



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 রোগ শিশু এবং তাদের পরিবারে প্রতদিনে জীবন যাপন প্রভাবিত করে।

প্রায়সব বাচ্চাদেরই সক্রিয় গটিরে প্রদাহে প্রতদিনে জীবন যাপন সীমাবদ্ধতা পরিলক্ষিত হয়। যহেতে নড়িওঙা 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 নরিদশেনা 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 জানানো খুব গুরুত্বপূর্ণ যথাযথ টবেলি, নিয়ামত 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 সেই 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।

খলোর 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।

খাবারের ব্যাপারে সদিধান্ত কি?

এমন কোন প্রমানাদিনাই যে খাবার এ রোগ বাড়ায়। স্বাভাবিক ভাবে বাচ্চারা তাদের বয়স অনুসারে সুখম ও

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

এ রঃগরে গতি ক্িআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

এ রঃগরে গতি ক্িআবহাওয়া তরন্বতি করে ?

বাচ্চারা ক্টিকিা নতিঃ পারবে ?

যহেতু বশেঃিঃগ বাচ্চারাঃ এনএসআইডিএম বা সালফাসালাজনি এর মাধ্যমে চকিঃিঃসা পায় তাঃি তারা স্বাভাবিক নয়িঃমে টকিা নতিঃ পারবে। যঃে সব বাচ্চাদরে বশেঃিঃপরিমানে করটকিঃ এঃসটরেয়ডে বা জবৈঃ উপাদান দ্বারা চকিঃিঃসা করা হয় তাদরে লাইফ ভ্যাকসনি দয়ঃা যাবে না (যমেন এনট্টিব্লুমলো, এনট্টিসিঃিঃভালস, এনট্টিপ্যারেঃিঃটাইটিসি, এনট্টিপলডি) অন্যথায় তাদরে শরীররে রঃগ পর্তরিঃিঃধ ক্ক্ষমতা কমায়। যঃে সব টকিার ভতিঃ বগিত ভাইরাস নাই শুধু মাত্ঃ ইনফকেসাজ পর্তেঃিঃনি আছে (এনট্টিটিনোস, এনট্টিডিপিথরেয়িয়া এনট্টিপলডি এনট্টিহপোটাইটিসি, এনট্টিপারটেঃিসমি, নডিঃমেঃকক্কাশ, হমিঃেঃফলিঃস, সনেঃিঃগকেকিঃকাশ) দয়ঃা যাবে। তথ্যগত ভাবে রঃগ পর্তরিঃিঃধ ক্ক্ষমতা কমে গেলে তা টকিার কার্যকারীতা কময়িঃে দয়ঃে।

সকেঃুয়াল জীবন, গরভধারন ও জন্ম নয়িঃনত্ঃরন এর ব্যাপারে ধারণা ক্ি?

এ রঃগরে জন্ম সকেঃুয়াল এ্যাকটিভিটিঃিঃ ও গরভধারনরে ব্যাপারে কঃেঃন বাধা নাই। তবে সর্বদাই বাচ্চাঃ উপর ঔষধরে পার্শ্বপর্তক্িঃয়িঃর ব্যাপারে সাবধান হতে হবে। এরঃেঃগরে জন্মগত কারণরে জন্ম বাচ্চা নবঃর ব্যাপারে কঃেঃন বাধা নাই। এরঃেঃগ পর্তানঘাত্িঃনা এবং একজনরে হলে অন্য ভাইবঃেঃনরে জুভনোইল এসপএিঃ/ এ্যানথসোইটিসি রলিঃটেঃে আঃখাইটিসি হবার সম্ভাবনাও নাই।

বাচ্চা ক্িভাবে স্বাভাবিক পূঃন বয়স্ক জীবন পাবে ?

এটা চকিঃিঃসার অন্যতম পর্তধান উদঃেশেঃে এবং বশেঃিঃগ ক্ক্ষতঃেঃিঃ এটা অঃজন করা সম্ভব। বঃঃতমানে এ ধরনরে রঃেঃগরে চকিঃিঃসায় বাচ্চারা খুব দঃুত উন্নতঃিঃলাভ করে। সম্ভলিঃিঃভাবে ঔষধ দ্বারা এবং পূঃঃবাসনরে মাধ্যমে চকিঃিঃসা করলে বশেঃিঃগ রঃেঃগিঃর ক্ক্ষতঃেঃে গটিঃে ক্ক্ষতি পর্তরিঃিঃধ করা যায়।