East West University LIBRARY 43, Mohakhali, C/A

যুগান্তর — ৭ সেপ্টেম্বর, ২০০৯
পৃষ্ঠা — ৫
শ্রেণীসংখ্যা — 070.806

ড. মুনীর উদ্দিন আহমদ

যুগান্তর ০৭.০৯.০৯ পৃ. ৫

সোয়াইন ফ্লু : আতংকিত হওয়ার কারণ নেই

বিশেষজ্ঞ অভিমত

কিছুদিন আগে একটি স্থানীয় হাসপাতালে একজন রোগী মারা যাওয়ার পর বাংলাদেশে সোয়াইন ফ্লুর আতংক ছড়িয়ে পড়েছে। কে কোন সময় সোয়াইন ফ্লু ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত হয়ে পড়ে এই ভয়ে মানুষ ভীত হয়ে পড়ছে। রাস্তায় বেরুলেই অসংখ্য মানুষকে মাস্ক পরে চলাফেরা-কাজকর্ম করতে দেখা যায়। সংবাদপত্র ও ইলেকট্রনিক মিডিয়াগুলো মানুষকে সোয়াইন ফ্লু সম্পর্কে সচেতন ও শিক্ষিত করে তোলার চেয়ে আতংক ও ভয়-ভীতি ছড়ানোর কাজে বেশি অবদান রাখছে বলে আমার মনে হচ্ছে। সোয়াইন ফ্লু সম্পর্কে সরকারি কর্তাব্যক্তিদের ভূমিকাও পরিষ্কার নয়। সমকালে আজ পড়লাম, সরকারের সোয়াইন ফ্লু বিষয়ক মুখপাত্র এবং রোগতত্ত্ব, রোগ নিয়ন্ত্রণ ও গবেষণা ইন্সটিটিউটের পরিচালক বলেছেন, আগামী জানুয়ারি-ফেব্রুয়ারির আগে দেশে সোয়াইন ফ্লুর ভ্যাকসিন পাওয়ার তেমন কোন সম্ভাবনা নেই। তিনি আরও বলেন, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার কাছে বিনামূল্যে ভ্যাকসিন চেয়ে লিখিত চিঠি পাঠানো হয়েছে। তারা জবাবের জন্য অপেক্ষা করছেন। বঙ্গবন্ধু মেডিকেল বিশ্ববিদ্যালয়ের কয়েকজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক বলেছেন, আগামী কয়েক মাসের সম্ভাব্য পরিস্থিতি মোকাবেলায় শুধু অ্যান্টি ভাইরাল ওষুধের মজুদ গড়ে তোলাই যথেষ্ট নয় বরং সরকারের উচিত ভ্যাকসিন আমদানির ব্যাপারে আরও আন্তরিকতার সঙ্গে চেষ্টা করা। এ ব্যাপারে শুধু হু'র দয়ার ওপর নির্ভর করা ঠিক হবে না। সরকারি মুখপাত্র এবং বিশেষজ্ঞ [illegible] [illegible] [illegible] না হওয়া বড় দুর্ভাবনার কথা।

কিন্তু যুক্তরাজ্যে কিছু সংবাদ যেভাবে সংশ্লিষ্ট করে, কয়েক হাজার মানুষ মুক্ত করে, অ্যান্টিভাইরাল ওষুধের সরবরাহ বাড়িয়ে বা হুর কাছে ভ্যাকসিন ভিক্ষা চেয়ে সোয়াইন ফ্লু মহামারী ঠেকানো যাবে না। ফ্লুর জন্য উদ্ভাবিত ওষুধ বা ভ্যাকসিন ব্যবহার কতটুকু নিরাপদ হবে তা নিয়েও ইদানীং বিরাট প্রশ্ন দেখা দিয়েছে। আমাদের সরকারি কর্মকর্তা, বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক এবং নীতিনির্ধারকরা ১৫ আগস্ট ডেইলি মেইল পত্রিকার অনলাইন সংস্করণে প্রকাশিত 'Swine flu. Jab link to killer nerve disease : leaked letter reverals concern of neurologists over 25 deaths in America' শীর্ষক প্রতিবেদনটি পড়েছেন কিনা আমি জানি না। প্রতিবেদনটি আমার পড়ার সৌভাগ্য হয়েছে বলে তার সারসংক্ষেপ পাঠকদের উদ্দেশে তুলে ধরা আবশ্যক মনে করছি। প্রতিবেদনে বলা হয়, যুক্তরাজ্য সরকার এক গোপনীয় চিঠির মাধ্যমে দেশের শীর্ষস্থানীয় স্নায়ুবিদদের জানিয়েছে, সোয়াইন ফ্লু টিকা ব্যবহারে মরণঘাতী স্নায়ুরোগের উৎপত্তি হতে পারে। জনস্বাস্থ্য দেখাশোনাকারী সরকারি সংস্থা হেলথ প্রোটেকশন এজেন্সি কর্তৃক লিখিত এই সতর্কবার্তার চিঠি মেইল পত্রিকার কাছে ফাঁস হয়ে যায়। এ ঘটনার পর সরকারের কাছে কৈফিয়ত দাবি করা হয়েছে, টিকা প্রদান এর আগে জনগণের কাছে কেন এই সতর্কবার্তা গোপন করা হয়েছে। এই চিঠির মাধ্যমে ২৯ জুলাই প্রায় ৬০০ স্নায়ুবিদকে সতর্ক করে বলা হয়— সোয়াইন ফ্লু ভ্যাকসিন বা টিকা প্রদান করা হলে গুইলেইন-বারে-সিন্ড্রম নামের এক মরণঘাতী রোগের সৃষ্টি হতে পারে যার কারণে স্নায়ুর আবরণ ক্ষতিগ্রস্ত হয়ে প্যারালাইসিস ও শ্বাস-প্রশ্বাস বন্ধ হয়ে রোগী মৃত্যুবরণ করতে পারে। এ বছরের এপ্রিল মাসে সোয়াইন ফ্লুর আবির্ভাব ঘটে আমেরিকা যুক্তরাষ্ট্রে। কিন্তু সোয়াইন ফ্লুর প্রকৃত আবির্ভাব ১৯৭৬ সালে। তখনও সোয়াইন ফ্লু মহামারীর আতঙ্ক ছড়ানো হয়েছিল বিশ্বব্যাপী। সৌভাগ্যবশত সেই মহামারী বাস্তবে রূপ নেয়নি। বলা হয়েছিল, সেই মহামারীতে বিশ্বের লাখ লাখ লোক মৃত্যুবরণ করবে। কিন্তু লাখ লাখ মানুষ

মরেনি। সম্ভাব্য মহামারী প্রতিরোধে লাখ লাখ মানুষকে অগ্রিম ভ্যাকসিন প্রদান করা হয়েছিল। যে সোয়াইন ফ্লুতে লাখ লাখ মানুষ মারা যাওয়ার কথা ছিল, সেই ফ্লুতে মানুষ মারা না গিয়ে মরল ভ্যাকসিন ব্যবহারের ফলে। তখন ওই ভ্যাকসিন প্রদান করার কয়েক মাসের মধ্যে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কারণে বহু মানুষ প্যারালাইসিসে আক্রান্ত হয়, শ্বাস-প্রশ্বাস বন্ধ হয়ে মৃত্যুবরণ করে ২৫ জন রোগী। রোগটি ছিল প্রথমে বর্ণিত গুইলেইন-বারে-সিন্ড্রম। মজার ব্যাপার হল, তখন যাবতীয় ভ্যাকসিনটি অসংখ্য মানুষের মধ্যে প্রয়োগ করা হয়েছিল পরীক্ষামূলকভাবে। বর্তমানে যে ভ্যাকসিনের কথা বলা হচ্ছে তাও হবে পরীক্ষামূলক। কারণ কার্যকর প্রয়োগের জন্য এখন ভ্যাকসিনের ওপর পর্যাপ্ত ক্লিনিক্যাল ট্রায়াল সম্পন্ন করা হয়নি। অপর্যাপ্ত ক্লিনিক্যাল ট্রায়াল দ্বারা উদ্ভাবিত ভ্যাকসিন নিরাপদ না হয়ে বিপর্যয় ডেকে আনতে পারে। সুতরাং সময় থাকতেই সাবধান হওয়া বাঞ্ছনীয়।

আরেকটি দরকারি তথ্য পাঠকদের জানা প্রয়োজন। এইচ১এন১ ভাইরাসের উৎপত্তি কিন্তু ১৯১৮ সালের স্প্যানিশ ফ্লু মহামারীর জন্য দায়ী ভাইরাসের রূপান্তরিত সংস্করণ থেকে। জেনেটিক মিউটেশন বা জিন বদলাবদলির মাধ্যমে এই ভাইরাসের রূপান্তর ঘটেছে। ভাইরাস প্রতিনিয়তই মিউটেশনের মাধ্যমে অন্য ভাইরাসে রূপান্তরিত হয়ে থাকে। এই রূপান্তর প্রক্রিয়ার কারণে ভাইরাসের বিরুদ্ধে কোন ওষুধ বা ভ্যাকসিন কার্যকর হওয়ার কথা নয়। ১৯১৮ সালের মহামারীতে সারাবিশ্বে ৪ থেকে ৫ কোটি লোক মারা গিয়েছিল। সেই মৃত্যুর অন্যতম কারণ ছিল স্ট্রেপ সংক্রমণ, শুধু ভাইরাস নয়। ফ্লুতে আক্রান্ত যেকোন মানুষ অতি সহজে স্ট্রেপ্টোকক্কাস নিউমোনিয়া নামক এক প্রকার ব্যাকটেরিয়া বা জীবাণু দ্বারা আক্রান্ত হয়ে পড়তে পারে। এই বিপজ্জনক এক ব্যাকটেরিয়া ও ফ্লু ভাইরাস মিলে দেহে 'সুপার ইনফেকশন' সৃষ্টি করে যার কারণে অসংখ্য মানুষের মৃত্যু হতে পারে। ১৯১৮ সালের মহামারীতে এত লোকের মৃত্যুর জন্য এই ব্যাকটেরিয়াকে দায়ী করা হচ্ছে। ভাইরাসের বিরুদ্ধে ওষুধ তেমন কার্যকর না হলেও ব্যাকটেরিয়ার বিরুদ্ধে বর্তমান বিশ্বে বহু কার্যকর ওষুধ পাওয়া যায়।

এবার একটা সুখবর দিই। বাংলাদেশের প্রচার মাধ্যমগুলো বা সরকারি কর্মকর্তারা হয়তো সোয়াইন ফ্লুর সর্বশেষ সংবাদ জানে না— তাই চারদিকে এত অস্থিরতা বা আতংক। আপনারা শুনে আশ্বস্ত হবেন, বিশ্বজুড়ে গত কয়েক সপ্তাহে সোয়াইন ফ্লুর প্রকোপ কমে এসেছে। মৃত্যুহারও কমছে। আশা করা যাচ্ছে, ভবিষ্যতে সোয়াইন ফ্লুর প্রকোপ ও মৃত্যুহার আরও কমে আসবে। সোয়াইন ফ্লুর প্রভাব এমন পর্যায়ে যেতে পারে যখন আপনারা হয়তো আর এই রোগ নিয়ে আলোচনাই করবেন না। বার্ড ফ্লুর কথা ভাবুন। এই তো সেদিনের কথা। এই বার্ড ফ্লু নিয়ে সারাবিশ্বে কত তোলপাড়, হইচই, আতংক। এই ফ্লু প্রতিরোধে শত শত কোটি পোলট্রি ধ্বংস করা হল, শত সহস্র কোটি টাকার সম্পদ নষ্ট হল। কিন্তু যত লোক মারা যাবে বলা হয়েছিল বাস্তবে তার কত শতাংশ মানুষ মৃত্যুবরণ করেছে। অতি নগণ্য। আজ বার্ড ফ্লু খুব কম সংখ্যক মানুষেরই আলোচনার বিষয়বস্তু। সোয়াইন ফ্লু নিয়েও এক সময় তাই হবে। সোয়াইন ফ্লু আবির্ভাবের পর থেকে এ পর্যন্ত সারাবিশ্বে মাত্র হাজারখানেক মানুষ মৃত্যুবরণ করেছে। অথচ জানুয়ারি থেকে এখন পর্যন্ত শুধু যুক্তরাষ্ট্রে সাধারণ ফ্লুতে মারা গেছে প্রায় ১৫ হাজার মানুষ। বিশ্বে প্রতিদিন ম্যালেরিয়ায় মারা যায় তিন হাজার মানুষ। সোয়াইন ফ্লু নিয়ে আমাদের দুশ্চিন্তার কারণ হল— এই রোগটি নতুন এবং এর ওপর আমাদের পর্যাপ্ত ধারণা নেই, নেই পর্যাপ্ত সচেতনতা। সোয়াইন ফ্লু নিয়ে আমরা যত বেশি জানব, যত বেশি সচেতন হব— আমাদের ভয়-ভীতি ও আতংক ততই কমে আসবে। সোয়াইন ফ্লু নিয়ে আরও একটি খবর খুবই তাৎপর্যপূর্ণ। আর তা হল, সোয়াইন ফ্লুতে আক্রান্ত বেশিরভাগ রোগী আপনা আপনিই ভালো হয়ে যায়। এর জন্য ওষুধ বা ভ্যাকসিনের দরকার হয় না। শুধু খেয়াল রাখতে হবে, সোয়াইন ফ্লুতে আক্রান্ত হওয়ার পর যেন এই রোগ অন্য কোন কারণে জটিল আকার ধারণ না করে। বাংলাদেশে ২৭৫ জন মানুষের মধ্যে এইচ১এন১ ভাইরাস শনাক্ত করা হয়েছে। যারা সোয়াইন ফ্লুতে আক্রান্ত হয়েছেন বা সামনে হতে পারেন, আপনারা মোটেই আতংকিত বা বিচলিত হবেন না। মনোবল শক্ত রেখে আত্মবিশ্বাসের সঙ্গে এই রোগকে মোকাবেলা করুন। জটিলতা দেখা দিলে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। সোয়াইন ফ্লুতে আক্রান্ত হলে অযথা ওষুধ গ্রহণ করবেন না। সোয়াইন ফ্লু মোকাবেলায় এবং যথাযথ পদক্ষেপ গ্রহণ করার জন্য আমাদের এই রোগের উপসর্গগুলো সম্পর্কে ভালোভাবে জানতে হবে। মনে রাখবেন সোয়াইন ফ্লু আর কমন ফ্লু-এর উপসর্গগুলো প্রায়ই একই রকম। ল্যাবরেটরিতে পরীক্ষা-নিরীক্ষার মাধ্যমে ভাইরাসের ধরন জেনেই শুধু বলা যাবে কোনটা কোন ফ্লু। ফ্লু সংক্রমণের উপসর্গগুলোর মধ্যে রয়েছে জ্বর, কাশি, গলা ব্যথা, নাক দিয়ে পানি ঝরা, প্রচণ্ড গায়ে ও মাথা ব্যথা, বমি এবং অথবা ডায়রিয়া, ক্ষুধা মন্দা, জয়েন্ট বা পিঠে ব্যথা, আলস্য বা শারীরিক দুর্বলতা। ফ্লু মাত্রে কোন রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি বিশেষ কোন প্রয়োজন ছাড়া ঘরের বাইরে যাওয়া ঠিক নয়। রোগের উপশম না হওয়া পর্যন্ত বাসাতেই বিশ্রাম নিন। তবে মেডিকেল চেকআপ বা চিকিৎসার জন্য বাইরে যাওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। হাঁচি বা কাশির সময় কাপড়, রুমাল বা টিস্যু দিয়ে নাকমুখ চেপে দিন। কাপড় বা রুমাল ব্যবহার করলে বারবার সাবান দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে। তবে ভালো হয় ডিসপোজেবল টিস্যু ব্যবহার করলে, টিস্যু ব্যবহারের পর তা ডাস্টবিনে ফেলতে হবে। বারবার হাত ধুতে হবে। হাত দিয়ে চোখ, নাক, মুখ স্পর্শ করা ঠিক নয়। এসব অভ্যাসের কারণে জীবাণু ছড়ায়। রোগাক্রান্ত মানুষের সংস্পর্শে আসবেন না। ঘরে রোগী থাকলে তাকে মাস্ক পরতে বলুন, নিজেও পরুন। ফ্লুতে আক্রান্ত রোগী বাইরে গেলে অবশ্যই মাস্ক পরতে হবে যাতে করে অন্যরা এই ভাইরাসে আক্রান্ত হতে না পারে। শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, জনসমাবেশ বা সামাজিক অনুষ্ঠানে যোগ দেয়া থেকে বিরত থাকুন যদি আপনি ফ্লুতে আক্রান্ত হয়ে থাকেন। কারণ আপনার কারণে বহু মানুষ রোগাক্রান্ত হয়ে পড়তে পারে।

বিশেষ কথা হল, সব ধরনের রোগের বিরুদ্ধে বিশেষ করে সংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে আপনার শরীরের প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করুন। সচেতনতা বাড়ানোর কোন বিকল্প নেই। সচেতন হোন, শরীরের প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়িয়ে ওষুধ ছাড়াই রোগ মোকাবেলা করুন এবং সুস্থ থাকুন।

ড. মুনীর উদ্দিন আহমদ : [illegible]