে/জ্বালা পোড়া	জনন অঙ্গে ক্ষত
যৌন মিলনের সময় ব্যথা	মূত্রনালী থেকে নিঃসরণ
যোনী পথে চুলকানী	চামড়ায় ফুঁসকুড়ি

জনন অঙ্গে ক্ষত লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া তল পেটে ব্যথা জনন অঙ্গে অস্বাভাবিক কোষবৃদ্ধি বা চাকা গলা ব্যথা ভাইরাল হেপাটাইটিসের উপসর্গ (জন্ডিস) চামড়ায় ফুঁসকুড়ি পায়ু পথে পুঁজ নিঃসরণ পায়ু পথের চারপাশে ব্যথা	লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া প্রস্রাবে কষ্ট, বার বার প্রস্রাব/জ্বালা পোড়া জনন অঙ্গে অস্বাভাবিক কোষবৃদ্ধি বা চাকা অন্ড কোষে প্রচন্ড ব্যথা, ফুলে যাওয়া পুরুষাঙ্গ উত্থিত না হওয়া মনো-যৌন সমস্যা কোষ্ঠ কাঠিন্য পাতলা পায়খানা পায়ু পথে পুঁজ নিঃসরণ পায়ু পথের চারপাশে ব্যথা

যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের অতীত ইতিহাস

- পূর্বতন যৌন স্বাস্থ্য সমস্যা বা যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ হতে পারে এমন লক্ষণ ও উপসর্গ।
- সাম্প্রতিক যৌন সঙ্গীদের মধ্যে যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের উপসর্গ এবং রোগ নির্ণয়।

যৌন ইতিহাস

সাধারণ বিষয়

- ক্লিনিকে আগত সকল রোগীর যৌন ইতিহাস নেয়া উচিত।
- ভালভাবে যৌন ইতিহাস গ্রহণ করা অপরিহার্য, যাতে নিশ্চিত হয় যে, আপনি রোগী সম্পর্কে কোন অনুমান করছেন না।
- ডাক্তার যখনই রোগীর সাথে সৌহার্দ্যপূর্ণ সম্পর্ক স্থাপন করবেন তখনই যৌন অভ্যাস সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য নেয়া উচিত।
- সম্পূর্ণ আলোচনার সময়ই ব্যক্তিগত গোপনীয়তা রক্ষা করতে হবে।
- ইতিহাস নেয়ার সময় বৈজ্ঞানিক পরিভাষা ব্যবহার বর্জন করতে হবে।
- খোলা প্রশ্ন করুন তবে পরিষ্কার উত্তর পেতে সরাসরি প্রশ্ন করতে দ্বিধা করবেন না।

যৌন আচরণ (সাধারণ জনগোষ্ঠী মহিলা ও পুরুষ)

- উদ্দেশ্য হলো রোগীর যৌন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করতে পারে এমন কোন আচরণগত বিষয় চিহ্নিত করা। নিম্নলিখিত বিষয়গুলো জিজ্ঞাসা করুন ঃ
  - স্বামী/স্ত্রী ছাড়া অন্য কারো সাথে সর্বশেষ যৌন সম্পর্ক
  - গত মাসে/তিন মাসে যৌন সঙ্গীর সংখ্যা (যা প্রযোজ্য)
  - যৌন সঙ্গীদের লিঙ্গ
  - সর্বশেষ বার বা সাধারণত কনডম ব্যবহার করেন কিনা সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন
  - পরুষাঙ্গের উত্থানের সমস্যা (কেবল পুরুষদের জন্য)

যৌন আচরণ (উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণকারী জনগোষ্ঠী মহিলা ও পুরুষ)

- উদ্দেশ্য হলো রোগীর যৌন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করতে পারে এমন কোন আচরণগত বিষয় চিহ্নিত করা। নিম্নলিখিত বিষয়গুলো জিজ্ঞাসা করুন ঃ
  - স্বাস্থ্যসেবা দান করীর নিকট সর্বশেষ পরিদর্শন
  - গত মাসে/ তিনমাসে যৌন সঙ্গীর সংখ্যা (যা প্রযোজ্য)
  - যৌন সঙ্গীদের লিঙ্গ
  - সর্বশেষ বার বা সাধারণত কনডম ব্যবহার করে কিনা সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন
  - কোন ধরনের যৌন আচরণ করা হয়েছে
  - পুরুষ ও মহিলাদের সাথে যৌন মিলনের কথা জিজ্ঞাসা করতে ভুলবেন না
  - প্রথম যৌন অভিজ্ঞতার সময়ের বয়স
  - রোগীর যৌন জীবনের ধরণ।

যৌন আচরণের কিছু সম্ভাব্য ধরন

- পুরুষাঙ্গ প্রবেশ করানো-পায়ু পথে যৌন মিলন - পুরুষাঙ্গ গ্রহণ করা-পায়ু পথে যৌন মিলন - পুরুষাঙ্গ- যোনি পথে যৌন মিলন	- মুখ-পায়ু পথে যৌন মিলন - মুখ- যোনী পথে যৌন মিলন - মুখ পুরুষাঙ্গ যৌন মিলন

যৌন আচরণ সংক্রান্ত প্রশ্নের উদাহরণ

- আপনাকে সম্ভাব্য সবোর্চ্চ সেবা দেয়ার জন্য আপনার যৌন আচরণ সম্পর্কে কয়েকটি প্রশ্ন করবো। যা কিছু আমরা আলোচনা করবো এই ঘরের ভিতর থাকবে।

- আপনি কি পুরুষ, মহিলা বা উভয়ের সাথে যৌন মিলন করেন?
- কোন ধরনের যৌন মিলন আপনি করেন? যেমন ঃ যোনী পথে, মুখে, পায়ুপথে ?
- যখন আপনি মুখে-মিলনের কথা বলছেন এতে কি বোঝাতে চাচ্ছেন যে আপনি পুরুষ সঙ্গীর জনন অঙ্গ চাটছেন বা চুষছেন অথবা আপনার পুরুষ সঙ্গী আপনার জনন অঙ্গ চুষছেন বা চাটছেন না কি দুটোই ?

যৌন সম্পর্কের ইতিহাস

- নিয়মিত সঙ্গী (পুরুষ ও মহিলা)
- নিয়মিত সঙ্গীর যৌন আচরণ
- অন্যান্য/সাময়িক সঙ্গী

পুরুষ রোগীর জন্য ইতিহাস নেয়ার ফরম্যাট

রোগীর সঙ্গে সম্পর্ক স্থাপন (রোগীকে অভ্যর্থনা জানানো, গোপনীয়তা রক্ষা, বোধগম্য ভাষার ব্যবহার ইত্যাদি)

সাধারণ তথ্য গ্রহণ ঃ

১. নাম

২. বয়স

৩. ঠিকানা

৪. শিক্ষা

৫. রোগীর পেশা

৬. সঙ্গীর পেশা

৭. বৈবাহিক অবস্থাঃ বিবাহিত/অবিবাহিত/বিপত্মীক/পৃথক বসবাস।

৮. শারীরিক, যৌনতা ও আবেগ এর অপব্যবহার (বর্তমান ও অতীত)।

৯. ড্রাগের ব্যাপারে অনীহা, মাদকের অপব্যবহার, মাদকাশক্তি।

১০. আপনার জীবনে কি অপরিশোধিত সূঁচ ব্যবহারের ইতিহাস আছে?

১১. আপনার জীবনে কি রক্ত গ্রহণ করা অথবা সার্জিক্যাল অপারেশনের অভিজ্ঞতা আছে ?

রোগের ইতিহাস গ্রহণ ঃ

১. আপনার কি মূত্রনালীর নিঃসরণ আছে ?

২. আপনার যৌনাঙ্গে কি কোন ঘা আছে ?

৩. আপনার অন্ডকোষ কি আকারে স্ফীত ?

৪. আপনার যৌনাঙ্গে কি কোন চুলকানী আছে ?

৫. আনপর প্রস্রাবে কি কোন সমস্যা আছে ?

৬. আপনার কি স্বপ্ন দোষ হয় ?

৭. আপনি কি শারীরিকভাবে অক্ষম ?

৮. আপনার কি বন্ধ্যাত্বের ইতিহাস আছে ?

যৌন ইতিহাস ঃ

১. সর্বশেষ কখন আপনি যৌনকর্ম করেছেন ?

- সঙ্গী .... দিন/মাস আগে ?
- স্ত্রী .... দিন/মাস আগে ?

২. সর্বশেষ যৌনকর্মে কনডম ব্যবহার করেছেন কি ?

৩. আপনার সঙ্গীর/স্ত্রীর কোন STI এর লক্ষণ আছে কি ? হ্যাঁ/না/জানিনা নির্দিষ্ট করুন ....

৪। আপনার সঙ্গী সম্প্রতি STI এর চিকিৎসা নিয়েছেন কি ?

৫। গত ৩ মাসে যৌন সঙ্গীর সংখ্যা ....

৬। কি ধরনের সেক্সের অভ্যাস আছে ?

- যোনী পথে
- মুখে
- পায়ু পথে

৭। সারা জীবনে যৌনসঙ্গীর সংখ্যা ঃ কতজন পুরুষ/নারী

৮। আপনি কি কনডম ব্যবহার করেন ? হ্যাঁ/না

অতীতের চিকিৎসা এবং যৌন স্বাস্থ্যর ইতিহাস

স্বাস্থ্য সমস্যা	আক্রান্ত হওয়ার সময়/সময়কাল	চিকিৎসা
STI		

Non-STI Genitourinary		
মেডিক্যাল/সার্জিক্যাল		
অন্যান্য(Diabetes, Hypertenstion, Thyroid সমস্যা)		

বর্তমান সমস্যার ক্ষেত্রে চিকিৎসা নেয়ার ইতিহাস

- কোন চিকিৎসা নিয়েছেন ঃ হ্যাঁ/না নির্দিষ্ট করুন ....

শারীরিক পরীক্ষা

শারীরিক পরীক্ষার পূর্বে ঃ

- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করুন
- পর্যাপ্ত আলোর ব্যবস্থা করুন
- পরীক্ষার পদ্ধতি সম্পর্কে রোগীকে অবহিত করুন এবং তার সম্মতি নিন
- হাত পরিষ্কার করুন এবং গ্লাভস পরুন

পুরুষ রোগীদের নিয়মিত পরীক্ষা ঃ

১. সাধারণ বাহ্যিক অবস্থা

২. ত্বক এবং মিউকাস ঝিল্লি

৩. মুখ গহ্বর (যে কোন ক্ষত/বিকৃতি/দাগ)

৪. লসিকা গ্রন্থি

৫. চুল পড়া

৬. পেটের পরীক্ষা/কুঁচকির লসিকা গ্রন্থি

৭. যৌনাঙ্গ

- পিউবিক এরিয়া (যৌনাঙ্গের লোম/চুলকানি/উকুন/যে কোন ক্ষত)
- পুরুষাঙ্গ
    - Prepuce (ঘা/ক্ষত)
    - মূত্রনালীর ছিদ্র (যে কোন ধরনের নিঃসরণ, প্রয়োজনে মূত্রনালীর Milking করতে হবে)।
    - Shaft (ঘা/ক্ষত)

- অন্ডকোষ (ডান, বাম অথবা উভয়)
- শুক্র থলি (স্ফীত হওয়া/স্পর্শকাতরতা/যে কোন ধরনের অস্বাভাবিক অবস্থা)।

পায়ুপথের পরীক্ষা ঃ

- যে কোন ধরনের নিঃসরণ বা ঘা
- স্থিতিস্থাপকতা
- ফেঁটে যাওয়া, হেমোরয়েডস অথবা ক্ষত।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ ও যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনায় কাউন্সেলিং ঃ

১) রোগীকে তার প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের প্রকৃতি সম্পর্কে জানানো

২) ঝুঁকির পর্যায় সম্পর্কে রোগীকে জানানো

৩) যৌন আচরণ

৪) ব্যক্তিগত ঝুঁকির বিষয়সমূহ

৫) নিরাপদ আচরণ

৬) মাদকের ব্যবহার

৭) ঝুঁকির অন্যান্য বিষয়সমূহ।

রোগীকে তার সঙ্গীর ঝুঁকি সম্পর্কে জানানো

১) যৌন আচরণ

২) ব্যক্তিগত ঝুঁকির বিষয়সমূহ

৩) নিরাপদ আচরণ

৪) মাদকের ব্যবহর

৫) ঝুঁকির অন্যান্য বিষয়সমূহ।

প্রতিরোধ এবং চিকিৎসার ব্যাপারে রোগীকে জানানো

১) সঠিক নিয়মে চিকিৎসা সম্পন্ন করার গুরুত্ব

২) যৌন সঙ্গীর চিকিৎসার গুরুত্ব

৩) সঙ্গী চিহ্নিতকরণ কার্ড বিতরণ

৪) চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে প্রজননতন্ত্র/যৌনবাহিত সংক্রমণ ছড়ানোর ঝুঁকি

৫) ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিবর্তনে রোগীকে সাহায্য করা

৬) আচরণ পরিবর্তণের বাঁধাসমূহ খুঁজে বের করা।

৭) নিরাপদ যৌন আচরণ সম্পর্কে আলোচনা

- সঙ্গীর সাথে দরকষাকষি এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণ

৮) প্রয়োজনে ফলোআপ ভিজিট সম্পর্কে রোগীর সঙ্গে পরিকল্পনা করা।

মহিলা রোগীর জন্য ইতিহাস নেয়া ফরম্যাট

রোগীর সঙ্গে সম্পর্ক স্থাপন (রোগীকে অভ্যর্থনা জানানো, গোপনীয়তা রক্ষা, বোধগম্য ভাষার ব্যবহার ইত্যাদি)

সাধারণ তথ্য গ্রহণ ঃ

১) নাম

২) বয়স

৩) ঠিকানা

৪) সর্বশেষ মাসিকের সময়কাল (LMP)

৫) শিক্ষা

৬) বৈবাহিক অবস্থা ঃ বিবাহিত/অবিবাহিত/পরিত্যক্ত/বিধবা/পৃথক বসবাস

৭) রোগীর পেশা

৮) রোগীর সঙ্গীর পেশা

৯) আপনার কয়টি সন্তান আছে ?

১০) আপনি কি স্তন্যদানকারী ?

১১) আপনি কি জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ব্যবহার করেন (IUD) ?

১২) আপনার জীবনে কি শারীরিক, যৌনতা ও আবেগজনিত অপব্যবহারের ইতিহাস আছে?(বর্তমান ও অতীত) ?

১৩) ড্রাগের ব্যাপারে অনীহা, মাদকের অপব্যবহার, মাদকাসক্তি ?

১৪) আপনার জীবনে কি অপরিশোধিত সূঁচ ব্যবহারের ইতিহাস আছে ?

১৫) আপনার জীবনে কি রক্ত গ্রহণ করা অথবা সার্জিক্যাল অপারেশনের অভিজ্ঞতা আছে ?

১৬) আপনার কি বন্ধ্যাত্বের ইতিহাস আছে ?

বর্তমান সমস্যা ঃ

১) আপনার কি যোনী পথে নিঃসরণ আছে (পরিমাণ, ধরন, গন্ধ, চুলকানো, জ্বালাপোড়া করা, সহবাসের সময় ব্যাথা)

২) আপনার কি তলপেটে ব্যথা আছে ?

৩) আপনার যৌনাঙ্গে কি কোন ঘা, ফুসকুড়ি আছে ?

যৌনতার ইতিহাস ঃ

১) সর্বশেষ কখন আপনি যৌনকর্ম করেছেন

- সঙ্গী .... দিন/মাস আগে
- স্বামী .... দিন/মাস আগে

২) সর্বশেষ যৌন কর্মে কনডম ব্যবহার করেছেন কি ?

৩) আপনার সঙ্গীর/স্বামীর কোন এসটিআই এর লক্ষণ আছে কি ? হ্যাঁ/ না/ জানি না,

নির্দিষ্ট করুন ....

৪) আপনার সঙ্গী সম্প্রতি এসটিআই এর চিকিৎসা করেছে কি ?

৫) গত ৩ মাসে যৌন সঙ্গীর সংখ্যা ?

৬) কি ধরনের সেক্সের অভ্যাস আছে ?

- যোনী পথে
- মুখে
- পায়ুপথে

৭) সারা জীবনে যৌনসঙ্গীর সংখ্যা ?

৮) কতজন পুরুষ এবং কতজন নারী ?

৯) আপনি কি কনডম ব্যবহার করেন ? হ্যাঁ/ না

অতীতের চিকিৎসা এবং যৌন স্বাস্থ্যের ইতিহাস ঃ

স্বাস্থ্য সমস্যা	আক্রান্ত হওয়ার সময়/সময়কাল	চিকিৎসা
STI		

Non-STI Genitourinary		
মেডিক্যাল/সার্জিক্যাল		
Diabetic, Hypertension, Thyroid সমস্যা		

বর্তমান সমস্যার ক্ষেত্রে চিকিৎসা নেয়ার ইতিহাস ঃ

- কোন চিকিৎসা নিয়েছেন ? হ্যাঁ/না নির্দিষ্ট করুন ....

শারীরিক পরীক্ষা

শারীরিক পরীক্ষার পূর্বে ঃ

- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করুন
- পর্যাপ্ত আলোর ব্যবস্থা করুন
- পরীক্ষার পদ্ধতি সম্পর্কে রোগীকে অবহিত করুন এবং তার সম্মতি নিন
- হাত ধুয়ে গ্লাভস পরুন।

মহিলা রোগীদের নিয়মিত পরীক্ষা

১) সাধারণ বাহ্যিক অবস্থা

২) ত্বক এবং মিউকাস ঝিল্লি

৩) মুখ গহ্বর (যে কোন ক্ষত/বিকৃতি/দাগ)

৪) লসিকা গ্রন্থি

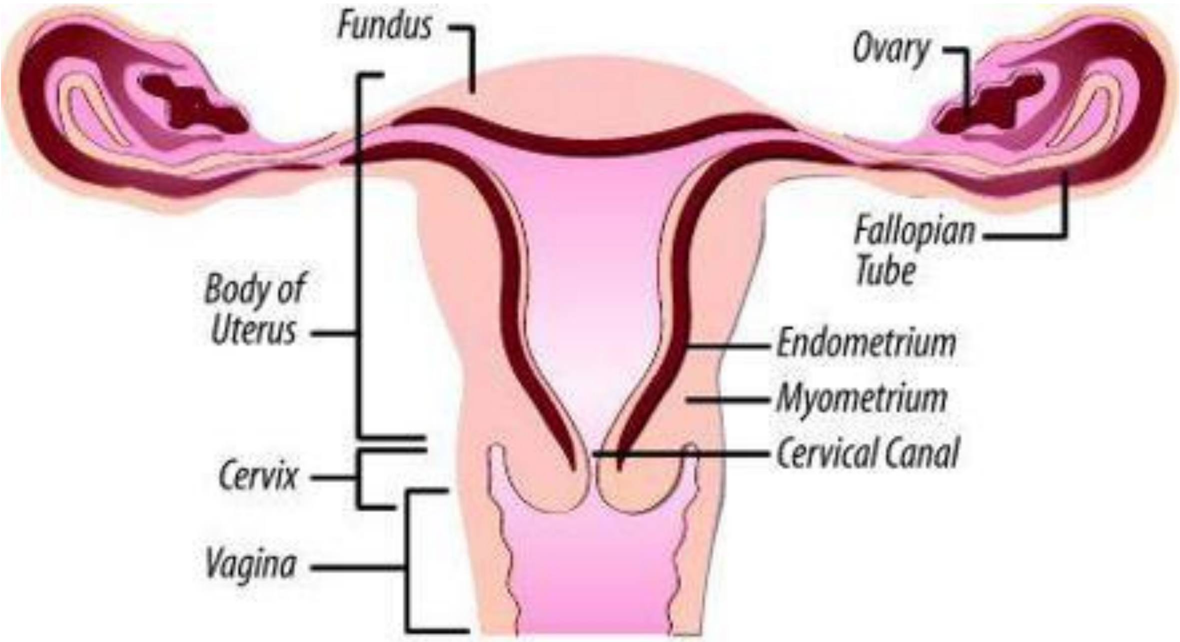
৫) পেটের পরীক্ষা

- তলপেটে চাপ দিয়ে কোন ব্যাথা, চাকা এবং মাসেল গার্ড আছে কিনা দেখুন
- কুঁচকির লসিকা গ্রন্থি

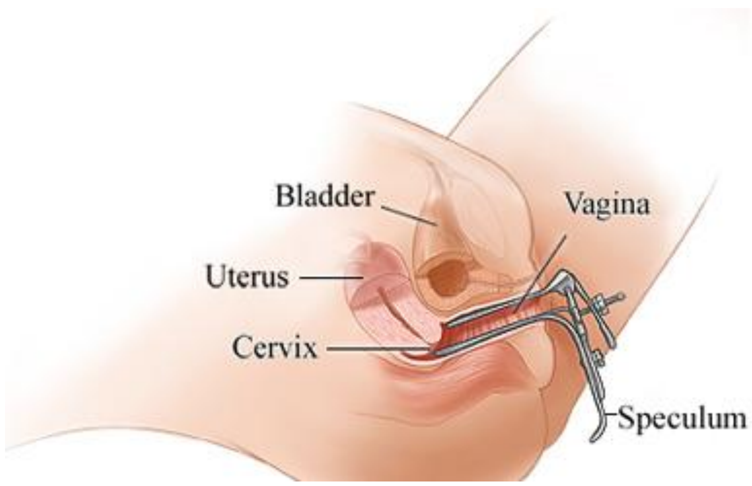
৬) যৌনাঙ্গের বাহিরের অংশ পর্যবেক্ষণ-আঁচিল, অস্বাভাবিক স্রাব বা রক্ত স্রাব, ক্ষত, ঘা এবং যৌনাঙ্গের লোম

৭) স্পেকুলাম দিয়ে যোনীপথ পরীক্ষা

- জরায়ুর মুখ (Cervix) পর্যবেক্ষণ- নিঃসরণ, রং, ক্ষয় যেকোন ধরনের বৃদ্ধি, সার্ভিক্সের ভঙ্গুর অবস্থা
- যোনীপথের দেয়াল পর্যবেক্ষণ- অস্বাভাবিক যোনী পথের নিঃসরণ, আঁচিল, বৃদ্ধি, ঘা, ক্ষত, Cystocele or Rectocele.



চিত্র ঃ **স্বাভাবিক জরায়ু**



চিত্র ঃ স্পেকুলাম দিয়ে যোনীপথ পরীক্ষা

৮) দুই হাতে যোনীপথ পরীক্ষা জরায়ু মুখের অবস্থান, স্থিতিস্থাপকতা, জরায়ুমুখ নাড়ালে ব্যথা

- জরায়ু ঃ অবস্থান, আকার, গঠন, নড়াচড়া এবং ব্যথা
- Fornics পরীক্ষা করা- স্ফীত অবস্থা এবং ব্যথা।

৯) **যৌনাঙ্গের বহিরাবস্থান**

- পিউবিক এরিয়া, যৌনাঙ্গে লোম, চুলকানি, উকুন, যে কোন ক্ষত।

১০) **পায়ুপথের পরীক্ষা ঃ**

- যে কোন ধরনের নিঃসরণ বা ঘা
- স্থিতিস্থাপকতা
- ফেঁটে যাওয়া, রক্ত পড়া অথবা প্রচুর ক্ষত।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনায় কাউন্সেলিং ঃ

১) রোগীকে তার আরটিআই/এসটিআই এর প্রকৃতি সম্পর্কে জানানো ঝুঁকির পর্যায় সম্পর্কে রোগীকে জানানো

২) যৌন আচরণ

৩) ব্যক্তিগত ঝুঁকির বিষয়সমূহ।

৪) নিরাপদ আচরণ

৫) মাদকের ব্যবহার

৬) ঝুঁকির অন্যান্য বিষয়সমূহ

রোগীকে তার সঙ্গীর ঝুঁকি সম্পর্কে জানানো ঃ

১) যৌন আচরণ

২) ব্যক্তিগত ঝুঁকির বিষয়সমূহ

৩) নিরাপদ আচরণ

৪) মাদকের ব্যবহার

৫) ঝুঁকির অন্যান্য বিষয়সমূহ

প্রতিরোধ এবং চিকিৎসার ব্যাপারে রোগীকে জানানো ঃ

১) সঠিক নিয়মে চিকিৎসা সম্পন্ন করার গুরুত্ব

২) যৌন সঙ্গীর চিকিৎসার গুরুত্ব

৩) সঙ্গী চিহ্নিতকরণ কার্ড বিতরণ

৪) চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে আরটিআই/এসটিআই ছড়ানোর ঝুঁকি

৫) ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিবর্তনে রোগীকে সাহায্য করা

৬) আচরণ পরিবর্তনের বাঁধাসমূহ খুঁজে বের করা

৭) গর্ভবতী হলে তার সন্তানকে রক্ষা করা

৮) নিরাপদ যৌন আচরণ সম্পর্কে আলোচনা

- সঙ্গীর সাথে দরকষাকষি এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণ

৯) প্রয়োজনে ফলোআপ ভিজিট সম্পর্কে রোগীর সঙ্গে পরিকল্পনা করা।

মৌলিক স্বাস্থ্য শিক্ষার ৪টি তথ্য : 4CS বিস্তারিত

- Compliance with treatment চিকিৎসা সম্পুর্ণ করুন
- Counseling for Prevention রোগ প্রতিরোধের কাউন্সেলিং করুন
- Condom Use Demonstration কনডম ব্যবহার প্রদর্শন করুন
- Contact Tracing and Treatment সঙ্গী চিহ্নিত করুন এবং চিকিৎসা দিন

রোগীকে পরামর্শ দিন ঃ

- যে সব কনডম শুষ্ক, নোংরা, রং চটা, আঠালো, গলে যাওয়া, নষ্ট হয়ে যাওয়া অথবা মেয়াদোত্তীর্ণ তা ব্যবহার করবেন না।
- ব্যবহৃত কনডম পুনঃব্যবহার করবেন না।
- শুষ্ক, ঠান্ডা জায়গা, রৌদ্র থেকে দুর, আদ্রতা বা তাপ থেকে দুরে নিরাপদ জায়গায় এবং শিশুদের নাগালের বাইরে অব্যবহৃত কনডম রাখুন।

কনডম এর সুবিধাসমূহ ঃ

- যৌনবাহিত রোগ/প্রজাননতন্ত্রের সংক্রমণসহ এইচাআইভি/এইডস প্রতিরোধ করে।
- অনাকাংখিত গর্ভধারণ প্রতিরোধ করে।
- নিরাপদ মনে হয়।
- যৌনসঙ্গীর প্রতি যত্নশীল মনে হয়।
- যৌনবাহিত রোগ/ প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণের চিকিৎসার বিভ্রতকর অবস্থায় পড়তে হয় না।
- শৃঙ্গার (Foreplay) করায় অতিরিক্ত আবেদন তৈরী হয়।

- বীর্যপাত দেরিতে হয় এবং যৌনসঙ্গম দীর্ঘস্থায়ী হয়।

কনডম এর অসুবিধাসমূহ ঃ

- পূর্ব পরিকল্পনা প্রয়োজন
- যৌন সঙ্গমের বাধা মনে হতে পারে
- ছিড়ে বা খুলে যেতে পারে
- ব্যয় সাপেক্ষ মনে হতে পারে
- কারো কাছে সঙ্গম কম আনন্দদায়ক মনে হতে পারে
- কারো কারো ক্ষেত্রে লেটেক্স কনডমে এলার্জি থাকতে পারে।

৪) সঙ্গী চিহ্নিতকরণ এবং চিকিৎসা প্রদান (Contact tracing and treatment)

সঙ্গী ব্যবস্থাপনা বলতে বুঝায় প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌন সংক্রমণের চিকিৎসা গ্রহনকারী রোগীর যৌন সঙ্গী চিহ্নিত করা।

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ এবং যৌন সংক্রমণ ব্যবস্থাপনায় এটি একটি গুরুত্বপূর্ণ পদক্ষেপ, এবং এটা আরো বেশী প্রয়োজনীয়, একজন রোগী যখন চিকিৎসা গ্রহণের জন্য পরীক্ষা সম্পন্ন করে।

সঙ্গী ব্যবস্থাপনা

সঙ্গী ব্যবস্থাপনা কেন গুরুত্বপূর্ণ

সঙ্গীর চিকিৎসা কেন প্রয়োজন তা রোগীকে অবহিত করা বা বোঝানো জরুরী, কারণ রোগী হয়তো পুনরায় সংক্রমিত হতে পারেন যদি তার সঙ্গীর চিকিৎসা না হয় বা রোগ মুক্ত না থাকেন। অন্যদিকে, রোগী নিজেও তা সঙ্গীকে সংক্রমিত করতে পারেন। সংক্রমিত রোগীর যৌন সঙ্গীকে চিহ্নিত করা ন গেলে এবং চিকিৎসার আওতায় না আনতে পারলে এর ফলাফল হতে পারে সঙ্গীকে পুনরায় সংক্রমিত করা অথবা নিজেই পুনরায় সংক্রমিত হওয়া। সুতরাং সকল যৌন সঙ্গীকেই চিকিৎসা বা প্রতিরোধ ব্যবস্থা সম্পর্কে সম্যক ধারণা, কাউন্সেলিং এবং চিকিৎসা দেয়া প্রয়োজন। কখনো কখনো সঙ্গী বিশেষ করে মহিলাদের সংক্রমণ থাকলেও কোন সমস্যা বা লক্ষণ থাকে না কিন্তু লক্ষণ না থাকলেও রোগীর চিকিৎসা পাশাপাশি অবশ্যই সঙ্গীর চিকিৎসা দিতে হবে। তাই তারা চিকিৎসা গ্রহণ করতে চান না, তাদের ক্ষেত্রে সঙ্গী ব্যবস্থাপনা খুবই প্রয়োজনীয়।

সঙ্গী ব্যবস্থাপনার নীতিসমূহ ঃ

গোপনীয়তা বজায় রাখা (Confidentiality) ঃ

সম্পূর্ণভাবে গোপনীয়তা রক্ষার নিশ্চয়তা দিয়ে রোগী এবং তার যৌন সঙ্গীকে আস্থার সাথে চিকিৎসা কেন্দ্রে আসতে বলুন। এ ব্যাপারে সবচেয়ে বড় সমস্যা হচ্ছে যে অধিকাংশ ক্ষেত্রে রোগী বা তার যৌন সঙ্গী গোপনীয়তা রক্ষার ব্যাপারে অস্থাহীনতায় ভোগে এবং স্বাস্থ্য কেন্দ্রে আসতে চান না।

সেচ্ছায় চিকিৎসা সেবা গ্রহণ (Voluntary) ঃ

চিকিৎসা কেন্দ্রে আগত বা চিকিৎসা সেবার আওতায় সকল রোগীকে (Index Patient) প্রযোজ্য সকল ধরনের চিকিৎসা এবঙ কাউন্সেলিং সম্পন্ন করতে হবে-তা সে যৌন সঙ্গী চিহ্নিত করার ক্ষেত্রে সেবা প্রদানকারীকে সাহায্য করতে ইচ্ছুক হোক বা না হোক। রোগী যদি তার যৌন সঙ্গী চিহ্নিত করতে একেবারেই অনিচ্ছুক হন, এক্ষেত্রে সেবাপ্রদানকারীরেদর উচিত হবে তাকে প্রয়োজনীয় তথ্য ও চিকিৎসা দেয়া যা রোগী তার সঙ্গীকে দিতে পারেন। রোগী এবং তার সঙ্গীকে সকল ধরনের বৈষম্য (Discrimination) থেকে মুক্ত রাখতে হবে। প্রজননতন্ত্রের ও যৌনবাহিত সংক্রমণ রোগ নির্ণয় বা চিকিৎসার ক্ষেত্রে রোগী ও তার সঙ্গীকে অনেক সময় বৈষম্য এবং অপবাদের সন্মুখীন হতে হয়। কেন্দ্রে

আগত রোগী এবং তার যৌন সঙ্গীকে মর্যাদর সাথে গোপনীয়তা বজায় রেখে স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করতে হবে।

যৌন সঙ্গী চিহ্নিত করার উপায় ঃ

প্রধানত: দুইভাবে যৌনসঙ্গী চিহ্নিতকরণ করা যায় ঃ

- রোগী রেফারেল
- সেবা প্রদানকারী রেফারেল।

রোগী দ্বারা রেফার করা ঃ

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) এর সুপারিশ অনুযায়ী এই পদ্ধতিতে কেন্দ্রে আগত রোগী (Index) প্রয়োজনে সেবাপ্রদানকারীর সহায়তা ছাড়াই তার যৌন সঙ্গীর সম্ভাব্য সংক্রমণ এর কথা জানাবেন। অধিকাংশ দেশেই রোগী রেফারেল একটি সহজ পদক্ষেপ, কারণ এতে কম লোকবল, কম খরচ প্রয়োজন হয় এবং যৌন সঙ্গী চিহ্নিতকরণের দায়দায়িত্ব সেবাপ্রদানকারী/স্বাস্থ্য কর্মীর প্রয়োজন হয় না। প্রত্যেক রোগীর ক্ষেত্রেই সঙ্গী চিহ্নিতকরণ গ্রহণ করতে পারেন।

সেবাপ্রদানকারী দ্বারা রেফার করা ঃ

এই পদ্ধতিতে, সেবাপ্রদানকারী "পার্টনার নোটিফিকেশন কার্ড" এর মাধ্যমে রোগীর সঙ্গীকে অবহিত করেন। রোগী তার সঙ্গী সম্পর্কে তথ্য প্রদান করেন যা গোপন রেখে সেবা প্রদানকারী সঙ্গীকে চিহ্নিত করেন। এই

কাজের জন্য প্রয়োজন দক্ষ এবং প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত কর্মী। এই পদ্ধতি অনেকটা সময় সাপেক্ষ, এবং অনেক সময় রোগী তার গোপনীয়তা ভঙ্গের ভয়ে চিন্তিত থাকতে পারেন।

সঙ্গী চিহ্নিতকরণ (পার্টনার নোটিফিকেশন) কার্ড এর নমুনা ঃ

তারিখ ঃ

ক্রমিক নং ঃ

কেন্দ্রের নাম (যেখানে কার্ড নিয়ে সঙ্গী আসবেন) ঃ

ক্লিনিকের সময়সূচী ঃ

সঙ্গীর চিকিৎসার অন্য উপায় ঃ

- রোগীর কাছে সঙ্গীর জন্য প্রয়োজনীয় ঔষধ দিয়ে দেয়া।
- সঙ্গীকে চিকিৎসার জন্য ক্লিনিকে আসতে বলা।

শেষোক্ত পদ্ধতিতে সুবিধা হলো, দুইজনকে একসঙ্গে কাউন্সেলিং দেয়া যা প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থায় খুবই কার্যকরী।

রোগীর সিনড্রোম অনুযায়ী তার সঙ্গীকে চিকিৎসা দেয়ার জন্য যে চার্ট অনুসরণ করতে হবে তা পরবর্তী পৃষ্ঠায় উল্লেখ করা হলো ঃ

রোগীর সিনড্রোম অনুযায়ী তার সঙ্গীকে চিকিৎসা দেয়ার চার্ট

রোগীর প্রাথমিক সংক্রমণ	**যৌন সঙ্গীর জন্য নির্ধারিত চিকিৎসা**
সার্ভিসাইটিস	●যৌনসঙ্গীকে গনোরিয়া এবং ক্ল্যামাইডিয়া উভয়ের জন্য STI চিকিৎসা ১ দিতে হবে
ভ্যাজাইনাইটিস (ট্রাইকোমানাস এবং /অথবা ব্যাকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস	●রোগের কারণের উপর নির্ভর করে ডাক্তার সিদ্ধান্ত নিবেন ●যদি ট্রাইকোমানাস ভ্যাজাইনোসিস ধরা পড়ে তাহলে 2g Metronidazole মুখে ১বার অথবা 400mg দিনে ২বার করে ৭দিন ●যদি ব্যাকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস ধরা পড়ে তাহলে সঙ্গীর চিকিৎসার দরকার নেই
PID (Pelvic Infammatory)	● যৌনসঙ্গীকে গনোরিয়া এবং ক্ল্যামাইডিয়া জন্য STI চিকিৎসা ১ দিন
স্ক্রোটাল সোয়েলিং	● যৌনসঙ্গীকে গনোরিয়া এবং ক্ল্যামাইডিয়া জন্য STI চিকিৎসা ১ দিতে হবে

রোগ	
Inguinal Bubo syndrome	• Azithromycin 1g DOT (Directly Observed Therapy) এবং • Doxycycline 100 mg দিনে ২ বার করে ১৪ দিন বা Erythoromycin 500gm দিনে ৪বার করে ১৪ দিন (LGV এর জন্য) ।
GUS	• যৌনসঙ্গীকে
হাপপিস	• যৌনসঙ্গীর পরিপূর্ণ যৌন স্বাস্থ্যের ইতিহাস এবং পরীক্ষা করতে হবে। • যদি হারপিসের কারণে ক্ষত হয় তবে হারপিসের চিকিৎসা দিতে হবে।
যৌনাঙ্গে আঁচিল	• যৌন সঙ্গীল পরিপূর্ণ যৌন স্বাস্থ্যের ইতিহাস নিতে এবং পরীক্ষা করতে হবে। যদি যৌনাঙ্গে আঁচিল থাকে তবে চিকিৎসা দিতে হবে।
নবজাতকের চোখে সংক্রমণ	• পিতামাতা উভয়কেই গনোরিয়া এবং ক্লামাইডিয়ার চিকিৎসা দিতে হবে।
স্ক্যাবিস (খোঁস পাঁচড়া)	• যৌন সঙ্গীকে স্ক্যাবিসের চিকিৎসা দিন।
পিউরিক লাইস	• যৌন সঙ্গীকে পিউবিক উকুনের চিকিৎসা দিন।

Note: TV= Trichomonas Vaginalis, BV=Bacterial Vaginosis, LGV= Lympho Granuloma Veneram

রোগী প্রেরণ

একটি দেশে এসটিআই/আরটিআই রোগী ব্যবস্থাপনার জন্য শুধু মাত্র সিন্ড্রোমিক পদ্ধতি যথেষ্ট নয়। এসটিআই/আরটিআই রোগী ব্যবস্থাপনার সফল সিন্ড্রোমিক পদ্ধতির জন্য অবশ্যই সুসংগঠিত রেফারাল নেটওয়ার্কে (ল্যাবরেটরী ও বিশেষজ্ঞ চিকিৎসা) প্রয়োজন।

এসটিআই/আরটিআই রোগী নিম্নলিখিত পরিস্থিতিতে রেফার করা প্রয়োজন হতে পারে ঃ

- চিকিৎসায় রোগীর উন্নতি না হলে
- ল্যবরেটরী পরীক্ষার মাধ্যমে রোগ নির্ণয় নিশ্চিত করতে হবে
- রোগীর জটিল এবং দুর্বোধ্য সিন্ড্রোম থাকলে।

এসটিআই রোগীর জটিলতা থাকলে, চিকিৎসক যখন অসুস্থ রোগীর সম্পর্কে নিশ্চিত নন এবং যখন রোগী সুপারিশকৃত চিকিৎসায় ভাল হয়নি তখন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের নিকট রেফার করতে হবে। রোগীর যদি

এইচআইভির জন্য ভলান্টারী কাউন্সেলিং এন্ড টেষ্টিং (ভিসিটি) প্রয়োজন হয় তাহলে পরীক্ষার আগে ও পরে ভিসিটিতে প্রশিক্ষণ প্রাপ্ত কাউন্সেলর এর পরামর্শ নিশ্চিত করতে হবে। রোগীর পরীক্ষা ও ফলাফল অবশ্যই পরীক্ষার আগেও পরে ভিসিটিতে প্রশিক্ষণ প্রাপ্ত কাউন্সেলর এর পরামর্শ নিশ্চিত করতে হবে। রোগীর পরীক্ষা ও ফলাফল অবশ্যই গোপন রাখতে হবে। রেফারেল সেবা সম্পর্কেতথ্য দিন। যৌন কর্মী, পুরুষ সমকামী, শিরায় মাদক গ্রহণকারীগণ হেপাটাইটিস-বি এর জন্য উচ্চ ঝুঁকিতে থাকে। যদি রোগী হেপাটাইটিস ভ্যাক্সিন না দিয়ে থাকে তাহলে তার রক্ত পরীক্ষা ও ভ্যাক্সিন এর জন্য রেফার করতে হবে।

ফলোআপ

- জটিলতাহীন যোনীস্রাব, সার্ভিসাইটিস/ভ্যাজাইনাইটিস ও ইউরেথ্রাল সিন্ড্রোম এ আক্রান্ত রোগীকে উপসর্গ না গেলে বা আবর শুরু হলে ফলো আপের জন্য আসতে বলতে হবে।
- জননাঙ্গে ক্ষত, পিআইডি, স্ক্রোটাম ফুলে যাওয়া এবং ইংগুইনাল বুবো এর রোগীর ক্ষত শুকিয়ে না যাওয়া পর্যন্ত বা উপসর্গ চলে না যাওয়া পর্যন্ত ফলো আপে রাখতে হবে। সম্ভব হলে জননাঙ্গে ক্ষত যুক্ত রোগীর তিন মাস পর পর আরপিআর (RPR) করে ফলো আপ করতে হবে।
- জটিলতা যুক্ত রোগী সম্পূর্ণ সুস্থ না হওয়া বা বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের নিকট রেফার না করা পর্যন্ত ফলো আপ করতে হবে।

যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনার জন্য রেফারাল ও লিংকেজ

প্রাথমিক স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র/বেসরকারী ক্লিনিক/ইউনিয়ন স্বাস্থ্য কেন্দ্র/সাটেলাইট ক্লিনিক

↓

উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স

↓

জেলা হাসপাতাল

↓

মেডিকেল কলেজ হাসপতাল (চর্ম ও যৌন বিভাগ)

পাঠ-৫
মূত্রনালীর নিঃসরণ

যৌনবাহিত রোগে আক্রান্ত পুরুষ রোগীদের মধ্যে মূত্রনালীর নিঃসরণ সবচেয়ে পরিচিত যৌনবাহিত রোগ এবং এই রোগে বিভিন্ন লক্ষণ /চিহ্ন দেখা যায়।

মূত্রনালীর নিঃসরণ কারণ ঃ

সাধারনতঃ নিম্নলিখিত জীবানু দ্বারা সংক্রমণের ফলে মূত্রনালীর নিঃসরণ হয়ঃ

- নাইসেরিয়া গনেরিয়া
- ক্ল্যামাইডিয়া ট্র্যাকোম্যাটিস
- ইউরোপ্লাজমা ইউরোলাইটিক্যাল
- ট্রাইকোমোনাস ভ্যাজাইনালিস

সিনড্রোমের লক্ষণ ও চিহ্নসমূহঃ

- হলুদ ও পুজের মতো নিঃসরণ, কখনো কখনো পরিস্কার সাদা অথবা হলদে সবুজ হতে পারে।
- প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া , ঘন ঘন প্রস্রাব অথবা মূত্রনালীর মুখে চুলকানি থাকতে পারে।
- মূত্রনালীর নিঃসরণের পাশা পাশি অন্ডকোষে একপাশে ব্যথা ও ফোলা থাকতে পারে।

গনেরিয়া ও ক্ল্যামাইডিয়ার সংক্রমণে একই ধরনের লক্ষণ যেমন, মূত্রনালীর নিঃসরণ, প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া ও মূত্রনালীর মুখে চুলকানি দেখা দেয়, যদিও গনেরিয়া সংক্রমণে পুরুষদের ক্ষেত্রে প্রাথমিক উপসর্গের কিছু বৈশিষ্ট্য রয়েছে। যেমনঃ হঠাৎ শুরু হয়, প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া থাকে এবং নিঃসরন প্রচুর ও বেশী পুজযুক্ত হয়। গনেরিয়া ও ক্ল্যামাইডিয়ার সংক্রমণ অধিকাংশ ক্ষেত্রেই একত্রে থাকে (শতকরা ১৫-২৫ ভাগ) এবং আলাদা করা যায় না। অনেক ক্ষেত্রে ক্ল্যামাইডিয়ার সংক্রমণে কোন লক্ষণ থাকে না।

গনেরিয়ার সুপ্তকাল (২-৫ দিন), ক্ল্যামাইডিয়ার সুপ্তকাল (২-৩ দিন) এর চেয়ে কম। তাই মিশ্র সংক্রমণের ফলে মূত্রনালীর নিঃসরণ হয়ে থাকলে এবং শুধু গনোরিয়ার চিকিৎসা দিলে ক্ল্যামাইডিয়ার সংক্রমণজনিত লক্ষণ যা পুর্বে সুপ্ত অবস্থায় ছিলো আবার ১-২ সপ্তাহ পরে দেখা দেয়।

মূত্রনালীর সংক্রমনের জটিলতাঃ

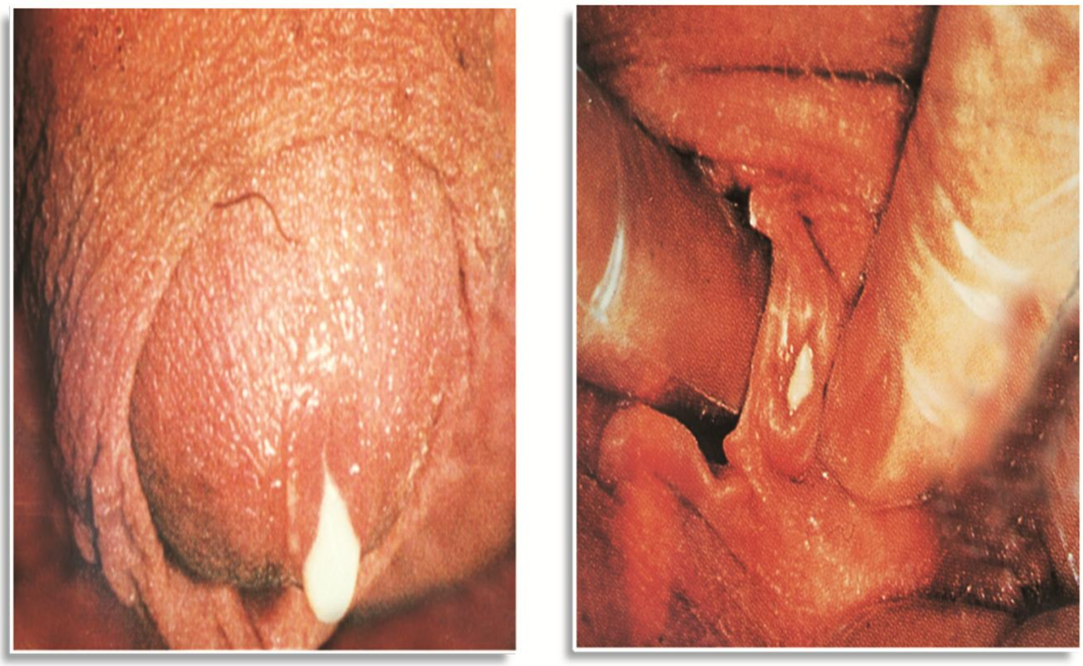
- পুরুষের ক্ষেত্রে সবচেয়ে পরিচিত জটিলতা হলো এবং পরবর্তীতে উভয় শুক্রাশয় আক্রান্ত হলে রোগী বন্ধ্যা হয়ে যেতে পারেন।
- এছাড়া মূত্রনালী সরু হয়ে যেতে পারে এবং হতে পারে।
- চিকিৎসা করা না হলে নিজস্ব জটিলতা ছাড়াও রোগীর পরিবারে স্ত্রী (যিনি এ সংক্রমণ সর্ম্পকে কিছু জানেন না) ও সন্তান সংক্রমিত হতে পারে। স্ত্রীর জরায়ুমুখে সংক্রমণ থেকে পরবর্তীতে তলপেটে সংক্রমণ, বন্ধ্যা বা জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ হতে পারে। নবজাতকের চোখে সংক্রমণ অথবা নিউমোনিয়া হতে পারে।
- চিকিৎসা করা না হলে পুরুষের (পরবর্তীতে জরায়ুমুখে সংক্রমণে মহিলাদের) এইচআইভি-তে আক্রান্ত ও বিস্তারের ঝুকি বৃদ্ধি পায়।

পরামর্শ ঃ

মূত্রনালীর নিঃসরণ নিয়ে এলে সিনড্রোমিক ব্যবস্থাপনায় গনোরিয়া এবং ক্ল্যামাইডিয়ার চিকিৎসা একসাথে দিতে হবে।

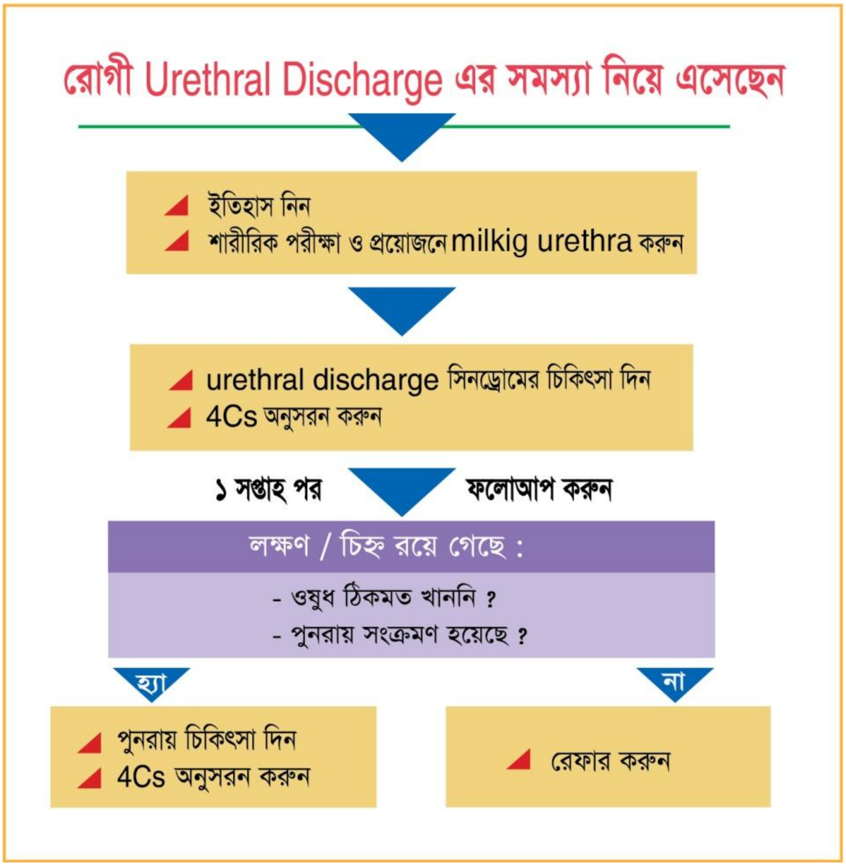
রেফারঃ

ফলোআপের সময় যদি দেখা যায়   ও   সঠিকভাবে অনুসরণ করা সত্ত্বেও সংক্রমণ ভালো হয়নি তাহলে উচ্চতর/যথাযথ পর্যায়ে রেফার করতে হবে।



চিত্র ঃ মূত্রনালীর নিঃসরণ

মূত্রনালীর নিঃসরণ সিনড্রোমের ফ্লো-চার্ট



পাঠ-৬

যোনিপথে নিঃসরণ (Vaginal Discharge Syndrome)

যোনি পথের স্রাব (Vaginal Discharge) এর কারণসমূহ ঃ

Vaginal discharge বা যোনিপথে নিঃসরণ বাংলাদেশে মহিলাদের অত্যন্ত পরিচিত একটি সমস্যা। সুস্থ মহিলাদের যোনীপথে বিভিন্ন পরিমাণ পরিস্কার ও সাদা স্রাব থাকতে পারে যা স্বাভাবিক (ফিজিওলজিকাল) হিসাবে বিবেচিত। মাসিকের আগে ও পরে এই স্রাব বাড়তে থাকে এবং ঋতু চক্রের মাঝামাঝি সময়ে বেশী তরল হয়। গর্ভবতী অবস্থায়, জন্মনিয়ন্ত্রণের বড়ি খেলে এবং আইইউডি পরলে এর পরিমাণ বাড়ে।

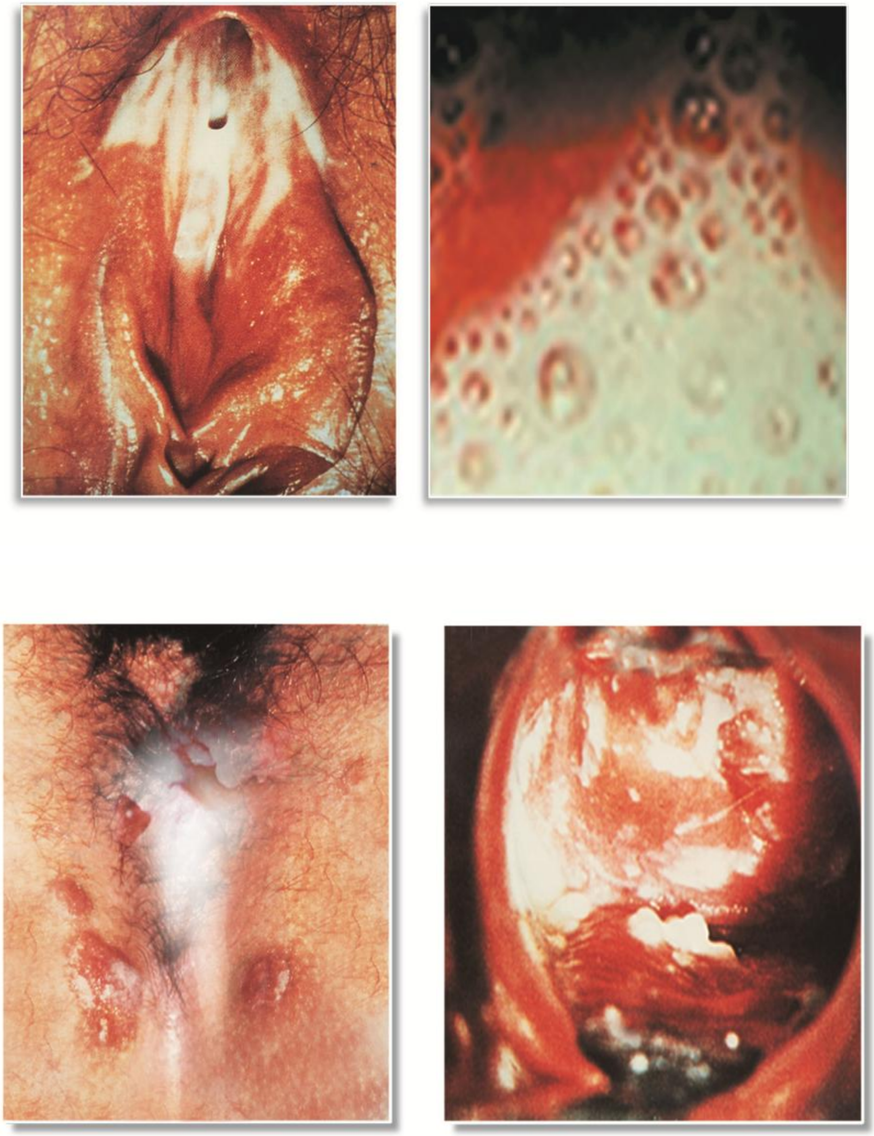
যোনি স্রাবকে অস্বাভাবিক বিবেচনা করা হয় তখনই যখন এর পরিমাণ, ঘনত্ব, রং বা গন্ধে পরিবর্তন দেখা দেয় এবং সাথে যৌনাঙ্গে অস্বস্তি, চুলকানী, প্রস্রাব করার সময় জ্বালাপোড়া, দুই মাসিকের মাঝে রক্তক্ষরণ, যৌন মিলনের সময় যন্ত্রণা থাকে। যোনীপথের প্রদাহই হচ্ছে অস্বাভাবিক যোনীস্রাবের সব থেকে বেশী সম্ভাব্য কারণ। সার্ভিসাইটিসের কারণে খুব কম ক্ষেত্রেই যোনী স্রাব হয়ে থাকে, কিন্তু চিকিৎসা না করালে মারাত্মক আকার ধারণ করতে পারে। মহিলাদের প্রজননতন্ত্রের সবগুলো সংক্রমণ যৌন মাধ্যমে ছড়ায় না। যে সংক্রমণ সব থেকে বেশী হয় যেমন ঃ কেন্ডিডিয়াসিস ও ব্যাক্টেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস সাধারণত যৌন মিলনের মাধ্যমে ছড়ায় না।

যোনিপথে স্রাবের প্রধান কারণসমূহ হলো

- যোনিপথে সংক্রমণ যেমনঃ ক্যানডিডিয়াসিস, ট্রাইকোমোনিয়াসিস এবং ব্যাকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস।
- জরায়ুর মুখে সংক্রমণ (Cervicitis)ঃ যেমন ঃ গনোরিয়া এবং ক্ল্যামাইডিয়া।
- যোনিপথ ও জরায়ু মুখের মিশ্র সংক্রমণ।

যোনীপথের স্রাব (Vaginal Discharge) সিন্ড্রোম এর উপসর্গসমূহ

- যোনিপথে স্রাবের পরিমাণ বৃদ্ধি।
- যোনীপথে অস্বস্তি চুলকানি ও ব্যথা থাকতে পারে।
- স্রাবে দূর্গন্ধ থাকতে পারে এবং তা হলুদ বা সবুজ রংয়ের হতে পারে।
- এর সাথে প্রস্রাবে জ্বালাপোড়া ও যৌনমিলনের সময় ব্যথা থাকতে পারে।



চিত্র ঃ যোনিপথে নিঃসরণ

যোনীপথের স্রাব (Vaginal Discharge) সিন্ড্রোম এর লক্ষণসমূহ

- পর্যবেক্ষণের সময় দৃশ্যমান স্রাব যোনী পথে বেরিয়ে আসবে
- স্পেকুলাম দ্বারা পরীক্ষার সময় একই রকম ঘন স্রাব দেখা যাবে
- স্রাব দুর্গন্ধ যুক্ত হতে পারে
- জরায়ু মুখে স্রাব, ভঙ্গুরতা এবং ক্ষত থাকতে পারে।

স্পেকুলাম পরীক্ষার সুবিধা থাকলে, স্রাবের উৎস ও ধরন নির্ণয় করা যায়

- যদি জরায়ুর মুখের ভিতর থেকে স্রাব আসে বা জরায়ুর মুখ ভঙ্গুর হয় (স্পর্শ করলে বা সোয়াব নিতে গেলে রক্তক্ষরণ হয়) বা আচরণগত ও রোগ যাচাই হ্যাঁ বোধক হয় তাহলে সার্ভিসাইটিস রোগ নির্ণয় করতে হবে।
- ট্রাইকোমোনিয়াসিস অথবা ব্যাকটেরিয়াল ভ্যাজাইনোসিস দ্বারা সংক্রমিত হলে প্রচুর পানির মত, দুর্গন্ধ যুক্ত এবং ফেনা যুক্ত যোনীস্রাব দেখা যাবে।
- ক্যানডিডিয়াসিস দ্বারা সংক্রমণ হলে সাদা দইয়ের মত ঘন স্রাব দেখা যাবে।

দ্রষ্টব্যঃ স্রাবের পাশাপাশি তলপেটে ব্যথার ইতিহাস থাকলে, তলপেটে ব্যথার ফ্লো-চার্ট ব্যবহার করে ব্যবস্থাপনা দিতে হবে। গনোরিয়া অথবা ক্ল্যামাইডিয়ার সংক্রমণের কারণে Cervicitis হয়েছে কিনা ল্যাবরেটরী পরীক্ষা না করে নির্দিষ্ট করে বলা যায় না। **কারণঃ**

- ➢ প্রায়ই গনোরিয়া ও ক্ল্যামাইডিয়ার মিশ্র সংক্রমণ থাকে এবং রোগের লক্ষণ ও চিহ্ন আলাদা করা যায় না।
- ➢ জরায়ু মুখে সংক্রমণ (Cervicitis) সাধারণত উপসর্গবিহীন।

জটিলতা

গনোরিয়া ও ক্ল্যামাইডিয়ার (Cervicitis) চিকিৎসা না করলে বিভিন্ন জটিলতা দেখা দিতে পারে ঃ

- দীর্ঘমেয়াদী তলপেটে সংক্রমণ বা Chronic PID.
- বন্ধ্যাত্ব।
- জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ।
- নবজাতকের চোখে সংক্রমণ এবং নিউমোনিয়া।

সাধারণ জনগোষ্ঠীর মহিলাদের যোনীস্রাবের সিন্ড্রোমিক ব্যবস্থাপনা

প্রাথমিক স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে আরটিআই/এসটিআই এর সেবা নিতে আগত মহিলাদের সবচেয়ে বেশী অভিযোগ হলো যোনীপথে স্রাব। তাই সুপারিশ করা হয়েছে যে, যেখানে স্পেকুলাম দিয়ে পরীক্ষা সম্ভব নয়, সেখানে জনগোষ্ঠীর মহিলাদের সার্ভিসাটিস এর চিকিৎসা না দিয়ে ভ্যাজাইনাইটিস এর চিকিৎসা দেয়া হবে।

যোনীস্রাব সিন্ড্রোমের ব্যবস্থাপনার জন্য প্রবাহ চিত্র ঃ

প্রবাহ-চিত্র শুরু হয়েছে যোনীস্রাবের সমস্যা দিয়ে। রোগের ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষার পর নতুন ঝুঁকি যাচাইয়ের উপর ভিত্তি করে গনোরিয়া এব ক্ল্যামাইডিয়ার চিকিৎসা নির্ভর করে। সিন্ড্রোম নিশ্চিত করার জন্য নীচের ধাপগুলো অনুরণ করতে হবে-

ইতিহাস গ্রহণ ঃ

- যোনীস্রাবের ইতিহাস ও প্রকৃতি (ফিজিওলজিকাল/স্বাভাবিক অথবা প্যাথলজিকাল/অস্বাভাবিক)
- গর্ভধারণের ইতিহাস এবং বর্তমান গর্ভনিরোধ ব্যবস্থা।

শারীরিক/স্পেকুলাম পরীক্ষা ঃ

- অন্যান্য যৌন রোগের পরীক্ষা করা এবং ব্যবস্থাপনা করা
  যদি স্পেকুলাম পরীক্ষা সম্ভব হয় তাহলে নিম্নলিখিত বিষয়ের উপর ভিত্তি করে ঝুঁকি যাচাই করুন।
- বাই ম্যানুয়াল পরীক্ষার সময় সার্ভিকাল বিষয়ের উপর ভিত্তি করে ঝুঁকি যাচাই করুন।
- যৌনাঙ্গে থেকে দৃশ্যমান পুঁজ বের হওয়ার উপর।

সার্ভিসাইটিস এবং ভ্যাজাইনাইটিস বিবেচনা করে (যৌনবাহিত সংক্রমণ চিকিৎসা ১ এবং ২)

১.Cefixime 400mg মুখে একবার অথবা

Ceftriaxone: 250mg মাংসে ইনজেকশন, একবার অথবা

Spectinomycin 2g মাংসে ইনজেকশন, একবার।

তার সাথে

২. Tab Azithromycin 500mg২টা বড়ি মুখে একবার অথবা

Cap. Doxicycline* 100mg ১টা করে মুখে দিনে ২বার ৭দিন অথবা

Tab. Erythromycin 500mg ১টা করে মুখে ৪বার ৭দিন অথবা

Cap. Ciprofloxacin 500mg১টা করে মুখে দিনে ২বার ৭দিন।

তার সাথে

Tab. Metronidazole 2g মুখে একবার অথবা

Metronidazole400mg ১টা করে দিনে ২বার করে ৭দিন অথবা

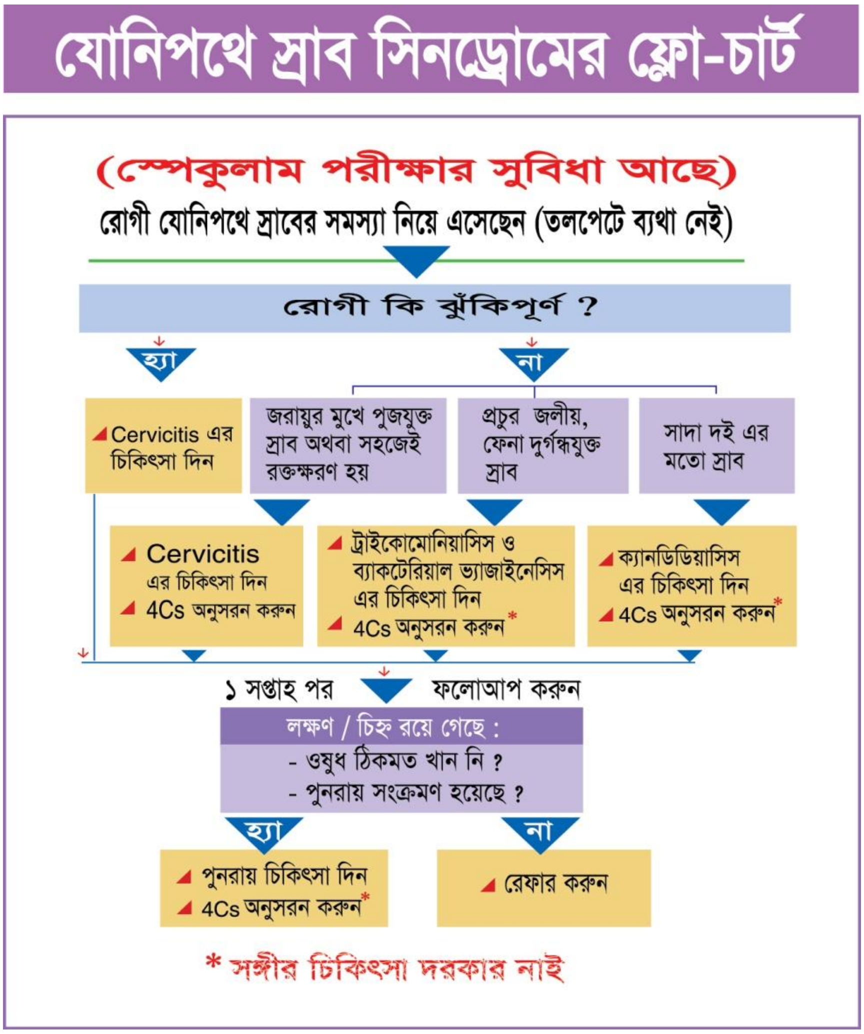
Tab. Secnidazole 2g মুখে একবার।

ক্যানডিডিয়াসিস হলে (যৌনবাহিত সংক্রমণ চিকিৎসা ৩)

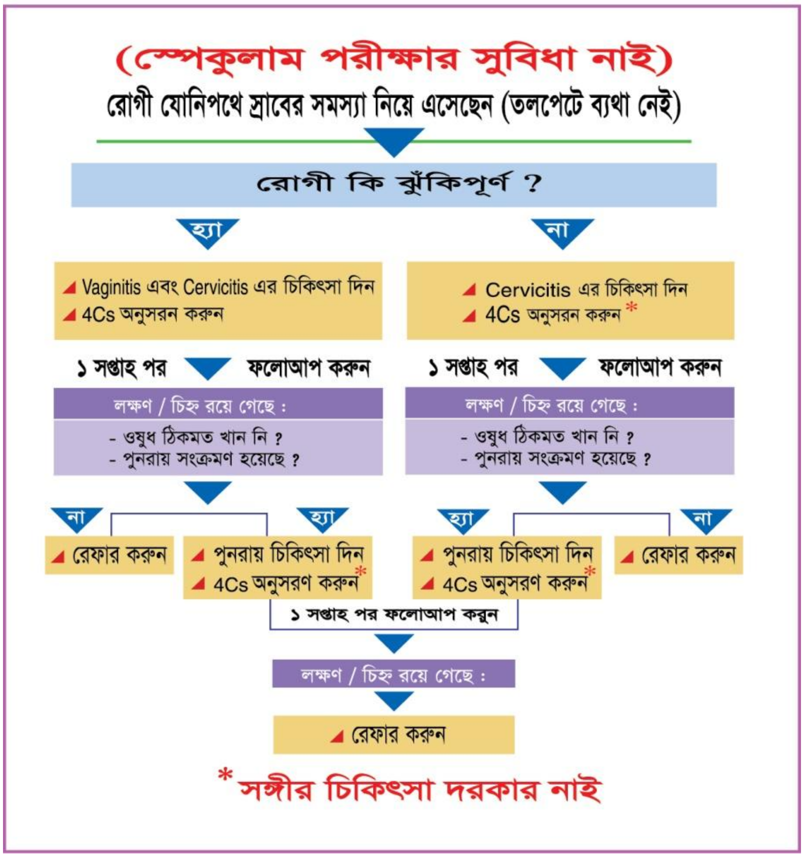
Tab. Clotrimazole অথবা Myconazole 150mg যোনীপথে দিতে হবে ৩দিন, অথবা

Tab. Fluconazole* 150mg মুখে একবার খেতে হবে।

***গর্ভবতী এবং শিশু বুকের দুধ পান করলে খাওয়া নিষিদ্ধ।**



যোনিপথে স্রাব সিনড্রোমের ফ্লো-চার্ট



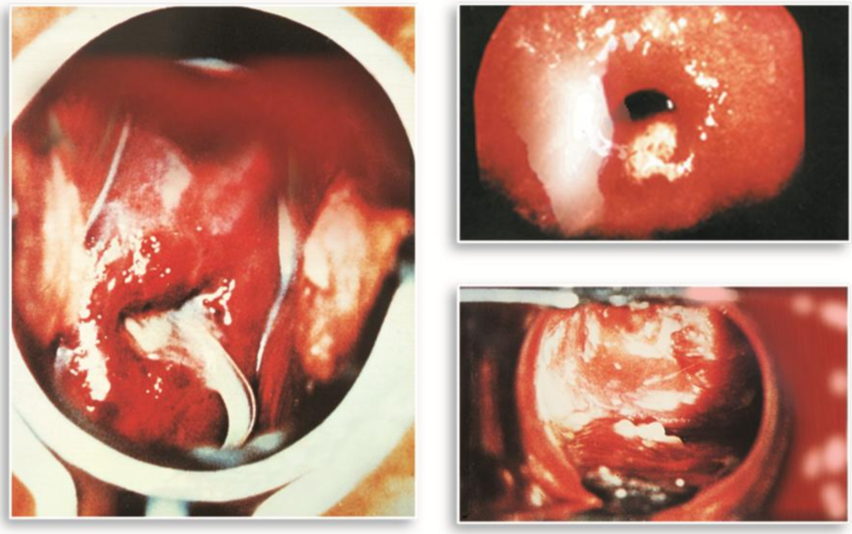
পাঠ-৭

মহিলাদের তলপেটে ব্যথা (**Lower Abdominal Pain Syndrome**)

মহিলাদের তলপেটে ব্যথার কারণসমূহ

বিভিন্ন ধরণের জীবাণু (যৌনবাহিত এবং যৌনবাহিত নয়) দ্বারা তলপেটে সংক্রমণ হতে পারে, যেমন ঃ

- নাইসেরিয়া গনোরি
- ক্লামাইডিয়া ট্রাকোমাটিস
- এ্যানারোবিক ব্যাকটেরিয়া
- অন্যান্য কারণঃ
  - Gram Negative Rods
  - Streptococci
- এছাড়া প্রসব পরবর্তীকালে, গর্ভপাত বা প্রসবের সময় স্বাস্থ্যসম্মত পরিবেশ নিশ্চিত না করলে তলপেটে সংক্রমণ (Pelvic Inflammatory Disease) হতে পারে
- জরায়ুতে আইইউডি (IUD) থাকলে সহজে তলপেটে সংক্রমণ হতে পারে।



চিত্র ঃ মহিলাদের তলপেটে ব্যথা

তলপেটে ব্যথার লক্ষণ ও উপসর্গ

তলপেটে ব্যথার প্রধান লক্ষণগুলো হলো ঃ

১.	**তলপেটে ব্যথা যা নিশ্চিত করা হয়েছে**

- যোনীপথ অথবা জরায়ু মুখের স্রাব
- সার্ভিকাল মোশন টেন্ডারনেস
- তলপেটে চাপ দিলে ব্যথা
- জরায়ু থেকে অস্বাভাবিক রক্তক্ষরণ
- যৌন মিলনের সময় ব্যথা পাওয়া।

২.	**অন্যান্য সম্ভাব্য লক্ষণ/উপসর্গ**

- যৌন মিলনের সময় ব্যথা পাওয়া
- গায়ের তাপমাত্রা ১০০.৩ডিগ্রী ফাঃ এর উপরে থাকা।

জটিলতা/পরিণতি

- দীর্ঘমেয়াদী ব্যথা।
- বন্ধ্যাত্ব।
- জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ।
- Tubo-ovarian abscess

সিন্ড্রোম নিশ্চিত করার জন্য নিচের ধাপগুলো অনুসরণ করুন

ইতিহাস গ্রহণ

- তলপেটে ব্যথা অথবা জ্বরের ইতিহাস এবং প্রকৃতি।
- অন্যান্য ইতিহাস ঃ মাসিকের সময় অতিক্রান্ত, সাম্প্রতিক প্রসব/গর্ভপাত, অস্বাভাবিক রক্তস্রাব, যোনীপথে স্রাব, পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির ব্যবহার, যৌনবাহিত/প্রজননতন্ত্রের রোগের পূর্ব ইতিহাস।

শারীরিক ও স্পেকুলাম দিয়ে পরীক্ষা করুন

- Cervical motion tenderness.
- তলপেটে চাপ দিলে ব্যথা অনুভব।
- যোনীস্রাব বা জরায়ুর মুখ থেকে পূঁজ বের হওয়া।
- জরায়ুর মুখে ভঙ্গুরতা।

মহিলাদের তলপেটে ব্যথার সিন্ড্রোম (Syndrome) এর রোগীদের ব্যবস্থাপনা

১।	Inj. Ceflriaxone 250mg মাংসপেশীতে একমাত্রা

অথবা

Inj. Spectinomycin (2mg) মাংসপেশীতে একমাত্রা

অথবা

Cap. Cefixime 400mg মুখে একমাত্রা

এবং

২। Cap. Doxycycline 100mg মুখে ১২ ঘন্টা অন্তর x ১৪ দিন*

অথবা

Tab. Erythromycin 500mg ১টা করে মুখে ৬ ঘন্টা অন্তর১৪ দিন*

অথবা

Tab. Ciprofloxacin 500mgমুখে ১ বড়ি করে ১২ ঘন্টা অন্তর১৪ দিন

এবং

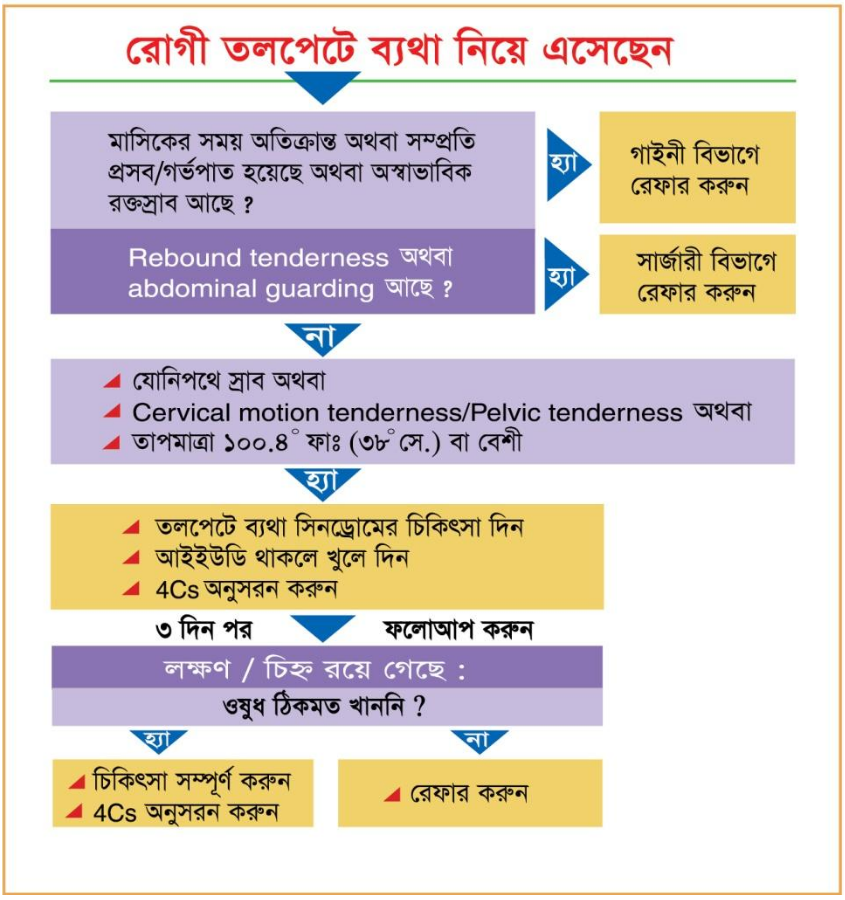
৩। (Tab. Metronidazole 400mg ২বার x ১৪ দিন (গর্ভাবস্থায় প্রথম ৩ মাসে দেয়া যাবে না)।

*গর্ভবতী এবং শিশু বুকের দুধ খাওয়ার সময়কালে এই ঔষধ দেয়া যাবে না।

রেফারেল

- রোগ নির্ণয় নিশ্চিত নয়।
- এপেনডিসাইটিস, একটোপিক প্রেগনেন্সির মত জরুরী অপারেশন প্রয়োজন এমন সন্দেহ থাকলে।
- যতি তলপেটে ফোঁড়া সন্দেহ করা হয়।
- যদি রোগী গর্ভবতী হয়।
- যদি রোগী বহির্বিভাগের চিকিৎসা অনুসরণ করতে সমর্থ না হয়।
- যদি বহির্বিভাগের চিকিৎসা রোগীর উন্নতি না হয়।
- ঔষধ গ্রহণের ৭২ ঘন্টা পরও যদি রোগীর উন্নতি না হয়।

তলপেটে ব্যথা সিনড্রোমের ফ্লো-চার্ট



পাঠ-৮

যৌনাঙ্গে ক্ষত (Genital Ulcer)

যৌনাঙ্গে ক্ষত এর কারণ

- যৌনাঙ্গে হারপিসের প্রাথমিক সংক্রমণ বা পুনঃসংক্রমণ।
- শ্যাংক্রয়েড।
- সিফিলিস।

অন্যান্য কারণসমূহ

- লিম্ফোগ্রানুলামা ভেনোরাম।
- ডনোভ্যানোসিস (গ্রানুলোমা ইনগুইনেল) বাংলাদেশে খুব কম দেখা যায়।
- ইনফেকটেড স্ক্যাবিস।

যৌনাঙ্গে ক্ষত সিনড্রোমের উপসর্গ

- যৌনাঙ্গে ক্ষত, ঘা বা ফুঁসকুড়ি।
- ক্ষত এক বা একাধিক, যন্ত্রণাদায়ক বা যন্ত্রণাহীন হতে পারে।
- অনেক সময় যৌনাঙ্গে ক্ষতের পাশাপাশি একপাশে বা উভয়পাশে Inguinal lymphadenopathy (bubo নামেও পরিচিত) থাকে।

যৌনাঙ্গে ক্ষতের লক্ষণ

১. যৌনাঙ্গে ক্ষত, ফুঁসকুরি বা ফোসকা যুক্ত ক্ষত।

২. ক্ষত এক বা একাধিক, যন্ত্রণাদায়ক বা যন্ত্রণাহীন হতে পারে।

৩. ক্ষত চুলকানী যুক্ত হতে পারে এবং এতে অন্যান্য জীবাণু দ্বারা সংক্রমণ থাকতে পারে।

৪. অনেক সময় যৌনাঙ্গে ক্ষতের পাশাপাশি একপাশে বা উভয়পাশে Inguinal lymphadenopathy (bubo নামেও পরিচিত) থাকে।

৫. রোগীর বৃদ্ধিপ্রাপ্ত লসিকাগ্রন্থি থাকলে এবং যৌনাঙ্গে ক্ষত না থাকলে তা Inguinal bubo সিনড্রোম বলা হয়। এক্ষেত্রে Inguinal bubo সিনড্রোমের ফ্লো-চার্ট অনুসরণ করে ব্যবস্থাপনা দিতে হবে।

শুধুমাত্র ক্লিনিকাল পরীক্ষার সাহায্য যৌনাঙ্গে ক্ষত-এর কারণসমূহ পৃথকভাবে চিহ্নিত করা সম্ভব নয়, কারণ-

১. রোগীর প্রায়ই মিশ্র সংক্রমণ থাকে।

২. পাশাপাশি HIV সংক্রমণ, অন্যান্য Secondary সংক্রমণ থাকলে অথবা Systemic ও tropical antibiotics, corticosteroids ও অন্যান্য Local ঔষধ ব্যবহারের ফলে ক্ষতের ধরন বদলে যেতে পারে। (যেমন শ্যাংক্রয়েড-এর চিকিৎসার ফলে সিফিলিস-এর লক্ষণ বদলে যেতে পারে)।

সিফিলিস ও শ্যাংক্রয়েড-এর কারণে যৌনাঙ্গে ক্ষত হলে তা চিকিৎসার মাধ্যমে সহজেই ভার হয়ে যায়।

যৌনাঙ্গের ক্ষত এর বৈশিষ্ট্য ঃ

ক্ষতের বৈশিষ্ট্য	**সিফিলিস**	**শ্যাংক্রয়েড**	**হার্পিস**
সংখ্যা	সাধারণত একটি	একাধিক	একাধিক
ব্যথা	ব্যথা বিহীন	ব্যথা যুক্ত	ব্যথা-যুক্ত
ক্ষতের ধরন	পরিস্কার	নোংরা	ফোসকা ফেটে অগভীর ক্ষতে পরিণত হয়
কিনারা	শক্ত হয়ে যায়	গভীর	উপরিভাগে ক্ষত
তলা	শক্ত	নরম	তলা থাকে না, থাকলেও নরম
কুঁচকিতে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত লসিকা গ্রন্থি	ব্যথাহীন	ব্যথা-যুক্ত	থাকলে ব্যথা-যুক্ত

জটিলতা

- সব ধরনের ক্ষতই HIV সংক্রমণে আক্রান্ত হবার ও ছড়ানোর ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়।
- চিকিৎসা না করালে সিফিলিস এর ফলাফল ভয়াবহ।
- সিফিলিস রোগের তৃতীয় পর্যায়ে স্নায়ুতন্ত্র এবং হৃৎপিন্ড আক্রান্ত হয়।
- গর্ভস্থ শিশু সংক্রমিত হতে পারে ঃ মৃত সন্তান প্রসব, অকাল প্রসব বা শিশু জন্মগতভাবে সিফিলিস সংক্রমিত হতে পারে।

যৌনাঙ্গে ক্ষত নিয়ে এলে সিফিলিস ও শ্যাংক্রয়েড-এর ব্যবস্থাপনা একসাথে দিতে হবে।

রেফার

যদি দেখা যায় যে, ২সপ্তাহ antibiotics সেবন ও সঠিকভাবে অনুসরণ করা সত্ত্বেও সংক্রমণ ভালো হয়নি, তাহলে রোগীকে উচ্চতর/যথাযথ পর্যায়ে রেফার করতে হবে।

সিনড্রোম নিশ্চিত হবার জন্য নিম্নলিখিত ব্যবস্থা গ্রহণ করুন ঃ

যৌনাঙ্গে ক্ষত সিনড্রোমের ব্যবস্থাপনা

- ইতিহাস গ্রহণ
    - ক্ষতের প্রকৃতি ও ইতিহাস।
- শারীরিক পরীক্ষা
    - যৌনাঙ্গে পরীক্ষা করে দেখুন, ক্ষতের প্রকৃতি ও সংখ্যা।
    - পুরুষের Glans Penis এর উপরিভাগ ও চতুর্দিক এবং মহিলার যৌনাঙ্গ, Labia এর মিউকাস অংশ এবং মলদ্বার।
    - কুঁচকিতে স্ফীত লসিকাগ্রন্থি।
    - ক্ষত না থাকলে এবং ফুসকুঁড়ি থাকলে রোগীকে হারপিসের ব্যবস্থাপনা দিন।
    - প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/যৌনবাহিত সংক্রমণের অন্যান্য লক্ষণ/চিহ্ন আছে কিনা দেখুন।

চিত্র ঃ যৌনাঙ্গে ক্ষত (হারপিস)

যৌনাঙ্গে ক্ষত (**Genital Uler**) সিনড্রোমের চিকিৎসা

Inj. Benzathine Penicillin G 24 Lakh, (২.৪ মিলিয়ন) ইউনিট গভীর মাসপেশীতে একবার (চামড়া পরীক্ষা করার পর)অথবা

Cap. Ciprofloxacin 500mgমুখে ১২ ঘন্টা অন্তর ১৪ দিন *

অথবা

Cap. Doxycycline: 100mg মুখে ১২ ঘন্টা অন্তর ১৪ দিন *

অথবা

Tab. Erythromycin: 500mg মুখে ৬ ঘন্টা অন্তর ১৪ দিন

এবং

Tab. Azithromycin 1gm মুখে একমাত্রা বা

Tab. Erythromycin: 500mg মুখে ৬ ঘন্টা অন্তর ৭দিন

অথবা

Inj. Cefriaxone: 250mg মাংশপেশীতে একমাত্রা

অথবা

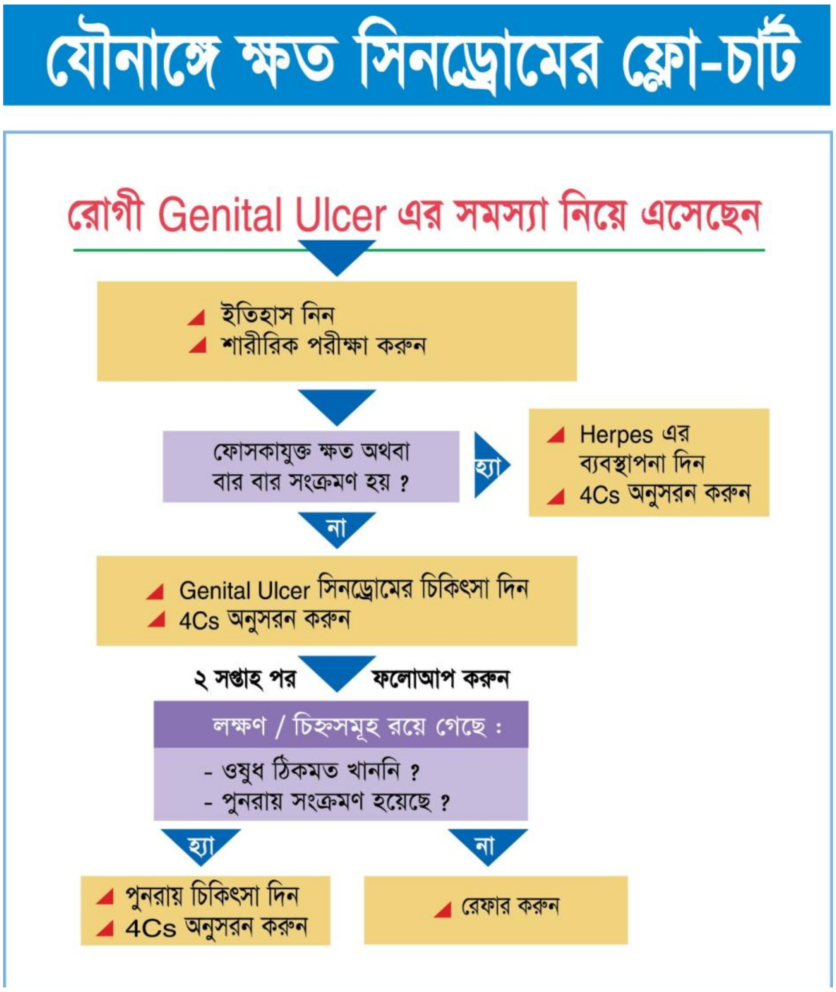
Tab. Ciprofloxacin: 500mg মুখে ২বার ৩দিন *

*গর্ভাবস্থায় ও স্তনদানকালে দেয়া যাবে না।

- যদি প্রথম গ্রুপ থেকে Erythromycin নির্বাচিত করা হয় তাহলে দ্বিতীয় গ্রুপ থেকে কোন ঔষধ দেয়ার দরকার নেই এবং ১৪ দিন ধরে চালাতে হবে।

যৌনাঙ্গে হারপিস এর ব্যবস্থাপনা

- Herpes প্রতিকার যোগ্য নয়।
- রোগীকে আশ্বস্ত করে বলতে হবে যে এই রোগ পুনরায় হতে পারে।
- ক্ষত থাকলে রোগীকে অরক্ষিত (Unprotected)যৌন সম্পর্ক পরিহার করতে বলুন।
- ক্ষত না থাকলেও হারপিস সংক্রমাক।
- সাবান ও পানি দিয়ে আক্রান্ত স্থানসমূহ ধুয়ে শুকনো রাখতে বলুন।
- ট্যাবলেট Acyclovir (২০০ মি.গ্রা.)- মুখে দিনে ৫বার ৭দিন বা
- ট্যাবলেট Acyclovir (৪০০ মি.গ্রা.)- মুখে দিনে ৩বার ৭দিন বা
- Valaciclovir 1mg- মুখে দিনে ২বার ৭ দিন বা
- (Famciclovir 250mg -মুখে তিনে ৩বার ৭দিন।



পাঠ-৯

স্ফীত অন্ডকোষ (**Scrortal Swelling Syndrome**)

স্ফীত অন্ডকোষ (Scrortal Swelling) এর চিহ্ন ও উপসর্গ

সাধারণতঃ Epididymitis, আঘাত, টিউমার বা Torsion of the testis এর কারণে Scrotal Swelling হয়।

Scrotal Swelling (স্ফীত অন্ডকোষ) এর কারণ

- **সংক্রমণজনিত**
    - গনোকক্কাল মূত্রনালীর সংক্রমণ (Urethritis) ও ক্ল্যামাইডিয়াল মূত্রনালীর সংক্রমণের (urethritis) জটিলতার ফলে
    - Enteric ব্যাকটেরিয়ার কারণে Urinary tract এ সংক্রমণ হতে পারে (৩৫ বছরের বেশী বয়সী পুরুষদের ক্ষেত্রে বেশী হয়)
    - দীর্ঘমেয়াদী সংক্রমণ, যেমন- যক্ষ্মা বা ফাইলেরিয়াসিস।
- **অন্যান্য কারণ**
    - অন্ডকোষে আঘাত
    - Testicular torsion

গনোকক্কাল ও ক্ল্যামাইডিয়াল (Gonococcal & Chlamydial urethritis) মূত্রনালীর সংক্রমণের জটিলতার ফলে শুক্রাশয় (Testis) আক্রান্ত হতে পারে। সময়োচিত ও কার্যকরী চিকিৎসার অভাবে, ফোলা ভাব কমে গেলেও শুক্রাশয়ের টিস্যু (Testicular tissue) নষ্ট হতে পারে।

লক্ষণ/চিহ্ন

- Testis সংক্রমিত হলে রোগীর Testis স্ফীত, গরম ও তীব্র যন্ত্রণাদায়ক হয়।
- সাধারণতঃ একাপাশে ফোলা/ব্যথা থাকে।
- প্রস্রাবে কষ্ট বা মূত্রনালীর নিঃসরণ থাকতে পারে।
- ফাইলেরিয়ার সংক্রমণ থাকলে তাপমাত্রা বেশী ও উভয়দিক সংক্রমিত হয়।
- শরীর ব্যথা বা ম্যাজম্যজে ভাব থাকতে পারে।

জটিলতা

যৌনবাহিত সংক্রমণ জনিত Epididymitis এর ক্ষেত্রে যথাযথ চিকিৎসা করা না হলে রোগী বন্ধ্যা হয়ে যেতে পারেন।

পরামর্শ

Scrotal Swelling বা স্ফীত অন্ডকোষ -এর কারণে গনোরিয়া ও ক্ল্যামাইডিয়ার চিকিৎসা একত্রে দিতে হবে।

সিনড্রোমের ব্যবস্থাপনা

সিনড্রোম নিশ্চিত হবার জন্য নিম্নলিখিত ব্যবস্থা গ্রহণ করুন।

ইতিহাস গ্রহণ

- Scrotal Swelling -এর ইতিহাস ও প্রকৃতি।
- Injury -এর ইতিহাস।
- গত ৬ সপ্তাহের মধ্যে যৌনবাহিত সংক্রমণের ইতিহাস।
- Urethral discharge -এর ইতিহাস।

চিত্র ঃ স্ফীত অন্ডকোষ

শারীরিক পরীক্ষা

- অন্ডকোষের চামড়ায় কোন আঘাতের চিহ্ন।
- অন্ডকোষের দু'পাশের অবস্থা তুলনা।
- Testis -এ কোন ফোলা বা চাপ দিলে ব্যথা।
- অন্ডকোষে Testis -এর অবস্থান (Elevation rotational torsion)

- প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ/ যৌনবাহিত সংক্রমণের অন্যান্য লক্ষণ/চিহ্ন পরীক্ষা করুন।

Scrotal Swelling সিনড্রোমের চিকিৎসা

১। Cap. Cefixime: 400mg মুখে একমাত্রা

অথবা

Inj. Ceftriaxone 250mg মাংসপেশীতে একমাত্রা

অথবা

Inj. Spectinomycin (2gm) মাংসপেশীতে একমাত্রা

এবং

২। Tab. Azithromycin 1gm মুখে একমাত্রা

অথবা

Cap. Ciprofloxacin 500mgমুখে ১২ ঘন্টা অন্তর ৭ দিন*

অথবা

Tab. Erythromycin মুখে ৬ ঘন্টা অন্তর ৭ দিন

অথবা

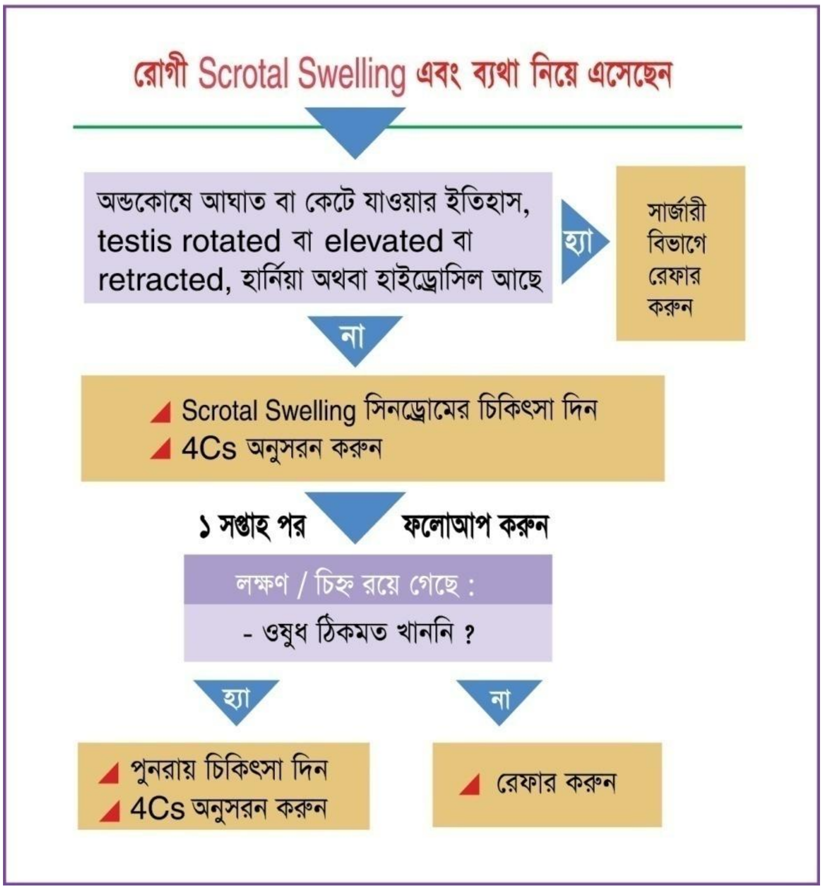
Cap. Doxycycline 100mg মুখে ১২ ঘন্টা অন্তর ৭ দিন*

***রোগীর সঙ্গী গর্ভবতী হলে দেয়া যাবে না**

রেফারেল

যথাযথ চিকিৎসা ও 4Cs সঠিকভাবে অনুসরণ করা সত্ত্বেও এক সপ্তাহ পরে রোগীর অবস্থার উন্নতি না হলে বা খারাপ হলে উচ্চতর পর্যায়ে রেফার করতে হবে।

স্ফীত অন্ডকোষ সিনড্রোমের ফ্লো-চার্ট



পাঠ-১০

কুঁচকীতে ফোলা (Inguinal Bubo)

ইংগুইনাল বুবো সিনড্রোম ঃ সাধারণত যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের দ্বারা সংঘটিত কুঁচকিতে স্থানীয় ভাবে লিম্ফনোড ফোলাকে ইংগুইনাল বুবো বলে। ফুলে যাওয়া লিম্ফ নোড পেকে গিয়ে ফোঁড়া হতে পারে। নিম্নাঙ্গ অথবা যৌনাঙ্গে তীব্র সংক্রমণ হলে (Inguinal adenopathy) হতে পারে বা কুঁচকির গ্রন্থিগুলো ফুলে যেতে পারে।

Inguinal Bubo-এর কারণ

সাধারণতঃ নিম্নলিখিত (bubo) হয় ঃ

- শ্যাংক্রয়েডঃ যখন (bubo) এবং যৌনাঙ্গে ক্ষত পাশাপাশি থাকে, তখন শ্যাংক্রয়েড রোগীর সংক্রমণ দ্বারা হয়েছে বলে ধরে নিতে হবে এবং রোগীকে যৌনাঙ্গ ক্ষতের (Genital Ulcer) ফ্লো-চার্ট অনুসরণ করে চিকিৎসা দিতে হবে।
- লিম্ফোগ্রানুলোমা ভেনোরাম (LGV)ঃ (LGV) দ্বারা সংক্রমণ হলে কোন ক্ষত থাকে না।
- সিফিলিস, যৌনাঙ্গে হাসপিস এবং যা এক্ষেত্রে ফোলা শক্ত থাকে কিন্তু কোন ব্যথা বা পুঁজ থাকে না।

চিত্র ঃ কুঁচকীতে ফোলা (ফেটে যাওয়ার পরে)

সিনড্রোমের উপসর্গ ও লক্ষণ

- কুঁচকীর একপাশে বা উভয়পাশে লসিকাগ্রন্থি ফুলে যায়।
- পাশাপাশি যৌনাঙ্গে ক্ষত থাকতে পারে।
- লসিকাগ্রন্থির ভেতরে পুঁজক (fluctuant) থাকে এবং ফেঁটে যেতে পারে।
- কখনও কখনও চাপ দিলে রোগী ব্যথা অনুভব করেন।

শ্যাংক্রয়েড ও LGV জনিত bubo -এর প্রার্থক্য

- LGV -তে সাধারণতঃ ক্ষত থাকে না। শ্যাংক্রয়েড দ্বারা সংক্রমিত হলে bubo-এর পাশাপাশি যৌনাঙ্গে সুস্পষ্ট ক্ষত থাকে।
- সুনির্দিষ্ট groove sigln (বৃদ্ধিপ্রাপ্ত Inguinal এবং femoral লসিকাগ্রন্থির মাঝে Inguinal ligament দ্বারা বিভক্ত থাকে) LGV -তে পাওয়া যায়, কিন্তু শ্যাংক্রয়েড এর ক্ষেত্রে থাকে না। LGV -তে প্রাথমিকভাবে অস্পষ্ট ক্ষত থাকলেও তা খুব শীঘ্র শুকিয়ে যায় এবং রোগী অনেক সময় বুঝতে পারেন না। সাধারণতঃ রোগী দ্বিতীয় পর্যায়ে কুঁচকিতে (Inguinal Region) বৃদ্ধিপ্রাপ্ত বা ফোলা লসিকাগ্রন্থি নিয়ে আসেন। তখন কোন ক্ষত থাকে না।

জটিলতা

Genital elephantitis, Fistula.

কুঁচকিতে ফোলা (Inguinal Bubo) সিনড্রোমের ব্যবস্থাপনা

সিনড্রোম নিশ্চিত হবার জন্য নিম্নলিখিত ব্যবস্থা গ্রহণ করুন ঃ

ইতিহাস গ্রহণ

- Inguinal Region -এ (কুঁচকিতে) ব্যথার প্রকৃতি ও সময়কাল।
- যৌনাঙ্গে ক্ষতের সাম্প্রতিক ইতিহাস।
- বর্তমানে বা পূর্বে শরীরে কোথাও কোন অংশ ফুলে যাওয়ার ইতিহাস।

শারীরিক পরীক্ষা

- Inguinal Region পরীক্ষা করে দেখুন ঃ
  - পুঁজযুক্ত বা শক্ত/যন্ত্রণাদায়ক লসিকাগ্রন্থি
  - পুঁজ বের হবার কোন পথ
- যৌনাঙ্গে ক্ষত আছে কিনা দেখুন।
- চামড়ায় দানা বা ক্ষত আছে কিনা দেখুন।
- Bubo থাকলেঃ পুরুষের যৌনাঙ্গ-এর উপরিভাগ ও চতুর্দিক, মহিলাদের যৌনাঙ্গ, Labia এর মিউকাস অংশ ও মলদ্বার পরীক্ষা করে ক্ষত দেখুন।
- প্রজননতন্ত্র / যৌনবাহিত রোগের অন্যান্য লক্ষণ/চিহ্ন আছে কিনা দেখুন।

Inguinal Bubo সিনড্রোমের চিকিৎসা

১। Cap. Doxicycline 100mg মুখে ১২ ঘন্টা পর পর x ১৪ দিন *

অথবা

Tab. Erythromycin 500mg মুখে ৬ ঘন্টা পর পর x ১৪ দিন

Plus

Azithromycin 1 gm মুখে একবার বা

Tab. Erythromycin 500mg মুখে ৬ ঘন্টা অন্তর x ৭ দিন বা

Injectable Ceftriaxone 250mg মাংশে একবার বা

Tab. Ciprofloxacin 500 mg দিনে ২ বার ৩দিন*

***গর্ভাবস্থায় ও স্তনদানকালে দেয়া যাবে না**

** যদি প্রথম গ্রুপ থেকে Erythromycin নির্বাচিত করা হয় তাহলে দ্বিতীয় গ্রুপ থেকে কোন ঔষধ দরকার নেই এবং ১৪ দিন ধরে চালাতে হবে।

পরামর্শ

Inguinal bubo -এর পাশাপাশি যৌনাঙ্গে ক্ষত না থাকলে Inguinal bubo -এর ফ্লো-চার্ট ব্যবহার করে LGV -এর ব্যবস্থাপনা দিতে হবে।

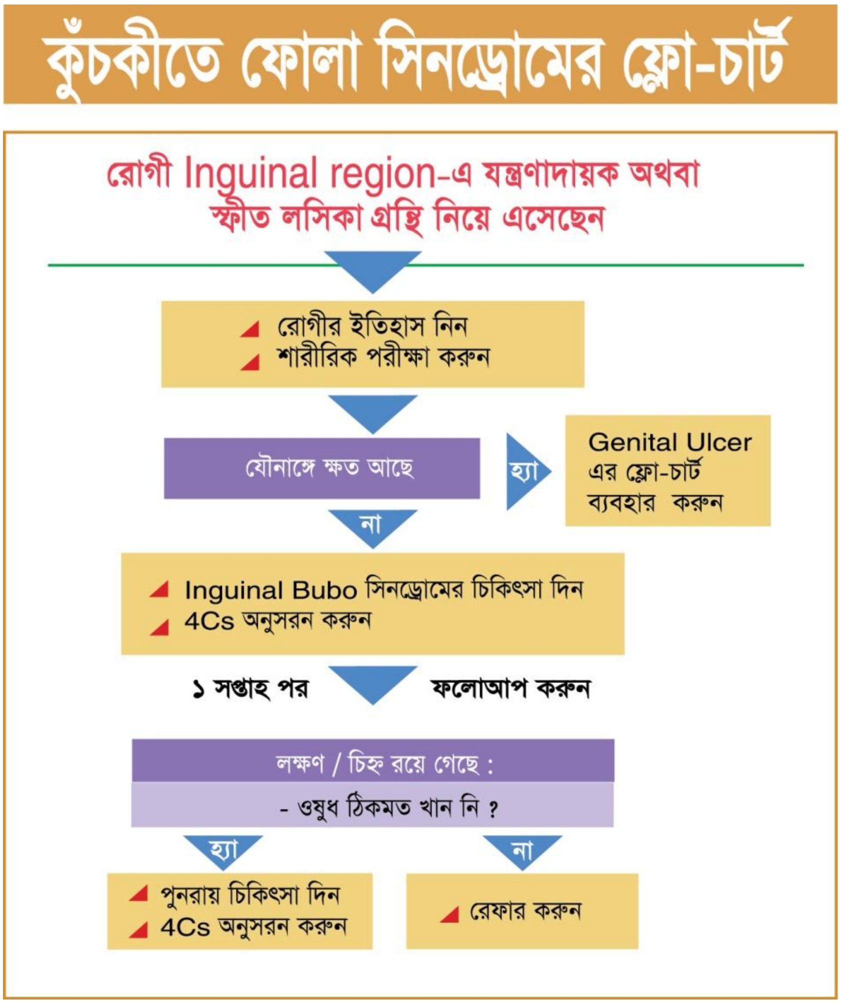
রেফার

যখন চিকিৎসা ও 4Cs অনুসরণ করা সত্ত্বেও এক সপ্তাহ পর ফলো-আপের সময় রোগীর অবস্থার উন্নতি না হলে বা আরও খারাপ হলে যথাযথ বা উচ্চতর পর্যায়ে রেফার করতে হবে।

পুঁজযুক্ত Bubo -এর ব্যবস্থাপনা

- Bubo র ভেতরে পুঁজ থাকলে ফেঁটে দিয়ে আরো জটিলতা সৃষ্টি করতে পারে।
- পুঁজযুক্ত Bubo -এর চিকিৎসা
  - Incision দেবেন না।
  - ভেতরে পুঁজ থাকলে পাশের সুস্থ অংশকে মোটা সুঁচযুক্ত (Wide bore needl) সিরিঞ্জ দিয়ে Surgical aspiration করুন।

- প্রয়োজনে ২ থেকে ৩ দিন পর পুনারায় aspiration করুন।
- প্রয়োজনে রেফার করুন।



পাঠ-১১

নবজাতকের চোখের সংক্রমণ (Neonatal Conjunctivities)

নবজাতকের চোখে সংক্রমণ Neonatal Conjunctivities) এর চিহ্ন ও উপসর্গ

জন্মের প্রথম ২৮ দিনে নবজাতকের চোখে সংক্রমণ ও ডিসচার্জ থাকলে Neonatal Conjunctivitis বা Opthalmia Neonatorum বলে। সাধারণতঃ গর্ভকালে অথবা জন্মের সময় সংক্রমিত প্রসবপথে শিশুর চোখ আক্রান্ত হয়।

নবজাতকের চোখে সংক্রমণ এর কারণ

নবজাতকের চোখে সংক্রমণের সবচেয়ে গুরুতর কারণ হলো ঃ

- যৌনবাহিত জীবাণু দ্বারা সংক্রমণ, যেমনঃ Nisseria Gonorrhoea, Chlamydia ইত্যাদি
- কিছু কিছু ক্ষেত্রে অন্যান্য Bactria, যেমন Staphylococcus aureus, Streptococcus pneumonia, Hemophilus spp.

লক্ষণ ও চিহ্ন

শিশুর লক্ষণ ও চিহ্ন নির্ভর করে সংক্রমণের উৎস বা কারণের উপর। গনোরিয়া, ক্ল্যামাইডিয়া অথবা অন্যান্য ব্যাকটেরিয়াজনিত সংক্রমণ জন্মের সময় বা পরে হলে লক্ষণ ও চিহ্ন কিছুটা পৃথক হয়, তবে সাধারণতঃ যে লক্ষণ ও চিহ্ন পাওয়া যায় তা হলোঃ

- চোখ থেকে পুঁজযুক্ত ডিসচার্জ বা নিঃসরণ।
- চোখের পাতা ফোলা বা বন্ধ থাকতে পারে।
- এক চোখ বা উভয় চোখ আক্রান্ত হতে পারে।

জটিলতা

- সময়মত চিকিৎসা না হলে শিশুর কর্নিয়া আক্রান্ত হয়ে চোখ অন্ধ হয়ে যেতে পারে।
- গনোরিয়া দ্বারা সংক্রমণ হলে অন্ধত্ব ছাড়াও arthritis এবংsepticaemia হতে পারে।
- ক্লামাইডিয়া দ্বারা সংক্রমণ হলে অন্ধত্ব ছাড়াও নিউমোনিয়া এবং কানে প্রদাহ হতে পারে।

চিত্র ঃ নবজাতকের চোখে সংক্রমণ-১,২

প্রতিরোধ

- প্রসবপূর্ব সেবা বা চেক-আপের সময় রোগীর জরায়ু মুখে সংক্রমণ (Cervicitis) আছে কিনা তা নিরূপণ করতে হবে। Cervicitis থাকলে স্বামী/সঙ্গী সহ চিকিৎসা দিতে হবে।
- শিশুর জন্মের পর পর চোখ খোলার আগেই জীবাণুমুক্ত তুলা দিয়ে শিশুর চোখ ও মুখ মুছে দিতে হবে।
- ধীরে ধীরে শিশুর নীচের চোখের পাতা নীচের দিকে ও উপরের চোখের পাতা উপর দিকে টেনে শিশুর চোখ খুলে দিতে হবে।
- ১% টেট্রাসাইক্লিন চোখের মলম চোখেরনীচের পাতার ভেতরের দিকে লাগাতে হবে। অবস্থার উন্নতি না হলে মা বাবাসহ শিশুকে উচ্চতর স্বাস্থ্য কেন্দ্রে/হাসপাতালে পাঠিয়ে দিন।

নবজাতকের চোখে সংক্রমণ সিনড্রোম সম্পর্কে নিশ্চিত হওয়ার জন্য নিম্নলিখিত ব্যবস্থা গ্রহণ করুন-

ইতিহাস গ্রহণ

- মায়ের কাছে ইতিহাস নিন।
- মায়ের অথবা তার সঙ্গীর যৌনবাহিত রোগের কোন লক্ষণ আছে কিনা জিজ্ঞাসা করুন।

শিশুর চোখ পরীক্ষা

- পুঁজযুক্ত discharge আছে কিনা দেখুন (চোখের পাতা ফাঁক করে অথবা চাপ দিয়ে পুঁজ আছে/পড়ছে কিনা দেখুন)

রেফার

যথাযথ এন্টিবায়োটিক দেবার পরেও দ্বিতীয় ফলো-আপ ভিজিটে শিশুর চোখের অবস্থার উন্নতি না হলে বা আরো খারাপ হলে উচ্চতর পর্যায়ে রেফার করতে হবে।

নবজাতকের চোখের সংক্রমণের চিকিৎসা

- Inj. Ceftriaxone 50 mg/kg (সর্বোচ্চ125 mg) মাংশপেশীতে একবার এবং
- Erythromycin syrup 50 mg/kg দৈনিক ৪ বার করে ১৪ দিন।
- ৩ দিন পর ফলো আপ করুন।

পিতামাতার চিকিৎসা

১. Cap. Cefixime 400 mg মুখে একবার অথবা

Inj. Ceftriaxone: 250 mg মাংসে ইনজেকশন, একবার অথবা

Inj. Spectinomycin 2 mg মাংসে ইনজেকশন, একবার

তার সাথে

২. Tab. Azithromycin 500 mg ২টি বড়ি মুখে একবার অথবা

Cap. Doxicycline* 100 mg করে মুখে দিনে ২ বার ৭ দিন অথবা

Tab. Erythromycine 500 mg করে মুখে দিনে ৪ বার ৭ দিন অথবা

Tab. Ciprofloxacin 500mgকরে মুখে দিনে ২ বার ৭ দিন

* গর্ভাবস্থায় ও স্তনদানকালে ব্যবহার নিষিদ্ধ।

অধ্যায় ২ ঃ এইচআইভি ও এইড্‌স

পাঠ-১
এইচআইভি ওএইডস-এর প্রাথমিক ধারণা

এইচ আইভি (HIV)

Human Immunodeficiency Virus কেই সংক্ষেপে HIV বলে। HIV ভাইরাস এইডস রোগ সৃষ্টি করে।

এইডস (AIDS)

এইডস হচ্ছে এইচআইভি দ্বারা সংক্রমিত একটি রোগ। AIDS একটি সংক্ষিপ্ত নাম যার পূর্ণরূপ- Acquired Immune Deficiency Syndrome। এটা এইচআইভি সংক্রমণের শেষ ধাপ। এইচআইভি সংক্রমণ থেকে এইডস এ পরিণত হতে ৬ মাস থেকে ১০ বছর পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। এটি কয়েকটি উপসর্গ ও লক্ষণের সমষ্টি। এ রোগের ফলে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা ধীরে ধীরে নষ্ট হয়ে যায়। যেহেতু এখন পর্যন্ত এ রোগের কার্যকর কোনো চিকিৎসা আবিষ্কৃত হয়নি, সেহেতু এ রোগের প্রতিরোধই একমাত্র উপায়।

এইচআইভি সংক্রমণ যা হিউম্যান ইমিউনো ডেফিসিয়েন্সী ভাইরাস দ্বারা সংঘটিত হয় যাতে শরীরের সংক্রমণ প্রতিরোধ ক্ষমতা ধ্বংস হয়ে যায়। সংক্রমণের সর্বশেষ ধাপকে এইডস বলে। যদি রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার ঘাটতি কোন জানা কারণ যেমনঃ ক্যান্সার, মারাত্মক পুষ্টিহীনতা বা অন্য কোন কারণ না থাকে তবে প্রাপ্ত বয়স্কদের মধ্যে নিম্নলিখিত মূখ্য লক্ষণের কমপক্ষে একটি এবং সাথে গৌণ লক্ষণের একটি থাকলে এইডসের উপস্থিতি বলে ধরা হয়।

ক) মূখ্য লক্ষণ

- ওজন হ্রাস, শরীরের ১০% ওজন
- এক মাস ধরে দীর্ঘমেয়াদী ডায়রিয়া
- একমাস বা ততোধিক ধরে জ্বর

খ) গৌণ লক্ষণ

- একমাস ধরে টানা কাশি
- সাধারণ চুলকানীসহ চামড়ার প্রদাহ
- বার বার হারপিস জোষ্টার সংক্রমণ
- মুখ গহ্বর বা ফ্যারিংসে ছত্রাক সংক্রমণ
- দীর্ঘ মেয়াদী উত্তরোত্তর বৃদ্ধি প্রাপ্ত এবং ছড়িয়ে পড়া হারপিস সিম্পপ্লেক্স সংক্রমণ
- সারা শরীরে লসিকাগ্রন্থি ফুলে যাওয়া
- সারা শরীরে ক্যাপুসিস সারকোমা বা ক্রিপ্টোকক্কাল মেনিনজাইটিস হলে তা এইডস রোগ নির্ণয়ের জন্য যথেষ্ট।

এইচআইভি এর রোগ নির্ণয়

এইচআইভি পরীক্ষা করা দরকার যদি ঃ

কেউ সন্দেহ করে যে সে সংক্রমিত হতে পারে, কারণ ঃ

- অরক্ষিত যৌন মিলন
- অপরীক্ষিত রক্ত সঞ্চালন
- একই সূঁচ বা যন্ত্রপাতি ভাগাভাগি করে ব্যবহার
- যে কোন একজন যৌন সঙ্গী সংক্রমিত বা সংক্রমিত হয়েছে বলে সন্দেহ হলে
- ঐ ব্যক্তির কোন যৌন বাহিত রোগ থাকলে।

এইচআইভি রোগ নির্ণয়ের জন্য দুই ধরনের এন্টিবডি পরীক্ষা করা হয়। এই পরীক্ষা গুলোকে এন্টিবডির উপস্থিতি পরীক্ষা করা হয়, ভাইরাসের উপস্থিতি নয়।

- একটি স্ক্রিনিং পরীক্ষা ঃ ELISA (Enzyme linked immune-sorbant assay) বা (Particle agglutination test) এবং
- নিশ্চিত পরীক্ষা ঃ Western Blot (WB) বা Immuno blot

সাধারণত এলাইজা পরীক্ষাকে প্রাধান্য দেয়া হয়, যেহেতু এর খরচ কম। প্রথমে একজন ব্যক্তির এলাইজা পরীক্ষা করা হয়। এই পরীক্ষা অত্যন্ত সংবেদনশীল, যা কদাচিৎ এইচআইভি এন্টিবডি উপস্থিতি সনাক্ত করতে ভুল করে। এলাইজা পদ্ধতি ৯৯.৭% সেন্সেটিভ। কিন্তু এই পরীক্ষা খুব বেশী স্পেসিফিক নয় ফলে কখনো কখনো সংক্রমিত নয় এমন ব্যক্তির মধ্যেও ভুল করে এন্টিবডি সনাক্ত করে। সাধারণত যখন একজন ব্যক্তির রেজাল্ট পজিটিভ আসে, যার অর্থ তার শরীরে এইচআইভি এন্টিবডি আছে, তখন নিশ্চিত করার জন্য দ্বিতীয়

পরীক্ষা (ওয়েষ্টার্ন ব্লট) করা হয়। কোন ব্যক্তির এইচআইভি নিশ্চিত করতে হলে দুইটি পজেটিভ রেজাল্ট প্রয়োজন হয়।

যদি কোন ব্যক্তির সংক্রমণের খুবই সম্ভাবনা থাকে এবং তারপরও যদি উভয় পরীক্ষা নেগেটিভ আসে, ডাক্তার রক্তে এইচআইভি ভাইরাসের উপস্থিতি পরীক্ষা করাতে পারেন। ঐ ব্যক্তির পরে পুনঃপরীক্ষা করতে ও বলা যেতে পারে যখন যথেষ্ট এন্টিবডি তৈরী হওয়ার সম্ভাবনা বেশী।

এইচআইভি সংক্রমিত মায়ের শিশু জন্মের পর বেশ কয়েক মাস মায়ের এন্টিবডি বহন করে থাকে। যেহেতু যে কোন আদর্শ পরীক্ষায় এই এন্টিবডি পাওয়া যাবে তাই ১৫ মাস বয়স না হওয়া পর্যন্ত এন্টিবডি পরীক্ষা করা যায় না। শিশুর ৩ থেকে ১৫ মাস বয়সের মধ্যে সঠিক ভাবে এইচআইভি নির্ণয়ের জন্য এইচআইভি ভাইরাস সনাক্ত করার নতুন পদ্ধতি ব্যবহার করা হয়, কিন্তু বাংলাদেশে এই পরীক্ষার ব্যবস্থা নেই।

এইচআইভি কিভাবে ছড়ায়?

যখন কোন আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত, বীর্য বা যোনি রস ক্ষত যুক্ত মিউকাস পর্দা বা চামড়া অন্য কোন ব্যক্তির রক্ত বা অন্য কোন দেহ রসের সংস্পর্শে আসে তখন এইচআইভি ভাইরাস ছড়ায়।

সংক্রমণের উপায়

১. **যৌন মিলন** ঃ এই ভাইরাস বিপরীত কামী যৌন মিলনে পুরুষ থেকে মহিলা বা মহিলা থেকে পুরুষে, সমকামী যৌন মিলনে পুরুষ থেকে পুরুষে বা অন্য কোন ধরনের যৌন মিলনে ছড়াতে পারে যেখানে মিউকাস পর্দা বা চামড়ায় কোন ক্ষত থাকে।

২. **দূষিত রক্ত** ঃ দূষিত রক্ত সঞ্চালনের মাধ্যমে ৯০% ক্ষেত্রে ভাইরাস ছড়াতে পারে।

৩. দূষিত সূঁচ, সিরিঞ্জ বা অন্য কো চামড়া ছিদ্র করার যন্ত্রপাতির মাধ্যমে

৪. গর্ভাবস্থায়, প্রসবের সময় বা জন্মের পর স্তন্য পানের মাধ্যমে মা থেকে শিশুর মধ্যে সরাসরি এই ভাইরাস ছড়াতে পারে। পৃথিবীব্যপী প্রায় ১০% এইচআইভি রোগী শিশু যারা মায়ের কাছ থেকে এই সংক্রমণ পেয়েছে।

দ্রষ্টব্য ঃ যদিও মায়ের দুধের মাধ্যমে এইচআইভি ভাইরাস ছড়ায়, তারপর ও বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা উন্নয়নশীল দেশে মায়ের দুধ পান করাতে উৎসাহিত করে, কারণ এইচআইভি সংক্রমণের থেকে পুষ্টিহীনতা বা দূষিত দুধ পানের ফলে মৃত্যুর ঝুঁকি অনেক বেশী।

এইচআইভি সংক্রমণের জন্য উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ

- কনডম ব্যবহার না করে একাধিক সঙ্গীর সাথে বা একাধিক সঙ্গী রয়েছে এমন কারও সাথে (যৌন কর্মী) বা কোন অচেনা সঙ্গীর সাথে যৌন মিলন করা

- সংক্রমিত রক্ত বা রক্তজাত দ্রব্য গ্রহণ
- দূষিত সূঁচ বা সিরিঞ্জ ভাগাভাগি করে ব্যবহার।

নিম্ন ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ ঃ

- চুম্বন
- সংক্রমিত মায়ের বুকের দুধ খাওয়ানো
- দূষিত সূঁচ দ্বারা নাক বা কান ছিদ্র করা
- নাপিতের কাছে বা সেলুনে দূষিত যন্ত্রপাতি ব্যবহারে।

যেসব আচরণের মাধ্যমে এইচআইভি ছড়ায় না

- কথা বলা, হাঁচি, কাশি বা বাতাসের মাধ্যমে
- পোকা মাকড়ের কামড় দ্বারা
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে হাত মেলানো বা আলিঙ্গন করা
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে পায়খানা বা সুইমিং পুল ভাগাভাগি করা
- একসাথে খাওয়া বা খেলাধূলা করা
- সংক্রমিত ব্যক্তির তোয়ালে বা কাপড় ব্যবহার করা
- একসাথে বাস করা বা সংক্রমিত ব্যক্তির সেবা শুশ্রষা করা
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে একই স্কুলে লেখাপড়া করা
- যার এইডস নেই এমন ব্যক্তির সাথে পারস্পরিক বিশ্বাসপূর্ণ যৌন সম্পর্ক বজায় রাখা
- সঠিকভাবে ও সবসময় কনডম ব্যবহার করা।

প্রতিরোধ

- নিরাপদ যৌন আচরণ
- তথ্য ও শিক্ষা
- সচেতনতার সাথে শিরায় ঔষধ ব্যবহার করা
- নিরাপদ রক্ত সঞ্চালন
- আগে ভাগে কার্যকরী যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণের চিকিৎসা করা।

রোগীকে শিক্ষা দান

- নিরাপদ যৌন মিলন ও আচরণ।

- সঠিক ভাবে ও সব সময় কনডম ব্যবহার বিশেষ করে সঙ্গী যদি যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণে আক্রান্ত হয়ে থাকে।
- এইচআইভি স্ক্রিনিং করে রক্ত ব্যবহার করা।
- আক্রান্ত মাকে বাচ্চার সম্ভাব্য পরিণতি সম্পর্কে জানাতে হবে এবং সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে তাকে সাহায্য করতে হবে।

স্বাস্থ্য কর্মীদের নিরাপদ মেডিকেল আচরণ প্রচলন করা

- সকল সূঁচ, সিরিঞ্জ এবং সার্জিক্যাল যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াকরণ (দূষণমুক্ত করণ, পরিস্কার করণ ও জীবাণু মুক্ত করণ) করতে হবে।
- সংক্রমণ প্রতিরোধের সকল ব্যবস্থা নিতে হবে।
- একবার ব্যবহার যোগ্য সকল জিনিষ পত্র ধ্বংস করতে হবে।
- কেবল প্রয়োজনেই রক্ত পরিসঞ্চালন করতে হবে।

স্বাস্থ্য কর্মীদের সুরক্ষা

- রক্ত ও দেহরসের সংস্পর্শে আসার সম্ভাবনা আছে এমন সকল কাজে দস্তানা/গ্লাভ্স পরতে হবে।
- সার্জিক্যাল যন্ত্রপাতি প্রক্রিয়াকরণের সময় দস্তানা/গ্লাভ্স পরতে হবে।
- কেবল মাত্র জীবাণুমুক্ত যন্ত্রপাতি ব্যবহার করতে হবে ।
- কাপড় চোপড় সঠিকভাবে ধুতে হবে।

পাঠ-২

এইচআইভি ও এইডস এবং যৌন বাহিত রোগ(এসটিআই) এর সম্পর্ক

এইচআইভি ও এইডস এবং যৌনবাহিত (এসটিআই) এর সম্পর্ক

শতকরা ৮০ থেকে ৯০ ভাগের বেশি ক্ষেত্রে এইচআইভি সংক্রমণ ছড়ায় যৌন মিলনের মাধ্যমে। তাই এইডস রোগ নিয়ন্ত্রণ করতে হলে যৌন মিলনের মাধ্যমে রোগ ছড়ানো প্রতিরোধ করতে হবে। বাংলাদেশের জনসংখ্যার মধ্যে এসটিআই বা যৌন সংক্রমিত রোগের প্রকোপ সম্পর্কে পূর্নাঙ্গ তথ্য না থাকলেও সীমিত কিছু জরিপ থেকে ধারণা পাওয়া গেছে যে, এদেশে এসটিআই-এর প্রকোপ ব্যাপক।

এসটিআই ও এইচআইভি ও এইডস -এর মধ্যেকার সম্পর্ক দু'ভাবে ব্যাখ্যা করা যায় ঃ

- যৌন সংক্রমিত রোগ (এসটিআই) এ আক্রান্ত হওয়া মানে উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ প্রমাণ করে (যেমন, অরক্ষিত যৌন মিলন) এবং তা এইচআইভি ও এইডস সংক্রমণের জন্যও সমান ঝুঁকিপূর্ণ করে তোলে।
- এসটিআই গুরুত্বপূর্ণ ঝুঁকি উপাদান (risk factor) হিসেবে কাজ করে এবং তা এইচআইভি সংক্রমণ ছড়াতে ও আক্রান্ত হতে সহায়তা করে।

বিভিন্ন সমীক্ষায় দেখা গেছে, অন্যান্য যৌন সংক্রমিত রোগ থাকলে এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি অনেক গুন বৃদ্ধি পায়। তাই প্রাথমিক অবস্থায় ও কার্যকরভাবে যৌন সংক্রমিত রোগের চিকিৎসা করা হলে তা এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি কমাতে সহায়ক হয়। ফলে এইড্স রোগের প্রাদুর্ভাব হ্রাস পায়। রোগের প্রাথমিক পর্যায়ে এসটিআই নিয়ন্ত্রণ এইচআইভি নিয়ন্ত্রণের চেয়ে অধিক গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে। তাই এসটিআই নিয়ন্ত্রণে (Prevention and Case Management) ব্যবস্থা গ্রহণ উৎসাহিত করতে হবে।

ক্ষতযুক্ত ও ক্ষতহীন দু'রকম যৌন সংক্রমিত রোগই এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়, তবে সব ধরনের এসটিআই সমানভাবে এইচআইভি সংক্রমণ ত্বরান্বিত করে না। শ্যাংক্রয়েড (Chancroid) ও সিফিলিস (Syphilis) রোগে যৌনাঙ্গে ক্ষত (Genital ulcers) সৃষ্টি হয় এবং ক্ষতের কারণে এই রোগে আক্রান্তদের মধ্যে এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি ক্ল্যামাইডিয়া, গনোরিয়া, ট্রাইকোমোনিয়াসিস সংক্রমিত রোগীদের চেয়ে বেশি বলে মনে হয়। ক্ল্যামাইডিয়া, গনোরিয়া ট্রাইকোমনিয়াসিস সংক্রমণে ক্ষত সৃষ্টি হয় না, প্রধানত ইনফ্ল্যামেশন বা প্রদাহ দেখা দেয়। অপর দিকে দেখা যায়, এসব ক্ষতহীন এসটিআই-তে আক্রান্ত রোগীদের মধ্যে এইচআইভি সংক্রমণের অনুপাত যৌনাঙ্গে ক্ষতযুক্ত রোগীদেরচেয়ে অনেক বেশি হতে পারে। কারণ অধিকাংশ জনগোষ্ঠীর মধ্যে ক্ষতহীন এসটিআই রোগীর সংখ্যা তুলনামূলকভাবে অনেক বেশি।

পরবর্তীতে এইচআইভি/এসটিআই হারের ওপর এসটিআই প্রতিরোধ বা নিরাময় যে শক্তিশালী প্রভাব রাখতে পারে, তা অনুসরণ করা হলে নাটকীয় সুফল পাওয়া যায়।

বিভিন্ন যৌন রোগ এবং সেগুলোর এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকির তুলনামূলক চিত্র টেবিল - ১ এ দেখানো হলো ঃ

টেবিল - ১

যৌন সংক্রমিত রোগ	এইচআইভি ছড়ানোর ঝুঁকির মাত্রা
সিফিলিস (Syphilis)	+++
শ্যাংক্রয়েড (Chancroid)	+++
ক্ল্যামাইডিয়াল সংক্রমণ (Chlamydial infection)	++
গনোরিয়া (Gonorrhea)	++
ট্রাইকোমোনিয়াসিস (Trichomoniasis)	+
হারপিস সিমপ্লেক্স (Herpes simplex)	+

পাঠ-৩
ভলান্টারী কাউন্সেলিং এবং টেষ্টিং (VCT)

ভলান্টারী কাউন্সেলিং এবং টেষ্টিং (VCT)

স্বেচ্ছায় বা স্বপ্রনোদিত হয়ে যথাযথ কাউন্সেলিং এর মাধ্যমে এবং গোপনীয়তা রক্ষার নিশ্চয়তা প্রদান সাপেক্ষে এইচআইভি ভাইরাস সনাক্ত করনের জন্য যে রক্ত পরীক্ষা করা হয় তাকে “ভিসিটি” বলে।

ভিসিটি কেন দরকার

এইচআইভি আক্রান্ত বেশিরভাগ লোক লক্ষণহীন। তাদের এমন কোন লক্ষণ থাকে না যাতে বোঝা যায় যে, তাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কম। তাই এইচআইভি নির্ণয়ের জন্য ল্যাবরেটরী পরীক্ষার প্রয়োজন। শুধুমাত্র ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী নয় প্রত্যেকেই এই পরীক্ষা করতে পারে যেহেতু কম/বেশী প্রতিটি মানুষ ঝুঁকির মধ্যে আছে।

কোন ব্যক্তি যদি নিম্নলিখিত কারণে উদ্বিগ্ন থাকে যে সে সংক্রমিত হতে পারে তাহলে তার ভিসিটি প্রয়োজন ঃ

- অরক্ষিত যৌন মিলন
- অরক্ষিত রক্ত পরিসঞ্চালন
- সূঁচ বা অন্য কোন ইনজেকশন দেবার যন্ত্র ভাগাভাগি করে ব্যবহার করা
- যৌন সঙ্গীদের কেউ সংক্রমিত সন্দেহ হলে
- ব্যক্তির যৌনবাহিত রোগ সংক্রমণ থাকলে।

বাংলাদেশে ভিসিটি রেফারেল

বাংলাদেশ সরকার সারা দেশে বেশ কিছু এইচআইভি টেস্টিং ল্যাবরেটরী স্থাপন করেছে। একজন ব্যক্তি স্বতঃস্ফূর্তভাবে এইচআইভি টেষ্টিং করাতে পারেন অথবা কোন কোন স্বাস্থ্য সেবাকর্মী তাতে নিম্নোক্ত ল্যাবরেটরীগুলোতে পাঠাতে পারেনঃ

এইচআইভি টেষ্টিং ও পরামর্শদানের জন্য বাংলাদেশের সেন্টারসমূহ

ক্রমিক নং	নাম
১	উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স, বেনাপোল, যশোহর
২	উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স, শ্যামনগর, সাতক্ষীরা
৩	জেলা সদর হাসপাতাল, মৌলভী বাজার
৪	জেলা সদর হাসপাতাল, কক্সবাজার
৫	জেলা সদর হাসপাতাল, চাপাই নবাবগঞ্জ
৬	বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিকেল ইউনিভার্সিটি (BSMMU)
৭	ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, ঢাকা
৮	সিলেট এম এ জি ওসমানী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, সিলেট
৯	চট্টগ্রাম মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, চট্টগ্রাম
১০	রাজশাহী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, রাজশাহী
১১	রংপুর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, রংপুর
১২	খুলনা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, খুলনা
১৩	শেরে বাংলা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, বরিশাল

১৪	ইনফেক্‌শাস ডিজিজ হাসপাতাল (IDH), ঢাকা
১৫	আশার আলো সোসাইটি, ঢাকা
১৬	আশার আলো সোসাইটি, চট্টগ্রাম
১৭	আশার আলো সোসাইটি, সিলেট
১৮	কনফিডেনশিয়াল এ্যাপ্রোচ টু এইড্‌স প্রিভেনশন (CAAP), ঢাকা
১৯	মুক্ত আকাশ বাংলাদেশ, ঢাকা
২০	মুক্ত আকাশ বাংলাদেশ, খুলনা

কেন্দ্রে সেবা পাওয়ার নিয়মাবলী

যে কোন ব্যক্তি সরাসরি উল্লেখিত কেন্দ্র সমূহে গিয়ে এই পরীক্ষা করাতে পারেন। ভিসিটি সেন্টারের অভ্যর্থনা কেন্দ্রে গিয়ে নিজের ইচ্ছা প্রকাশ করতে হবে। অভ্যর্থনা থেকে একটি সিরিয়াল প্রদান করবে, এরপর সিরিয়াল অনুসারে প্রি-কাউন্সেলিং এ যদি সম্মতি প্রদান করে তাহলে রক্ত গ্রহণ করবে। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে ১দিনে ফলাফল প্রদান করা হয়। পুনরায় কাউন্সেলিং এ ডেকে ফলাফল প্রদান করবে, যদি পজিটিভ হয় ঐ রক্ত পুনরায় পরীক্ষা করা হয়।

VCT তিনটি ধাপ

- প্রি-টেষ্ট কাউন্সেলিং
- এইচআইভি পরীক্ষা
- পোষ্ট টেষ্ট কাউন্সেলিং

পজিটিভদের প্রতি বৈষম্যমূলক আচরণ না করা

একজন ক্লায়েন্ট হয়তো স্বপ্রনোদিত হয়ে ঝুঁকি বা অন্যান্য কারণে রক্ত পরীক্ষা করতে আগ্রহী হতে পারে। একজন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী বা পিয়ার এডুকেটর এর অনুপ্রেরনায় হয়তো কেউ রক্ত পরীক্ষায় আগ্রহী হতে পারে, তবে যে কোন অবস্থার প্রেক্ষিতেই হোক না যদি কোন ব্যক্তি এইচআইভি পরীক্ষা করাতে চান তাহলে সেখানে কাউন্সেলিং, গোপনীয়তা স্বপ্রনোদিত হতে হবে। এখানে গোপনীয়তার জন্য রেকর্ডপত্রে নাম/ঠিকানাও সতর্কতার সাথে রক্ষণাবেক্ষণ করা হয়।

পরীক্ষার পূর্বে করণীয়

ক্লায়েন্টের সম্মতি প্রদানের পূর্বে অবশ্যই এইচআইভি সম্পর্কে তথ্য যেমন এইচআইভি এন্টিবডি সুপ্তিকাল, পরীক্ষার ধরণ, ফলাফল প্রদানের প্রক্রিয়া ও পরীক্ষা করার খরচাদি সম্পর্কে বিস্তারিত ধারণা কাউন্সেলর প্রদান করবেন। এইচআইভি পরীক্ষার সুফলগুলো বুঝিয়ে বলতে হবে এবং একইসাথে ফলাফল জানার পরিপ্রেক্ষিতে তিনি যে সব অসম্ভাব্য সমস্যার মুখোমুখি হতে পারেন তা জানাতে হবে। কাউন্সেলর কোনভাবেই চাপ প্রয়োগ

করে সম্মতি আদায় করবেনা। অবশ্যই এখানে কাউন্সেলিং, গোপনীয়তা ও স্বেচ্ছায় পরীক্ষা করার শর্তসমূহ রক্ষণাবেক্ষন করতে হবে।

অধ্যায় ৩ ঃ বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য

পাঠ-১
বয়ঃসন্ধিকাল বা কৈশোরকাল সম্পর্কে সাধারণ ধারণা

বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য কি ?

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সংজ্ঞা অনুযায়ী ১০ থেকে ১৯ বৎসরের ছেলে-মেয়েদেরকে কিশোর-কিশোরী বলা হয়। এবং এই সময়কালীন স্বাস্থ্যকে বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য বলে।

১০ থেকে ১৯ বৎসরের মধ্যবর্তী সময়কালকে বয়ঃসন্ধিকাল বলে।

বাংলাদেশের জনসংখ্যার একটি বিশাল অংশ হচ্ছে কিশোর-কিশোরী। বাংলাদেশে ১০ থেকে ১৯ বছর বয়সী জনসংখ্যার প্রায় শতকরা ২৩ ভাগ। এদের মধ্যে ৫১ ভাগ কিশোরী এবং ৪৯ ভাগ কিশোর।

বাংলাদেশের জনসংখ্যার বয়স কাঠামোতে কম বয়সী জনসংখ্যার আধিক্য একটি উল্লেখযোগ্য বৈশিষ্ট্য, যা জনসংখ্যা বৃদ্ধির অন্যতম প্রধান কারণ। বাংলাদেশে ১০ থেকে ১৯ বছর বয়সী কিশোর-কিশোরীদের স্বাস্থ্যের চিত্রটি বড়ই করুন। পুত্র সন্তানের প্রতি পক্ষপাতিত্ব, রিক্ষরতা, অল্প বয়সেয় বিয়ে ও সন্তান ধারণ, পুষ্টিহীনতা, ভ্রান্ত ধারণা, মেয়েদের নিম্ন সামাজিক মর্যাদা, ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার প্রতি উদাসীনতা ইত্যাদি কারণে ১০ থেকে ১৯ বছর বয়সের মেয়েদের স্বাস্থ্য একই বয়সী ছেলেদের তুলনায় অনেক বেশি ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থার সম্মুখীন।

একটি শিশু জন্মের পর থেকেই ধীরে ধীরে বড় হতে থাকে। একটা বয়সে হঠাৎ তার মধ্যে বেশ কিছু পরিবর্তন দেখা যায়। এই সময় তাদের শিশুও বলা যায় না আবার পুরোপুরি বড়দের দলেও ফেলা যায় না, এটিই বয়ঃসন্ধিকাল অর্থাৎ শিশুকালের পরে ও বড় হওয়ার মাঝামাঝি সময়টাই বয়ঃসন্ধিকাল। এই সময় ছেলে মেয়েদের শরীরে এবং মনে কিছু পরিবর্তন ঘটে।

বয়ঃসন্ধিকালে পরিবর্তন

বয়ঃসন্ধিকালে প্রধানত দু'রকমের পরিবর্তন হয়-

এক- শারীরিক

দুই- মানসিক

শারীরিক পরিবর্তন ঃ

শারীরিক পরিবর্তন বলতে দৈহিক বা শরীরের পরিবর্তনই বুঝায়। কিছু পরিবর্তন আছে যেগুলো বাহির থেকে দেখা যায়- যেমন ছেলেদের গোঁফ-দাঁড়ি গজানো বা মেয়েদের স্তন বড় হওয়া। আর কিছু পরিবর্তন আছে যেগুলো বাহির থেকে দেখা যায় না। এগুলো শরীরের ভিতরে হয়ে থাকে। শারীরিক এই পরিবর্তনগুলো হরমোন নামক এক প্রকার জৈব রাসায়নিক পদার্থ দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়।

মানসিক পরিবর্তন ঃ

বয়ঃসন্ধিকালে শারীরিক পরিবর্তনের ফলে কিশোর-কিশোরীদের মনে নানা প্রকার কৌতূহল, দ্বিধা-দ্বন্ধ, বিহ্বলতা দেখা দেয় এবং মনে চাঞ্চল্য সৃষ্টি হয়। এ সময়ে কিশোর-কিশোরীরা নিজেদের শরীর, চেহারা, পোশাক, আচার-আচরণ ইত্যাদি সম্বন্ধে সচেতন হয়। মানসিক এ পরিবর্তনগুলো প্রকৃতির স্বাভাবিক নিয়মে ঘটে। এছাড়া মস্তিস্কের পিটুইটারি গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত এক প্রকার হরমোনের প্রভাবে বয়ঃসন্ধিকালে ছেলে মেয়েদের যৌন বিষয়ক চিন্তা করার প্রবণতা দেখা দেয়।

কিশোরদের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন

- উচ্চতা ও ওজন বাড়ে
- বুক ও কাঁধ চওড়া হয়, হাত-পা পেশীবহুল হয়
- দাড়ি-গোঁফ গজায়
- গলার স্বর ভাঙ্গে ও ভারী হয়
- অন্ডকোষ ও লিঙ্গের আকার বৃদ্ধি পায়

- লিঙ্গের চারপাশে ও বগলের তলায় চুল গজায়
- ঘাম বেশী হয় এবং ত্বক তেলতেলে হয়
- ব্রণ হতে পারে
- হাতে পায়ে বুকে লোম ওঠে
- যৌন চিন্তা বৃদ্ধি পায়
- কখনও কখনও ঘুমে বীর্য পাত হয়

কিশোরীদের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন

- উচ্চতা ও ওজন বাড়ে
- স্তন আকারে বড় হয়
- গলার স্বর পরিবর্তন হয়
- কোমর চওড়া হয়
- যৌনাঙ্গ, জরায়ু ও ডিম্বকোষ বড় হয়
- যৌনাঙ্গ ও বগলের নিচে চুল গজায়
- শরীরে মেদ বাড়ে
- ঘাম বেশী হয় এবং ত্বক তেলতেলে হয়
- ব্রণ হতে পারে
- হাতে পায়ে লোম গাঢ় হয়
- যৌন চিন্তা বৃদ্ধি পায়
- মাসিক শরু হয়

বয়ঃসন্ধিকালীন বয়সের বৈশিষ্ট্য

জীবনের ভিত রচিত হয় কৈশোরে। সারা জীবনের সুস্থতা অনেকখানি নির্ভর করে বয়ঃসন্ধিকালে অর্থাৎ কৈশোর ও যৌবনের শুরুতে। এ বয়সে একজন কিশোর/কিশোরী স্বাস্থ্য ও পারিবারিক জীবনের যে শিক্ষা পায় তাই সে পরবর্তী জীবনে পরিচর্যার মাধ্যমে প্রতিফলিত করে। অপরদিকে এ বয়সের অপরিপক্কতা জনিত একটু ভুল ভ্রান্তি তার জীবনের বিকাশকে ব্যাহত করে।

বয়ঃসন্ধিকাল বয়সের কিছু সাধারণ বৈশিষ্ট্য নিম্নরূপ-

- বাস্তবতা সম্পর্কে অভিজ্ঞতা কম থাকে
- অন্যের প্ররোচনায় বিপদগামী হতে পারে
- প্রজনন স্বাস্থ্য, সংক্রামক রোগ ও অন্যান্য ব্যাধি সম্পর্কে ধারণা কম থাকে
- স্বাস্থ্য সমস্যা সম্পর্কিত বিষয়গুলো গোপন রাখতে চেষ্টা করে
- যৌন আচরণের ফলাফল সম্পর্কে ধারণা কম থাকে

- চিন্তা ও কর্মে দুঃসাহসিক কিছু করার প্রবণতা সৃষ্টি হয়।

বয়ঃসন্ধিকালের যৌনতা/ যৌনজ্ঞান

বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর-কিশোরীদের যৌনতার লক্ষণসমূহ প্রকাশ পেতে শুরু করে। পিটুইটারি গ্ল্যান্ড থেকে নিঃসৃত এক প্রকার হরমোনের প্রভাবে এ বয়সের ছেলে-মেয়েদের মনে যৌনভাব আসতে শুরু করে। সেজন্য কিশোর-কিশোরীদের যথাযথ যৌন শিক্ষা এবং জ্ঞান এ বয়স থেকেই দেয়া উচিত।

বয়ঃসন্ধিকালের পরিবর্তনের গুরুত্ব

যেহেতু বয়ঃসন্ধিকালীন একটু ভুল সারা জীবনের ওপর প্রভাব ফেলতে পারে এবং দায়িত্ববান নাগরিক হিসেবে গড়ে ওঠার অন্তরায় হয়ে দাঁড়াতে পারে সেহেতু বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য শিক্ষা বিশেষ করে প্রজনন স্বাস্থ্য শিক্ষা একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। প্রত্যেক কিশোর-কিশোরী, অভিভাবক, সমাজের নেতৃস্থানীয় ব্যক্তিবর্গ সবারই বয়ঃসন্ধিকাল সম্পর্কে ধারণা থাকা প্রয়োজন।

বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য জ্ঞানের অভাবে নানা রকম সমস্যার সৃষ্টি হতে পারে। যেমন-

- দৈহিক পরিবর্তনের ফলে নানাবিধ ভয়, ভীতি, কৌতূহল এবং শংকার জন্ম হতে পারে। মনে নানারকম প্রশ্ন জাগতে পারে।
- প্রশ্নগুলো কাদের বলবে, কিভাবে বলবে এ চিন্তায় কিশোর-কিশোরীরা দুশ্চিন্তায় ভোগে।
- মানসিক পরিবর্তনের ফলে কিশোর-কিশোরীরা আবেগ প্রবণ হয়, আবেগ তাড়িত হয়ে কাজ করতে চায়। এতে বাস্তবতা থেকে তারা অনেক দূরে সরে যায়।
- স্বাভাবিক নিয়মেই তারা এ বয়সে বিপরীত লিঙ্গের প্রতি কৌতূহল বা আকর্ষণ বোধ করে। মনের মধ্যে অজানা একটা ভালবাসার আবেগ তৈরি হয়। ভাললাগাটা অনেক সময় ভালবাসার মোহতে পরিণত হয় যা অনেক সময় মনোকষ্টের কারণ হয়ে দাঁড়ায়।
- এ সময়ে প্রজনন স্বাস্থ্য জ্ঞান সম্পর্কে ধারণা কম থাকায় কিশোর-কিশোরীরা সংক্রামক রোগসহ সাধারণ প্রজনন স্বাস্থ্য বিষয়ক ব্যাপারগুলো গোপন রাখতে চেষ্টা করে।
- যৌন আচরণের ফলাফল সম্পর্কে ধারণা কম থাকায় পদস্থলনজনিত সমস্যায় চরিত্রের অধঃপতন হওয়ার সমূহ সম্ভাবনা দেখা দেয়।

দ্রুত এবং বিলম্ব যৌবন লাভ

দ্রুত যৌবন লাভ ঃ

কখনও কখনও জনন কোষ তৈরী ছাড়াই শৈশবে অর্থাৎ কৈশোর আরম্ভের পূর্বে দ্বিতীয় পর্যায়ে যৌন পরিবর্তন লক্ষ্য করা যায়। এর কারণ হলো অস্বাভাবিক মাত্রায় এনড্রোজে (ছেলেদের ক্ষেত্রে) এবং এস্ট্রোজেন (মেয়েদের

ক্ষেত্রে) হরমোন নিঃসৃত হওয়া। তাই কোন ছেলে বা কোন মেয়ের এসব হরমোন যদি যৌবন আরম্ভের পূর্বে কোন কারণে নিঃসরণ হতে থাকে তখন যৌবন আরম্ভের সময় সাধারণতঃ দেহে যে সব পরিবর্তন লক্ষ্য করা যায় সেই সব পরিবর্তন আগেই ঘটে যায়। এমন অবস্থাকে "দ্রুত যৌবন লাভ" (Precocious Puberty) বলে।

বিলম্ব যৌবন লাভ ঃ

কোন মেয়ের ১৭ বছরের মধ্যে মাসিক শুরু না হলে অথবা কোন ছেলের ২০ বছরের বয়সের মধ্যে অন্ডকোষের (টেসটিস) পরিপক্কতা না ঘটলে, সেই অবস্থাকে "বিলম্বে যৌবন লাভ" বলে।

কৈশোরকালীন অপুষ্টি ও রক্তস্বল্পতা

কৈশোরকালীন পুষ্টির গুরুত্ব

- এ সময়ে দেহের দ্রুত বৃদ্ধিসাধন হয়। দেহের মোট উচ্চতার ২০% এবং মোট ওজনের ৫০% বৃদ্ধি পায়।
- পুষ্টি কর্মক্ষমতা বৃদ্ধি করে, কাজ করার সামর্থ্য জোগায় এবং ধৈর্য ও সহিষ্ণু হতে সহায়তা করে।
- কৈশোরকালীন পুষ্টি ভবিষ্যতের জন্য তাদের নিজেদের সুস্থ-কর্মদক্ষ এবং সুনাগরিক হিসাবে গড়ে তুলতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

পুষ্টিজনিত সমস্যাসমূহ

- প্রোটিন এনার্জিজনিত অপুষ্টি।
- আয়োডিন ঘাটতি জনিত সমস্যা।
- আয়রণ ঘাটতিজনিত রক্তস্বল্পতা।
- ফলেটজনিত ঘাটতি।
- ক্যালসিয়ামজনিত ঘাটতি।

কৈশোরকালীন অপুষ্টির ক্ষতিকর প্রভাব-

- দৈহিক বৃদ্ধিসাধন ও মানসিক পূর্ণতা প্রাপ্তিতে বিলম্ব ঘটায়। সার্বিক জনগোষ্ঠিতে-এর যথেষ্ট প্রভাব পড়ে।
- অপুষ্টিতে আক্রান্ত ছেলে-মেয়েদের প্রজনন স্বাস্থ্য বিঘ্নিত হয়।
- বামনত্ব ও বিলম্বে শারীরিক পূর্ণতা প্রাপ্তি কিশোর-কিশোরীদের জন্য অত্যন্ত ঝুঁকিপূর্ণ।
- কাজ করার ক্ষমতা হ্রাস করে এবং তাদের মানবিক ও সামাজিক দায়িত্ব-বোধ এবং কষ্ট সহিষ্ণু গুনাবলী ব্যাহত করে।

কৈশোরকালীন দৈনন্দিন খাদ্যের চাহিদা -

খাদ্য উপাদান	মেয়ে		ছেলে	
বয়স	১১-১৪ বছর	১৫-১৮ বছর	১১-১৪ বছর	১৫-১৮ বছর
শক্তি/Energy (কিঃ ক্যালঃ)	২২০০	২২০০	২৫০০	৩০০০
আমিষ (গ্রাম)	৪৬	৪৪	৪৫	৫৯
আয়রণ (মিঃ গ্রাঃ)	১৫	১৫	১২	১২
ক্যালসিয়াম (মিঃ গ্রাঃ)	১২০০	১২০০	১২০০	১২০০
জিংক (মিঃ গ্রাঃ)	১২	১২	১৫	১৫
ভিটামিন এ (গ্রাঃ আর ই)	৮০০	১০০০	৮০০	১০০০
ভিটামিন ডি (গ্রাম)	১০	১০	১০	১০
ভিটামিন সি (মিঃ গ্রাঃ)	৫০	৬০	৫০	৬০
ফলিক এসিড (মাঃ গ্রাঃ)	১৫০	১৮০	১৫০	২০০

কৈশোরকালীন খাদ্য ও পুষ্টি ঃ

- শারীরিক বৃদ্ধির জন্য আমিষ জাতীয় খাবার (মাছ, মাংশ, ডিম, দুধ, ডাল, সয়াবিন ইত্যাদি) ও প্রচুর আয়রণ (কচুশাক, লাউশাক, পাটশাক, লালশাক, গুড়, ডিম, শুটকিমাছ, কলিজা ইত্যাদি) এবং ক্যালসিয়াম সমৃদ্ধ (গুড়, ডিম, দুধ, শুটকিমাছ, কাটাসহ ছোট মাছ ইত্যাদি) খাবারের প্রয়োজন।
- গাঢ় সবুজ রং এর শাকসবজি, হলুদ ফলমূল যেমন মিষ্টি কুমড়া, গাজর, পাকা পেঁপে, পাকা আম, কাঁঠাল ইত্যাদি যাতে প্রচুর পরিমাণ ভিটামিন “এ” থাকে।
- গাঢ় শাকসবজি ও টক জাতীয় ফল যেমন পেয়ারা, আমড়া, আমলকি, লেবু ইত্যাদি যাতে প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন সি থাকে।

- বড় মাছের তেল, দুধ ও দুধ জাতীয় খাবার এবং সূর্যের আলো যাতে প্রচুর পরিমাণ ভিটামিন ‘ডি’ থাকে।

পাঠ-২
বয়ঃসন্ধিকালীন প্রজনন স্বাস্থ্য

বাংলাদেশের মোট জনসংখ্যার প্রায় ৩ ভাগের ১ ভাগ হলো কিশোর-কিশোরী । বাংলাদেশের জনসংখ্যার বয়স কাঠামোতে বয়ঃসন্ধিকালীন জনগোষ্ঠীর আধিক্য একটি উল্লেখযোগ্য বৈশিষ্ট্য যা জনসংখ্যা বৃদ্ধির অন্যতম প্রধান

কারণ। বাংলাদেশের বয়ঃসন্ধিকালীন (Adolescents) জনগোষ্ঠীর জন্য স্বাস্থ্য সেবা সুবিধা অত্যন্ত সীমিত। শৈশবের ঝুঁকি কাটিয়ে উঠার পর এদেরকে সাধারণতঃ সুস্থ বলে ধারণা করা হয় এবং তাদের স্বাস্থ্য ও মানসিক সমস্যার প্রতি অভিভাবক ও স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীদের মনোযোগ কম থাকে। সামগ্রিকভাবে চিকিৎসা সুবিধা প্রাপ্তির ক্ষেত্রে এই বয়সী মেয়েরা অত্যন্ত অবহেলিত। এছাড়াও পুত্র সন্তানের প্রতি পক্ষপাতিত্ব, শিক্ষার অভাব, পুষ্টিহীনতা, নিম্ন সামাজিক মর্যাদা, ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার প্রতি উদাসীনতা, অল্প বয়সে বিয়ে ও সন্তান ধারণ ইত্যাদি কারণে এই বয়সী মেয়েরা ছেলেদের তুলনায় বেশী স্বাস্থ্য ঝুঁকির সম্মুখীন। এদের প্রজনন স্বাস্থ্যের উন্নতির জন্য প্রজনন স্বাস্থ্য শিক্ষার প্রয়োজন।

কিশোর বয়সীদের প্রজনন স্বাস্থ্য বিষয়ে কর্মসূচীর ভিত্তি

বিদ্যমান প্রজনন সেবার আওতায় এতদিন কিশোর বয়সীদের প্রজনন চাহিদার বিষয়টি প্রধানত উপেক্ষিত হয়েছে। কিশোর বয়সীদের কাছে এমন তথ্য সেবা পৌঁছে দিতে হবে যাতে তারা নিজেদের যৌন অনুভূতি বিষয়ে স্বচ্ছ ধারণা পেতে পারে এবং নিজেদের অবাঞ্চিত গর্ভাবস্থা, যৌনব্যাধি এবং বন্ধ্যাত্বের ঝুঁকি থেকে রক্ষা করতে পারে। যুবতী মা ও তাদের ছেলে মেয়েদের স্বাস্থ্য, নারীর ক্ষমতায়ন এবং জনসংখ্যা বৃদ্ধির হারকে শ্লথগতিসম্পন্ন করে তোলা এ জন্য এইসব প্রচেষ্টা এককভাবেই গুরুত্বপূর্ণ। খুব অল্প বয়সে মা হলে যে মৃত্যুর ঝুঁকি দেখা দেয় তা গড় মৃত্যু হারের চেয়ে অনেক বেশী। অল্প বয়সী মায়েদের সন্তানদের অসুস্থতা ও মৃত্যুর হারও উচ্চ। নারীর শিক্ষাগত, অর্থনৈতিক এবং সামাজিক মর্যাদা বৃদ্ধির ক্ষেত্রে অল্প বয়সের মাতৃত্বের বিষয়টি পৃথিবীর সর্বত্রই এখনো একটি প্রতিবন্ধক হয়ে আছে। অল্প বয়সে বিবাহ এবং সন্তান হলে নারীর শিক্ষা ও কর্মসংস্থানের সুবিধা দারুণভাবে সংকুচিত হয় এবং নারী ও শিশুদের জীবনযাত্রায় সুদূরপ্রসারী ক্ষতিকর প্রভাব পড়ে। অল্প বয়সে সন্তান জন্মদানের অধিকাংশ ঘটনার মূল কারণগুলোর মধ্যে রয়েছে শিক্ষাও অর্থনৈতিক সুবিধার স্বল্পতা এবং যৌন-শোষণ। উন্নয়নশীল এবং উন্নত উভয় ধরনের দেশগুলোতেই কিশোর কিশোরীদের জীবন যাত্রার ধরন বেছে নেয়ার ক্ষেত্রে সামান্যই সুযোগ আছে এবং গর্ভাবস্থায় বা সন্তানের জন্মদান এড়িয়ে চলার জন্য সুযোগ সুবিধার তেমন কোন ব্যবস্থা নেই।

অনেক সমাজে যৌনক্রিয়ায় অংশগ্রহণের জন্য কিশোর বয়সীরা চাপের সম্মুখীন হয়। অল্প বয়সী মহিলা, বিশেষত দরিদ্র কিশোরীরা এমন অবস্থার শিকার হয়। যৌনজীবনে সক্রিয় কিশোর-কিশোরীরা ক্রমবর্ধমান হারে এইচআইভি/এইডসসহ অন্যান্য যৌনব্যাধিতে আক্রান্ত এবং অন্যদের মধ্যে তা ছড়ানোর উচ্চ ঝুঁকি বহন করছে। নিজেদের রক্ষা করার জন্য যতটা তথ্য জানা থাকা দরকার তারা ততটা জানার সুযোগ পায় না। কিশোর কিশোরীদের জন্য গৃহীত কার্যক্রমগুলো সবচেয়ে কার্যকর হয় তখনই যখন বয়ঃসন্ধিকালীন ছেলে-মেয়েরা নিজেদের প্রজনন ও যৌন স্বাস্থ্যর চাহিদাগুলোকে বুঝতে পেরে কার্যক্রমে পূর্ণাঙ্গভাবে অংশ নিতে পারে।

বয়ঃসন্ধিকালীন গুরুত্বপূর্ণ কয়েকটি শারীরিক ও মানসিক সমস্যা ঃ

বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর-কিশোরীদের বেশ কিছু শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন ঘটে থাকে। এই সমস্ত শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তনকালে কিশোর-কিশোরীরা অনেকে সময় নানা ধরনের সমস্যার সম্মুখীন হয় যার অধিকাংশই মানসিক ও স্বাস্থ্যগত সমস্যা। বয়ঃসন্ধিকালীন গুরুত্বপূর্ণ কয়েকটি শারীরিক ও মানসিক সমস্যা নিম্নে উল্লেখ করা হল ঃ

- অপুষ্টি বিশেষ করে আয়রণ এবং আয়োডিনজনিত ঘাটটি
- অল্প বয়সে বিবাহ এবং অনাকাংখিত গর্ভধারণ
- মাসিক জনিত সমস্যা
- কম বয়সে ঝুঁকিপূর্ণ গর্ভধারণজনিত কারণে মাতৃমৃত্যু
- গর্ভপাতজনিত জটিলতার সৃষ্টি সমস্যা
- প্রতিরোধহীন যৌন আচরণের কারণে প্রজনন তন্ত্রের সংক্রমণ (RTI) এবং যৌনবাহিত রোগের সংক্রমণ (STD)
- মাদক দ্রব্যের নেশায় আসক্ত হওয়া
- দূর্ঘটনা সহিংসতা এবং যৌন নিপীড়নের শিকার হওয়া
- সাধারণ সংক্রামক নয় এমনসব রোগে আক্রান্ত হওয়া
- ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য সম্পর্কে তথ্য, শিক্ষা ও সেবার অভাব।

বাংলাদেশের স্বাস্থ্য ব্যবস্থা এবং বয়ঃসন্ধিকালে প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা ঃ

আমাদের দেশের স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় ইতিপূর্বে মূলতঃ মা ও শিশু স্বাস্থ্য ভিত্তিক ছিল। কিশোর-কিশোরীদের স্বাস্থ্য সেবা প্রদান সুবিধা অত্যন্ত সীমিত এবং তাদের স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্রে আগমনের হার ও অত্যন্ত নগন্য। এছাড়া সেবা প্রদানকারীগণও কিশোর-কিশোরীদেরস্বাস্থ্য সমস্যা এবং তাদের সেবা প্রদান সম্পর্কে তেমনভাবে জানেন না।

বাংলাদেশ সরকার স্বাস্থ্য ও জনসংখ্যা কর্মসূচীতে বয়ঃসন্ধিকালীন জনগোষ্ঠীর স্বাস্থ্যসেবা (Adolescents Health Care) প্রদানকে গুরুত্ব প্রদান করা হয়েছে এবং তা স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরাধীন প্রজনন স্বাস্থ্য কর্মসূচিতে একটি গুরুত্বপূর্ণ কার্যক্রম হিসাবে অন্তর্ভূক্ত করা হয়েছে। বয়ঃসন্ধিকালীন জনগোষ্ঠীর স্বাস্থ্য সেবা (Adolescents Health Care) এর মূল উদ্দেশ্য হচ্ছে

ক) কিশোর কিশোরীদের জন্য স্বাস্থ্য, বিশেষ করে প্রজনন স্বাস্থ্য (Reproductive Health) সম্পর্কে প্রয়োজনীয় তথ্য ও শিক্ষা প্রদান।

খ) কিশোরীদের বিশেষ কিছু স্বাস্থ্য সমস্যা যথাঃ পুষ্টিহীনতা, রক্তস্বল্পতা, মাসিকজনীত সমস্যা বিশেষ করে মাসিকের সময় তলপেটে ব্যথা (Dysmenorrhoea) এবং প্রজনন তন্ত্রের সংক্রমণ (RTI) ও যৌনবাহিত রোগের সংক্রমণ (STI) চিকিৎসা সুবিধা প্রদান।

কিশোর বয়সে প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় যে সকল কর্তব্য পালন করা যেতে পারে ঃ

১) পিতা-মাতা এবং অন্যান্য আইনসম্মত দায়িত্বপ্রাপ্ত অভিভাবকরা তাদের অধিকার, দায়িত্ব ও কর্তব্যবোধ থেকে কিশোর বয়সীদের যৌন ও প্রজনন সংক্রান্ত বিষয়গুলোর ক্ষেত্রে তাদের বয়স উপযোগী পরিবর্তনের সঙ্গে সঙ্গতি রেখে উপযুক্ত দিকনির্দেশনা ও পরামর্শ দেবেন। স্বাস্থ্যকর্মীদের মাধ্যমে কিশোর বয়সীদের চাহিদার উপযোগী সেবা বা তথ্য লাভে যাতে বাধা না আসে তা নিশ্চিত করা। এই ব্যবস্থা গ্রহণ করতে গিয়ে এবং যৌন নিপীড়ন সমস্যার সমাধানকল্পে কিশোর বয়সীদের ব্যক্তি মর্যাদা, গোপনীয়তা ও শ্রদ্ধা বোধের যাতে হানি না ঘটে, তাদের সম্মতি যাতে অবহিতমূলক হয়, তাদের সাংস্কৃতিক মূল্যবোধ ও ধর্মীয় বিশ্বাসে যাতে আঘাত না লাগে এই সবই নিশ্চিত করতে হবে সেবদানকারীদের।

২) আন্তর্জাতিক সম্প্রদায়ের সহযোগীতায় প্রত্যেক দেশের সরকারের কর্তব্য হচ্ছে কিশোর কিশোরীদের স্বাস্থ্য শিক্ষা, তথ্য এবং পরিচর্যা সংক্রান্ত অধিকারগুলোকে রক্ষা করা ও তুলে ধরা এবং সেই সঙ্গে কিশোরীদের গর্ভবতী হওয়ার ঘটনার সংখ্যা বিপুল হারে হ্রাস করা।

৩) সরকারী সংস্থাগুলোকে আহ্বান জানানো হচ্ছে, যাতে তারা বেসরকারী সংস্থাগুলোর সহযোগীতায় কিশোর বয়সীদের বিশেষ চাহিদা পূরনের ব্যবস্থা গ্রহণ করা। এবং এই জন্য উপযোগী কার্যক্রমের প্রতিষ্ঠা করা। এই ধরনের কার্যক্রমে নারী পুরুষের সম্পর্ক ও সমতা কিশোর-কিশোরীদের প্রতি হিংসাত্মক আচরণ, দায়িত্বশীল যৌন আচরণ, দায়িত্বের সঙ্গে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ, পারিবারিক জীবন, প্রজনন স্বাস্থ্য, যৌনব্যাধি, এইচআইভি সংক্রমণ এবং এইডস প্রতিরোধ বিষয়ে শিক্ষা ও পরামর্শদানের ব্যবস্থা রাখা উচিত। কার্যক্রমে যৌন নিপীড়ন ও চিকিৎসা এবং অন্যান্য প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ও ব্যবস্থা থাকা দরকার। যৌন জীবনে সক্রিয় কিশোর বয়সীদের জন্য বিশেষ পরিবার পরিকল্পনা তথ্য, পরামর্শদান এবং সেবার প্রয়োজন করা। যে সকল কিশোরী গর্ভবতী হবে তাদের জন্য গর্ভাবস্থাকালে এবং শিশু জন্মদানের পর প্রথম দিকে পরিচর্যায় পরিবার এবং জনগোষ্ঠীর বিশেষ সহযোগীতা প্রয়োজন হবে সুতরাং এ ধরনের তথ্য ও সেবা কার্যক্রমের পরিকল্পনা, বাস্তবায়ন এবং মূল্যায়নের ক্ষেত্রে কিশোর-কিশোরীদের অবশ্যই পুরোপুরিভাবে অংশ নেওয়ার ব্যবস্থা করা।

৪) যারা দায়িত্বশীল যৌন এবং প্রজনন আচরণ বিষয়ে কিশোর বয়সীদের দিক নির্দেশনা দেবার জন্য উপযুক্ত কার্যক্রমে তাদেরকে সম্পৃক্ত করা এবং প্রশিক্ষণ দানের ব্যবস্থা করা। বিশেষত পিতামাতা ও

পরিবার, কিশোর কিশোরীদের দিক নির্দেশনা দিবেন। তবে জনগোষ্ঠী, ধর্মীয় প্রতিষ্ঠান, বিদ্যালয়, গণমাধ্যম এবং সংগীদের মাধ্যমেও কিশোর বয়সীরা দিক নির্দেশনা পেতে পারেন। সরকারী এবং বেসরকারী সংস্থাগুলোর এমন কার্যক্রম চালু করা উচিত যেখানে পিতা মাতাকে শিক্ষা দানের ব্যবস্থা থাকবে। এই শিক্ষাদানের উদ্দেশ্য হবে পিতামাতা ও সন্তানদের মধ্যে সমঝোতা বাড়িয়ে তোলা। যাতে পিতা মাতা তাদের শিক্ষার মাধ্যমে শিশুর বেড়ে ওঠার প্রক্রিয়াকে ভালোভাবে বুঝতে পারেন, শিশুকে পরিণত বুদ্ধি হতে বিশেষত যৌন আচরণ এবং প্রজনন স্বাস্থ্যের ক্ষেত্রে সহায়ক ভূমিকা পালন করতে পারেন। এবং উপযোগী পরিবেশে গড়ে তুলতে পারেন।

পাঠ-৩

কৈশোরে প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ, যৌনবাহিত রোগ ও মাদকাসক্তি

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ কি ?

প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ বলতে বিভিন্ন প্রজনন অঙ্গের যে কোন ধরণের সংক্রমণকে বুঝায়।

যৌনরোগ কি ?

অনিরাপদ যৌন আচরণের ফলে সৃষ্ট রোগকে যৌনরোগ বলে।

যৌন সম্পর্কের সূত্রপাত

হরমোনজনিত প্রভাবে কিশোর-কিশোরীদের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তনের সাথে একে অন্যেও প্রতি আসক্ত জন্মে এবং তারা যৌন আচরণের প্রতি আগ্রহী হয়ে পড়ে। তাছাড়া, তাড়াতাড়ি যৌন সন্ধিক্ষণ শুরু হওয়া, বিয়ের বয়স পিছিয়ে যাওয়া, পড়াশুনা বা কাজকর্মে নিয়োজিত না থাকা ইত্যাদি কারণেও যৌন সম্পর্কের সূত্রপাত ঘটতে পারে।

কৈশোরকালীন যৌন রোগের কারণ

এ সময়ে কিশোর-কিশোরীদের প্রজনন স্বাস্থ্য তথা নিরাপদ যৌন আচরণ সম্পর্কে সঠিক তথ্য ও ধারণা না থাকার ফলে তারা বিভিন্ন যৌন রোগের শিকার হয়ে পড়ে। বিশেষ করে কিশোরী মেয়েদের অপরিণত যৌনাঙ্গের কারণে অনিরাপদ যৌন মিলনের ফলে যৌনাঙ্গ ক্ষতিগ্রস্থ হয় এবং যৌনবাহিত রোগের উদ্ভব ঘটে। কখনও কখনও মারাত্মক রোগের লক্ষণ দেখা দিলেও তারা রোগ সম্পর্কে অসচেতন থাকে। এ বিষয়ে বুঝতে পারলেও তারা লোক লজ্জার ভয়ে তা প্রকাশ করে না এবং সঠিক সময়ে চিকিৎসা করায় না। ফলে মারাত্মক স্বাস্থ্য ঝুঁকিতে পড়ে।

কৈশোরকালীন যৌনবাহিত কতিপয় রোগ

এইচআইভি/এইডস, সিফিলিস, গনোরিয়া, ট্রাইকোমোনিয়াসিস, ক্ল্যামাইডিয়া, হারফিস জেনিটেলিয়া ইত্যাদি।

যৌন রোগের লক্ষণসমূহ

- যৌনাঙ্গে খুব চুলকানী হওয়া।
- যৌনাঙ্গ থেকে দুর্গন্ধযুক্ত বা অতিরিক্ত স্রাব বের হওয়া।
- যৌনাঙ্গ থেকে পুঁজ বা পুঁজের মত বের হওয়া।
- প্রস্রাবের সময় জ্বালা-পোড়া হওয়া।
- বার বার প্রস্রাব হওয়া।
- যৌনমিলনে ব্যথা হওয়া।
- যৌনাঙ্গে ব্যথা ছাড়া ক্ষত হওয়া।
- শরীরে চুলকানী ছাড়া ঘামাচির মত দানা হওয়া।
- শরীরে কুচকি বা অন্যান্য স্থানে লসিকাগ্রন্থি ফুলে যাওয়া বা ছোট ছোট গুটি হওয়া।

যৌন রোগের ঝুঁকি/পরিণাম

- যৌনরোগে আক্রান্ত মা মৃত সন্তানের জন্ম দিতে পারে।
- অসময়ে সন্তানের জন্ম বা গর্ভপাত হতে পারে।
- আক্রান্ত মায়ের নবজাতক শিশুর জন্মগত ত্রুটি ও ভবিষ্যতে অন্ধত্ব হতে পারে।
- আক্রান্ত মায়ের জরায়ুর পরিবর্তে প্রজননতন্ত্রের যে কোন অংশে বিশেষ করে ডিম্বনালীতে বাচ্চা বড় হতে পারে।
- আক্রান্ত মহিলার জরায়ুর মুখে ক্যান্সার হতে পারে।
- আক্রান্ত পুরুষের মূত্রনালী সরু হয়ে যেতে পারে।

- মস্তিস্ক, লিভার, হৃৎপিন্ড ইত্যাদি অঙ্গে জটিল রোগ হতে পারে।

যৌনরোগ প্রতিরোধে করণীয়

- সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চলা।
- নিরাপদ যৌন আচরণ করা।
- যৌনরোগী ও যৌন সঙ্গীর (স্বামী/স্ত্রী) একসাথে চিকিৎসা করা।
- চিকিৎসার জন্য অহেতুক লজ্জা বা ভয় না করে অভিজ্ঞ চিকিৎসক ও প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত সেবাদানকারীদের দিয়ে চিকিৎসা করা ।
- চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী সঠিক নিয়ম, পরিমাণও নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত ঔষধ খাওয়া।
- সম্পূর্ণ সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত যে কোন ধরনের যৌন সম্পর্কের ক্ষেত্রে কনডম ব্যবহার করা।

কিশোর-কিশোরীদের মাদকাসক্তি

মাদকাসক্তি কি ?

কোন কিশোর-কিশোরী যখন মাদকদ্রব্য গ্রহণে অভ্যস্ত হয়ে পড়ে এবং এসব দ্রব্য গ্রহণ ব্যতিরেকে চলতে পারেনা অর্থাৎ এসব দ্রব্যের উপর নির্ভরশীল হয়ে পড়ে তখন এ অবস্থাকে মাদকাসক্তি বলে। মাদকদ্রব্য গ্রহণে শারীরিক ও মানসিক অবসন্নতা আসে বা কোন কোন ক্ষেত্রে স্নায়ুবিক উত্তেজনা সৃষ্টি করে।

মাদকদ্রব্যসমূহ

বিড়ি, সিগারেট, পান, জর্দা-সাদা, গুল, মদ, গাঁজা, আফিম, ভাং, ফেন্সিডিল, হেরোইন, পেথেডিন, ইয়াবা ইত্যাদি।

মাদকাসক্তির কারণ

- পরিবার ও স্কুলের প্রতিকূল পরিবেশ।
- পিতা-মাতা কর্তৃক তাদের সন্তান ও সন্তানের সহপাঠী বন্ধু-বান্ধব সম্পর্কে খোঁজ-খবর না রাখা।
- ঝুঁকিপূর্ণ আচরণের ক্ষতিকর প্রভাব বিষয়ে কিশোর-কিশোরীদের সাথে তাদের অভিভাবক ও শিক্ষকগণের খোলামেলা আলোচনা না করা।
- কিশোর-কিশোরীদের ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ সম্বন্ধে সঠিক তথ্য না পাওয়া।
- অশ্লীল সিনেমা দেখে, বই পড়ে, ভূল তথ্য পেয়ে ভূল পথে পরিচালিত হওয়া।

- স্কুল কারিকুলামে ঝুঁকিপূর্ণ আচরণের কুফল সম্বন্ধে কোন তথ্য না থাকা।
- প্রচার মাধ্যম বিশেষ করে রেডিও-টিভিতে ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ-সংক্রান্ত পর্যাপ্ত তথ্য না থাকা।
- নৈতিক শিক্ষার অভাব ও নতুন অভিজ্ঞতা লাভের আশা।
- মাদকদ্রব্যের প্রতি কৌতূহল ও বেপরোয়া মনোভাব
- সহজ আনন্দ লাভের বাসনা
- মাদকদ্রব্যের সহজলভ্যতা
- পরিবারে মাদকদ্রব্যের ব্যবহার
- পারিবারিক কলহ ও অশান্তি
- বেকারত্ব, আর্থিক অনটন ও জীবনের প্রতি হতাশা

মাদকাসক্তির কূফল

১। মানসিক-উত্তেজনা, চরম অবসাদ, উচ্ছৃঙ্খল আচরণ, অসংলগ্ন ব্যবহার, আত্মহত্যার প্রবণতা ইত্যাদি পরিলক্ষিত হয়।

২। শারীরিক- ক্ষয় রোগ, রক্ত দূষণ, কর্মক্ষমতা হ্রাস, অনিদ্রা, পেটে ব্যথা, ক্ষুধা মন্দা, স্নায়বিক দুর্বলতা ইত্যাদি দেখা যায়।

৩। সামাজিক- জীবনের প্রতি হতাশা, কাজে অনীহা, পারিবারিক অশান্তি, অপরাধ প্রবণতা, সমাজের ঘৃন্য ব্যাক্তি হিসেবে গন্য ইত্যাদি।

৪। আর্থিক- সর্বস্বান্ত পরিবার পরিজনকে অনটনে ফেলা, চুরি, ডাকাতি, রাহাজানির প্রবণতা বৃদ্ধি, বন্ধু বান্ধবদের কাছে হাত পাতা,চিকিৎসার জন্য অনেক ব্যয়, শেষ বয়সে অতি কষ্টে ও নিঃসঙ্গ জীবন যাপন ইত্যাদি।

৫। সংক্রমণের ঝুঁকি- মাদকদ্রব্য গ্রহণের ফলে এইচআইভি/এইডস্ ও এসটিআই এর সংক্রমণের ঝুঁকি বহুগুনে বেড়ে যায়। কিছু কিছু মাদক দ্রব্য ইনজেকশনের মাধ্যমে শিরায় গ্রহণ করা হয়। মাদক গ্রহণকারীরা সাধারণত একই সুই দিয়ে একসাথে অনেক মাদক গ্রহণ করে যার ফলে তাদের কারোর মধ্যে এইচআইভি/এইডস্ ও এসটিআই এর ভাইরাস থাকলে তা অন্যদের মধ্যে দ্রুত ছড়ায়। বর্তমানে বাংলাদেশে ইনজেকশনের মাধ্যমে শিরায় মাদক গ্রহণকারীদের মধ্যে এইচআইভি পজিটিভের সংখ্যা সবচেয়ে বেশী।