

যক্ষ্মা (TB) বিষয়ক তথ্য পাতা

গুরুত্বপূর্ণ দিকসমূহ

- যক্ষ্মা (TB) একটি রোগ যা *Mycobacterium tuberculosis* নামক ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণে হয়ে থাকে।
- TB বেশিরভাগ ক্ষেত্রে মানুষের ফুসফুসে আক্রমণ করে, কিন্তু এটি শরীরের অন্যান্য অঙ্গকেও আক্রমণ করতে পারে যা মারাত্মক অসুস্থতার কারণ হয়ে দাঁড়াতে পারে।
- রোগটি অ্যান্টিবায়োটিক দ্বারা নিরাময় হতে পারে।

এটি কিভাবে ছড়ায়?

- ফুসফুস বা গলায় TB রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি যখন কাশি, হাঁচি দেয়, গান করে বা কথা বলে, তখন সে বাতাসে TB জীবাণু ছড়িয়ে দেয়।
- শ্বাস গ্রহণের মাধ্যমে এই জীবাণু যখন অন্যান্য লোকদের শরীরে প্রবেশ করে তখন তারাও সংক্রামিত হতে পারে।
- বেশিরভাগ লোক TB জীবাণু দ্বারা সংক্রামিত হয় ঐ সব লোকের মাধ্যমে যাদের সাথে তারা প্রচুর সময় ব্যয় করেন, যেমন পরিবারের সদস্য বা বন্ধু।
- TB ঘরবাড়ীর দৈনন্দিন জিনিষপত্রের মাধ্যমে ছড়ায় না (যেমন: ছুরি-চামচ, বাসনপত্র, পানি খাওয়ার গ্লাস, চাদর, কাপড়-চোপড় বা টেলিফোন); সুতরাং এই সকল জিনিষপত্র আলাদাভাবে ব্যবহার করার প্রয়োজন নেই।

TB সংক্রমণ এবং TB রোগের মধ্যে পার্থক্য কী?

TB-তে সংক্রামিত বেশিরভাগ লোকের মধ্যে, তাদের শরীরের প্রতিরক্ষা TB-র জীবাণুকে নিয়ন্ত্রণে রাখে, এতে করে এই জীবাণু সুপ্ত বা নিষ্ক্রিয় অবস্থায় বেঁচে থাকতে পারে। একে কখনও কখনও সুপ্ত TB সংক্রমণ বলা হয়ে থাকে।

- TB জীবাণু নিষ্ক্রিয় থাকা অবস্থায় কোনও ক্ষতি করতে পারে না এবং জীবাণু বহনকারী ব্যক্তি অসুস্থও হন না।
- বেশিরভাগ লোকের ক্ষেত্রে TB জীবাণু সর্বদা নিষ্ক্রিয় অবস্থায় থাকবে।
- TB সংক্রমণযুক্ত লোকেরা সংক্রামক নয় এবং অন্যদের মধ্যে TB ছড়িয়ে দিতে পারে না।
- সংক্রামণ চিহ্নিত করা যায় একটি Tu-berculin Skin Test (বা Mantoux Test)-এর ইতিবাচক ফলাফল দ্বারা অথবা একটি রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে (ইন্টারফেরন গামা রিলিজ অ্যাস বা Quantiferon TB Gold-Plus)।

কিছু লোকের মধ্যে, TB জীবাণু শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে কাবু করে ফেলে, যার ফলে **TB জীবানুর** সংক্রমণ থেকে TB রোগের দিকে অগ্রগতি ঘটে। কিছু লোকের ক্ষেত্রে সংক্রমণের পরপরই TB রোগের বিকাশ ঘটে, আবার কারও মধ্যে বিকাশ ঘটে দেহে যখন তাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল হয়ে যায়। এটি অনেক কারণে হতে পারে যেমন বার্ধক্যজনিত অবস্থা, গুরুতর অসুস্থতা, কষ্টকর পরিস্থিতির মধ্য দিয়ে যাওয়া, মাদক বা মদের অপব্যবহার, HIV সংক্রমণ বা আরও অন্যান্য অবস্থা।

- নিষ্ক্রিয় TB জীবাণু যখন সক্রিয় হয়ে যায় তখন TB রোগের বিকাশ ঘটতে পারে।
- TB সংক্রমণে আক্রান্ত লোকের কেবলমাত্র প্রায় ১০ শতাংশ লোক TB রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকেন।

- ফুসফুস বা গলার TB রোগে আক্রান্ত লোকেরা অন্যের জন্য সংক্রামক হতে পারে
- বেশিরভাগ ক্ষেত্রে, উপযুক্ত ওষুধ সেবনের দুই সপ্তাহ পরে, TB রোগে আক্রান্ত লোকেরা আর TB জীবাণু ছড়ায় না।
- (ফুসফুস বা গলা ব্যতীত) শরীরের অন্যান্য অঙ্গে TB আক্রান্ত ব্যক্তির সংক্রামক নয়।

এর উপসর্গগুলো কি?

- TB শরীরের যে কোন অঙ্গে রোগ সৃষ্টি করতে পারে, তবে ফুসফুসে সবচেয়ে বেশী হয়। TB রোগে আক্রান্ত কিছু লোকের মধ্যে কেবলমাত্র সামান্য লক্ষণ দেখা যায়। TB-তে আক্রান্ত লোকের মধ্যে নীচে উল্লেখিত কিছু বা সমস্ত লক্ষণসমূহ দেখা যেতে পারে:
- এমন কাশি যা তিন সপ্তাহেরও বেশি সময় ধরে স্থায়ী হয় এবং ভাল হয় না
- থুতু বা কফের মধ্যে রক্ত দেখা যায়
- জ্বর আসে
- রাতে ঘাম হওয়া
- কারন ছাড়াই ওজন কমে যাওয়া
- সর্বদা ক্লান্ত বোধ করা
- ক্ষুধামন্দা
- ক্ষতিগ্রস্ত জায়গায় ব্যথা এবং/অথবা ফোলাভাব

কারা ঝুঁকির মধ্যে রয়েছে?

- TB-তে সংক্রামিত ব্যক্তির সাথে দীর্ঘ সময় ধরে ঘনিষ্ঠভাবে মেলামেশা করে এমন ব্যক্তির
- ঐ সকল ব্যক্তির যাঁরা এমন ওষুধ সেবন করা যা শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে, যেমন: ইমিউনোথেরাপি, কর্টিকোস্টেরয়েডস বা কেমোথেরাপি
- এমন লোকেরা যাদের HIV সহ অন্যান্য দীর্ঘস্থায়ী অসুস্থতা রয়েছে এবং যা তাদের শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে।

কিভাবে TB জীবাণুর বিস্তার প্রতিরোধ করা যায়?

- TB-তে সংক্রামিত লোকদেরকে ততদিন পর্যন্ত বিচ্ছিন্ন রাখা হয় যতদিন পর্যন্ত তারা সংক্রামক হওয়ার সুযোগ থাকে
- পরীক্ষার মাধ্যমে চিহ্নিত TB-তে সংক্রামিত রোগীদের প্রতিরোধমূলক চিকিৎসার কোর্স দেওয়া যেতে পারে।
- BCG টিকা প্রাণঘাতী TB-র বিরুদ্ধে শিশুদের সুরক্ষা দেয়। এই শিশুরা এমন দেশে ভ্রমণ করবে যেখানে TB খুব সাধারণ, কিন্তু এই টিকা নিয়মিতভাবে NSW-এ দেওয়া হয় না।

এটি কীভাবে নির্ণয় করা হয়?

ফুসফুসে TB নির্ণয়ের জন্য:

- একটি বুকের এক্স-রে দেখাতে পারে যে TB রোগ ফুসফুসকে আক্রান্ত করেছে কি না
- একটি থুতু পরীক্ষার মাধ্যমে দেখা যায় যে TB-র জীবাণু কাশির সাথে বের হয়ে আসা কফ বা থুতুতে উপস্থিত রয়েছে কিনা
- যদি ব্যক্তি কাশি দিয়ে কফ বা থুতু বের করতে না পারে তবে অন্য ধরনের পরীক্ষার প্রয়োজন হতে পারে

ফুসফুসের বাইরে TB নির্ণয়নের জন্য:

- TB নির্ণয়ে অন্যান্য যে পরিক্ষাগুলো সহায়ক হতে পারে তা হল - সূক্ষ্ম সুই-এর মাধ্যমে বায়োপসি করা, ক্ষতস্থানের নমুনা নিয়ে পরীক্ষা করা, অস্ত্রোপচারের নমুনা নিয়ে পরীক্ষা করা অথবা সকালের প্রস্রাবের পরীক্ষা করা।

এটি কিভাবে চিকিৎসা করা হয়?

TB সংক্রামন: ডাক্তার ওষুধের একটি কোর্স দিতে পারেন (যা প্রতিরোধমূলক থেরাপি) অথবা নিয়মিত বুকের এক্স-রে দিয়ে তা নজরে রাখতে পারেন।

TB রোগ: কমপক্ষে ছয় মাস নির্দিষ্ট অ্যান্টিবায়োটিকের সংমিশ্রণ দিয়ে চিকিৎসা করা হয়। একজন চেষ্টা ক্লিনিক নার্স আপনার চিকিৎসার তদারকি করবে। এছাড়াও চিকিৎসা সফলভাবে সম্পন্ন হচ্ছে তা নিশ্চিত করার জন্য নার্স আপনাকে সহায়তা করবে, রোগ এবং চিকিৎসার ব্যাপারে শিক্ষা দিবে এবং কোনও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হচ্ছে কি না সেদিকে নজর রাখবে।

- TB রোগীদের চিকিৎসার কোর্স শেষ না হওয়া অবধি উপদেশ মোতাবেক TB-র সকল ওষুধ ঠিকঠাক মত সেবন করা উচিত। কোন ওষুধ বাদ দেয়া যাবে না বা শীঘ্রই বন্ধ করা যাবে না
- TB আক্রান্ত ব্যক্তিদের নিরাময় করা যায় যদি তারা চিকিৎসা সম্পূর্ণ করে
- চিকিৎসা চলাকালীন সময় TB আক্রান্ত ব্যক্তির স্বাভাবিক কাজ কর্মে ফিরে আসতে পারেন, যতক্ষণ তারা আর সংক্রামক না থাকে।

একাধিক ওষুধ প্রতিরোধক TB (MDR-TB)

- একাধিক ওষুধ প্রতিরোধক
- TB (MDR-TB) তখন ঘটে যখন TB ব্যাকটেরিয়া কমপক্ষে isoniazid এবং ri-fampin প্রতিরোধক হয়। এই দুটি টিবি রোগের সবচেয়ে শক্তিশালী ওষুধ। ওষুধ সংবেদনশীল TB এবং ওষুধ প্রতিরোধক TB একইভাবে ছড়িয়ে পড়ে।
- MDR-TB আক্রান্ত ব্যক্তিদের সুদীর্ঘ ২৪ মাস পর্যন্ত অ্যান্টিবায়োটিক চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, এবং কিছু লোকের প্রথম ৬-৮ মাস নিয়মিত শিরাতে ইনজেকশন দেয়ার দরকার হয়।
- MDR-TB আক্রান্ত ব্যক্তিদের চিকিৎসার কোর্স শেষ না হওয়া অবধি উপদেশ মোতাবেক TB-র সকল ওষুধ ঠিকঠাক মত সেবন করা উচিত। কোন ওষুধ বাদ দেয়া যাবে না বা শীঘ্রই বন্ধ করা যাবে না

আরও তথ্যের জন্য

- আপনার স্থানীয় [Chest Clinic \(বা বুকের ক্লিনিক\)](#)-এর সাথে যোগাযোগ করুন বা আপনার পারিবারিক ডাক্তারকে দেখান
- চেস্ট ক্লিনিকে সকল TB পর্যবেক্ষন এবং চিকিৎসা বিনামূল্যে এবং গোপনীয়তা বজায় রেখে করা হয়ে থাকে।
- চেস্ট ক্লিনিকে যাওয়ার জন্য কোনও মেডিকেয়ার কেয়ার বা ডাক্তারের রেফারেলের প্রয়োজন **নেই**

বিস্তারিত তথ্যের জন্য অনুগ্রহপূর্বক আপনার স্থানীয় Public Health Unit-এ

1300 066 055 নম্বরে কল করুন অথবা ভিজিট করুন New South Wales Health website

www.health.nsw.gov.au/tuberculosis