World Parkinson's Education Progrm-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

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

Frequently Asked Questions About

Parkinson's Disease (PD) Introduction

পারকিনসন'স রোগ

সুচনা

World Parkinson's Education Program

PARKINSON'S

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

Bengali / বাংলা
1 ১

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

পারকিনসন'স রোগ বলতে কি বুঝায়?

পারকিনসন'স রোগের প্রথম বর্ণনা দেন ডাঃ জেমস পারকিনসন ১৮১৭ সালে। প্রায় এক লক্ষ (১০০,০০০) কানাডিয়ান এই রোগে আক্রান্ত। যদিও বেশীর ভাগ মানুষ আক্রান্ত হয় ৫৫ বৎসরের পরে কিন্তু এই রোগে তরুনরাও আক্রান্ত হতে পারে।

- এই রোগ শরীরের স্নায়ুশক্তিকে নষ্ট করে ফেলে।
- এই রোগ মস্তিষ্কের **dopamine** তৈরীকারী বিশেষ কোষকে ধ্বংস করে দেয়।
- **Dopamine** হচ্ছে একধরনের রাসায়নিক পদার্থ যাহা বিভিন্ন স্নায়ুকোষের সাথে মস্তিষ্কের যোগাযোগ করে।
- **Dopamine** আমাদের শরীর চলাচলে সাহায্য করে।
- **Dopamine** কমে গেলে আমরা সহজে চলতে পারিনা।
- এই রোগে আক্রান্ত রোগী ঔষধের ও সঠিক পরামর্শের সাহায্যে সুস্থভাবে চলতে পারে।
- এই রোগের সম্পূর্ন নিরাময় নেই, কিন্তু অনেক বছর বেঁচে থাকতে পারে।

কেমন করে PD ডাইয়াগোনোসিস করা হয়?

এই রোগ সনাক্ত করার জন্য ডাঃ রোগের ইতিহাস ও শারীরিক পরীক্ষা করে থাকেন। অন্যান্য রোগের মত এই রোগ সনাক্ত করার জন্য কোন নির্দিষ্ট পেথলজিকেল পরীক্ষা নাই। নিউরো বিশেষজ্ঞ পারকিনসন'স রোগের উপর দক্ষতা ও অভিজ্ঞতার মাধ্যমে এই রোগ সনাক্ত করতে পারেন।

পারকিনসন'স রোগের উপসর্গ কি কি?

প্রধান উপসর্গ গুলি হচ্ছে- চলাচল গতিশক্তি কমে যাওয়া, বসা অবস্থায় হাত-পা কাঁপা-যাহা সাধারণত শরীরের একপাশে শুরু হয়, শরীরের মাংসপেশী শক্ত/দৃঢ় হয়ে যায়, ভারসাম্যহীনতা, আস্তে আস্তে ও মেঝের উপর পা টানে টানে হাটা।

পারকিনসন'স রোগের আরও কি সমস্যাজনিত উপসর্গ আছে?

হ্যাঁ, অবনতি হয়ে গেলে এই রোগের অন্যান্য সমস্যাগুলি হচ্ছে মুখের নমনীয়তা কমে যায়। মুখে অতিরিক্ত থু থু জমা হয়, শরীর ডানে-বামে নড়াচড়া সমস্যা, শরীরের জোড়ার নড়াচড়া কমে যাওয়া, চলতে গেলে পরে যাওয়া, শরীরের গঠন অস্বাভাবিক হয়ে যাওয়া। দুর্বল লাগা, হাতের লেখা ছোট হয়ে যাওয়া, পায়খানা শক্ত হয়ে যাওয়া, ঘুমের অসুবিধা হয়ে যাওয়া, আস্তে কথা বলা, গিলতে অসুবিধা, স্মরণ শক্তি ও কথাবলা হ্রাস পাওয়া, মানসিক চাপ, দুশ্চিন্তা, যৌনশক্তি কমে যাওয়া, চামড়া খসখসে হয়ে যাওয়া, ঝিমানো-ইত্যাদি উল্লেখযোগ্য।

পারকিনসন'স রোগের চিকিৎসা পদ্ধতি

ঔষধ ও পুর্নবাসন হচ্ছে পারকিনসনের প্রাথমিক চিকিৎসা। রোগ যত গাঢ় হবে ঔষধের পরিমান ঠিক একই অনুপাতে বাড়বে। ঔষধের কিছু পার্শ্বক্রিয়া আছে।

নিম্নে পারকিনসন'স রোগের চিকিৎসার জন্য কিছু ঔষধের নাম দেওয়া হল-

১। **Amantadine –or Symmetrel®**
২। **Anticholinergics-Artane Cogentine®**
৩।**MAOB inhititors-Selegiline Rasagiline or Eldepryl® or Azilect®**
৪। **Dopamine Agonists-Pramipexole or Mirapex® or Ropinarloe**
৫। **Levodopa/Carbidopa-Sinemet®**
Levodopa/ benserazide or-Prolopa®

পুর্নবাসন চিকিৎসা হচ্ছে **Physiotherpy**, যাহা চলাফেরা, ভারসাম্যতা, কথা বলা, ও গিলতে সাহায্য করবে।

Occapational therapy দৈনন্দিন কাজগুলি করতে সাহায্য করবে। রীতিমত ব্যায়াম করেও অনেক উপকার পাওয়া যাবে। কোন কোন রোগীর ক্ষেত্রে সার্জারি প্রয়োজন হতে পারে।

আমি কি নিজেও চিকিৎসাতে সাহায্য করতে পারি?

আপনাকে নিশ্চিত হতে হবে যে আপনি আপনার রোগের ব্যাপারে ভালভাবে জানেন। নিউরো বিশেষজ্ঞের সংগে সময়মত যোগাযোগ করে রোগের অবস্থা জেনে নেওয়া অত্যান্ত প্রয়োজন। বিভিন্ন চিকিৎসা পদ্ধতির সংগে সময়ের একটা বিশেষ সম্পর্ক আছে। সময়ের সাথে প্রয়োজনে চিকিৎসা পদ্ধতি পরিবর্তন করতে হয়। আর তাই রোগের উপসর্গগুলির উপর বিশেষ নজর রাখতে হয়। বর্তমান উপসর্গের উপর নির্ভর করেই আপনার রোগের চিকিৎসা পদ্ধতি পরিবর্তন করতে হয়।

পারকিনসন'স রোগের আক্রমন বিভিন্ন রোগীর ক্ষেত্রে কিছুটা ভিন্ন ধরনের হয়। ব্যায়াম ও স্বাস্থ্য সম্মত খাবার খুবই দরকার। হাটা এক প্রকার সহজ ব্যায়াম যাহা প্রতিদিন করা যেতে পারে। একজন Physiotherapist আপনাকে সাহায্য করতে পারেন কোন ব্যায়াম আপনার জন্য প্রযোজ্য। আশযুক্ত খাবার এবং পরিমানমত পানি ও খাবার আপনাকে শক্ত পায়খানা থেকে নিরাময় দিবে। একটা সাহায্যকারী গ্রুপের অত্যন্ত দরকার। এই সাহায্যকারী গ্রুপ সময়মত আপনার সাথে যোগাযোগ করবে, পারকিনসনের রোগীর উপদেশ দেওয়ার জন্য বিশেষজ্ঞ আমন্ত্রন করবে এবং আপনাকে ব্যায়াম করার জন্য প্রয়োজনীয় সাহায্য করবে।

আরও কি কোন অতিরিক্ত সাহায্যকারী উপদেশ আছে?

যদিও পারকিনসন'স রোগী কর্মক্ষমতা হারিয়ে ফেলে কিন্তু আপনি ইচ্ছা করলে আপনার সামর্থমত কাজ করতে পারবেন। এই রোগ বার্ধক্যের সংগে জড়িত না। এই রোগ একটা বিশেষ ডাক্তারী অবস্থা যার জন্য প্রয়োজন স্নায়ু বিশেষজ্ঞ। এই রোগ কিছুটা বংশগত। পারকিনসন'স রোগের চিকিৎসা আছে। আপনি উপকৃত হতে পারেন রীতিমত ডাক্তারের ঔষধ খেয়ে, সুস্থ্য থাকতে পারেন। মানসিক চাপ পারকিনসন'স রোগের একটি উপসর্গ। মানসিক চাপের ব্যাপারে ডাক্তারের সাথে আলোচনা করতে পারেন।