NSW টিবি প্রকল্প

NSW TB Program - Bengali

টিউবারকিউলোসিস (বা টিবি)-এর সংস্পর্শে আসা বিষয়ক তথ্য

গুরুত্বপূর্ণ বিষয়াদি

- আপনি এমন একজন ব্যক্তির সংস্পর্শে আছেন যার টিউবারকিউলোসিস (বা টিবি) আছে।
- টিবি এমন একটি রোগ যা *মাইকোব্যাকটেরিয়াম টিউবারকিউলোসিস (Mycobacterium tuberculosis)* ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমনে হয়ে থাকে।
- টিবি বেশীরভাগ ক্ষেত্রে মানুষের ফুসফুসকে আক্রমন করে, কিন্তু শরীরের অন্যান্য অঙ্গসমূহকেও আক্রমন করতে পারে। টিবি গুরুতর অসুস্থতা সৃষ্টি করতে পারে।
- নির্দিষ্ট অ্যান্টিবায়োটিক সেবন করার মাধ্যমে টিবি নিরাময় করা যেতে পারে।
- টিবির জীবাণু দ্বারা আপনি সংক্রামিত হয়েছেন কিনা তা পরীক্ষা করার জন্য আমরা আপনাকে সুপারিশ করি। পরীক্ষার ফলাফল যদি ইতিবাচক হয় তাহলে আমরা আপনাকে চিকিৎসা বা ফলোআপ করার পরামর্শ দিব।

আমরা কেন আপনার সাথে যোগাযোগ করছি?

আপনি টিবি-তে আক্রান্ত একজন ব্যক্তির সংস্পর্শে আছেন বলে আপনাকে শনাক্ত করা হয়েছে। টিবির জীবাণু দ্বারা আপনি সংক্রামিত হয়েছেন কিনা তা পরীক্ষা করার জন্য আমরা আপনাকে সুপারিশ করি। পরীক্ষার ফলাফলের উপর নির্ভর করে আমরা আপনার চিকিৎসা বা আরও ফলো-আপ করার সুপারিশ করি।

টিবি কি?

সক্রিয় টিবি *মাইকোব্যাকটেরিয়াম টিউবারকিউলোসিস* নামক ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণের দ্বারা সৃষ্ট এক ধরনের রোগ এবং এটি এন্টিবায়োটিক সেবনের দ্বারা ভাল হয়। টিবি সাধারণত ফুসফুসকে আক্রমন করে, তবে কখনও কখনও শরীরের অন্যান্য অংশ, যেমন লিম্ফ নোড, কিডনি এবং হাড়কে আক্রমন করে। টিবির সংক্রমণে সাধারণত কোন লক্ষণ বা উপসর্গ দেখা যায় না এবং বেশিরভাগ ক্ষেত্রে টিবির জীবাণু সক্রিয় হিসাবে থাকে না – এটিকে নিষ্ক্রিয় বা সুপ্ত টিবির সংক্রমণ হিসাবে গণ্য করা হয়। সুপ্ত টিবি আছে এমন ব্যক্তি সংক্রামক নয় এবং টিবির জীবাণু পরিবারের সদস্য বা অন্যান্য ঘনিষ্ঠ লোকদের মাঝে ছড়াতে পারে না।

টিবিতে আক্রান্ত এমন কাউকে আমি চিনি না, তাহলে আমি কিভাবে সংক্রামিত হতে পারি?

টিবির জীবাণু যেহেতু বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায়, তাই এমন কারও কাছ থেকে আপনি জীবাণু গ্রহন করছেন যাকে হয়ত আপনি চিনেন না। রোগীর গোপনীয়তা রক্ষা করার জন্য, আমরা ঐ ব্যক্তির পরিচয় প্রকাশ করতে পারি না, এমন কি কোথায় সংক্রমন ঘটেছে তাও না।

মানুষ কিভাবে টিবি দ্বারা সংক্রামিত হয়?

টিবির জীবাণু বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায়, টিবি রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির ফুসফুস বা গলায় এই জীবাণু থাকে এবং যখন সে কাশি বা হাঁচি দেয়, গান গায় বা কথা বলে, তখন বাতাসে বিন্দু বিন্দু পানির ফোটা ছড়িয়ে পরে। এই পানি বিন্দুগুলি নিঃশ্বাসের সাথে অন্যান্য মানুষের শরীরে চলে যেতে পারে। বেশিরভাগ লোক টিবিতে সংক্রামিত হয় যখন তারা টিবিতে আক্রান্ত লোকের সাথে অনেক সময় ব্যয় করে। এটি খুব অস্বাভাবিক যে সংক্ষিপ্ত বা অনিয়মিত নৈকট্যতা বজায় রাখার পরেও কেউ টিবিতে আক্রান্ত হয়েছে। ঘরের তৈজসপত্র ব্যবহারের মাধ্যমে টিবির জীবাণু ছড়ায় না যেমন চামচ, থালা-বাসন বা টেলিফোন ব্যবহার করা।

আমি অসুস্থ বোধ করি না, সেক্ষেত্রে আমি যে সংক্রামিত হয়েছি তা কীভাবে বলব ?

টিবি সংক্রমণ কোন উপসর্গ সৃষ্টি করে না, তাই টিবি সংক্রমণ নির্ণয়ের জন্য আমাদের বিশেষ পরীক্ষাগুলি করতে হবে। পরীক্ষাগুলি আপনার স্থানীয় টিবি সার্ভিসে করা যেতে পারে অথবা আপনার স্থানীয় টিবি সার্ভিস এই পরীক্ষাগুলি করার ব্যবস্থা করে দিবে। এই পরীক্ষার অন্তর্ভুক্ত হল:

- ইন্টারফেরন গামা রিলিজ অ্যাসে (IGRA অথবা QuantiFERON TB Gold Plus®) নামক একটি রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে দেখা যায় যে আপনি টিবিতে সংক্রামিত হয়েছেন কিনা।
- একটি টিউবারকুলিন ত্বক পরীক্ষা (যা টিএসটি বা মেণ্টক্স পরীক্ষা নামেও পরিচিত) যেখানে একটি ছোট ইঞ্জেকশন হাতের ত্বকের নিচে দেয়া হয়। পরীক্ষা সম্পন্ন করার ২ থেকে ৩ দিন পর আপনাকে আবার আসতে হবে। টিবি সংক্রমণের কোন প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে (যেমন ফুলে যাওয়া এবং লাল হয়ে যাওয়া) তা মূল্যায়ন করা যেতে পারে।
- আপনার ফুসফুসে কোন টিবি আছে কিনা তা বুক এক্স-রে করে দেখা যেতে পারে। অনেক সময় বুক এক্স-রের মাধ্যমে অতীতের টিবির লক্ষণ পাওয়া যায়, এমনকি অতীতে ঘটে যাওয়া টিবি সম্পর্কে আপনি সচেতন ছিলেন না।

আমি একটি টিবির টিকা (বসিলেস কলমেট-গুয়েরিন বা বিসিজি) নিয়েছিলাম। এটা কি আমাকে টিবি প্রতিরক্ষা করবে না?

৫ বছরের কম বয়সী শিশুদের মধ্যে টিবির গুরুতর ধরনগুলির আক্রমন প্রতিরোধ করতে বিসিজি টিকা সবচেয়ে ভাল কাজ করে, তবে এটি সব ক্ষেত্রে টিবি প্রতিরোধ করে না। বিসিজি টিকা নেয়া থাকলেও আপনি টিবি দ্বারা সংক্রামিত হতে পারেন।

আমার পরীক্ষার ফলাফল যদি টিবি না দেখায় তাহলে কি হবে?

যদি আপনার প্রথম রক্ত পরীক্ষা বা টিউবারকুলিন ত্বক পরীক্ষাটির ফলাফল নেতিবাচক হয় তবে এই পরীক্ষাটি ২ থেকে ৩ মাসের মধ্যে আবার পুনরাবৃত্তি করা যেতে পারে। এর কারন হল পরীক্ষার সময় যখন আপনার শরীরকে টিবির সান্নিদ্ধে আনা হয় তখন আপনার শরীরের প্রতিরক্ষা সিস্টেম টিবির বিরুদ্ধে প্রতিক্রিয়া তৈরী করে যা অনেক সময় কয়েক সপ্তাহ লাগতে পারে। অতএব, যদি দ্বিতীয়বার পরীক্ষার জন্য উপদেশ দেয়া হয় তবে এটি **অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ** যে আপনি এই পরীক্ষাটির জন্য আবার আসবেন এবং এতে করে নিশ্চিত হবেন যে আপনার মধ্যে কোন টিবির সংক্রমন নেই। যদি আপনার দ্বিতীয় পরীক্ষাটির ফলাফল নেতিবাচক হয়, তবে আপনাকে আর কোন পরীক্ষা করার প্রয়োজন হবে না।

আমার রক্ত পরীক্ষা বা ত্বক পরীক্ষার ফলাফলে যদি টিবি দেখায় তাহলে কি হবে?

আপনার পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হলে, আপনাকে বুক এক্স-রে করা হবে। আপনার বুক এক্স-রের ফলাফল এবং অন্যান্য ঝুঁকির কারণগুলির উপর নির্ভর করে আপনাকে একজন বিশেষজ্ঞ টিবি ডাক্তারের কাছে পাঠানো হতে পারে।

পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হওয়ার অর্থ এই নয় যে সাম্প্রতিক আপনি টিবিতে আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছেন আর এর ফলে আপনি টিবিতে সংক্রামিত হয়েছেন। আপনি যদি এমন কোনও দেশে বাস করে থাকেন যেখানে টিবি একটি সাধারণ ঘটনা তাহলে খুবই সম্ভাবনা আছে যে আপনি কিছু সময় ধরে টিবিতে সংক্রামিত হয়েছেন। বিশ্বের জনসংখ্যার প্রায় এক চতুর্থাংশের মধ্যে টিবির সুপ্ত সংক্রামক রোগ রয়েছে, যদিও অস্ট্রেলিয়ায় জন্মগ্রহণকারী এবং শুধুমাত্র এখানেই বসবাসকারী ব্যক্তিদের বেলায় এটি বিরল ঘটনা। অনেক সময় বিসিজি টিকা দেয়া আছে এমন লোকদের মধ্যেও অথবা টিবির সংক্রমণ ব্যাতিরেকে অন্যান্য কারণেও, টিউবারকিউলিন ত্বক পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়।

সুপ্ত টিবির সংক্রমণ থাকার অর্থ **এই নয়** যে আপনার মাঝে সক্রিয় টিবি রোগ আছে অথবা আপনি সংক্রামক। তবে এর মানে এই যে আপনার জীবনের কোন সময় টিবি সক্রিয় হয়ে যাওয়ার ঝুঁকি রয়েছে। এই ঝুঁকি কতটা বড় তা অনেকগুলি কারণের উপর নির্ভর করে, যেমন আপনি সম্প্রতি কিভাবে সংক্রামিত হয়েছেন (সাম্প্রতিক সংক্রমণের ক্ষেত্রে ঝুঁকি বেশি), আপনার বয়স কত, এবং আপনার চিকিৎসা সংক্রান্ত কোনও সমস্যা আছে কিনা। নার্স বা ডাক্তার আপনার সাথে এই বিষয়ে আরও আলোচনা করবেন।

সুপ্ত টিবির সংক্রমণ কি চিকিৎসা যোগ্য?

ভবিষ্যতে টিবি রোগের হাত থেকে প্রতিরোধের জন্য সুপ্ত টিবির সংক্রমণ চিকিৎসা করা যেতে পারে। এই চিকিৎসার অন্তর্ভুক্ত হল যে ধরনের ওষুধগুলো সাধারণত টিবি রোগীদের ৩ থেকে ৯ মাস সেবনের জন্য দেয়া হয় সেগুলোর একটি বা দুটি ওষুধ সেবন করা। সুপ্ত টিবি আছে এমন বেশিরভাগ লোকের ক্ষেত্রেই টিবি রোগ প্রতিরোধে এই চিকিৎসা কার্যকর। এই চিকিৎসা সাধারণত নিরাপদ, বিশেষ করে তরুণদের মধ্যে। আপনার ডাক্তার এই চিকিৎসার পরামর্শ দিলে, তিনি আপনাকে এর উপকার এবং সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে আরও বিস্তারিত জানাবেন।

যদি আমার সুপ্ত টিবি থাকে তবে এই চিকিৎসার বিকল্প হিসাবে অন্য কোন কিছু কি আছে?

হ্যাঁ। যদি আপনার টিবি রোগ হওয়ার ঝুঁকি কম থাকে, তবে আপনার ডাক্তার একটি “অপেক্ষা করা এবং লক্ষ্য রাখা (wait and see)” পদ্ধতির সুপারিশ করতে পারেন। এই ক্ষেত্রে আপনাকে ২ বছর ধরে ৬ মাস অন্তর অন্তর নিয়মিত বুক এক্স-রে করতে হবে। টিবি রোগের লক্ষণগুলি সম্পর্কে সচেতন হওয়া গুরুত্বপূর্ন এবং আপনি যদি টিবি সংক্রান্ত উপসর্গগুলো সম্পর্কে সন্দেহভাজন হন তাহলে আপনার স্থানীয় টিবি পরিষেবা বা ডাক্তারকে তা জানানো গুরুত্বপূর্ন।

আরও তথ্যের জন্য

- আপনার স্থানীয় TB Service –এর সাথে যোগাযোগ করুন।
- Tuberculosis Fact Sheet পড়ুন
- NSW Health TB website চেক করুন - www.health.nsw.gov.au/Infectious/tuberculosis/