আইডিএফ স্বাস্থ্য বুলেটিন

বর্ষ-০১, সংখ্যা-০২, ইস্যু-০২, নভেম্বর ২০২২ - ফেব্রুয়ারি ২০২৩

সূচিপত্র

১.	আইডিএফ স্বাস্থ্য বুলেটিনের প্রথম সংখ্যা প্রশংসিত	১
২.	ক্যাম্পের মাধ্যমে স্বাস্থ্যসেবা প্রদান	২-৪
	২.১ টেলিহেলথ ক্যাম্প	২
	২.২ স্বাস্থ্য ক্যাম্প	২
	২.৩ মিনি হেলথ ক্যাম্প	৩
	২.৪ বিজয় দিবসে স্বাস্থ্যক্যাম্প	৩-৪
	২.৫ গাইনী চিকিৎসা ক্যাম্প	৪
৩.	কদলপুরে সমৃদ্ধি ও প্রবীণ কর্মসূচির স্বাস্থ্য কার্যক্রম	৪-৫
৪.	উপজেলা প্রশাসনের মেলায় অংশগ্রহণ	৫
৫.	পরজীবী গবেষণায় আইডিএফ	৬
৬.	ভিটামিন "এ" প্লাস ক্যাম্পেইন	৬
৭.	স্তন ক্যান্সার বিষয়ক কর্মশালা আয়োজন	৬-৯
৮.	কেস স্টাডি	৯-১১
	৮.১ টেলিমেডিসিন	৯-১০
	৮.২ প্রসবপূর্ব হেলথ চেকআপ	১০-১১
	৮.৩ চিকেন পক্স	১১
৯.	এক নজরে স্বাস্থ্য কর্মসূচির কিছু কার্যক্রম	১২

সম্পাদনা পরিষদ

উপদেষ্টা : এ. কে. ফজলুল বারি
সম্পাদক : জহিরুল আলম
সদস্য : ডা. মুক্তা খানম, ডা. মোঃ আশরাফ আলী
মৌসুমী চাকমা

"দুর্গম পাহাড়ী জনপদে ও
সুবিধাবঞ্চিত এলাকায়
দারিদ্র্য বিমোচনের সংগ্রামে
আমরা অবিচল"

১. আইডিএফ স্বাস্থ্য বুলেটিনের প্রথম সংখ্যা প্রশংসিত

আইডিএফ এর স্বাস্থ্য কর্মসূচির কলেবর ও কার্যক্রমের পরিধির ব্যাপ্তি ঘটায় পৃথকভাবে কোয়ার্টারলি একটি স্বাস্থ্য বুলেটিন প্রকাশ করার প্রয়োজনীয়তা দেখা দেয়। ফলে মার্চ ২০২৩ এ প্রথম সংখ্যার মাধ্যমে আইডিএফ স্বাস্থ্য বুলেটিনের যাত্রা শুরু হয়। এ সংখ্যাটি সরকারের সংশ্লিষ্ট দপ্তরের কর্মকর্তাগণ, জেলা ও উপজেলা পর্যায়ের গণ প্রতিনিধিগণ, বিভিন্ন মেডিকেল কলেজের বিশেষজ্ঞ ডাক্তারবৃন্দ, কমিউনিটি হেলথ সেন্টারে কর্মরত স্বাস্থ্য বিষয়ক কর্মকর্তাবৃন্দ, অন্যান্য এনজিও এবং আরও অনেকের মাঝে বিতরণ করা হয়। আইডিএফ স্বাস্থ্য বুলেটিনটি পেয়ে অনেকেই এর উচ্ছ্বসিত প্রশংসা করেন এবং আইডিএফ এর এই উদ্যোগকে স্বাগত জানান। তারা ভবিষ্যতেও এই বুলেটিন নিয়মিত পেতে আগ্রহ প্রকাশ করেন। বুলেটিনে আইডিএফ এর স্বাস্থ্য কর্মসূচির ইতিহাস, স্বাস্থ্যসেবা প্রদানের পদ্ধতি, বর্তমান কার্যক্রম, ডিজিটাল হেল্থ সফটওয়ার ব্যবহার করে রোগীদের ইতিহাস সংরক্ষণ, বিভিন্ন স্বাস্থ্য বিষয়ক ক্যাম্প, চক্ষু ক্যাম্প, ফিজিওথেরাপী সেবা, কিছু কিছু রোগীদের কেইস স্টাডিসহ বিভিন্ন কার্যক্রমের বিবরণ ছবিসহ প্রকাশ করা হয়।

উল্লেখ্য যে, পার্বত্য চট্টগ্রাম এর দরিদ্র জনগোষ্ঠীর আর্থ-সামাজিক উন্নয়নের লক্ষ্যে আইডিএফ ১৯৯৩ সালে বান্দরবান পার্বত্য জেলার সুয়ালক মৌজা থেকেই ক্ষুদ্র পুঁজি সরবরাহের মাধ্যমে যাত্রা শুরু করে। যাত্রা শুরুর এক বছরের মধ্যেই দেখা গেল, স্বাস্থ্যজনিত সমস্যাই হলো দরিদ্র জনগোষ্ঠীর উন্নয়নের পথে প্রধান বাঁধা। এ সমস্যা থেকে উত্তরণের লক্ষ্যে ১৯৯৪-৯৫ সালে স্বাস্থ্যবিষয়ক বিভিন্ন সমস্যা নিয়ে প্রশিক্ষণ ও কর্মশালার মাধ্যমে বান্দরবান পার্বত্য জেলায় আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচির কার্যক্রম শুরু করে। আইডিএফ স্বাস্থ্য সেবার মান আরো সামনের দিকে এগিয়ে নিতে প্রতিনিয়ত নতুন নতুন ব্যবস্থা গ্রহণ করে আসছে আইডিএফ। অতি সম্প্রতি এই কর্মসূচি কলেবর বৃদ্ধি করে এবং সেবার মান উন্নত করে সংস্থা তার সকল সদস্য ও তাদের পরিবারসহ কমিউনিটির অন্য সকলের জন্য হেলথ এজেন্ট ও শাখা পর্যায়ে প্যারামেডিক এবং টেলিহেলথ এর মাধ্যমে এমবিবিএস ডাক্তার কর্তৃক নিয়মিত স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করে আসছে। হিমোফিলিয়া রোগীদের সেবা প্রদানের জন্য চট্টগ্রামে একটি ফিজিওথেরাপী সেন্টার পরিচালনা করা হয়। তিনটি হেলথ সেন্টার স্থাপন ছাড়াও কর্মএলাকায় সংস্থার শাখা অফিসসমূহের সহায়তায় স্বাস্থ্যবিষয়ক বিভিন্ন বিষয়ভিত্তিক ক্যাম্প পরিচালনা করা হয়।

২. ক্যাম্পের মাধ্যমে স্বাস্থ্যসেবা প্রদান

২.১ টেলিহেলথ ক্যাম্প

আইডিএফ তার স্বাস্থ্য কর্মসূচির আওতায় ২০১৯ সালে টেলিহেলথ সেবা চালু করে, যার মাধ্যমে আইডিএফ এর সকল সদস্য, এমনকি দূরবর্তী প্রত্যন্ত এলাকার রোগীরাও বাড়ির কাছাকাছি আইডিএফ স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্র হতে ভিডিও কনফারেন্স এর মাধ্যমে শহরে অবস্থিত বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের কাছ থেকে অতিদ্রুত চিকিৎসাসেবা গ্রহণ করে আসছে। এছাড়াও স্পট ভিত্তিক আয়োজিত হেলথ ক্যাম্পে অন্যান্য স্বাস্থ্যসেবার পাশাপাশি সদস্য ও সদ্যসর বাহিরে জনসাধারণকে সংস্থার বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। এসকল ক্যাম্পের আয়োজন ও পরিচালনা করেন শাখাসমূহে দায়িত্বরত প্যারামেডিকগণ এবং তাদের সার্বিক সহযোগিতা করেন হেলথ এজেন্টগণ। এছাড়াও শাখা ব্যবস্থাপক ও কর্মীগণ উপস্থিত থেকে ক্যাম্পসমূহ সুষ্ঠুভাবে পরিচালনায় সর্বাত্মক সহযোগিতা প্রদান করেন। মূলত জটিল রোগীর ক্ষেত্রে প্যারামেডিকগণ টেলিহেলথ এর মাধ্যমে এম.বি.বি.এস. ডাক্তারের চিকিৎসা প্রদান করে থাকেন। অন্যান্য সময় প্রত্যেক হেলথ এজেন্ট তাদের নিজ নিজ এলাকায় হেলথ চেক ও প্রয়োজনানুসারে টেলিহেলথ সেবার মাধ্যমে প্যারামেডিক বা এমবিবিএস ডাক্তারের চিকিৎসা সেবা দিয়ে থাকেন। টেলিহেলথ সেবা ও রোগীর প্রয়োজনীয় তথ্য সংরক্ষণ ও অনলাইন প্রেসক্রিপশন সেবা প্রদানের জন্য DOTPLUS Software ব্যবহার করা হয় যা "Outreach for all" USA কর্তৃক তৈরী করা হয়েছে। বিগত কোয়ার্টারে আইডিএফ এর ২২ টি শাখায় . ক্যাম্পের মাধ্যমে সর্বমোট ২৩০ জনকে টেলিহেলথ সেবা প্রদান করা হয়।

২.২ স্বাস্থ্য ক্যাম্প

আইডিএফ এর সদস্য ও কর্মএলাকার জনসাধারণের স্বাস্থ্যসুরক্ষা নিশ্চিতকরণের লক্ষ্যে স্পটভিত্তিক বিভিন্ন স্বাস্থ্যক্যাম্প এর আয়োজন করা হয়। আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচির আওতায় পরিচালিত এসব স্বাস্থ্যক্যাম্পে যেসকল স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করা হয় তন্মধ্যে ব্লাড গ্রুপিং, জেনারেল হেলথ, ডায়াবেটিস চেকআপ অন্যতম। এছাড়া ক্যাম্পসমূহে বিনামূল্যে ঔষধও বিতরণ করা হয়। এ সকল ক্যাম্পসমূহে দায়িত্বরত প্যারামেডিক ও হেলথ এজেন্ট ছাড়াও সংশ্লিষ্ট শাখার ব্রাঞ্চ ম্যানেজার ও অন্যান্য সহকর্মীগণ উপস্থিত থেকে ক্যাম্পসমূহ সফলভাবে পরিচালনায় সর্বাত্মক সহযোগিতা করেন। কিছু ক্যাম্পে সংশ্লিষ্ট যোনাল ও এরিয়া ম্যানেজারও উপস্থিত ছিলেন এবং ক্যাম্পে উপস্থিত সকলের মাঝে আইডিএফ এর সুযোগসুবিধাসমূহ নিয়ে গঠনমূলক উপস্থাপন করেন। আবার কিছু ক্যাম্পে স্থানীয় জনপ্রতিনিধিরাও উপস্থিত থেকে সকলকে উৎসাহিত করেন। বিগত কোয়ার্টারে শাখাসমূহ কর্তৃক আয়োজিত স্বাস্থ্যক্যাম্পসমূহে প্রদত্ত স্বাস্থ্যসেবার বিবরণ ছক আকারে নিম্নে প্রকাশ করা হল।

ক্রমিক নং	বিবরণ	রোগীর সংখ্যা (জন)	ক্যাম্পের সংখ্যা
১.	ব্লাড গ্রুপিং	৪৫৪৮	৭৯
২.	প্রথমিক চিকিৎসা সেবা	২৭৭৩	৫৭
৩.	ডায়াবেটিস পরীক্ষা	২০৯	২০
৪.	বিনামূল্যে ঔষধ বিতরণ	৫১১	৮
		৮০৮১	১৬৪

২.৩ ঢাকা এরিয়ায় মিনি হেলথ ক্যাম্প

আইডিএফ এর স্বাস্থ্যসেবার মান এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার লক্ষ্যে নভেম্বর ২০২২ হতে ফেব্রুয়ারি ২০২৩ ইং তারিখ সময়ে আইডিএফ ঢাকা এরিয়ার টঙ্গী, উত্তরখান, শ্রীপুর, মনোহরদী এবং জয়দেবপুর শাখার আওতাধীন বিভিন্ন এলাকায় প্রান্তিক জনগোষ্ঠীর জন্য সর্বমোট ৪টি মিনি হেলথ ক্যাম্প এর আয়োজন করা হয়। উক্ত স্বাস্থ্য ক্যাম্পের মাধ্যমে ১৫৯ জন রোগীকে বিভিন্ন রোগের চিকিৎসা প্রদান, ১৫ জনের

ডায়াবেটিক পরীক্ষা এবং ২০ জনকে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। স্বাস্থ্য ক্যাম্পসমূহ পরিচালনা করেন প্যারামেডিক আসিফ জারদারী ও মোঃ ইব্রাহিম (টঙ্গী এবং উত্তরখান শাখা) এবং প্যারামেডিক বিদেশ রায় ও হাসান আল মামুন (শ্রীপুর, মনোহরদী, কাপাসিয়া এবং জয়দেবপুর শাখা)। এছাড়াও বিগত চার মাসে ঢাকা এরিয়ায় আইডিএফ স্বাস্থ্য বিভাগের অন্যান্য নিয়মিত কার্যক্রমসমূহ হলঃ হেলথ স্পটের মাধ্যমে চিকিৎসা প্রদান, কাউন্সেলিং সেশন ২৯ টি, জেনারেল রোগীর সংখ্যা ১২৫৮ জন, টেলিমেডিসিন সেবা ৬৩ জন এবং ডায়াবেটিক পরীক্ষা ৩৮ জন।

২.৪ বিজয় দিবসে স্বাস্থ্যক্যাম্প

ক) নলডাঙ্গা শাখা

বিগত ২৩.১২.২২ ইং তারিখ বিজয়ের মাস উপলক্ষ্যে আইডিএফ নাটোর এরিয়ার নলডাঙ্গা শাখার ধনোপাড়া নামক হেলথ স্পষ্ট এ ফ্রি চিকিৎসা সেবা ও টেলিমেডিসিন ক্যাম্পের আয়োজন করা হয়। উক্ত ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন জনাব মোঃ মহসিন আলী (শাখা ব্যবস্থাপক)। চিকিৎসা প্রদান করেন প্যারামেডিক মোঃ আজিজুল হক। উক্ত ক্যাম্পে ৫৩ জন রোগীকে চিকিৎসা সেবা প্রদান ও ৭ জন রোগীকে টেলিমেডিসিন চিকিৎসা প্রদান করা হয়। টেলিমেডিসিন চিকিৎসা প্রদান করেন ডাঃ ফাইজুন নেছা (হেলথ্ সেন্টার ০১)। এছাড়াও ২৮ জনকে ফ্রী ঔষধ বিতরণ ও ৫ জনের ডায়াবেটিস পরীক্ষা করা হয়।

খ) নজিপুর শাখা

বিগত ১৭.১২.২০২২ ইং তারিখ মহান বিজয় দিবস উপলক্ষ্যে আইডিএফ নজিপুর শাখার আওতাধীন ভেড়ম গ্রামে ৩৬/ম স্পট এ একটি ফ্রি স্বাস্থ্য সেবা ও ব্লাডগ্রুপিং ক্যাম্পের আয়োজন করা হয়। উক্ত ক্যাম্পে ৭২ জনকে ফ্রি ব্লাড গ্রুপিং এবং ৩৭ জনকে চিকিৎসা সেবা প্রদান করা হয়। চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন প্যারামেডিক মোঃ জুয়েল রানা ও মোঃ ময়েজউদ্দিন। সার্বিক সহযোগিতা করেন হেলথ এজেন্ট রেহেনা বেগম। উক্ত ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন নজিপুর শাখার শাখা ব্যবস্থাপক মোঃ ওয়ালিউল ইসলাম ও শাখার সকল সহকর্মীবৃন্দ।

গ) খাগড়াছড়ি শাখা

মহান বিজয় দিবস ২০২২ উপলক্ষ্যে ২২.১২.২০২২ ইং তারিখে খাগড়াছড়ি শাখা হতে প্রায় ১৬ কিঃমিঃ দূরত্বে খাগড়াছড়ি শাখার অন্তর্ভক্ত হেলথ স্পট দাত কুপিয়ায় বিনামূল্যে ১ টি চিকিৎসা সেবা ও ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্প আয়োজন করা হয়। উক্ত ক্যাম্পে দাতকুপিয়া ৪৪/ম ও ৪৫/ম কেন্দ্রের সদস্য এবং তাদের পরিবারের সদস্যরা সর্বমোট ১২৪ জন সেবা গ্রহণ করেন। যার মধ্যে বিনামূল্যে ৯৩ জনকে ব্লাড গ্রুপিং, ২৬ জনকে প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান ও ৫ জনের জেনারেল চেকাপ করা হয়। ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন আইডিএফ খাগড়াছড়ি শাখার শাখা ব্যবস্থাপক জনাব সফিউল বশর। কমলছড়ি ইউনিয়ন এর দাতকুপিয়া ওয়ার্ডের সম্মানিত সদস্য মোঃ সাইফুল ইসলাম, দাতকুপিয়া মসজিদের ইমাম, দাতকুপিয়া প্রাইমারি (বেসরকারি) বিদ্যালয় এর প্রধান শিক্ষক ও সহকারী শিক্ষিকাসহ এলাকার অন্যান্য গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গ। ক্যাম্প পরিচালনা করেন আইডিএফ খাগড়াছড়ি শাখার প্যারামেডিক মোঃ আব্দুর রহিম। সার্বিক সহযোগিতা করেন প্যারামেডিক দেলোয়ার হোসেন, প্যারামেডিক আবু হানিফ ইকবাল, হেলথ এজেন্ট মালেকা আক্তার সুমি।

ঘ) মানিকছড়ি শাখা

অদ্য ১৮.১২.২০২২ ইং তারিখ মহান বিজয় দিবস উপলক্ষ্যে আইডিএফ, মানিকছড়ি শাখার আওতাধীন ৬৯/ ম স্পট এ একটি ফ্রি স্বাস্থ্য সেবা ও ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্পের আয়োজন করা হয়, উক্ত ক্যাম্পে ৫৬ জনকে ফ্রি ব্লাড গ্রুপ পরীক্ষা করা হয় এবং ৮৬ জনকে ফ্রি চিকিৎসা সেবা ও ঔষধ প্রদান করা হয়। চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন প্যারামেডিক জনাব মোঃ দেলোয়ার হোসেন এবং মোঃ আবু হানিফ ইকবাল। সহযোগিতা করেন উক্ত শাখার টিপিও মোঃ সালাউদ্দিন। উক্ত ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন মানিকছড়ি শাখার শাখা ব্যবস্থাপক মোঃ ইকবাল মাহমুদ ও শাখার সহকর্মী অনিমা রানী।

ঙ) এমচরহাট শাখা

স্বাস্থ্য কর্মসূচির নিয়মিত কার্যক্রমের অংশ হিসেবে ১৭.০১২.২০২২ ইং তারিখ রোজ শনিবার আইডিএফ সাতকানিয়া এরিয়ার অন্তর্গত এমচরহাট শাখার আওতাধীন আশ্রয়ন প্রকল্প এলাকায় মহান বিজয় দিবস উপলক্ষ্যে একটি ফ্রি ব্লাড গ্রুপিং এবং চিকিৎসা সেবা ক্যাম্প আয়োজন করা হয়েছে। উক্ত ক্যাম্পে শাখা ব্যবস্থাপক জনাব মোহাম্মদ নজরুল ইসলাম এর উপস্থিতিতে ১০৪ জনের ব্লাড গ্রুপিং, ১৭ জন রোগীকে প্রাথমিক চিকিৎসা সেবা এবং ১৪ জন রোগীকে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। আইডিএফ স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র -০১ এর অভিজ্ঞ মেডিকেল অফিসার জনাবা ডা: ফয়জুন নেছা হক টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করেন। ব্লাড গ্রুপিং এবং প্রাথমিক চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন আইডিএফ এমচরহাট শাখার সিনিয়র প্যারামেডিক জনাব মোহাম্মদ জিয়া উদ্দীন বাবলু, পদুয়া শাখার প্যারামেডিক আফজাল হোসেন রাজু এবং চকরিয়া শাখার প্যারামেডিক হাসান আল মামুন। সার্বিক সহযোগিতা করেন উপসহকারী কৃষি উন্নয়ন কর্মকর্তা আশিক চন্দ্র বর্মন, সিনিয়র ফিল্ড অর্গানাইজার মোহাম্মদ দুলাল উদ্দীন, ফিল্ড অর্গানাইজার মোহাম্মদ মনছুর আলম এবং ফিল্ড অর্গানাইজার সুজন তংঞ্চঙ্গা ।

২.৫ গাইনী চিকিৎসা ক্যাম্প, নওহাটা শাখা

অদ্য ২৩.০২.২০২৩ ইং তারিখে আইডিএফ নওহাটা শাখা রাজশাহী এরিয়ার উজিরপুকুর ০১ নং স্পটে একটি গাইনী চিকিৎসা ক্যাম্পের আয়োজন করা হয়। ক্যাম্পটিতে চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর। ক্যাম্পটিতে মোট ৬৩ জনকে গাইনী রোগের চিকিৎসা দেওয়া হয়, ৩৩ জনকে ব্লাড গ্রুপিং করা হয়। ক্যাম্পটি পরিচালনা করেন মোঃ মাহফুজুর রহমান (DMF) এবং ক্যাম্পটিতে উপস্থিত থেকে বিভিন্ন দিক নির্দেশনা দেন আইডিএফ রাজশাহী যোনের যোনাল ম্যানেজার বিজন কুমার সরকার, এরিয়া ম্যানেজার জনাব মোঃ নুরে আলম সিদ্দিকী, শাখার শাখা ব্যবস্থাপক। সার্বিক সহযোগিতা করেন মোঃ রুহুল আমিন (DMF), মোঃ রবিউল ইসলাম (DMF), মোঃ আমিনুল ইসলাম (DMF) ও বিলাস রঞ্জন (DMF)।

৩. কদলপুরে সমৃদ্ধি ও প্রবীণ কর্মসূচির স্বাস্থ্য কার্যক্রম

ক) মেডিসিন, গাইনি ও সাধারণ স্বাস্থ্য ক্যাম্প

বিগত ২৭.১১.২২ ইং তারিখে চট্রগ্রামের রাউজানে আইডিএফ কদলপুর সমৃদ্ধি কর্মসূচির আওতায় মেডিসিন ও গাইনি ও সাধারণ স্বাস্থ্য ক্যাম্প অনুষ্ঠিত হয়। উক্ত ক্যাম্পে ১৮২ জন রোগীকে বিনামূল্যে চিকিৎসা সেবা ও ঔষুধ প্রদান করা হয়। ক্যাম্পে চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন ডাঃ নওশাদ মোস্তফা (এমবিবিএস), বিসিএস (স্বাস্থ্য), পিজিটি (মেডিসিন) ও ডাঃ শাহিনা শারমিন (এমবিবিএস), পিজিটি (গাইনী এন্ড অবস)। সহযোগী প্যারামেডিক ছিলেন নুমংচিং মারমা ও ফাহাদ বিন রাসেল। এছাড়াও উক্ত ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন ব্রাহ্মণহাট এরিয়া ম্যানেজার জনাব মোঃ গিয়াস উদ্দীন ও সমৃদ্ধি সমন্বয়কারী জনাব মোঃ বদিউর রহমান। স্থান:- তৈয়্যবিয়া তাহেরিয়া সুন্নিয়া মহিলা মাদ্রাসা।

খ) স্যাটেলাইট ক্লিনিকের মাধ্যমে চিকিৎসা সেবা প্রদান

২৬.১২.২২ ইং তারিখে আইডিএফ কদলপুর সমৃদ্ধি ও প্রবীণ কর্মসূচির আওতায়-স্যাটেলাইট ক্লিনিকের মাধ্যমে ৬২ জন প্রবীণকে বিনামূল্যে চিকিৎসা সেবা প্রদান করা হয়। চিকিৎসা সেবা প্রদান করেন ডা: জান্নাতুল নাঈম ইনা (এমবিবিএস), পিজিটি (গাইনী এন্ড অবস), সিনিয়র মেডিকেল অফিসার, বিজিসি ট্রাস্ট মেডিকেল কলেজ এন্ড হাসপাতাল। সহযোগিতায় ছিলেন প্যারামেডিক ছিলেন নুমংচিং মারমা ও ০৫ নং ওয়ার্ডের স্বাস্থ্য পরিদর্শক শামীম আক্তার। স্থান:- আমির পাড়া সরকারি প্রাথমিক বিদ্যালয়।

গ) চট্টগ্রাম লায়ন্স চক্ষু হাসপাতালে অপারেশন

আইডিএফ কদলপুর সমৃদ্ধি ও প্রবীণ কর্মসূচি আওতাধীন অনুষ্ঠিত ফ্রি চক্ষু ক্যাম্পে অপারেশনের জন্য বাছাইকৃত রোগীদেরকে সংস্থার উদ্যোগে মোট ১২ জন রোগীকে বিনামূল্যে চট্টগ্রাম লায়ন্স চক্ষু হাসপাতালে অপারেশন করা হয়। রোগীদের মধ্যে ১১ জন ছানি পরা রোগী এবং ১ জন নেত্র নালী সমস্যা জনিত রোগী। রোগীদের সার্বিক সহযোগিতার জন্য উক্ত অপারেশনের সময়কালীন সহযোগী প্যারামেডিক ছিলেন নুমংচিং মারমা ও ফাহাদ বিন রাসেল এবং স্বাস্থ্য পরিদর্শক শুকতারা ইয়াছমিন ও নাজমা আক্তার।

ঘ) স্বাস্থ্য সচেতনতামূলক কাউন্সেলিং ও স্ট্যাটিক ক্লিনিকের মাধ্যমে স্বাস্থ্যসেবা প্রদান

২৩.১২.২২ ইং তারিখে আইডিএফ কদলপুর সমৃদ্ধি ও প্রবীণ কর্মসূচির আওতায় প্রবীণ জনগোষ্ঠীর জীবনমান উন্নয়ন ও পরিপোষক ভাতা প্রদানকালীন স্বাস্থ্য সচেতনতামূলক কাউন্সেলিং ও স্ট্যাটিক ক্লিনিকের দ্বারা প্রবীণদের মাঝে চিকিৎসা সেবা প্রদান করা হয়। উক্ত স্ট্যাটিক ক্লিনিকে সেবা প্রদান করেন নুমংচিং মারমা (প্যারামেডিক), সহযোগী ছিলেন সমাজ উন্নয়ন কর্মকর্তা জনাব মো: এহছান উদ্দীন। স্থান:- হামিদিয়া ফাজিল মাদ্রাসা।

ঙ) ফ্রি ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্প

০২.০১.২৩ ইং তারিখে আইডিএফ কদলপুর সমৃদ্ধি কর্মসূচির আওতায় জাতীয় সমাজ সেবা দিবস ২০২৩ উপলক্ষ্যে একটি ফ্রি ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্প আয়োজন করা হয়। উক্ত ক্যাম্পে ৪০ জনের বিনামূল্যে ব্লাড গ্রুপিং করা হয়। উক্ত ক্যাম্পসমূহ পরিচালনা করেন প্যারামেডিক নুমংচিং মারমা ও ফাহাদ বিন রাসেল। এছাড়াও ক্যাম্পে উপস্থিত ছিলেন ব্রাহ্মণহাট এরিয়া ম্যানেজার জনাব মোঃ গিয়াস উদ্দীন ও সমৃদ্ধি সমন্বয়কারী জনাব মো:-বদিউর রহমান। স্থান:- তৈয়্যবিয়া তাহেরিয়া সুন্নিয়া মহিলা মাদ্রাসা।

৪. উপজেলা প্রশাসনের মেলায় অংশগ্রহণ

২৯.১২.২২ ইং তারিখে কর্ণফুলী এরিয়ার উপজেলা প্রশাসন কর্তৃক উপজেলা পরিষদ প্রাঙ্গণে ডিজিটাল উদ্ভাবণী মেলা-২০২২ আয়োজন করা হয়। আইডিএফ পটিয়া শাখাকেও উক্ত মেলায় অংশগ্রহণ করার জন্য আমন্ত্রণ জানানো হয়। সে পরিপ্রেক্ষিতে আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচি মেলায় স্টল স্থাপনের মাধ্যমে IDF এর বিভিন্ন কার্যক্রম উপস্থাপন করে এবং বিনামূল্যে ব্লাড গ্রুপিং ও জেনারেল হেলথ চেক আপের ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়। উক্ত স্টল এ ব্লাড গ্রুপ নির্ণয় করা হয় ৫১ জনের, ৩৫ জনের জেনারেল হেলথ চেক আপ করা হয় এবং ১৫ জনের ডায়াবেটিস চেক আপ করা হয়। মেলায় স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম পরিচালনা করেন প্যারামেডিক জুয়েল রানা দাশ এবং তমাল ভারতী।

৫. পরজীবী গবেষণায় আইডিএফ

"Identification of Strongyloides (Thread Worm) from mixing with dogs, goats in slum area." শিরোনামে একটি গবেষণামূলক কার্যক্রম যৌথভাবে আয়োজন করে ইউনিভার্সিটি অব লিভারপুল এর ডিপার্টমেন্ট অব ইভোলুশন, ইকোলজি সাইন্সেস বিভাগের প্রফেসর মার্ক ভিনে এবং চট্টগ্রাম বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রাণিবিদ্যা বিভাগের অধ্যাপক ড. এ এইচ এম রায়হান সরকার ও তার টিম। এতে আইডিএফ এর মাননীয় নির্বাহী পরিচালক জনাব জহিরুল আলম এর সরাসরি নির্দেশনায় ও কো-অর্ডিনেটর (স্বাস্থ্য) ডাঃ মুক্তা খানমের তত্ত্বাবধানে উক্ত গবেষণা কার্যক্রমে মাঠ পর্যায়ে সার্বিক সহযোগিতা করে আইডিএফ স্বাস্থ্য কার্যক্রমের সিনিয়র প্যারামেডিক সুমন চন্দ্র সরকার ও তমাল ভারতী।
কৃমি এক ধরণের পরজীবী, যাহা প্রাণী দেহের ক্ষুদ্রান্তে থাকে এবং খাদ্য গ্রহণ করে, বিভিন্ন ধরণের কৃমি প্রাণিদেহে বসবাস করে এবং ইনফেকশন তৈরি করে। বর্তমানে বিভিন্ন গৃহপালিত পশু ও মানুষের সহাবস্থানের জন্য কৃমি সংক্রমন বেড়ে চলেছে। এরই ধারাবাহিকতায় গত ৯ জানুয়ারি ২০২৩ইং তারিখ থেকে ২ সপ্তাহ ব্যাপি চট্টগ্রাম সিটি কর্পোরেশন এলাকার বিভিন্ন অবহেলিত ও বস্তিতে বসবাসরত ব্যক্তি যারা বিভিন্ন গৃহপালিত পশুর সংস্পর্শে আসে তাদের মল এবং ঐসব পশুর মল নিয়ে একটি গবেষণামূলক কার্যক্রম পরিচালনা করা হয়। ঐসব এলাকা হতে মানুষের ১০১টি, ছাগলের ১১টি, কুকুরের ২৭টি নমুনা সংগ্রহ করা হয়, এর মধ্যে মানুষের ৪টি, ছাগলের ২টি, কুকুরের ৪টি নমুনার মধ্যে Thread Worm এর পজিটিভ পরজীবী পাওয়া যায়।

৬. স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে ভিটামিন "এ" প্লাস ক্যাম্পেইন

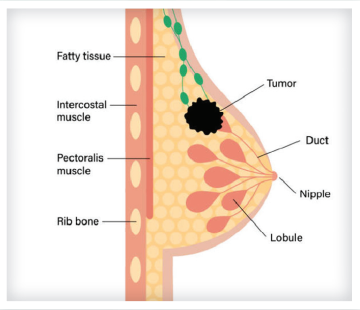
বিগত ২০শে ফেব্রুয়ারি ২০২৩ইং তারিখ আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচির আওতাধীন স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র-০১, চান্দগাঁও আ/এ, ব্লক-এ, চট্টগ্রাম সিটি কর্পোরেশন (স্বাস্থ্য বিভাগ) এর সহযোগিতায় সকাল ০৯টা হতে দুপুর ০২টা পর্যন্ত ভিটামিন "এ" প্লাস ক্যাম্পেইন আয়োজন করা হয়। এই ক্যাম্পে ৬-১১ মাস বয়সী ২৩ জন শিশুকে নীল ক্যাপসুল এবং ১১ মাস হতে ৫ বছর বয়সী ১১৯ জন শিশুকে ১টি করে লাল ক্যাপসুল খাওয়ানো হয়। সর্বমোট ১৪২ জনকে ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ানো হয়। ক্যাম্প উদ্বোধন করেন আইডিএফ স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র-০১ এর মেডিকেল অফিসার ডাঃ ফয়জুন নেছা হক এবং সার্বিকভাবে ক্যাম্প পরিচালনা করেন স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্রের প্যারামেডিক সুমন চন্দ্র সরকার এবং ম্যানেজার শামীমা আক্তার।

৭. স্তন ক্যান্সার বিষয়ক কর্মশালা আয়োজন

আন্তর্জাতিক স্তন ক্যান্সার সচেতনতা দিবস উপলক্ষ্যে আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচি বিগত ২৯ অক্টোবর, ২০২২ তারিখ স্তন ক্যান্সার সচেতনতা বিষয়ক একটি সেমিনারের আয়োজন করে। সেমিনারে আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচির কো-অর্ডিনেটর ডা.মুক্তা খানম ও মেডিকেল অফিসার ডা. সাদিকুন নাহার ঝুমুর মূল বক্তা হিসেবে উপস্থিত ছিলেন। এছাড়া প্যারামেডিক ডাক্তার উত্তম সরকার ও সংশ্লিষ্ট শাখা ব্যবস্থাপকসহ শাখার অন্যান্য সহকর্মীগণ উপস্থিত ছিলেন। সেমিনারে ৩০ জন নারী অংশগ্রহণ করেন। উক্ত সেমিনারে স্তন ক্যান্সার বিষয়ে সচেতন হবার উপায়সমূহ এবং স্তন ক্যান্সারের বিভিন্ন দিক নিয়ে আলোচনা করা হয়। এছাড়াও বাংলাদেশে স্তন ক্যান্সার আক্রান্ত রোগীদের চিকিৎসা ব্যবস্থা ও রোগের লক্ষণগুলো নিয়ে বিশেষভাবে আলোচনা করা হয় । মূলত বাংলাদেশে নারীদের মধ্যে সচেতনতার অভাবে প্রাথমিক পর্যায়ে অনেক ক্ষেত্রেই স্তন ক্যান্সার ধরা পড়ে না। স্তন ক্যানসার প্রাথমিক পর্যায়ে শনাক্ত করা গেলে, সঠিক চিকিৎসার মাধ্যমে মৃত্যুর শঙ্কা অনেকাংশে কমানো যায়। একজন নারী শুধুমাত্র তার সচেতনতা দিয়ে এই নীরব ব্যাধিকে জয় করতে পারেন। আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসুচির আয়োজনে আয়োজিত এই ধরনের সেমিনার প্রান্তিক পর্যায়ের নারীদের সচেতন করতে অনেকাংশে সহযোগিতা করবে বলে বক্তারা অভিমত ব্যক্ত করেন। উক্ত কর্মশালায় স্তন ক্যান্সার বিষয়ক যে আলোচনা হয় তার বিস্তারিত বিবরণ নিম্নে দেয়া হল।

স্তন ক্যান্সার কী?

স্তনের কিছু কোষ যখন অস্বাভাবিকভাবে বেড়ে ওঠে তখন স্তন ক্যান্সার হতে দেখা যায়। তখন এই অনিয়মিত ও অতিরিক্ত কোষগুলো বিভাজনের মাধ্যমে টিউমার বা পিন্ডে পরিণত হয় এবং রক্তনালী লসিকা ও অন্যান্য মাধ্যমে শরীরের বিভিন্ন জায়গায় ছড়িয়ে পড়ে। এই ছড়িয়ে যাওয়ার প্রবণতাই ক্যান্সার রোগের বিষয়ে আতঙ্কের কারণ। কেন? কারণ এমতাবস্থায় বিভিন্ন ধরণের আধুনিক চিকিৎসা ব্যবস্থার সাহায্য নিয়েও রোগীকে পুরোপুরি সুস্থ করে তোলা বা দীর্ঘ জীবনকালের নিশ্চয়তা দেওয়া সম্ভব হয়ে ওঠে না।
আশার বিষয় হচ্ছে, স্তন ক্যানসার যদি আমরা ‘Early State’ বা প্রাথমিক পর্যায়ে শনাক্ত করতে পারি তবে তা সঠিক চিকিৎসার মাধ্যমে প্রায় শতভাগ নিরাময় করা যায়।



কেন বাড়ছে স্তন ক্যান্সার?

স্তন ক্যান্সারে আক্রান্তের মূলত দুই ধরণের কারণ দেখা যায়।
প্রথমত, অপরিবর্তনযোগ্য কারণসমূহ এবং দ্বিতীয়ত, পরিবর্তনযোগ্য কারণসমূহ।
অপরিবর্তনযোগ্য এই কারণে বলা হচ্ছে যে এই ঝুঁকিসমূহ জেনেটিক, বংশ এবং হরমোনের কারণে হয়ে থাকে, যা আমরা পরিবর্তন করতে পারি না। আর পরিবর্তনযোগ্য ঝুঁকিসমূহ পুরোপুরি আমাদের নিজেদের হাতে থাকে, যা ইচ্ছে করলেই আর একটু সাবধান থাকলেই আমরা এড়িয়ে যেতে পারি। চলুন তবে এই স্তন ক্যান্সারে আক্রান্তের কারণগুলো সম্পর্কে আরও বিস্তারিত জেনে নেয়া যাক।

স্তন ক্যান্সার এর পরিবর্তনযোগ্য কারণসমূহ

১) অনেক বেশি বয়স পর্যন্ত বিয়ে না করা এবং ৩০ বছর বয়সের পর নারীদের প্রথম সন্তানের মা হওয়া কিংবা সন্তান না নেয়া মহিলাদের স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি অনেকাংশে বাড়িয়ে দেয়।

২) সন্তানকে নিয়মিত বুকের দুধ না খাওয়ানোর অভ্যাসের কারণে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হতে দেখা যায়।

৩) যারা অতিরিক্ত ফ্যাটযুক্ত খাবার খান এবং খাদ্যতালিকায় একেবারেই শাক সবজি রাখেন না তাদের ক্ষেত্রে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি অনেক বেশি। এছাড়াও দীর্ঘসময় টিনজাত খাবার খাওয়া, প্রিজার্ভড খাবার, কৃত্রিম মিষ্টি ও রঙযুক্ত খাবার খাওয়া নারী ও পুরুষের স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার জন্য দায়ী।

৪) অতিরিক্ত ওজন বেড়ে যাওয়া এবং শারীরিক পরিশ্রম একেবারেই না করা স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়ায়।

৫) দীর্ঘদিন এয়ার ফ্রেশনার, কীটনাশক, অতিরিক্ত কেমিক্যালযুক্ত কসমেটিকস, ডিওডোরেন্ট এবং তেজস্ক্রিয় পদার্থের সংস্পর্শে থাকলে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বাড়ে।

৬) ভুল সাইজের ব্রা ব্যবহার করা। স্তনের আকার অনুযায়ী সঠিক মাপের ব্রা ব্যবহার করুন। কেননা নয়তো এটি আপনার স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকিকে বাড়িয়ে দিতে পারে অনেকখানি। স্তনের আকারের চেয়ে বড় মাপের ব্রা স্তনের টিস্যুগুলোকে ঠিকমত সাপোর্ট দিতে পারে না আবার অতিরিক্ত ছোট বা টাইট ব্রা স্তনের তরলবাহী লসিকাগুলো কেটে ফেলতে পারে।

৭) সারাক্ষণ ব্রা বা ব্রেসিয়ার পরে থাকার কারণে ঘাম নির্গত হবার অসুবিধে, আর্দ্রতা জমে থাকা, সব মিলে স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়ে। ঘরে থাকার সময়টুকুতে এবং রাতে ঘুমাতে যাওয়ার সময় ব্রা ব্যবহার না করার চেষ্টা করুন।

৮) লেবেল না দেখে ডিওডোরেন্ট কেনা। আজকাল কর্মজীবী নারী হোক বা শিক্ষার্থী, সারাদিনের বাইরে থাকা আর সেই সাথে ঘামের দুর্গন্ধ এড়াতে ডিওডোরেন্ট ব্যবহার করেন প্রায় সবাই। কিন্তু এই ডিওডোরেন্ট কেনার সময় খেয়াল রাখুন কী কী উপাদান আছে এতে। অ্যালুমিনিয়াম বেইজড উপাদান থাকলে তা স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়ায়। ডিওডোরেন্ট যেহেতু আপনি প্রতিদিন ব্যবহার করেন, তাই কোন কোম্পানির পণ্যটি ব্যবহার করবেন তা আগে একজন স্কিন বিশেষজ্ঞের কাছ থেকে জেনে নিন।

স্তন ক্যান্সার এর অপরিবর্তনযোগ্য কারণসমূহ

৯) জেনেটিক কিছু কারণে মানুষ স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হন। বিআরসিএ১, বিআরসিএ২ নামের জিনের মিউটেশন ৫% থেকে ১০% স্তন ক্যান্সারের জন্য দায়ী থাকে।

১০) বংশগত কারণে এই স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হতে পারেন অনেকেই। যেমন-মা, খালা, বোন বা মেয়ে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হয়ে থাকলে স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকি বেড়ে যায় অনেকাংশে।

১১) মহিলাদের মাসিক শুরু এবং বন্ধের বয়সের ওপরেও এই রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি নির্ভর থাকে। যাদের ১২ বছর বয়সের পূর্বে মাসিক শুরু এবং ৫০ বছর বয়সের পর মাসিক বন্ধ হয় তাদের এই রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে।

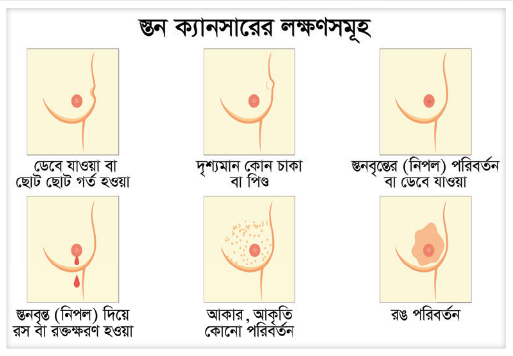
১২) অ্যাস্ট্রোজেন হরমোনের প্রভাবে এই রোগে আক্রান্ত হতে দেখা যায়। যারা দীর্ঘ সময় ধরে অতিরিক্ত অ্যাস্ট্রোজেন হরমোনের সংস্পর্শে থাকেন, মাসিক বন্ধ হওয়ার পর মহিলাদের মধ্যে যারা হরমোন রিপ্লেসমেন্ট থেরাপি গ্রহণ করেন, তাদের স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।

১৩) লিঙ্গভেদে ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বাড়ে। একজন নারী পুরুষের তুলনায় অনেক বেশি স্তন ক্যান্সারের ঝুঁকিতে থাকেন।

১৪) বয়স বাড়ার সাথে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্তের সম্ভাবনা বাড়ে বিশেষ করে ৫০ বছর বয়সের পর এই ঝুঁকি অনেক বেশি বেড়ে যায়, যা পরিবর্তনযোগ্য নয় মোটেও।

➯যদি স্তন ক্যানসার ছড়িয়ে পড়ে তাহলে যেখানে ছড়িয়ে পড়েছে তার উপসর্গ দেখা দেয়। যেমন-

১. যকৃতে ছড়ালে পেটে ব্যথা বা জন্ডিস দেখা দেয়।
২. ফুসফুসে ছড়ালে কাশি হওয়া এমনকি কাশির সঙ্গে রক্তও যেতে পারে।
৩. হাড়ে ছড়ালে সেখানে তীব্র ব্যথা হওয়া।



➯উপসর্গ

১. স্তনে চাকা দেখা দেয়া
২. স্তনের চামড়ার রং পরিবর্তন হওয়া বা চামড়া মোটা হওয়া। (কমলালেবুর খোসার মতো)
৩. নিপল বা স্তনের বোঁটা ভেতরে দেবে যাওয়া।
৪. নিপল দিয়ে রক্ত বা পুঁজ পড়া।

➯ডায়াগনোসিস বা শনাক্তকরণ পরীক্ষা

প্রথমেই বিশেষজ্ঞরা রোগীর রোগের history নিয়ে থাকেন। শারীরিক পরীক্ষা করেন। বিভিন্ন পরীক্ষার মাধ্যমে ব্রেস্ট ক্যানসার শনাক্ত করা হয়। রোগীর বয়সের সঙ্গে সামাঞ্জস্য রেখেই বিশেষজ্ঞরা তা দিয়ে থাকেন। যেমন-

১. ম্যামোগ্রাফি * আল্ট্রাসনোগ্রাফি * এমআরআই * FNAC -চাকা থেকে * বায়োপসি/মাংস পরীক্ষা

➯চিকিৎসা

২. প্রাথমিক পর্যায়ে ধরা পড়লে শতকরা ৯০-৯৫ ভাগ রোগী সুস্থ হওয়ার স্বপ্ন দেখতে পারেন। এ ক্যানসারের চিকিৎসা প্রধানত কয়েক ভাগে বিভক্ত-
৩. সার্জারি, কেমোথেরাপি ও রেডিওথেরাপি।
৪. হরমোন থেরাপি ও টার্গেটেড থেরাপি।

➯সার্জারি

স্তন ক্যান্সারের যে কোনো পর্যায়েই রোগীর সার্জারি করা প্রয়োজন হতে পারে। সার্জারি করা যাবে কিনা বা কী ধরনের সার্জারি হবে তাই প্রাথমিক বিবেচ্য বিষয়। সিদ্ধান্ত নেবেন সার্জন এবং ক্যান্সার বিশেষজ্ঞ দুজনে মিলে। অনেক সময় শুধু টিউমার কেটে ফেলা হয়। অনেক সময় পুরো ব্রেস্টই ফেলে দেয়া হয়।

➯কেমোথেরাপি

প্রায় সব রোগীকেই কেমোথেরাপি নিতে হয়। সার্জারির আগে বা পরে এমনকি রোগ শরীরের অন্য অংশে ছড়িয়ে পড়লেও কেমোথেরাপি কাজ করে। যদিও কেমোথেরাপিতে কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া থাকে তবুও রোগীকে সুস্থ করে তোলার জন্য কেমোথেরাপির বিকল্প নেই। রোগীর শারীরিক অবস্থা, কেমোথেরাপির কার্যকারিতা, রোগীর আর্থিক অবস্থা ইত্যাদি বিবেচনায় নিয়েই ক্যানসার বিশেষজ্ঞরা উপযুক্ত পরামর্শ দেন। কেমোথেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া যাতে কম হয় তারও ব্যবস্থাপত্র দেন চিকিৎসকরা।

➯রেডিওথেরাপি

বিশেষ ধরনের মেশিনের মাধ্যমে রোগীদের রেডিওথেরাপি চিকিৎসা দেয়া হয়। এর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া তুলনামূলকভাবে অনেক কম। সাধারণ কেমোথেরাপির পরই রেডিওথেরাপি দেয়া হয়। শুধু স্তনে নয়, যদি ক্যান্সার ছড়িয়ে পড়ে তাহলেও সেখানে রেডিও থেরাপি দিয়ে হাড়ের ভাঙন বা ফ্র্যাকচার রোধ করা যায়।

➪হরমোন থেরাপি

সব ব্রেস্ট ক্যান্সারের রোগীর জন্য হরমোনের দরকার নেই। ক্যান্সার বিশেষজ্ঞরা বিভিন্ন পরীক্ষা-নিরীক্ষার মাধ্যমেই হরমোনের চিকিৎসা কাদের লাগবে তা শনাক্ত করেন।

➪টার্গেটেড থেরাপি

এ থেরাপি রোগীদের জন্য নতুন দিগন্ত উন্মোচন করছে। যেমন- Transtyuumab, Lapatinib, Bevacizumab ইত্যাদি। করণীয় ক্যান্সার প্রতিরোধের জন্য Breast Cancer Screening জরুরি। ক্যান্সার বিশেষজ্ঞদের সঙ্গে সাক্ষাৎ করে এ ব্যাপারে সবারই জানা উচিত এবং এই Program - এর আওতায় আসা উচিত। তাহলে প্রাথমিক পর্যায়ে রোগ ধরা পড়বে এবং রোগী দ্রুত সুস্থ হবে। আমাদের সুশৃঙ্খল জীবনযাত্রা এবং জীবনযাত্রার কিছু পরিবর্তন হলে (যা ক্যান্সার রোগের কারণ) এ রোগের প্রকোপ অনেকাংশেই কমে আসবে এবং আমাদের সমাজে সুস্থ-সুন্দর জীবনের অধিকারী মানুষের অবস্থান সুদৃঢ় হবে।

উল্লেখ্য যে, ব্রেস্ট ক্যান্সার বা স্তন ক্যান্সার নারীদের জন্য এক আতঙ্কের নাম। সমগ্র বিশ্বে নারীদের ক্যান্সারজনিত কারণে মৃত্যুবরণের অন্যতম প্রধান কারণ ব্রেস্ট ক্যান্সার। গ্লোবক্যান ২০২০ পরিসংখান অনুযায়ী, সারা বিশ্বে প্রতি চারজন নারীর একজন স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত। সাধারণ মানুষের মধ্যে ১২ শতাংশ নারী তাদের জীবনের কোন এক সময়ে স্তন ক্যান্সারে ভোগেন। পশ্চিমা বিশ্বে এর প্রাদুর্ভাব বেশি থাকলেও এখন সাউথ ইস্ট এশিয়ান দেশে এই রোগের প্রকোপ বেড়েই চলেছে। উন্নত দেশগুলোতে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার হার বেশি, কিন্তু মৃত্যুহার বেশি উন্নয়নশীল দেশগুলোতে। অল্প ও মধ্য আয়ের দেশগুলোতে নারীদের স্তন ক্যান্সারের সঙ্গে সঙ্গে জরায়ুর ক্যান্সারের সংখ্যাও বেড়ে যাচ্ছে। অনুন্নত দেশগুলোতে স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত নারীদের চিত্র আরও ভয়াবহ, দুর্দশাগ্রস্থ ও মৃত্যুর ঝুঁকি অনেক বেশি। বাংলাদেশও এর ব্যতিক্রম নয়। সাম্প্রতিককালে বাংলাদেশে পূর্বের তুলনায় অনেক বেশি ব্রেস্ট ক্যান্সারের কেস পরিলক্ষিত হচ্ছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার হিসেবে বাংলাদেশে প্রতি বছর ১৫ হাজারের বেশি মানুষ ব্রেস্ট ক্যান্সার বা স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হচ্ছেন। এদের মধ্যে শতকরা ৯৮ শতাংশের বেশি নারী, তবে খুব অল্প সংখ্যক পুরুষও স্তন ক্যান্সারে আক্রান্ত হন। প্রতি বছর প্রায় সাড়ে সাত হাজার মানুষ এ রোগে মারা যান। আগে ৪০ বছরের এর কম বয়সী নারীদের সচরাচর এ রোগে আক্রান্ত হওয়ার হার কম ছিল। অথচ বর্তমানে কিশোরীরাও এ রোগে আক্রান্ত হচ্ছে। মূলত বাংলাদেশে নারীদের মধ্যে সচেতনতার অভাবে প্রাথমিক পর্যায়ে অনেক ক্ষেত্রেই স্তন ক্যান্সার ধরা পড়ে না। আর শনাক্ত করা গেলেও অর্থনৈতিক ও সামাজিক অবস্থার কারণে স্তন ক্যান্সারের সঠিক ধরণ নির্ণয় না করে নামমাত্র চিকিৎসা দেয়ার কারণে মৃত্যুর সংখ্যা বেশি।

৮. কেস স্টাডি

৮.১ টেলিমেডিসিন

৮.১.১ Scabies

মোছাঃ ইতি খাতুন, বাঘা শাখা

আইডিএফ বাঘা শাখার ২১/ম হাবাসপুর স্পটে অদ্য ২৬/০১/২০২৩ ইং তারিখে একটি প্রাথমিক স্বাস্থ্যসেবা ও ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্পের আয়োজন করাহয়। উক্ত ক্যাম্পে চিকিৎসা সেবা গ্রহণ করেন ২১/ম হাবাসপুর স্পটের সদস্য মোছাঃ পারভিন বেগম এর ৪ মাসের শিশু সন্তান মোছাঃ ইতি খাতুন। মোছাঃ ইতি খাতুন কিছুদিন ধরে চর্মরোগে ভুগছিল। পরবর্তীতে তাকে সংস্থার মেডিকেল অফিসার ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর এর মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। বর্তমানে মোছাঃ ইতি খাতুন সুস্থ।

৮.১.২ Allergic Contact Dermatitis

মোঃ আবির হোসেন, আড়ানী শাখা

আইডিএফ আড়ানী শাখার ১৭ ম কেন্দ্রের সদস্য মোছাঃ আদরি বেগম এর ৬ বছরের ছেলে মোঃ আবির হোসেন দীর্ঘদিন ধরে পুরো শরীরে চুলকানি ও ছোট ছোট ফুসকুড়ির সমস্যায় ভুগছিল। এই সমস্যা নিয়ে তিনি আইডিএফ আড়ানী শাখার প্যারামেডিক্স বিলাস রঞ্জন এর সাথে যোগাযোগ করেন। পরবর্তীতে তাকে সংস্থার মেডিকেল অফিসার ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর এর মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। টেলিমেডিসিন সেবা নিয়ে মোঃ আবির হোসেন বর্তমানে শারীরিকভাবে সুস্থ ।

৮.১.৩ Cracked Sole

মোছাঃ জুলিয়া বেগম, আড়ানী শাখা

আইডিএফ আড়ানী শাখার ৪১/ম কেন্দ্রের সদস্য মোছাঃ জুলিয়া বেগম দীর্ঘদিন ধরে পায়ের ক্ষত নিয়ে ভুগছিল। পরবর্তীতে আইডিএফ আড়ানী শাখার প্যারামেডিক্স বিলাস রঞ্জন এর সাথে যোগাযোগ করেন এবং সংস্থার মেডিকেল অফিসার ডাক্তার ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর এর মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। আইডিএফ এর সেবা নিয়ে মোছাঃ জুলিয়া বেগম বর্তমানে সুস্থ।

৮.১.৪ Lichen Planus

মোছাঃ তানজিলা বেগম, বাঘা শাখা

আইডিএফ বাঘা শাখার ৬২/ম আটঘরি কেন্দ্রে স্বাস্থ্য ক্যাম্প চলাকালীন মোছাঃ তানজিলা বেগম পায়ের চুলকানি ও ফুসকুড়ির সমস্যা নিয়ে শাখার প্যারামেডিক বিলাস রঞ্জনকে দেখান। পরবর্তীতে সংস্থার মেডিকেল অফিসার ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর এর মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। চিকিৎসা সেবা প্রদানের ২ মাস পর ফলোআপ করলে দেখা যায় মোছাঃ তানজিলা বেগম বর্তমানে সুস্থ।

৮.১.৫ Puritus

স্বাধীন, নজিপুর শাখা

নজিপুর শাখার সদস্য মোছাঃ আন্জুয়ার ছেলে স্বাধীন, বয়স ৬ বছর। তার বগলের নিচে ও ঘাড়ে প্রচুর চুলকানি এবং স্কিন উঠে যাওয়ার সমস্যা ছিল। পরবর্তীতে সংস্থার মেডিকেল অফিসার ডাঃ সাদিকুন নাহার ঝুমুর এর মাধ্যমে টেলিমেডিসিন সেবা প্রদান করা হয়। ১ মাস পর ফলোআপ নেওয়া হলে জানা যায় এখন সে সম্পূর্ণ সুস্থ।

৮.২ প্রসবপূর্ব চেকআপ

শাহনাজ বেগম, মোহরা শাখা

৩৯ বছর বয়সী মিসেস শাহনাজ বেগম চট্টগ্রাম সিটি এলাকার চান্দগাঁও থানার মোহরা এলাকার বাসিন্দা। তিনি ১১ সপ্তাহ ধরে অ্যামেনোরিয়ায় ভুগছিলেন। তাছাড়া গর্ভাবস্থার আগে থেকেই তিনি হাইপোথাইরয়েডিজমের রোগী এবং গর্ভকালীন সময়ের শুরুর দিকে ডায়াবেটিস মেলিটাস রোগে আক্রান্ত হন। এসকল সমস্যাসমূহের কারণে তিনি আইডিএফ কাজী হালিমা সাত্তার স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে সর্বপ্রথম ০১.০৯.২০২২ তারিখে গর্ভকালীন চেক আপ করাতে আসেন এবং ডাঃ মুক্তা খানম কো-অর্ডিনেটর, স্বাস্থ্য কর্মসূচি, আইডিএফ) এর তত্ত্বাবধানে চিকিৎসাসেবা নিতে শুরু করেন।

ইতঃপূর্বেই তিনি স্বাভাবিক প্রসবের মাধ্যমে তিনটি সন্তানের জন্ম দিয়েছেন যাদের বয়স যথাক্রমে ২১, ১৮ ও ১০ বছর। তার এলএমপি (শেষ মাসিকের প্রথম দিন) ছিল - ১০.০৬.২০২২। তিনি হাইপোথাইরয়েডিজমের জন্য থাইরক্সিন (প্রতিদিন ১টি ট্যাবলেট) এবং ডায়াবেটিসের জন্য মেটফর্মিন ঔষধ গ্রহণ করছিলেন। তাকে জিঙ্ক ফলিক অ্যাসিড, অ্যান্টি-আলসারেন্ট, অ্যান্টিইমেটিক ঔষধ দিয়ে চিকিৎসা করানো হয়।

তার গর্ভাবস্থার ১৪ সপ্তাহ অতিক্রান্ত হবার পর মাংসপেশীতে ব্যাথার সমস্যা নিয়ে ২২.০৯.২০২২ তারিখে দ্বিতীয়বারের মত তিনি চেকআপ করাতে আসেন। এই সময়ে তাকে ওরাল আয়রন, ক্যালসিয়াম, থাইরক্সিন, ওরাল মেটফর্মিন ইত্যাদি দিয়ে চিকিৎসা করানো হয় এবং তাকে হাইপোথাইরয়েডিজম এবং ডায়াবেটিস মেলিটাসের ভাল চিকিৎসার জন্য এন্ডোক্রিনোলজি ওপিডি, সিএমসিএইচ-এ রেফার করা হয়।

এরপর তিনি তৃতীয়বারে ১৫ সপ্তাহের বেশি অ্যামেনোরিয়া, তলপেটে তীব্র ব্যথা, জরায়ুমুখে ব্যথা এবং পেরি-অ্যানাল অংশে ব্যথা নিয়ে হেলথ সেন্টারে আসেন। এই সময়ে তাকে চলমান চিকিৎসার পাশাপাশি hydroxyprogesterone Caproate (HPC DS)[500mg/2ml], progesterone 200mg pervaginally প্রতিদিন দুবার, Aspirin 75mg ট্যাবলেট গ্রহণ করার জন্য পেসক্রাইব করা হয়। তাছাড়া তাকে গর্ভাবস্থার প্রোফাইল এবং হিমোগ্লোবিন আল্ট্রাসনোগ্রাফি করার পরামর্শ প্রদান করা হয়।

তিনি ১৩.১০.২০২২ তারিখে পুনরায় HPC DS ইনজেকশন নিতে হেলথ কমপ্লেক্স এ আসেন। এর মধ্যে তিনি একজন এন্ডোক্রিনোলজিস্টের কাছে যান এবং তাকে বর্তমান ওষুধের পাশাপাশি ইনসুলিন (১২+০+৮ ডোজ এ ম্যাক্সুলিন ৩০/৭০) সাবকিউটেনিয়াস গ্রহণের পরামর্শ প্রদান করা হয়।

গর্ভাবস্থার ২৭ সপ্তাহে তিনি আবারও চেকআপ করাতে আসেন এবং তাকে এক ইউনিট টিটি ইন্ট্রামাসকুলার প্রদান করা হয় এবং এক মাস পরে তাকে আরেকটি ডোজ নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়। এসময় তাকে গর্ভাবস্থার প্রোফাইল, হিমোগ্লোবিন, রক্তের গ্রুপিং এবং ব্লাড সুগার, আল্ট্রাসনোগ্রাফি করার পরামর্শ দেওয়া হয়। গর্ভাবস্থার ৩০ সপ্তাহ চলাকালীন সময়ে তিনি পুনরায় প্রসবপূর্ব রুটিন চেকআপের জন্য স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স এ আসেন এবং তাকে গর্ভাবস্থা আরও স্বাভাবিক হওয়ার জন্য ইনজেক্টেবল প্রজেস্টেরন বন্ধ রাখার এবং মুখে অ্যালিলেস্ট্রেনল যোগ করার পরামর্শ দেওয়া হয়।

এভাবে তিনি তার গর্ভাবস্থার ৩৬-৩৮ সপ্তাহ পর্যন্ত আইডিএফ কাজী হালিমা সাত্তার স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে এসে তার নিয়মিত প্রসবপূর্ব চেকআপ করিয়েছেন। অবশেষে তিনি ইন্টারন্যাশনাল মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে ১৯ মার্চ ২০২৩ তারিখে একটি ফুটফুটে কন্যা সন্তানের জন্ম দেন।

উপরিউক্ত কেস পর্যবেক্ষণের প্রেক্ষিতে বলা যায় যে, প্রসবপূর্ব চেকআপ ও সঠিক ব্যবস্থাপনায় ভাল ফলাফল পাওয়া সম্ভব। অতএব সুস্থ মায়ের থেকে একটি সুস্থ শিশুর জন্মের জন্য সঠিক প্রসবপূর্ব যত্ন ভীষণ জরুরি।

৮.৩ চিকেন পক্স

তাছলিমা আক্তার, মোহরা শাখা

আইডিএফ মোহরা শাখার ২৮ বছর বয়সী সদস্য তাছলিমা আক্তার গত ০৫.০২.২০২৩ইং তারিখে স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র-০১ এ দুই-তিন দিন ধরে গায়ে জ্বর, শরীরে ফোসকা সহ প্রচন্ড ব্যথা, চুলকানি, দাঁতের মাড়ির গোড়ায় ব্যথা নিয়ে ডাক্তার দেখানোর জন্য আসেন। রোগীর রেজিস্ট্রেশন প্রক্রিয়া সম্পন্ন করার পর কর্তব্যরত প্যারামেডিক রোগীর শারীরিক পরীক্ষা এবং রোগীর সাথে কথা বলে সংক্রামক রোগের লক্ষণ থাকায় তাকে আগত অন্যান্য রোগী থেকে আলাদা করার ব্যবস্থা গ্রহণ করেন এবং চিকেন পক্স হিসেবে প্রাথমিক ভাবে শনাক্ত করেন। রোগীর সাথে কথা বলে জানা যায়, প্রাথমিকভাবে রোগী তার বাড়ির পাশের ফার্মেসী থেকে ঔষধ কিনে খান, কিন্তু তারপরেও কোন উন্নতি না হওয়ায় তিনি আইডিএফ স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র-০১ এ চিকিৎসা সেবা নিতে আসেন। পরবর্তীতে মেডিকেল অফিসার ডাঃ ফয়জুন নেছা হক রোগীর সাথে আলোচনা করে এবং রোগীর দীর্ঘদিন ধরে কোন শারীরিক সমস্যা আছে কিনা যাচাই করে চিকেন পক্স এর চিকিৎসা ও প্রয়োজনীয় বিভিন্ন ধরণের পরামর্শ দেন এবং রোগীকে ১০দিন পর পুনরায় ফলোআপে আসার জন্য বলা হয়। পরবর্তী সময়ে রোগী স্বাস্থ্য কেন্দ্র-০১ এ ফলোআপে এসে ডাক্তার এবং সংশ্লিষ্ট সবাইকে ধন্যবাদ জানান।

৯. একনজরে আইডিএফ স্বাস্থ্য কর্মসূচির কিছু কার্যক্রম

বিবরণ	নভেম্বর,২০২২-ফেব্রুয়ারি,২০২৩		ফেব্রুয়ারি,২০২৩ পর্যন্ত	
	সংখ্যা	অংশগ্রহনকারীর সংখ্যা (জন)	সংখ্যা	অংশগ্রহনকারীর সংখ্যা (জন)
স্ট্যাটিক ক্লিনিক	৪৯১৬ টি	৮৮৩০ জন	১০৯৩৮ টি	৬০৩৪৭ জন
স্যাটেলাইট ক্লিনিক	৬১০৯ টি	২৯২৮১ জন	৯৮০৪৩ টি	৮৭৫৫৪৬ জন
স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র	০৪ টি	১৭১৭ জন	০৪ টি	৫৯৬২৮ জন
কাউন্সেলিং সেশন	৪৪৪৯ টি	৪৮৯৩৯ জন	৭০৫১১ টি	৭৮৭৪৭১ জন
বিনামূল্যে ওষধ বিতরণ	১৭১৭ জন	২,৬১,১৮৪ টাকা	৫২৬৩১ জন	১,২৭,৯০,০৭৮ টাকা
টেলিমেডিসিন	৮৪ দিন	৪৫৪৮ জন	২৫৫৭ টি	৪২১৭০ জন
ব্লাড গ্রুপিং ক্যাম্প	৭৯ টি	৪৬৬৬ জন	২৩৩ টি	১১৫৯২ জন
গাইনী + মেডিসিন ক্যাম্প	০৯ টি	১১২১ জন	১১৮ টি	৩২১৫৪ জন
চক্ষু ক্যাম্প	০২ টি	৩৯৯ জন	২৭ টি	১২৯৬০ জন
মিনি স্বাস্থ্য ক্যাম্প	৪০ টি	১৭৭৩ জন	৫১ টি	২৭৯০ জন
ফিজিওথেরাপি সেবা (হিমোফিলিয়া রোগে আক্রান্তদের জন্য)	২৮ জন রোগী	৩৪১ সেশন	১১৫ জন রোগী	১২২৯ সেশন

বিগত কোয়ার্টারে মাসভিত্তিক স্বাস্থ্যসেবার বিবরণ

ক্রমিক নং	মাস	জেনারেল হেল্থ পেশেন্ট	বৈকালিক চেক আপ	টেলিমেডিসিন	ফলোআপ	সর্বমোট
১.	নভেম্বর	৭৯৯৯	২২৮৭	১১৪৯	১৮০০	১৩২৩৫
২.	ডিসেম্বর	৬৮৫২	১৯৫০	২৬৫৩	১৫৫২	১৩০০৭
৩.	জানুয়ারি	৭২০৮	২২৮৮	১০৪২	১৫৮১	১২১১৯
৪.	ফেব্রুয়ারি	৫৯১৭	১৬৬৩	১০০৮	১৪২৪	১০০১২
মোট		২৭৯৭৬	৮১৮৮	৫৮৫২	৬৩৫৭	৪৮৩৭৩

ইন্টিগ্রেটেড ডেভেলপমেন্ট ফাউন্ডেশন

বাড়ি: ২০, এভিনিউ: ০২, ব্লক: ডি, মিরপুর-২, ঢাকা-১২১৬।

ফোন: +৮৮০২-৫৫০৭৫৩৮০। ওয়েভ: www.idfbd.org

 “সুস্বাস্থ্য নিশ্চিত করতে: হালকাভাবে খান, গভীরভাবে শ্বাস নিন, পরিমিতভাবে জীবনযাপন করুন, প্রফুল্লতা গড়ে তুলুন এবং জীবনের প্রতি আগ্রহ বজায় রাখুন।” - উইলিয়াম লন্ডেন