নতুন দিন

এক নাগাড়ে

৩ সপ্তাহের বেশি কাশি

যক্ষ্মার লক্ষণ

যক্ষ্মার লক্ষণ দেখা দিলে পরামর্শ নিতে
নিকটস্থ SMC ব্লু-স্টার কেন্দ্রে আসুন

USAID
আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে

SMC
Helping you

লক্ষণ জানুন
চিকিৎসা নিন
ভালো থাকুন

যক্ষ্মা হলে রক্ষা নাই–এ ধরনের প্রবাদ একসময় প্রচলিত ছিল। দিন বদলেছে, উন্নত হয়েছে চিকিৎসা পদ্ধতি। এখন আর যক্ষ্মা ভয়ের কোনো রোগ নয়। একনাগাড়ে ৩ সপ্তাহের বেশি সময় ধরে কাশি যক্ষ্মার লক্ষণ। তাই লক্ষণ বোঝাও খুব সহজ, আর লক্ষণ দেখা দিলে খুব সহজে কফ পরীক্ষার মাধ্যমে জানা যায় যক্ষ্মা হয়েছে কিনা।

যক্ষ্মা হলেও এখন চিন্তার কিছু নেই। নিয়ম মেনে পূর্ণ মেয়াদে ঔষধ খেলে যক্ষ্মা পুরোপুরি ভালো হয়ে যায়।

এখন দেশের সর্বত্র উপজেলা স্বাস্থ্যকেন্দ্র, বক্ষব্যাধি হাসপাতালসহ সরকারি ও নির্দিষ্ট বেসরকারি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে বিনামূল্যে যক্ষ্মার কফ পরীক্ষা করা যায়, সেইসাথে পুরো কোর্স ঔষধও বিনামূল্যে পাওয়া যায়।

যক্ষ্মা বাংলাদেশের একটি প্রধান রোগ। প্রতি বছর বাংলাদেশেই ৩ লক্ষ লোক যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত হয় এবং ৭০ হাজার লোক মারা যায়। যেকোনো বয়সী নারী-পুরুষেরই যেকোনো সময় যক্ষ্মা হতে পারে।

কীভাবে ছড়ায়

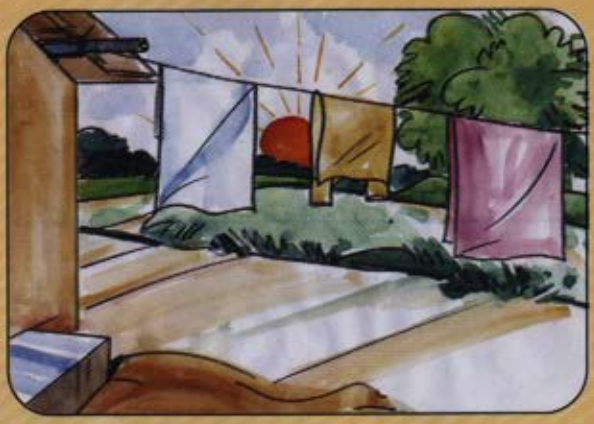
যক্ষ্মা একটি সংক্রামক এবং জীবাণু ঘটিত রোগ। যক্ষ্মা রোগীর কফ, হাঁচি-কাশির মাধ্যমে বাতাসে মিশে তা অন্যের শরীরে ছড়ায়।

যক্ষ্মা রোগ প্রতিরোধে করণীয়

হাঁচি-কাশি থেকে অন্যের এই রোগ হয় বলে যক্ষ্মা রোগীকে সবার সামনে হাঁচি-কাশি দেয়া থেকে বিরত থাকতে হবে। কাপড়ে মুখ ঢেকে হাঁচি-কাশি দিতে হবে।

যেখানে-সেখানে কফ, থুথু ফেলা যাবে না।
রোগীর কফ, থুথু নির্দিষ্ট পাত্রে ফেলে
পরে তা মাটিতে পুঁতে ফেলতে হবে।

ঘরের ভেতরে আলো-বাতাস থাকলে
যক্ষ্মার বিস্তার কমে যায়, তাই বদ্ধ ঘরে
যক্ষ্মা রোগীকে না রেখে
মুক্ত আলো-বাতাস আসে
এমন খোলামেলা ঘরে রাখতে হবে।



সরাসরি সূর্যের আলোতে যক্ষ্মার জীবাণু তাড়াতাড়ি মরে যায়,
অন্ধকার ও বদ্ধ ঘরে এ জীবাণু কয়েক ঘন্টা বেঁচে থাকে।
তাই রোগীর ব্যবহৃত জিনিস (গামছা, রুমাল, বালিশ ইত্যাদি
যেসব জিনিসে হাঁচি-কাশির মাধ্যমে জীবাণু লেগে থাকতে পারে)
সরাসরি সূর্যের আলোতে শুকিয়ে নেয়া ভালো।

যক্ষ্মা প্রতিরোধে নবজাতক শিশুকে
বিসিজি টিকা দিতে হবে।

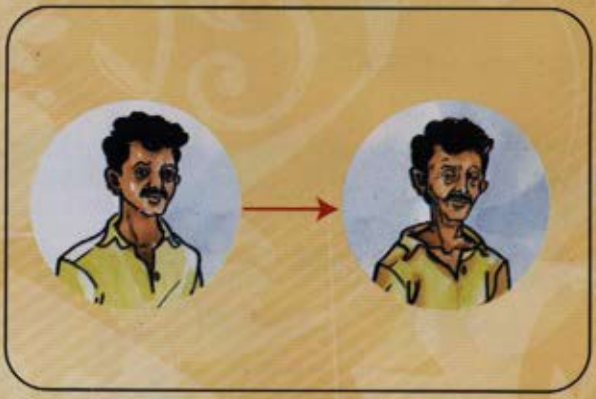
যক্ষ্মার লক্ষণ

৩ সপ্তাহের বেশি সময় ধরে কাশি
(কাশির সাথে রক্ত থাকুক বা না থাকুক)

কাশির সাথে জ্বর

বুকে ব্যথা

ক্লান্তি ও খাবারে অরুচি



ওজন কমতে থাকা

অন্য লক্ষণ না থাকলেও শুধুমাত্র ৩ সপ্তাহের বেশি সময় ধরে কাশি থাকলেই তার যক্ষ্মা হয়েছে বলে সন্দেহ করতে হবে।

লক্ষণ দেখা দিলে করণীয়

কফ পরীক্ষা

লক্ষণ দেখা দিলে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে গিয়ে কফ পরীক্ষা করাতে হবে

কফ পরীক্ষার খরচ

“সরকারি ও নির্দিষ্ট বেসরকারি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে **বিনামূল্যে কফ পরীক্ষা করা হয়**”

যক্ষ্মার চিকিৎসা

- কফ পরীক্ষায় যক্ষ্মা আছে প্রমাণ হলে দ্রুত চিকিৎসা শুরু করা জরুরী।
- যক্ষ্মার চিকিৎসা খুব সহজ। নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত প্রতিদিন নিয়মমত ঔষধ খেলে যক্ষ্মা পুরোপুরি ভালো হয়ে যায়।
- যক্ষ্মা রোগীকে হাসপাতালে ভর্তির দরকার হয় না।

কোথায় চিকিৎসা পাবেন

উপজেলা হাসপাতাল/বক্ষব্যাধি হাসপাতাল, সরকারি ও নির্দিষ্ট বেসরকারি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসা ও ঔষধ সরবরাহ করা হয়। SMC ব্লু-স্টার কেন্দ্রে যক্ষ্মার চিকিৎসা বিষয়ে পরামর্শ দেয়া হয়।

চিকিৎসার খরচ

“সরকারি ও নির্দিষ্ট বেসরকারি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে **বিনামূল্যে যক্ষ্মার চিকিৎসা ও ঔষধ দেয়া হয়**”

কতদিন ঔষধ খেতে হবে

- যক্ষার চিকিৎসার কোর্স ৬ থেকে ৮ মাস। চিকিৎসকের নির্দেশমত এই নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত নিয়মিত ঔষধ খেতে হবে।
- ঔষধ খাওয়া অনিয়মিত করলে যক্ষা তো ভালো হয়ই না বরং আরো জটিল হয়। তাই প্রতিদিন ঔষধ খেতে হবে।
- নিয়মিত ঔষধ খাওয়ার কয়েক মাসের মধ্যে রোগী ভালো বোধ করে, তাই অনেকে মাঝ পথে বা শেষ দিকে ঔষধ খাওয়া বন্ধ করে দেয়। নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত ঔষধ না খেলে পরবর্তীতে আবার যক্ষা হতে পারে এবং তখন নিয়মিত ঔষধ খেলেও ভালো হওয়ার সম্ভাবনা খুবই কম থাকে।

নিয়মিত ঔষধ খাওয়া নিশ্চিত করতে
ডাক্তার/স্বাস্থ্যকর্মী/স্বেচ্ছাসেবক অথবা পরিবারের বা অন্য কোনো ব্যক্তির উপস্থিতিতে ঔষধ খেতে হবে।

যক্ষ্মা রোগীর প্রতি আচরণ

- রোগীকে নিয়মিত ঔষধ সেবনে উৎসাহিত করতে হবে।
- যক্ষ্মা রোগীকে অবহেলা না করে রোগীর প্রতি যত্নবান হওয়া ও স্বাভাবিক আচরণ করা পরিবারের ও সমাজের সবার দায়িত্ব।
- যক্ষ্মা রোগীকে ভয় পাওয়ার কিছু নেই, একটু সচেতন থাকলেই অন্যের এই রোগ হওয়ার আশংকা থাকে না।

যক্ষ্মার লক্ষণ দেখা দিলে
পরামর্শ নিতে নিকটস্থ
SMC ব্লু-স্টার
কেন্দ্রে আসুন

সরকারি ও নির্দিষ্ট বেসরকারি
স্বাস্থ্যকেন্দ্রে বিনামূল্যে

কফ পরীক্ষা করা হয়
যক্ষ্মার চিকিৎসা ও
ঔষধ দেয়া হয়

যক্ষ্মাসহ বিভিন্ন স্বাস্থ্য সমস্যায়
পরামর্শ পেতে কল করুন-
৯৮২১০৮৫, ০১৭৩০৩৩৮৫৮৩ (মহিলা)
৯৮২১০৮২, ০১৭৩০০৫৯৩৬৪ (পুরুষ)

ইউএসএআইডি'র আর্থিক সহায়তায় এসএমসি কর্তৃক প্রকাশিত
এখানে প্রকাশিত মতামতের সঙ্গে ইউএসএআইডি'র মতের মিল নাও থাকতে পারে

তথ্যসূত্র: যক্ষ্মা বিষয়ক জাতীয় ও আন্তর্জাতিক বিভিন্ন প্রকাশনা থেকে সংগৃহীত