UNIC Dhaka

জাতিসংঘ সংবাদ
DATELINE UN
A Monthly News Bulletin from UNIC Dhaka

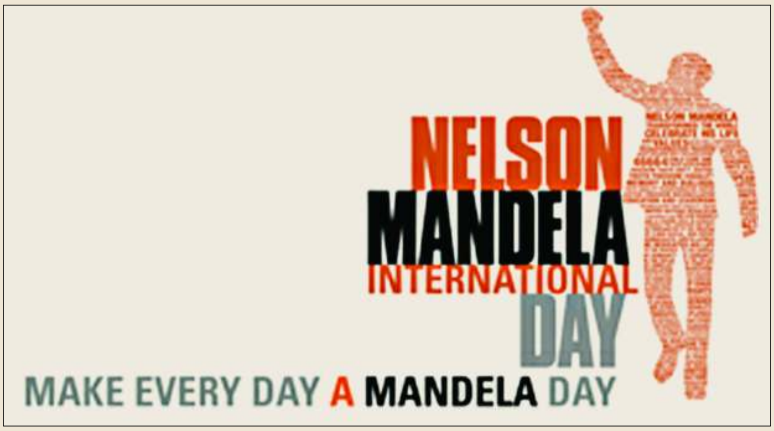
জুলাই ২০১১ July 2011

INTERNATIONAL YEAR OF FORESTS • 2011

২৩তম বর্ষ সপ্তম সংখ্যা Volume-XXIII, No. VII

১৮ জুলাই

নেলসন ম্যান্ডেলা আন্তর্জাতিক দিবস
স্বাধীনতা, ন্যায়বিচার ও গণতন্ত্র



'আমরা বিশ্বকে বদলে দিতে পারি এবং এটাকে একটা উন্নততর স্থানে পরিণত করতে পারি। আপনার হাত দিয়েই রচিত হতে পারে ভিন্নতা।'

—নেলসন **ম্যান্ডেলা**

ব্যবস্থা নিন! পরিবর্তনে অনুপ্রেরণা দিন।

এ বছর ১৮ জুলাই নেলসন ম্যান্ডেলার ৯৩তম জন্মদিন। নেলসন ম্যান্ডেলা আন্তর্জাতিক দিবস পালন উপলক্ষে অন্যদের সাহায্যে ৬৭ মিনিট নিয়োজিত করার জন্য নেলসন ম্যান্ডেলা ফাউন্ডেশনের আহ্বানে সাড়া দিয়েছে জাতিসংঘ।

একজন মানবাধিকার আইনজীবী, একজন রাজবন্দি, আন্তর্জাতিক শান্তি স্থপতি ও মুক্ত দক্ষিণ আফ্রিকার গণতান্ত্রিকভাবে নির্বাচিত প্রথম প্রেসিডেন্ট হিসেবে ৬৭টি বছর ধরে নেলসন ম্যান্ডেলা তাঁর জীবন মানবতার সেবায় নিয়োজিত করে রাখেন।

দিবসের সূচনা কী করে হলো

২০০৯ সালে জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদ শান্তি ও স্বাধীনতা চর্চায় দক্ষিণ আফ্রিকার সাবেক প্রেসিডেন্টের অবদানের স্বীকৃতি হিসেবে ১৮ জুলাইকে 'নেলসন ম্যান্ডেলা আন্তর্জাতিক দিবস' ঘোষণা করে।

জাতিসংঘ সাধারণ পরিষদ এ/আরইএস/৬৪/১৩ সংখ্যক প্রস্তাবে নেলসন ম্যান্ডেলার মূল্যবোধ এবং মানবতার সেবা, সংঘাত নিরসন, জাতি বর্ণে সম্পর্ক, মানবাধিকারের অগ্রগতি ও সুরক্ষা, বিরোধ নিষ্পত্তি, লৈঙ্গিক সমতা, শিশু ও অন্যান্য ঝুঁকিগ্রস্ত শ্রেণীর অধিকার এবং দরিদ্র ও অনুন্নত সম্প্রদায়ের উন্নয়নে তাঁর অবদান স্বীকার করে। আন্তর্জাতিক অঙ্গনে গণতন্ত্রের সংগ্রাম ও বিশ্বব্যাপী শান্তির চর্চা এগিয়ে নেয়ায় তাঁর অবদানের কথাও এতে স্বীকার করা হয়।

জাতিসংঘ মহাসচিবের বাণী

মানুষের জীবনে অনুপ্রেরণার উৎস হিসেবে যে ব্যক্তিত্ব একটি বিশেষ ভূমিকা পালন করেন তাকে প্রত্যেকে মনে রাখে এবং তার প্রয়োজনও বস্তুতপক্ষে থাকে। নেলসন ম্যান্ডেলা বিশ্বের অগণিত মানুষের সেই রোল মডেল।

নেলসন ম্যান্ডেলা ছিলেন একজন আইনজীবী ও একজন মুক্তিযোদ্ধা, একজন রাজবন্দি, একজন শান্তি স্থপতি ও রাষ্ট্রপতি। দেশগুলোর মুশকিল আসান ও প্রজন্ম থেকে প্রজন্মান্তরে বিজ্ঞ পরামর্শদাতা বা লাখ লাখ মানুষের অন্তরে মমতাভরে উচ্চারিত নেলসন ম্যান্ডেলা অথবা মাদিবা প্রজ্ঞা, সাহসিকতা ও সত্যনিষ্ঠার এক জীবন্ত প্রতীক। তাঁর ৯৩তম জন্মদিন এবং দ্বিতীয় নেলসন ম্যান্ডেলা আন্তর্জাতিক দিবস পালনকালে মানবতার সেবায় ম্যান্ডেলার প্রতি এক বছরের জন্য, একদিন করে ৬৭ মিনিট জনসেবা করার জন্য মানুষকে উৎসাহিত করতে আমি নেলসন ম্যান্ডেলা ফাউন্ডেশনের সঙ্গে শামিল হয়েছি। নেলসন ম্যান্ডেলা একবার নিজেই বলেছেন, 'আমরা বিশ্বকে বদলে দিতে পারি এবং এটাকে একটা উন্নততর স্থানে পরিণত করতে পারি। আপনার হাত দিয়েই রচিত হতে পারে ভিন্নতা।' আসুন, এই বার্তা আমরা বুকে তুলে নিই। একটি শিশুকে শিক্ষা দান করুন। ক্ষুধার্তকে অন্ন দিন। স্থানীয় কোনো হাসপাতাল বা সমাজ কেন্দ্রে স্বেচ্ছায় সময় দিন। বিশ্বকে একটি উন্নততর স্থানে পরিণত করুন। আমরা সবাই অন্যের জন্য ব্যবস্থা নিয়ে ও পরিবর্তনে প্রেরণা দিয়ে নেলসন ম্যান্ডেলাকে তাঁর কাজের জন্য ধন্যবাদ জানাতে পারি।

বান কি-মুন

নেলসন ম্যান্ডেলার জীবনের কালপঞ্জি

১৮ জুলাই ১৯১৮
দক্ষিণ আফ্রিকার মনেজোতে নেলসন রোলিরাহ্লা ম্যান্ডেলার জন্ম।

১৯৪৪
আফ্রিকান জাতীয় কংগ্রেসে (এএনসি) যোগদান।

১৯৪৪
অন্যরাসহ আফ্রিকান জাতীয় কংগ্রেস যুবলীগ (এএনসিওয়াইএল) প্রতিষ্ঠা।

১৯৪৮
এএনসিওয়াইএল-এর জাতীয় সম্পাদক নির্বাচিত।

১৯৫২
অসঙ্গত ও অন্যায্য আইনের বিরুদ্ধে ব্যাপক অমান্য আন্দোলন হিসেবে একটি 'প্রতিরোধ' আন্দোলন গড়ে তোলেন।

১৯৫৬ থেকে ১৯৬১
রাষ্ট্রদ্রোহ মামলার বিচারে ১৫৬ অভিযুক্তের মধ্যে ম্যান্ডেলা ছিলেন একজন।

২১ মার্চ ১৯৬০
শার্পেভিলে গণহত্যা, নরনারী ও শিশু মিলিয়ে নিহত ৬৯ এবং আহত প্রায় ২০০।

১৯৬১
ম্যান্ডেলাকে সর্বাধিনায়ক করে এএনসির সশস্ত্র আন্দোলন, আমখুনতু উই সিজুয়ে ('জাতির বর্শা') গঠন।

১৯৬২
ম্যান্ডেলার আফ্রিকার অন্যান্য স্থান ও ইউরোপ ভ্রমণ।

৫ আগস্ট ১৯৬২
বেআইনিভাবে দেশের বাইরে যাওয়া এবং ধর্মঘটে উস্কানি দেয়ার অভিযোগে ম্যান্ডেলাকে গ্রেফতার করা হয়। ম্যান্ডেলাকে দোষী সাব্যস্ত করে পাঁচ বছরের কারাদণ্ডাদেশ দেয়া হয়।

জুলাই ১৯৬৩
বিভোনিয়ায় এএনসির শীর্ষ নেতাদের গ্রেফতার। ম্যান্ডেলা তাদের সঙ্গে অভিযুক্ত হন।

১২ জুন ১৯৬৪
যাবজ্জীবন কারাদণ্ডে দণ্ডিত হয়ে রোবেন দ্বীপে প্রেরিত হন (পরে পুলসমুর কারাগার ও এরপর ভিক্টর ভারসটার কারাগারে সরিয়ে নেয়া হয়)।

১৯৮৫
জাতিবিদ্বেষমূলক ব্যবস্থার বিরুদ্ধে দীর্ঘ প্রতিবাদ চলাকালে ক্ষমতাসীনদের সঙ্গে এএনসি আলোচনা শুরু করে।

ফেব্রুয়ারি ১৯৯০
ম্যান্ডেলার কারামুক্তি

১৯৯৩
(এলডব্লুডি ক্লার্কের সঙ্গে) নোবেল শান্তি পুরস্কার লাভ।

২৭ এপ্রিল ১৯৯৪
দক্ষিণ আফ্রিকায় বহু বর্ণভিত্তিক প্রথম নির্বাচনে পূর্ণ ভোটাধিকার প্রয়োগ হয় এবং বিপুল সংখ্যাগরিষ্ঠতা নিয়ে এএনসি জয়ী হয়।

১০ মে ১৯৯৪
দক্ষিণ আফ্রিকায় প্রথম কৃষ্ণাঙ্গ প্রেসিডেন্ট হিসেবে অভিষিক্ত হন এবং এক মেয়াদ শেষে ১৯৯৯ সালে এ পদ থেকে সরে দাঁড়ান।

বিশ্ব হেপাটাইটিস দিবস ২৮ জুলাই

হেপাটাইটিস বিষয়ে কিছু গুরুত্বপূর্ণ তথ্য

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা'র সরকারিভাবে প্রথম বিশ্ব হেপাটাইটিস দিবসের লক্ষ্য হলো ভাইরাসজনিত হেপাটাইটিস ও এতে যে রোগ হয় সে সম্পর্কে সচেতনতা ও ধারণা বৃদ্ধি করা।

দিবসটি পালনের ফলে ভাইরাসজনিত হেপাটাইটিস ও সংশ্লিষ্ট রোগগুলোর প্রতিরোধ, নির্ণয় ও নিয়ন্ত্রণ জোরদার; হেপাটাইটিস বি টিকার আওতা বৃদ্ধি ও তা জাতীয় টিকাদান কর্মসূচির অন্তর্ভুক্ত করা এবং হেপাটাইটিসের প্রতি বিশ্বব্যাপী সাড়ার মতো সুনির্দিষ্ট কার্যক্রমের ওপর আলোকপাত করার সুযোগ সৃষ্টি হয়।

হেপাটাইটিস এ

প্রধান প্রধান বিষয়

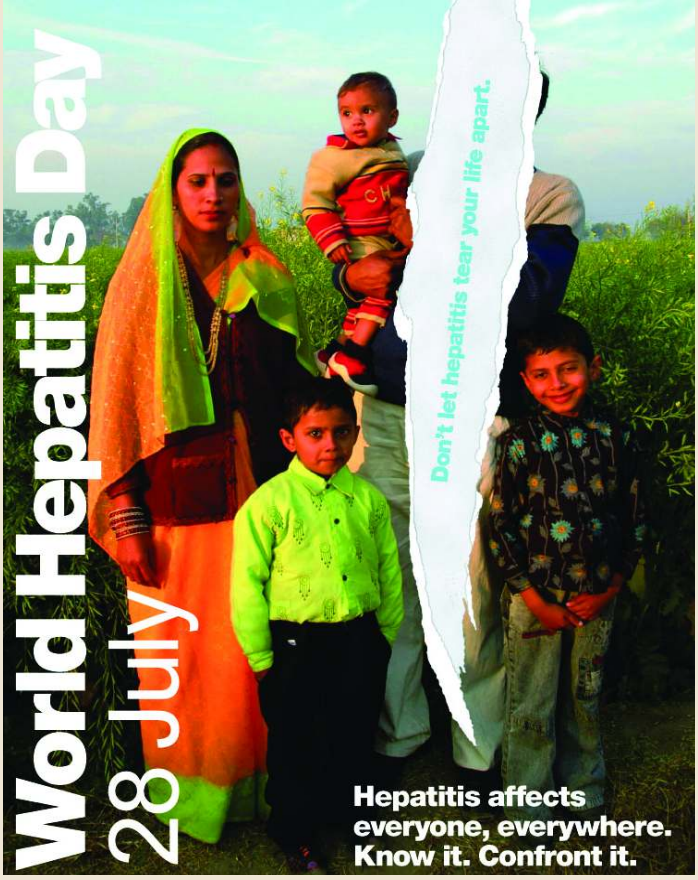
- হেপাটাইটিস এ ভাইরাসজনিত যকৃতের একটি রোগ যা মৃদু থেকে মারাত্মক অসুস্থতা সৃষ্টি করতে পারে।
- সংক্রমিত কোনো ব্যক্তির মলের মাধ্যমে দূষিত খাবার বা পানি যদি কোনো ব্যক্তি খায় তাহলে তা মল থেকে মুখের মাধ্যমে তার দেহে ছড়ায়।
- স্যানিটেশন ব্যবস্থার অপ্রতুলতা এবং হাত ধোয়ার মতো ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যাভ্যাসের অভাবের সঙ্গে এটা নিবিড়ভাবে জড়িত।
- বছরে প্রায় ১৪ লাখ লোক হেপাটাইটিস এ সংক্রমণের শিকার হয়।
- মহামারী আকারে এ রোগ ছড়ালে প্রবৃদ্ধির ক্ষেত্রে তা মারাত্মক বিরূপ পরিস্থিতি সৃষ্টি এবং উল্লেখযোগ্য অর্থনৈতিক ক্ষতি করতে পারে; ১৯৮৮ সালে সাংহাইতে একটি মহামারীতেই ৩ লাখ লোক আক্রান্ত হয়েছিল।
- এ রোগ মোকাবেলার সবচেয়ে কার্যকর উপায় হলো উন্নত স্যানিটেশন ও হেপাটাইটিস এ টিকা।

হেপাটাইটিস এ লিভারের একটি সংক্রমণ যা হেপাটাইটিস এ ভাইরাস (এইচএভি) থেকে হয়। এইচএভি সংক্রমিত কোনো ব্যক্তির মলের মাধ্যমে দূষিত কোনো খাবার বা পানীয় সংক্রমিত নয় (বা টিকা দেয়া নেই) এমন কোনো ব্যক্তি খেলে বা পান করলে এই ভাইরাস ছড়ায়; এটাকে বলা হয় মল থেকে মুখের মাধ্যমে ছড়ানো। এই রোগ অপ্রতুল স্যানিটেশন ও ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যাভ্যাসের সঙ্গে নিবিড়ভাবে জড়িত। হেপাটাইটিস বি ও সির মতো হেপাটাইটিস এ থেকে যকৃতের দীর্ঘস্থায়ী রোগ হয় না এবং কদাচিৎ তা মারাত্মক হয়, তবে এতে দুর্বলতার মতো লক্ষণ দেখা দিতে পারে।

বিশ্বব্যাপী হেপাটাইটিস এ বিচ্ছিন্নভাবে ও মহামারী আকারে দেখা দেয়, যা চক্রাকারে পুনরাবৃত্তির প্রবণতাও থাকে। বিশ্বব্যাপী বছরে প্রায় ১৪ লাখ লোক এইচএভিতে আক্রান্ত হয়।

লক্ষণ

হেপাটাইটিস এ'র মধ্যে মৃদু ও মারাত্মক লক্ষণ রয়েছে এবং এর মধ্যে থাকতে পারে জ্বর, অসুস্থতা বোধ, ক্ষুধার অভাব, উদরাময়, বমি বমি ভাব, পেটের অস্বস্তি, হালকা কালো বর্ণের মূত্র ও জন্ডিস (ত্বক ও চোখের সাদা অংশ হলুদ হওয়া)। আক্রান্ত সবার ক্ষেত্রেই যেসব লক্ষণ থাকবে তা নয়। শিশুদের চেয়ে বয়স্কদের মধ্যে অসুস্থতার লক্ষণ প্রায়ই বেশি পরিস্ফুট হয় এবং রোগের মারাত্মক অবস্থা ও মৃত্যু হার প্রবীণদের মধ্যে বেড়ে যায়।



ঝুঁকিতে কে?

যে ব্যক্তি ইতিপূর্বে সংক্রমিত হয়নি বা টিকা নেয়নি সে হেপাটাইটিস এ-তে সংক্রমিত হতে পারে। যে ব্যক্তি অপ্রতুল স্যানিটেশন অবস্থায় থাকে তার ঝুঁকি বেশি। যেসব এলাকায় এই ভাইরাসের বিস্তৃতি ব্যাপক, বেশিরভাগ এইচএভি সংক্রমণই শৈশবে ঘটে।

কীভাবে ছড়ায়

যে ব্যক্তির দেহে এই ভাইরাস আছে তার মলের মাধ্যমে দূষিত কোনো খাবার বা পানীয় সংক্রমিত নয় এমন কোনো ব্যক্তি খেলে বা পান করলে তা থেকে সচরাচর ব্যক্তি থেকে ব্যক্তির দেহে এইচএভি ছড়ায়। রক্তের মাধ্যমেও এইচএভি ছড়ায় তবে তা অনেক কম। পানিবাহিত বিস্তার কম হলেও সচরাচর তা পয়ঃদূষিত বা যথাযথভাবে পরিশোধন না করা পানির সঙ্গে সংশ্লিষ্ট। মানুষে মানুষে অনিয়মিত সংস্পশে এই ভাইরাস ছড়ায় না।

চিকিৎসা

হেপাটাইটিস এ'র নির্দিষ্ট কোনো চিকিৎসা নেই। সংক্রামক হওয়ার পর লক্ষণ দেখা দিলে তা থেকে সেরে ওঠার গতি হতে পারে মন্থর এবং এতে বেশ কয়েক সপ্তাহ বা কয়েক মাস লাগতে পারে। চিকিৎসার লক্ষ্য হলো, বমি ও উদরাময়ের মাধ্যমে হারানো তরল প্রতিস্থাপনসহ স্বস্তিদায়ক ও পর্যাপ্ত পুষ্টির ভারসাম্য রক্ষা করা।

প্রতিরোধ

এই রোগ মোকাবিলায় উন্নত স্যানিটেশন ও হেপাটাইটিস এ'র টিকা দেয়া সবচেয়ে কার্যকর হয়। নিয়মিত হাত ধোয়াসহ ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য বিধি চর্চার সঙ্গে নিরাপদ খাবার পানির পর্যাপ্ত সরবরাহ ও সমাজে যথাযথভাবে পয়ঃঅপসারণ করা হলো এইচএভির বিস্তার হ্রাস পায়।

মাত্র একমাত্রা টিকা নিলেই এক মাসের মধ্যে শতকরা ১শ' ভাগ লোকের দেহে রক্ষামূলক পর্যায়ে প্রতিরোধ ব্যবস্থা গড়ে ওঠে। ভাইরাসের সংস্পর্শে চলে এলেও তার দু'সপ্তাহের মধ্যে একমাত্রা টিকা দিলে তার রক্ষামূলক সুফল পাওয়া যাবে। এরপরও উৎপাদনকারীরা টিকা দেয়ার পর ৫ থেকে ৮ বছর পর্যন্ত দীর্ঘতর মেয়াদে সুরক্ষা নিশ্চিত করার জন্য টিকার দুটি মাত্রা সুপারিশ করে। লাখ লাখ লোককে টিকা দেয়া হয়েছে, কিন্তু কোনো বিরূপ প্রতিক্রিয়া পরিলক্ষিত হয়নি। শিশুদের নিয়মিত টিকাদান কর্মসূচি এবং ভ্রমণের সময়ে সচরাচর দেয় টিকার পাশাপাশি এইচএভির টিকা দেয়া যেতে পারে।

হেপাটাইটিস বি

প্রধান প্রধান বিষয়

- হেপাটাইটিস বি যকৃতের একটি ভাইরাস সংক্রমণ যা তীব্র ও দীর্ঘস্থায়ী রোগ সৃষ্টি করতে পারে।
- সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত বা শরীরের অন্য কোনো তরল পদার্থের সংস্পর্শের মাধ্যমে এই ভাইরাস ছড়ায়—অনিয়মিত সংস্পর্শে নয়।
- বিশ্বব্যাপী ২শ' কোটি লোক এই ভাইরাসে সংক্রমিত এবং প্রায় ৩৫ কোটি লোকের সংক্রমণ দীর্ঘস্থায়ী। হেপাটাইটিস বি'র তীব্র বা দীর্ঘস্থায়ী পরিণামে প্রতি বছর ৬ লাখ লোক প্রাণ হারায়।
- শৈশবে দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণের শিকার হওয়ার কারণে শতকরা প্রায় ২৫ ভাগ বয়স্ক যকৃতের ক্যান্সার বা সিরোসিসে (যকৃতে দাগ পড়া) মারা যায়। হেপাটাইটিস বি ভাইরাস এইচআইভির চেয়ে ৫০ থেকে ১০০ গুণ বেশি সংক্রামক।

- স্বাস্থ্য কর্মীদের জন্য হেপাটাইটিস বি ভাইরাস একটি গুরুত্বপূর্ণ পেশাগত ঝুঁকি।
- নিরাপদ ও কার্যকর টিকার মাধ্যমে হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধযোগ্য।

হেপাটাইটিস বি ভাইরাস সংক্রমণের কারণে সৃষ্ট হেপাটাইটিস বি জীবনের প্রতি সম্ভাব্য ঝুঁকিপূর্ণ যকৃতের একটি রোগ। এটা একটা প্রধান বিশ্ব স্বাস্থ্য সমস্যা এবং সবচেয়ে মারাত্মক ভাইরাসজনিত হেপাটাইটিস। এতে যকৃতের দীর্ঘস্থায়ী রোগ হয় এবং মানুষকে যকৃতের সিরোসিস বা যকৃতের ক্যান্সারে মৃত্যুর উচ্চ ঝুঁকিতে নিয়ে যায়। হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধে ১৯৮২ সাল থেকে একটি টিকা পাওয়া যাচ্ছে। এইচবিভি সংক্রমণ ও তার দীর্ঘস্থায়ী পরিণাম রোধে হেপাটাইটিস বি টিকা শতকরা ৯৫ ভাগ কার্যকর এবং মানুষের প্রধান একটি ক্যান্সার প্রতিরোধে প্রথম টিকা।

লক্ষণ

হেপাটাইটিস বি ভাইরাস মারাত্মক অসুস্থতা সৃষ্টি করতে পারে—যার লক্ষণগুলো কয়েক সপ্তাহ স্থায়ী হতে পারে। এগুলোর মধ্যে রয়েছে ত্বক ও চোখের রঙ হলুদ হয়ে যাওয়া (জন্ডিস), হালকা কালো বর্ণের মূত্র, নিদারুণ অবসাদ, বমি ভাব, বমি ও উদর ব্যথা। রোগের এসব লক্ষণ থেকে সেরে উঠতে লোকের কয়েক মাস থেকে এক বছর পর্যন্ত লেগে যেতে পারে। এইচবিভি যকৃতের দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণও সৃষ্টি করতে পারে, যা পরে যকৃতের সিরোসিস বা যকৃতের ক্যান্সারে গড়াতে পারে।

হেপাটাইটিস বি সচরাচর সর্বাধিক দেখা যায় কোথায়?

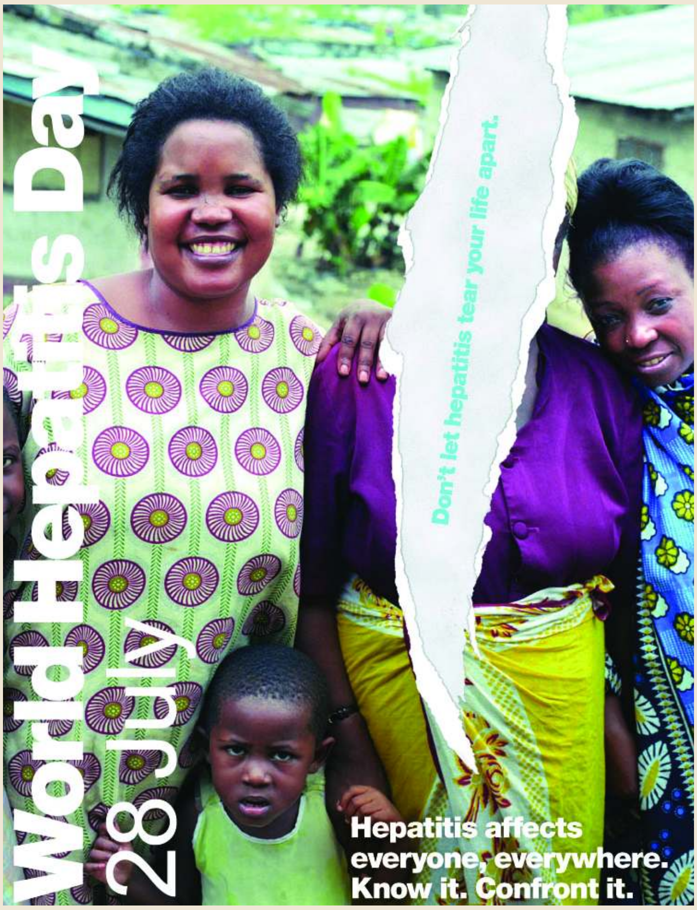
চীন ও এশিয়ার অন্যান্য জায়গায় হেপাটাইটিস বি'র স্থানিক প্রকোপ দেখা যায়। এ অঞ্চলের অধিকাংশ লোক শৈশবে এইচআইভি সংক্রমিত হয়। এ অঞ্চলের শতকরা ৮ থেকে ১০ ভাগ বয়স্ক দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণের শিকার।

কীভাবে ছড়ায়

হেপাটাইটিস বি ভাইরাস সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত বা শরীরের অন্যান্য তরল পদার্থের (যেমন বীর্য ও যোনি নিঃসৃত রস) সংস্পর্শের মাধ্যমে মানুষের দেহে ছড়ায়। হিউম্যান ইমিউনো ডেফিসিয়েন্সি ভাইরাস (এইচআইভি) যেভাবে ছড়ায় এই ভাইরাসও সেভাবেই ছড়ায়, তবে এইচবিভি ৫০ থেকে ১শ' গুণ বেশি সংক্রামক। এইচআইভি না হলেও এইচবিভি শরীরের বাইরে কমপক্ষে ৭ দিন বেঁচে থাকতে পারে। এ সময়ে সংক্রমিত নয় এমন কোনো ব্যক্তির দেহে প্রবেশ করলে এই ভাইরাস সংক্রমণ ঘটাতে পারে।

উন্নয়নশীল দেশগুলোতে সচরাচর যেভাবে ছড়ায়

- জন্মকালে (জন্মকালে মা থেকে সন্তানের দেহে)
- শুরু শৈশবে সংক্রমণ (সংক্রমিত পারিবারিক সংস্পর্শের মাধ্যমে ব্যক্তির সঙ্গে ব্যক্তির নিবিড় সংস্পর্শের ফলে আপাতদৃষ্টি নয় এমন সংক্রমণ)
- ইনজেকশনের অনিরাপদ চর্চা
- রক্ত পরিসঞ্চালন
- যৌন সম্পর্ক।



এইচবিভি দূষিত খাবার বা পানির মাধ্যমে ছড়ায় না এবং তা কর্মক্ষেত্রে অনিয়মিত সংস্পর্শেও সংক্রমিত হয় না। এই ভাইরাসের সুপ্তাবস্থার গড় সময় ৯০ দিন, তবে তা প্রায় ৩০ দিন থেকে ১৮০ দিনও হতে পারে। সংক্রমণের ৩০ থেকে ৬০ দিনের মধ্যে এইচবিভি নির্ণয় করা যেতে পারে এবং তা দীর্ঘ সময় ধরে টিকে থাকে— যে সময়ের মধ্যে ব্যাপক বিভিন্নতা রয়েছে।

চিকিৎসা

মারাত্মক হেপাটাইটিস বি'র কোনো নির্দিষ্ট চিকিৎসা নেই। সেবার লক্ষ্য হলো বমি ও উদরাময়ের সঙ্গে নিষ্ক্রান্ত তরল প্রতিস্থাপনসহ স্বস্তিদায়ক ও পর্যাপ্ত পুষ্টির ভারসাম্য বিধান করা।

ইন্টারসেনন ও এন্টিভাইরাল এজেন্টসহ বিভিন্ন ওষুধের মাধ্যমে দীর্ঘস্থায়ী হেপাটাইটিস বি'র চিকিৎসা করা যেতে পারে, যা কোনো কোনো রোগীর সাহায্যে আসতে পারে। চিকিৎসায় বছরে হাজার হাজার ডলার ব্যয় হতে পারে এবং উন্নয়নশীল দেশগুলোর অধিকাংশ রোগীর নাগালে তা নেই।

প্রতিরোধ

সকল শিশুর হেপাটাইটিস বি'র টিকা নেয়া প্রয়োজন : হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধ এটা প্রধান অবলম্বন।

বিদ্যমান নিয়মিত টিকাদান কর্মসূচির অংশ হিসেবে তিন বা চারটি পৃথক মাত্রায় এ টিকা দেয়া যেতে পারে। যেসব এলাকায় মা থেকে সন্তানের দেহে এইচবিভির বিস্তার সচরাচর ঘটে, সেখানে টিকার প্রথম মাত্রা জন্মের পর যথাশিগগির সম্ভব (অর্থাৎ ২৪ ঘণ্টার মধ্যে) দিতে হবে।

সকল শিশু এবং ১৮ বছরের কম বয়সী কিশোর-কিশোরী এবং যারা ইতিপূর্বে টিকা নেয়নি, তাদের এ টিকা নিতে হবে। ঝুঁকিপূর্ণ শ্রেণীর লোকদেরও টিকা নিতে হবে, যাদের মধ্যে রয়েছে :

- উচ্চ ঝুঁকির যৌন আচরণ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি;
- এইচবিভি সংক্রমিত ব্যক্তিদের সঙ্গী ও গৃহভিত্তিক সম্পর্ক;
- ইনজেকশনের মাধ্যমে মাদক ব্যবহারকারী;
- যাদের ঘন ঘন রক্ত বা রক্তজাত সামগ্রী প্রয়োজন;
- সলিড অরগান সংস্থাপন গ্রহীতা;
- স্বাস্থ্য সেবাকর্মীসহ পেশাগত কারণে এইচবিভির ঝুঁকিতে থাকা ব্যক্তিবর্গ এবং
- এইচবিভির উচ্চ হার বিদ্যমান এমন দেশে আন্তর্জাতিক ভ্রমণকারী।

নিরাপত্তা ও কার্যকারিতার দিক থেকে এই টিকার বিশেষ রেকর্ড রয়েছে। ১৯৮২ সাল থেকে সারা বিশ্বে ১শ' কোটি মাত্রার বেশি হেপাটাইটিস বি'র টিকা ব্যবহৃত হয়েছে। অনেক দেশে যেখানে শতকরা ৮ থেকে ১৫ ভাগ শিশু এইচবিভির চির সংক্রমণের শিকার হতো, সেখানে টিকাদানের ফলে টিকা নেয়া শিশুদের মধ্যে চির সংক্রমণের হার শতকরা ১ ভাগের নিচে নেমে এসেছে। ২০০৬ সালের ডিসেম্বর পর্যন্ত ১৬৪টি দেশ জাতীয় টিকাদান কর্মসূচি চলাকালে শিশুদের হেপাটাইটিস বির টিকা দিয়েছে, যা ১৯৯২ সাল থেকে একটি বড় ধরনের বৃদ্ধি, যখন টিকা দিয়েছিল ৩১টি দেশ, আর এটি সে বছর, যে বছর বিশ্ব স্বাস্থ্য পরিষদ হেপাটাইটিস বি'র বিরুদ্ধে বিশ্বব্যাপী টিকাদানের সুপারিশ করে একটি প্রস্তাব গ্রহণ করেছিল।

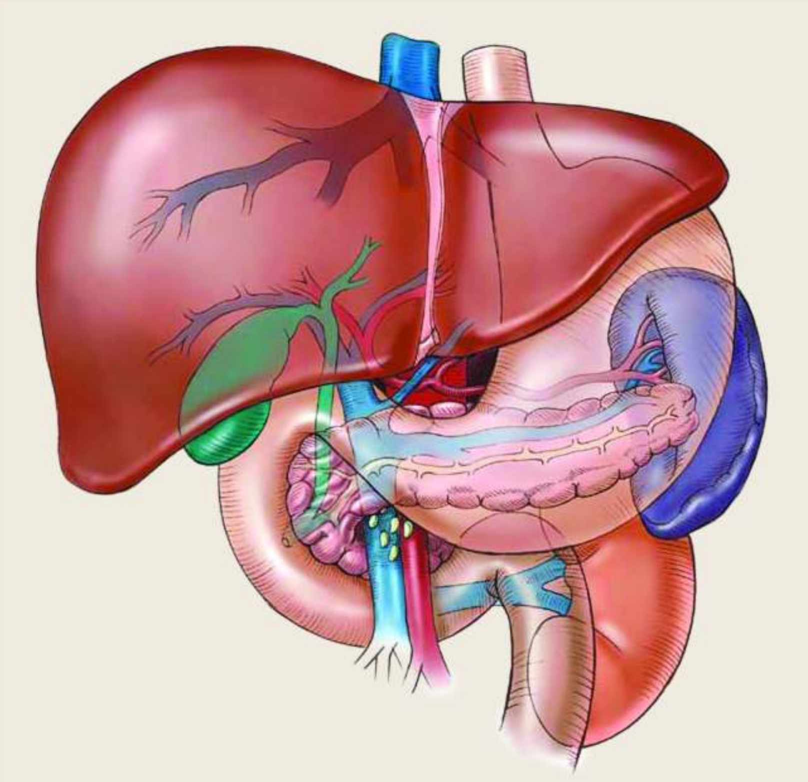
হেপাটাইটিস সি

প্রধান প্রধান বিষয়

- হেপাটাইটিস সি একটি যকৃতের পীড়া যা হেপাটাইটিস সি ভাইরাসের (এইচসিভি) কারণে হয়।
- এইচসিভি সংক্রমণের ফলে কখনো কখনো মারাত্মক অবস্থা দেখা দেয়। মাত্র কয়েক সপ্তাহের মৃদু পীড়াকাল থেকে এটা গুরুতর আকার নিয়ে আজীবন স্থায়ী একটা অবস্থায় গিয়ে তা যকৃতের সিরোসিস ও যকৃতের ক্যান্সারে গড়াতে পারে।
- সংক্রমিত ব্যক্তির রক্তের সংস্পর্শ থেকে এইচসিভি ছড়ায়।
- ১৩ কোটি থেকে ১৭ কোটি লোক হেপাটাইটিস সি'তে দীর্ঘ স্থায়ীভাবে আক্রান্ত এবং প্রতি বছর হেপাটাইটিস সি সংশ্লিষ্ট যকৃতের রোগে সাড়ে ৩ লাখের বেশি লোক মারা যায়।
- ক্রমবর্ধমান হারে কার্যকর এন্টিভাইরাল ব্যবহার করলে এইচসিভি সেরে যায়।
- গবেষণা চলছে, তবে হেপাটাইটিস সি ভাইরাস প্রতিরোধের মতো কোনো টিকা এখন নেই।

হেপাটাইটিস সি ভাইরাস (এইচসিভি) সংক্রমণ থেকে

হেপাটাইটিস সি হলো যকৃতের সংক্রামক ব্যাধি। মাত্র কয়েক সপ্তাহের মৃদু অসুস্থতা থেকে তা মারাত্মক আকার নিয়ে সারাজীবনের পীড়ায় পরিণত হতে পারে। এইচসিভি সচরাচর রক্তের মাধ্যমে ছড়ায়। সংক্রমিত ব্যক্তির দেহ থেকে সংক্রমিত নয় এমন ব্যক্তির দেহে তা প্রবেশ করলে এটা হয়। যেসব ভাইরাসে সচরাচর যকৃত সংক্রমিত হয় এইচসিভি তার অন্যতম।



কীভাবে ছড়ায়?

রক্তের সংস্পর্শের মাধ্যমে সবচেয়ে সচরাচরভাবে এ ভাইরাস ছড়ায়, যেমন : দূষিত রক্তের পরিসঞ্চালন; রক্তজাত সামগ্রী গ্রহণ ও অরগান সংস্থাপন; দূষিত সিরিঞ্জে ইনজেকশন দেয়া, স্বাস্থ্য কেন্দ্রে সুচ বিদ্ধ হয়ে জখম হওয়া, ইনজেকশনের মাধ্যমে মাদকের ব্যবহার; এইচসিভি সংক্রমিত মায়ের গর্ভ থেকে জন্ম নেয়া। এইচসিভি সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে যৌন সম্পর্ক এবং সংক্রমিত রক্তে দূষিত ব্যক্তিগত জিনিসপত্র ব্যবহারে এটা কম ছড়ায়। স্তনের দুধ, খাবার বা পানি কিংবা সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে অনিয়মিত আলিঙ্গন, চুম্বন ও খাবার বা পানীয় ভাগাভাগি করে খেলে হেপাটাইটিস ছড়ায় না।

পরীক্ষা করানো

কারো নিজের সংক্রমণের অবস্থা জানা থাকলে তা এইচসিভি সংক্রমণজনিত স্বাস্থ্য সমস্যা এবং পরিবার ও নিকটজনের মধ্যে তা ছড়ানো রোধ করে। কোনো কোনো দেশ সংক্রমণের ঝুঁকিতে থাকা লোকদের পরীক্ষা করানো সুপারিশ করে।

প্রতিরোধ

প্রাথমিক প্রতিরোধ

হেপাটাইটিস এ এবং বি প্রতিরোধের মতো টিকা থাকলেও এইচসিভি প্রতিরোধে কোনো টিকা নেই। নিম্নবর্ণিত বিষয়গুলো পরিহার করলে সংক্রমণের ঝুঁকি হ্রাস পেতে পারে :

- অপ্রয়োজনীয় ও অনিরাপদ ইনজেকশন;
- অনিরাপদ, রক্তজাত সামগ্রী;
- অনিরাপদ ধারালো বর্জ্য সংগ্রহ ও মেলা;
- অবৈধ মাদকের ব্যবহার ও ইনজেকশনের সরঞ্জামের ভাগাভাগি ব্যবহার;
- এইচসিভি সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে অরক্ষিত যৌন সম্পর্ক;
- সংক্রমিত রক্তে দূষিত হতে পারে এমন ব্যক্তিগত ধারালো জিনিসপত্রের ভাগাভাগি ব্যবহার;
- দূষিত সরঞ্জাম দিয়ে উল্কি আঁকা, ছিদ্র করা বা আকুপাঞ্চার করা।

মধ্য ও তৃতীয় পর্যায়ের প্রতিরোধ

কোনো ব্যক্তি এইচসিভি সংক্রমিত হলে তাকে—

- সেবা ও চিকিৎসার পছন্দ সম্পর্কে শিক্ষা ও পরামর্শ গ্রহণ করতে হবে;
- যকৃতের সুরক্ষার জন্য এ এবং বি হেপাটাইটিসের সংক্রমণ রোধের লক্ষ্যে এ এবং বি হেপাটাইটিসের টিকা নিতে হবে;
- যথোপযুক্ত বিবেচিত হলে এন্টিভাইরাল চিকিৎসাসহ শুরুতেই যথাযথ চিকিৎসা নিতে হবে এবং
- আগেভাগে যকৃতের রোগ নির্ণয়ে নিয়মিত পরিবীক্ষণে থাকতে হবে।

চিকিৎসা

এইচসিভি চিকিৎসার মূল ভিত্তি হলো ইন্টারসেরন ও রিবাভিরননির্ভর চিকিৎসা ব্যবস্থা। দুর্ভাগ্যের বিষয় হলো, ইন্টারসেরন বিশ্বে ব্যাপকভাবে পাওয়া যায় না, এটা সবসময় ভালোভাবে সহ্যও হয় না, কোনো কোনো জেনোটাইপে অন্যগুলোর চেয়ে ভালো সাড়া পাওয়া যায় এবং অনেক লোক এ ওষুধ সেবন শুরু করলেও চিকিৎসা শেষ করে না। সাধারণভাবে এইচসিভি নিরাময়যোগ্য রোগ বলে মনে করা হলেও অনেক লোকের ক্ষেত্রে এটা বাস্তবতা নয়। সৌভাগ্যের কথা হলো, বৈজ্ঞানিক অগ্রগতি এবং নিবিড় গবেষণা ও আবিষ্কার এইচসিভি সংক্রমণের অনেক নতুন নতুন খাবার এন্টিভাইরাল ওষুধ আসার পথ সুগম করেছে। এইচসিভির নির্দিষ্ট খাবার ওষুধের বিপুল সম্ভাবনাময় ভবিষ্যৎ রয়েছে, যা আরো কার্যকর ও ভালো সহনীয় হবে। বিশ্বব্যাপী এসব অগ্রগতির সুযোগ ও চিকিৎসা নিশ্চিত করার জন্য আরো অনেক কিছু করতে হবে।

চিত্রে জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্রের সাম্প্রতিক কার্যক্রম

অক্সফোর্ড ইন্টারন্যাশনাল স্কুলে এমডিজি বিষয়ে আলোচনা অনুষ্ঠান

গত ২৫ আগস্ট অক্সফোর্ড স্কুলে এমডিজি বিষয়ে এক আলোচনা অনুষ্ঠানের আয়োজন করে ঢাকাস্থ জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্র। এতে স্কুলের প্রায় একশ ছাত্রছাত্রী অংশগ্রহণ করে। তথ্য কেন্দ্রের অধিকর্তা কাজী আলী রেজা এমডিজি এবং এর আটটি লক্ষ্যমাত্রার অগ্রগতি সম্পর্কে আলোকপাত করেন। পরে অংশগ্রহণকারী ছাত্রছাত্রীবৃন্দ প্রশ্নোত্তর পর্বে অংশগ্রহণ করে।

বক্তব্য রাখছেন কাজী আলী রেজা

প্রশ্নোত্তর পর্বে অংশগ্রহণকারী একজন ছাত্রী

নিউইয়র্কস্থ জাতিসংঘ সদর দপ্তরের উর্ধ্বতন কর্মকর্তার জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্র পরিদর্শন

জাতিসংঘ সদর দপ্তর, ডিপিআই-এর উর্ধ্বতন কর্মকর্তা জুয়ান কার্লোস ব্রান্ট গত ২৬ জুলাই ঢাকাস্থ জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্র পরিদর্শন করেন। তিনি তথ্য কেন্দ্রের সদস্যদের সঙ্গে এক আলোচনায় মিলিত হন এবং পরে তথ্য কেন্দ্রের লাইব্রেরি পরিদর্শন করেন।

তথ্য কেন্দ্রের কর্মীদের সাথে আলোচনা সভা

ইউনিক লাইব্রেরি পরিদর্শন করেন জুয়ান কার্লোস

স্বাস্থ্য তথ্য সাক্ষরতা বিষয়ক আন্তর্জাতিক ওয়ার্কশপে অংশগ্রহণ

সম্প্রতি ইস্ট ওয়েস্ট ইউনিভার্সিটি কর্তৃক আয়োজিত স্বাস্থ্য তথ্য সাক্ষরতা বিষয়ক আন্তর্জাতিক ওয়ার্কশপে জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্রের অধিকর্তা কাজী আলী রেজা রিসোর্স পারসনের দায়িত্ব পালন করেন। তথ্য কেন্দ্রের নলেজ ম্যানেজমেন্ট অফিসার মো. মনিরুজ্জামান চারদিনব্যাপী এই ওয়ার্কশপে অংশগ্রহণ করেন।

রিসোর্স পারসনের বক্তব্য রাখছেন কাজী আলী রেজা

ওয়ার্কশপে অংশগ্রহণকারী দেশি-বিদেশি গ্রন্থাগার ও তথ্য বিশেষজ্ঞবৃন্দ

জাতিসংঘ তথ্য কেন্দ্র, ঢাকা কর্তৃক ইউএন হাউজ, আইডিবি ভবন, বেগম রোকেয়া সরণী, শের-ই-বাংলানগর, ঢাকা থেকে প্রকাশিত মাসিক সংবাদ বুলেটিন : নির্বাহী সম্পাদক : কাজী আলী রেজা, ফোন : ৮১১ ৮৬ ০০, ফ্যাক্স : ৮১২৯০৪৭ ওয়েব : www.unicdhaka.org

A Monthly News Bulletin published by the United Nations Information Centre, Dhaka, Bangladesh. Executive Editor: Kazi Ali Reza, Phone: 811 86 00 Fax: 8129047 e-mail: info.unic@undp.org, website : www.unicdhaka.org