টাইফয়েড জ্বর (Typhoid fever)

টাইফয়েড জ্বর হলো পানি বা খাদ্য বাহিত রোগ। সালমোনেলা টাইফি বা সালমোনেলা প্যারা- টাইফি নামক জীবানু এই রোগের জন্য দায়ি। সাধারনত দুষিত পানি বা খাবারে এই জীবানু থাকে, তাই খাদ্যের মাধ্যমে এই জীবাণু মানুষের দেহে প্রবেশ করে এবং রোগের সূচনা করে। দেহে জীবাণু প্রবেশের ৭ থেকে ২১ দিনের মধ্যে এই রোগের লক্ষন প্রকাশ পায়।

টাইফয়েড জ্বর কিভাবে ছড়ায়

টাইফয়েড জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তি স্যালমোনেলা টাইফি ব্যাকটেরিয়া বহন করে। এছাড়াও টাইফয়েড জ্বর হতে আরোগ্য লাভ করেছেন কিন্তু এই ব্যাকটেরিয়া বহন করছেন এমন কিছু সংখ্যক ব্যক্তিও এই রোগের বাহক হতে পারে।

টাইফয়েড জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তি এবং স্যালমোনেলা টাইফি ব্যাকটেরিয়া বহনকারী উভয় ধরনের ব্যক্তিরাই মলত্যাগের মাধ্যমে এই ব্যাকটেরিয়ার বিস্তার ঘটিয়ে থাকে।

পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থা যথাযথ না হলে এবং তার ফলে টাইফয়েড রুগির মলত্যাগের পর এই ব্যাকটেরিয়া পানির সংস্পর্শে আসলে এবং পরবর্তীতে এই দূষিত পানি খাবারে ব্যবহৃত হলে অথবা টাইফয়েড জ্বরের ব্যাকটেরিয়া বহন করছে এমন কোন ব্যক্তির স্পর্শকৃত বা হাতে বানানো খাবার গ্রহণ থেকেও টাইফয়েড জ্বর সংক্রমিত হতে পারে।

উপসর্গ (Clinical feature)

১ম সপ্তাহ

- শুরুতে অল্প জ্বর, মাথা ব্যথা, শরীর ব্যথা থাকে। জ্বরের মাত্রা ৯৯ থেকে ১০১ ডিগ্রীর ভেতর ওঠানামা করে ।
- কখনো কখনো কাঁপুনি দিয়ে জ্বর আসে।
- টাইফয়েড জ্বর ধাপে ধাপে (Step ladder pattern) ওঠে কিন্তু প্যারা টাইফয়েড জ্বর অনিয়মিত ভাবে ওঠানামা করে ।
- কোষ্ঠকাঠিন্য থাকতে পারে।

২য় সপ্তাহ

- জ্বরের প্রকোপ বেড়ে যায়, কখনো ১০৩ থেকে ১০৪ ডিগ্রী ফারেনহাইট হয়ে যেতে পারে।
- জ্বর বেশি থাকলে রুগি এলোমেলো কথা বলতে পারে।
- খাবারে অরুচি হয়, শরীর দুর্বল হতে পারে ।
- ডায়রিয়া হয়, পেট ব্যথা করে ।
- জিব্বার ওপর সাদা আবরন পড়তে পারে, জিব্বার দুই পাশে লাল হয়ে যায় ফলে ব্যথা করে ।

CamScanner

৩য় সপ্তাহ

- জ্বরের মাত্রা কম থাকে কিন্তু খারাপ লক্ষণ গুলো প্রকাশ পেতে থাকে।
- খেতে পারে না, দুর্বল হয়ে যায়।
- পায়খানার সাথে রক্ত আসে।
- পেট ফেপে যায়।
- মাঝে মধ্যে রুগি অজ্ঞান হয়ে যায়।
- রুগি এই সপ্তাহে মারাও যেতে পারে।

৪র্থ সপ্তাহ

- যদি খারাপ লক্ষন প্রকাশ না পায় তাহলে রুগি ধীরে ধীরে ভাল হতে থাকে।
- খেতে পারে, দুর্বলতা কমে আসে।
- এই সপ্তাহেই রুগির কিছু জটিলতা (Complication) দেখা দিতে পারে।

জটিলতা (Complication)

- শ্বাস নালীতে প্রদাহ
- মায়োকার্ডাইটিস
- ম্যানিনজাইটিস
- প্যারালাইসিস
- বধির
- অন্ধত্ব
- অন্ত্রে ক্ষত

অনুসন্ধান (Investigation)

- ভিডাল টেস্ট(Widal Test) – টাইফয়েড নিশ্চিত করে
- ব্লাড কালচার(Blood C/S) – জীবানু নিশ্চিত করে
- হিমোগ্লোবিন (Hb) - কমে যায়
- নিউট্রোফিল কাউন্ট (Neutrophil) count) – কমে যায়

চিকিৎসা (Treatment)

১) জ্বর / মাথা ব্যথা, শরীর ব্যথা হলে

Paracetamol -500mg (প্যারাসিটামল) দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Ace plus(এইস প্লাস)
- Tab.Napa extra (নাপা এক্সট্রা)
- Tab.Tamen Turbo (টামেন টার্বো)
- Tab.Xcel plus (এক্সেল প্লাস)
- Tab. Reset Plus (রিসেট প্লাস) নামে পাওয়া যায়

CamScanner

মাত্রা - বয়স ভেদে এক চামচ বা দুই চামচ করে দিনে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ৫০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

২) এন্টিবায়োটিক

আগে ট্যাবলেট ব্যবহার করা হোত এখন ইনজেকশন আকারে চিকিৎসা দিয়ে রোগ থেকে মুক্তি শত ভাগ নিশ্চিত করা সম্ভব হয়েছে।

Cetriaxone (সেফট্রিএক্সন) 500mg, 1 gm, 2gm গ্রুপের ইনজেকশন দিতে হবে যা বাজারে

- Inj. Ceftron(সেফট্রোন)
- Inj. Triject (ট্রাইজেক্ট)
- Inj. Ceftizone(সেফটিজোন)
- Inj. Arixon (এরিক্সন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে 500mg ইনজেকশন মাংশ পেশি বা শিরা পথে দিতে হবে, প্রতিদিন ১ টা করে ৭ দিন, বয়স ভেদে মাত্রা ভিন্ন রকম হবে। বড়দের জন্য 2gm ইঞ্জেকশন দিতে হবে ৭ দিন ।

৩) কোষ্ঠ কাঠিন্য হলে (Constipation)

রুগিকে Lactulose জাতীয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Syp. Osmolax (অসমোলাক্স)
- Syp. Inolac (ইনোলাক)
- Syp Avolac (এভোলাক) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে ১/২ চামচ থেকে ১ চামচ করে দিতে হবে দিনে ১ বার করে ৭ দিন।ওজন ২০ কেজির বেশি হলে ২ চামচ করে দিতে হবে, বয়স্কদের জন্য ৩ চামচ করে ১ বার দিতে হবে ৭ দিন।

অথবা

- Milk of magnesia (মিল্ক অব ম্যাগনেশিয়া)
- Magmil (ম্যাগমিল) দিতে হবে

মাত্রা- বয়স ভেদে ১/২ চামচ থেকে ১ চামচ করে দিতে হবে দিনে ১ বার করে ৭ দিন।ওজন ২০ কেজির বেশি হলে ২ চামচ করে দিতে হবে , বয়স্কদের জন্য ৩ চামচ করে ১ বার দিতে হবে ৭ দিন।

CamScanner

পরামর্শ (Advice)

- রুগিকে পুষ্টিকর খাবার দিতে হবে কিন্তু পোলাউ, বিরিয়ানি জাতিয় খাবার না দেয়া ভাল।
- মুখে অরুচি থাকে তাই রুগি খেতে চাইবে না এই জন্য অল্প অল্প করে বার বার খাওয়াতে হবে।
- মাল্টি ভিটামিন দিতে হবে।
- কাপড় চোপড়, বিছানা বালিশ পরিস্কার করতে হবে।
- রুগির সাথে কথা বলতে হবে, তাকে সময় দিতে হবে, হাসি খুশি রাখতে হবে।

টাইয়াফয়েড জ্বর প্রতিরোধ

- টাইফয়েড জ্বরের জন্য নির্ধারিত ভ্যাক্সিন চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী নিতে হবে। ইনজেকশন এবং মুখে খাওয়ার উভয় ধরনের ভ্যাক্সিন বাজারে খুবই সহজলভ্য। কোন ধরনের ভ্যাক্সিন গ্রহণ করবে সে বিষয়ে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে শুধু ভ্যাক্সিনই ১০০কার্যকর হবে তা নয় %, এর সাথে নিম্নলিখিত কার্যকরী পদক্ষেপসমূহ গ্রহণ করতে হবে ।
- শাকসবজি, ফলমূল এবং রান্নার বাসনপত্র পরিষ্কার পানিতে ধুয়ে নিতে হবে।
- ভালভাবে রান্নাকৃত বা সিদ্ধকৃত খাবারই কেবলমাত্র পান করতে হবে।
- খাবার গ্রহণ, প্রস্তত বা পরিবেশনের পূর্বে খুব ভালভাবে হাত ধুয়ে নিতে হবে।
- ভালভাবে ফুটানো, পরিশোধিত বা বোতলজাত বিশুদ্ধ পানিই কেবলমাত্র পান করতে হবে। । পর্যাপ্ত পরিমাণে ফুটানো পানি বা পরিশোধিত পানি সংরক্ষণ করতে হবে এবং পানি যাতে দূষিত হতে না পারে সে জন্য ২৪ ঘণ্টার মধ্যে সংরক্ষণকৃত সেই পানি পান করতে হবে।
- যে সমস্ত সবজি বা ফলমূলের খোসা উঠানো যায় না সেগুলো এড়িয়ে চলতে হবে । আর যে সমস্ত ফলমূলের খোসা উঠানো যায় সেগুলোর ক্ষেত্রে আগে ভালভাবে সাবান দিয়ে হাত পরিষ্কার করে তারপর খোসা উঠানো উচিত এবং সেই খোসা খাওয়া উচিত নয়।
- রাস্তার পাশে দোকানের খাবার গ্রহণ এবং পানি পান করা থেকে বিরত থাকা উচিত।
- টয়লেট ব্যবহারের পর ভালভাবে হাত পরিষ্কার করতে হবে, এছাড়া টয়লেট সব সময় পরিষ্কার রাখতে হবে।

CamScanner

ডেঙ্গু জ্বর (Dengue fever)

ডেঙ্গু জ্বর ভাইরাস জনিত রোগ। এই রোগের জীবানুর নাম ডেঙ্গু ভাইরাস (Dengue virus) এবং এডিস মশা (Aedes Mosquito) এই রোগের বাহক। গ্রীষ্ম প্রধান দেশে এবং সমুদ্র উপকুলিয় অঞ্চলে এই রোগ বেশি হয়। এই রোগে মাংস পেশী সহ হাড্ডি ব্যথা করে বলে একে ব্রেক বোন ফিভারও (Break bone fever) বলা হয় ।

প্রকারভেদ (Classification)

ডেঙ্গু জ্বর কে ৩ ভাগে ভাগ করা হয়।

- ডেঙ্গু আন ডিফারেনশিয়েটেড ফিভার (Dengue undifferentiated fever)
- ডেঙ্গু ফিভার (Dengue fever)
- ডেঙ্গু হেমোরেজিক ফিভার (Dengue hemorrhagic fever), একে আবার ৪ টা গ্রেডে ভাগ করা হয় ।
    - গ্রেড-১, এই ক্ষেত্রে রুগির জ্বর থাকে সাথে স্কিন র‍্যাশ থাকলেও থাকতে পারে।
    - গ্রেড-২, এই ক্ষেত্রে জ্বরের পাশাপাশি চোখ , নাক , মুখ বা যে কোন স্থান থেকে রক্ত ক্ষরন হতে পারে।
    - গ্রেড-৩, এই ক্ষেত্রে রুগির জ্বরের পাশাপাশি চোখ , নাক , মুখ বা যে কোন স্থান থেকে রক্ত ক্ষরন হয় , জ্ঞান হারা বা অচেতন হয়ে যায় ।
    - গ্রেড-৪ , এই ক্ষেত্রে রুগির জ্বরের পাশাপাশি চোখ , নাক , মুখ বা যে কোন স্থান থেকে রক্ত ক্ষরন হয় , জ্ঞান হারা বা অচেতন হয়ে যায় , ব্লাড প্রেশার, পালস ঠিক মত পাওয়া যায় না।

    গ্রেড ৩ এবং গ্রেড ৪ কে ডেঙ্গু শক সিনড্রমও বলা হয়।

উপসর্গ (Clinical feature)

- শুরুতে প্রচন্ড জ্বর হয়, পরে জ্বরের মাত্রা কমে আসে।
- জ্বরের সাথে শরীর ব্যথা থাকে, মাথা ব্যথা থাকে।
- কাপুনি হয়, জ্বর ছেড়ে যাওয়ার সময় প্রচুর ঘাম হয় এবং শরীর অবশ লাগে।
- বমি বমি ভাব হয়, কখনো বমি হয়।
- শরীরে র‍্যাশ ওঠে বা লাল লাল ছোপ ছোপ দাগ দেখা যায়।
- কখনো কখনো গ্রন্থি সমুহ ফুলে ওঠে ।
- কখনো কখনো শরীরের বিভিন্ন অংশ থেকে রক্ত ক্ষরন হয়।
- রুগি অচেতন হয়ে যেতে পারে।

CamScanner

অনুসন্ধান (Investigation)

- Platelet count (প্লাটিলেট কাউন্ট) দেখতে হবে – প্লাটিলেটের পরিমান দেড় লাখের নীচে চলে আসে, ৫০ হাজার/ কিউবিক মিলিমিটারের কম হলে রক্ত ক্ষরন হয় ।
- Dendue antigen NS1 (এন এস ওয়ান) –এনএস ১ এন্টিজেন টেস্ট (নন স্ট্রাকচারাল প্রোটিন ১), এটি ডেঙ্গুর জন্য একটি পরীক্ষা। ডেঙ্গু জ্বর আসার লক্ষণ অনুযায়ী ১ থেকে ৭ দিনের মধ্যে ডেঙ্গু এর সংক্রমণ শনাক্ত করা যায় । কিন্তু এর পরে এই টেস্ট আর কার্যকরী হয় না।পজেটিভ হলে
- Antibody (এন্টিবডি) দেখতে হবে – Dengue I_gM, I_gG , এন্টিবডি রোগ নিশ্চিত করে , এই এন্টিবডি রোগ হওয়ার ৫ থেকে ৭ দিনের মধ্যে পাওয়া যায়।
- Nucleic acid detection (নিউক্লিক এসিড ডিটেকশন) - PCR এর মাধ্যমে শনাক্ত করা হয়।

চিকিৎসা (Treatment)

১) জ্বর / মাথা ব্যথা, শরীর ব্যথা হলে

Paracetamol -500mg (প্যারাসিটামল) দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Ace plus(এইস প্লাস)
- Tab.Napa extra (নাপা এক্সট্রা)
- Tab.Tamen Turbo (টামেন টার্বো)
- Tab.Xcel plus (এক্সেল প্লাস)
- Tab. Reset Plus (রিসেট প্লাস) নামে পাওয়া যায়

মাত্রা - বয়স ভেদে এক চামচ বা দুই চামচ করে দিনে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ৫০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

২) বমি বমি ভাব বেশি হলে বা বমি হলে

Domperidon -10 mg (ডমপেরিডন) গ্রুপের ওষুধ খাওয়াতে হবে, যা বাজারে

- Tab. Motigut (মোটিগাট)
- Tab. Omidon (ওমিডন)
- Tab. Domin(ডমিন)
- Tab. Don-A (ডন-এ)
- Tab. Deflux (ডিফ্লাক্স) হিসাবে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে এক চামচ বা দুই চামচ করে দিনে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা ক ১০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

অথবা

Ondensetron (অনডেনসেটরন) গ্রুপের ওষুধ খাওয়াতে হবে , যা বাজারে

CamScanner

- Tab. Ofran (ওফরান)
- Tab. Zofra (জোফরা)
- Tab. Emistet (এমিস্টেট) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে ১/২ চামচ বা ১ চামচ করে দিনে ২ বার ৩ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ১০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে২ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

৩) এন্টিবায়োটিক

সাধারনত ডেঙ্গু জ্বরে এন্টিবায়োটিক প্রয়োজন হয় না, কিন্তু সেকেন্ডারি ব্যাক্টিরিয়াল ইনফেকশন থেকে মুক্ত রাখতে এন্টিবায়োটিক ব্যবহার করা যেতে পারে।

Cipro floxacin -250 mg , 500 mg , Syrap (সিপ্রো-ফ্লক্সাসিন) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Ciprocin (সিপ্রোসিন)
- Tab. Cipro-A (সিপ্রো- এ)
- Tab. Beuflox (বিউফ্লক্স)
- Tab. Ciprox (সিপ্রক্স) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১/২ চামচ করে ২ বার ৭ দিন, ওজন বেশি হলে ১ চামচ করে দিনে ২ বার ৭ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা ৫০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে ।

অথবা

Cephodoxim, 100mg, Syrap (সেফোডক্সিম) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Trucef (ট্রুসেফ)
- Tab. Cefdox (সেফডক্স)
- Tab. Ximeprox (জিমেপ্রক্স) নামে পাওয়া যায় ।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১ চামচ করে ২ বার ৭ দিন ,ওজন বেশি হলে সিরাপের মাত্রা বাড়িয়ে দিতে হবে। বড়দের জন্য ১টা করে ১০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট ১২ ঘন্টা পর পর দিতে হবে, ৭ দিন।

অথবা

Azithromycin 250 mg ,500 mg, Syrap (এজিথ্রোমাইসিন) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Zimax (জিমেক্স)
- Tab. Zithrin (জিথ্রিন)
- Tab. Zithrox (জিথ্রক্স)
- Tab. Azin (এজিন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১/২ চামচ করে ১ বার ৫ দিন , ওজন বেশি হলে সিরাপের মাত্রা বাড়িয়ে দিয়ে দিনে ১ বার ৫ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা ৫০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ১ বার করে ৫ দিন দিতে হবে ।

CamScanner

৪) রক্তক্ষরণ হলে

Steroid (স্টেরয়েড) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যেমন

- Tab. Oradexon(ওরাডেক্সন)
- Tab. Decason (ডেকাসন)

মাত্রা - ১ টা ৫ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে। প্রয়োজনে মাংস পেশীতে ইনজেকশন আকারে দিতে হবে।

৫) IV fluid (আইভি ফ্লুইড) 5 % দিতে হবে বাজারে

- inj.Dexaqua- 500 ml,1000ml (ডেক্সাকোয়া)
- inj. Dexoride-500 ml,1000ml (ডেক্সরাইড)
- inj. Libot-10 (লিবোট) হিসাবে পাওয়া যায়।

- প্লাটিলেট কাউন্ট খুব কমে গেলে প্লাটিলেট দিতে হবে।
- রুগিকে মাল্টিভিটামিন খাওয়াতে হবে।

চিকুন গুনিয়া (Chikunguniya)

চিকুনগুনিয়া একটি ভাইরাস জনিত জ্বর যা আক্রান্ত মশার কামড়ের মাধ্যমে মানুষ থেকে মানুষে ছড়ায়। এ রোগ ডে জ্বরের মতোই এডিস প্রজাতির মশার কামড়ের মাধ্যমে ছড়ায়। রোগটি প্রথম ১৯৫২ সালে আফ্রিকাতে দেখা যা পরবর্তীতে এশিয়ার বিভিন্ন দেশ যেমন- ভারত, শ্রীলংকা, থাইল্যান্ড, মায়ানমার এবং ইন্দোনেশিয়াতে এর বিস্তার দে যায়।

বাংলাদেশে প্রথম ২০০৮ সালে রাজশাহী ও চাঁপাই নবাবগঞ্জে এ ভাইরাসের প্রার্দুভাব দেখা যায়। পরবর্তীতে ২০১১ সা ঢাকার দোহার উপজেলায় এই রোগ দেখা যায়। তবে এর পরে বিচ্ছিন্ন দুএকটি রুগি ছাড়া এ রোগের বড় ধরনে কোনো বিস্তার আর বাংলাদেশে লক্ষ্য করা যায়নি। বর্ষার পর পর যখন মশার উপদ্রব বেশি হয় তখন এ রোগের বিস্ত বেশি দেখা যায়।

জীবাণুর নাম

চিকুনগুনিয়া ভাইরাস, টোগা ভাইরাস গোত্রের ভাইরাস। মশাবাহিত হওয়ার কারণে একে আরবো ভাইরাসও বলে। ডে ও জিকা ভাইরাস ও একই মশার মাধ্যমে ছড়ায় এবং প্রায় একই রকম রোগের লক্ষণ দেখা যায়।

ডায়রিয়া (Diarrhoea)

প্রতিদিন তিনবারের বেশি পাতলা পায়খানা হওয়াকে ডায়রিয়া বলে। জন্মের পর শিশুরা বেশ কয়েকদিন বার বার পায়খানা করে যা স্বাভাবিক। সাধারনত এলোমেলো খাবার খেলে ডায়রিয়া হয়ে থাকে, কখনো কখনো জীবাণুর আক্রমনেও ডায়রিয়া হয় এবং রক্ত যায়, এই অবস্থাকে রক্ত আমাশয় বা ডিসেন্ট্রি বলে।

প্রকারভেদ (Classification)

ডায়রিয়াকে তিন ভাগে ভাগ করা হয়

- একিউট ওয়াটারি ডায়রিয়া - হঠাৎ করে কখনো কখনো পানির মত পাতলা পায়খানা শুরু হয় তাকে একিউট ওয়াটারি ডায়রিয়া বলে। সাধারনত খাবার হজম না হলে এই ধরনের ডায়রিয়া হয়, আবার রোটা ভাইরাসের আক্রমনেও হতে পারে। কয়েক ঘন্টা থেকে এক বা দুই দিন এই ডায়রিয়া স্থায়ী হয়। জ্বর সাথে পানি স্বল্পতা থাকতে পারে , পেট ফুলে যায়, রুগি নিস্তেজ হয়ে পড়ে।
- ইনভেসিব ডায়রিয়া - ই কোলাই, সিগেলা বা সালমোনেলা ইত্যাদি ব্যাকটেরিয়া দ্বারা আক্রমনের ফলে যে ডায়রিয়া হয় এবং পায়খানার সাথে রক্ত যায় তাকে ইনভেসিব ডায়রিয়া বা রক্ত আমাশয় বা ডিসেন্ট্রি বলে। জ্বর থাকে, পেট ব্যথা করে , বমি হয়।
- পারসিসটেন্ট ডায়রিয়া - হঠাৎ করেই ডায়রিয়া শুরু হয় কিন্তু ১৪ দিন পরেও ভালো হয় না সেই ডায়রিয়াকে পারসিসটেন্ট ডায়রিয়া বলে । গায়ে গায়ে জ্বর থাকে, মুখে রুচি থাকে না, বমি বমি ভাব হয়, ওজন কমতে থাকে।

অনুসন্ধান (Investigation)

- স্টুল রুটিন এক্সামিনেশন (Stool R/E)
- স্টুল কালচার (Stool C/S)

চিকিৎসা (Treatment)

১) যে সব শিশু বুকের দুধ খায় তাদের বুকের দুধই দিতে হবে। যে সব বাচ্চারা ভাত খায় তাদের স্বাভাবিক খাবার দিতে হবে । পোলাউ, বিরিয়ানি বা তেল যুক্ত খাবার পরিহার করতে হবে।

২) ঘন ঘন খাবার স্যালাইন খাওয়াতে হবে। প্রথম দিনে কোন রকম ওষুধ না খাওয়ানোই উচিত। ডায়রিয়া এমনিতেই ভাল হয়ে যায়।

CamScanner

৩) এন্টি মাইক্রোবিয়াল এজেন্ট দিতে হবে

Metranidazol -200, 400 mg, sup (মেট্রোনিডাজল) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Syp. Amodis(এমোডিস)
- Syp. Filmet (ফিলমেট)
- Syp. Metryl (মেট্রিল)
- Syp. Flamyd(ফ্লামিড) হিসেবে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ওজন ১০ কেজির নীচে হলে ১/২ চামচ করে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে।ওজন বেশি হলে মাত্রা ঠিক করে সিরাপ দিতে হবে। ট্যাবলেট খেতে পারলে ২০০ মিলিগ্রামের ট্যাবলেট ১ টা করে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে।

অথবা

- Nalidixic Acid (ন্যালিডিক্সিক)
- Syp. Nalid (ন্যলিড)
- Syp. Naligram (ন্যালিগ্রাম) হিসেবে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ৫৫ মিলিগ্রাম/ কেজি / ডে হিসেবে দিতে হবে। এই হিসেব অনুযায়ী ১৫ কেজির শিশুদের জন্য ১ চামচ করে দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে। ১ চামচে থাকে ৩০০ মিলিগ্রাম। এভাবে ওজন হিসেব করে দিতে হয়।

অথবা

- Ornidazol -500 mg (অরনিডাজল)
- Tab. Robic (রবিক)
- Tab. Ornizol (অরনিজল)
- Tab. Ornid(অরনিড) হিসেবে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। ছোটদের জন্য ১/২ করে দিনে ২ বার ৩ দিন, বড়দের জন্য ১ টা করে দিনে ২ বার ৩ দিন দিতে হবে ।

অথবা

Pivmecillinum-200 mg (পিভমিসেলিনাম) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Selexid (সেলিক্সিড)
- Tab. Pivicil (পিভিসিল)
- Tab. Alexid (এলেক্সিড) হিসেবে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। ছোটদের জন্য ১/২ করে দিনে ৩ বার ৫ দিন, বড়দের জন্য ১ টা করে দিনে ৩ বার ৫ দিন দিতে হবে ।

৪) এন্টিবায়োটিক

রক্ত আমাশা বা ডিসেন্ট্রি হলে বা ১৪ দিনের মধ্যে ডায়রিয়া ভাল না হলে বা যে কোন ইনফেকশন জনিত কারনে ডায়রিয়া হলে এন্টিবায়োটিক দিতে হবে।

CamScanner

* Azithromycin- 250 mg ,500 mg, Syrap (এজিথ্রোমাইসিন) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Syp. Zimax (জিমেক্স)
- Syp. Zithrin (জিথ্রিন)
- Syp. Zithrox (জিথ্রক্স)
- Syp. Azin (এজিন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১/২ চামচ করে ১ বার ৫ দিন., ওজন বেশি হলে সিরাপের মাত্রা বাড়িয়ে দিয়ে দিনে ১ বার ৫ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা ৫০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ১ বার করে ৫ দিন দিতে হবে ।

অথবা

* Cefixim -200,400 mg., Syrap (সেফিক্সিম) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Orcef (ওরসেফ) - Renata
- Tab. Cef-3 (সেফ -৩) - Square
- Cap. Roxim (রক্সিম) - SKF
- Cap .Emixef (এমিক্সেফ) নামে পাওয়া যায় ।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১/২ চামচ করে ২ বার ৭ দিন ,ওজন বেশি হলে সিরাপের মাত্রা বাড়িয়ে দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা ২০০ বা ৪০০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে।

অথবা

* Cetriaxone (সেফট্রিএক্সন) 1 gm, 2gm গ্রুপের ইনজেকশন দিতে হবে যা বাজারে

- Inj. Ceftron(সেফট্রোন)
- Inj. Triject (ট্রাইজেক্ট)
- Inj. Ceftizone(সেফটিজোন)
- Inj.Arixon (এরিক্সন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে 500mg ইনজেকশন মাংস পেশি বা শিরা পথে দিতে হবে, প্রতিদিন ১ টা করে ৭ দিন, বয়স ভেদে মাত্রা ভিন্ন রকম হবে। বড়দের জন্য 2 gm ইনজেকশন দিনে ২ বার করে দিতে হবে ৭ দিন।

৫) পেট ব্যথার জন্য

* Hyosine-N-Butyl bromide (হাইওসিন এন বিউটাইল ব্রোমাইড জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab.Spanil (স্পানিল)
- Tab. Hysomide (হাইসোমাইড)
- Tab. Butapan (বুটাপ্যান) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না।.ছোটদের জন্য ১/২ করে দিনে ৩ বার ৩ দিন, বড়দের জন্য ১ টা করে দিনে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে।

অথবা

CamScanner

* Dicyclovein (ডাইসাইক্লোভেরিন) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. cyclopan (সাইক্লপ্যান),
- Colicon (কলিকন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১ চামচ থেকে কম করে দিনে ২ বা ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে। ওজন বেশি হলে মাত্রা ঠিক করে নিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ট্যাবলেট দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

৬) পেট ফাপার জন্য

* Esomeprazol -20 (ইসোমিপ্রাজল) গ্রুপের ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Tab. Maxpro (ম্যাক্সপ্রো)
- Tab. Esonix (ইসোনিক্স)
- Tab. Esopra (ইসোপ্রা)
- Tab. Esoral (ইসোরাল) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। বড়দের জন্য ১ টা করে ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে।

অথবা

* Rabiprazol-20 mg (র‍্যাবিপ্রাজল) গ্রুপের ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে –

- Tab. Finix (ফিনিক্স)
- Tab.Rebeca (রেবেকা)
- Tab. Profast (প্রোফাস্ট)
- Tab.Rasonix (র‍্যাসোনিক্স)
- Tab. Reb (রেব
- Tab.Rabizol (র‍্যাবিজল) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। ছোটদের জন্য ১ টা ১০ মিলিগ্রামের ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে।

৭) পায়খানা বন্ধের জন্য

* Loperamide -2 mg (লোপেরামাইড) গ্রুপের ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Cap. Imotil (ইমোটিল)
- Cap. Lopamid (লোপামিড)
- Cap. Loparin (লোপেরিন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১ টা ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে, ৮ ঘন্টা পর আরো ১ টা ক্যাপসুল দিতে হবে ।

CamScanner

৮) ডিহাইড্রেশন হলে

শিরা পথে I/V স্যালাইন দিতে হবে যা বাজারে

- inf. Dianek (ডায়ানেক)
- Inf. Coloride (কলোরাইড) নামে পাওয়া যায়।

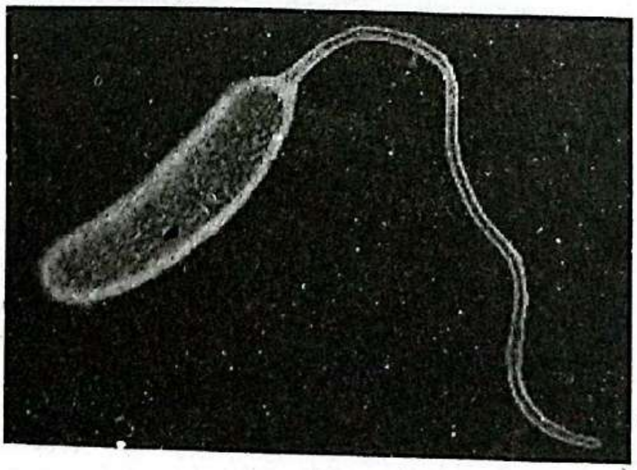
মাত্রা - ডায়রিয়া হলে শরীর থেকে প্রচুর পানির সাথে সোডিয়াম, পটাশিয়াম বের হয়ে যায়। কাজেই তীব্র পানি স্বল্পতা হলে প্রথম ১ ঘন্টায় ৩০ মিলি/কেজি হিসেবে আইভি স্যালাইন দিতে হবে। যদি ওজন ২০ কেজি হয় তাহলে ৬০০ মিলিলিটার দিতে হবে প্রথম ১ ঘন্টায়, পরে ধীরে ধীরে স্যালাইন দিতে হবে। অল্প পানি স্বল্পতা হলে শিরা পথে ২০/ ৩০ ফোটা করে দিতে হবে অথবা ঘন ঘন খাবার স্যালাইন দিতে হবে।

কলেরা (Cholera)

কলেরা একটি সংক্রমিত রোগ, এ রোগের.জীবানুর নাম ভিব্রিও কলেরি। একটা সময় ছিল যখন এই রোগ মহামারি আকারে ছড়িয়ে পড়ত এবং বহু লোক মারা যেত শুধু অজ্ঞতার জন্য। সেই সময় কলেরা হলে রুগিকে পানি খাওয়ানো হতো না ফলে রুগি ডিহাইড্রেশনের কারনেই মারা যেত। সময় বদলে গেছে মানুষের সচেতনতা বেড়েছে বলেই কলেরা এখন আর তেমন দেখা যায় না।

উপসর্গ (Clinical feature)

- ঘন ঘন পাতলা পায়খানা হয়।
- পরে শুধু চাল ধোয়া পানির মত পায়খানা হয়।
- পেটে ব্যথা থাকেনা কিন্তু বমি হয়।
- খুব পিপাসা হয়, গলা শুকিয়ে যায়, চোখ বসে যায়।
- পালস কমে যায়, প্রেশার কমে যায়।
- পানির অভাবে শরীর নিস্তেজ হয়ে যায়, রুগি মারা যায়।



এবং

* Omeprazole (ওমেপ্রাজল) গ্রুপের ইনজেকশন দিতে হবে যা বাজারে
  - Inj. Losectil (লসেকটিল)
  - Ing. Seclo (সেকলো) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১ এম্পুল ১২ ঘন্টা পর পর শিরা পথে দিতে হবে ।

জন্ডিস (Jaundice)

মানুষের শরীরে বিলিরুবিনের একটা নির্দিষ্ট মাত্রা আছে। এই মাত্রার বেশি হয়ে গেলে চোখ সহ শরীরের বিভিন্ন অংশ হলুদ হয়ে যায়, এই অবস্থাকে বলা হয় জন্ডিস। রক্তে বিলিরুবিনের মাত্রা ০.৩ থেকে ১ মিলিগ্রাম/ ১০০মিলিলিটার।

প্রকারভেদ (Classification) - জন্ডিস তিন ধরনের

১) হেমোলাইটিক জন্ডিস - বিভিন্ন রোগের কারনে আর বি সি ভেংগে বিলিরুবিন বেরিয়ে এসে রক্তে বিলিরুবিনের মাত্রা বাড়িয়ে দেয় ফলে জন্ডিস হয়।

২) হেপাটোসেলুলার জন্ডিস - লিভার সেল গুলো কোনো কারনে ক্ষতিগ্রস্ত হলে এই সেল গুলোর ধারন ক্ষমতা কমে যায় এবং সঠিক মাত্রায় বিলিরুবিন গ্রহন করতে পারে না । ফলে রক্তে বিলিরুবিন বেশি হয় এবং জন্ডিস দেখা দেয়।

৩) অবস্ট্রাকটিভ জন্ডিস - লিভারে বিলিরুবিন আসার পর কিছুটা প্রসেস হয়ে হেপাটিক ডাক্ট দিয়ে ডিওডেনামের ২য় অংশে আসে পরে সেই বিলিরুবিন রুপান্তরিত হয়ে শরীর থেকে বেরিয়ে যায়। কোনো কারনে হেপাটিক ডাক্ট দিয়ে যাওয়ার পথে বাধাগ্রস্ত হলে এরা আবার রক্তেই ফিরে আসে ফলে জন্ডিস দেখা দেয় ।

কারন (Cause)

- অতিরিক্ত মদ পান করলে ।
- গল ব্লাডারে পাথর হলে।
- লিভার সিরোসিস্ হলে।
- লিভার ক্যান্সার হলে।
- হেপাটাইটিস -এ বা বি রোগ হলে, যারা অস্বাস্থ্যকর পরিবেশে থাকে, পয়প্রনালির ভালো ব্যবস্থা নেই, দুষিত পানি পান করে তাদের হেপাটাইটিস-এ রোগ বেশি হয়।

উপসর্গ (Clinical feature)

- চোখ, মুখ, হাত পা হলুদ হয়ে যায়
- প্রস্রাব হলুদ হয়ে যেতে পারে
- বমি বমি ভাব হয়, কখনো বমি হয়
- কালো পায়খানা হতে পারে
- কোষ্ঠ্য কাঠিন্য হতে পারে
- জ্বর থাকতে পারে
- খাবারে অরুচি হয়
- শরীর চুলকাতে পারে

CamScanner

অনুসন্ধান (Investigation)

- Serum Bilirubin (সিরাম বিলিরুবিন) - বিলিরুবিনের মাত্রা বেড়ে যায়।
- SGPT, SGOT (এসজিপিটি, এসজিওটি) - লেবেল বেড়ে যাবে।
- Prothrombin Time (প্রোথ্রমবিন টাইম) - বেড়ে যাবে।
- HBsAG (এইচ বি এস এজি) - হেপাটাইটিস বি নির্ণয়।

চিকিৎসা (Treatment)

১) রুগি মুখে খেতে না পারলে 10 % Glucose Saline (স্যালাইন) দিতে হবে যা বাজারে

- Inf. Dexaqua (ডেক্সাকোয়া)
- Inf. Dexoride (ডেক্সোরাইড)
- Inf. Libot-S (লিবট- এস) নামে পাওয়া যায়।

স্যালাইনের ভেতর ইঞ্জেকশন আকারে Vitamin B Complex (ভিটামিন বি কমপ্লেক্স) দিতে হবে যা বাজারে V-Plex (ভি- প্লেক্স) নামে পাওয়া যায় সাথে ভিটামিন সি দিতে হবে যা বাজারে Ing. Ascoson (এসকোসন) নামে পাওয়া যায়।

২) গ্যাস্ট্রিকের জন্য

* Rabiprazol-20 mg (র‍্যাবিপ্রাজল) গ্রুপের ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Tab. Finix (ফিনিক্স)
- Rebeca (রেবেকা)
- Profast (প্রোফাস্ট)
- Rasonix (র‍্যাসোনিক্স) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। বড়দের জন্য ১ টা করে ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৭ দিন দিতে হবে। ছোটদের জন্য ১০ মিলিগ্রামের ট্যাবলেট দিতে হবে।

অথবা

* Semithacone (সিমিথাকন) সংযুক্ত ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Syp. Entacyd Plus (এন্টাসিড প্লাস)
- Syp.Flatameal DS, (ফ্লাটামিল ডিএস)
- Syp.oxecone- S(অক্সিকোন এস) নামে পাওয়া যায়।
- নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ৩ চামচ করে ৩ বার ১ ফাইল।

অংবা

* Sucral fat -500 mg (সুকরাল ফ্যাট) জাতিয় ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Tab. Gastral fat (গ্যাস্ট্রাল ফ্যাট)
- Tab. Antepsin (এন্টেপসিন)
- Tab. Ulsenic (আলসেনিক) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না ।বড়দের জন্য ১ টা করে ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে দিতে হবে।

৩) বমি বন্ধের জন্য

* Ondensetron- 4, 8 mg (অনডেনসেটরন) গ্রুপের ওষুধ খাওয়াতে হবে , বাজারে

- Tab. Ofran (ওফরান)
- Tab. Zofra (জোফরা)
- Tab. Emistet (এমিস্টেট) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে ১/২ চামচ বা ১ চামচ করে দিনে ২ বার ৩ দিন দিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ১০ মিলিগ্রাম ট্যাবলেট দিনে ২ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

* Proclorparazin (প্রোক্লোরপ্যারাজিন) গ্রুপের ইনজেকশন মাংসপেশিতে ১ এম্পুল দিলে দ্রুত বমি বন্ধ হয়ে যায় , বাজারে এটি

- Inj. Vergon (ভারগন)
- Ing. Motilon (মটিলন) নামে পাওয়া যায় ।

অথবা

* Domperidon (ডমপেরিডন) গ্রুপের ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Omidon(ওমিডন)
- Tab.Motigut (মোটিগাট)
- Tab. Don-A (ডন-এ)
- Tab,Domin (ডোমিন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১ টা করে ২ বার বা ৩ বার ৩ দিন। ছোটদের জন্য সিরাপ আকারে দিতে হবে। ১০ কেজির জন্য ১ চামচ।

CamScanner

৪) পেট ব্যথা কমানোর জন্য

* Hyosine-N-Butyl bromide (হাইওসিন এন বিউটাইল ব্রোমাইড) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab.Spanil . (স্পানিল)
- Tab. Hysomide (হাইসোমাইড)
- Tab. Butapan (বুটাপ্যান) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - সিরাপ আকারে পাওয়া যায় না। ছোটদের জন্য ১/২ করে দিনে ৩ বার ৩ দিন, বড়দের জন্য ১ টা করে দিনে ৩ বার ৩ দিন দিতে হবে।

অথবা

* Dicycloverin (ডাইসাক্লোভেরিন) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. cyclopan (সাইক্লপ্যান)
- Tab. Colicon(কলিকন) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ কেজির নীচে হলে ১ চামচ থেকে কম করে দিনে ২ বা ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে। ওজন বেশি হলে মাত্রা ঠিক করে নিতে হবে। বড়দের জন্য ১ টা করে ট্যাবলেট দিনে ৩ বার করে ৩ দিন দিতে হবে।

অথবা

* Tymonium Methyl Sulfet (ট্রামোনিয়াম মিথাইল সালফেট) জাতিয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Tab. Algin (এলজিন)
- Tab.Tynium (টাইনিয়াম)
- Tab. Norvis (নরভিস)
- Tab. Timothy (টিমথি) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে আধা চামচ থেকে ১ চামচ করে দিতে হবে দিনে ৩ বার করে ৩ দিন। ওজন ২০ কেজির বেশি হলে ১ চামচ করে দিতে হবে ,. বয়স্কদের জন্য ১ টা করে ৩ বার দিতে হবে ৩ দিন, প্রয়োজনে বেশি দিন দিতে হবে ইনজেকশন আকারেও পাওয়া যায়, ১ এম্পুল শিরা পথে দিলে দ্রুত ব্যথা কমে যায় ।

৫) কোষ্ঠ্য কাঠিন্য হলে

* Lactulose জাতীয় ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে

- Syp. Osmolax (অসমোলাক্স)
- Syp. Inolac (ইনোলাক)
- Syp. Avolac (এভোলাক)
- Syp. Dlac (ডিলাক)
- Syp. Laclose(ল্যাকলোজ) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে ১/২ চামচ থেকে ১ চামচ করে দিতে হবে দিনে ১ বার করে ৭ দিন । ওজন ২০ কেজির বেশি হলে ২ চামচ করে দিতে হবে , বয়স্কদের জন্য ৩ চামচ করে ১ বার দিতে হবে ৭ দিন, প্রয়োজনে মাত্রা বেশি করে ২ বার দেয়া যায়।

অথবা

- Syp. Milk of magnesia (মিল্ক অব ম্যাগনেশিয়া)
- Syp. Magmil (ম্যাগমিল) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - বয়স ভেদে ১/২ চামচ থেকে ১ চামচ করে দিতে হবে দিনে ১ বার করে ৭ দিন । ওজন ২০ কেজির বেশি হলে ২ চামচ করে দিতে হবে , বয়স্কদের জন্য ৩ চামচ করে ১ বার দিতে হবে ৭ দিন।

অথবা

* Bisacodyl (বিসাকোডিল) গ্রুপের ওষুধ দেয়া যেতে পারে যা বাজারে

- Tab. Duralax (ডুরালাক্স)
- Tab. Dulcolax (ডালকোলাক্স) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০ বছরের নীচে হলে ১ টা করে আর ১০ বছরের ওপরে হলে ২ টা করে প্রতি রাতে খেতে হবে । প্রয়োজনে ৩ টা ওষুধ বা দিনে ২ বার করে দেয়া যেতে পারে।

* ইসোবগুল নিয়মিত খেলে পেট ভালো থাকে । বাজারে বিভিন্ন নামে পাওয়া যায় যেমন

- Ispargul sachet , pac (ইসপারগুল সাসেট)
- Laxate Sachet (ল্যাক্সেট সাসেট) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১ গ্লাস পানিতে ১ টা সাসেট বা ২ চামচ ইসবগুল মিশিয়ে প্রতিদিন খেতে হবে।

অথবা

* Macrogol and Electrolytes (ম্যাক্রগল এবং ইলেক্ট্রোলাইট) সংযুক্ত ওষুধ দিতে হবে যা বাজারে Syp.Gol (গল) নামে পাওয়া যায়।

মাত্রা - ১০০ মিলিলিটার পানির সাথে ২৫ মিলিলিটার ওষুধ মিলিয়ে খেতে হবে

উপদেশ (Advice)

- রুগিকে পূর্ণ বিশ্রামে রাখতে হবে।
- স্বাভাবিক সব ধরনের খাবার দিতে হবে।
- পানি বেশি খেতে হবে।
- নির্দিষ্ট রোগের পাশাপাশি লক্ষন অনুযায়ি চিকিৎসা দিতে হবে ।

CamScanner