যক্ষ্মা সংক্রমণ নিয়ে কথা বলা

ভূমিকা

বিশ্বজুড়ে লক্ষ লক্ষ লোক যক্ষ্মা (Tuberculosis, TB) তে আক্রান্ত। একজন ব্যক্তির শরীর যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়া (*Mycobacterium tuberculosis*) থাকার পরেও তিনি অসুস্থ বোধ নাও করতে পারেন। একে বলা হয় যক্ষ্মা সংক্রমণ। যখন যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়া বৃদ্ধি পায় ও ব্যক্তিটি উপসর্গগুলোতে ভোগেন, তখন এই সংক্রমণটি সক্রিয় যক্ষ্মা রোগে পরিণত হয়, যা **একটি গুরুতর অসুখ**।

আপনার যক্ষ্মা হয়েছে বলে শুনলে ভয় লাগতে পারে – বিশেষ করে যক্ষ্মা সংক্রমণ এবং সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের ব্যাপারে ভুল তথ্যের কারণে। কিছু ব্যক্তি যক্ষ্মায় আক্রান্ত হওয়া ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগী হওয়ার কারণে লজ্জা, ভয় বা কলঙ্কিত বোধ করতে পারেন। বন্ধু ও পরিবার পরিজন তাদের আপত্তি জানাতে পারে। তারা যক্ষ্মা আক্রান্ত একজন ব্যক্তিকে সব কিছু থেকে সরিয়ে রাখতে পারে। **সকল তথ্য জানা না থাকার কারণে এগুলো ঘটতে পারে। এই গাইডটি আপনাকে যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ সম্পর্কে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী, প্রিয়জন ও কম্যুনিটির সাথে কথা বলার উপায় প্রদান করবে।**

যদি কেউ বলে যে...	তাহলে বলুন যে...
✕ গুজব	✓ সঠিক তথ্য
যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ নিরাময়যোগ্য নয়।	যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ সঠিক চিকিৎসায় ভাল হয়। "আমার যাতে সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ, একটি গুরুতর অসুখ - না হয় সে জন্য আমি যক্ষ্মা সংক্রমণের ওষুধ নিচ্ছি।"
আপনার যক্ষ্মা সংক্রমণ হলে আপনার পরিবার বা বন্ধুদের আশেপাশে থাকা উচিত নয়।	যক্ষ্মা সংক্রমণ সংক্রামক নয়। যক্ষ্মা আক্রান্ত ব্যক্তির কাছ থেকে আপনাকেও যক্ষ্মা "ধরবে" না। তবে, সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ সংক্রামক। যক্ষ্মা সংক্রমণের জন্য ওষুধ নিলে তা আপনার সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হওয়া প্রতিরোধ করে।
সক্রিয় যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে খাবার বা থালাবাসন শেয়ার করলে আপনারও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হতে পারে।	থালাবাসন শেয়ার করলে সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হয় না। যক্ষ্মার জীবাণু বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায়। যখন সক্রিয় যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত একজন ব্যক্তি হাঁচি দেয়, কাশে, বা কথা বলে, তখন তারা বাতাসে যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়া ছড়িয়ে দেয়। মানুষ নিঃশ্বাসের সাথে যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়া গ্রহণ করে অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে।

"আমি নিজেকে ও আমার প্রিয়জনদের সুস্থ রাখার জন্য এবং আমার যেন সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ না হয় তা নিশ্চিত করার জন্য আমার যক্ষ্মার ওষুধ নিই।"

যদি কেউ বলে যে...	তাহলে বলুন যে...
✗ গুজব	✓ সঠিক তথ্য
আমি ব্যাসিলাস ক্যালমেট-গুয়েরিন (Bacillus Calmette-Guérin, BCG) টিকা (যক্ষ্মার টিকা) পেয়েছি। এরপরও কি আমি যক্ষ্মা সংক্রমিত বা সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের শিকার হতে পারি?	এমনকি আপনি ছোটবেলায় BCG টিকা নিয়ে থাকলেও, আপনার এখনও যক্ষ্মা সংক্রমণ বা সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে। ছোটবেলায় আপনার BCG টিকা নেওয়া থাকলেও আপনার পরীক্ষা করানো উচিত কারণ এটি যক্ষ্মা হওয়া থেকে প্রাপ্তবয়স্কদের রক্ষা করে না। BCG টিকা নিয়ে থাকলে, আপনার উচিত সেবা প্রদানকারীর কাছ থেকে রক্ত-ভিত্তিক যক্ষ্মা পরীক্ষা করাতে চাওয়া, ত্বকের পরীক্ষা নয়। রক্ত-ভিত্তিক পরীক্ষা আপনাকে জানাবে যে এমনকি আগে টিকা নিয়ে থাকলেও আপনার যক্ষ্মার সংক্রমণ আছে কিনা।
যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ শুধুমাত্র নির্দিষ্ট কিছু মানুষের তাদের জীবনযাত্রার ধরণ ও আয়ের পরিমাণের উপর ভিত্তি করে হয়। যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হচ্ছে আপনার কোনো ভুলের শাস্তি।	**যে কেউ** আক্রান্ত হতে পারে যদি তারা যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়ার সংস্পর্শে আসে। যক্ষ্মা সংক্রমণ, বা এমনকি সক্রিয় যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত হওয়ার সাথে কারো সামাজিক অবস্থান বা আচরণের কোনো সম্পর্ক নেই।

যদি কেউ বলে যে...	তাহলে বলুন যে...
✗ গুজব	✓ সঠিক তথ্য
সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ হচ্ছে এমন একটি বিষয় যা নিয়ে আমার দাদা-দাদীর সময়ের মানুষরা দুশ্চিন্তা করতেন। এটি এখন কোনো সমস্যা নয়।	যক্ষ্মা এখনও যুক্তরাষ্ট্র ও বিশ্বজুড়ে একটি সমস্যা। যক্ষা হচ্ছে বিশ্বজুড়ে মৃত্যুর প্রধান 10টি কারণের একটি – এমনকি HIV/AIDS এর চেয়েও উপরে। যুক্তরাষ্ট্রে, 13 মিলিয়ন মানুষের যক্ষ্মা সংক্রমণ আছে বলে ধারণা করা হয়।[1]
যক্ষ্মা সংক্রমণ কিংবা সক্রিয় যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিদের বিশেষ হাসপাতালে এবং তাদের পরিবারের কাছ থেকে দূরে থাকতে হয়।	যক্ষ্মা সংক্রমণ বা সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ থাকার কারণে মানুষকে বিশেষায়িত হাসপাতালে বাস করতে হয় না। এটি হত অতীতে কারণ তখন আমাদের কাছে যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসা করার মত ওষুধ ছিল না। এখন আমাদের কাছে যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসা আছে। আমি ঘরে বসেই আমার যক্ষ্মা সংক্রমণের জন্য চিকিৎসা নিতে পারি।

"আমার যক্ষ্মা সংক্রমণ রয়েছে। আমার কোনো উপসর্গ নেই ও আমি অসুস্থ বোধ করছি না। আমি সংক্রামক নই। আমার চিকিৎসা দরকার যাতে আমার সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ না হয়, যা একটি গুরুতর অসুখ।"

---

1. রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধের কেন্দ্র। তথ্য ও পরিসংখ্যান। CDC। **https://www.cdc.gov/tb/statistics/default.htm**.

যদি কেউ বলে যে...	তাহলে বলুন যে...
✗ গুজব	✓ সঠিক তথ্য
আমি পরীক্ষা করাতাম, কিন্তু পরীক্ষা ও চিকিৎসা অত্যন্ত ব্যয়বহুল।	NYC স্বাস্থ্য দপ্তরের যক্ষ্মা "Chest Centers" (চেস্ট সেন্টারসমূহ) বিনা খরচে পরীক্ষা ও চিকিৎসা প্রদান করে। একটি রেফারেল পাওয়ার জন্য আপনার সেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন।
আমি যদি পরীক্ষা করাই ও জানা যায় যে আমার যক্ষ্মা সংক্রমণ বা সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ রয়েছে, তাহলে আমার সেবা প্রদানকারী সেটি রিপোর্ট করবে। আমি ভয় পাচ্ছি যে আমাকে দেশ থেকে বের করে দেয়া হবে।	NYC স্বাস্থ্য দপ্তর তাদের সেবা দেওয়ার সময় বিমা বা অভিবাসন স্ট্যাটাস সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করে না। তাদের সকল রেকর্ড গোপনীয়।
আপনার কোনো উপসর্গ না থাকলে ওষুধ খাওয়া জরুরী নয়।	এমনকি আমার উপসর্গ না থাকলেও, আমার শরীরে যক্ষ্মার ব্যাকটেরিয়া রয়েছে। যক্ষ্মা সংক্রমণের ওষুধ নেওয়াই সেরা উপায় যাতে আমার সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ না হয়, যা একটি গুরুতর অসুখ।
যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসায় আপনি মারা যেতে পারেন।	যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগের চিকিৎসায় আপনি মারা যাবেন না। চিকিৎসা নেওয়ার সময় কিছু মানুষের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। আপনার যক্ষ্মা সংক্রমণ হয়েছে জানার সাথে সাথে চিকিৎসা নেওয়া সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ প্রতিরোধের জন্য গুরুত্বপূর্ণ, যা একটি গুরুতর অসুখ এবং চিকিৎসা না নিলে আপনি এতে মারা যেতে পারেন।

আপনি যদি জানতে পারেন যে আপনি যক্ষ্মা সংক্রমিত হয়েছেন:

- আপনার সেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন ও যক্ষ্মা সম্পর্কে জানুন।
- যক্ষ্মা সংক্রমণ ও সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ সম্পর্কে আপনার পরিবার, বন্ধুবান্ধব ও কম্যুনিটির সাথে কথা বলুন।

সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ ও COVID-19 উভয়ই ফুসফুসকে আক্রান্ত করে এবং মানুষের মধ্যে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শের মাধ্যমে ছড়ায়। আপনি যখন হাঁচি দেন, কাশেন বা কথা বলেন তখন বাতাসের মাধ্যমে সক্রিয় যক্ষ্মা রোগ ও COVID-19 ছড়ায়। উভয়েরই একই রকম উপসর্গ রয়েছে এবং একটিকে অন্যটি বলে ভুল হতে পারে। আরো জানতে আপনার সেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।

যক্ষ্মা সংক্রমণ ও যক্ষ্মা রোগ সম্পর্কে আরো জানতে, ভিজিট করুন **nyc.gov/health/tb**। COVID-19 উপসর্গসমূহ সম্পর্কে আরো জানতে, ভিজিট করুন **nyc.gov/health/coronavirus**। একই অভিজ্ঞতাসম্পন্ন ব্যক্তিদের সহায়তা পেতে, **wearetb.com** ঠিকানায় We Are TB Survivor's Network ভিজিট করুন।

NYC Health

12.22 Bengali