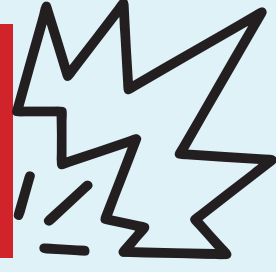
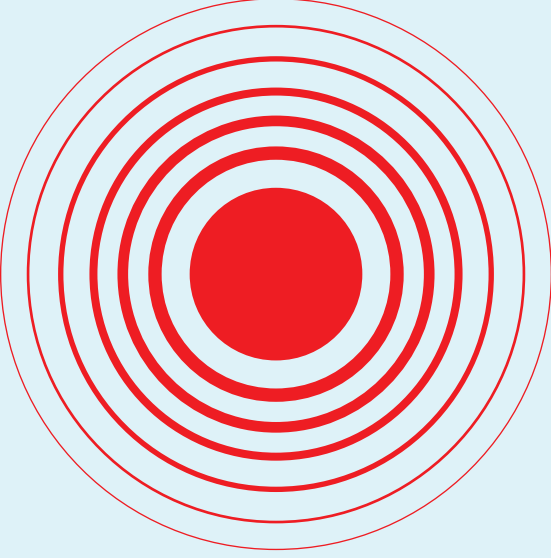


ব্যথা ও বাতরোগ



ফিজিক্যাল মেডিসিন



বাতরোগ এবং ব্যথা অঙ্গাঙ্গিভাবে জড়িত। যার বাত রোগ আছে তারই ব্যথা রয়েছে। তবে শুধু ব্যথা থাকলেই যে বাতরোগ থাকবে তার কোনো নিশ্চয়তা নেই। সামান্য একটু আঘাত লাগলেই ব্যথা হতে পারে, যা কোনো বাতরোগ নয়। বাতরোগ বয়স্কদের সাধারণত বেশি হয়। মেডিসিনের বিখ্যাত লেখক ও বিজ্ঞানী স্যার স্টানলি ডেবিডসনের মতে, যুক্তরাজ্যের শতকরা ৪০ জন বয়স্ক মানুষ কোনো-না-কোনো বাতজাতীয় রোগে ভুগছে। বাংলাদেশেও এই রোগীর সংখ্যা অগণিত।

প্রধান প্রধান বাতব্যথা রোগগুলো হলো—

- রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিস।
- অস্টিও আর্থ্রাইটিস
- গাউট বা গঁটে বাত।
- রিউমেটিক ফিভার বা বাতজ্বর।
- স্পন্ডাইলো আর্থ্রোপ্যাথি ইত্যাদি।

এ পর্যায়ে আমরা প্রধান কয়েকটি বাতব্যথা রোগ নিয়ে সাধারণ আলোচনা করবো।

রিউমাটয়েড আর্থ্রাইটিস

এই বাতজনিত রোগ সাধারণত ৩০-৫০ বছর বয়সের মহিলাদের হয়ে থাকে। তবে অনেক পুরুষেরও এই রোগ দেখা যায়। এই রোগ হলে হাত ও পায়ের ছোট ছোট গিঁরাগুলো ব্যথা করে এবং ফুলে যায়। ব্যথা সাধারণত সকালে ঘুম থেকে উঠলে বেশি অনুভূত হয় এবং এসময় জোড়াগুলি শক্ত শক্ত মনে হয়। প্রাথমিকভাবে এই রোগীকে কিছু বেদনানাশক ওষুধ ওষুধ দেয়া যেতে পারে। তাছাড়া রোগীর উপযুক্ত পরীক্ষা-নিরীক্ষা করিয়ে রোগীকে প্রয়োজনীয় ওষুধ দেয়া হয়, যাতে রোগী পঙ্গু হতে রেহাই পেতে পারে। ওষুধের পাশাপাশি কুসুম গরম পানির স্নেঁক বা ওয়াস্ক বাথ দেয়া ও ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী পরিমিত ব্যায়াম করা প্রয়োজন।

অস্টিও আর্থ্রাইটিস

এটা সাধারণত বড় বড় জোড়া এবং মেরুদণ্ডের মধ্যকার হাড়ে হয়ে থাকে, অর্থাৎ হাঁটু, গোড়ালি, কোমর, ঘাড় ও অন্যান্য বড় বড় জোড়ায় বেশি হয়।





এ রোগেও বেদনানাশক ওষুধের পাশাপাশি ব্যায়াম ও ফিজিওথেরাপি নিয়ানুযায়ী করতে হয়। তাহলে এই রোগ নিয়ে রোগী সম্পূর্ণ সুস্থ মানুষের মতো জীবনযাপন করতে পারে

চিকিৎসার ক্ষেত্রে প্রথমত রোগের ইতিহাস জেনে, ভালোভাবে পরীক্ষা করে রোগ নির্ণয় করতে হবে এবং নির্দিষ্ট কারণ অনুযায়ী তার চিকিৎসা করতে হবে। এই ক্ষেত্রে চিকিৎসা নির্ভর করে রোগীর শরীরে কোন অঙ্গ আক্রান্ত হয়েছে তার ওপর। তবে ব্যথানাশক হিসেবে প্যারাসিটামল জাতীয় ওষুধ দেয়া যেতে পারে। তাছাড়া ব্যায়াম, ফিজিক্যাল থেরাপি এবং কিছু নিয়মকানুন পালন করলে এই রোগ পুরোপুরি নিরাময় না হলেও রোগ নিয়ন্ত্রণ করা সম্ভব।

গাউট বা গ্লেটোবাত

গ্লেটোবাত সাধারণত অল্পবয়সী পুরুষ ও বেশিবয়সী মহিলাদের হয়ে থাকে। এটা সাধারণত ধনীপরিবারে বেশি দেখা যায়। কারণ যারা বেশি পরিমাণে প্রোটিন জাতীয় বা পিউরিনসমৃদ্ধ খাবার খায় তাদের বেশি হয় এই রোগ। এই রোগ নিরাময়ের জন্য বেদনানাশক ওষুধ, যেমন Indomethacin বেশ কার্যকর। তাছাড়া বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী এলুপিউরিনল ওষুধ সেবন করা যেতে পারে। এই রোগীদেরকে পিউরিনসমৃদ্ধ খাবার, যেমন কবুতরের মাংস, হাঁসের মাংস, গরুর লাল মাংস, সামুদ্রিক মাছ, মাছের ডিম, ছোট মাছ, মগজ, কলিজা, পুঁইশাক, ফুলকপি ও শিমের বিচি বর্জন করা উচিত। শুধু খাবার নিয়ন্ত্রণ করেই অনেক

রোগী ভালো হয়ে যান।

রিউমেটিক ফিভার বা তজ্বর

বাতজ্বর সাধারণত শিশুদের বেশি হয়ে থাকে। সাধারণত বড় বড় জোড়া, বিশেষ করে হাত ও পায়ের জোড়া বেশি আক্রান্ত হয়। অনেকদিন এ রোগে ভুগলে হৃৎপিণ্ডে অসুবিধা দেখা দিতে পারে। এই ক্ষেত্রে প্যারাসিটামল বা এসপিরিন জাতীয় ওষুধ উপসর্গ কমানোর জন্য দেয়া হয়। কিন্তু জীবাণু ধ্বংস করার জন্য পেনিসিলিন জাতীয় ওষুধ বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী দীর্ঘ মেয়াদে অন্তত ৫ বছর গ্রহণ করতে হয়।

স্পনডাইলো আর্থ্রোপ্যাথি

এই ধরনের বাতজনিত রোগে সাধারণত কোমরে ব্যথা হয়। সকালবেলা ঘুম থেকে কোমর ওপরে তুলতে খুব অসুবিধা হয়। মনে হয় কোমরের ওপর কে যেন জেঁকে বসেছে। কোমরের ব্যথা ছাড়াও হাঁটু, গোড়ালি ও অন্যান্য জোড়ায় ব্যথা হতে পারে।

এ রোগেও বেদনানাশক ওষুধের পাশাপাশি ব্যায়াম ও ফিজিওথেরাপি নিয়ানুযায়ী করতে হয়। তাহলে এই রোগ নিয়ে রোগী সম্পূর্ণ সুস্থ মানুষের মতো জীবনযাপন করতে পারে।

বাতজাতীয় রোগ যথাযথ চিকিৎসা না করলে রোগী কর্মক্ষমতা হারিয়ে ফেলতে পারে, যা গোটা পরিবারের এমনকি দেশের জন্য বোঝা হয়ে যেতে পারে। তাই, এই রোগ সম্পর্কে সচেন হতে হবে এবং প্রয়োজনে বাতব্যথা রোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করতে হবে। বাতরোগে মনোবল হারানোর কোনো কারণ নেই। কিছু ব্যতিক্রম ছাড়া সকল বাতরোগীরাই উপযুক্ত চিকিৎসা নিয়ে একেবারে সুস্থ জীবন যাপন করতে পারেন।



ডা: এম এ শাকুর
 অধ্যাপক, ফিজিক্যাল মেডিসিন অ্যান্ড রিহ্যাবিলিটেশন
 বিএসএমএমইউ, শাহবাগ, ঢাকা।
 চেম্বার : ইবনে সিনা পেইন, ফিজিওথেরাপি অ্যান্ড
 রিহেবিলিটেশন সেন্টার
 বাড়ি-৪৮, রোড-৯/এ, ধানমন্ডি, ঢাকা
 ফোন : ৯১২৬৬২৫-৬ (চেম্বার) ০১৮১৯০৪১০০৮০