## মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টেসেমিয়া

মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টেসেমিয়া মারাত্মক রোগ। যে কোনো কেউ যে কোনো বয়সে এগুলোর দ্বারা আক্রান্ত হতে পারেন তবে শিশু, বাচ্চা এবং কম বয়সের প্রাপ্তবয়স্করা এগুলোর দ্বারা আক্রান্ত হওয়ার সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকেন।

মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টেসেমিয়া সচরাচর দেখা যায় না, তবে এগুলোর দ্বারা আক্রান্ত হলে কয়েক ঘন্টার মধ্যেই রোগীর মৃত্যু হতে পারে। রোগগুলো যথেষ্ট আগে ধরতে পারলে অধিকাংশ রোগী মৃত্যুর হাত থেকে রক্ষা পেতে পারেন, তবে কিছু লোক চিরদিনের জন্য অক্ষম (ডিজেবোল্ড) হয়ে যেতে পারেন এবং কিছু লোকের পুরোপুরি সেরে উঠতে অনেক অনেক দিন লাগতে পারে।

প্রতিষেধক টিকা দিয়ে পরিবারের লোকদেরকে এই রোগগুলো থেকে রক্ষা করা যায়। তবে প্রতিষেধক টিকা দিয়ে কয়েক ধরনের মেনিনজাইটিস প্রতিরোধ করা যায় না। তাই এই রোগগুলো ও এগুলোর লক্ষণসমূহ সম্পর্কে জেনে রাখা অপরিহার্য। মেনিনজাইটিস বা সেপ্টেসেমিয়া আক্রান্ত রোগীদের জরুরী ভিত্তিতে চিকিৎসা দেওয়ার প্রয়োজন।

## মেনিনজাইটিস কি?

ব্রেইনের ঝিলিপর্দা ফুলে গেলে মেনিনজাইটিস হয়। অত্যন্ত মারাত্মক ধরনের মেনিনজাইটিসগুলো ব্যাক্টেরিয়ার আক্রমন জনিত কারণে হয়।

## সেপ্টেসেমিয়া কি?

সেপ্টেসেমিয়া এক ধরনের রক্তের বিষ-ক্রিয়া (ব্লাড পয়জনিং)। যে ব্যাক্টেরিয়া মেনিনজাইটিস সৃষ্টি করে সেই একই ব্যাক্টেরিয়ার কারণে সেপ্টেসেমিয়াও হতে পারে।

মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টেসেমিয়া একসাথে একই সময়ে দেখা দিতে পারে।

## আমাকে ও আমার পরিবারকে আমি কিভাবে রক্ষা করতে পারবো?

- নিশ্চিত করে আপনার বাচ্চাদেরকে মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার প্রতিষেধক টিক (ভ্যাকসিন) দেওয়াবেন। বাচ্চাদেরকে রক্ষা করার জন্য প্রতিষেধক টিকাই সবচেয়ে ভাল একটি উপায়। শিশুকালে বাচ্চাদেরকে যে প্রতিষেধক টিকাগুলো দেওয়া হয় সেগুলো বিভিন্ন ধরনের মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়া যেমন **মেনসি, হিব** এবং **নিউমোকক্কাল**, এবং মাম্প্স থেকে সৃষ্ট মেনিনজাইটিস থেকে রক্ষা করে।

- ৬৫ বছরের বেশি বয়সের যে কোনো প্রাপ্তবয়স্ক লোককে **নিউমোকক্কাল** মেনিনজাইটিসের প্রতিষেধক টিকা দেওয়া যেতে পারে। নিউমোকক্কাল রোগ হওয়ার ঝুঁকি থাকে এমন স্বাস্থ্য সমস্যা সম্পন্ন লোকদেরকেও এই রোগের প্রতিষেধক টিকা দেওয়া যেতে পারে।

- টিবি বা যক্ষা রোগের টিকা (টিকাটিকে বলা হয় **বি.সি.জি**) বাচ্চাদেরকে টিবি মেনিনজাইটিসের বিরুদ্ধে প্রতিরক্ষা প্রদান করে। আয়ারল্যান্ডে জন্মের পরপরই সব শিশুকে বি.সি.জি টিকা দেওয়া হয়। ইউ.কে-তে শিশুদেরকে এবং শিশুকালে টিকা নেয়নি এমন বাচ্চাদেরকে এবং টিবি হওয়ার বেশিতে ঝুঁকিতে রয়েছেন এমন প্রাপ্তবয়স্কদেরকে বি.সি.জি টিকা দেওয়া হয়। অধিকতর বেশি বয়সের বাচ্চা ও প্রাপ্তবয়স্কদের শিশুকালে টিকা না নেওয়ার কারণ হয়তো হতে পারে তারা যেখানে বাস করতেন, বা কাজ করতেন সেখানে টিকা নেওয়ার ব্যবস্থা কিংবা প্রচলন ছিল না অথবা তাদের মা-বাবা কিংবা দাদা দাদী হয়তো এমন কোনো দেশ থেকে এসেছেন যেখানে টিবি রোগীদের হার অনেক বেশি।

- আন্তর্জাতিক পর্যটকদের হয়তো 'কোয়াড্রিভ্যালেন্ট' নামের একটি বিশেষ ধরনের মেনিনজাইটিস প্রতিষেধক টিকা নেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। এটি ব্যাক্টেরিয়ার চারটি বংশ, যেমন **Men A, C, Y এবং W135** থেকে সৃষ্ট মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টেসেমিয়ার বিরুদ্ধে প্রতিরক্ষা প্রদান করে। সৌদি আরবে হজ করার জন্য বা মৌসুমি কর্মী হিসাবে যেতে হলে এখন বাধ্যতামূলক ভাবে একটি সার্টিফিকেট প্রদান করে প্রমাণ করতে হয় যে, ভিসা আবেদনকারী গত তিন বছরের মধ্যে কোনো এক সময়ে 'কোয়াড্রিভ্যালেন্ট' এ.সি.ডব্লিউ.ওয়াই (ACWY) মেনিনগোকক্কাল টিকা নিয়েছিলেন। সৌদি আরবে যাওয়ার কমপক্ষে তিন সপ্তাহ আগে আপনার ডাক্তারের কাছ থেকে বা ট্রেভেল ক্লিনিক থেকে টিকা ও সার্টিফিকেট নিতে হবে। ২ বছরের নিচের বয়সের বাচ্চা সাথে থাকলে ভ্রমনের তিন মাসেরও বেশি সময় আগে টিকা ও সার্টিফিকেট নিতে হবে। এর কারণ হলো বাচ্চাদেরকে তিন মাস পর পর দুইটি ইনজেকশন দিতে হয়।

- আফ্রিকায় ভ্রমনকারী লোকদেরও কোয়াড্রিভ্যালেন্ট ভ্যাকসিন নেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। আপনার ডাক্তার বা ট্রেভেল ক্লিনিকের লোকরা আপনাকে জানাতে পারবেন কোন্ কোন্ দেশে যেতে হলে এই টিকা বা ভ্যাকসিন নিতে হতে পারে এবং প্রয়োজন বোধে টিকা দেওয়ার ব্যবস্থা করতে পারবেন।

মনে রাখবেন অনেক ধরনের মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়া প্রতিরোধ করা যায় না। ইউ.কে এবং আয়ারল্যান্ডে অধিকাংশ মেনিনজাইটিস **মেন.বি** নামের ব্যাক্টেরিয়ার আক্রমনে হয় এবং **তা প্রতিরোধের কোনো টিকা বা ভ্যাকসিন নেই**। তাই আপনার ও আপনার পরিবারের প্রতিরক্ষার স্বার্থে মেনিনজাইটিস ও সেপ্টিসেমিয়ার লক্ষণগুলো সম্পর্কে জেনে রাখা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

**মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার লক্ষণগুলো কি কি?**

## লক্ষণগুলো চিনে নিন অনুগ্রহপূর্বক এই কাগজটি ভবিষ্যতে ব্যবহারের জন্য রেখে দিন

- প্রথম অবস্থায় মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার লণগুলো ধরা কঠিন হতে পারে। লণগুলো যে কোনো ক্রমানুসারে দেখা দিতে পারে, তবে প্রথম অবস্থায় বহু হালকা অসুখ বিসুখের মতোই সাধারণত জ্বর, বমি, মাথাব্যথা এবং অসুস্থবোধ দেখা দেয়। মেনিনজাইটিসের লণগুলো, যেমন অঙ্গ প্রত্যঙ্গ নাড়াতে না পারা এবং আলো পছন্দ না করা, ইত্যাদি লণগুলোর আগে অনেক সময় **লাল পতাকা** 🚩 চিহ্নিত লণগুলো **বা হুঁশিয়ার প্রদানকারী প্রাথমিক লণগুলো** দেখা দেয় এবং তারপর অধিকতর **মারাত্মক** 🔴 **লণগুলো** দেখা দেয়।
- তবে সব রোগীরই এই লণগুলো দেখা দেয় না।
- সেপ্টিসেমিয়া মেনিনজাইটিস সহ বা মেনিনজাইটিস ছাড়াই দেখা দিতে পারে।

| | সেপ্টিসেমিয়া | মেনিনজাইটিস |
|---|---|---|
| জ্বর এবং / অথবা বমি | ● | ● |
| মারাত্মক মাথাব্যথা | | ● |
| হাত পায়ে/জোড়ায় জোড়ায়/ মাংসপেশীতে ব্যথা (মাঝেমধ্যে পেটের ব্যথা / ডায়রিয়া দেখা দেয়) | 🚩 | |
| হাত পা ঠান্ডা হয়ে যায় / শীতে কাঁপুনি শুরু হয় | 🚩 | |
| গায়ের চামড়া ফেকাশে রং ধারণ করে বা চামড়ায় দাগ দেখা দেয় | 🚩 | |
| ঘন ঘন শ্বাস / শ্বাসকষ্ট | ● | |
| ছোট ছোট গুটি (রাশ) দেখা দেয় | 🔴 | 🔴 সব রোগীর তা দেখা দেয় না |
| ঘাড় নড়ানো যায় না | | ● কচি বাচ্চাদের ত্রে সাধারণত কম হয় |
| রোগী উজ্জ্বল আলো পছন্দ করেন না | | ● কচি বাচ্চাদের ত্রে সাধারণত কম হয় |
| মাত্রাতিরিক্ত ঘুম/অনাগ্রহী/ ঘুম থেকে জাগানো কঠিন হয় | 🔴 | 🔴 |
| রোগী হতভম্ব হয়ে যান/ কি করবেন বুঝে উঠতে পারেন না | 🔴 | 🔴 |
| রোগী মুর্ছাও (ফিট) যেতে পারেন | | 🔴 |

**শিশুদের মধ্যে কি বিশেষ ধরনের লক্ষণ দেখা দেয়?**

হ্যাঁ। শিশুদের মধ্যে অন্যান্য যে লক্ষণগুলো সন্ধান করবেন সেগুলোর মধ্যে রয়েছে:

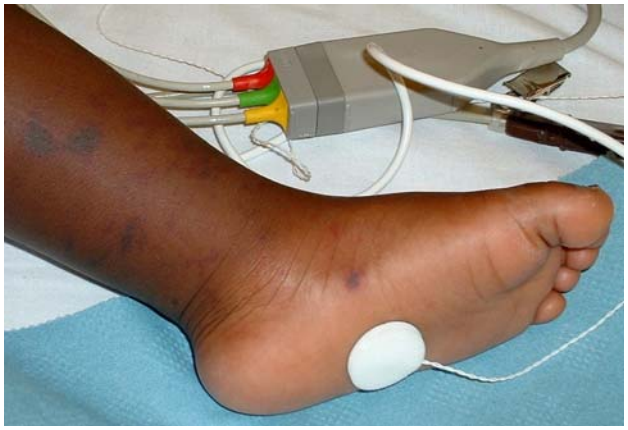
- শিশুর মাথায় টান টান বা গোলাকার নরম গুটি কিংবা দাগ
- শিশু খেতে চায় না
- শিশুকে তুলে নিলে বা কোলে নিলে জোরে চিৎকার করে কাঁদে অথবা এমন ভাবে কাঁদে যেন মনে হবে সে কষ্ট পাচ্ছে
- দেহ নড়াতে চড়াতে পারে না বা দেহ হঠাৎ ঝাঁকুনি দেয়, অথবা দেখতে ফেকাশে এবং অসাড় মনে হয়

শিশুরা খুব দ্রুত অসুস্থ হয়ে যেতে পারে, সুতরাং তাদের অবস্থা ঘন ঘন যাচাই করে নেবেন।

**মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার সব রোগীদেরই কি এই লক্ষণগুলো দেখা দেবে?**

না। প্রত্যেকের ক্ষেত্রে উপরোক্ত সব লক্ষণ দেখা দেয় না এবং লক্ষণগুলো যে কোনো ক্রমানুসারে বা ধারাবাহিক আকারে দেখা দিতে পারে। দেহে ছোট ছোট গুটি (রাশ) দেখা দিলে টামব্লার টেস্ট (গ্লাস পরীক্ষা) করবেন। একটি গ্লাস (হাতল বিহীন) গুটিগুলোর উপর জোরে চেপে ধরুন। যদি গুটিগুলো অদৃশ্য হয়ে না যায় এবং গ্লাসের ভিতর দিয়ে সেগুলো দেখা যায়, তাহলে দেরী না করে সাথে সাথেই ডাক্তারী সাহায্য নেবেন।

কাল চামড়ায় গুটি (রাশ) দেখা কঠিন হতে পারে। তাই সমস্ত দেহ খুঁজে নেবেন, বিশেষ করে অধিকতর ফর্সা স্থানগুলোতে যেমন হাতের তালু বা পায়ের তলায়। তাছাড়া পেট, চোখের মনি এবং মুখের তালু দেখে নেবেন।



মনে রাখবেন, একজন অসুস্থ লোকেরও ডাক্তারী সাহায্যের প্রয়োজন হয়, এমন কি তার গায়ে যদি অল্প কয়েকটি গুটি দেখা দিলে, গুটি গ্লাসের চাপে অদৃশ্য হয়ে গেলে, বা কোনো গুটি না থাকলেও।