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

হেনোক সোলেন পারপুরা

বিবরণ 2016

দৈনন্দিন জীবন

রোগটি বাচ্চা এবং তার পরিবারের দৈনন্দিন জীবনে কতটুকু প্রভাব ফেলে এবং কি ধরনের পর্যাবৃত্ত পরীক্ষা করা জরুরী ?
বেশিরভাগ বাচ্চাদের রোগটা নিজে নিজেই ভালো হয়ে যায় এবং কোন দীর্ঘ মেয়াদি সমস্যা করেনা। অল্প শতাংশ রোগীর যাদের অনড় এবং তীব্র কিডনী রোগ থাকে তাদের ক্ষেত্রে এ প্রগতিশীল কোর্স থাকতে পারে এবং সম্ভাব্য কিডনী ফেইলর/বিকল হতে পারে। সাধারনত বাচ্চা এবং পরিবার স্বাভাবিক জীবন যাপন করতে পারে।
রোগ চলাকালীন সময়ে কয়েকবার প্রসাব পরীক্ষা করা উচিত এবং ৬ মাস পরেও করতে হবে রোগটি ভালো হয়ে যাবার। এটা সম্ভাব্য কিডনি সমস্যা নির্ণয় করার জন্য যেহেতু কিছু ক্ষেত্রে রোগটি শুরু হওয়ার কয়েক মাস বা কয়েক সপ্তাহ পরে, কিডনি আক্রান্ত হতে পারে।

বাচ্চা কি স্কুলে যেতে পারবে ?
একিউট/হঠাৎ রোগের সময় সব ধরনের শারীরিক কার্যকলাপ কমিয়ে দিতে হবে এবং এসময় বিশ্রাম প্রয়োজন। সুস্থ হবার পর বাচ্চা আবার স্কুলে যেতে পারবে এবং অন্যান্য সুস্থ সমকক্ষদের মত সকল কার্যকলাপ অংশ গ্রহনসহ স্বাভাবিক জীবন যাপন করতে পারবে। বাচ্চাদের জন্য স্কুলে এবং বড়দের জন্য কাজ সমার্থক, এটা এমন জায়গা যেখানে তারা শিখতে পারে কিভাবে স্বয়ংসম্পূর্ণ এবং ফলপ্রসু মানুষ হওয়া যায়।

খেলাধুলার বিষয়ে করনীয় কি?
সকল কার্যকলাপই করতে পারবে যতদূর পর্যন্ত সহ্য করা যায় সেজন্য সাধারন পরামর্শ হল রোগীদেরকে খেলাধুলায় অংশ গ্রহন করতে দেয়া এবং এটা বিশ্বাস করা যে যদি গিড়ায় আঘাত হয়, তারা খেলা বন্ধ করে দিবে সেই সাথে খেলাধূলার শিক্ষক খেলাজনিত আঘাত প্রতিরোধ করার পরামর্শ দেয়া, বিশেষ করে কিশোর বয়সে। যদিও যান্ত্রিক চাপ প্রদাহ জনিত গিড়ার জন্য অপকারী এটা মনে করা হয় যে, রোগের কারনে বন্ধুদের সাথে খেলা থেকে বিরত রাখলে বাচ্চার যে মানসিক ক্ষতি হবে, তার তুলনায় এই শারীরিক ক্ষতি অনেক সামান্য।

খাদ্য বিষয়ক উপদেশ কি?

এমন কোন সাক্ষ্য প্রমান নেই যে, খাবারের মাধ্যমে রোগটি প্রভাবিত হতে পারে। সাধারনভাবে বাচ্চা তার বয়স অনুযায়ী সুষম স্বাভাবিক খাবার খাবে। বাড়ন্ত শিশুর জন্য স্বাস্থ্যপদ, সুষম খাবারের সাথে আমিষ, ক্যালসিয়াম ও ভিটামিন খাওয়ার পরামর্শ দেয়া হয়। যেসব রোগীরা কর্টিকোস্টেরয়েড পাবে তাদের অতিরিক্ত খাওয়া এড়িয়ে চলতে হবে, কারন এই ঔষধগুলো ক্ষুধা বাড়িয়ে দেয়।

জলবায়ু কি রোগের উপর প্রভাব ফেলতে পারে ?
এমন কোন সাক্ষ্য প্রমান নেই যে জলবায়ু রোগের উপর প্রভাব ফেলতে পারে।

বাচ্চাকে কি ভ্যাকসিন /টিকা দেয়া যাবে ?
ভ্যাকসিনেশন/টিকা দেয়া স্থগিত রাখতে হবে এবং শিশু বিশেষজ্ঞের পরামর্শ অনুযায়ী বাদ পড়া টিকার সময় নির্ধারন করতে হবে। সাধারনভাবে টিকাদান রোগের কার্যকলাপ/একটিভিটি বাড়ায় না বা পিআরডি রোগীদের ক্ষেত্রে তীব্র পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া করেনা। তদুপরি লাইভ এটেনুয়েটেড ভ্যাকসিনগুলো এড়িয়ে চলতে হবে কারন তত্ত্বগতভাবে বলা হয় যে, যেসব রোগী উচ্চমাত্রায় ইমিউনোসাপ্রেসিভ ঔষধ বা বায়োলজিকস পাচ্ছে তাদের ক্ষেত্রে ইনফেকশন হওয়ার ঝুকি আছে।

যৌন জীবন, গর্ভাবস্থা, জন্মনিয়ন্ত্রন বিষয়ক পরামর্শ কি?
এই রোগে স্বাভাবিক যৌন কার্য এবং গর্ভাবস্থায় উপর কোন বাধানিষেধ নেই। তদুপরি যেসব রোগীরা ঔষধ খাচ্ছে তাদেরকে ভ্রূনের উপর এসব ঔষধের সম্ভাব্য প্রভাব সম্পর্কে সতর্ক হতে হবে। রোগীদেরকে জন্ম নিরোধক এবং গর্ভাবস্থার ব্যাপারে তাদের ডাক্তারের সাথে পরামর্শ নেয়ার জন্য উপদেশ দেয়া হয়ে থাকে।