Sandwell and West Birmingham
NHS Trust

যক্ষ্মা (টিবি)

রোগী ও ভিজিটরদের জন্য তথ্য ও পরামর্শ

সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ

আপনি যদি এই লিফলেটে কোনো সংশোধন বা পরিমার্জন করতে চান, অনুগ্রহ করে এসডব্লিউবি লাইব্রেরী সার্ভিসেস এর সাথে 3587 এক্সটেনশনে যোগাযোগ করুন অথবা *swbh.library@nhs.net.* ঠিকানায় ইমেইল করুন।

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

বার্মিংহাম ইউনিভার্সিটির একটি শিক্ষণ ট্রাস্ট

Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham NHS Trust

ML5453
প্রকাশের তারিখ: এপ্রিল 2022
পর্যালোচনার তারিখ: এপ্রিল 2025

PATIENTS
PEOPLE
POPULATION

যক্ষ্মা কী?

যক্ষ্মা (টিবি) একটি নিরাময়যোগ্য সংক্রামক রোগ যা সাধারণত ফুসফুসকে আক্রান্ত করে, তবে শরীরের অন্য কোনো অংশকেও আক্রান্ত করতে পারে।

উপসর্গগুলো কী কী?

মাইকোব্যাক্টেরিয়াম টিউবারকুলোসিস নামক একটি জীবাণুর কারণে যক্ষ্মা হয়, যা যক্ষ্মায় আক্রান্ত ব্যক্তি থেকে আক্রান্ত হওয়া যেতে পারে। যেহেতু যক্ষ্মা শরীরের বিভিন্ন অংশকে আক্রান্ত করে, তাই এটি বিভিন্ন ভাবে ছড়াতে পারে। কারো ফুসফুসে যক্ষ্মা হলে তারা এটি ছড়াতে পারেন যখন তারা কাশি অথবা হাঁচি দেন এবং তাদের লালার ক্ষুদ্রাতিক্ষুদ্র ফোঁটা অন্যেরা শ্বাসের মাধ্যমে গ্রহণ করেন।

কে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে রয়েছে?

যক্ষ্মা যেকোনো বয়সে যে কাউকে আক্রান্ত করতে পারে; তবে, সুনির্দিষ্ট কিছু দেশে যক্ষ্মার প্রকোপ বেশি এবং তাই যারা এই দেশগুলোতে জন্মগ্রহণ করেছেন অথবা এই দেশগুলোতে বেড়াতে যান তাদের যক্ষ্মা হওয়ার ঝুঁকি বেশি হতে পারে। আপনার জিপি আপনাকে পরামর্শ দিতে সক্ষম হবেন যদি আপনি যে দেশে জন্মগ্রহণ করেছেন অথবা আপনি যে দেশে বেড়াতে গেছেন সেখানে যক্ষ্মা হওয়ার ঝুঁকি বেশি কিনা।

কিছু সুনির্দিষ্ট গ্রুপের লোকজনও সংক্রমণের বেশি ঝুঁকিতে থাকতে পারে, যেমন যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কম, অপুষ্টিতে ভুগছেন অথবা যাদের দীর্ঘস্থায়ী রোগ রয়েছে।

যারা বিসিজি সংক্রমণ (যক্ষ্মা প্রতিরোধে টিকা) পেয়েছেন তাদের যক্ষ্মা হওয়ার ঝুঁকি কম; তবে কোনো টিকাই 100% সুরক্ষা দিতে পারে না।

উপসর্গগুলো কী কী?

যক্ষ্মার সবচেয়ে সাধারণ উপসর্গ হল কাশি। অন্যান্য উপসর্গগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- রক্তের-দাগযুক্ত থুতু (কফ)
- ক্ষুধামন্দা
- ওজন কমে যাওয়া
- রাতে ঘাম হওয়া
- বুকে ব্যথা

বিশেষ দ্রষ্টব্য

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

আরও তথ্যের উৎস:

এনএইচএস ওয়েবসাইট
www.nhs.uk

যক্ষ্মা সম্পর্কে তথ্য:
www.nhs.uk/conditions/tuberculosis-tb/

যক্ষ্মার বিরুদ্ধে বিসিজি টিকা সম্পর্কে তথ্য:
www.nhs.uk/conditions/vaccinations/bcg-tuberculosis-tb-vaccine/

এনএইচএস 111 পরিষেবা:
https://111.nhs.uk/

এই পুস্তিকার তথ্যের জন্য যেসব উৎস ব্যবহার করা হয়েছে

- ন্যাশনাল ইন্সটিটিউট ফর হেলথ অ্যান্ড কেয়ার এক্সিলেন্স (2019)। টিউবারকুলোসিস NICE নির্দেশিকা [NG33]. এখানে পাওয়া যায় https://www. nice.org.uk/guidance/ng33 (4 এপ্রিল 2022 তারিখে অ্যাক্সেস করা হয়েছে)
- ব্রিটিশ থোরাসিক সোসাইটির জয়েন্ট টিউবারকুলোসিস কমিটি। (2000). যুক্তরাজ্যে যক্ষ্মা নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ: অনুশীলন কোড 2000। Thorax, 55(11), 887-901.
- Joint, T. (1998). যুক্তরাজ্যে যক্ষ্মার কেমোথেরাপি ও ব্যবস্থাপনা: সুপারিশ 1998 Thorax, 53(7), 536.

ইউকে হেলথ সিকিউরিটি অ্যাজেন্সি (2013)। টিউবারকুলোসিস: দ্যা গ্রিন বুক, অধ্যায় 32: পাবলিক হেলথ পেশাদারদের জন্য যক্ষ্মা টিকাদান সংক্রান্ত তথ্য, আপডেট সহ। এখানে পাওয়া যায়: https:// www.gov.uk/government/publications/tuberculosis-the-green- book-chapter-32 (4 এপ্রিল 2022 তারিখে অ্যাক্সেস করা হয়েছে)।

- জ্বর (উচ্চ তাপমাত্রা)

যদি যক্ষ্মা লসিকা গ্রন্থিগুলোকে আক্রান্ত করে তবে ঘাড়ে পিণ্ড হতে পারে। যক্ষ্মা শরীরের যেকোনো অংশকেও আক্রান্ত করতে পারে তাই অন্যান্য উপসর্গও থাকতে পারে।

কিভাবে যক্ষ্মা রোগ নির্ণয় করা হয়?

ফুসফুসের যক্ষ্মা সাধারণত বুকের এক্স-রে দ্বারা এবং থুতুর (কফ) নমুনা পরীক্ষা করে নির্ণয় করা হয়। বিভিন্ন ধরনের পরীক্ষা করার পরে শরীরের অন্যান্য অংশে যক্ষ্মা ধরা পড়তে পারে

আপনি যদি যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত হন তবে আপনার পরিবারের কোনো ঘনিষ্ঠ সদস্যও সংক্রমিত হতে পারেন। তাদের প্রয়োজন হতে পারে এমন কোনো পরীক্ষা সম্পর্কে, এই পরিবারের সদস্যদের চেস্ট ক্লিনিক কর্তৃক অবহিত করা হবে, যেমন বুকের এক্স-রে।

যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসা কী?

সক্রিয় যক্ষ্মার চিকিৎসায় ট্যাবলেটের সমন্বয়ে করা কোর্স থাকে যা সাধারণত ছয় থেকে নয় মাসের জন্য নিয়মিতভাবে গ্রহণ করার প্রয়োজন হয়। আপনার যদি যক্ষ্মা ধরা পড়ে তবে আপনাকে আরও পরীক্ষা এবং চিকিৎসা শুরু করানোর জন্য হাসপাতালে ভর্তি করা হতে পারে।

আপনি হাসপাতাল থেকে ছাড়া পাওয়ার পর আপনাকে শুরুতে প্রতি তিন থেকে চার সপ্তাহে একবার বহির্বিভাগের একজন কনসাল্ট্যান্টের সাথে দেখা করতে ফিরে আসতে হতে পারে, এবং তারপরে কম ঘন ঘন আসতে হতে পারে এবং চেস্ট ক্লিনিকেও ফলো আপ করা যেতে পারে।

অনেক ক্ষেত্রে, যক্ষ্মায় আক্রান্ত ব্যক্তিদের নিজের বাড়িতেই চিকিৎসা দেওয়া হয়। এই ক্ষেত্রে আপনার যত্ন কমিউনিটি টিবি নার্স এবং চেস্ট ক্লিনিক দ্বারা পরিচালিত হবে। নার্সদের দ্বারা আপনাকে দেওয়া আমাদের পরামর্শ অনুসরণ করা এবং আপনার ওষুধ খাওয়া চালিয়ে যাওয়াটা গুরুত্বপূর্ণ। আপনার যদি কোনো উদ্বেগ থেকে থাকে তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার কমিউনিটি টিবি নার্স অথবা জিপি'র সাথে কথা বলুন।

চিকিৎসা গ্রহণের সুবিধা কী কী?

সফল চিকিৎসা বলতে সাধারণত বোঝায় যে কোনো সংক্রমিত ব্যক্তি কোনো বড় ধরণের জটিলতা ছাড়াই আরোগ্যলাভ করেন।

চিকিৎসা গ্রহণের ঝুঁকিগুলো কী কী?

ট্যাবলেটগুলোর কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া রয়েছে যেমন:

- প্রস্রাবের বিবর্ণতা
- বমি বমি ভাব হওয়া বা বমি করা
- জন্ডিস, ফুসকুড়ি, ঝিঁঝিঁ ধরা, মাথা ঘোরা এবং দৃষ্টিশক্তির ব্যাঘাত।

আপনার মধ্যে যদি এই সমস্যাগুলোর মধ্যে কোনো একটির বিকাশ হয় তবে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার ডাক্তারের কাছে রিপোর্ট করুন।

চিকিৎসা না করার ঝুঁকিগুলো কী কী?

আপনি যদি আপনার ওষুধ গ্রহণ না করেন অথবা ওষুধের পুরো কোর্স শেষ না করেন তবে আপনার সংক্রমণ আরও খারাপ হতে পারে এবং ক্ষেত্র বিশেষে প্রাণঘাতী হতে পারে। এর পাশাপাশি, যদি আপনি চিকিৎসা না করেন অথবা আপনার চিকিৎসা সম্পূর্ণ না করেন তবে আপনি অন্য লোকজনদের সংক্রমিত করার এবং বহু ওষুধ প্রতিরোধী যক্ষ্মা হওয়ার ঝুঁকিতে রয়েছেন (যক্ষ্মা যা চিকিৎসায় সাড়া দেয় না)।

অন্য কোনো বিকল্প চিকিৎসা আছে কি?

অন্য কোন কার্যকর চিকিৎসা উপলব্ধ নেই।

কিভাবে যক্ষ্মার বিস্তার রোধ করা যায়?

আপনি কয়েক সপ্তাহ ধরে চিকিৎসা না নেওয়া পর্যন্ত আপনি সংক্রামক হয়ে থাকতে পারেন। অন্যদের মধ্যে রোগ ছড়ানো প্রতিরোধ করতে:

- কাশির সময় আপনার নাক ও মুখ ঢেকে রাখুন
- টিস্যুগুলো সাবধানে বিনে ফেলে দিন এবং আপনার হাত ভাল করে ধুয়ে ফেলুন
- আপনার সকল যক্ষ্মা ওষুধ সেবন করুন ঠিক যেমনটি আপনার ডাক্তার নির্দেশ দিয়েছেন
- যতক্ষণ না আপনার জিপি অথবা টিবি নার্স/ডাক্তার আপনাকে বলেন যে ফিরে যাওয়া নিরাপদ ততক্ষণ কাজ/স্কুল থেকে দূরে থাকুন।

আপনি যদি হাসপাতালে ভর্তি হয়ে থাকেন?

যদি আপনি হাসপাতালে ভর্তি হন তবে আপনাকে একটি ওয়ার্ডের একটি রুমে পরিচর্যা দেওয়া হবে এবং আপনার রুমে থাকাটা গুরুত্বপূর্ণ। এটি অন্যান্য রোগীদের সুরক্ষার জন্য যারা সংক্রমণের ব্যাপারে স্পর্শকাতর হতে পারেন। যদি আপনাকে পরীক্ষা/তদন্তের (যেমন এক্স-রে) জন্য আপনার রুম ছেড়ে যাওয়ার প্রয়োজন হয় তবে আপনাকে মাস্ক পরতে বলা হতে পারে আপনি যদি সংক্রামক হয়ে থাকেন। আপনাকে সম্ভবত প্রায় দুই সপ্তাহের জন্য আইসোলেশনে থাকতে হতে পারে এবং চিকিৎসা কাজ করছে কিনা তা দেখার জন্য আরও থুতুর নমুনা নেওয়া হবে।

ভিজিট করছেন এমন কোনো পরিবারের সদস্যের যদি যক্ষ্মা অথবা যক্ষ্মার উপসর্গ থাকে তবে হাসপাতালকে জানানোটা জরুরি। যদি তারা সংক্রামক বলে বিবেচিত হন তবে তারা আর সংক্রামক নন এমন না হওয়া পর্যন্ত ভিজিট (যদি না কোনো অসাধারণ পরিস্থিতি হয়ে থাকে) না করার জন্য অনুরোধ করা যেতে পারে।

যোগাযোগের ঠিকানা

যদি আপনার কোনো প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থেকে থাকে তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার দেখাশোনাকারী ডাক্তার, আপনার জিপি, কমিউনিটি টিবি নার্স অথবা হাসপাতালের সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ নার্সের সাথে কথা বলুন।

কমিউনিটি টিবি নার্সেস
স্যান্ডওয়েল রেসিডেন্টস

0121 507 3107

বার্মিংহ্যাম রেসিডেন্টস

হার্ট অফ ইংল্যান্ড এনএইচএস ট্রাস্ট
0121 424 2000 (বার্মিংহ্যাম চেস্ট ক্লিনিককে চান)

কন্ট্রোল ইনফেকশন সার্ভিস - এসডব্লিউবিএইচ

0121 554 3801 অথবা 0121 507 5195

এনএইচএস (The NHS)-এর জরুরী অবস্থা না থাকাকালীন সময়ের নম্বর

এনএইচএস 111