

সিকল্ সেল রোগ

সিকল্ সেল রোগটা কি?

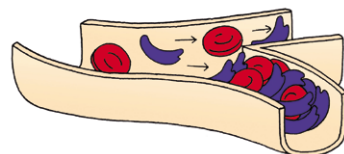
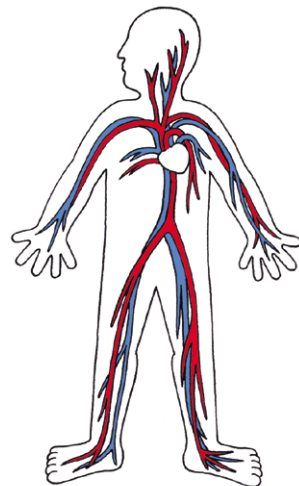
সিকল্ সেল, একটা গম্ভীর রক্তের রোগ। ঐ রোগটা পরিবারে বংশানুক্রমে চলে।

সিকল্ সেল রোগ দ্বারা শরীরের অক্সিজেন সঞ্চারিত রক্ত কণিকা ক্ষতিগ্রস্ত হয়।

সিকল্ সেল রোগে, লোহিত কোণিকাগুলো শক্ত হয়ে যেতে পারে এবং শিরাস্থলোর ভিতর দিয়ে বাহিত হওয়ার সময় কণিকাগুলো আটকে যেতে পারে। এর মানে হল যে অক্সিজেন শরীরের সব দিকে পৌঁছাতে পারে না।

সিকল্ সেল রোগ দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিদের সামাজ্যাতিক ব্যথা হতে পারে। তাদের শরীরের অন্য অংশেও সমস্যা দেখা দিতে পারে।

সংক্রমণ থেকে সুরক্ষিত থাকার জন্য তাদের জীবনভর ঔষধের প্রয়োজন হবে। কোনো কোনো সময় ব্যথা কমানোর জন্য তাদের ঔষধের প্রয়োজন হতে পারে।



নিজের ডাক্তারের সাথে তাদের নিয়মিত ভাবে স্বাস্থ্য-পরীক্ষা করা উচিত এবং সুনিশ্চিত করা উচিত যে তারা স্বাস্থ্যবান খাবার খায়, প্রচুর পরিমাণে পানি পান করে এবং সযত্নে ব্যায়াম করে।



অসুস্থ অনুভব করার সময় বা জীবনের সাথে পেরে ওঠার আশ্রয় চেষ্টা করার সময়, সিকল্ সেল রোগ দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিদের নিজের পরিবার, বন্ধু এবং আশেপাশের লোকদের সাহায্যের প্রয়োজন হয়। কিছু লোকদের জীবনভর সাহায্যের প্রয়োজন হয়।



সিকল সেল বংশানুক্রমে পরিবারে চলে কারণ এটা একটা ‘বংশানুগত’ রোগ। যে ব্যক্তিদের মধ্যে রোগটা না থাকে তাদের মধ্যেও একটা ‘জীন’ থাকতে পারে যেটা তারা তাদের বাচ্চাদের দিতে পারে। এমন ব্যক্তিদের ‘বাহক’ বলা হয় (কিংবা কোনো কোনো সময় আমরা বলি যে তাদের একটা ‘প্রলক্ষণ’ রয়েছে)।

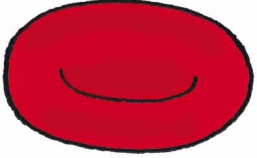
জীন হল এমন ধরনের কোড যেগুলো আপনার শরীর কে নিয়ন্ত্রিত করে। উদাহরণের সরুপ, আপনার চোখের রঙ, আপনি কত লম্বা হবেন, তা জীন দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়ে থাকে - আপনার সুন্দর হাসি হবে কি না তাও!

নিম্নলিখিত তথ্যের মাধ্যমে আপনি সিকল সেল রোগ দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিদের সাহায্য করতে পারেন:

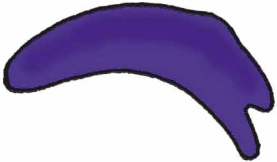
- রোগের বিষয়ে খোলাখুলিভাবে কথা বলে এবং সুনিশ্চিত করে যে ব্যক্তিদের প্রয়োজনীয় তথ্য তাদের কাছে থাকে
- সাহায্য এবং সমর্থন প্রদান করে
- ব্যক্তি, তাদের সঙ্গী এবং তাদের পরিবারের সাথে স্ক্রীনিং রক্ত পরীক্ষার বিষয়ে কথা বলে। (অনুগ্রহ করে পরীক্ষা করাবার বিষয়ে আমায় কেন জবা উচিত নামক ফ্ল্যাঙ্কশীটটা দেখুন)। যদি পরিবারে একজন ব্যক্তির সিকল সেল থাকে তাহলে, অন্যদেরও হতে পারে বা তারা বহন করতে পারে। পরীক্ষাটা দেখাবে যে এমন কোনো ঝুঁকি রয়েছে কি না যার দ্বারা ব্যক্তি নিজের বাচ্চাদের ঐ সিকল সেল রোগটা দিতে পারে।
- কিছু মনে রাখবেন: সিকল সেল রোগের দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিদের এমন সময় থাকবে যখন তারা সুস্থ থাকবে। যখন তাহারা নিজেদের কাজ করতে চায় তখন অথথা উত্তেজনা দেখাবেন না।



আপনি কি জানতেন?



- সিকল সেল রোগের একটা পরিবার আছে। কিছু সিকল সেল রোগ অন্য সিকল সেল রোগের চেয়ে বেশি গম্ভীর হয়। সব চেয়ে গম্ভীর রূপ কে সিকল সেল অ্যানীমিয়া (রক্তাল্পতা) বলা হয়।
- বিশ্বে, সিকল সেল রোগ সবচেয়ে সাধারণ রোগ যেটা পরিবারে বংশানুক্রমে চলে।
- ইংল্যান্ডে প্রায় 240,000 ব্যক্তির সিকল সেল জীনের ‘বাহক’।
- বাহক হওয়া ম্যালেরিয়া থেকে সুরক্ষা প্রদান করতে পারে। তাই জন্য ম্যালেরিয়ার অঞ্চলে সিকল সেল রোগ বেশি দেখা দেয় যেমন ধরুন অ্যাফ্রিকা। তবে বাহকদের ম্যালেরিয়া থেকে সুরক্ষিত থাকার জন্য নিয়ম - মার্কিন সাধারণ ঔষধ নেওয়া উচিত।
- ইংল্যান্ডে সকল শিশু এবং সকল গর্ভবতী মহিলাদের সিকল সেল রোগের জন্য একটা পরীক্ষা প্রদান করা হয়।
- আপনি নিজের জীবনে যে কোনো সময় পরীক্ষা করতে পারেন। বাচ্চা কে জন্ম দেওয়ার নির্ণয় নেওয়ার আগে ঐ পরীক্ষাটা করানো ভালো অভিমায় হবে।



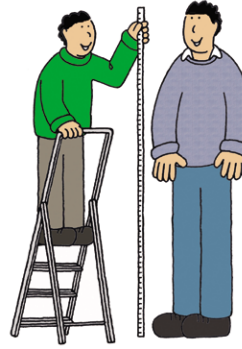
কি ভাবে ব্যক্তিদের সিকল সেল রোগ হয়?

সিকল সেল রোগটা জীনের মাধ্যমে মাতা-পিতা থেকে বাচ্চাদের হয়। জীন হল এমন ধরনের কোড যেগুলো আপনার শরীর কে নিয়ন্ত্রিত করে থাকে। উদাহরণের জন্য, আপনার চোখের রঙ, আপনি কতটা লম্বা হবেন সব জীন দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়ে থাকে- এমন কি আপনার সুন্দর হাসি হবে কি না তাও!

আমরা
উত্তরাধিকারসূত্রে
নিজেদের মাতা-পিতা
থেকে অনেক কিছু
পাই...



আমাদের বাদামি
রঙের চোখ



আমাদের
উচ্চতা

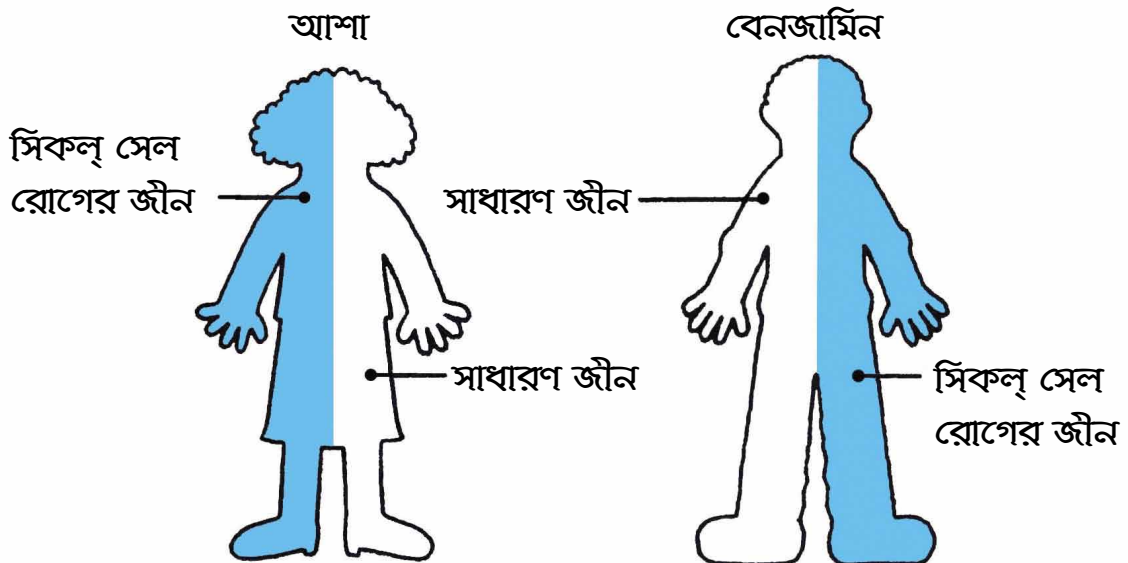
আমাদের সুন্দর
হাসি



ব্যক্তিদের কেবল তখন সিকল সেল রোগ হয় যখন তারা দুইটা অসাধারণ জীন পায় - একটা তাদের পিতা থেকে এবং একটা তাদের মা থেকে।

আশা এবং বেনজামিন দুজনারই সুস্থ - দুজনের মধ্যে কাহারো বস্তুত সিকল সেল রোগ নেই। কিন্তু যেহেতু দুজনের একটা অসাধারণ জীন আছে তাই, শিশু রোজের রোগটা হয়েছে।

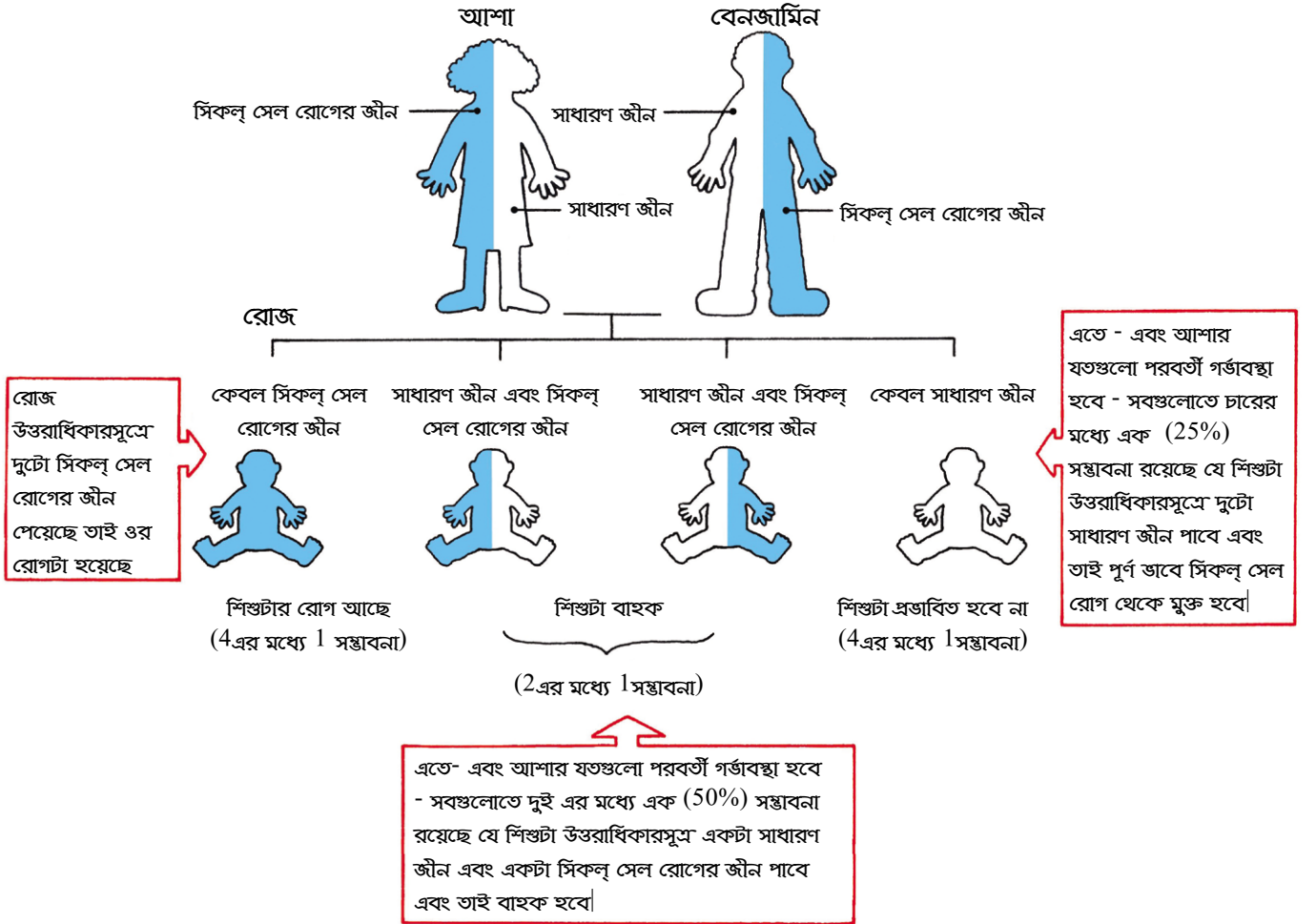
নিচে দেওয়া চিত্রটা দেখায় যে কেমন করে আশা এবং বেনজামিন দুজনার একটা জীন আছে যেটা সাধারণ রক্ত বানায় এবং একটা জীন আছে যেটা অসাধারণ বা 'সিকল সেল' রক্ত বানায়।



আমরা আশা এবং বেনজামিন কে 'বাহক' বলি। কোনো কোনো সময় এটাকে সিকল সেলের 'প্রলক্ষণ' হওয়া বলা হয়। কিন্তু তারা তাদের বাচ্চা কে ঐ অসাধারণ জীনটা দিতে পারে। প্রত্যেক বার আশা এবং বেনজামিনের বাচ্চা হয়, 4এর মধ্যে 1(25%) সম্ভাবনা রয়েছে যে শিশুটা উত্তরাধিকারসূত্রে সিকল সেল রোগ পাবে।

প্রত্যেক বার আশা এবং বেনজামিনের বাচ্চা হয়, ঐ সম্ভাবনাটা একই থাকবে। তাদের পরবর্তী বাচ্চার ও রোজের মতন সিকল সেল রোগ হতে পারে বা সে বাহক হতে পারে বা সে পূর্ণ ভাবে সিকল সেল থেকে মুক্ত হতে পারে। প্রত্যেক বার আশা গর্ভধারণ করে ঐ সম্ভাবনাগুলো একই থাকবে।

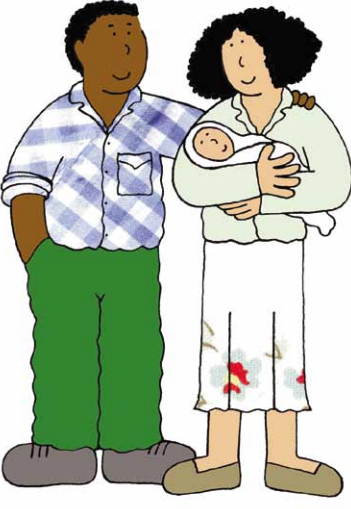
ঐ ছবিটা দেখায় যে তারা কি করে রোজ কে ঐ রোগটা দিয়েছে।



মনে রাখবেন

আপনি যেমন ভাবে সর্দি দ্বারা আক্রান্ত হন তেমন ভাবে আপনি সিকল সেল রোগ দ্বারা আক্রান্ত হতে পারেন না। আপনি কেবল মাত্র উত্তরাধিকারসূত্রে নিজের মাতা-পিতা থেকে ঐ রোগটা পেতে পারেন।





আমাকে পরীক্ষা করার বিষয়ে কেন ভাবা উচিত?

সিকল সেল রোগের পরীক্ষা জানার চেষ্টা করে যে আপনি একটা 'বাহক' কি না - আপনি একটা অসাধারণ জীন বহন করেন কি না। (কিছু কিছু লোকেরা এটাকে একটা 'প্রলক্ষণ' বলে)।

যদি আপনি বাহক হন তাহলে, সম্ভাবনা রয়েছে যে বাচ্চা হওয়ার সময় আপনি তাকে ঐ অসাধারণ জীনটা দিতে পারেন। যেহেতু বাহকরা সাধারণত সুস্থ থাকে তাই পরীক্ষা না করলে আপনি জানতে পারবেন না যে আপনি বাহক কি না।

এটা একটা সাধারণ রক্ত পরীক্ষা যার জন্য কেবল কিছু মিনিট লাগে।

যদি পরীক্ষা দেখায় যে আপনি একটা বাহক তাহলে, এটা গুরুতর যে বাচ্চার মাতা বা পিতাও পরীক্ষা করে দেখে যে সে ও বাহক কি না। শিশুদের কেবল তখন রোগটা হতে পারে যদি মাতা-পিতা দুজনাই বাহক হয়।

যখন মাতা-পিতা দুজনাই বাহক হয়, তখন 4এর মধ্যে 1(25%) সম্ভাবনা রয়েছে যে বাচ্চাটা উত্তরাধিকারসূত্রে রোগটা পাবে।



মনে রাখবেন

আপনি আপনার জীবনে যে কোনো সময় পরীক্ষা করে দেখতে পারেন যে আপনি সিকল সেলের জীন বহন করেন কি না

আমি কি ভাবে পরীক্ষা করতে পারি?

আদর্শিকভাবে বাচ্চা কে জন্ম দেওয়ার নির্ণয় নেওয়ার আগে আপনি এবং আপনার সঙ্গী দুজন কে ঐ পরীক্ষাটা করানোর জন্য অনুরোধ করা উচিত। আপনি নিজের পরিবারের ডাক্তার (জীপী) বা আপনার স্থানীয় সিকল সেল কেন্দ্রের কাছে অনুরোধ করতে পারেন।

যদি আপনি গর্ভবতী হন তাহলে গর্ভাবস্থায় আপনার দেখাশোনার একটা অংশের রূপে আপনাকে স্বয়ংক্রিয়ভাবে ঐ পরীক্ষা প্রদান করা হবে। যতটা তাড়াতাড়ি হতে পারে ততটা তাড়াতাড়ি ঐ পরীক্ষাটা করা সব চেয়ে ভালো হবে - 10 সপ্তাহের আগে।

ইংল্যান্ডে সকল সদ্যোজাত শিশুদের সিকল সেলের জন্য একটা পরীক্ষা প্রদান করা হয়। এমন করা হয় কেন না অবিলম্বে চিকিৎসা শুরু করা ভীষণ গুরুত্বপূর্ণ। ঐ পরীক্ষাটা দেখাবে যে সেই শিশু একটা বাহক কি না।



শিশুদের পরীক্ষাতে কেবল ওদের গোড়ালিতে সূচ ফুটিয়ে একটু রক্ত নেওয়া হয় এবং এটা অন্য রক্তস্পট পরীক্ষাগুলোর সাথে একই সময় করা হয়।

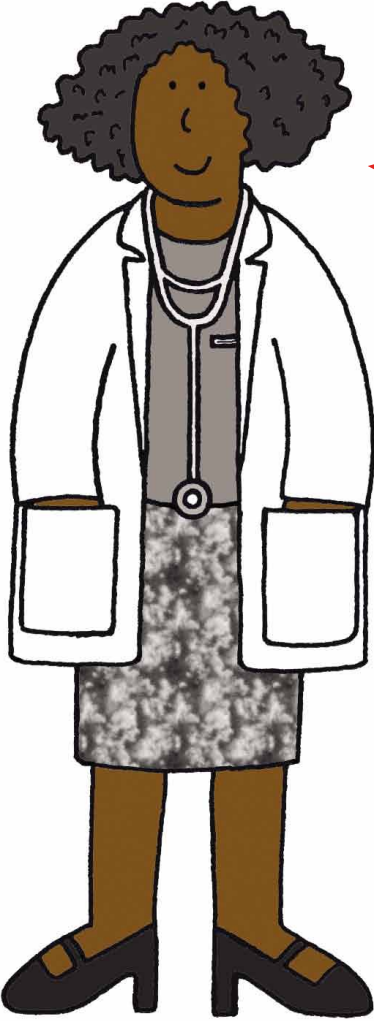
আমার পরীবারের জন্য পরীক্ষা করার কি অর্থ হতে পারে?

পরীক্ষার বিষয়টা বুঝিয়ে আপনি আপনার পরিবারের সাহায্য করতে পারেন। এইটা বিশেষ ভাবে গুরুত্বপূর্ণ হবে যদি তাদের মধ্যে কেউ গর্ভবতী হয় বা যদি কেউ বাচ্চা হওয়ার বিষয়ে ভাবছে।

কোনো কোনো সময় বাহক হওয়ার কথা জানাটা কঠিন হতে পারে। কিছু কিছু লোকেরা লজ্জিত অনুভব করতে পারেন কিংবা তারা চিন্তিত হতে পারেন যে তাদের সঙ্গী কি ভাববে। তাই জন্য বাস্তবতা জানা এবং ডুল ধারণা প্রসারিত করার থেকে লোকেরদের থামানোটা গুরুত্বপূর্ণ।



ত্রিগুলো কিছু ডুল ধারণা যেগুলো আপনি চিক করতে পারেন:



অভিকথা: আপনি সিকল সেল ধরতে পারেন

বাস্তবতা: আপনি কেবল নিজের মাতা-পিতা থেকে উত্তরাধিকারসূত্রে সিকল সেল রোগ পেতে পারেন

অভিকথা: পরীক্ষাটা মহিলাদের জন্য

বাস্তবতা: পুরুষদের জন্য পরীক্ষা করাটা তেমনই জরুরি

অভিকথা: সিকল সেল রোগ দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তির অল্প বয়সে মারা যাবে

বাস্তবতা: চিকিৎসা খুবই তাড়াতাড়ি উন্নত হচ্ছে - যদি ব্যক্তির চিক চিকিৎসা পায় তাহলে তারা লম্বা জীবন পেতে পারে

অভিকথা: সিকল সেল 'ব্ল্যাক জনসংখ্যার সমস্যা'

বাস্তবতা: সিকল সেল যেকোনো জনসংখ্যা তে হতে পারে

অভিকথা: আমি এত সুস্থ, আমি বাহক হতে পারি না

বাস্তবতা: বাহকরা সুস্থ থাকে তাই রক্ত পরীক্ষা না করা পর্যন্ত আপনি বলতে পারেন না