



www.printo.it/pediatric-rheumatology/BD/intro

জুভনোইল স্পনডাইলাইটিস/ এনথসোসাইটিস রলিটেডে আরথাইটিস

বিরণ 2016

প্রতদিনে জীবন যাপন।

কভাবে এ রোগ শিশু এবং তাদের পরিবারে প্রতদিনে জীবন যাপন প্রভাবিত করে।

প্রায়সব বাচ্চাদেরই সক্রিয় গটিরে প্রদাহে প্রতদিনে জীবন যাপন সীমাবদ্ধতা পরিলক্ষিত হয়। যহেতু নরিওগুং আক্রান্ত হয় তাই এ রোগে বেশিরভাগ কষতেরই হাটা এবং খলোধুলার সমস্যা হয়। এই রোগে সাথে সম্পর্কিত অসুবিধাগুলে অতিক্রম করার জন্য, স্বনরিভরতা ও দইকিভাবে সচল থাকার জন্য অভভাবকদের সহযোগিতা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। যদি তাদের এ রোগে বেঝা বহন করতে না পারে বা কঠনি মনে করে তবে মানসিক সাহায্য প্রয়োজন। পতিমাতা তাদের বাচ্চাদের ব্যায়াম করতে এবং নরিদেশনা মত ঔষধ খাওয়াতে উৎসাহ দবে ও সাহায্য করবে।

বদি্যালয়ে ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

কছু ব্যাপার আছে যা বাচ্চাদের স্কুলে উপস্থিতির ব্যাপারে সমস্যা করে যমেন হাটা, কলান্তভাব, ব্যাথা অথবা গটি অনমনীয়। তাই শিশুদের শিক্ষকদের জানানো খুব গুরুত্বপূর্ণ যথাযথ টবেলি, নয়িমত নড়াচড়া স্কুলে থাকাকালীন সময় গটিরে অনমনীয়তা প্রতরিোধ করার জন্য যখন তাদের রোগটি নয়িন্ত্রনে থাকবে তখন তাদের সমবয়সি অন্যান্য বাচ্চাদের মত একই ধরনের কাজে অংশ গ্রহন করতে বাধা থাকবে না।

বদি্যালয় হল একটা শিশুর সেই জায়গা যা তাকে শিক্ষা দিয়ে কভাবে স্বনরিভর ও সক্ষম লোক হওয়া যায়। পতিমাতা এবং শিক্ষকরা তাদের সহায়তা করবে কভাবে তারা বদি্যালয়ের স্বাভাবিক কাজে অংশ গ্রহন করতে পারবে। শুধুমাত্র বদি্যালয়ের কাজ সফলতার সাথে করা না, এ ছাড়াও তার সমবয়সী বাচ্চা এবং বড়দের মত সবকছু গ্রহন করতে পারে এবং মূল্যায়ন করতে পারে।

খলের ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

নয়িমতি খলোধুলা করা একটা স্বাভাবিক বাচ্চার জন্য গুরুত্বপূর্ণ। যসেব খলোধুলা গটিরে উপর চাপ কম দিয়ে বা দিয়ে না যমেন সাঁতার, সাইকলে চালানো অনুমোদিত।

খাবারের ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

এমন কোন প্রমানাদিনাই যখো খাবার এ রোগ বাড়ায়। স্বাভাবিক ভাবে বাচ্চারা তাদের বয়স অনুসারে সুখম ও

স্বাভাবিক খাবার খাবে। যসেব বাচ্চারা করটকিঃ এঃসটরেয়ঃডে পায় তারা অতিরিক্ত খাওয়া বাদ দবিঃ কারণ এ ঔষধ ক্ঃধা বাড়ায়।

এ রঃগরে গতি কঃআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

এ রঃগরে গতি কঃআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

বাচ্চারা কঃটিকা নতিঃ পারবে ?

যহেতু বশেঃরিভাগ বাচ্চারাঃই এনএসআইডিএম বা সালফাসালাজনি এর মাধ্যমে চকিৎসা পায় তাঃই তারা স্বাভাবিক নয়িঃমে টিকা নতিঃ পারবে। যঃে সব বাচ্চাদরে বশেঃি পরমিঃনে করটকিঃ এঃসটরেয়ঃডে বা জবঃে উপাদান দ্বারা চকিৎসা করা হয় তাদরে লাইফ ভ্যাকসনি দয়ঃা যাবে না (যেঃেন এনটঃি ব্লুমলঃা, এনটঃিসিঃ্রিভালস, এনটঃি প্যারঃে টাইটসি, এনটঃি পলডি) অন্যথায় তাদরে শরীররে রঃেগ পরতরিঃে াধ ক্ঃমতা কমায়। যঃে সব টিকাঃর ভতিঃর বগিত ভাইরাস নাই শুধু মাতঃ্ ইনফকেসাজ পরঃে টিনি আছে (এনটঃি টটিনঃস, এনটঃিডিপিথরেয়িঃা এনটঃি পলডি এনটঃি হপোটাইটসি, এনটঃিপারটেঃিসমি, নডিঃমে াকক্ঃাস, হমিঃে াফলিঃস, সনেনিগকেকিঃাস) দয়ঃা যাবে। তথ্যগত ভাবে রঃেগ পরতরিঃে াধ ক্ঃমতা কঃমে গেলে তা টিকাঃর কার্যকারীতা কঃময়িঃে দয়ঃে।

সকেঃসুয়াল জীঃবন, গরভধারন ও জন্ম নয়িন্তঃরন এর ব্যাপারে ধারণা কঃি ?

এ রঃেগরে জন্ম সকেঃসুয়াল এ্যাকটিভিটিঃি ও গরভধারনরে ব্যাপারে কঃোন বাধা নাই। তবে সর্বদাই বাচ্চাঃর উপঃর ঔষধরে পার্ঃ্বপরতকিঃ্রয়িঃার ব্যাপারে সাবধান হতে হবে। এরঃেগরে জন্মগত কারণরে জন্ম বাচ্চা নবঃার ব্যাপারে কঃোন বাধা নাই। এরঃেগ পরানঘাতিঃা এবং একজনরে হলে অন্য ভাইবঃে ানরে জুভনঃাইল এসপএঃি/ এ্যানথসঃাইটসি রলিঃেটেঃে আরখাইটসি হবার সম্ভাবনাও নাই।

বাচ্চা কঃিভাবে স্বাভাবিক পূঃরন বয়স্ক জীঃবন পাবে ?

এটা চকিৎসাঃর অন্যতম পরধান উদঃ্দেশেঃে এবং বশেঃরিভাগ ক্ঃষেঃেঃেই এটা অঃরজন করা সম্ভব। বঃরতমানে এ ধরনরে রঃেগরে চকিৎসায় বাচ্চারা খুব দঃ্রুত উননতিলাভ করে। সম্মলিতিভাবে ঔষধ দ্বারা এবং পূঃরণবাসনরে মাধ্যমে চকিৎসা করলে বশেঃরিভাগ রঃেগিঃর ক্ঃষেঃেঃে গটিঃে ক্ঃষতি পরতরিঃে াধ করা যায়।