



SHARE



PREs
paediatric
rheumatology
european
society

<https://printo.it/pediatric-rheumatology/BD/intro>

জুভনোইল স্পনডাইলাইটিস/ এনথসোসাইটিস রলিটেডে আরথাইটিস

বিরণ 2016

প্রতদিনে জীবন যাপন।

কভাবে এ রোগে শিশু এবং তাদের পরিবারে প্রতদিনে জীবন যাপন প্রভাবিত করে।

প্রায়সব বাচ্চাদেরই সক্রিয় গটিরে প্রদাহে প্রতদিনে জীবন যাপন সীমাবদ্ধতা পরিলক্ষিত হয়। যহেতু নরিওগুং আক্রান্ত হয় তাই এ রোগে বেশিরভাগ কষতেরই হাটা এবং খলোধুলার সমস্যা হয়। এই রোগে সাথে সম্পর্কিত অসুবিধাগুলে অতিক্রম করার জন্য, স্বনরিভরতা ও দইকিভাবে সচল থাকার জন্য অভভাবকদের সহযোগিতা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। যদি তাদের এ রোগে বেঝা বহন করতে না পারে বা কঠনি মনে করে তবে মানসিক সাহায্য প্রয়োজন। পতিমাতা তাদের বাচ্চাদের ব্যায়াম করতে এবং নরিদেশনা মত ঔষধ খাওয়াতে উৎসাহ দবে ও সাহায্য করবে।

বদি্যালয়ে ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

কছু ব্যাপার আছে যা বাচ্চাদের স্কুলে উপস্থিতির ব্যাপারে সমস্যা করে যমেন হাটা, কলান্তভাব, ব্যাথা অথবা গটি অনমনীয়। তাই শিশুদের শিক্ষকদের জানানোও খুব গুরুত্বপূর্ণ যথাযথ টবেলি, নয়িমত নড়াচড়া স্কুলে থাকাকালীন সময় গটিরে অনমনীয়তা প্রতরিোধ করার জন্য যখন তাদের রোগটি নয়িন্ত্রনে থাকবে তখন তাদের সমবয়সি অন্যান্য বাচ্চাদের মত একই ধরনের কাজে অংশ গ্রহন করতে বাধা থাকবে না।

বদি্যালয় হল একটা শিশুর সইে জায়গা যা তাকে শিক্ষা দিয়ে কভাবে স্বনরিভর ও সক্ষম লোক হওয়া যায়। পতিমাতা এবং শিক্ষকরা তাদের সহায়তা করবে কভাবে তারা বদি্যালয়ের স্বাভাবিক কাজে অংশ গ্রহন করতে পারবে। শুধুমাত্র বদি্যালয়ের কাজ সফলতার সাথে করা না, এ ছাড়াও তার সমবয়সী বাচ্চা এবং বড়দের মত সবকছু গ্রহন করতে পারে এবং মূল্যায়ন করতে পারে।

খলের ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

নয়িমতি খলোধুলা করা একটা স্বাভাবিক বাচ্চার জন্য গুরুত্বপূর্ণ। যসেব খলোধুলা গটিরে উপর চাপ কম দিয়ে বা দিয়ে না যমেন সাঁতার, সাইকলে চালানো অনুমোদিত।

খাবারে ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

এমন কোন প্রমানাদিনাই যখো খাবার এ রোগে বাড়ায়। স্বাভাবিক ভাবে বাচ্চারা তাদের বয়স অনুসারে সুখম ও

স্বাভাবিক খাবার খাবে। যসেব বাচ্চারা করটকিঃ এঃসটরেয়ঃডে পায় তারা অতিরিক্ত খাওয়া বাদ দবিঃ কারণ এ ঔষধ ক্ঃধা বাড়ায়।

এ রঃগরে গতি কঃআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

এ রঃগরে গতি কঃআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

বাচ্চারা কঃটকিঃ নতিঃ পারবে ?

যহেতু বশঃরিভাগ বাচ্চরাই এনএসআইডিএম বা সালফাসালাজনি এর মাধ্যমে চকিঃসিঃ পায় তাই তারা স্বাভাবিক নয়িঃমঃ টকিঃ নতিঃ পারবে। যঃ সব বাচ্চাদরে বশঃিঃপরিঃমিঃনে করটকিঃ এঃসটরেয়ঃডে বা জবঃ উপাদান দ্বারা চকিঃসিঃ করা হয় তাদরে লাইফ ভ্যাকসনি দয়ঃ যাবে না (যমেন এনটঃব্লুমলঃ, এনটঃসিঃরিঃভালস, এনটঃপ্যারেঃটিঃইটিঃসিঃ, এনটঃপলডি) অন্যথায় তাদরে শরীররে রঃগ পঃরতরিঃ িঃ ক্ঃধতা কমায়। যঃ সব টকিঃর ভতিঃ বগিত ভাইরাস নাই শুধু মাতঃ ইনফকেসাজ পঃরঃ টনি আছে (এনটঃটিঃটিনোস, এনটঃডিঃপিঃথঃরেয়িঃ এনটঃপলডি এনটঃহঃপোঃটিঃইটিঃসিঃ, এনটঃপিঃরঃটেঃসমিঃ, নডিঃমঃ এককঃস, হমিঃ ফলিঃস, সনেনিগকেকিঃস) দয়ঃ যাবে। তথ্যগত ভাবে রঃগ পঃরতরিঃ িঃ ক্ঃধতা কমে গেলে তা টকিঃর কার্যকারীতা কময়িঃ দেয়।

সকেঃসুয়াল জীবন, গরভধারন ও জন্ম নয়িন্তঃরন এর ব্যাপারে ধারণা কঃিঃ?

এ রঃগরে জন্ম সকেঃসুয়াল এ্যাকটিভিটিঃ ও গরভধারনরে ব্যাপারে কঃিঃন বাধা নাই। তবে সর্বদাই বাচ্চর উপর ঔষধরে পার্ঃ্বপঃরতকিঃরিঃয়িঃর ব্যাপারে সাবধান হতে হবে। এরঃগরে জন্মগত কারণরে জন্ম বাচ্চা নবঃর ব্যাপারে কঃিঃন বাধা নাই। এরঃগ পঃরানঘাতিঃনা এবং একজনরে হলে অন্য ভাইবঃিঃনরে জুভনঃইল এসপএিঃ/ এ্যানথঃসঃইটিঃসিঃ রলিঃটেঃডে আরখাইটিঃসিঃ হবার সম্ভাবনাও নাই।

বাচ্চা কঃিঃবিঃবে স্বাভাবিক পূঃরন বয়স্ক জীবন পাবে ?

এটা চকিঃসিঃর অন্যতম পঃরধান উদঃদশেযে এবং বশঃরিভাগ ক্ঃধতঃরেই এটা অঃরজন করা সম্ভব। বঃরতমানে এ ধরনরে রঃগরে চকিঃসিঃয় বাচ্চরা খুব দঃরুত উননতঃলাভ করে। সম্ভলিঃতিঃভাবে ঔষধ দ্বারা এবং পূঃরণবাসনরে মাধ্যমে চকিঃসিঃ করলে বশঃরিভাগ রঃগিঃর ক্ঃধতঃরে গটিঃরে ক্ঃধতিঃ পঃরতরিঃ িঃ করা যায়।