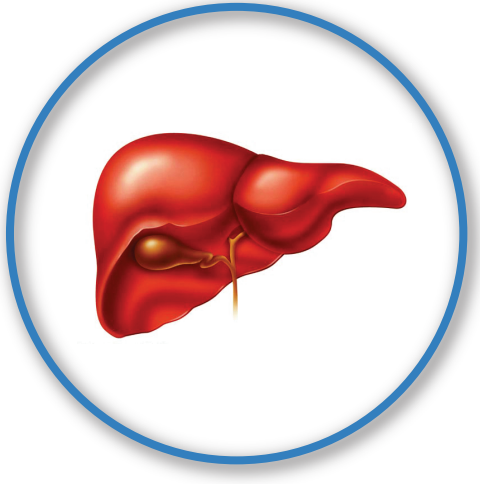
লিভার ফাউন্ডেশন অব বাংলাদেশ

লিভার সিরোসিস



লিভার রোগের প্রতিরোধ, চিকিৎসা, শিক্ষা ও গবেষণাকল্পে বাংলাদেশে একটি অলাভজনক প্রতিষ্ঠান

www.liver.org.bd

ইনফরমেশন সার্ভিস

লিভার সিরোসিস কি?

লিভারের প্রদাহ ৬ (ছয়) মাসের বেশী সময় স্থায়ী হলে তাকে ক্রনিক হেপাটাইটিস বলে। পরবর্তীতে লিভারের আভ্যন্তরীন স্বাভাবিক আকৃতি নষ্টো হয়ে যায়। আক্রান্ত লিভারে যে স্বাভাবিক সেল থাকে তাদের অস্বাভাবিক বৃদ্ধির ফলে লিভারের ভিতরে গোটা তৈরী হয়, এই অবস্থাকে লিভার সিরোসিস বলে।

লিভার সিরোসিস এর বিভিন্ন কারন

লিভার সিরোসিস বিভিন্ন কারনে হতে পারে এর মধ্যে ভাইরাস জনিত কারনই প্রধান এবং ভাইরাস গুলো হলো বি, সি ও ডি। এছাড়া-

- অটোইম্মিউন হেপাটাইটিস যা শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার বিরুপ প্রতিক্রিয়ার ফলে হয়ে থাকে।
- মদ্যপানের ফলে।
- কপার ও আয়রন মেটাবলিজম অস্বাভাবিকতার জন্য লিভারে এ সমস্ত ধাতু অতিরিক্ত জমা হয়ে।
- বিভিন্ন ধরনের ঔষধ সেবনের কারনে বিশেষত ঃ (ভেষজ বা হারবাল) জাতীয় ঔষধ সেবনের কারনে।
- অনেক ক্ষেত্রে কোন কারনই খুজে পাওয়া যায়না। তাদের ক্রিপটোজেনিক ক্রনিক হেপাটাইটিস বলে।

বেশির ভাগ রোগীই কোন কারন ছাড়া অস্বাভাবিক দুর্বলতার অভিযোগ নিয়ে আসেন। ক্রনিক হেপাটাইটিস হলো নিঃশব্দ ঘাতক। লক্ষণ সাধারনত রোগের আধিক্যের সাথে সামন্জস্যপূর্ণ হয় না। কারো কারো ক্ষেত্রে অন্য কোন কারনে রুটিন পরীক্ষায় লিভার এনজাইমের অস্বাভাবিকতা ধরা পড়ে বা ভাইরাল মার্কার পজেটিভ পাওয়া যায়।

অনেক সময় রক্ত দান (Blood Donate) করার বা বিদেশ যাওয়ার আগে রক্ত পরীক্ষায় (Screening Test) ভাইরাসের উপস্থিতি ধরা পড়ে। তবে মনে রাখতে হবে (HBsAg) পজেটিভ মানেই লিভারে রোগ আছে বা লিভার নষ্ট হয়ে গিয়েছে তা নয়।

বিশ্বের প্রায় ৮০ কোটি মানুষের HBsAg পজেটিভ এবং বাংলাদেশে এদের হার প্রায় ৪-৭ ভাগ। কিন্তু বেশীর ভাগেরই লিভারে কোন রোগ নেই বা লিভার ক্ষতি হওয়ার কোন সম্ভবনাও থাকে না। শুধু ৬ (ছয়) মাস অন্তর তাদের এনজাইম চেক করিয়ে নিতে হয় এবং কিছু নিয়ম মেনে চলতে হয়।

লিভার সিরোসিস আক্রান্ত ব্যক্তিদের করণীয়?

- পরিবারের সদস্যরা ইতিমধ্যে ভাইরাসে আক্রান্ত হয়েছেন কিনা তা পরীক্ষা করিয়ে নিতে হবে এবং যত শীঘ্রই সম্ভব হেপাটাইটিস-বি এর প্রতিষেধক টিকা (Vaccine) নিতে হবে।
- শরীরে ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ও সূচ তাৎক্ষণিক ভাবে ধ্বংস করে ফেলতে হবে।
- বি ও সি ভাইরাসে আক্রান্ত রোগীর কোন ধরনের অপারেশন, দাঁত তোলা, ফিলিং করানো, স্কেলিং করানো ইত্যাদি সময় ডাক্তারকে জানাতে হবে।
- তাদের রক্ত দান (Blood Dosnate), অঙ্গ দান (Organ Donate) করা কোন মতেই উচিৎ নয়।
- অনেকের জন্য একই শেভিং বেড / ক্ষুর ব্যবহার করা উচিৎ নয়
- মুখের লালার ব্যাপারেও সাবধানতা অবলম্বন করা উচিৎ।
- বি ও সি ভাইরাস জনিত রক্তগ্রহনের ফলে, ড্রাগ আসক্তদের, সমকামীদের, যারা পতিতালয়ে যায় বা ভাইরাস বহন করছে এমন রোগীদের সংস্পর্শে অনেক দিন থাকলে শরীরে এই দুই ভাইরাস সংক্রমন হতে পারে।

লিভার সিরোসিস এর লক্ষন?

লিভার সিরোসিস হলে শরীর, বিশেষ করে পেটে পানি এসে পেট ফুলে যাওয়া বা মুখ দিয়ে বমির সাথে রক্ত যাওয়া ইত্যাদি হতে পারে। অনেক রোগী এভাবেই হাজির হন যারা অনেকে কোন সময় জন্ডিস হয়েছে কিনা জানেন না বা শরীরে জীবানু ছিল কিনা তাও জানেন না। রক্ত পরীক্ষায় এদের বিলিরুবিন ও এনজাইম স্বাভাবিক বা কিছুটা বেশী থাকতে পারে।

লিভার সিরোসিস আক্রান্ত রোগীর দৈনন্দিন জীবন পদ্ধতি (Life Style)

স্বাভাবিক খাবার খেতে পারবে। শর্করা (Carbohydrates) জাতীয় খাবার যেমন- শাকশব্জি (Vegetables) প্রচুর খাওয়া উচিৎ। অতিরিক্ত আমিষ জাতীয় খাবার খাবেন না। অতিরিক্ত ফলমূল (Fruites) খাবেন না। পরিমান মত পানি পান করবেন। অতিরিক্ত লবন খাওয়া যাবে না। মদ্যপান করা যাবে না। ধূমপান থেকে বিরত থাকতে হবে। বিশ্রাম রোগ উপশমের জন্য সাহায্যকারী নয় বরং শরীরের ফিটনেস ঠিক রাখার জন্য আস্তে আস্তে ব্যয়াম করার অভ্যাস করা দরকার। বেশীর ভাগ রোগীই স্বাভাবিক জীবন যাপন করতে পারবেন। নিয়মিত ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে চললে বহুদিন ভাল ভাবে জীবন যাপন করা যাবে।

লিভার সিরোসিস এর চিকিৎসা

রোগীর রক্তে ভাইরাস আছে কিনা পরীক্ষা করা এবং লিভারের কার্যক্ষমতা দেখার জন্য, রক্তের এলবুমিন, প্রোথ্রোমবিন টাইম টেষ্ট করে নিতে হয়। তাছাড়া আল্ট্রাসনোগ্রাফী করা, এন্ডোসকপি করে পাকস্থলিন উপরের দিকে নালীর শিরা গুলো বড় হয়েছে (Portal Hypertension) কিনা দেখা দরকার। বমির সাথে বা পায়খানার সাথে রক্ত গেলে সাথে সাথে এন্ডোসকপির সাহায্যে ইনজেকশন দিয়ে রক্তক্ষরণ বন্ধ করা যায়। তাছাড়া ব্যান্ড লাইগেশনও করা যায়। আর যাদের কোন ভাবেই রক্তক্ষরণ বন্ধ করা যায় না, তাদের অপারেশন করতে হয়।

রক্তে এ্যালবোমিনের পরিমান কমে গেলে, পেটে অসহনীয় মাত্রায় পানি জমলে (Ascites), অতিরিক্ত নিদ্রাচ্ছন্নতা, মানসিক অস্বচ্ছতা (Delerium) অথবা 'হেপাটিক কোমা' ইত্যাদি উপসর্গ দেখা দিলে, রোগীকে জরুরী ভিত্তিতে হাসপাতালে ভর্তি করতে হবে।

লিভার সিরোসিস এর শেষ চিকিৎসা - লিভার ট্রান্সপ্লান্টেশন

লিভার ট্রান্সপান্টেশন, লিভার সিরোসিস আক্রান্ত রোগীদের জীবন রক্ষাকারী পদক্ষেপ হিসাবে বিবেচনা করা হয়। অপারেশনের মাধ্যমে কোন ব্যক্তির রোগাক্রান্ত লিভার অপসারন করে সেই স্থানে দাতা ব্যক্তির সম্পূর্ণ বা আংশিক লিভার প্রতিস্থাপন করা কে লিভার ট্রান্সপান্টেশন বলা হয়।

আপনি কেন লিভার ফাউন্ডেশনে আসবেন ?

আপনার শরীরে নিম্ন লিখিত লক্ষণ গুলি দেখা দিলে

- ☑ জন্ডিস হলে (চোখ ও চামড়া হলুদ বর্ণ)
- ☑ চুলকানি হলে
- ☑ মানসিক বিভ্রান্তি বা কোমা হলে
- ☑ রক্ত বমি / রক্ত পায়খানা হলে
- ☑ পায়খানার রং কাদার মত হলে
- ☑ পেটে পানি জমলে

লিভারের রোগের নিম্ন লিখিত সুবিধা গুলি পেতে

- ☑ বিনামূল্যে লিভার রোগের সঠিক পরামর্শ
- ☑ প্রতিশুক্রবার বিনামূল্যে লিভার বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ
- ☑ সবচেয়ে কমমূল্যে লিভার রোগের সবধরনের ল্যারেটরী ও ইমেজিং পরীক্ষার সুবিধা
- ☑ সবচেয়ে কমমূল্যে হেপাটিইটস বি এর ভ্যাকসিন এবং
- ☑ লিভার রোগ সম্পর্কিত যে কোন তথ্য ও পরামর্শ এর জন্য

লিভার ফাউন্ডেশনের তথ্যবহুল ফ্রি লিফলেট আজই সংগ্রহ করুন।

লিভার ফাউন্ডেশন অব বাংলাদেশ

১৫০ (২য় তলা), গ্রীনরোড, পান্থপথ, ঢাকা-১২১৫, বাংলাদেশ
ফোন : ৯১৪৬৫৩৭, ০১৭৩২-৯৯৯৯২২
ই-মেইল : info@liver.org.bd
facebook.com/liver.foundation

হেপাটাইটিস, জন্ডিস বা যে কোন লিভার রোগের সঠিক দিকনির্দেশনা ও পরামর্শের জন্য আজই যোগাযোগ করুন।

সবচেয়ে কমমূল্যে ও নির্ভরযোগ্য হেপাটাইটিস-বি এর প্রতিষেধক টিকা (ভ্যাকসিন) দেওয়া হয়।

সবচেয়ে কম খরচে লিভারের সব ধরনের ল্যাবরেটরী পরীক্ষা করা হয়।

Liver Foundation of Bangladesh
LIVER Lab
সাশ্রয়ী মূল্যে লিভার রোগের ল্যাবরেটরী পরীক্ষা

Member of World Hepatitis Allience
World Hepatitis Alliance

এই হলো হেপাটাইটিস...

যে কেউ, যে কোন স্থানেই, হেপাটাইটিসে আক্রান্ত হতে পারেন। জানুন ও প্রতিরোধ করুন।