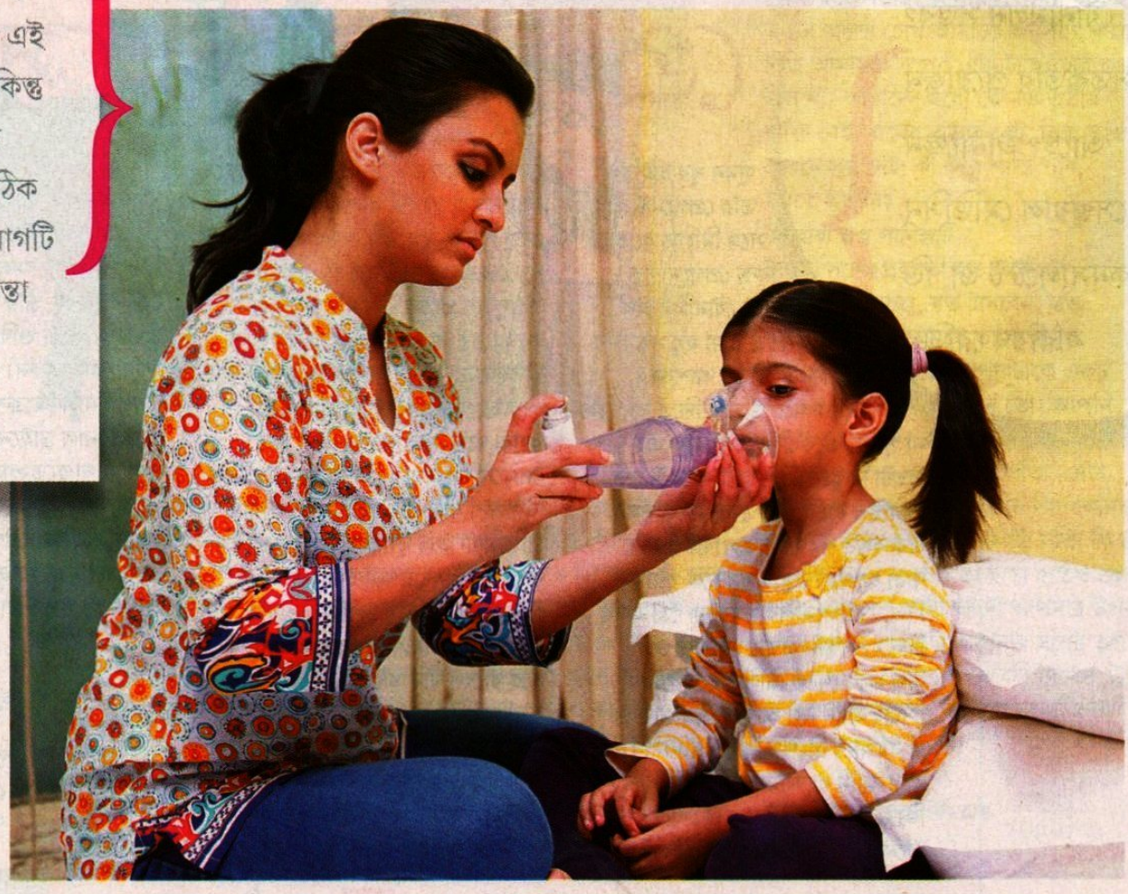
বাচ্চাদের অ্যাজ়মার চিকিৎসা

হাঁপানি! এ রোগের নাম শুনলে জীবনশক্তি যেন মুহূর্তে অর্ধেক হয়ে যায়। কিন্তু জানেন কি জ্বর-সর্দি-কাশি, পেটখারাপের মতো এটিও একটি রোগ মাত্র! অন্যান্য রোগের মতো এক্ষেত্রেও নিয়ম করে ওষুধ খাওয়া ও সুস্থ জীবনযাপন জরুরি। ব্যস, তা হলেই সন্তান জীবনে যে পথে এগিয়ে যেতে চায়, সেদিকেই যেতে পারবে। রোগ কখনও বাধা হবে না।

অ্যাজ়মার উপসর্গ

বর্তমান সময়ে দূষণ, ধুলোধোঁয়া প্রতি মুহূর্তে যেভাবে বৃদ্ধি পাচ্ছে, তাতে বহু বাচ্চারই খুব ছোট বয়সে অ্যাজ়মা বা হাঁপানি ধরা পড়ছে। এই রোগে আক্রান্ত হলে বাচ্চাদের ক্রমাগত কাশি হয়। শ্বাস তাড়াতাড়ি চলে এবং তারা তাড়াতাড়ি কথা বলতে পারে না। একজন মানুষ দৌড়ে এসে কথা বললে, যেভাবে হাঁপাতে-হাঁপাতে কথা বলবেন, অ্যাজ়মায় আক্রান্ত বাচ্চারাও অনেকটা সেভাবে কথা বলে। অ্যাকিউট সিভিয়র অ্যাজ়মায় (কারও অ্যাজ়মা রয়েছে, তারপর আবার অ্যাজ়মাটিক অ্যাটাক হল, তাকে অ্যাকিউট অ্যাজ়মা বলা হয়) আক্রান্ত বাচ্চারা একটানা কথা বলতে পারে না। বেশিরভাগ সময় তারা দুটি-তিনটি শব্দে উত্তর দেয়, কারণ একসঙ্গে তারা বেশি শব্দ ব্যবহার করতে পারে না। কিন্তু ক্রনিক অ্যাজ়মার ক্ষেত্রে এ ধরনের সমস্যা বেশি হয় না। অনেকসময় শ্বাসকষ্টের দরুন বাচ্চাটির কষ্ট হয় বলে, শুয়ে থাকতে পারে না, বসে থাকে। তখন তার পেট ও বুক দ্রুত ওঠানামা করে এবং নিঃশ্বাস-প্রশ্বাসের হারও খুব দ্রুত হয়। তখন দেখা যায় বাচ্চাটি ঘামছে। এক্ষেত্রে বিশেষজ্ঞ ডাক্তার অক্সিজেন মেপে দেখেন, বাচ্চাটির অক্সিজেন গ্রহণ কমে যাচ্ছে কি না। বাচ্চাটির অক্সিজেন গ্রহণের মাত্রা একটু-একটু করে কমতে থাকলে, সে খুব সহজেই উত্তেজিত হয়ে পড়ে কিংবা খুব তাড়াতাড়ি ডিপ্রেসড হয়ে ঝিমিয়ে পড়তে পারে। কারণ, তার ব্রেনে তখন অক্সিজেন পুরোপুরি যায় না বলে, উত্তেজনাটা তৈরি হয় (শুধু সেই সময়টুকুতেই)। তাই বাবা-মায়েদের বলি, এই লক্ষণগুলো যদি নিজের বাচ্চার মধ্যে দেখেন, তা হলে বুঝবেন, সিরিয়াস অ্যাজ়মা অ্যাটাক হয়েছে। আবার অনেকসময় দেখা যায়, বহুদিন ধরে বাচ্চা সারা রাত কেশে যাচ্ছে কিংবা

হাঁপানি নামক এই আপাত ভয়ংকর এই রোগটি আদতে কিন্তু ততটাও ভয়ংকর নয়, যদি তার সঠিক চিকিৎসা হয়। রোগটি নিয়ে যাবতীয় চিন্তা দূর করলেন পিডিয়াট্রিশিয়ান ডা. অপূর্ব ঘোষ।



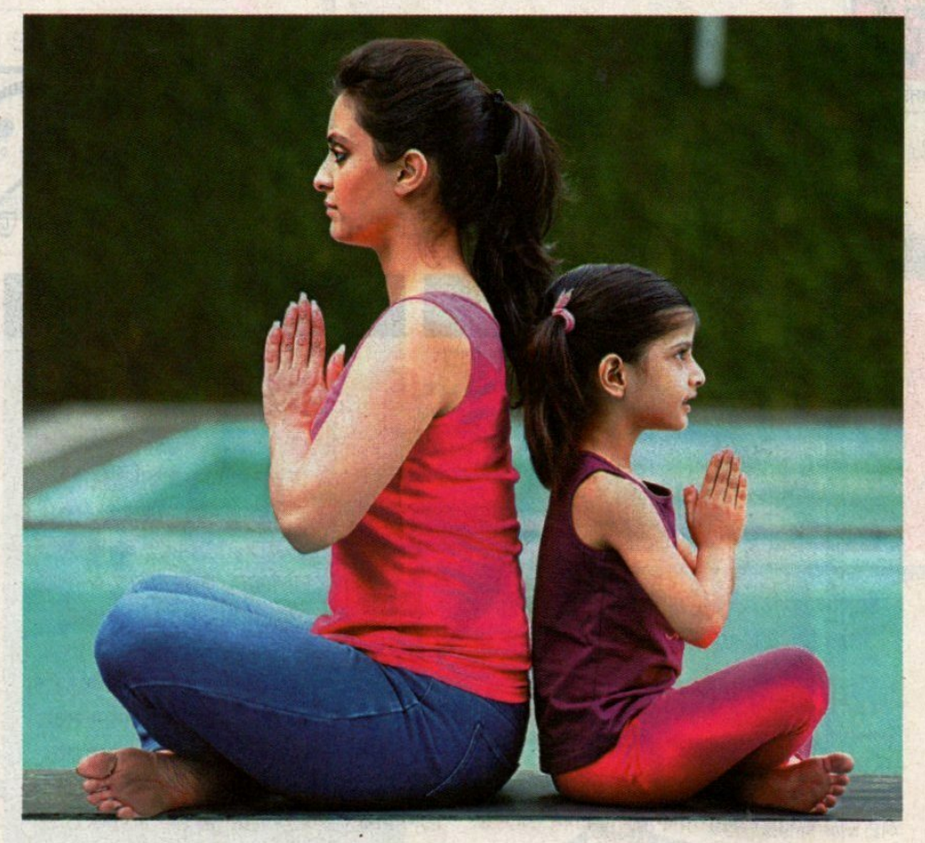
দৌড়তে গিয়ে কাশছে, এগুলোও অ্যাজমার লক্ষণ হতে পারে। এ ধরনের সমস্যা হলে, বড় বাচ্চাদের স্পাইরোমেট্রি টেস্ট করা হয়, যার মাধ্যমে ব্রিদিং ক্যাপাসিটি পরীক্ষা করে অ্যাজমা ডায়াগনিসিস করা হয়। কিন্তু ছোটদের ক্ষেত্রে ক্লিনিকাল টেস্ট এবং বাচ্চাটির পারিবারিক ইতিহাসের উপর ভরসা করতে হয়, কারণ ওরা মেশিনের সঙ্গে সহযোগিতা করতে পারে না। এর সঙ্গে বলি, এক বছর বয়সের আগে বলা যায় না যে, বাচ্চাটির অ্যাজমা হয়েছে। তবে তার আগেও অ্যাজমাটিক সিমটমস দেখা যায়।

অ্যাজমা কেন হয়?

জিনগত কারণ তো একটা রয়েছে, সেই সঙ্গে থাকে অ্যালার্জির প্রবণতা, তাকেই টার্গেট করে ইনফেকশন। তাই একে হাইপারঅ্যাকটিভ এয়ারওয়ে ডিজিজ বলা হয়। এ ধরনের রোগে আক্রান্তদের ফুসফুস যেন লজ্জাবতী লতার মতো। কিছুর স্পর্শ পেলেই কুঁকড়ে যায়।

চিকিৎসা

হাঁপানি বা অ্যাজমার চিকিৎসার সেরা উপায় হল ইনহেলার। এর দ্বারা ওষুধ সোজাসুজি লাংসে যেতে পারে, তাই সে কাজও খুব তাড়াতাড়ি করতে পারে এবং সাইড এফেক্টও কম হয়। অ্যাজমার চিকিৎসায় ওষুধ খেতে দেওয়া হলে, তার কাজ করতে অনেক বেশি সময় লাগে এবং তার ডোজও বেশি হয়। সেদিক থেকে দেখতে গেলে, ইনহেলার অনেক বেশি নিরাপদ ও কার্যকরী। অনেক মানুষেরই একটা ভুল ধারণা আছে যে, একবার ইনহেলার ব্যবহার করলে তা সারাজীবন নিতে হবে। একটা উদাহরণ দিয়ে ব্যাপারটা বোঝানো যাক। ধরুন, আপনি চশমা পরেন এবং সেটা যদি সারাজীবন পরে থাকতে হয়, তা হলে দোষটা তো চশমার নয়, সমস্যা রয়েছে আপনার চোখে। ইনহেলারও অনেকটা সেরকম। কাউকে সারাজীবন ইনহেলার নিতে হলে সমস্যাটা তার ফুসফুসের। এক্ষেত্রে আরও একটা কথা বলে রাখি, চিকিৎসা করে কিন্তু এই রোগ সারিয়ে দেওয়া যায় না, চিকিৎসার মাধ্যমে প্রতিরোধ করা যায়। তবে এ ধরনের রোগে হেলদি লাইফস্টাইল মেনটেন করাটা জরুরি। ধোঁয়া, ধুলো, তীব্র গন্ধ, স্প্রে, বিড়ালের রোম, স্যাঁতসেঁতে ঘর বা ওয়েদার... এগুলো বাচ্চাদের অ্যাজমা আরও বাড়িয়ে দেয়। খাওয়াদাওয়ার ব্যাপারে কোনও নিষেধাজ্ঞা থাকে নেই। তবে বাচ্চা যেন ওভারওয়েট না হয়, সেদিকে বাবা-মায়ের লক্ষ রাখাটা খুব দরকার। তবে কোনও খাবার খেলে যদি বাচ্চার বারবার অ্যাটাক হচ্ছে বলে মনে করেন, তা হলে সেই খাবারটা এড়িয়ে চলাই ভাল। বাচ্চা যত বেশি ফিজিকাল এক্সারসাইজ করবে, সচল থাকবে, তত সুস্থ থাকবে। যদিও কোনও-কোনও এক্সারসাইজ করলে কিন্তু বাচ্চার অ্যাটাক হতে পারে, তাকে বলা হয় এক্সারসাইজ ইনডিউসড অ্যাজমা। তবে সেই এক্সারসাইজ যদি সে ধৈর্য ধরে চালিয়ে যায় ও ধীরে-ধীরে তার সময় বাড়াতে থাকে, তা হলে তার লাংসের ক্যাপাসিটিও কিন্তু সময়ের সঙ্গে সঙ্গে বাড়তে থাকবে। এবং সে সুস্থ থাকবে।



বিখ্যাত সাঁতারু এমি ভ্যান ডাইকেনের মাত্র ছ' বছর বয়সে সিভিয়ার অ্যাজমা ধরা পড়ে। তারপর তিনি সিডনি ও আটলান্টা অলিম্পিকে সাঁতারে ছ'টি গোল্ড মেডেল জেতেন।

খুব ছোট বয়সে হাঁপানি ধরা পড়লে, ভবিষ্যতে কোনও সমস্যা হতে পারে?

যদি অ্যাজমার সঠিক চিকিৎসা হয়, তা হলে এই রোগ জীবনে কোনও প্রতিবন্ধকতার সৃষ্টি করে না। লং জাম্প এবং হেপ্টাথলনে পৃথিবীর অন্যতম সেরা অ্যাথলেট জ্যাকি জয়নার কার্সি, সাঁতারে ন'বারের অলিম্পিক চ্যাম্পিয়ন মার্ক স্পিৎজও ছিলেন অ্যাজমাটিক। কিন্তু রোগ এঁদের কারওরই এগিয়ে যাওয়ার পথে বাধা হতে পারেনি। নিজের প্রতি যদি থাকে বিশ্বাস এবং রোগের যথাযথ চিকিৎসা হয়, তা হলে এ রোগের জন্য আপনার সন্তানের জীবনে কোনও কিছুই থেমে থাকবে না।

যোগাযোগ: ৯৮৩০০৫২৮৮৭

মডেল: সুস্মিতা, মাহি
মেকআপ: সৌরভ মিত্র
ফোন: ৯৮৩৬৪৭৭৮৪২
পোশাক: প্যান্টালুনস, ল্যান্সডাউন
ফোন: ৩১৯০৮০৫৫
লোকেশন: দ্য স্টেডল, ফোন: ৬৫০০৬৮৯২
ছবি: অমিত দাস