ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা থেকে নিজে ও পরিবারের সদস্যদের রক্ষার উপায়

- নিয়মিত, ক্রমাগত ও পূর্ণমেয়াদে ওষুধ খাওয়া
- শিশুদের ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মায় আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শ থেকে দূরে রাখা
- ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মায় আক্রান্ত ব্যক্তিকে বাড়ির অন্যদের থেকে আলাদা রাখা
- ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মায় আক্রান্ত ব্যক্তির আলো-বাতাসপূর্ণ স্থানে ঘুমানো।

মনে রাখবেন

- যত তাড়াতাড়ি সম্ভব ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা চিহ্নিত করতে হবে
- নিয়মিত, ক্রমাগত ও পূর্ণমেয়াদে চিকিৎসা গ্রহণ করতে হবে
- সাধারণ কিছু নিয়ম মেনে যক্ষ্মারোগের প্রতিরোধ করতে হবে।

নিয়ম মেনে ওষুধ খেলে
ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মায় নিরাময় মেলে

এই ব্রোশিওরটি ইউএসএআইডি'র আর্থিক সহায়তায় টিবি কেয়ার-২ প্রজেক্ট কর্তৃক প্রকাশিত।
এখানে প্রকাশিত মতামতের সঙ্গে ইউএসএআইডি'র মতের মিল নাও থাকতে পারে।

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা
(এমডিআর টিবি)

USAID আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে

World Health Organization

TB CARE II BANGLADESH

যক্ষ্মা একটি জীবাণুঘটিত রোগ যা Mycobacterial Tuberculosis নামক জীবাণু দ্বারা হয়। যক্ষ্মা প্রধানত ফুসফুসকে আক্রান্ত করে, তবে ফুসফুস ছাড়াও গ্রন্থি (Gland), অস্থি (Bone), অন্ত্রনালীসহ (Intestinal System) শরীরের অন্যান্য স্থানেও যক্ষ্মা হতে পারে। নিয়মিত, ক্রমাগত ও পূর্ণমেয়াদে ওষুধ সেবনে একজন যক্ষ্মা রোগী সম্পূর্ণ সুস্থ হতে পারে।

চিকিৎসা সম্পূর্ণ হওয়ার আগে যদি ওষুধ খাওয়া বন্ধ করা হয়, তাহলে যক্ষ্মার জীবাণু শরীরে থেকে যায় ও বংশ বিস্তার করে এবং যক্ষ্মার লক্ষণগুলো আবার প্রকাশ পায়। এক্ষেত্রে যক্ষ্মা রোগের জীবাণু খুব শক্তিশালী হয় এবং সাধারন যক্ষ্মার ওষুধ এই জীবাণুর বিরুদ্ধে আর কাজ নাও করতে পারে। এ ধরনের জটিল যক্ষ্মাকে Multi Drug Resistant (MDR) বা ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা বলা হয়।

সাধারণ যক্ষ্মার চিকিৎসায় ব্যবহৃত ওষুধসমূহের মধ্যে সর্বাধিক কার্যকরী আইসোনিয়াজিড এবং রিফামপিসিন প্রতিরোধী হলে তাকে ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা বলে।

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মার লক্ষণসমূহ সাধারণ যক্ষ্মা রোগের মতই। যেমন:

- কাশি
- জ্বর
- রাতে শরীরে ঘাম হওয়া
- ওজন কমে যাওয়া
- ক্লান্তি।

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা কীভাবে ছড়ায়

সাধারণ যক্ষ্মা রোগের মত ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায়। ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা রোগীর কফ, হাঁচি-কাশির মাধ্যমে যক্ষ্মা রোগের জীবাণু বের হয়ে বাতাসে মিশে ও শ্বাস গ্রহণের সময় তা সুস্থ ব্যক্তির ফুসফুসে ঢুকে বংশ বৃদ্ধি করে এবং রোগ তৈরি করে। ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা রোগীর সংস্পর্শে কোন সুস্থ ব্যক্তি আসলে সেও ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মায় আক্রান্ত হতে পারে।

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মার চিকিৎসা

একজন সেবাদানকারীর তত্ত্বাবধানে থেকে রোগীকে অবশ্যই নিয়মিত, ক্রমাগতভাবে ২০-২৪ মাস পর্যন্ত পূর্ণমেয়াদে ওষুধ খেতে হবে।

যে কোন ধরনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া বা সমস্যা দেখা দিলে তাৎক্ষণিকভাবে ডাক্তার বা সেবাদানকারীর পরামর্শ ও চিকিৎসা নিতে হবে।

ডাক্তারের পরামর্শ ছাড়া কখনোই চিকিৎসা বন্ধ করা যাবে না।

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা আক্রান্ত ব্যক্তি নিয়মিত চিকিৎসা গ্রহণ না করলে

- জীবাণুগুলো আরও শক্তিশালী, ওষুধ প্রতিরোধী ও সক্রিয় হয়ে উঠবে
- পরিবারের যে কোন সদস্য আক্রান্ত হতে পারে
- এমনকি মৃত্যুও হতে পারে।

ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা রোগী হিসেবে আপনার করণীয়

- নিয়ম মেনে ওষুধ খাওয়া
- পর্যাপ্ত বাতাস চলাচলের জন্য ঘরের সব জানালা খুলে রাখা
- হাঁচি বা কাশির সময় মুখ ঢেকে রাখা
- যেখানে সেখানে কফ বা থুথু না ফেলা
- ধুমপান ও অন্যান্য নেশা থেকে বিরত থাকা
- পুষ্টিকর খাবার গ্রহণের অভ্যাস গড়ে তোলা।