পার্কিনসন্স সম্পর্কে কিছু কথা

PARKINSON'S[UK]

CHANGE ATTITUDES. FIND A CURE. JOIN US.

A quick introduction to Parkinson's

Bengali

যদি অতি সম্প্রতি ডাক্তার আপনাকে বলে থাকেন যে আপনার পার্কিনসন্স হয়েছে, অথবা পার্কিনসন্স হয়েছে এমন কাউকে যদি আপনি চিনেন, তবে আপনার মনে সম্ভবত অনেক প্রশ্ন, এবং সম্ভবত কিছু দুশ্চিন্তা রয়েছে। আর এখানেই পার্কিনসন্স ইউ.কে আপনাকে সাহায্য করতে পারে।

আমরা ইউ.কে-র একটি চ্যারিটি বা দাতব্য সংস্থা। আমরা পার্কিনসন্স রোগী ও রোগীর পরিবার পরিজনদের সাহায্য করি। আমরা রোগ নিরাময়ের একটি চিকিৎসা বের করতে প্রতিশ্রুতিবদ্ধ। আমরা পার্কিনসন্স রোগী ও রোগীর পরিবারের লোকদের জীবন সহজ করে তোলার ব্যাপারে ওয়াদাবদ্ধ। আমাদের কাছ থেকে পাবেন অনেক ধরনের তথ্য ও সাহায্য, যার মধ্যে রয়েছে আমাদের পারদর্শীদের ও নার্সদের সাহায্য, গোপনীয় হেল্পলাইন, আমাদের ওয়েবসাইট এবং 360 এরও বেশি স্থানীয় সংগঠন।

সুশিলা ও রমন

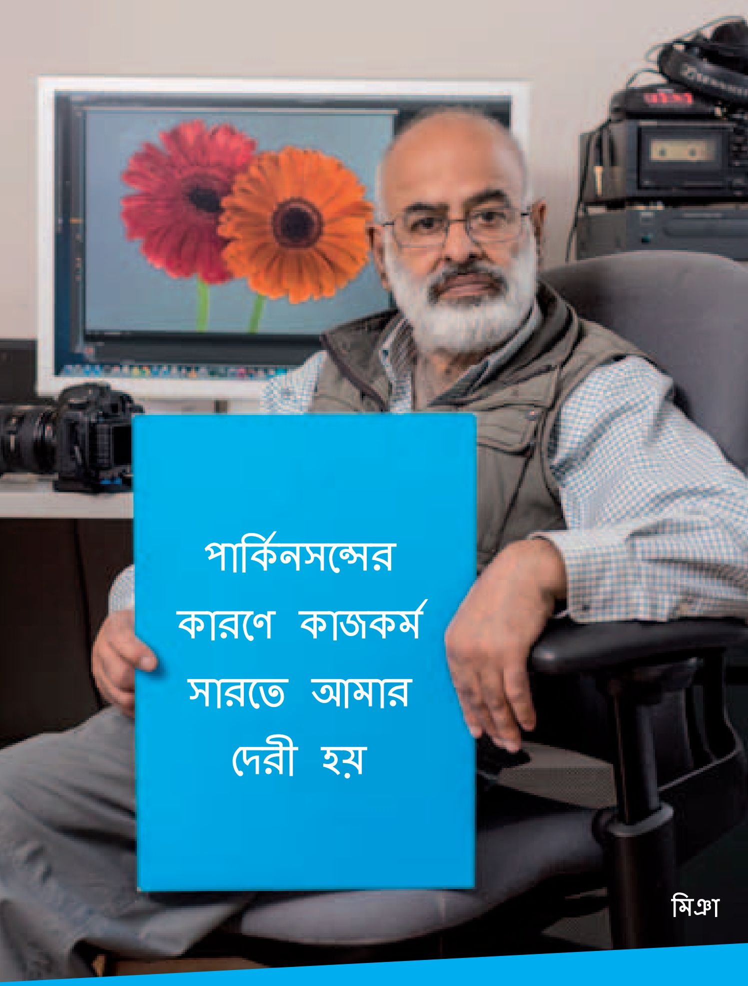
পার্কিনসন্স একজনের কাছ থেকে আরেক জনের কাছে সংক্রামিত হয় না। এটা পরিবারের একজনের কাছ থেকে বংশানুক্রমে আরেক জনের কাছে যায় না। পার্কিনসন্স অধিকাংশ রোগীর আয়ু কমায় না। পার্কিনসন্স কেন হয় তা এখনো আমরা জানি না।

একেক জনের বেলায় রোগের লক্ষণ একেক ধরনের হয়। একেক জনের ক্ষেত্রে রোগ বাড়ার গতিও একেক পরিমাণের হয়ে থাকে। বর্তমানে পার্কিনসন্স দূর করার ওষুধ বা চিকিৎসা নেই। তবে অনেক ওষুধ আছে যেগুলো দিয়ে রোগের অনেক লক্ষণ দমিয়ে রাখা যায়।

সোনিয়া

প্রতি 500 জনের মধ্যে একজন লোকের পার্কিনসন্স রয়েছে। এই হিসাবে ইউ.কে-তে প্রায় 127,000 লোকের পার্কিনসন্স রয়েছে। বেশির ভাগ ক্ষেত্রে 50 বা তার বেশি বয়সে পার্কিনসন্স হয়। তবে আরো কম বয়সেও তা হতে পারে।

55–74বছর বয়সে অধিকাংশ লোকের পার্কিনসন্স রোগ নির্ণয় করা হয়। 40 বছরের নিচের বয়সের প্রতি 20 জনের মধ্যে একজনের রোগ নির্ণয় করা হয়।



মানুষের ব্রেইনে নির্দিষ্ট কিছু স্নায়ুকোষ আছে যেগুলো ডপামাইন নামক এক ধরনের রাসায়নিক পদার্থ তৈরি করে। যাদের পার্কিনসন্স হয় তাদের ব্রেইনের ডপামাইন তৈরিকারক স্নায়ুকোষগুলো মরে যায়। ব্রেইনে ডপামাইনের অভাব দেখা দিলে নড়তে চড়েতে বা উঠতে বসতে বড় সমস্যা হয়।

পার্কিনসন্সের কারণে কিছু লোকের হাত ও শরীর কাঁপে। ফলে দৈনন্দিন স্বাভাবিক কাজকর্ম সারতে যেমন খেতে, জামাকাপড় পরতে, ফোন বা কমপিউটার ব্যবহার করতে সমস্যা হতে পারে।

কোলমদর,
সোহাগ ও খদিজা

পার্কিনসন্স রোগীদের অনেক সময় স্বাধীন ভাবে চলতে ফিরতে বা নড়তে চড়তে সমস্যা হয়। অনেক সময় মাংসপেশী শক্ত হয়ে যায়। অনেক সময় নড়াচড়া বা চলন্ত থাকা অবস্থায় শরীর হঠাৎ স্থির হয়ে যায় – মনে হয় যেন দুই পা কাদার মধ্যে আটকে গেছে। ফলে রোগী আর নড়তে পারেন না। হাত ও বাহুগুলোও স্থির হয়ে যেতে পারে, মনে হবে যেন ভুলে গেছেন কি করবেন।

পার্কিনসন্সের কারণে শুধু নড়াচড়ায় বা চলাফেরায়ই সমস্যা হয় না। এর সাথে ব্যথা, দুশিচন্তা, স্মরণশক্তির সমস্যা এবং প্রস্রাব পায়খানা আটকিয়ে রাখতে না পারা, ইত্যাদি সমস্যাও হতে পারে। ফলে রোগীর দৈনন্দিন স্বাভাবিক কাজকর্মগুলো সারতে বিরাট সমস্যা হতে পারে।

রোগের লক্ষণগুলো দমিয়ে রাখার অনেক ওষুধ আছে। কোনো একটি ওষুধ কারোর বেলায় কাজ করলেও অন্যজনের বেলায় কাজ নাও করতে পারে। কারোর বেলায় বেশি মাত্রার ওষুধ বা একসাথে একাধিক ওষুধ নিতে হতে পারে। কারোর বেলায় কম মাত্রার ওষুধ ঘন ঘন নিতে হতে পারে।

সময় চলার সাথে সাথে ওষুধ বদলানোর দরকার হতে পারে। কিছু লোকের জন্য সার্জারি বা ওপারেশন করার দরকার হতে পারে, তবে তা নির্ভর করবে তাদের লক্ষণগুলোর উপর। ফিজিওথেরাপি, স্পীচ এন্ড ল্যাংগুয়েজ থেরাপি, এবং ওকুপ্যাশন্যাল থেরাপি থেকেও উপকার পাওয়া যায়।

পার্কিনসন্সের সমস্যাগুলো দিনে দিনে, ঘন্টায় ঘন্টায় বদলাতে পারে। আজ যদি একটা সমস্যা হয় তবে কাল হয়তো তা আর দেখা যাবে না।

যদিও জীবনে সমস্যা হতে পারে তবুও অনেক পার্কিনসন্স রোগী সক্রিয় এবং তৃপ্তিকর জীবন যাপন করেন।

আপনার সবে রোগনির্ণয় করা হয়ে থাকলে বা আরও কিছু জানতে চাইলে, আমাদের *পার্কিনসন্স অ্যান্ড ইউ, লিভিং উইথ পার্কিনসন্স* বা *দ্য কেয়ারার্স গাইড* পুস্তিকাগুলি দেখুন।

অর্ডার দেবার জন্য **parkinsons.org.uk/publications** ওয়েবসাইট দেখুন **0845 121 2354** নম্বরে কল্ করুন বা **resources@parkinsons.org.uk** ঠিকানায় ই-মেল দিন

সমস্ত ইউ.কে-তে তথ্য, সাহায্য ও স্থানীয় সংগঠনগুলোর নেটওয়ার্ক সহ. আমাদের প্রকাশিত তথ্য ও সাহায্যগুলো সম্পর্কে জানার জন্য ভিজিট করুন **parkinsons.org.uk** বা ফোন করুন **0808 800 0303**। বাঙালী ইন্টারপ্রিটারের ব্যবস্থা আছে।

প্রতিটি ঘন্টায় ইউ.কে-র কাউকে না কাউকে ডাক্তার বলছেন যে তার পার্কিনসন্স হয়েছে। আমরা আছি সাহায্য করার জন্য, সুতরাং কাউকেই আর একা একা পার্কিনসন্সের মোকাবেলা করতে হবে না।

আমাদের স্থানীয় সংগঠনগুলোর নেটওয়ার্ক, আমাদের ওয়েবসাইট এবং বিনামূল্যের গোপনীয় হেল্পলাইনের মাধ্যমে আমরা পার্কিনসন্স রোগীদের, তাদের কেয়ারারদের ও পরিবারদের একত্রিত করি। পার্কিনসন্সের সাথে জড়িত প্রতিটি বিষয়ে আমাদের স্পেশ্যালিস্ট নার্সরা, আমাদের সমর্থক ও কর্মীরা তথ্য ও প্রশিক্ষণ প্রদান করেন।

ইউ.কে-র পার্কিনসন্স সহায়তা ও গবেষণাকারী চ্যারিটি সংস্থা হিসাবে আমরা পার্কিনসন্স নিরাময়ের চিকিৎসা বের করার জন্য গবেষণা চালিয়ে যাচ্ছি এবং আমরা তা আবিষ্কারের খুব কাছাকাছি চলে এসেছি। তাছাড়া আমরা মানুষের মনোভাব বদলানোর এবং উন্নত মানের সেবা প্রদানের দাবী আদায়ের জন্য কাজ করি।

আমাদের কাজ সম্পূর্ণরূপে মানুষের অর্থ সাহায্যের উপর নির্ভরশীল। পার্কিনসন্স নিরাময়ের চিকিৎসা বের করতে এবং পার্কিনসন্স রোগীর জীবন উন্নত করতে আমাদেরকে সাহায্য করুন।

পার্কিনসন্স ইউ.কে

ফ্রি* গোপনীয় হেল্পলাইন **0808 800 0303**

টেকস্ট রিলে **18001 0808 800 0303**

সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 9টা-সন্ধ্যা 8টা, শনিবার সকাল 10টা-বিকাল 2টা। ইন্টারপ্রিটারের ব্যবস্থা আছে।

* ইউ.কে-র ল্যান্ডলাইন এবং অধিকাংশ মোবাইল নেটওয়ার্ক থেকে কলচার্জ ফ্রি।

parkinsons.org.uk
hello@parkinsons.org.uk

সর্বশেষ সংস্করণ জুলাই 2012। পরবর্তী সংস্করণ জুলাই 2014।
L001B

This resource is supported by The Medtronic Foundation and we are grateful for their generous gift. Our supporters don't have any input into the content of our publications.

এই প্রচারপত্রটি প্রস্তুত ও প্রকাশ করার জন্য দ্য মেডট্রনিক ফাউন্ডেশন কিছু টাকা দান করেছে এবং তাদের এই উদার উপহারের জন্য আমরা কৃতজ্ঞ। আমাদের সমর্থকরা টাকা দিলেও এই প্রচারপত্রটির বিষয়বস্তুর ওপর তাদের কোন দখল নেই।

© পার্কিনসন্স ইউ.কে, জুলাই 2012 পার্কিনসন্স ইউ.কে পার্কিনসন্স ডিজিজ সোসাইটি অব দি ইউনাইটেড কিংডমের ব্যবসায়িক নাম। ইংল্যান্ড ও ওয়েলসে (258197) এবং স্কটল্যান্ডে (SC037554) রেজিস্ট্রিকৃত একটি চ্যারিটি।