আপনার বাচ্চা কানে কম শুনতে পায়

বাবা-মাদের জন্য তথ্য

NDCS
THE NATIONAL DEAF CHILDREN'S SOCIETY

Your Baby has a Hearing Loss - Bengali

NHS
NEWBORN HEARING SCREENING PROGRAMME
নিউবর্ন হীয়ারিং স্ক্রীনিং প্রোগ্রাম

আপনার বাচ্চা কানে কম শুনতে পায়

তাদের বাচ্চা যে কানে কম শুনছে তা জানার পর, বাবা-মা এবং পরিবারদের অনেক প্রশ্ন থাকে। যে সব প্রশ্ন সকলেই প্রায় করে থাকেন, সেই রকম কিছু প্রশ্নের উত্তর এই পুস্তিকাটিতে দেওয়া হয়েছে। আপনার বাচ্চা ও আপনাদের জন্য কি কি সাহায্য পাওয়া যায় এবং কোথায় আরও তথ্য পাওয়া যায় তাও এখানে বিস্তারিতভাবে বলা হয়েছে।

আমি ডেফ্ (বধির) কথাটি শুনেছি
এর মানে কি এই যে আমার বাচ্চা কোন শব্দই শুনতে পায় না?

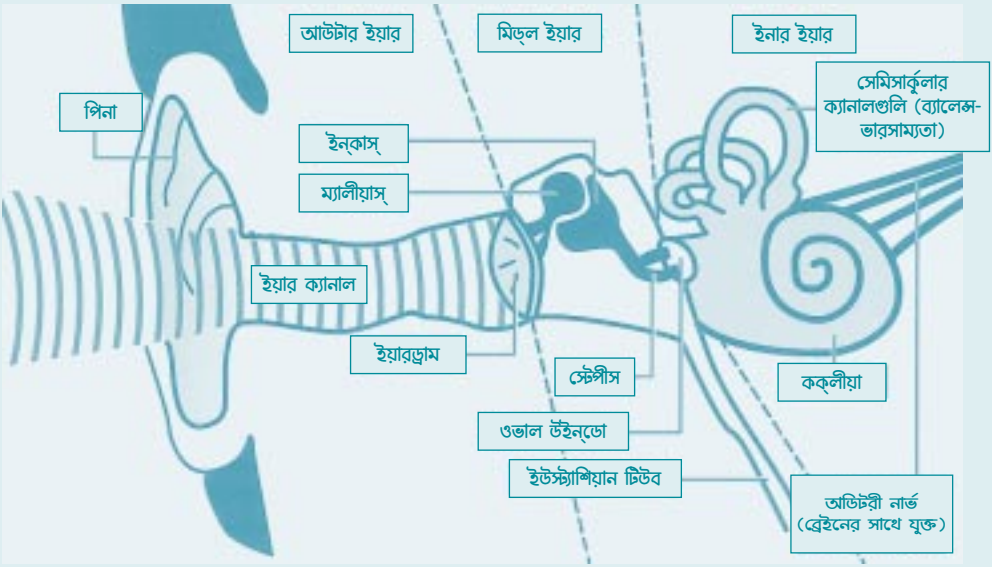
আপনার বাচ্চা যে কোন শব্দই শুনতে পাবে না, সেরকম হওয়ার সম্ভাবনা খুবই কম। 'ডেফ্' কথাটিতে সব ধরণের ও স্তরের কানে কম শোনার কথা বোঝাতে পারে। অন্যান্য যে সব কথা ব্যবহার করা হয় তার মধ্যে আছে 'হীয়ারিং ইম্পেয়ারড্' (শ্রবণ সংক্রান্ত প্রতিবন্ধী অথবা কানে শুনতে অসুবিধা হয়) এবং 'হার্ড অফ্ হীয়ারিং' (কানে কম শোনেন)।

আপনার বাচ্চা কানে কতটা কম শোনে সে বিষয়ে আপনি নিশ্চিত না হলে, আপনার অডিওলজিস্টকে জিজ্ঞাসা করবেন। আপনার বাচ্চার কানে শোনার ক্ষমতার পরীক্ষার ফলাফলগুলি তারা বুঝিয়ে বলতে পারবেন। আপনার বাচ্চা কোন শব্দগুলি শুনতে পায় এবং কোন শব্দগুলি শুনতে তার অসুবিধা হতে পারে, তাও তারা বুঝিয়ে বলতে পারবেন।

আমাকে বলা হয়েছে যে আমার বাচ্চার শ্রবণশক্তির (হিয়ারিং-এর) সেন্সরী-নিউরাল্ ক্ষতি আছে। এর মানে কি?

সেন্সরী-নিউরাল্ ডেফ্নেস্, অথবা যাকে কোন কোন সময় স্নায়ুর বধিরতা (নার্ভ ডেফ্নেস্) বলা হয়, হচ্ছে ভেতরের কানের (ইনার ইয়ারের) শ্রবণশক্তির ক্ষতি। এর মানে সাধারণতঃ এই যে ভেতরের কানের কক্লীয়া নামের একটা অংশ ঠিকমত কাজ করছে না। একটা কানকে তিনটি অংশে ভাগ করা হয়। এদের বলা হয় বাইরের কান (আউটার ইয়ার); মধ্যের কান (মিড্ল ইয়ার); এবং ভেতরের কান (ইনার ইয়ার)। কানে শোনার ব্যাপারে, এই অংশগুলির প্রত্যেকটিরই একটা আলাদা ভুমিকা আছে।

কানের নক্শা



নবজাত শিশুদের শ্রবণশক্তি পরীক্ষা করে দেখার প্রকল্প

অডিওলজিস্ট আমাকে বলেছেন যে আমার বাচ্চার হাই ফ্রীকোয়েন্সী শ্রবণশক্তির ক্ষতি আছে। এর মানে কি?

বিভিন্ন শব্দ বিভিন্ন রকমের জোরে বলা হয়, এবং তাদের বিভিন্ন ফ্রীকোয়েন্সী (স্পন্দনের দ্রুততা) বা পিচ্ (সুরের উচ্চতা) থাকে। আপনার বাচ্চা হয়ত কোন কোন শব্দের ফ্রীকোয়েন্সী অন্য শব্দের থেকে ভাল শুনতে পাবে অথবা তাদের হয়ত সব ফ্রীকোয়েন্সীর শব্দই শুনতে সমান অসুবিধা হবে। আপনার বাচ্চার যদি হাই ফ্রীকোয়েন্সীর শব্দ শুনতে অসুবিধা থাকে, তাহলে তাকে হাই ফ্রীকোয়েন্সী শ্রবণশক্তির ক্ষতি বলে বর্ণনা করা হয়।

কানে কম শোনার বিভিন্ন রকমের স্তর আছে। এগুলিকে অল্প, মাঝারি, বেশী এবং অত্যন্ত বেশীরকম বলে বর্ণনা করা হয়। আপনার বাচ্চা কোন কোন শব্দ শুনতে পায় এবং কোন কোন শব্দ শুনতে তার অসুবিধা হয়, তা আপনার অডিওলজিস্ট আপনাকে বুঝিয়ে বলতে পারবেন।

কন্ডাক্টিভ্ শ্রবণশক্তির ক্ষতি

আর এক ধরণের শ্রবণশক্তির ক্ষতি আছে যেটাকে বলা হয় কন্ডাক্টিভ্ ডেফ্নেস্। এর মানে হচ্ছে যে বাইরের এবং মধ্যের কানের ভেতর দিয়ে ভেতরের কানে শব্দ পৌঁছতে পারে না। বাইরের কানে মোম জাতীয় পদার্থ জমে বন্ধ হয়ে যাওয়ার মত কোন বাধার ফলে এটা হতে পারে। কিন্তু বাচ্চাদের ক্ষেত্রে সাধারণতঃ মধ্যের কানে তরল পদার্থ জমার ফলে (এটাকে গ্লু ইয়ার বলা হয়) এটা হয়ে থাকে। এটা খুবই বেশী দেখা যায় এবং এই কানে কম শোনাটা স্থায়ী হয় না। স্থায়ী কন্ডাক্টিভ্ শ্রবণশক্তির ক্ষতি হওয়া সম্ভব, কিন্তু এটা খুব কমই দেখা যায়।

যে সব বাচ্চাদের সেনসরী-নিউরাল ডেফ্নেস্ আছে, তাদের অস্থায়ীভাবে কন্ডাক্টিভ্ শ্রবণশক্তির ক্ষতি হতে পারে।

বিভিন্ন ধরণের কানে কম শোনা সম্বন্ধে আরও তথ্যের জন্য ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটির সাথে যোগাযোগ করে তাদের 'আন্ডারস্ট্যান্ডিং ডেফ্নেস্ (Understanding Deafness)' নামের পুস্তিকাটির একটা কপি চাইবেন।

আমার বাচ্চার কি কানে শোনার যন্ত্র (হিয়ারিং এইড) ব্যবহার করতে হবে?

আপনার বাচ্চার যদি কানে শোনার যন্ত্র দরকার হয়, তাহলে অডিওলজিস্ট আপনার বাচ্চার কানের ঠিকমত মাপ ও গঠন পাওয়ার জন্য একটা ছাঁচ নেবেন। এই ছাঁচটি আপনার বাচ্চার কানের ছাঁচ (ইয়ার মোল্ড) তৈরী করার জন্য ব্যবহার করা হবে। একটা কানের ছাঁচ হচ্ছে কানে শোনার যন্ত্রের একটা অংশ, যেটা আপনার বাচ্চার কানের মধ্যে লাগিয়ে দেওয়া হবে। কানের ছাঁচগুলি তৈরী হয়ে যাওয়ার পর আপনার বাচ্চাকে ক্লিনিকে আবার নিয়ে আসার জন্য আপনাকে একটা এ্যাপয়েন্টমেন্ট (সময় ও তারিখ) দেওয়া হবে। এই এ্যাপয়েন্টমেন্টের সময় কানের ছাঁচ ও কানে শোনার যন্ত্র লাগিয়ে দেওয়া হবে। কানে শোনার যন্ত্র পরলে আপনার বাচ্চার ব্যাথা লাগবে না অথবা কোন অসুবিধা হবে না।

কিছুদিন নিয়মিতভাবে পড়ে থাকলে আপনার বাচ্চা কানে শোনার যন্ত্র থেকে সবচেয়ে বেশী উপকার পাবে। আপনার বাচ্চার কানে শোনার যন্ত্রটা কি ভাবে সবচেয়ে ভালভাবে ব্যবহার করতে হবে সে বিষয়ে আপনার অডিওলজিস্ট আপনাকে উপদেশ দিতে পারবেন।

আমার বাচ্চা কানে কম শোনে কেন?

অনেক কারণে একটি বাচ্চা কানে কম শুনতে পারে। যে সব বাচ্চারা কানে কম শোনে, তাদের বেশীরভাগেরই এমন পরিবারে জন্ম হয় যাদের পরিবারে বধিরতার (ডেফ্‌নেস্‌-এর) কোন ইতিহাস নেই। সেন্‌সরী-নিউরাল শ্রবণশক্তির ক্ষতি অনেক কারণে হতে পারে। এর মধ্যে আছে জেনেটিক (যা বংশানুগতি নিয়ন্ত্রণ করে) কারণ, জন্মের সময় জটিলতা, সময়ের আগে জন্ম, গর্ভাবস্থায় রুবেলার মত কোন অসুখ হওয়া, এবং মাম্পস্‌, হাম (মীজল্‌স্‌) বা মেনিন্‌জাইটিসের মত কোন ছেলেবেলার অসুখের জন্য। কানে কেন কম শুনছে তার কারণ সব সময় নির্ধারণ করা সম্ভব হয় না। কানে কম শোনার কারণ সম্বন্ধে আপনি আরও তথ্য চাইলে, আপনার অডিওলজী ক্লিনিকের সাথে যোগাযোগ করবেন।

নবজাত শিশুদের শ্রবণশক্তি পরীক্ষা করে দেখার প্রকল্প

অডিওলজিস্ট যখন আমাকে বললেন যে আমার বাচ্চা কানে কম শোনে, তখন আমি আকস্মিক মানসিক আঘাতে খুবই বিহ্বল হয়ে পড়েছিলাম। অন্যান্য বাবা-মাদেরও কি এইরকম মনের অবস্থা হয়?

সব বাবা-মাদেরই বিভিন্ন রকমের প্রতিক্রিয়া হয় এবং তারা অনেক রকম মানসিক অবস্থার মধ্য দিয়ে যান।

একজন মা তার মনের অবস্থার এইভাবে বর্ণনা দিয়েছেন:
"আমরা অডিওলজিকাল বিশেষজ্ঞের সাথে দেখা করার পর তিনি যখন বললেন যে আমাদের বাচ্চা বধির (ডেফ্) তখন আমাদের কাছে জগতটা চূর্ণবিচূর্ণ হয়ে গেল।" তবে তার এটাও মনে আছে যে: "আমি ক্লিনিক থেকে বেরিয়ে আসার সময় অডিওলজিস্ট যা বলেছিলেন তা আমার এখনও মনে আছে এবং তা আমাকে ইতিবাচক হওয়ার শক্তি দিয়েছে। তিনি বলেছিলেন "এটা শুধু মনে রাখবেন, যে ছোট্ট ছেলেটিকে নিয়ে আপনি এখানে এসেছিলেন, সেই ছেলেটিকে নিয়েই আপনি বাড়ী ফিরে যাচ্ছেন।"

আর একজন মায়ের মনে আছে যে তাকে বলা হয়েছিল: "ভুলে যাবেন না যে সে প্রথমে একজন শিশু"। তিনি বলছেন: "প্রথম দিকে আমার তা মনে করতে খুব কষ্ট হয়েছিল কারণ আমরা শুধু বধিরতাটাই (ডেফ্নেস্টাই) দেখছিলাম। এখন আমি বুঝতে পারছি যে এটা খুব ঠিক কথা। সে প্রথমে একটি ছোট ছেলে, এবং তার বধিরতাটা (ডেফ্নেস্) হচ্ছে শুধুমাত্র একটা ছোট বাধা।"

আপনার মনের যে অবস্থাই থাকুক না কেন, তা স্বীকার করা ও সে নিয়ে লোকের সাথে কথা বলা গুরুত্বপূর্ণ, এবং মনে রাখবেন যে আপনাকে সাহায্য করার জন্য অনেক রকমের সহযোগিতা পাওয়া যায়। কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে সে বিষয়ে তথ্য এই পুস্তিকার শেষে দেওয়া হয়েছে।

আমার বাচ্চা তার মনের কথা কি ভাবে জানাবে?

বধির (ডেফ্) শিশুরা অনেক রকম ভাবে তাদের মনের কথা জানাতে পারে। কেউ কেউ কথা বলতে পারবে, কেউ কেউ সাইন ল্যাঙ্গুয়েজ (ইশারার ভাষা) ব্যবহার করবে এবং কেউ কেউ এই দু'টি মিশিয়ে ব্যবহার করবে। আপনার বাচ্চা, পরিবার ও আপনার নিজের ক্ষেত্রে যদি তা কাজ করে, তাহলে কোন পদ্ধতি ব্যবহার করা হচ্ছে তাতে কিছু আসে যায় না।

মনের ভাব আদানপ্রদান করার জন্য আপনি এবং আপনার বাচ্চা কোন পদ্ধতি ব্যবহার করবেন সে সিদ্ধান্ত আপনাকে এখনই নিতে হবে না। সেটা নির্ভর করবে আপনার বাচ্চার ব্যক্তিগত প্রয়োজনের ওপর। আপনাকে উপদেশ ও তথ্য দেওয়ার জন্য অনেক লোক আছে। কাদের সাথে যোগাযোগ করতে হবে সে বিষয়ে তথ্য এই পুস্তিকার শেষে দেওয়া হয়েছে।

আপনার বাচ্চা যখন খুব ছোট, তখন তাদের সাথে এমনভাবে ভাবের আদানপ্রদান করবেন যেটা আপনাদের দু'জনের পক্ষেই কাজ করে। কথা বলার সময় আপনার বাচ্চার মুখের সামনে নিজের মুখ এনে কথা বলার চেষ্টা করবেন এবং অনেক রকম মুখের ভাব ব্যবহার করবেন।

আমার বাচ্চার জন্য কি বিশেষ ধরণের খেলনা পাওয়া যাবে?

অন্যান্য সব বাচ্চাদের মত, আপনার বাচ্চাও খেলনা ভালবাসবে। বিশেষ ধরণের খেলনা খোঁজা নিয়ে চিন্তা করবেন না, যা তারা ভালবাসে বা তাদের কৌতূহল যোগায়, সেই সব খেলনা তাদের জন্য পছন্দ করবেন। আপনার বাচ্চা হয়ত এমন ধরণের খেলনা পছন্দ করবে যেগুলি উজ্জ্বল রঙের, বিভিন্ন আকারের ও বিভিন্ন ধরণের জিনিষের তৈরী এবং সেগুলির কোন কোন অংশ নড়াচড়া করে।

আমি কোন বধির (ডেফ্) লোককে চিনি না। আমার বাচ্চা যখন বড় হবে তখন তার জন্য এর মানে কি হবে?

বেশীরভাগ লোকেরই বধিরতা (ডেফ্নেস্) সম্বন্ধে কোন অভিজ্ঞতা তাকে না। একজন বাবার মনে আছে যে তিনি ভেবেছিলেন, "আমার বাচ্চা কি ফুটবল খেলতে পারবে? বধির (ডেফ্) লোকরা কি রাগবী খেলে?"

বধির (ডেফ্) ছেলেমেয়েরা স্কুলে যায়, খেলাধূলা করে, স্কুলের পরে ক্লাবে যায়, অনেকেই কলেজ বা ইউনিভার্সিটিতে যায় অথবা সরাসরি কাজ শুরু করে। বধির ছেলেমেয়েদের বাবা-মারা যা বলেছেন, তার থেকে কয়েকটা নিচে দেওয়া হল:

"আমার মেয়ে প্রতি সপ্তাহে ব্রাউনীতে যায়। সে এখন একজন সিক্সার এবং সেপ্টেম্বর মাস থেকে সে গাইড-এ যাবে। যখন এটা প্রথম ধরা পড়ল, তখন আমি কল্পনাও করতে পারিনি যে তার পক্ষে এটা করা সম্ভব হবে। সে একজন খুব সুখী এবং সবদিকে চৌকস মেয়ে।"

নবজাত শিশুদের শ্রবণশক্তি পরীক্ষা করে দেখার প্রকল্প

“সে একজন খুব ভাল ছেলে (বেশীরভাগ সময়) ও দৃঢ়সংকল্প এবং তার খুব বেশীরকম ব্যক্তিত্ব আছে। সে অন্যান্য সকলের মত জোরে এবং পরিষ্কারভাবে ফুটবল স্টেডিয়ামে চেঁচায়।”

“আমার ছেলে সবকিছু করতে পারে। কাজে যায়, গাড়ী চালায়, বিয়ে করতে পারে, বাচ্চার বাবা হতে পারে। একদম স্বাভাবিক জীবন! যখন এটা প্রথম ধরা পড়েছিল, তখন আমাদের এই ভয়গুলি ছিল। সবকিছু কি স্বাভাবিক হবে? কথাবার্তা বলার জন্য সাইন ল্যাঙ্গুয়েজ ব্যবহার করা ছাড়া, আমাদের জীবন অন্য সকলেরই মত।”

আমার বাচ্চা কোথায় স্কুলে যাবে?

বেশীরভাগ বধির (ডেফ্) বাচ্চাই স্থানীয় সাধারণ স্কুলে যায়। কিছু বাচ্চা সাধারণ স্কুলে যায় এবং সেখানে তাদের বিশেষজ্ঞের সাহায্য দেওয়া হয়। কিছু বাচ্চা যায় বধির (ডেফ্) ছেলেমেয়েদের বিশেষ স্কুলে। আপনার বাচ্চার ব্যক্তিগত প্রয়োজন মেটাতে পারে সেরকম উপযুক্ত সাহায্য স্কুলে পাওয়াটা গুরুত্বপূর্ণ।

কি সাহায্য পাওয়া যায়?

আপনার অডিওলজী বিভাগ আপনাকে সাহায্য করার কাজ চালিয়ে যাবে। তাছাড়াও, তারা আপনার স্থানীয় এডুকেশন (শিক্ষার) সার্ভিসের সাথে যোগাযোগ করে একজন বিশেষজ্ঞ সাহায্যের কর্মীর আপনার সাথে যোগাযোগ করার ব্যবস্থা করবে। এটা একজন টীচার অফ্ দা ডেফ্ (বধিরদের শিক্ষক/শিক্ষিকা) অথবা অন্য কোন আর্লি ইয়ারস্ সাপোর্ট ওয়ার্কার (ছোটবেলায় সাহায্য করার কর্মী) হতে পারেন। এর মধ্যে কোনজন যোগাযোগ করবেন তা আপনার অডিওলজী বিভাগ আপনাকে বলতে পারবে।

এই কর্মীর কাজ হচ্ছে আপনাকে, আপনার বাচ্চাকে এবং পরিবারের অন্য সকলকে সাহায্য করা। তারা আপনার প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার চেষ্টা করবেন, কথাবার্তা বা মনের ভাব আদানপ্রদান সম্বন্ধে আলোচনা করবেন এবং অন্যান্য ব্যবহারিক সাহায্য করতে চাইবেন। সোশাল সার্ভিসেস্-এর সাহায্য সমেত আপনার এলাকার অন্যান্য স্থানীয় সাহায্যের কথাও তারা আপনাকে বলতে পারবেন।

আপনাকে এবং আপনার বাচ্চাকে সাহায্য করতে পারে এরকম বিভিন্ন ধরণের বহু সার্ভিস ও প্রতিষ্ঠান আছে। আরও তথ্যের জন্য আপনার সাপোর্ট ওয়ার্কার বা অডিওলজী বিভাগকে জিজ্ঞাসা করুন।

বধির (ডেফ্) ছেলেমেয়েদের বাবা-মাদের জন্য ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটির (NDCS-এর) একটা সাহায্যের লাইন আছে। যোগাযোগের বৃত্তান্ত এই পুস্তিকার শেষে দেওয়া হয়েছে। আপনার কোন প্রশ্ন থাকলে, এদের অভিজ্ঞতাসম্পন্ন উপদেষ্টারা সে সবের উত্তর দিতে পারবেন এবং স্থানীয় সাহায্যের গ্রুপের যোগসূত্রের মাধ্যমে অন্যান্য বধির (ডেফ্) ছেলেমেয়েদের বাবা-মায়ের সাথে আপনার যোগাযোগ করিয়ে দিতে পারবেন।

নোটস্ (টীকা)

আরও তথ্য

নাম:.....

ঠিকানা: .....

.....

.....**পোস্ট কোড:**.....

দয়া করে আমাকে পাঠান (দয়া করে বাক্সে টিক্ চিহ্ন দিন):

☐ **ফ্যামিলি ইন্‌ফরমেশন প্যাক্ (শুধুমাত্র ইংরেজীতে পাওয়া যায়)**
বিভিন্ন ধরণের কানে কম শোনা, কথাবার্তা বা মানের ভাবের আদানপ্রদান, শিক্ষা, প্রযুক্তিবিদ্যা (টেক্‌নোলজী), আর্থিক সাহায্য এবং ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ এ্যাসোসিয়েশনের দেওয়া বিভিন্ন ধরণের সার্ভিস সম্বন্ধে তথ্য।

☐ **আন্ডারস্ট্যান্ডিং ডেফ্‌নেস্ (শুধুমাত্র ইংরেজীতে পাওয়া যায়)**
এই পুস্তিকাটিতে, বিভিন্ন ধরণের কানে কম শোনা ও শ্রবণশক্তি পরীক্ষা সম্বন্ধে বিশদভাবে বলা হয়েছে।

☐ **এ গাইড টু হীয়ারিং এইডস্ (শুধুমাত্র ইংরেজীতে পাওয়া যায়)**
বিভিন্ন ধরণের কানে শোনার যন্ত্র, সেগুলি কি ভাবে কাজ করে এবং কি ভাবে সেগুলির যত্ন করতে হয় সে সম্বন্ধে একটা নির্দেশিকা।

ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটি

ছোটবেলার বধিরতা (ডেফ্‌নেস্) সম্বন্ধে এবং ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটি কি ভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে সে বিষয়ে আরও তথ্য আপনি পেতে চাইলে দয়া করে ওপরের ফর্মটা ভর্তি করে নিচের ঠিকানায় পাঠিয়ে দিন:

The National Deaf Children's Society
(ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটি)
15 Dufferin Street,
London,
EC1Y 8UR

আপনি ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটির সাথে নিচে দেওয়া উপায়েও যোগাযোগ করতে পারেন:

বিনাপয়সায় টেলিফোন করার লাইন (ফ্রীফোন) : 0808 800 8880 (কথা এবং লেখা)
ই-মেইল: helpline@ndcs.org.uk
ফ্যাক্স: 020 7251 5020
ওয়েব: www.ndcs.org.uk

আপনি যদি বাংলা বা অন্য কোন ভাষায় আমাদের সাহায্যের লাইনের সাথে কথা বলতে চান, তাহলে সেই ভাষার নাম ও আপনার টেলিফোন নম্বর ইংরেজীতে আমাদের বলবেন। কয়েক মিনিট পরে আমরা একজন দোভাষীর মাধ্যমে আপনাকে টেলিফোন করব।

এই এলাকাটি অংশগ্রহণ করছে

NHS NEWBORN HEARING SCREENING PROGRAMME

নবজাত শিশুদের শ্রবণশক্তি পরীক্ষা করে দেখার প্রকল্প

আপনার এলাকায় যাদের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন:

NDCS THE NATIONAL DEAF CHILDREN'S SOCIETY

প্রকাশক: ন্যাশনাল ডেফ্ চিল্ডরেনস্ সোসাইটি
15 Dufferin Street, London EC1Y 8UR
বিনাপয়সায় টেলিফোন করার লাইন (ফ্রীফোন): 0808 800 8880 (কথা এবং লেখা)
ফ্যাক্স: 020 7251 5020 **ওয়েবসাইট:** helpline@ndcs.org.uk
ই-মেইল: www.ndcs.org.uk
© Copyright of this leaflet is the property of the Department of Health.

February 2006