सत्यमेव जयते

NATIONAL HEALTH MISSION

RBSK
RASHTRIYA BAL SWASTHYA KARYAKRAM
राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम
FROM SURVIVAL TO HEALTHY SURVIVAL

জন্মগত বিসংগতি নিৰূপণৰ বাবে
আশাকৰ্মীৰ হাত-পুথি

পাতনি

জন্মগত বিসংগতি বিভিন্ন কাৰকৰ প্ৰভাৱত হ'ব পাৰে যাৰ ফলত শিশুটোৰ বিভিন্ন ধৰণৰ শাৰীৰিক বিকৃতি ঘটা দেখা যায়। ইয়াৰে কিছুমান জন্মৰ সময়তে দৃষ্টিগোচৰ হয়। এই হাতপুথি খনত আপুনি কিছুমান সাধাৰণ তথা সচৰাচৰ দেখা পোৱা জন্মগত বিসংগতিৰ বিষয়ে, সেইবোৰক কেনেকৈ নিৰূপণ কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে আৰু অভিভাৱকক কি পৰামৰ্শ দিব পাৰি, তেনেকুৱা শিশুবোৰক কোনবোৰ চিকিৎসা অনুষ্ঠানত প্ৰেৰণ কৰিব পাৰি তথা কি ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা হ'ব সেই বিষয়ে জানিব পাৰিব।

এগৰাকী আশাকৰ্মী ৰূপে আপোনাৰ এলেকাত এইবোৰ বিসংগতি নিৰূপণৰ বাবে আপোনাৰ হাতত যথেষ্ট সুযোগ থাকে তথা এনেকুৱা পৰিস্থিতিত পৰিয়ালবৰ্গৰ লগত লগ লাগি আপুনি তাৎক্ষণিক ভাৱে ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব পাৰে। আপোনাৰ প্ৰথম দায়িত্ব হৈছে জন্মৰ দিনৰ পৰা প্ৰথম ছয় সপ্তাহলৈ নৱজাতকৰ ঘৰলৈ গৈ নৱজাতক সকলক ঘৰতে যতন লোৱাৰ ব্যৱস্থা কৰা। এই সময়খিনিৰ ভিতৰতে আপুনি জন্মতে হোৱা বিসংগতি বোৰ ধৰা পেলাব পাৰে। প্ৰাথমিক অৱস্থাতে এই বিসংগতিবোৰ ধৰা পেলালে এই শিশুবোৰৰ পৰিয়ালক নিকটতম ৰেফাৰেল কেন্দ্ৰলৈ শিশুটোক প্ৰেৰণ কৰাৰ বাবে আগবঢ়াত সহায় কৰিব।

এই সচিত্ৰ হাতপুথি খনে জন্মৰ সময়ত বিভিন্ন বিসংগতিবোৰ প্ৰাথমিক অৱস্থাত চিনাক্তকৰণত আপোনাক সহায় কৰিব। ৰাষ্ট্ৰীয় বাল স্বাস্থ্য কাৰ্যক্ৰম (RBSK)ৰ অধীনত এনেবোৰ শিশুক সহায় আগবঢ়োৱাৰ সুবিধা আছে। RBSKৰ অন্তৰ্গত অন্যান্য সুবিধা সমূহ হৈছে ভ্ৰাম্যমান স্বাস্থ্য সেৱা দলৰ দ্বাৰা ছয় সপ্তাহৰ পৰা ছয় বছৰৰ ল'ৰা-ছোৱালীবোৰক অংগনবাদী কেন্দ্ৰত আৰু ছয়ৰ পৰা ওঠৰ বছৰ বয়সৰ ল'ৰা-ছোৱালীবোৰক বিদ্যালয়ত স্ক্ৰিণীং বা চিনাক্তকৰণ কৰা আৰু বিনামূলীয়া চিকিৎসা কৰা।

জন্মগত বিসংগতি

১) জন্মগত বিসংগতিবোৰ কি ?

- জন্মগত বিসংগতি হৈছে কোনো এটা শিশুৰ জন্মতে থকা স্বাস্থ্য জনিত সমস্যা বা শাৰীৰিক পৰিবৰ্ত্তন।
- জন্মগত বিসংগতি সামান্য হ'ব পাৰে য'ত শিশুবোৰ অন্য শিশুৰ দৰে দেখাত একে হয় আৰু একেদৰে আচৰণ কৰে নাইবা জন্মগত বিসংগতি অতি জটিল হ'বও পাৰে।
- কিছুমান জন্মগত বিসংগতিয়ে শৰীৰৰ এটা অংগত প্ৰভাৱ পেলায়, কিন্তু কিছুমান জন্মগত বিসংগতিয়ে শৰীৰৰ বিভিন্ন অংগত প্ৰভাৱ পেলায়।
- কিছুমান বিসংগতি চিনাক্তকৰণৰ ক্ষেত্ৰত সহজ। কিন্তু কিছুমান বিসংগতি চিকিৎসক নাইবা স্বাস্থ্য পৰীক্ষাৰ অবিহনে চিনাক্তকৰণ কৰিব নোৱাৰি।

২) জন্মগত বিসংগতিবোৰ সোনকালে চিনাক্তকৰণ কৰাটো কিয় প্ৰয়োজন ?

- জন্মগত বিসংগতিবোৰ প্ৰাৰম্ভিক অৱস্থাত চিনাক্তকৰণ কৰা ব্যৱস্থাপনাই এটা শিশুক প্ৰায় স্বাভাৱিক জীৱন অতিবাহিত কৰাত সহায় কৰে।
- যদি প্ৰাৰম্ভিক অৱস্থাত চিনাক্তকৰণ কৰা হয়, তেন্তে বহুতো শাৰীৰিক বিসংগতি অ'স্ত্ৰোপচাৰৰ দ্বাৰা চিকিৎসা কৰিব পৰা যায়। (ফঁটা ওঠ, ফঁটা তালু আৰু কিছুমান হৃদযন্ত্ৰৰ বিসংগতি)।

মূল বাৰ্তা

- গৰ্ভৱতী মহিলাসকলক ফলিক এচিড সমৃদ্ধ খাদ্য যেনে সেউজীয়া শাক-পাচলি, যকৃত (লিভাৰ) আৰু শস্য (দালি) জাতীয় খাদ্য গ্ৰহণ কৰিবলৈ পৰামৰ্শ দিয়ক।
- নিকটবৰ্তী সম্বন্ধীয়ৰ মাজত বৈবাহিক সম্পৰ্ক এৰাই চলিব লাগে, বিশেষকৈ সেইসকল পৰিয়ালৰ মাজত যিসকলৰ পৰিয়ালত পূৰ্ব্বতে কোনো জন্মগত বিসংগতিৰ উদাহৰণ আছে।
- গৰ্ভাৱস্থাত অতি কমেও তিনিবাৰ নিয়মীয়াকৈ প্ৰসৱপূৰ্ব্বক স্বাস্থ্য পৰীক্ষা কৰাব লাগে।
- এ.এন.এম. বা স্বাস্থ্য কৰ্মীয়ে উপদেশ দিয়াৰ বাহিৰে অন্যান্য অপ্ৰয়োজনীয় ঔষধ গ্ৰহণ কৰাটো হ্ৰাস কৰিব লাগে।
- গৰ্ভাৱস্থাত ৰঞ্জন ৰশ্মি (X-Ray) বিকৰিত অঞ্চলৰ পৰা আঁতৰি থাকিব লাগে আৰু ধূমপান তথা মদ্যপান কৰিব নালাগে।
- কোনো মানসিক অশান্তি আৰু ঘৰুৱা অশান্তি সৃষ্টি নকৰাকৈ পৰিয়ালৰ সদস্য সকলে পৰিয়ালত এক আনন্দময় পৰিৱেশ বজাই ৰাখিব লাগে।
- গৰ্ভাৱস্থাত সংক্ৰমণ ৰোধ কৰাৰ বাবে পৰিস্কাৰ পৰিচ্ছন্নতাৰ উপায় অৱলম্বন কৰিব লাগে তথা নিৰাপদ যৌন সন্মন্ধ স্থাপন কৰিব লাগে।

জন্মৰ সময়ত বিসংগতি চিনাক্তকৰণ

নিউৰেল টিউব বা স্নায়ুসম্বন্ধীয় বিসংগতি

নিউৰেল টিউব বা স্নায়ুসম্বন্ধীয় বিসংগতি (Neural Tube Defects - NTDs) স্নায়ুৰজ্জু, লাওখোলা আৰু মগজুৰ এবিধ অতি গুৰুতৰ জন্মগত বিসংগতি।

আপুনি লক্ষ্য কৰিব লাগিব :

- মূৰৰ পিছফালে ফুলি উঠা।
- ফুলি উঠা ঠাইখিনিৰ পৰা কোনো ধৰণৰ তৰল পদাৰ্থ বাহিৰ হোৱা।
- ভৰি লৰচৰ কৰাত অসুবিধা পোৱা।
- শৌচদ্বাৰেৰ অবিৰাম ভাৱে শৌচ ওলাই থকা।

যদি উপৰোক্ত লক্ষণসমূহ দৃষ্টিগোচৰ হয়, তেন্তে :

- ফুলি উঠা ঠাই টুকুৰা পৰিস্কাৰ আৰু শুকান কাপোৰেৰে ঢাকি থওঁক।
- মাতৃগৰাকীক নিয়মীয়াকৈ স্তনপান কৰাই থাকিবলৈ পৰামৰ্শ দিয়ক।
- জিলা চিকিৎসালয়লৈ প্ৰেৰণ কৰক।

মূল বাৰ্তা

- নিউৰেল টিউব বা স্নায়ুসম্বন্ধীয় বিসংগতিৰ পৰা হাত সাৰি থাকিবলৈ গৰ্ভৱতী মহিলা গৰাকীক ফলিক এচিড সমৃদ্ধ খাদ্য যেনে সেউজীয়া শাক-পাচলি, দালি, শস্য জাতীয় খাদ্য আদি খাবলৈ দিয়ক।
- গৰ্ভাৱস্থাত ধূমপান বা মদ্যপান সম্পূৰ্ণ ভাৱে ত্যাগ কৰিবলৈ পৰামৰ্শ দিয়ক।

ডাউনছ্ চিণ্ড্ৰম (Down's Syndrome)

ডাউনছ্ চিণ্ড্ৰম (Down's Syndrome) হৈছে এটা বিসংগতি যাৰ ফলত কিছুমান শাৰীৰিক অস্বাভাৱিকতা যেনে দৈহিক উচ্চতা হ্ৰাস পোৱা (বাওঁনা) আৰু বহল চেপেটা মুখমণ্ডল আৰু মানসিক ভাৱে দুৰ্ব্বল হোৱা আদিৰ দৰে সমস্যাৰ সৃষ্টি হয়।

আপুনি লক্ষ্য কৰিব লাগিব :

- শৰীৰৰ কোনো অংগৰ "শিথিলতা" যেনে মুৰ, দেহ আৰু হাত ঢিলা অৱস্থাত থাকে।
- সাধাৰণ অৱস্থাৰ একে বয়সৰ ল'ৰা-ছোৱালীতকৈ মূৰটো সৰু নাইবা অস্বাভাৱিক আকৃতিৰ ।
- চেপেটা মুখমণ্ডলৰসৈতে তলত উল্লেখ কৰা লক্ষণবোৰ :
  - উৰ্ধমুখী হেলনীয়া চকু (দেশৰ কিছুমান অঞ্চলত এই অৱস্থা স্বাভাৱিক বুলি গণ্য হ'ব পাৰে)।
  - চকুৰ ভিতৰ ভাগৰ কোণটো জোঙা হোৱাৰ বিপৰীতে গোলাকৃতিৰ হোৱা।
  - সৰু আৰু বিকৃত আকৃতিৰ কাণ।
  - সৰু মুখ।
  - চেপেটা নাক।
- হাতৰ তলুৱাৰ মাজেদি এডাল গভীৰ আঁচ।
- পাচঁ নম্বৰ আঙুলিটোত দুটা গাঠিৰ পৰিৱৰ্তে এটা গাঠি আৰু ভাঁজ থকা।
- চুটি চুটি আঙুলিৰে বহল চুটি হাত।
- ভৰিৰ প্ৰথম আৰু দ্বিতীয় আঙুলিৰ মাজত ডাঙৰ ফাঁক (Sandal Gap)।
- জন্মৰ সময়তে স্বাভাৱিক ওজন আৰু উচ্চতা কম হোৱা।
- মুখৰ আকাৰৰ তুলনাত ডাঙৰ জিভা।

যদি তেনেকুৱা কোনো বিসংগতি ধৰা পাৰে তেন্তে :

- নিকটতম জিলা চিকিৎসালয়/ৰেফাৰেল অনুষ্ঠানলৈ প্ৰেৰণ কৰক।

মূল বাৰ্তা

- প্ৰসৱপূৰ্ব্বক নিয়মীয়া যতন নিশ্চিত কৰক।
- জন্মৰ পিছত প্ৰথম তিনিমাহত প্ৰাৰম্ভিক ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব পাৰিলে, ডাউন চিণ্ড্ৰ'ম থকা শিশুৱে প্ৰায় স্বাভাৱিক জীৱন যাপন কৰিব পাৰে।
- শিশুৰ চকু, দাঁত, শ্ৰৱনশক্তি তথা কাণ আৰু থায়ৰ'ডৰ পৰীক্ষা নিয়মিত ৰূপে কৰিব লাগে।
- শিশুটোৰ ডিঙি আৰু ৰাজহাড়ৰ বিশেষ যতন ল'ব লাগে (হঠাৎ ডিঙিৰ লৰচৰ কৰিব নালাগে)।
- অভিভাৱকে কোনো বাক-চিকিৎসক (স্পিচ্ থেৰাপিষ্ট)ৰ সহায় ল'লে শিশুটোৰ মাত-কথা ফুটি উঠাত সহায় হয়।