# নিউইয়র্ক সিটি ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ ক্লিনিকস এন্ড মেন্টাল হাইজিন

## ব্রঙ্কস ও স্টাটেন আইল্যান্ড (Bronx and Staten Island)

মরিসানিয়া চেষ্ট সেন্টার ১৩০৯ ফুলটন এ্যাভিনিউ, কক্ষ নং ২২৫, ব্রঙ্কস,
Morrisania Chest Center 1309 Fulton Avenue, Room 225, Bronx
ফোন নং 718-901-6536/ 718-901-6538

রিচমন্ড চেষ্ট সেন্টার ৫১ স্টাইভেসন্ট প্লেইস, কক্ষ নং ৪০৮, স্টাটেন আইল্যান্ড
Richmond Chest Center 51 Stuyvesant Place, Room 408, Staten Island
ফোন নং 718-983-4525/ 718-983-4526

## ব্রুকলীন (Brooklyn)

৪৮৫ ট্রুপ এভেনিউ ৪৮৫ কদরমমষ ইশণভলণ
Bedford Chest Center 485 Throop Avenue
ফোন নং 718-574-2462/ 718-574-2463

ব্রাউনসভিল চেষ্ট সেন্টার ২৫৯ ব্রিস্টল স্ট্রীট,
Brownsville Chest Center 259 Bristol Street
ফোন নং 718-495-7258/ 718-495-7256

বুশউইক চেষ্ট সেন্টার ৩৩৫ সেন্ট্রাল এভেনিউ।
Bushwick Chest Center 335 Central Avenue
ফোন নং 718-573-4886/ 718-573-4889

ফোর্ট গ্রীণ সেন্টার ২৯৫ ফ্ল্যাটবুশ এভেনিউ এক্সটেনশন
Fort Greene Chest Center 295 Flatbush Avenue Extension
ফোন নং 718-643-4808/ 718-643-2601/ 3319

## ম্যানহাটান (Manhattan)

চেলসিয়া চেষ্ট সেন্টার ৩০৩ নাইন এভিনিও,
Chelsea Chest Center 303 Ninth Avenue
ফোন নং 212-239-0919/ 212-239-1757

ওয়াশিংটন হাইটস চেষ্ট সেন্টার ৬০০ ওয়েষ্ট ১৬৮ স্ট্রীট, ৩য় তলা,
Washington Heights Chest Center 600 W. 168th Street, 3rd Floor
ফোন নংঃ 212-368-4500

## কুইন্স (Queens)

করোনা চেষ্ট সেন্টার ৩৪-৩৩ জাংশন বুলভার্ড,
Corona Chest Center 34-33 Junction Blvd
ফোন নং 718-476-7635/ 718-476-7636

ফার রকাওয়ে চেষ্ট সেন্টার ৬৭-১০ রকাওয়ে বীচ বুলবার্ড, কক্ষ নং ২০১ ।
Far Rockaway Chest Center 67-10 Rockaway Beach Blvd, Room 201
ফোন নং 718-474-2100/ 718-474-2101

| আমার চেষ্ট সেন্টার |
|---|
| ফোন |
| পথ নির্দেশনা |
| সময় সূচী |
| অন্যান্য |

**মাসিক পরীক্ষা ঃ অত্যন্ত দরকারী।**

আপনাকে অবশ্যই নিম্নোক্ত কারণে ক্লিনিকে আসতে হবেঃ

- ✔ পরবর্তী মাসের ঔষধের সরবরাহ পাওয়ার জন্য
- ✔ আপনার কোন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হচ্ছে না সে ব্যাপারে নিশ্চিত হওয়ার জন্য
- ✔ আপনার কোন প্রশ্ন থাকলে তা যাতে জিজ্ঞেস করতে পারেন।

নিউইয়র্ক নগর স্বাস্থ্য বিভাগ এবং মেন্টাল হাইজিন ব্যুরো অব টিউবারকিউলোসিস কন্ট্রোল
যক্ষার ব্যাপারে তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন – ফোন করুন (212) 442-9968
অথবা আমাদের ওয়েব সাইট @ www.nyc.gov/health পরিভ্রমন করুন।

10/02



**New York City Department of Health & Mental Hygiene**
নিউইয়র্ক নগর স্বাস্থ্য বিভাগ এবং মেন্টাল হাইজিন
ব্যুরো অব টিউবারকিউলোসিস কন্ট্রোল

# যক্ষা প্রতিহত করুন

# যে কেউ যক্ষায় আক্রান্ত হতে পারে।

## যক্ষা কি?

যক্ষা ( Tuberculosis) একটি মারাত্মক ব্যাধি যা ফুসফুসকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। তবে, চিকিৎসার মাধ্যমে যক্ষার আক্রমন প্রতিরোধ করা সম্ভব। যক্ষা রোগ থেকে আরোগ্য লাভ করা যায়।

## যক্ষার জীবানু কিভাবে ছড়ায়?

যক্ষার জীবানু বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায়। তাই যক্ষা রোগে আক্রান্ত কারও সংস্পর্শে দীর্ঘ সময় অতিবাহিত করলে ঐ রোগের জীবানু আপনার দেহে সংক্রমিত হওয়ার সম্ভাবনা খুব বেশী। কারণ আক্রান্ত রোগীর কাঁশি, হাঁচি, হাসি ও কথা বলার সময় যক্ষা জীবানু নির্গত হয় এবং বাতাসে উড়তে থাকে। ঐ জীবানু শ্বাস প্রশ্বাস দিয়ে আপনার দেহে প্রবেশ করলে আপনার যক্ষা হওয়ার আশংকা আছে।
যেহেতু যক্ষার জীবানু বাতাস থেকে শ্বাস প্রশ্বাস দিয়ে দেহে প্রবেশ করে তাই হ্যান্ডশেক অথবা টয়লেট সিটে বসলে যক্ষা জীবানু প্রবেশ করে না বা রোগ ছড়ায় না।

## কোন ব্যক্তির যক্ষা থাকলে কি হতে পারে?

আপনি যখন প্রথম বারে যক্ষার জীবানু শ্বাস প্রশ্বাসের মাধ্যমে ফুসফুসে নেন তখন আপনার শরীরই জীবানুর চারপাশে দেয়াল তৈরী করে আপনাকে রক্ষা করে। এর ফলে জীবানুগুলো ঘুমিয়ে পড়ে বা সুপ্ত অবস্থায় নিপাতিত হয় এবং আপনার দেহ আক্রমন থেকে রক্ষা পায়। ঘুমিয়ে থাকা যক্ষার জীবানুগুলোকে সুপ্ত যক্ষা বলে এবং যে সব ব্যক্তি সুপ্ত যক্ষায় আক্রান্ত তারা সুপ্ত যক্ষায় সংক্রমিত (ইনফেকটেড) হয়েছে বলা হয়। সুপ্ত যক্ষার জীবানুগুলো বহুদিন এমনকি কোন কোন ক্ষেত্রে সারা জীবনও ঘুমিয়ে থাকতে পারে। সুপ্ত যক্ষায় আক্রান্ত যারা তারা অসুস্থ বোধ করবে না। তারা অন্য লোকজনদের মধ্যে যক্ষার সংক্রমন ও ঘটাবেন না।
অবশ্য মাঝে মধ্যে যক্ষার জীবানু জেগে উঠতে পারে এবং তখন আপনার দেহ আপনাকে রক্ষা করতে পারবে না। এমন অবস্থা হলে বুঝতে হবে আপনার সক্রিয় যক্ষা রোগ হয়েছে। এমন হলে আপনি অসুস্থ বোধ করবেন। আপনি তখন অন্যদের মধ্যে যক্ষার সংক্রমন ঘটাতে পারেন।

## সুপ্ত যক্ষা থাকলে তা আমি কিভাবে জানব?

বিশ্বের বিভিন্ন এলাকায় প্রচুর সংখ্যায় সক্রিয় যক্ষা রয়েছে। আপনি সেই সব দেশে বসবাস করে থাকলে আপনার শ্বাসপ্রশ্বাস এর মাধ্যমে জীবানু দেহে প্রবেশ করে সুপ্ত অবস্থায় থাকতে পারে।

### যে সমস্ত স্থানে প্রচুর সংখ্যক সক্রিয় যক্ষা রয়েছেঃ

- ✔ ল্যাটিন আমেরিকা
- ✔ ক্যারাবিয়ান
- ✔ এশিয়া
- ✔ পূর্ব-ইউরোপ
- ✔ আফ্রিকা

## সুপ্ত যক্ষা নির্ধারণ করার কোন পরীক্ষা (Test) আছে কি?

হ্যাঁ। একটি সহজ পরীকক্ষা বা স্কিন টেষ্ট ( Skin Test)রয়েছে। এই টেষ্টের ফলাফল সাধারণত 'নিগেটিভ' বা 'পজিটিভ' হিসেবে বর্ণনা করা হয়। যদি টেষ্ট 'নিগেটিভ' হয় তাহলে আপনি সম্ভবত কখনও 'সুপ্ত যক্ষায়' ( Latent TB) আক্রান্ত হননি। আর যদি টেষ্ট 'পজিটিভ' হয় তাহলে সম্ভবত আপনার দেহে যক্ষার জীবানু রয়েছে। আপনি সুপ্ত বা সক্রিয় যক্ষায় আক্রান্ত কিনা তা নির্ধারণ করার জন্য ডাক্তারী পরীক্ষা অত্যন্ত প্রয়োজন।

## যক্ষা স্কীন টেষ্ট (TB Skin Test) কি নেয়া আমার উচিত ?

সম্ভবত হ্যাঁ। আপনার সুপ্ত যক্ষায় আক্রান্ত হওয়ার ঝুকি (Risk) প্রচুর যদিঃ

- ✔ সক্রিয় যক্ষায় আক্রান্ত রোগীর সংস্পর্শে যদি আপনি দীর্ঘ সময় অতিবাহিত করে থাকেন।
- ✔ যে সব দেশে প্রচুর সংখ্যায় যকক্ষা রোগী রয়েছে এমস সব দেশ থেকে সম্প্রতি যুক্তরাষ্ট্রে এসে থাকলে – যেমন ল্যাটিন আমেরিকা, ক্যারাবিয়ান, এশিয়া, পূর্ব ইউরোপ, আফ্রিকা
- ✔ নাসিং হোম, আশ্রয়হীনদের আশ্রম, জেলখানা বা দলবদ্ধভাবে লোকজন বসবাস কর এমন স্থানে কর্মরত থাকলে বা বসবাস করে থাকেন।

### অন্যান্য যাদের যক্ষা স্কীন টেষ্ট নেয়া প্রয়োজন তারা হলেন ঃ

- ✔ সক্রিয় যক্ষার লক্ষণ রয়েছে
- ✔ ডায়াবেটিস বা কিডনীর অকার্যকারিতা (Chronic Kidney Failure) রয়েছে
- ✔ এইচ আইভি/এইডস রয়েছে।

## বিসিজি ভ্যাকসীন ( BCG Vaccine) নিয়ে থাকলে আমাকে কি করতে হবে?

বিসিজি ভ্যাকসীন বা টীকা সাধারণত মানুষকে যক্ষার আক্রমন থেকে রক্ষা করে না। এতদসত্বেও আপনি সুপ্ত বা সক্রিয় যক্ষায় আক্রান্ত হতে পারেন। বিসিজি নেয়া থাকলেও আপনার টিবি স্কিন টেষ্ট প্রয়োজন।

# যক্ষা নিরাময় করা সম্ভব

## সুপ্ত যক্ষার জন্য আমাকে কি চিকিৎসা নিতে হবে?

হ্যাঁ। আপনার যদি সুপ্ত যক্ষা থাকে তাহলে বুঝতে হবে আপনার দেহে যক্ষা জীবানু নিষ্ক্রিয় বা ঘুমন্ত অবস্থায় রয়েছে। আপনি অসুস্থ বোধ করছেন না। কোন কারণে সুপ্ত যক্ষার জীবানু সবল ও সজিব হয়ে জাগ্রত হয়ে উঠে তখন আপনি সক্রিয় যক্ষায় আক্রান্ত হতে পারেন। এবং অসুস্থ হয়ে যেতে পারেন। তাই সুপ্ত যক্ষা চিকিৎসা দ্বারা জীবানু সক্রিয় হওয়ার আগেই ধ্বংস করা অত্যন্ত প্রয়োজন। বিগত ২ বৎসরের মধ্যে আপনার সুপ্ত যক্ষা হয়ে থাকলে চিকিৎসা করানো অত্যন্ত জরুরী।

## সুপ্ত যক্ষার চিকিৎসা কি?

সুপ্ত যক্ষার জন্য অনেক ঔষধ রয়েছে। আপনার জন্য কোনটি উপযুক্ত তা আপনার ডাক্তারই নির্ধারণ করবেন। তবে চিকিৎসা ২ থেকে ৯ মাস পর্যন্ত স্থায়ী হতে পারে। তাই উপযুক্ত চিকিৎসা সম্পূর্ণ করা প্রয়োজন।

## সুপ্ত যক্ষা হয়ে থাকলে আমি কি আমার পরিবার এবং বন্ধু-বান্ধবদের সাথে সময় কাটাতে পারব?

হ্যাঁ। সুপ্ত যক্ষা সংক্রামক নয়। আপনি আপনার পরিবার পরিজন ও বন্ধু বান্ধবের সঙ্গে মেলামেশা ও সময় কাটাতে পারবেন। আপনি নিয়মিত কাজ করতে পারবেন এবং স্কুলে যেতে পারবেন।

## যক্ষার ব্যাপারে স্বাস্থ্য বিভাগ কি আমাকে সাহায্য করতে পারে?

হ্যাঁ। আমাদের ১০ টি টিবি ক্লিনিক রয়েছে। আমাদের ক্লিনিকগুলোতে স্বাস্থ্য বীমার (Health Insurance) প্রয়োজন হয় না। সমস্ত সেবা/ চিকিৎসা বিনামূল্যে প্রদান করা হয়। ইমিগ্রেশন নিয়ে আপনাকে ভাবতে হবে না। আপনার ষ্ট্যাটাস কি তা কেউ জিজ্ঞেস করবে না। আমাদের ক্লিনিকগুলো অত্যন্ত উন্নতমানের সেবা/চিকিৎসা প্রদান করে। আমাদের কর্মচারীগণ অনেক ভাষায় কথা বলেন। যক্ষার ব্যাপারে আপনাদের সব প্রশ্নের জবাব আমরা দিতে পারব। আমরা যক্ষা নিরাময় করতে সক্ষম।