



ডায়াবিটিস

চিনতে পারা এবং সামলানো

ডায়াবিটিস হল একটি আজীবনের অসুখ যাতে রক্তে গ্লুকোজ (চিনি)-এর পরিমাণ খুব বেশি থাকে কারণ শরীর যেভাবে গ্লুকোজকে শক্তিতে পরিণত করে তা ঠিকমত কাজ করছে না। **তথাপি, যত্নসহকারে সামলালে, ডায়াবিটিস রোগে আক্রান্ত বাচ্চারা পূর্ণ, সুস্থ এবং সক্রিয় জীবনযাপন করে যেতে পারে।**

টাইপ 1 ডায়াবিটিস সাধারণত শৈশবে হয়। তার চিকিৎসা না করলে, তার দরুন মারাত্মক স্বাস্থ্যসংক্রান্ত সমস্যা দেখা দিতে পারে। শুরুতে রোগ ধরা পড়লে আপৎকালীন হাসপাতালে ভর্তি হওয়া নিবারণ করা যায়। পিতামাতা, সেবাদাতা এবং চাইল্ড মাইন্ডাররা উপসর্গগুলি জানলে রোগটি ধরতে পারবেন এবং প্রথম অবস্থায় চিকিৎসা করতে পারবেন। উপসর্গগুলি খুব দ্রুত আসতে পারে। আপনার দুশ্চিন্তা থাকলে অবিলম্বে আপনার জিপি-র কাছে যান।

বাচ্চাদের ক্ষেত্রে টাইপ 1 ডায়াবিটিস হল সবথেকে প্রচলিত ডায়াবিটিস, যদিও টাইপ 2 ডায়াবিটিস রোগীর সংখ্যা বাড়ছে। এর কারণ হল অনুপযুক্ত পথ্য, ব্যায়াম না করা এবং স্থূলতা (পৃষ্ঠা 43 দেখুন)।

টাইপ 1 ডায়াবিটিস সামলানো

টাইপ 1 ডায়াবিটিসে আক্রান্ত বাচ্চাদের আজীবন চিকিৎসা করতে হয়। পরিবারের সবাইকে এই রোগের বিষয়ে জানতে হয় কারণ এই রোগ সামলানোর জন্য গোটা পরিবারকে জড়িত হতে হয়। আপনাকে শেখানো হবে কীভাবে হাইপোগ্লিসেমিয়া, (বা হাইপোজ) চিনতে, নিবারণ করতে এবং চিকিৎসা করতে হয়, যখন আপনার বাচ্চার রক্তে শর্করার মাত্রা ভীষণ কমে যায় তখন তাদের এই উপসর্গগুলি থাকে যেমন টলমলভাবে, ঘাম হওয়া, ক্লান্তি, মাথার যন্ত্রণা বা আচরণে পরিবর্তন।

1.

আমার হাম্মা দেওয়া শিশু, যে রাতে শুকনো থাকতো সে এখন বিছানায় হিসি করতে শুরু করেছে এবং স্বাভাবিকের থেকে বেশি পান করছে।

2.

ডায়াবিটিস হতে পারে, যদিও অনেক কিছুর দরুন এমন হতে পারে।

3.

আপনার বাচ্চাকে জিপি-র কাছে নিয়ে যান।

জিপি-র মরামর্শ

লক্ষণগুলি জানা জরুরি:

- স্বাভাবিকের থেকে অনেক বেশি হিসি করা।
- পিপাসা পাওয়া এবং সব সময় পান করতে চাওয়া।
- প্রকৃত ক্লান্তি বোধ করা, এবং সবসময় ঘুমোতে চাওয়া।
- বিনা কারণে ওজন কমা।

অন্য লক্ষণসমূহ:

- হিসি থেকে চুলকানি বা ব্যথা।
- দৃষ্টি ঝাপসা হতে পারে।
- তাদের কোথাও কেটে গেলে তা সারতে অনেক বেশি সময় নেওয়া।

উৎস: www.diabetes.co.uk

শুরুর দিনগুলি

রোগ নির্ণয়ের ঠিক পরেই, আপনাকে এবং আপনার বাচ্চাকে একটি বিশেষজ্ঞ ডায়াবিটিস সেবাদলের সাথে পরিচয় করিয়ে দেওয়া উচিত।

আপনার সেবাদলে অনেকের মধ্যে, থাকতে পারেন:

- একজন শিশু চিকিৎসক যিনি ডায়াবিটিসে বিশেষজ্ঞ।
- একজন শিশু ডায়াবিটিসে বিশেষজ্ঞ নার্স।
- একজন ডায়াটিশিয়ান যিনি বাচ্চাদের প্রয়োজনগুলির সাথে পরিচিত।
- একজন মনোবিদ যিনি বাচ্চাদের ক্ষেত্রে বিশেষজ্ঞ।

হাসপাতালে তাদের প্রথমবার চিকিৎসা হওয়ার পরে, আপনি বাড়িতে আপনার বাচ্চার ডায়াবিটিস সামলানোর জন্য আস্থা পেয়ে যাবেন।

আপনাকে তাও ডায়াবিটিস সেবাদলের সাথে নিয়মিত যোগাযোগ রাখতে হবে।