FACTSHEET

অস্বীকারমূলক বিবৃতি: এই তথ্য পাতাটি শুধুমাত্র শিক্ষার উদ্দেশ্যে দেয়া হয়েছে। যদিও ইংরেজী থেকে অনুবাদ করতে সকল যথাসাধ্য চেষ্টা করা হয়েছে, তথাপি ভাষা অনুবাদ একটি অত্যন্ত জটিল কাজ এবং সেজন্য পৃথক অনুবাদের ক্ষেত্রে কিছু ত্রুটি পাওয়া যেতে পারে। এই তথ্য যাতে আপনার সন্তানের জন্য সঠিক হয় তা নিশ্চিত করতে, দয়া করে আপনার ডাক্তার এবং অন্যান্য পেশাদার স্বাস্থ্য কর্মীর সাথে আলোচনা করুন।

নবজাতক শিশুদের জন্ডিস
Jaundice in newborn babies

জন্ডিস ত্বকের এবং চোখের সাদা অংশের একটি হলুদাভ রং। সকল স্বাভাবিক নবজাতক শিশুদের মধ্যে প্রায় অর্ধেকের জন্ডিস দৃশ্যমান হয়। এটি সাধারণত কোন সমস্যা তৈরী করে না এবং সাধারণত জন্মের প্রথম সপ্তাহের শেষের দিকে চলে যায়। যদি জন্মের ২৪ ঘন্টার মধ্যে জন্ডিস দেখা যায়, অথবা ২ সপ্তাহ পরেও থেকে যায়, তাহলে আপনার ডাক্তার অথবা স্থানীয় হাসপাতালের সাথে যোগাযোগ করুন।

কি কারণে হলুদ রং হয়?
What causes the yellow colour?

মানুষের শরীরে সর্বদা নতুন রক্ত তৈরী হয় এবং পুরাতন রক্ত নষ্ট হয়ে যায়। নষ্ট হয়ে যাওয়া এই লোহিত রক্ত কণিকার একটি উপাদানকে বিলিরুবিন বলা হয়। বিলিরুবিন সাধারণত প্রক্রিয়াজাতের জন্য লিভার/যকৃতে যায় (একে কনজুগেশন বলা হয়) এবং তারপর শরীর থেকে মলের মাধ্যমে বেরিয়ে যায়। শিশুর জন্মের প্রথম কয়েকদিন লিভার ততটা ভালোভাবে কাজ করে না যা পরবর্তীতে করে, তাই রক্তে বিলিরুবিন জমা হওয়ার প্রবণতা দেখা দেয়। এর ফলে ত্বক এবং চোখের সাদা অংশে হলুদ রং দেখা যায়।

জন্ডিস কি ক্ষতিকারক?
Is jaundice harmful?

বেশীরভাগ শিশুদের জন্য জন্ডিস ক্ষতিকর নয়। রক্তে অপ্রক্রিয়াজাত বিলিরুবিন (আনকনজুগেটেড) অতি উচ্চ মাত্রায় থাকলে তা শ্রবণ সমস্যা এবং মস্তিষ্কের ক্ষতি করতে পারে। বিলিরুবিনের মাত্রা যাতে খুব বেশী বেড়ে না যায় সেজন্য হাসপাতালে যত্ন নেয়া হয়। মাত্রা খুব বেশী হলে কখনো কখনো শিশুদের চিকিৎসার প্রয়োজন হবে। এই পরিস্থিতিতে সবচেয়ে সাধারণ চিকিৎসা হলো শিশুকে বিশেষ আলোর নীচে রাখা (একে আলোচিকিৎসা বলা হয়)

দীর্ঘায়িত জন্ডিস **যকৃত রোগের** কারণেও হতে পারে। এই কারণে যদি জন্ডিস দীর্ঘায়িত হয় (২ সপ্তাহের বেশী হলে) তাহলে আপনার স্থানীয় ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করা জরুরী। যকৃত রোগের একটি লক্ষণ হতে পারে শিশুর পায়খানা গাঢ় হলুদ, সবুজ অথবা বাদামী রংয়ের পরিবর্তে **খুব ফ্যাকাশে** হবে। যকৃতে কোন সমস্যা আছে কিনা তা জানার জন্য সবচেয়ে ভালো পদ্ধতি হলো রক্তে বিলিরুবিনের মাত্রা পরীক্ষা করা **(সম্পূর্ণ বিলিরুবিন এবং কনজুগেটেড বিলিরুবিনের পরিমাপ দুটোই)**।

যকৃতের রোগের কারণে জন্ডিস হলে অনতিবিলম্বে তা তদন্ত করা প্রয়োজন যাতে যথাযথ চিকিৎসা শুরু করা যায়।

কোন ধরনের শিশুদের জন্ডিস হওয়ার সম্ভাবনা আছে?
Which babies are more likely to have jaundice?

জন্ডিস হতে পারে এমন শিশুদের মধ্যে আছে:

- অপরিপক্ক শিশু।
- যে সকল শিশুদের সংক্রমণ আছে, যেমন মূত্রনালীর সংক্রমণ।
- রেসাস অথবা আর এইচ শিশু। মায়ের রক্তের গ্রুপের সাথে অমিল এমন শিশুর রক্ত কণিকা আরো দ্রুত নষ্ট হয়ে গিয়ে জন্ডিসের কারণ তৈরী করে।

NSW KIDS + FAMILIES

the children's hospital at Westmead — The Sydney children's Hospitals Network

SYDNEY CHILDREN'S HOSPITAL RANDWICK — The Sydney children's Hospitals Network

Kaleidoscope CHILDREN, YOUNG PEOPLE AND FAMILIES

This document was last reviewed on 15 May 2015.

©The Children's Hospital at Westmead, Sydney Children's Hospital, Randwick and Kaleidoscope Children, Young People and Families

বুকের দুধ খাওয়ানো শিশুদেরও দীর্ঘায়িত জন্ডিস হতে পারে যেমন ৪ সপ্তাহ বা তারো বেশী, এর কারণ সম্পূর্ণভাবে বোঝা যায় না। যাহোক, এটি একটি “রোগ সম্ভাবনা পরিত্যাগের মাধ্যমে রোগ নির্ণয়” এবং এটি স্বয়ংক্রিয়ভাবে গ্রহণ করা উচিত নয় যে বুকের দুধ শিশুর দীর্ঘায়িত জন্ডিসের কারণ।

যে সকল শিশুদের যকৃতের রোগ আছে। এই সকল শিশুদের প্রাথমিক পর্যায়ে ভালো দেখাতে পারে। শিশুর পায়খানার রং লক্ষ্য করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। যদি ফ্যাকাশে হয়, তাহলে শিশুর প্রক্রিয়াজাত (কনজুগেটেড) বিলিরুবিনের মাত্রা দেখার জন্য রক্ত পরীক্ষা করা উচিত। যদি মাত্রা বেশী হয় তাহলে যত দ্রুত সম্ভব শিশুকে বিশেষজ্ঞ ডাক্তার (যাদেরকে পেডিঅ্যাট্রিক অন্ত্রবিদ বলা হয়) তাদের কাছে পাঠানো প্রয়োজন। যকৃতের সাধারণ রোগ যার কারণে শিশুদের জন্ডিস হয়, তা এমন একটি অবস্থা যাকে **বিলিয়ারি অ্যাটরেসিয়া** বলা হয়ে থাকে।

শিশুর কতটুকু জন্ডিস আছে তা পরিমাপ করা
Measuring how much jaundice the baby has

রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে বিলিরুবিনের মাত্রা পরিমাপ করা হয়। এছাড়াও কিছু হাসপাতালে স্ক্রীনিং পরীক্ষা হিসাবে শিশুর ত্বকে একটি যন্ত্র ব্যবহার করা হয় যা রক্ত পরীক্ষার প্রয়োজন হবে কিনা তা সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করে।

লিভারের রোগের কারণে জন্ডিস হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত হতে রক্ত পরীক্ষার প্রয়োজন। এর জন্য লিভার ফাংশন পরীক্ষা এবং **মোট** ও **কনজুগেটেড** বিলিরুবিনের অংশ পরিমাপের প্রয়োজন হয়।

নোট: অনেক পরীক্ষাগার শুধুমাত্র মোট বিলিরুবিন পরিমাপ করে, যদি না ডাক্তার বিশেষভাবে কনজুগেটেড বিলিরুবিনের অংশ পরিমাপ করতে অনুরোধ করে।

হাসপাতালের কর্মীরা একটি রক্ত পরীক্ষা করবে যদি:

- অপরিপক্ক শিশু হওয়ার ঝুঁকি থাকে।
- জীবনের প্রথম দিন থেকে জন্ডিসের উপস্থিতি থাকে।
- জন্ডিস যদি ব্যাপকভাবে থাকে।
- দুই সপ্তাহ বয়সের পরেও জন্ডিস চলতে থাকে।

চিকিৎসা
Treatment

প্রথম সপ্তাহে মৃদু জন্ডিসের জন্য তরল ছাড়া আর কোন চিকিৎসার প্রয়োজন নাই। নবজাতকের জন্য বেশী পরিমানে তরল গ্রহণ অপরিহার্য কারণ জন্ডিস অনেক সময় পানিশূণ্যতার কারণে খারাপ দিকে মোড় নেয়।

মধ্যম ধরনের জন্ডিস চিকিৎসায় আপনার শিশুকে নগ্ন করে (চোখের উপর প্রতিরক্ষামূলক মাস্ক থাকবে) উজ্জল আলো অথ বা নীলাভ রঙের আলোর নীচে রাখা হয়। একে **আলোচিকিৎসা (ফটোথেরাপী)** বলা হয় এবং নিরাপদভাবে বিভিন্ন উপায়ে এটি দেয়া যায়। ফটোথেরাপীর আলো ত্বকের বিলিরুবিনকে ভেঙ্গে ফেলে এবং জন্ডিসকে ফ্যাকাশে করে (বা এর মাত্রা কমিয়ে দেয়)। এই আলো চিকিৎসার ফলে শিশুর পাতলা পায়খানা হতে পারে। শিশুকে বেশী করে তরল খাওয়ানোর মাধ্যমে এই সমস্যার মোকাবেলা করা যায়। তত্ত্বাবধান ছাড়া সারাসরি সূর্যের আলোতে রাখার জন্য **সুপারিশ করা হয় না**, কারণ এটি ক্ষতিকারক হতে পারে, যার ফলে সানবার্ন হয়।

গুরুতর জন্ডিসের ক্ষেত্রে আপনার শিশুকে একটি বিশেষ ব্লাড ট্রান্সফিউশন দেয়ার প্রয়োজন হতে পারে যেখানে আপনার শিশুর রক্ত নতুন রক্ত দ্বারা প্রতিস্থাপন (বদলানো) করা হয়, এতে করে বিলিরুবিনকে সিষ্টেম থেকে বের করে দেয়া হয়।

যদি যকৃতের রোগের প্রমাণ পাওয়া যায় (যেমন ফ্যাকাশে পায়খানা, গাঢ় রঙের প্রস্রাব, বেশী মাত্রায় কনজুগেটেড বিলিরুবিন, অস্বাভাবিক লিভারের কার্যক্রম পরীক্ষা) তাহলে অবিলম্বে পেডিঅ্যাট্রিক অন্ত্রবিদের কাছে পাঠানো প্রয়োজন।

জন্ডিস হতে কি কোন ধরনের দীর্ঘমেয়াদি সমস্যা হতে পারে?
Are there any long-term problems from jaundice?

সাধারণত শিশুদের মধ্যে জন্ডিসের প্রভাবে কোন দীর্ঘমেয়াদী সমস্যা দেখা যায় না। যেসকল শিশুদের অধিক মাত্রায় জন্ডিস ছিল, তাদের নিয়মিত বিরতিতে শ্রবণের পরীক্ষা করানো উচিত। এটি নিয়ে আপনার ডাক্তার অথবা প্রাথমিক শৈশব নার্সের সাথে আলোচনা করা উত্তম। উচ্চ মাত্রার জন্ডিসের কারণে মস্তিষ্কের ক্ষতি এখন খুবই বিরল কারণ জীবনের প্রথম কিছুদিন হাসপাতালে অথবা হাসপাতাল থেকে শীঘ্র ডিসচার্জ নিয়ে বাড়িতে থাকাকালীন সময়ে জন্ডিসের মাত্রা সাবধানতার সাথে পর্যবেক্ষণ করা হয়।

মনে রাখবেন

- যদি জন্ডিস ২ সপ্তাহের পর থেকে যায়, তাহলে আপনার ডাক্তার অথবা হাসপাতালের সাথে যোগাযোগ করুন।
- যদিও বুকের দুধ দীর্ঘায়িত জন্ডিসের সাধারণ কারণ, তবে আপনার ডাক্তার অথবা হাসপাতালের উচিত আপনাকে স্মরণ করিয়ে দেয়া যে অন্যান্য কারণেও জন্ডিস হতে পারে যেমন যকৃতের রোগ।
- ফ্যাকাশে পায়খানা এবং গাঢ় রঙের প্রস্রাব যকৃত রোগের ইঙ্গিত বহন করে। এই পরিস্থিতিতে সম্পূর্ণ এবং কনজুগেটেড বিলিরুবিনের পরিমাণ এবং যকৃতের কার্যকারীতা পরীক্ষা করার জন্য রক্ত পরীক্ষা করা গুরুত্বপূর্ণ।

©The Children's Hospital at Westmead, Sydney Children's Hospital, Randwick and Kaleidoscope Children, Young People and Families