

World Parkinson's Education Program-এর  
উদ্দেশ্য হচ্ছে পারকিনসন'স রোগ সম্পর্কে  
জনগনের মধ্যে সচেতনতা বৃদ্ধি করা। এই  
প্রোগ্রামের সূচনা করেন কানাডিয়ান Neurologist  
Dr. Abdul Qayyum Rana এবং তিনি বিভিন্ন  
ভাষায় পারকিনসন'স রোগ সম্পর্কে শিক্ষামূলক  
তথ্য উদ্ভাবন করেন।

আরো বিস্তারিত তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে  
আমাদের ওয়েবসাইটে ভিজিট করুন।

[www.parkinsonseducation.org](http://www.parkinsonseducation.org)

This information should not be used as a  
substitute for the medical care and advice  
of your physician

Copyright @ 2008  
WORLD PARKINSON'S EDUCATION PROGRAM  
Copying for the educational purposes is  
encouraged. It is not permitted to make  
changes to the written content of this  
document and author's information.

**A.Q.Rana, MD, FRCPC**  
**Neurologist**  
**Parkinson's Clinic of Eastern Toronto**  
2863 Ellesmere Rd, Suite 404  
Scarborough, Ontario, M1E 5E9, Canada  
Phone: 416-724-9850

[www.parkinsonseducation.org](http://www.parkinsonseducation.org)

Frequently Asked Questions About

**Parkinson's Disease (PD)**  
&  
**Your Health Care Team**

পারকিনসন'স রোগ (PD)  
ও  
আপনার হেলথ কেয়ার টিম

World Parkinson's Education Program



PARKINSON'S

**Dr. Abdul Qayyum Rana, MD, FRCPC**  
**Neurologist**  
**Toronto, Canada**

Bengali/ বাংলা

13

১৩

*"Those who fight Parkinson's with  
knowledge always find solutions"*  
- Dr. Rana

## কেন আমার সাহায্যের প্রয়োজন?

পারকিনসন'স রোগ শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ (Different body systems) আক্রমণ করে। পারকিনসন'স রোগে আক্রান্ত হলে আপনি পর্যায়ক্রমে বিভিন্ন শারীরিক সমস্যায় ভুগবেন। তাছাড়া এই রোগের উপসর্গগুলির সমস্যা জনিত কারণে সুস্থ-সুন্দর জীবন যাপন করতে বেশ অসুবিধা হয়। এই রোগের সমস্যাজনিত কারণ থেকে আপনাকে সুস্থ থাকতে হলে- প্রয়োজন হেলথ কেয়ার টিমের সাথে যথাযথ যোগাযোগ প্রতিস্থাপন করা।

## আমি কিভাবে আমার হেলথ কেয়ার টিমকে সাহায্য করব?

আপনাকে যথাযথ সাহায্য করার জন্য আপনার হেলথ কেয়ার টিমের সাথে প্রত্যক্ষ যোগাযোগ থাকতে হবে। হেলথ কেয়ার টিমকে সব সময় প্রশ্ন করবেন- এই রোগের বিভিন্ন দিক সম্পর্কে যে গুলি আপনি জানেন না। আপনার প্রশ্ন ও হেলথ কেয়ার টিমের উত্তর লিখে রাখবেন যা আপনার প্রয়োজনে পরবর্তীতে কাজে লাগতে পারে।

আপনার ঔষধের একটা তালিকা করবেন এবং নিশ্চিত থাকবেন যাতে হেলথ কেয়ার টিম জানে। অতিরিক্ত আপনি আরও নিশ্চিত হবেন যেন রোগের বর্তমান অবস্থা সম্পর্কে (ভাল/খারাপ) আপনার সকল হেলথ কেয়ার টিম সম্পূর্ণ অবগত।

## কোন ধরনের পেশাজীবীদের সাথে আমি যোগাযোগ রাখব?

নিম্নে বর্ণিত পেশাজীবীরা পারকিনসন'স রোগীদের সেবায় নিয়োজিতঃ

## পারিবারিক ডাঃ (Family physician (FP))

এই রোগের প্রথম সূচনাতে FP বুঝতে পারবে এবং আপনাকে Neurologist এর কাছে পাঠাবে।

## নিউরোলজিস্ট (Neurologist)

নিউরোলজিস্ট, পারকিনসন'স বিশেষজ্ঞ - যিনি আপনার পারকিনসন'স রোগের পরীক্ষা ও সনাক্ত করতে পারবেন এবং আপনার বিশেষ চিকিৎসা পদ্ধতি তৈরী করে দিবেন। এই রোগ প্রসার হয়ে গেলে আপনার চিকিৎসা পদ্ধতি পরিবর্তন করতে হবে- যা আপনার সুস্থ থাকার জন্য সহায়ক হবে। আপনাকে বৎসরে দুই থেকে তিনবার আপনার নিউরোলজিস্টের সঙ্গে যথাযথ (Follow up) দেখা করতে হবে। যদি সম্ভব হয় নিউরোলজিস্ট, যিনি পারকিনসন'স রোগ ও মুভমেন্ট বিশেষজ্ঞ (Parkinson Disease And Movement Disorder Specialist) তাকে দেখানোই ভাল।

## ফিজিও থেরাপিস্ট (Physiotherapist)

ফিজিও থেরাপিস্ট আপনাকে বিভিন্ন ধরনের ব্যায়াম, শরীরের ভারসাম্যতা শিক্ষা এবং আপনাকে পড়ে যাওয়া হতে প্রতিরক্ষা সহ সাধারণ চলাফেরা ও শরীরের সঠিক গঠনের পরামর্শ দিবেন।

## অকোপেশনাল থেরাপিস্ট (Occupational Therapist)

অকোপেশনাল থেরাপিস্ট আপনাকে প্রতিদিনের কাজগুলি যথাযথভাবে করতে উপদেশ দিবেন, যা আপনার জীবনকে সহজ করে দিবে। এছাড়াও আপনাকে বিভিন্ন পারিপার্শ্বিক অবস্থাতে নিরাপদ ও সহজভাবে চলতে উপদেশ দিবেন।

## ভাষা ও কথা বলার রোগ বিশেষজ্ঞ (Speech Therapist)

পারকিনসন'স রোগ কথা বলতে ও চোক গিলতে অসুবিধা করে। এই ধরনের বিশেষজ্ঞ আপনাকে উপোরক্ত সমস্যাতে উপদেশ দিতে সহায়ক হবে।

## ফারমাসিষ্ট (Pharmacist)

ফারমাসিষ্ট আপনাকে পারকিনসন'স রোগের যথাযথ ঔষধ সরবরাহ ও সময়মত খেতে উপদেশ দিবেন এবং আপনার সম্পূর্ণ ঔষধের রেকর্ড রাখবেন। বিশেষ করে আপনাকে একই ফারমাসিষ্টের কাছে যেতে হবে, যা আপনার জন্য সুবিধা হবে।

## খাদ্য ও পুষ্টি বিশেষজ্ঞ (Nutritionist)

ভাল স্বাস্থ্যের জন্য সঠিক ও সুষম খাদ্যের প্রয়োজন। বিশেষ কিছু খাবার, উদাহরণ- মাত্রা অতিরিক্ত আমিষ জাতীয় খাবার আপনার পারকিনসন'স রোগের ঔষধের বিপরীতে কাজ করবে। আর তাই খাদ্য ও পুষ্টি বিশেষজ্ঞ আপনাকে উপরোক্ত সমস্যা থেকে নিরাময়ের জন্য যথাযথ উপদেশসহ আপনার সহায়ক খাদ্য তালিকা তৈরী করতে সহায়তা করবেন।

## সমাজকর্মী বিশেষজ্ঞ (Social work Specialist)

সমাজকর্মী বিশেষজ্ঞ আপনাকে অর্থনৈতিক ও পারিবারিক সমস্যা সমাধানের উপদেশ দিবেন।

## মনোরোগ বিশেষজ্ঞ (Psychologist)

এই বিশেষজ্ঞ আপনাকে মানসিক চাপ, দুশ্চিন্তা, অবাস্তব জিনিস দেখা অথবা শূন্য ইত্যাদি সমস্যাতে চিকিৎসা ও উপদেশ দিবেন।

## মূত্ররোগ বিশেষজ্ঞ (Urologist)

এই ধরনের বিশেষজ্ঞ আপনাকে মাত্রাতিরিক্ত প্রস্রাব এবং সেক্স সমস্যা (sexual dysfunction) জনিত রোগের চিকিৎসা সহ উপদেশ দিবেন।

## এছাড়া আর কি কি বিশেষজ্ঞ আমাকে সাহায্য করবে?

অর্থনৈতিক, বিশেষজ্ঞ, উকিল, নোটারী পাবলিক, একাউন্টেন্ট, বিশেষ সেবিকা, কেয়ার গিভারের সাহায্য আপনার প্রয়োজনে সহায়ক হবেন।