Version in Bengali

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি (অক্ষিপটের রোগের) পরীক্ষা কর্মসূচী

রোগীদের জন্য তথ্যাবলী

ডিপার্টমেন্ট অফ হেলথ, সোসাল সার্ভিসেস এন্ড পাবলিক সেফটি
জানুয়ারী ২০০৭

আপনার ডায়াবেটিস আছে বিধায় আপনার জিপি ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি পরীক্ষা পরিচর্যায় অংশগ্রহণের ব্যবস্থা করেছে। এই পরিচর্যা বিনামূল্যে এবং আপনার ডায়াবেটিস সেবার অংশ হিসাবে দেওয়া হয়।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি কি?

ডায়াবেটিক এর ফলে চোখের একটি অংশ যাকে রেটিনা বলা হয় সেটির ক্ষুদ্র রক্তনালী সমূহ নষ্ট হলে এটি হয়। এই রক্তনালী সমূহ বন্ধ হয়ে যেতে পারে অথবা ছিদ্র হতে পারে। যে সমস্ত রক্তনালী ভালভাবে কাজ করছেনা সেগুলোর প্রতিস্থাপনের জন্য নতুন নালীর জন্ম হতে পারে। প্রাথমিক অবস্থায়, এই পরিবর্তন আপনার দৃষ্টি শক্তিকে প্রভাবিত করবে না। কিন্তু চিকিৎসা না করা হলে রেটিনোপ্যাথির আরও অবনতি হতে পারে এবং আপনার দৃষ্টিশক্তি আক্রমণিত হতে পারে।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির পরীক্ষা কেন গুরুত্বপূর্ণ?

আপনি বুঝে উঠার আগেই ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি পরীক্ষা প্রাথমিক অবস্থায় রেটিনার পরিবর্তনসমূহ ধরতে পারে। যথাসময়ে এটি ধরা গেলে অধিকাংশ লোকের ক্ষেত্রে দৃষ্টিশক্তি হারানো রোগের চিকিৎসা খুবই কার্যকরী। সে কারণেই আপনার চোখের পরীক্ষা করা এবং পরীক্ষার জন্য সকল পূর্ব নির্ধারিত সাক্ষাৎকারসমূহে হাজির হওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

ডায়াবেটিসে আক্রান্ত সবারই কি এই পরীক্ষা করা দরকার?

হ্যাঁ। ডায়াবেটিসে আক্রান্ত ১২ বছর এবং ততোধিক বয়সের সকলকেই তাদের চক্ষু পরীক্ষা করা উচিৎ। আপনার ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে আছে কি না আপনি আপনার জিপি অথবা হাসপাতালের চিকিৎসকের কাছে যান কিনা তা বিবেচনায় না এনে আপনার চক্ষু পরীক্ষায় অংশগ্রহণ করা প্রয়োজন।

আমি ইতিমধ্যেই একটি আই ক্লিনিকে যাচ্ছি। এর পরেও কি আমার পরীক্ষার দরকার?

শুধুমাত্র যে সমস্থ লোকেরা ইতিমধ্যে হসপিটাল আই ক্লিনিকে ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির চিকিৎসার জন্য যাচ্ছেন তাদের কোন পরীক্ষার দরকার নেই। অন্য কোন কারণে আপনি যদি আই ক্লিনিকে যান তাহলে আপনার অবশ্যই চক্ষু পরীক্ষায় অংশগ্রহণ করতে হবে। কোন সন্দেহ থাকলে অনুগ্রহপূর্বক আপনার জিপি অথবা প্রাকটিস নার্স এর সাথে যোগাযোগ করুন।

আমি ইতিমধ্যেই আমার অপটিশিয়ান এর কাছে যাচ্ছি এর পরেও কি আমার পরীক্ষা দরকার?

হ্যাঁ। এটা গুরুত্বপূর্ণ যে, একটি সংঘবদ্ধ নির্দেশনার মধ্যে দিয়ে পরীক্ষা চালানো হচ্ছে এবং উন্নত মান নিশ্চিত করতে পর্যবেক্ষণ করা হচ্ছে।

আমাকে কি এখনও আমার অপটিশিয়ান এর কাছে যেতে হবে?

হ্যাঁ। আপনার চশমার জন্য দৃষ্টিশক্তি পরীক্ষার প্রয়োজনে প্রতিবছর আপনার অপটিশিয়ান এর কাছে যাওয়া প্রয়োজন। ডায়াবেটিসএ আক্রান্ত লোকদের জন্য এই পরীক্ষা ফ্রি।

রেটিনোপ্যাথি পরীক্ষায় আসলে কি ঘটে?

পরীক্ষার জন্য একটি বিশেষ ক্যামেরা ব্যবহার করে প্রত্যেক চোখের পিছন দিকে থেকে দুটি করে ছবি নেয়া হয়। পরীক্ষাটি ব্যথামুক্ত এবং ১৫ মিনিটের মত সময় লাগে। আপনার বয়স যদি ৫০ এর উর্ধে হয় তাহলে পরীক্ষা গ্রহণের ১৫ মিনিট পূর্বে আপনার চোখের মণি বিস্তারের জন্য ড্রপস নিতে হবে। এটি ভাল মানসম্মত ছবি পেতে সাহায্য করে। স্বল্পসংখ্যক আরো কম বয়সের লোকদেরও আইড্রপ দেয়া হতে পারে। যদি এটার দরকার হয় তাহলে ফটোগ্রাফার আপনি যখন পরীক্ষার জন্য যাবেন তখন আপনার সাথে আলোচনা করবেন।

এই আই ড্রপের কোন প্রতিক্রিয়া আছে কি?

ড্রপস ব্যবহারের ফলে কয়েক সেকেন্ডের জন্য সামান্য খোঁচার মত যন্ত্রণা হতে পারে। পরে প্রায় ১৫ মিনিট পর্যন্ত আপনার দৃষ্টি ঝাপসা হতে পারে এবং আপনার নিকটবর্তী জিনিষপত্র ভালভাবে দেখতে অসুবিধা হতে পারে। চোখের এই ঝাপসাটে ভাব কয়েক ঘন্টা পর্যন্ত থাকতে পারে যা গাড়ী চালানোর জন্য নিরাপদ নয়।

আই ড্রপস নেবার কম পক্ষে ২ ঘন্টা পর্যন্ত এবং আপনি যতক্ষণ পর্যন্ত না স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করেন সে পর্যন্ত কোন যন্ত্রচালিত যানবাহন না চালানোর জোর পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

খুব কম ক্ষেত্রে, এই ড্রপ চোখের ভিতরে হঠাৎ চাপ বৃদ্ধি করতে পারে। এর লক্ষণগুলো হলো:

- চোখের ভিতরে অথবা আশেপাশে ব্যাথা অথবা দুঃসহ যন্ত্রণা;
- চোখের সাদাভাগ রক্তিমবর্ণ ধারণ;
- পরীক্ষার কয়েকঘন্টা পর্যন্ত দৃষ্টি শক্তি ঝাপসাটে থাকা অথবা এর অবণতি হওয়া।

আপনার যদি এ ধরণের কোন একটি লক্ষণ দেখা যায় তাহলে আপনার জিপির কাছে অথবা দুর্ঘটনা ও জরুরী বিভাগে যাওয়া উচিৎ। চিকিৎসা খুবই কার্যকরী এবং ভবিষ্যতে এর পুনরাবৃত্তি রোধ করবে।

আমি আমার ফলাফল কিভাবে পাব?

আপনি চক্ষু পরীক্ষার শেষেই আপনার ফলাফল পাবেন না কারণ ছবিগুলো একজন বিশেষ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত ব্যক্তি দ্বারা দেখা হবে। আপনার জিপির কাছে ৪ সপ্তাহের মধ্যে একটি রিপোর্ট পাঠানো হবে এবং আপনি আপনার জিপির কাছে যোগাযোগ করতে পারেন যিনি আপনাকে আপনার ফলাফল জানাবেন।

আমার চক্ষু পরীক্ষার ফল আর কে পাবে?

আপনি যদি হাসপাতালের ডায়াবেটিস ক্লিনিকে যান তাহলে এই ফলাফল আপনার সেবাদানকারী পরামর্শদাতা চিকিৎসকের কাছেও পাঠানো হবে। আপনার অনুমতি ছাড়া অন্য কেই এই ফলাফল পাবে না।

এরপর কি হবে?

অধিকাংশ লোকদেরই এক বছরের মধ্যে পুনরায় শুধুমাত্র পরীক্ষার জন্য আমন্ত্রণ জানানো হবে। কিন্তু আপনার অবস্থার পুনঃমূল্যায়নের জন্য আপনার সাথে যোগাযোগ করা হবে যদি

- সঠিক ফলাফল দিতে ছবিগুলো যথেষ্ট স্পস্ট না হয়;
- আপনার ডায়াবেটিক এর ফলে চোখের পরিবর্তন, যার জন্য হাসপাতালের চক্ষু ক্লিনিকে নিয়মিত তদারক অথবা চিকিৎসার দরকার;
- হঠাৎ করে চোখের অন্য কোন অবস্থা ধরা পড়লে যা আরও পরীক্ষা নিরিক্ষার দরকার।

চক্ষু পরীক্ষার জন্য পূর্ব নির্ধারিত সাক্ষাৎকার ও এর মধ্যে আমার চোখ নিয়ে যদি কোন উদ্বেগ থাকে তাহলে আমার কি করা উচিৎ?

আপনার পরবর্তী চক্ষু পরীক্ষার সাক্ষাৎকারের জন্য অপেক্ষা করবেন না। আপনার জিপি অথবা অপটিশিয়ান এর কাছ থেকে পরামর্শ গ্রহণ করুন।

পরীক্ষার পর আমার বিস্তারিত তথ্য ও ছবির কি হবে?

পরীক্ষা পরিচালনাকারীরা কমপক্ষে আট বছরের জন্য আপনার ছবি ও তথ্যাদি সংরক্ষণ করবে। আপনার সাম্প্রতিক কালে নেয়া ছবির সাথে পুর্বে নেয়া ছবির তুলনা করতে এটা সহায়ক হতে পারে। চক্ষু পরীক্ষা প্রোগ্রামের মান যাচাইয়ের কাজেও এটাকে ব্যবহার করা হবে।

আমার চোখে যদি ডাইবেটিক রেটিনোপ্যাথি পাওয়া যায় তাহলে কি হবে?

ডাইবেটিক রেটিনোপ্যাথির পরিবর্তনের মাত্রার উপর নির্ভর করে আপনার অবস্থার পুনঃমূল্যায়নের জন্য কোন আই ক্লিনিকে পাঠানো হতে পারে। অন্যথায়, একবছরের মধ্যে আবার চক্ষু পরীক্ষার জন্য আপনাকে আমন্ত্রণ জানানো হবে।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির কি চিকিৎসা আছে?

হ্যাঁ। অধিকাংশ লোকের ক্ষেত্রে লেজার চিকিৎসা দৃষ্টিশক্তি হারানো রোধে খুবই কার্যকরী যদি তা যথাসময়ে করা হয়। আই ক্লিনিকের বিশেষজ্ঞ এ বিষয়ে আপনাকে বুঝিয়ে দেবেন।

আপনার ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি আছে কি নাই তা বিবেচনায় না এনে আপনার রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা এবং রক্তচাপ (ব্লাড প্রেসার) সর্বদাই সঠিক নিয়ন্ত্রণে রাখা গুরুত্বপূর্ণ।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি সম্বন্ধে ভাল খবর

- এটি চিকিৎসায় সারানো যায়
- পরীক্ষা খুবই গুরুত্বপূর্ণ কারণ রেটিনোপ্যাথির প্রথমদিকে কোন উপসর্গ দেখা যায় না
- ডায়াবেটিস আক্রান্ত প্রত্যেকেরই নিয়মিত উভয় চক্ষু পরীক্ষা করা উচিৎ
- চোখের ক্ষতি নিরুপণের জন্য চক্ষু পরীক্ষার কোন ফি পরিশোধ করতে হয় না
- পরীক্ষাটি ব্যথামুক্ত
- পরীক্ষাটিতে কেবলমাত্র ১৫ মিনিটের মত সময় লাগে
- প্রাথমিক অবস্থায় ধরা পড়লে দৃষ্টিশক্তি হারানো রোধ করা যেতে পারে।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির উপর আরও তথ্যের জন্য আপনার জিপি অথবা অপটিশিয়ান এর সাথে কথা বলুন অথবা যোগাযোগ করুন:

Diabetes UK
Telephone: 028 9066 6646
Website: www.diabetes.org.uk