

টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর স্বাস্থ্য পরিচর্যা পেশাজীবীদের জন্য তথ্য



টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর হল সমগ্র দেহতান্ত্রিক, প্রাণ-সংশয়কারী অসুস্থতা যা *সালমোনেলা (Salmonella)* সেরোটাইপ যথাক্রমে টাইফি ও প্যারাটাইফির দ্বারা সৃষ্টি হয়। টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বরের উপসর্গগুলির অন্তর্ভুক্ত হল খুব জ্বর, দুর্বলতা, পেটের যন্ত্রণা, মাথা ধরা, ডায়ারিয়া বা কোষ্ঠকাঠিন্য, কাশি, এবং ক্ষুধামান্দ্য। টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর সাধারণত দূষিত খাবার ও জল ব্যবহারের মাধ্যমে সংবাহিত হয়। খাবার ও জলের নিরাপদ অভ্যাসগুলি মেনে চলা হল টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর প্রতিরোধ করতে সাহায্য করার সেরা উপায়; টিকাকরণও টাইফয়েড জ্বর প্রতিরোধে সাহায্য করতে পারে।

টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর কতটা সাধারণ?

প্রতি বছর বিশ্বব্যাপী টাইফয়েড জ্বরের আনুমানিক 11-21 মিলিয়ন ঘটনা এবং প্যারাটাইফয়েড জ্বরের 5 মিলিয়ন ঘটনা ঘটে, যা আনুমানিক 215,000 মৃত্যু ডেকে আনে।

ইউনাইটেড স্টেটসে বছরে টাইফয়েড জ্বরের প্রায় 425 টি ঘটনা এবং প্যারাটাইফয়েড জ্বরের প্রায় 125 টি ঘটনার রোগনির্ণয় করা হয়, যার অধিকাংশই স্থানীয়ভাবে রোগগুলি থাকা স্থানগুলিতে আন্তর্জাতিক ভ্রমণকারীদের মধ্যে ঘটে।

কার ঝুঁকি তুলনায় বেশি?

পূর্ব ও দক্ষিণ এশিয়া (বিশেষ করে পাকিস্তান, ভারত, ও বাংলাদেশ), আফ্রিকা, ক্যারিবিয়ান, মধ্য ও দক্ষিণ আমেরিকা, এবং মধ্য প্রাচ্যে ভ্রমণকারীদের টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর হওয়ার বেশি ঝুঁকি থাকে।

যে সকল ভ্রমণকারী বন্ধু ও আত্মীয়দের সাথে দেখা করছেন তাদের অতিরিক্ত ঝুঁকি থাকে কারণ তারা ভ্রমণের আগে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত পরামর্শ বা টাইফয়েডের টিকা না নিতে পারেন এবং ভ্রমণের সময়ে খাবার ও জলের ব্যাপারে কম যত্নশীল হতে পারেন।

যদিও টাইফয়েড বা প্যারাটাইফয়েড জ্বরে অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকিটি বাস করার মেয়াদের সাথে বৃদ্ধি পায়, তবুও রোগটি স্থানীয়ভাবে আছে এমন দেশগুলিতে (যেমন পাকিস্তান, ভারত, ও বাংলাদেশ) এমনকি এক সপ্তাহের কম সময়ের পরিদর্শনকালেও ভ্রমণকারীরা টাইফয়েড জ্বরে আক্রান্ত হয়েছেন।



টাইফয়েড জ্বর এবং জীবাণু প্রতিরোধক ক্ষমতা

টাইফয়েড জ্বরের ক্ষেত্রে জীবাণু প্রতিরোধক ক্ষমতা বৃদ্ধি পেতে থাকছে।

পাকিস্তানে টাইফয়েড জ্বরের ব্যাপকভাবে ওষুধ-প্রতিরোধী (XDR) একটি প্রজাতির প্রথম জ্ঞাত প্রাদুর্ভাবের ফলে 2016-2019 এর মধ্যে 10,000 এর বেশি ঘটনা ঘটেছিল, ইউনাইটেড স্টেটসের 30 টি ঘটনা সহ।

XDR প্রজাতিটি টাইফয়েড জ্বরের চিকিৎসা করার জন্য ব্যবহৃত অধিকাংশ অ্যান্টিবায়োটিক প্রতিরোধক, যার অন্তর্ভুক্ত হল সিপ্রোফ্লক্সাসিন (ciprofloxacin) এবং সেফট্রিয়াক্সোন (ceftriaxone)। প্রজাতিটি অ্যাজিথ্রোমাইসিন (azithromycin) ও কার্বাপেনেমগুলির (carbapenems) প্রতি সংবেদনশীল থাকে।

চিকিৎসার বিকল্পগুলি আরো বেশি সীমিত হওয়ার কারণে প্রতিরোধমূলক পদক্ষেপের উপরে রোগীদের পরামর্শদান করা আরো বেশি করে গুরুত্বপূর্ণ হয়ে ওঠে। এইসকল পদক্ষেপগুলির অন্তর্ভুক্ত হল ভ্রমণ-পূর্ব টিকাকরণ, ঘন ঘন হাত ধোওয়া, এবং ভ্রমণের সময়ে খাবার ও জল সংক্রান্ত পূর্বসতর্কতাগুলি গ্রহণ করা।



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

রোগনির্ণয়

রক্ত কালচার করা হল রোগনির্ণয়ের প্রধান অবলম্বন। গোড়ার দিকে সন্দেহ হওয়ার ফলে ক্যালচারগুলিকে রোগনির্ণয়ের জন্য ল্যাবরেটরিতে পাঠানো এবং উপযুক্ত জীবাণু প্রতিরোধক চিকিৎসা দ্রুত শুরু করা সুনিশ্চিত করা যেতে পারে।

আপনার যদি সন্দেহ হয় যে আপনার রোগীর টাইফয়েড বা প্যারা টাইফয়েড জ্বর আছে:

- ভ্রমণের একটি সম্পূর্ণ ইতিহাস সংগ্রহ করুন।
- মল ও রক্তের কালচারগুলি সংগ্রহ করুন, এবং জীবাণু প্রতিরোধক সংবেদনশীলতা পরীক্ষার অনুরোধ করুন।
- একটি সংক্রামক রোগ সংক্রান্ত পরামর্শ নেওয়ার কথা বিবেচনা করুন।

নিশ্চিত হওয়া টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বরের সকল ঘটনাগুলি উপযুক্ত স্থানীয় বা স্টেট স্বাস্থ্য বিভাগগুলির কাছে রিপোর্ট করুন।

চিকিৎসা

পরীক্ষামূলক চিকিৎসার বিকল্পগুলি সতর্কভাবে বিবেচনা করুন। ইউনাইটেড স্টেটসে বিশেষ করে দক্ষিণ এশিয়ায় ভ্রমণ করেছিলেন এমন রোগীদের মধ্যে ধরা পড়া অধিকাংশ টাইফয়েড ও প্যারাটাইফয়েড জ্বর ফ্লোরোকুইনোলোনগুলির (fluoroquinolones) প্রতি সংবেদনশীল নয় এমন প্রজাতিরগুলির দ্বারা সৃষ্টি হয়। সেইজন্য, পরীক্ষামূলক চিকিৎসার জন্য ফ্লোরোকুইনোলোনগুলি ব্যবহার করা উচিত নয়। সন্দেহ হওয়া জটিলতাহীন রোগের জন্য অ্যাজিথ্রোমাইসিন (Azithromycin) এবং গুরুতর ও জটিল রোগের জন্য তৃতীয়-প্রজন্ম সেফালোস্পোরিনগুলির (cephalosporins) সপারিশ করা হয়। যে সকল রোগী পাকিস্তানে ভ্রমণ করেছিলেন তাদের সন্দেহ হওয়া জটিলতাহীন টাইফয়েড জ্বরের জন্য প্রাথমিকভাবে অ্যাজিথ্রোমাইসিন দিয়ে এবং গুরুতর ও জটিল টাইফয়েড জ্বরের জন্য কার্বাপেনেমগুলি দিয়ে চিকিৎসা করা উচিত। কালচার ও সংবেদনশীলতার ফলাফলগুলি পাওয়া গেলে চিকিৎসার বিধিগুলি সামঞ্জস্যপূর্ণ করা উচিত।

প্রতিরোধ

টিকাকরণ টাইফয়েড জ্বর প্রতিরোধ করতে সাহায্য করতে পারে। দক্ষিণ এশিয়া, বিশেষ করে পাকিস্তান, ভারত, বা বাংলাদেশের মতো, স্থানীয়ভাবে টাইফয়েড জ্বরের প্রকোপ আছে এমন স্থানগুলিতে ঘুরতে যাওয়া ব্যক্তিদের জন্য CDC টিকাকরণের সুপারিশ করে।

ইউনাইটেড স্টেটসে টাইফয়েড জ্বরের দুটি টিকা লভ্য আছে:



- খাওয়ার মাধ্যমে টিকা - কমপক্ষে 6 বছর বয়স্ক ব্যক্তিদের দেওয়া হতে পারে। এতে এক দিন ছাড়া নেওয়ার জন্য চারটে বড়ি থাকে এবং ভ্রমণের কমপক্ষে 1 সপ্তাহ আগে শেষ করা উচিত।
- ইঞ্জেকশনযোগ্য টিকা - কমপক্ষে 2 বছর বয়সীদের দেওয়া যেতে পারে এবং ভ্রমণের কমপক্ষে 2 সপ্তাহ আগে দেওয়া উচিত।

উভয় টিকাই টিকা নেওয়া ব্যক্তিদের 50%-80% সুরক্ষিত করে। ইঞ্জেকশনযোগ্য টিকাটির জন্য প্রতি 2 বছর অন্তর একটি বুস্টার প্রয়োজন হয় এবং খাওয়ার মাধ্যমে টিকাটির জন্য প্রতি 5 বছরে একটি বুস্টার প্রয়োজন হয়। **প্যারাটাইফয়েড জ্বরের জন্য কোনো টিকা নেই।**

আপনার রোগীদের আন্তর্জাতিক ভ্রমণের সময়ে খাবার ও জল সতর্কভাবে নির্বাচন করার পরামর্শ দিন। জীবাণু মুক্ত করার জন্য পানীয় জল অবশ্যই বোতলজাত, ফোঁটানো, বা শোধিত হতে হবে (যেমন ক্লোরিন ব্যবহার করে)। ভ্রমণকারীদের স্যালাড; কাঁচা শাকসব্জি; কাঁচা, খোসাহীন ফল; এবং প্যান্টরাইজ না করা ফলের রস খাওয়া এড়িয়ে চলতে হবে। খাবারগুলি সম্পূর্ণরূপে রান্না হওয়া ও গরম খাওয়া উচিত।

আপনার রোগীদের বলুন তাদের যদি জ্বর থাকে এবং খুব অসুস্থ বোধ করেন, তাহলে এমনকি বিদেশে থাকলেও যেন চিকিৎসাগত পরিচর্যা চান।

www.cdc.gov/typhoid-fever এবং www.cdc.gov/travel থে কে বিস্তারিত জানুন।