SMITTSKYDDSBLAD

Patientinformation

MRSA

Översättning till Bengali

Version 230418

এম.আর.এস.এ, MRSA রোগীর তথ্য

আমাকে এই তথ্য কেন দেওয়া হয়েছে?

পরীক্ষা করে দেখা গেছে যে আপনার শরীরে ব্যাক্টারিয়াম আছে যা অ্যান্টিবায়োটিককে প্রতিরোধ করে এবং একে এম.আর.এস.এ বলে। এই তথ্য শীট থেকে এই সম্পর্কে আপনি আরোও অনেক তথ্য জানতে পারবেন এবং অন্য কেউ যাতে আপনার থেকে সংক্রমিত না হয় সেটা খেয়াল রাখবেন।

এম.আর.এস.এ কী?

এম.আর.এস.এ মানে হলো methicillin-resistant Staphylococcus aureus এবং এটা staphylococcal bacteria-এর এক প্রকারভেদ যা কিছু কিছু অ্যান্টিবায়োটিকের বিরুদ্ধে প্রতিরোধ গড়ে তোলে।

রোগের প্রকোপ না দেখিয়ে বা অসুস্হ না করেও ত্বক, শ্লেষ্মা ঝিল্লী বা মিউকাস মেমব্রনে এম.আর.এস.এ দেখতে পাওয়া যায় এবং তখন রোগীকে তার বাহক বলা হয়। সাধারণ staphylococci-র মতো এম.আর.এস.এ ও কখনও কখনও ক্ষতের সংক্রমণের মতোও সংক্রমণ ঘটায়।

সাধারণ staphylococci-র মতো এম.আর.এস.এ ও সাধারণ সংক্রমণ ঘটায়। এর থেকে ভয়ানক কোনো সংক্রমণ ঘটায় না কিন্তু এই সংক্রমণ ঠিক করার জন্য বিশেষ অ্যান্টিবায়োটিক ব্যবহারের প্রয়োজন হয়।

এম.আর.এস.এ কীভাবে সংক্রমণ ছড়ায়?

এম.আর.এস.এ, ত্বকের মাধ্যমে যেমন হাতের ছোঁয়ায় অন্য লোকেদেরকে সংক্রমিত করতে পারে। এই ব্যাকটিরিয়া পরিবেশেও ছড়িয়ে থাকতে পারে যেমন, ব্যায়াম আদির যন্ত্রপাতিতে এবং সেখান থেকে অন্যদের সংক্রমিত করে।

যে ব্যক্তি শুধুমাত্র এম.আর.এস.এ-এর বাহক হয়, তাঁর থেকে অন্যের সংক্রমিত হওয়ার সম্ভাবনা খুবই কম। কিন্তু কোনও কোনও সময় ব্যাক্টিরিয়ার সংখ্যার বৃদ্ধির ফলে সংক্রমণ ঘটানোর সম্ভাবনাও বেড়ে যায়।

তখন তাকে সংক্রমণ ছড়ানোর জন্য রিস্ক ফ্যাক্টর বা ঝুঁকির কারণ বলা হয়।

- সংক্রমণ ছড়ানোর জন্য রিস্ক ফ্যাক্টর বা ঝুঁকির কারণের মধ্যে হলো, সংক্রমিত ঘা, পুঁজ abscesses or impetigo (impetigo),
- খোলা ক্ষত,
- খারাপ এগজিমা থাকা বা বাহির হওয়া /কানের গহ্বরে এগজিমা হওয়া
- কিছু দীর্ঘস্হায়ী ত্বকের রোগ
- ক্যাথিটার বা স্টোমাস বা ছোট গর্ত।

এম.আর.এস.এ থেকে কী আপনি পরিত্রাণ পেতে পারেন?

প্রায়শঃই এম.আর.এস.এ নিজ থেকেই চলে যায়। এতে হয়তো অনেক সময় নেয়, কয়েক মাস বা বছরও হতে পারে। এর থেকে পুরোপুরি মুক্তি পেয়েছেন তা নিশ্চিত হওয়ার জন্য বারবার পরীক্ষা করার প্রয়োজন। এম.আর.এস.এ-এর দায়িত্ব থাকা ডাক্তারই ঠিক করবেন কখন আপনার চেক-আপ করার প্রয়োজন এবং কখন নীচে দেওয়া নিয়ম-কানুন অনুসরণ করার আর দরকার নেই। এটা সম্ভবপর যে অন্তত তিনমাসে করা একটানা দুটি স্যাম্পেলে এম.আর.এস.এ পাওয়া না গেলে আর পরীক্ষা করার দরকার হবে না।

আমার দ্বারা অন্য কেউ যাতে সংক্রমিত না হয় তার জন্য কী মনে রাখা প্রয়োজন?

সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ জিনিস যা আপনার করা দরকার তা হলো ভালোভাবে হাত সংক্রমণমুক্ত রাখা। আপনার যদি কোনো ঝুঁকির কারণ না থেকে থাকে তাহলে আপনি সাধারণ জীবন-যাপন করতে পারবেন এবং সংক্রমণ ছড়ার ঝুঁকিও কম থাকবে।

প্রাক্-বিদ্যালয় এবং বিদ্যালয়ের বাচ্চারা স্কুলে যেতে পারবে এবং সমস্ত কিছুতেই অংশগ্রহণও করতে পারবে। এরজন্য অভিভাবককে তাঁর বাচ্চা যে এম.আর.এস.এ-র বাহক তা প্রাক্-বিদ্যালয় এবং বিদ্যালয়ে জানানোর প্রয়োজন নেই। প্রাক্-বিদ্যালয়ের বাচ্চাদের কখনও কখনও বাড়িতে থাকার প্রয়োজন হতে পারে, নীচে দেওয়া ব্যবহার-বিধি দেখুন।

আপনি যদি পেশাগতভাবে জন্তু-জানোয়ারদের সাথে কাজ করেন, তাহলে আপনাকে বিশেষ উপদেশ দেওয়া হবে। আপনার ডাক্তার তখন সংক্রমক রোগ বিশারদের সাথে আলোচনা করবেন।

নিয়ম এবং বিধিসমূহ

কম্যুনিকেবল ডিজিজ অ্যাক্ট অনুযায়ী এম.আর.এস.এ হলো জনস্বাস্হ্যের জন্য এক ঝুঁকি। সেজন্য অবশ্যই আপনাকে ডাক্তারের দেওয়া নিয়ম এবং বিধিসমূহ মেনে চলতে হবে, এই নিয়ম এবং বিধিসমূহ হলো নিম্নরূপঃ

- আপনার যদি সংক্রমণ ছড়ার ঝুঁকি থেকে থাকে, তাহলে আপনাকে অবশ্যই নিম্নে বর্ণিত বিশেষ কিছু স্বাস্হ্যবিধি মেনে চলতে হবে।
- আপনার যদি ত্বকের কোনো সংক্রমণ, খোলা ক্ষত বা খারাপ এগজিমা থেকে থাকে, তাহলে আপনার কোনো খেলায় অংশগ্রহণ করা ঠিক হবে না কারণ সেখানে আপনি অনেক মানুষের সংস্পর্শে আসবেন বা ট্রেনিং-এর সুবিধাসমূহ বা জিম শেয়ার করবেন ।
- প্রাক্-বিদ্যালয়ের বাচ্চাদের যদি সংক্রমক ক্ষত থেকে থাকে, impetigo (impetigo) বা খারাপ, উদ্বৃত্ত এগজিমা থাকলে বাড়িতে থাকা উচিত।
- আপনার যদি ত্বকের সংক্রমণ বজায় থাকে, খোলা ক্ষতমুখ বা খারাপ এগজিমা থাকে, তাহলে কান-নাক ফুটো, ট্যাটু, মালিশ, নন-মেডিক্যাল পায়ের যত্ন বা ত্বকের জন্য বা শ্লেষ্মা ঝিল্লী বা মিউকাস মেমব্রনের সমরূপ পরিষেবা নেবার সময় অবশ্যই উল্লেখ করবেন।
- আপনি যখন কোনো স্বাস্হ্য সেবা, দাঁতের পরিষেবা এবং পায়ের যত্নের চিকিৎসা নেবেন তখন অবশ্যই আপনি যে এম.আর.এস.এ-এর বাহক তা উল্লেখ করবেন। এটা আপনি বাড়িতে বা চিকিৎসা কেন্দ্র যেখানেই নিননা কেন সবখানেই প্রযোজ্য। কিন্তু আপনি যদি শপিং করতে যান, ক্লীনিং, ঔষধ শেয়ার করেন বা হাঁটতে বেরোন তাহলে জানানোর প্রয়োজন নেই যে আপনি এম.আর.এস.এ-এর বাহক।

- যদি আপনি স্বাস্হ্য এবং সমাজসেবা মূলক কাজের সাথে যুক্ত থাকেন বা পড়াশুনা করছেন এবং আপনার ডাক্তার এটা মূল্যায়ণ করে থাকেন যে আপনার শরীরের মধ্যে সেই জীবাণু আছে যা সংক্রমণ ছড়াতে পারে তাহলে আপনার উপরোক্ত কাজে অংশগ্রহণ করা উচিত নয়।
- আপনার অবশ্যই ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ রাখা উচিত এবং প্রয়োজণীয় পরীক্ষাগুলি করানো উচিত।

আপনি যদি এইরকম নিয়ম ও বিধিসমূহ পেয়ে থাকেন যা আপনি মনে করেন যে ঠিক নয়, তাহলে আপনার এলাকার সংক্রমক নিয়ন্ত্রক ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করা উচিত।

যাদের শরীরের মধ্যে সেই জীবাণু আছে যা সংক্রমণ ছড়াতে পারে তাঁদের জন্য বিশেষ স্বাস্হ্যবিধির রুটিন।
যদি আপনার শরীরের মধ্যে সেই জীবাণু আছে যা সংক্রমণ ছড়াতে পারে তাহলে আপনাকে নিম্নলিখিতগুলি মনে রাখতে হবেঃ

- আপনি হাত পরিষ্কার করে ধুয়েছেন তা নিশ্চিত হন। অনুগ্রহ করে নিজের টাওয়েল ও প্রসাধনী দ্রব্য সাথে নিয়ে আসুন।
- অন্যদের সাথে একই সঙ্গে সাঁতার কাটবেন না ।
- ব্যান্ডেজ দিয়ে ক্ষত ঢেকে রাখুন এবং রক্তক্ষরণ হলে ড্রেসিং বদলে নিন।
- আপনি ক্যাথিডার ব্যবহার করলে, তা কাপড়ের নীচে পরুন।
- ক্ষত, ড্রেসিং বা ক্যাথিডারের সংস্পর্শে আসলে আপনার হাতদুটি ধুয়ে নিন।

কন্ট্যাক্ট ট্রেসিং বা যোগাযোগের খোঁজ

কম্যুনিকেবল ডিজিজ অ্যাক্ট অনুযায়ী, আপনাকে অবশ্যই কন্ট্যাক্ট ট্রেসিং বা যোগাযোগের নমুনাতে অংশগ্রহণ করতে হবে। তার মানে, স্বাস্হ্য সেবককে তথ্য সরবরাহ করে থাকলে তাঁরা কখন, কোথায় এবং কীভাবে আপনি সংক্রমিত হতে পারেন বা অন্য কাউকে আপনি সংক্রমিত করতে পারেন কিনা তা খুঁজে নিতে পারেন।

আপনি যা বলবেন তা গোপণীয় (লুকানে) থাকবে এবং যাদেরকে বলবেন তাঁরা কখনই আপনার পরিচয় জানতে পারবে না।

সংক্রমণ নিয়ন্ত্রকের লিফলেট সম্পর্কিত

সুইডিশ অ্যাসোসিয়েশন অফ কাউন্টি মেডিক্যাল অফিসার দ্বারা দ্য কম্যুনিকেবল ডিজিজ প্রিভেনশন শীট উপস্হাপিত হয়েছে, Smittskyddsläkarföreningen এবং এটা সমস্ত দেশেই প্রযোজ্য।