গোদরোগে যত্ন নিলে বিকলাঙ্গতা থেকে মুক্তি মেলে

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

DGHS, MOH&FW

lepra
We will beat leprosy together

World Health Organization
Bangladesh

UKaid

ASCEND
Accelerating Sustainable Control and Elimination of Neglected Tropical Diseases

ভূমিকা

বাংলাদেশে বর্তমানে প্রধানত ১৯টি জেলা ফাইলেরিয়া/গোদরোগ অধ্যুষিত, যেখানে ৩০ থেকে ৪০ হাজার লোক গোদরোগে ভুগছে। মূলত কমিউনিটি হেলথ কেয়ার প্রোভাইডার (সি এইচ সি পি) গণ এই ফ্লিপ চার্টের মাধ্যমে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার গাইড লাইন অনুযায়ী গোদরোগ ব্যবস্থাপনায় নূন্যতম সেবা প্রদান করবেন। যাঁরা এই ফ্লিপচার্টটি তৈরিতে অক্লান্ত পরিশ্রম করেছেন তাঁদের প্রতি আমাদের কৃতজ্ঞতা জানাই।

সরকারের ফাইলেরিয়াসিস নির্মূল, কৃমি নিয়ন্ত্রণ ও ক্ষুদে ডাক্তার কর্মসূচী ও লেপ্রা বাংলাদেশের তত্ত্বাবধানে এবং অ্যাসেন্ড বাংলাদেশ, ইউকে এইড (UKaid) এর সহযোগিতায় এই ফ্লিপচার্টটি মুদ্রিত হলো।

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

DGHS.MOH&FW BANGLADESH

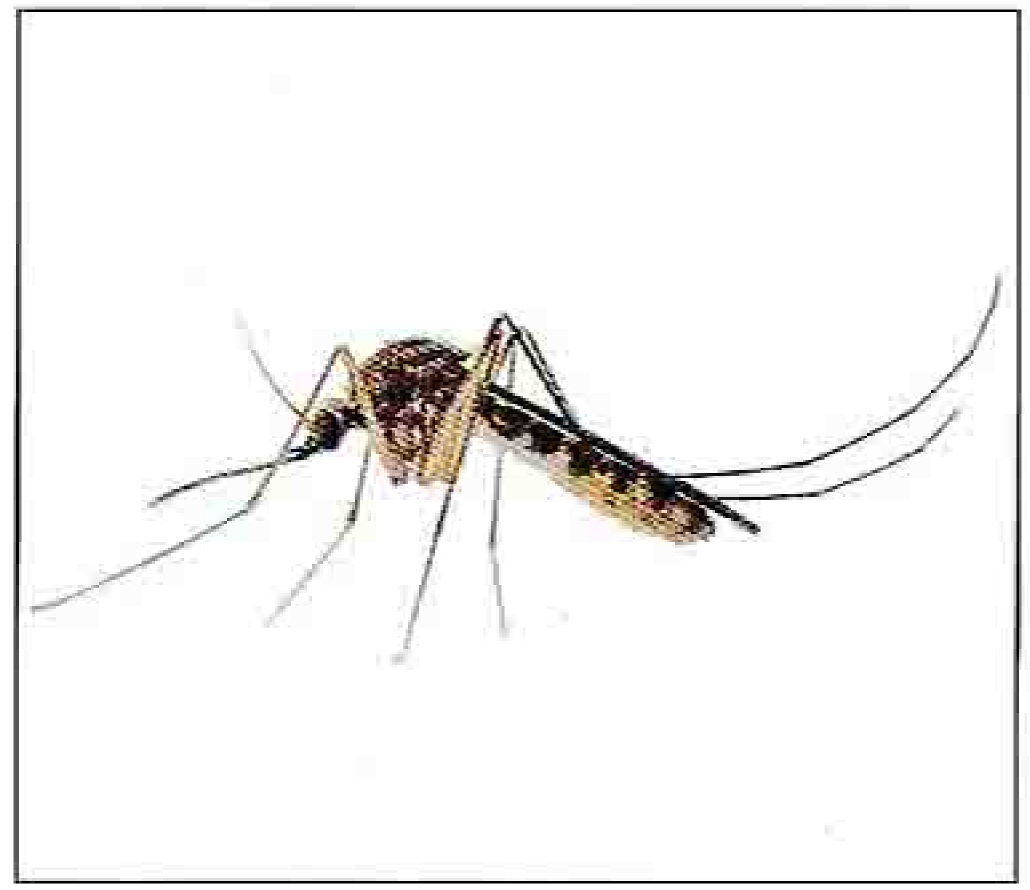
lepra We will beat leprosy together

World Health Organization Bangladesh

UKaid ASCEND Accelerating Sustainable Control and Elimination of Neglected Tropical Diseases

গোদরোগ

গোদরোগের ছবি



কিউলেক্স মশা

গোদরোগ কী?

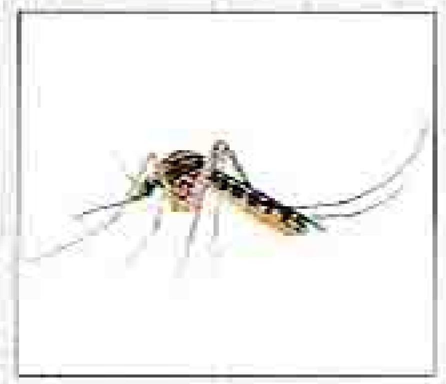
গোদরোগ একটি বাহক বাহিত সংক্রামক ব্যাধি। ফাইলেরিয়া পরজীবি শরীরে প্রবেশ দ্বারা এ রোগের সৃষ্টি হয়।

গোদরোগ কীভাবে ছড়ায়?

গোদরোগের পরজীবি একজন রোগী হতে আরেকজন সুস্থ লোকের শরীরে মশার মাধ্যমে ছড়ায়।

গোদরোগ

গোদরোগের ছবি



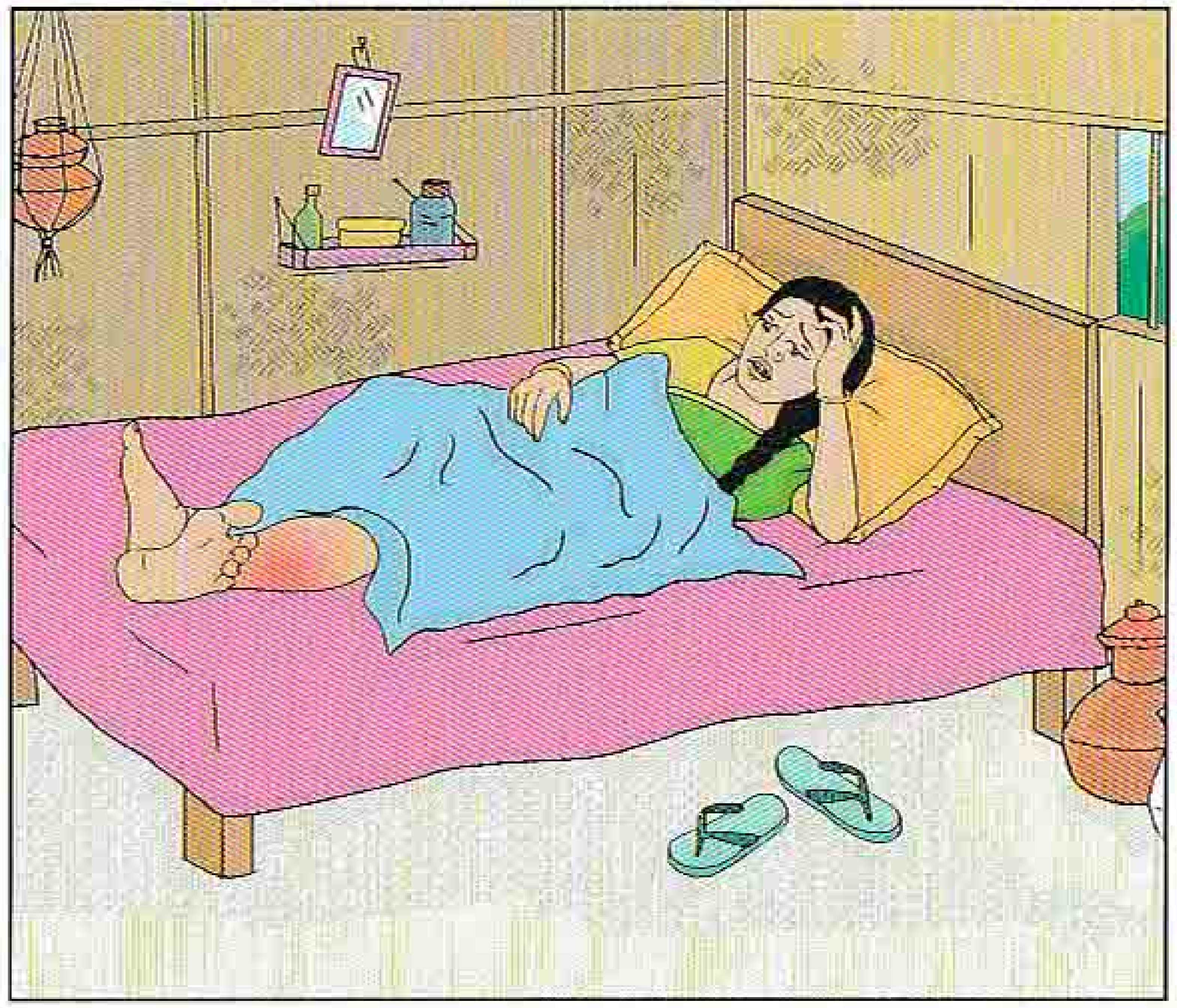
কিউলেক্স মশা

গোদরোগের লক্ষণ

লক্ষণহীন

ছত্রাক

দীর্ঘমেয়াদী



গোদরোগে আক্রান্ত অঙ্গে তীব্র লক্ষণ

গোদরোগের লক্ষণ কী কী হতে পারে?

এই রোগের লক্ষণ চার ভাবে প্রকাশ পেতে পারে:

১. **লক্ষণহীন:** এই পরজীবী দেহে প্রবেশের পর কারো কারো ক্ষেত্রে ৩ হতে ৫ বছরেও কোন লক্ষণ প্রকাশ পায় না। এই অবস্থাকে লক্ষণহীন অবস্থা বলা হয়।

২. **তীব্র লক্ষণ:** কারো কারো ক্ষেত্রে তীব্রভাবে এই রোগের লক্ষণ প্রকাশ পায়। যেমন– ত্বকে প্রদাহ, ব্যথা, চুলকানো, লাল ও চাকা চাকা হয়ে যাওয়া, জ্বর, কাশি, শ্বাসকষ্ট ইত্যাদি।

৩. **দীর্ঘমেয়াদী লক্ষণ:** গোদরোগ কোন কোন ক্ষেত্রে দীর্ঘমেয়াদী বা আজীবনের রোগে রূপান্তরিত হতে পারে। লক্ষণহীন বা তীব্র লক্ষণ এর পর ৩ বা ৫ বছর এমন কি ২০ বছর পর আক্রান্ত অঙ্গ মোটা হয়ে বিকৃত হতে পারে। দীর্ঘমেয়াদী রোগে সাধারণত হাত, পা, অন্ডকোষ, যৌনাঙ্গ, স্তন ফুলে বিকৃত হয়ে যায়। গোদরোগ অধ্যুষিত এলাকায় অন্ডকোষ বড় হওয়াও এই রোগের অন্যতম লক্ষণ হতে পারে। আক্রান্ত অঙ্গ ফুলে কোন কোন ক্ষেত্রে বিকলাঙ্গতা দেখা যেতে পারে।

৪. **দীর্ঘমেয়াদী রোগে তীব্র লক্ষণ:**
কিছু কিছু দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীর আক্রান্ত অঙ্গে তীব্র লক্ষণ দেখা যেতে পারে। হঠাৎ প্রদাহ হয়ে ত্বক লাল হওয়া, প্রচন্ড জ্বর, মাথা ব্যথা ইত্যাদি দেখা দিতে পারে।

গোদরোগের পর্যায়

১ম পর্যায়

২য় পর্যায়

৩য় পর্যায়

৪র্থ পর্যায়

৫ম পর্যায়

৬ষ্ঠ পর্যায়

৭ম পর্যায়

গোদরোগের পর্যায়গুলো কী কী?

গোদরোগের অবস্থাসমূহকে সাতটি পর্যায়ে ভাগ করা যেতে পারে।

১ম পর্যায়: এটি শুরুর দিকের অবস্থা; আক্রান্ত ফোলা অংশটি সামান্য ফুলে যায় এবং বিশ্রাম নিলে পূর্বাবস্থায় ফিরে যায়।

২য় পর্যায়: এটি গোদ রোগের ২য় পর্যায়; আক্রান্ত অংশটি আরও ফুলে যায় এবং স্বাভাবিক অবস্থায় আর ফিরে আসে না।

৩য় পর্যায়: এই পর্যায়ে আক্রান্ত অংশটি আরও ফুলে যায় এবং ফোলা অংশটির ত্বকে হালকা ভাঁজ দেখা যায়।

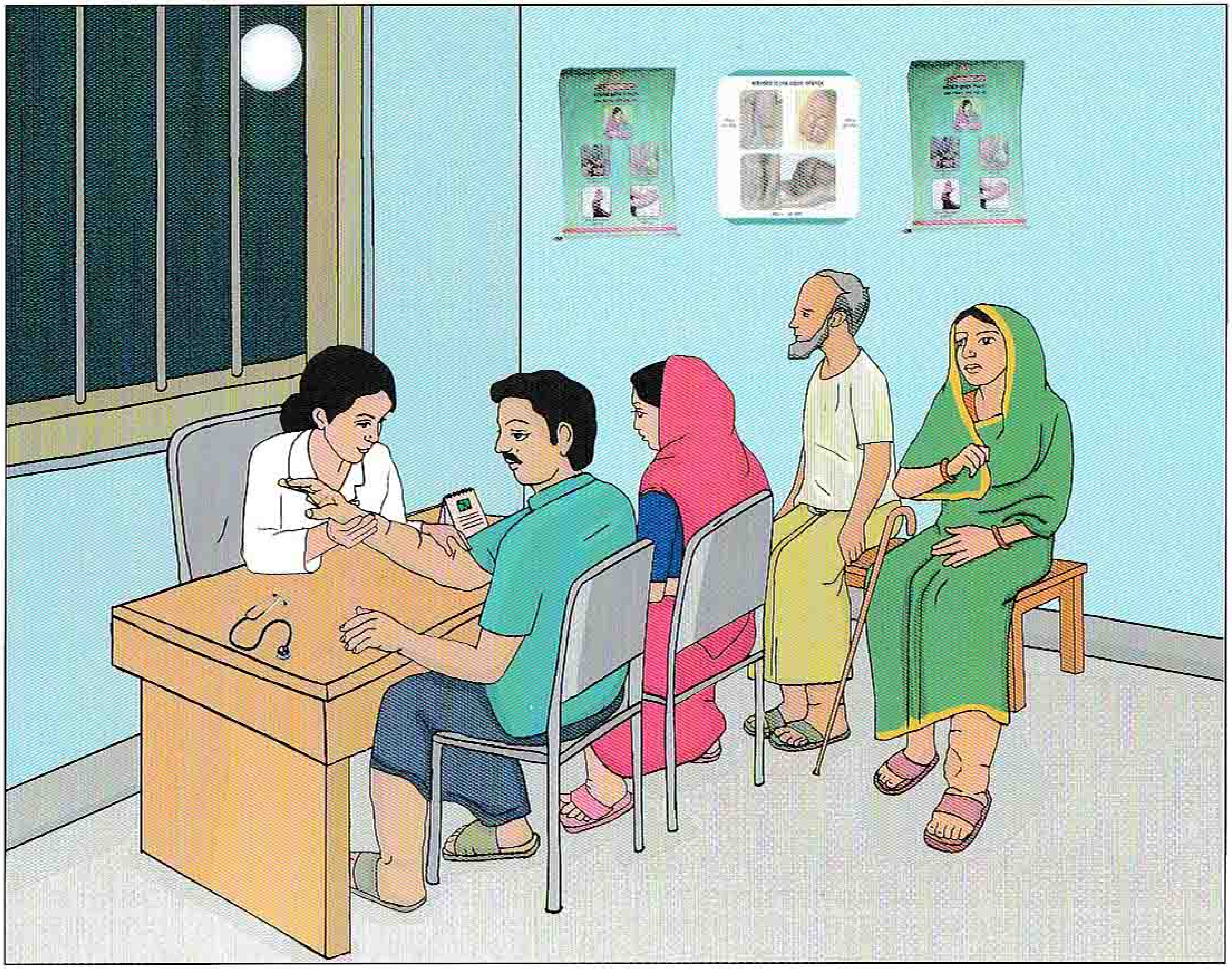
৪র্থ পর্যায়: আক্রান্ত অংশটি আরও ফুলে যায় এবং ত্বকে হালকা ভাঁজ সহ ছোট ছোট গুটি দেখা যায়।

৫ম পর্যায়: আক্রান্ত অংশের ত্বকে গভীর ভাঁজ দেখা যায়।

৬ষ্ঠ পর্যায়: রোগীর পায়ের ত্বকে গভীর ভাঁজসহ বিশেষ করে আঁচিল বা পিন্ড দেখা দেয় এবং ত্বক অমসৃণ হয়ে এক ধরনের বিকৃতি সৃষ্টি করে।

৭ম পর্যায়: আক্রান্ত অঙ্গ ফুলে এমন অবস্থা হয় যখন রোগী অন্যের সহযোগিতা ছাড়া দৈনন্দিন স্বাভাবিক হাঁটাচলা, গোসল, রান্না ইত্যাদি করতে পারে না এবং মারাত্মক বিকলাঙ্গতার সৃষ্টি করে।

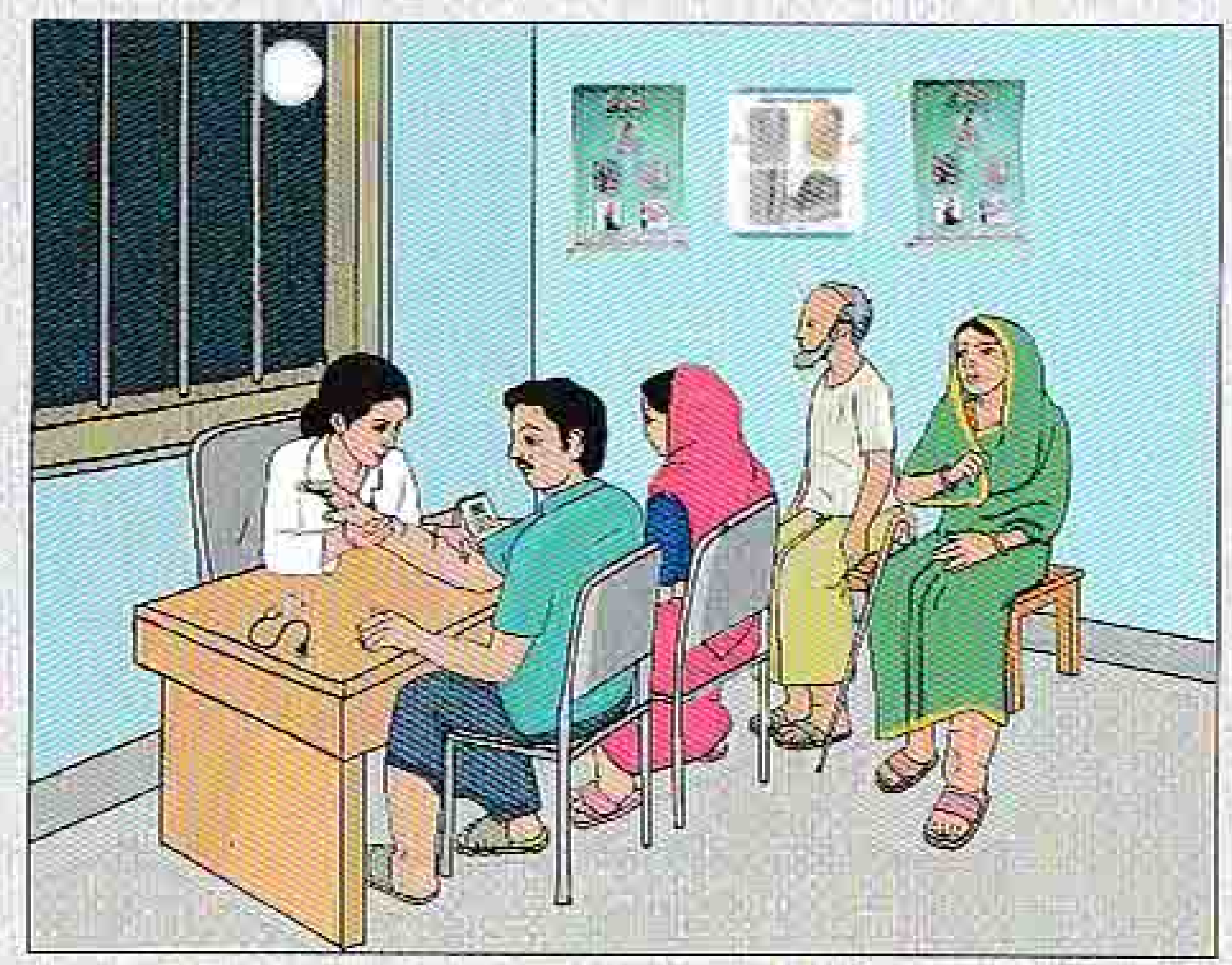
গোদরোগ শনাক্তকরণের উপায়



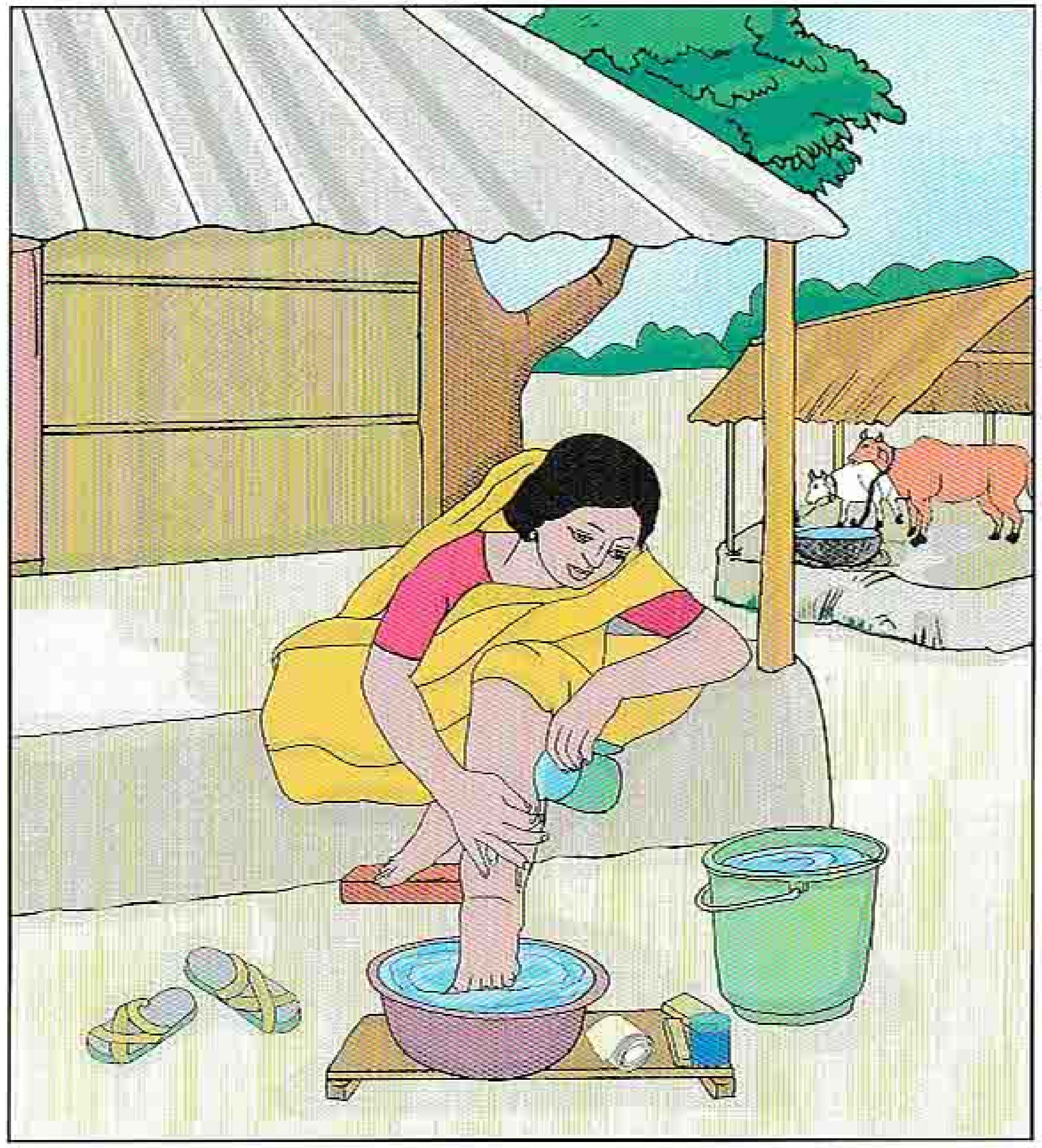
গোদরোগ শনাক্তকরণের উপায়

রোগের লক্ষণ ও উপসর্গের ওপর ভিত্তি করে গোদরোগ শনাক্ত করা যেতে পারে। তবে প্রাথমিক পর্যায়ে রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমেও এই রোগ শনাক্ত করা হয়ে থাকে। কিন্তু দীর্ঘমেয়াদী গোদ রোগের রক্ত পরীক্ষা করে শনাক্ত সম্ভব নাও হতে পারে।

গোদরোগ শনাক্তকরণের উপায়



গোদরোগের ব্যবস্থাপনা ও বিকলাঙ্গতা প্রতিরোধ



নিজের পরিচর্যা

স্বাস্থ্যকেন্দ্রে পরিচর্যা প্রশিক্ষণ

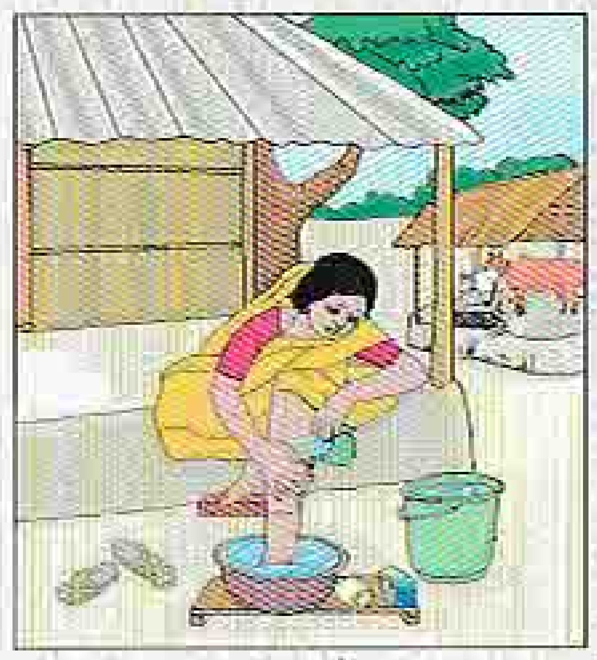
গোদরোগের ব্যবস্থাপনা ও বিকলাঙ্গতা প্রতিরোধ

আক্রান্ত অঙ্গে সংক্রমণ ও পচন এবং আরও বিকলাঙ্গতা প্রতিরোধ এবং স্বাভাবিক জীবন যাপনের লক্ষ্যে গোদরোগের ন্যূনতম ব্যবস্থাপনা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এই ন্যূনতম পরিচর্যার অংশগুলো হচ্ছে:

- আক্রান্ত অঙ্গের দৈনন্দিন পরিচর্যা।
- আক্রান্ত অঙ্গের জন্য প্রযোজ্য ব্যায়াম।
- জীবন যাপনে প্রয়োজনীয় পরিবর্তন।
- আরামদায়ক জুতা পরিধান।

সরকার বাংলাদেশে কমিউনিটি ক্লিনিকের মাধ্যমে গোদরোগ ব্যবস্থাপনার কার্যক্রম গ্রহণ করেছে। প্রতি মঙ্গলবার গোদরোগীদের নিকটস্থ কমিউনিটি ক্লিনিকে এসে পরামর্শ, আক্রান্ত অঙ্গের পরিচর্যা, আক্রান্ত অঙ্গের জন্য প্রযোজ্য ব্যায়াম এবং বাড়িতে করণীয় সম্বন্ধে জানবেন। গোদ রোগের ন্যূনতম ব্যবস্থাপনা মানসম্মত এবং টেকসই করার জন্য স্বাস্থ্য সেবাদানকারীদের প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণসহ গোদরোগ ব্যবস্থাপনার উপাদান সরবরাহের ব্যবস্থা করা হয়েছে। গোদরোগীদের প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ দিলে রোগীরা বেশিরভাগ ক্ষেত্রে নিজের যত্ন নিজে নিতে পারে এবং অন্যকেও সাহায্য করতে পারে।

গোদরোগের ব্যবস্থাপনা ও বিকলাঙ্গতা প্রতিরোধ

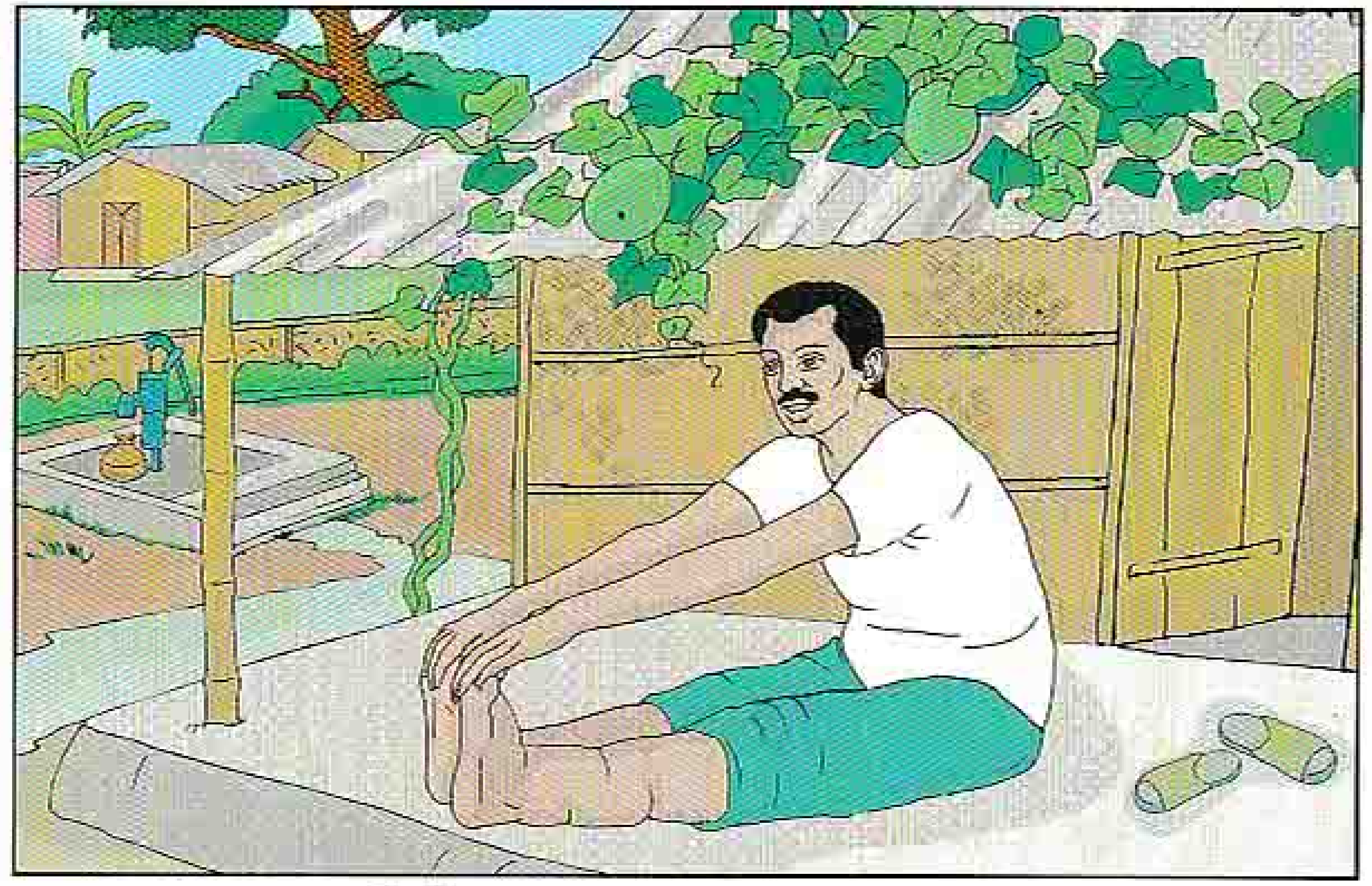


নিজের পরিচর্যা

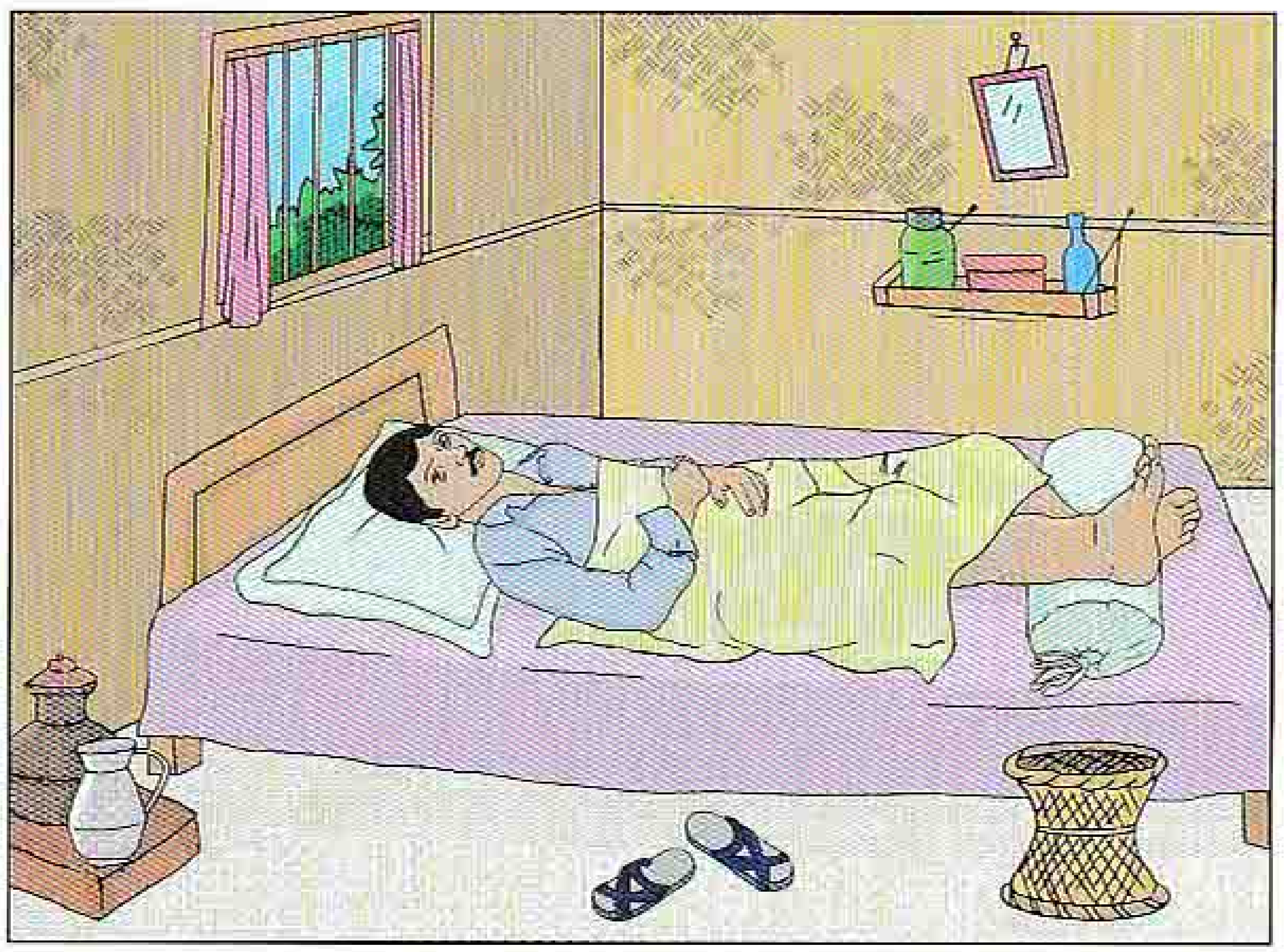
স্বাস্থ্যকেন্দ্রে পরিচর্যা প্রশিক্ষণ

নিজের পরিচর্যা

রোগীর পা নিজেই পরিস্কার করছেন



প্রতিদিন হালকা ব্যায়াম করতে হবে



শোবার সময় আক্রান্ত পা কিছুটা উপরে তুলে রাখতে হবে

কাজের সময় আক্রান্ত পা কিছুটা উপরে তুলে রাখতে হবে

দৈনন্দিন নিজের পরিচর্যা

১. প্রতিদিন অন্তত দুইবার সাবান পানি দিয়ে আক্রান্ত অঙ্গ পরিষ্কার করতে হবে।

২. পরিষ্কার নরম টুকরা কাপড় দিয়ে প্রতিটি ভাঁজ এবং আঙ্গুলের ফাঁক ভালভাবে পরিষ্কার করতে হবে।

৩. এমন ভাবে ঘষাঘষি করা যাবে না যাতে ত্বকে কোন ক্ষতের সৃষ্টি হয়।

৪. শুকানোর পর আক্রান্ত স্থানে সরিষা, নারিকেল বা গায়ে দেয়ার তেল মালিশ করলে চামড়া সুস্থ রাখতে সহায়ক হতে পারে।

৫. রোগী যদি নিজে না করতে পারে তাহলে আত্মীয় কিংবা প্রতিবেশী তাকে সাহায্য করতে পারে; মনে রাখতে হবে গোদরোগ ছোঁয়াচে নয়।

৬. যদি আঙ্গুলের ফাঁকে বা ত্বকে ক্ষত থাকে তবে চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী ছত্রাকনাশক/জীবাণুনাশক মলম লাগাতে হবে।

৭. প্রতিদিন অন্তত ৩ বার আক্রান্ত অঙ্গের হালকা ব্যায়াম করতে হবে; এতে আক্রান্ত পায়ের লসিকা সঞ্চালনের উন্নতি হবে এবং হাঁটাচলা সহজ হবে।

৮. এছাড়াও কাজকর্মের সময় বা শোবার সময় আক্রান্ত পা শরীরের চেয়ে যতটা সম্ভব কিছুটা উপরে তুলে রাখতে হবে। তাতে পা ফোলা আর বাড়বে না এবং দৈনন্দিন কাজকর্ম করা অনেকটা সহজ হবে।

আরামদায়ক জুতা/স্যান্ডেল

আরামদায়ক জুতা/স্যান্ডেল পরতে হবে

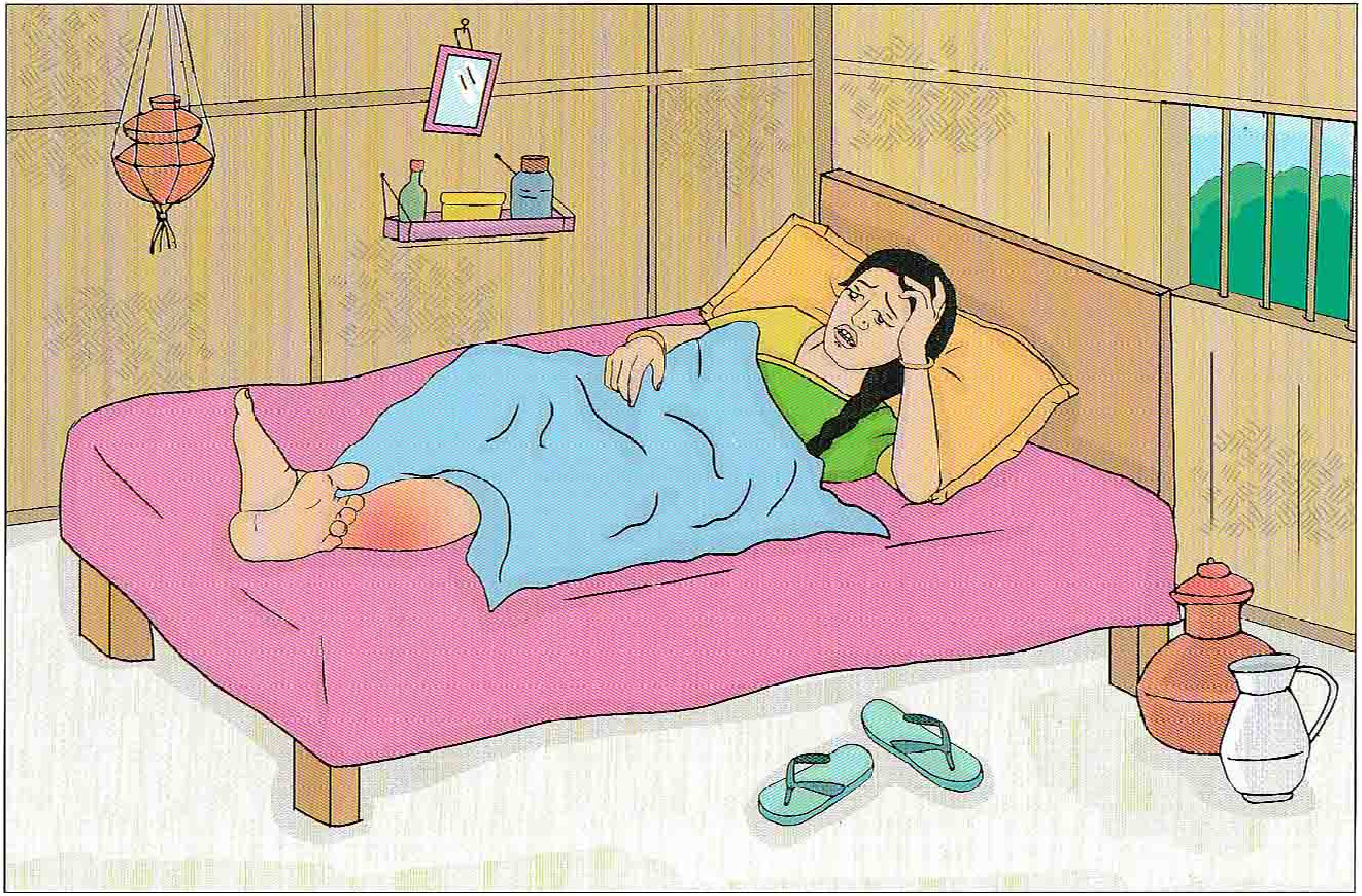
১. আক্রান্ত পায়ে যাতে ধুলোবালি না লাগে বা পায়ের আঙ্গুলের ফাঁকে আঘাত না লাগে সে জন্য আরামদায়ক স্যান্ডেল/জুতা ব্যবহার করতে হবে।

২. যাতে আঙ্গুলের ফাঁকে বাতাস চলাচল করতে পারে সে জন্য খোলামেলা স্যান্ডেল/জুতা ব্যবহার করতে হবে

৩. অ্যাসেন্ড বাংলাদেশ প্রায় ৩০ হাজার স্যান্ডেল/জুতা গোদরোগীদের প্রদান করবে।

আরামদায়ক জুতা/স্যান্ডেল

দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীদের তীব্র লক্ষণ

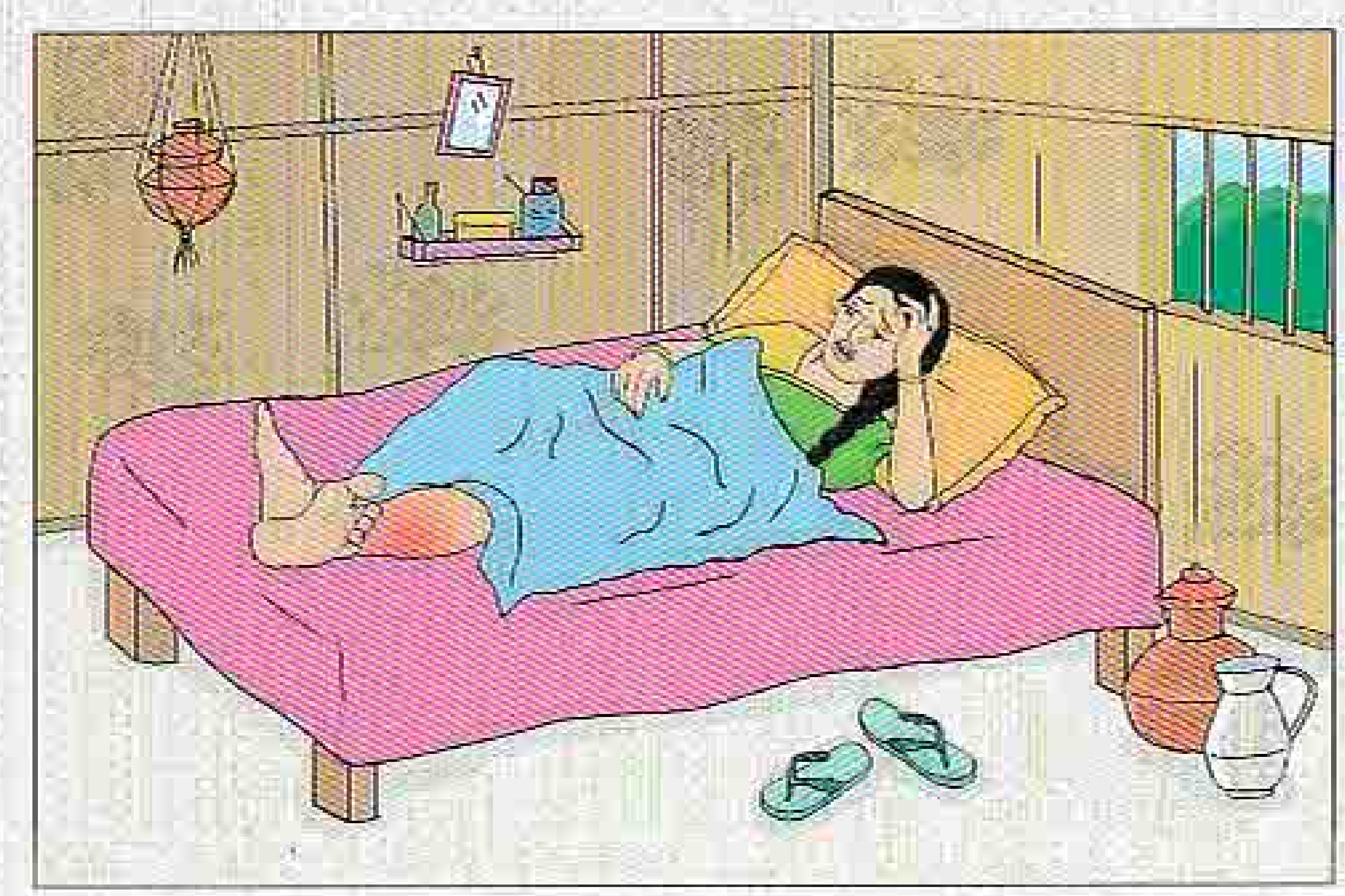


দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীদের তীব্র লক্ষণ

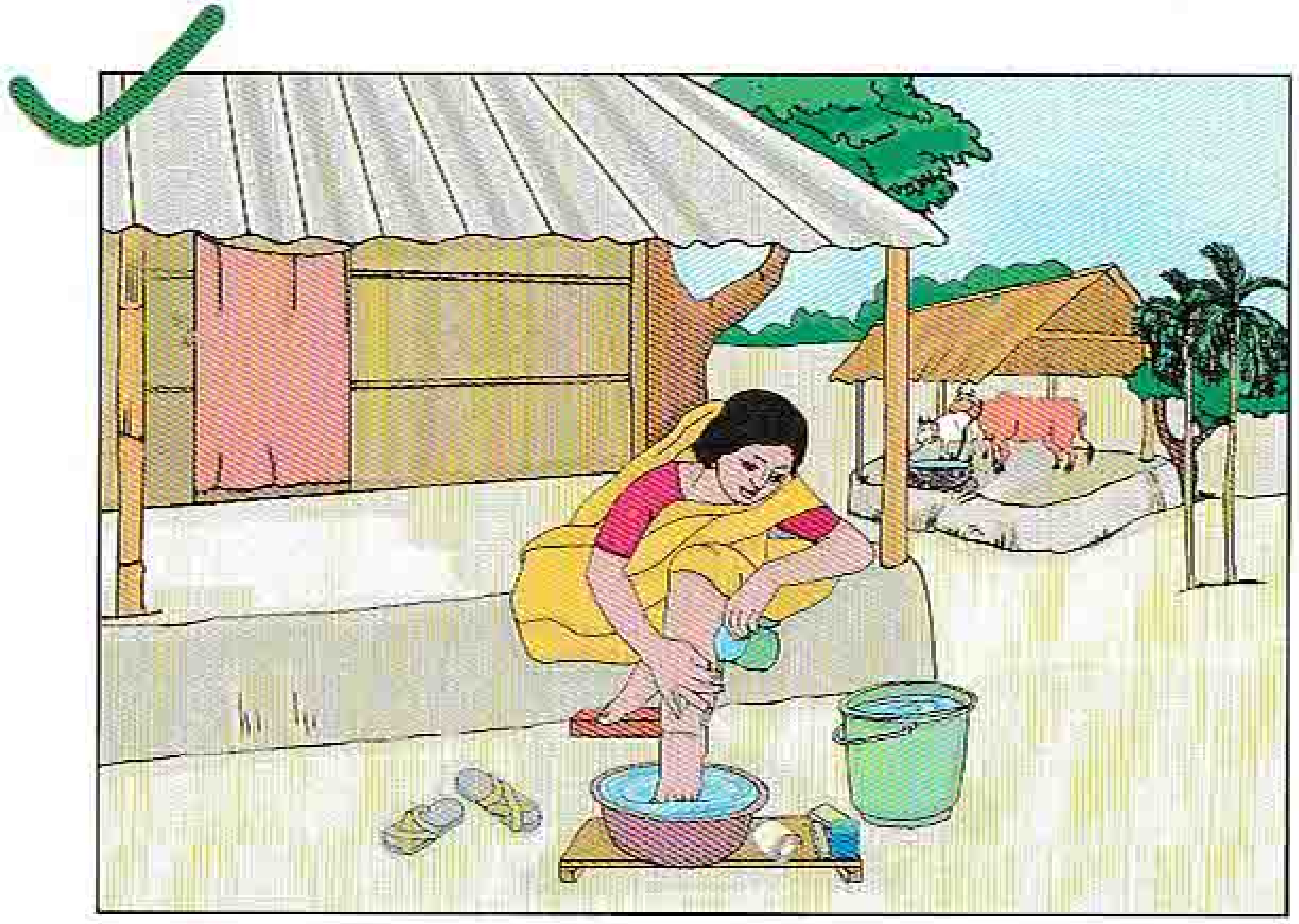
কিছু কিছু দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীর আক্রান্ত অঙ্গে তীব্র লক্ষণ দেখা দিতে পারেঃ

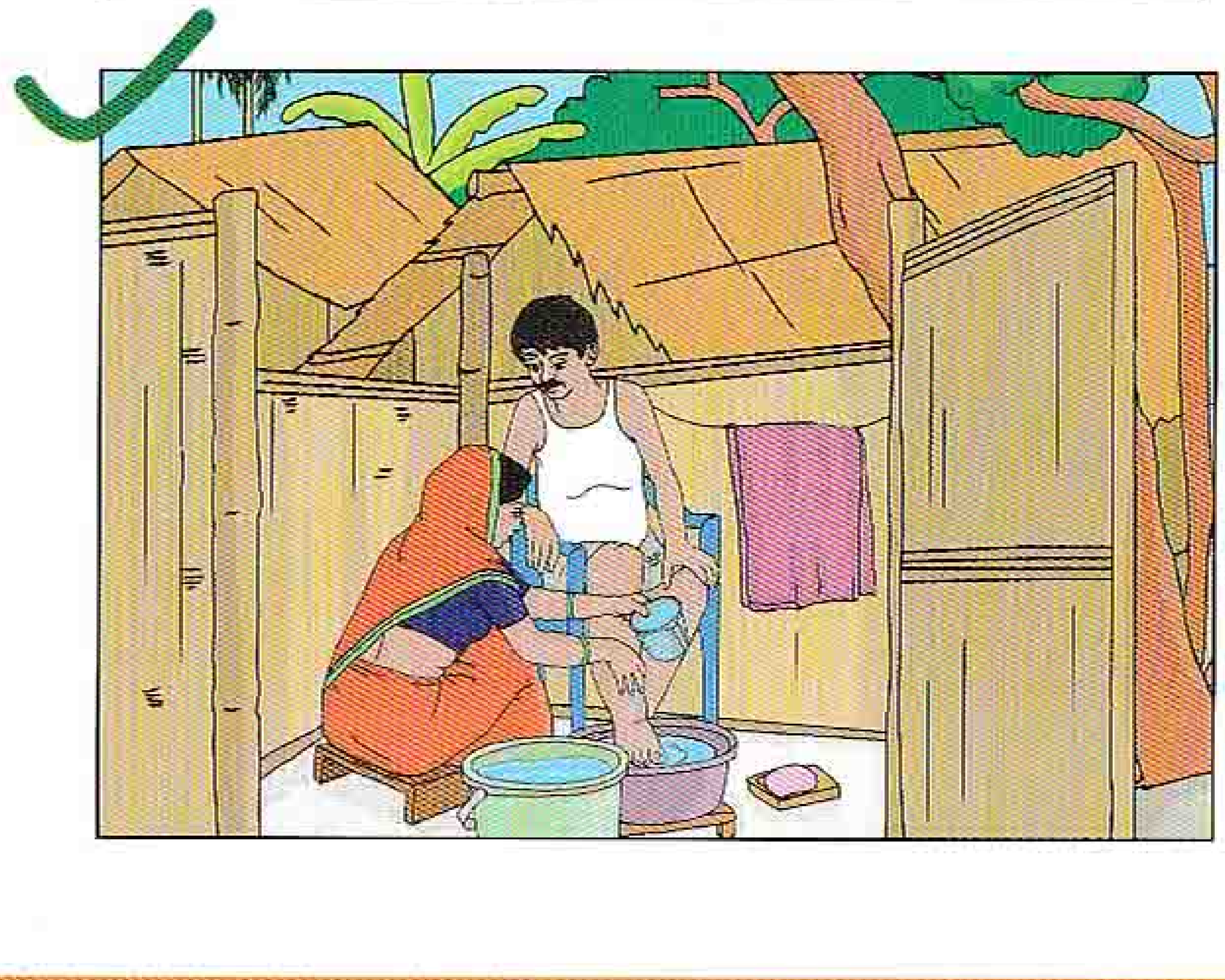
- হঠাৎ প্রদাহ হয়ে আক্রান্ত অঙ্গের ফোলা বেড়ে যায়।
- তীব্র ব্যথা অনুভূত হয়।
- আক্রান্ত অঙ্গের ত্বক লাল হয়ে যায়।
- জ্বর, মাথা ব্যাথা, কাঁপুনি হয়।
- বমি বমি ভাব বা বমি হয়।

দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীদের তীব্র লক্ষণ



তাৎক্ষণিক/হঠাৎ আক্রান্ত রোগীর চিকিৎসা পদ্ধতি





তাৎক্ষণিক/হঠাৎ আক্রান্ত রোগীর বেলায় মনে রাখতে হবে

দীর্ঘমেয়াদী গোদরোগীদের তীব্র লক্ষণ ব্যবস্থাপনা

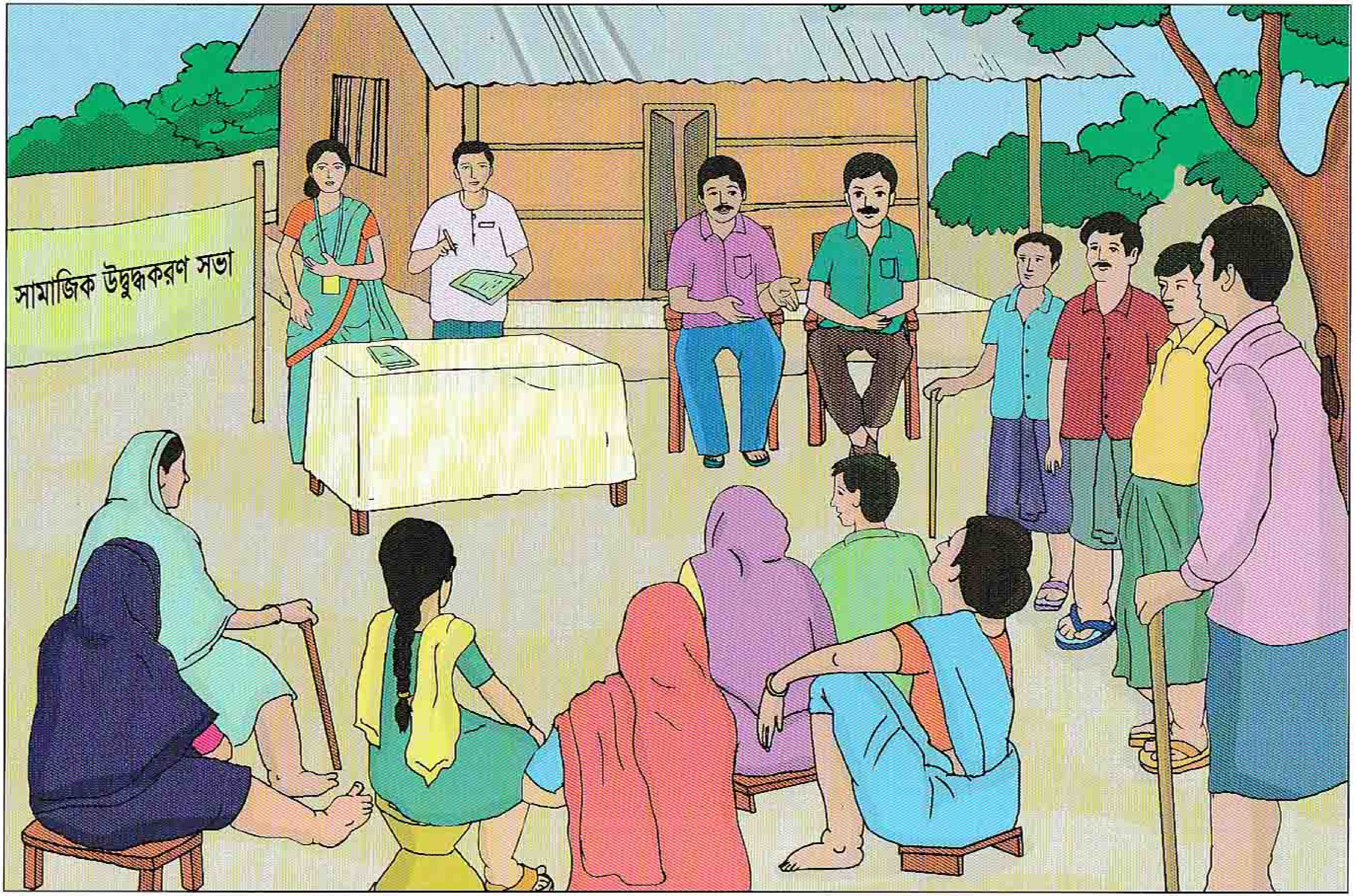
তীব্র লক্ষণ ব্যবস্থাপনায় করনীয়:

- ঠান্ডা পানিতে পা ভিজিয়ে রাখতে হবে যতক্ষন ব্যথা না কমে।
- বেশি করে পানি খেতে হবে এবং বিশ্রাম নিতে হবে।
- চিকিৎসক বা স্বাস্থ্যকর্মীর পরামর্শে জ্বর কমার এবং প্রয়োজনে জীবাণুনাশক ঔষধ খেতে হবে।
- প্রয়োজনে আক্রান্ত স্থানে জীবাণুনাশক ক্রীম লাগাতে হতে পারে।

তীব্র লক্ষণ ব্যবস্থাপনায় রোগীর মনে রাখতে হবে:

- ব্যায়াম করা যাবে না।
- আক্রান্ত স্থানে গরম পানির স্যাঁক দেয়া যাবেনা।
- আক্রান্ত স্থানে কোন রকম টাইট ব্যান্ডেজ দেয়া যাবে না।
- আক্রান্ত অঙ্গ কেটে কোনরকম পানি বা রক্ত বের করা যাবে না।
- প্রয়োজনে রোগীকে নিকটস্থ কমিউনিটি ক্লিনিক বা উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে যোগাযোগ করতে হবে।

সামাজিক উদ্বুদ্ধকরণ সভা



সামাজিক উদ্বুদ্ধকরনের মাধ্যমে গোদরোগ ব্যবস্থাপনায় জনসম্পৃক্ততা

- গোদরোগে আক্রান্ত রোগী যেন নিজেকে বোঝা মনে না করেন সে জন্য পারিবারিক ও সামাজিক ভাবে সবসময় তাকে উৎসাহ দান করতে হবে।
- গোদরোগে আক্রান্ত সকল রোগী– জাতি ধর্ম বর্ণ নির্বিশেষে সবাই যেন একইভাবে চিকিৎসা সেবা পান সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে।
- বিশেষ করে সুবিধা বঞ্চিত নারীদের বিশেষ সহযোগিতা প্রদান করতে হবে।
- এই ধরনের রোগীদের সমাজে মানুষের সাথে সম্পৃক্ততা বাড়াতে হবে যাতে তাঁরা হীনমন্যতায় না ভোগেন।
- চিকিৎসা সেবা বা প্রশিক্ষণ নেবার সময় যাতে রোগী বিশেষ করে মহিলা রোগীরা কোন রকম যৌনহয়রানি ও অপমানজনক ঘটনার স্বীকার না হন সেদিকে খেয়াল রাখতে হবে।
- সমাজের গণ্যমান্য ব্যক্তিগন এটা নিশ্চিত করবেন যে তাদের এলাকায় যদি কোন রোগী থাকে তাদেরকে সামাজিক ভাবে যাতে অসম্মান প্রদর্শন না করা হয়।
- এ রোগ থাকার কারণে অনেক মহিলাদের সংসার ভেঙে যায়, তাই এ ধরনের মহিলাদের আত্মনির্ভরশীল করে নিজের প্রতি বিশ্বাস ফিরিয়ে আনার লক্ষ্যে কাউন্সেলিং এর ব্যবস্থা করতে হবে।
- ফাইলেরিয়াসিস নিয়ে কাজ করছে এমন সংগঠন/প্রতিষ্ঠানগুলো আচরণ পরিবর্তন এর জন্য সামাজিক সচেতনতা মূলক বার্তা প্রচার করবে যাতে এই রোগ ও রোগী সম্পর্কে মানুষ সহানুভূতিশীল হয়।

সামাজিক উদ্বুদ্ধকরণ সভা