অত্যাবশ্যকীয় সেবা প্যাকেজ

প্রশিক্ষণ মডিউল ৬

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট
হেল্‌থ এণ্ড পপুলেশন এক্সটেনশন ডিভিশন
ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর ডায়রিয়াল ডিজিজ রিসার্চ, বাংলাদেশ

WQ 100.JB2 RE
B418e FOR HEALTH AND
1998 POPULATION RESEARCH
cop.2

ICDDR,B LIBRARY
DHAKA 1212

M16219

অত্যাবশ্যকীয় সেবা প্যাকেজ

Essential Services Package (ESP)

প্রশিক্ষণ মডিউল - ৬

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা

(Management of Acute Respiratory Infection)

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট
হেল্‌থ এণ্ড পপুলেশন এক্সটেনশন ডিভিশন
ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর ডায়রিয়াল ডিজিজ রিসার্চ, বাংলাদেশ

১৯৯৮

ICDDR,B Special Publication No. 80

16 SEP 1998

প্রণয়নে	ঃ	ডাঃ সুরাইয়া বেগম
সহযোগিতায়	ঃ	ডাঃ সুমনা সাফিনাজ
পরিকল্পনায়	ঃ	ডঃ আবদুল্লাহ-হেল বাকী প্রফেসর বরকত-ই-খুদা ডঃ ক্রীস টুনন
কম্পিউটার কম্পোজ	ঃ	সুভাষ চন্দ্র সাহা মোঃ ইউসুফ
প্রচ্ছদ পরিকল্পনা	ঃ	আসেম আনসারী
কালার স্ক্যানিং	ঃ	গ্রাফিক স্ক্যান লিঃ
প্রচ্ছদ ছবি	ঃ	এ আর আই প্রকল্প থেকে সংগৃহীত

ICDDR,B Special Publication No.80
ISBN: 984-551-158-9

© 1998, International Centre for Diarrhoeal Disease Research, Bangladesh

ICDDR,B LIBRARY
ACCESSION NO. 031615
CLASS NO. WQ 100 JB2
SOURCE | COST

প্রকাশনায়ঃ
অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট
হেলথ্ এণ্ড পপুলেশন এক্সটেনশন ডিভিশন
ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর ডায়রিয়াল ডিজিজ রিসার্চ, বাংলাদেশ (আইসিডিডিআর,বি)
জি.পি.ও. বক্স নং ১২৮, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ফোনঃ ৮৮০-২-৮৭১৭৫২ - ৮৭১৭৬০; ফ্যাক্সঃ ৮৮০-২-৮৭১৫৬৮ ।

প্রচ্ছদ মুদ্রনেঃ *সেবা প্রিন্টিং প্রেস, ঢাকা*

WQ 100.JB2
B418e
1998
Cop. 2

ICDDR,B LIBRARY
DHAKA 1212

সচিব
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

শুভেচ্ছা

গত দেড়যুগেরও বেশী সময় ধরে গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার এবং আই সি ডি ডি আর বি-র অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট (যা ইতিপূর্বে এম.সি.এইচ. এফ.পি. আরবান ও রুরাল এক্সটেনশন প্রজেক্ট নামে দু'টি পৃথক প্রজেক্ট হিসেবে কার্যরত ছিল) যৌথভাবে কাজ করে আসছে। অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট মাঠ পর্যায়ে বিভিন্ন বিষয়ে প্রায়োগিক গবেষণার মাধ্যমে জাতীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচীর ব্যবস্থাপনা উন্নয়ন, সেবার মান বৃদ্ধি ও স্থায়িত্বশীলতা অর্জনের পথ ও পদ্ধতি নিরূপণে কাজ করে চলেছে। উল্লেখ্য যে, এই প্রজেক্টের গবেষণালব্ধ সুফল জাতীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচীতে অর্ন্তভূক্ত হয়ে আসছে।

বর্তমানে জাতীয় স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কর্মসূচীর আওতায় অত্যাবশ্যকীয় সেবা প্যাকেজ প্রদানের প্রয়োজনীয়তা সংশ্লিষ্ট সকল মহল কর্তৃক স্বীকৃত হয়েছে। স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা সেবার গ্রহণযোগ্যতা বৃদ্ধির অন্যতম প্রধান শর্ত হচ্ছে উন্নত মানের সেবা প্রদান এবং আমরা জানি, উন্নতমানের সেবাপ্রদানের নিশ্চয়তা বিধানের জন্য কার্যকরী প্রশিক্ষণের ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। সেবা প্রদানের সঠিক নির্দেশনা ইতিপূর্বে বাংলা ও ইংরেজী ভাষায় অত্যাবশ্যকীয় স্বাস্থ্যসেবা প্যাকেজ প্রটোকল প্রকাশিত হয়েছে।

স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীরা যেন সঠিক উপায়ে এবং যথাযথভাবে এই প্রটোকলটি ব্যবহার করে সেবা দিতে পারেন, সে উদ্দেশ্যে এই প্রশিক্ষণ প্যাকেজটি প্রণয়ন করা হয়েছে। এতে প্রশিক্ষণ অধিবেশন পরিচালনার পদ্ধতি ও প্রক্রিয়া এবং প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু বিস্তারিতভাবে বর্ণনা করা হয়েছে। আশাকরি এই প্যাকেজ অনুসরণ করে প্রশিক্ষকগণ খুব সহজেই অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতিতে ফলপ্রসূভাবে প্রশিক্ষণ কার্যক্রম পরিচালনা করতে পারবেন।

অত্যাবশ্যকীয় স্বাস্থ্যসেবা বাস্তবায়নে প্রায়োগিক গবেষণার উদ্দেশ্য ছয়টি প্রাথমিক সেবা কেন্দ্রে অর্থাৎ তিনটি সরকারী ডিসপেন্সারী ও তিনটি এনজিও ক্লিনিকে সেবাপ্রদানকারীদের প্রশিক্ষনের উদ্দেশ্যে এ প্যাকেজটি প্রণয়ন করা হয়েছিল। এ প্রকাশনায় NIPHP (জাতীয় সম্বন্বিত জনসংখ্যা ও স্বাস্থ্য কর্মসূচী) পার্টনারদের যৌথ প্রচেষ্টায় প্রণীত বিভিন্ন বিষয় অভিযোজন করা হয়েছে।

বর্তমান প্রয়োজনকে সামনে রেখে অত্যাবশ্যকীয় সেবা প্রশিক্ষন প্যাকেজ প্রকাশের সময়োচিত পদক্ষেপ গ্রহণের জন্য আমি আন্তরিকভাবে আই সি ডি ডি আর,বি-র অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্টকে ধন্যবাদ জানাই। আমার দৃঢ় বিশ্বাস, সরকারী ও বেসরকারী সেবাকেন্দ্রের প্রশিক্ষককগণ এই প্রশিক্ষণ প্যাকেজ ব্যবহার করে উন্নতমানের প্রশিক্ষণ প্রদানে সক্ষম হবেন।

মোহাম্মদ আলী

16 SEP 1998

A-031615

স্বীকৃতি পত্র

আইসিডিডিআর,বি এবং গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকারের স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রনালয়ের যৌথ উদ্যোগে এই অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্টটি বাস্তবায়িত হয়েছে। এই প্রকল্পের প্রাথমিক উদ্দেশ্য হচ্ছে প্রায়োগিক গবেষণা করা, গবেষণালব্ধ ফলাফল প্রচার করা এবং কারিগরি সাহায্য প্রদানের মাধ্যমে জাতীয় স্বাস্থ্য এবং জনসংখ্যা কর্মসূচীর (সরকারী, বেসরকারী ও বানিজ্যিক খাতে) উন্নয়ন করা।

আইসিডিডিআর,বি-এর সাথে যৌথ চুক্তিনামা নং ৩৮৮-০০৭১-এ-০০-৩০১৬-০০ এর অধীনে ইউ এস এ আই ডি (USAID) এই প্রকাশনায় আর্থিক সাহায্য দিয়েছে। আইসিডিডিআর,বি কে আর্থিক সহায়তা প্রদানকারী দাতা সরকারসমূহ হচ্ছে, অষ্ট্রেলিয়া, বাংলাদেশ, বেলজিয়াম, কানাডা, জাপান, নেদারল্যান্ড, নরওয়ে, সৌদি আরব, শ্রীলংকা, সুইডেন, সুইজারল্যান্ড, গ্রেটবৃটেন এবং আমেরিকা। সহায়তা প্রদানকারী আর্ন্তজাতিক সংস্থাসমূহের মধ্যে রয়েছে আরব গাল্‌ফ ফান্ড, ইউরোপিয়ান ইউনিয়ন, ইউনিসেফ, ইউএনডিপি এবং ওর্য়াল্ড হেল্‌থ অরগানাইজেশন। ফাউন্ডেশনগুলোর মধ্যে রয়েছে আগা খান ফাউন্ডেশন, চাইল্ড হেলথ ফাউন্ডেশন, ফোর্ড ফাউন্ডেশন, পপুলেশন কাউন্সিল, রক্‌ফেলার ফাউন্ডেশন, থ্র্যাশার রির্সাচ ফাউন্ডেশন এবং জর্জ ম্যাশন ফাউন্ডেশন। বেসরকারী সংস্থাসমূহের মধ্যে রয়েছে ইস্ট ওয়েষ্ট সেন্টার, হেলেন কেলার ইন্টারন্যাশনাল, ইন্টারন্যাশনাল এটমিক এর্নাজি এজেন্সী, ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর রির্সাচ অন উইমেন, ইন্টারন্যাশনাল ডেভেলাপমেন্ট রির্সাচ সেন্টার, ইন্টারন্যাশনাল লাইফ সাইন্সেস ইনস্টিটিউট, ক্যারোলিন্‌স্‌কা ইনস্টিটিউট, লন্ডন স্কুল অব হাইজিন এন্ড ট্রপিক্যাল মেডিসিন, লেডেরলি প্রাক্সিস, ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব হেল্‌থ, নিউ ইংল্যান্ড মেডিসিন সেন্টার, প্রক্টর এন্ড গ্যাম্বল, র‍্যান্ড কর্পোরেশন, স্যোশাল ডেভেলাপমেন্ট সেন্টার অব ফিলিপাইন, সুইস রেড ক্রস, জন হপকিন্‌স ইউনির্ভাসিটি, ইউনির্ভাসিটি অব অ্যালাবামা এ্যাট বার্মিংহাম, ইউনির্ভাসিটি অব লোয়া, ইউনির্ভাসিটি অব গোটের্বগ, ইউ সি বি অসমোটিক্স লিমিটেড, ওয়াল্ডার এ,জি এবং আরোও অন্যান্য সংস্থা।

ICDDR,B LIBRARY
DHAKA 1212

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

এই প্রশিক্ষণ কারিকুলাম পর্যালোচনা করে যাঁরা মূল্যবান পরামর্শ ও মতামত প্রদান করে বিশেষ অবদান রেখেছেন, তাঁরা হচ্ছেনঃ

ডাঃ এ, এম, জাকির হোসেন	পরিচালক, পি এইচ সি, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
ডাঃ সামসুল হক	প্রকল্প পরিচালক, ইপিআই
ডাঃ জাফর আহ্‌মেদ হাকীম	প্রকল্প পরিচালক, এফপিসিএসপি, পরিকল্পনা অধিদপ্তর
ডাঃ এস এম আসিব নাসিম	প্রাক্তন প্রকল্প পরিচালক, সি ডি ডি প্রকল্প
ডাঃ এনামুল করিম	আই ই ডি সি, আর
ডাঃ আন্‌ওয়ারুল হক মিয়া	যৌন রোগ নিয়ন্ত্রণ প্রকল্প
ডাঃ খায়রুল ইসলাম	প্ল্যান ইন্টারন্যাশনাল
মিসেস লায়লা বাকী	ইউরোপিয়ান কমিশন
ডাঃ শবনম শাহনাজ	পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল
মিঃ মোহাম্মদ আলী ভুইয়া	আই সি ডি ডি আর,বি
ডঃ সুব্রত রাউথ	আই সি ডি ডি আর,বি
ডাঃ শেখ আমিনুল ইসলাম	আই সি ডি ডি আর,বি
ডাঃ সেলিনা আমিন	আই সি ডি ডি আর,বি

এ ছাড়া এই কারিকুলাম প্রণয়নে যাঁদের সুচিন্তিত পরামর্শ ও নেতৃত্ব বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য, তাঁরা হলেনঃ

প্রফেসর বরকত-ই-খুদা	অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট, আই সি ডি ডি আর,বি
ডঃ ক্রীস টুনন	অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট, আই সি ডি ডি আর,বি

16 SEP 1998

শ্বাসতন্ত্র সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা প্রশিক্ষণ
(Case Management on Acute Respiratory Infection)

সূচীপত্র

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ও কর্মসূচী ১

বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত সমস্যা, প্রকোপ ও কারণ ৪

শ্বাসতন্ত্রের গঠন প্রণালী ও শিশুর রোগ নির্ণয় ১০

রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (২ মাস - ৫ বছর) ১৮

রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (০ - ২ মাস) ২৪

ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা ২৮

ঘটনা বিশ্লেষণ/কেস ষ্টাডি ৩০

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের (এ, আর, আই রোগের) ব্যবস্থাপনা ৩৪

জ্বর ও হুইজ-এর ব্যবস্থাপনা ৪০

কাশি নিরাময় ৪৬

কানপাকা রোগীর ব্যবস্থাপনা ৫১

গলাব্যথার ব্যবস্থাপনা ৫৮

হাসপাতাল পরিদর্শন ৬৩

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ ৬৭

ভূমিকাভিনয় (রোল প্লে) ৭০

ধারণা যাচাই পত্র ৭২

প্রশিক্ষণ ম্যানুয়েল ব্যবহার করার নিয়ম

- প্রশিক্ষকদের সাহায্য করার জন্য এই ম্যানুয়েলটি প্রণীত হয়েছে। এর উপর ভিত্তি করে নির্ধারিত অধিবেশনগুলো পরিচালনা করা যাবে।

- প্রশিক্ষণ কর্মসূচী অংশগ্রহণমূলক ও কার্যকর করার জন্য যে প্রক্রিয়া ও প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ব্যবহার করা হয়েছে তা আগে থেকে পড়ে প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি নিন।

- বিভিন্ন ক্ষেত্রে যেমন রোগের নাম, ওষুধ, সাধারণভাবে ব্যবহৃত কিছু শব্দ ইংরেজীতে ব্যবহার করা হয়েছে। সেশন পরিচালনায় সহজতা অর্থাৎ অংশগ্রহণকারীর স্বাচ্ছন্দ্য অনুযায়ী বাংলা অথবা ইংরেজী ব্যবহার করতে পারেন।

- প্রশিক্ষণের প্যাকেজের দশটি সেবার জন্য একটি পরিচিতি অধিবেশন ও যোগাযোগের সেশন তৈরী করা হয়েছে। সেশনটি আপনার সুবিধামতো প্রশিক্ষণ কর্মসূচীতে অর্ন্তভূক্ত করে নেবেন। তবে কর্মসূচীর প্রথম দিকে করা বাঞ্ছনীয়। এতে অংশগ্রহণকারীরা গ্রহীতার সাথে সফল যোগাযোগের প্রক্রিয়া সঠিকভাবে অনুধাবন করতে পারবেন যা পরবর্তীতে ভূমিকাভিনয় বা অনুশীলনে সহায়ক হবে।

- প্রশিক্ষণকে উপভোগ্য ও আকর্ষনীয় করার সম্ভাব্য উপায় হিসেবে ম্যানুয়েলে কিছু খেলার উল্লেখ রয়েছে। একঘেয়েমী ও ক্লান্তি দূরীকরনার্থে উদ্দীপক হিসাবেও কোন কোন খেলা ব্যবহার করা যেতে পারে।

- প্রশিক্ষণপূর্ব ও পরবর্তী ধারণা যাচাই করার জন্য প্রতিটি বিষয়ের শেষে একটি মূল্যায়ন পত্র সংযোজন করা হয়েছে। এটি একটি নমুনা মাত্র। প্রশিক্ষক ইচ্ছে করলে প্রয়োজনীয় পরিবর্তন করতে পারেন।

- প্রতিটি সেশনের উদ্দেশ্য অনুযায়ী সেশন পরিচালনার প্রক্রিয়া ধাপে ধাপে আলোচনার পর `বিষয় সম্পর্কিত তথ্য' shade/বক্সে দেয়া হয়েছে।

- অনুশীলন ও দক্ষতা বৃদ্ধির উদ্দেশ্যে হাসপাতাল বা ক্লিনিক পরিদর্শনের সময়সীমা অথবা দিন প্রয়োজন অনুযায়ী বাড়ানো যেতে পারে। যেমন ডায়রিয়া, শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ বা প্রজননতন্ত্র/যৌনবাহিত সংক্রমণ ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে। এ ছাড়া কোন বিষয়ে দক্ষতা বৃদ্ধির প্রয়োজনে ক্লিনিক ভিজিটের আয়োজন করা যেতে পারে।

- যে সমস্ত সেশনে VIPP কার্ড ব্যবহার করা হয়েছে, নমুনা হিসাবে কিছু রঙের উল্লেখ আছে। VIPPএর নীতিমালা অনুসরণ করে আপনার সুবিধা অনুযায়ী অন্য কোন রঙ ব্যবহার করতে পারেন। VIPP কার্ড ব্যবহারের নিয়ম প্রশিক্ষণ পদ্ধতিতে উল্লেখ করা হয়েছে।

- জাতীয় নীতিমালা অনুযায়ী শিশুকে প্রথম ৬ মাস পর্যন্ত (৫ মাসের পরিবর্তে) শুধুমাত্র বুকের দুধ দিতে বলুন। ৬ মাস পূর্ণ হলে বুকের দুধের পাশাপাশি বাড়তি খাবার দিতে হবে।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনাঃ প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ও কর্মসূচী

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ট্রান্সপারেন্সীতে লিখে নিন।
- প্রশিক্ষণ কর্মসূচী প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য কপি করে রাখুন।

প্রক্রিয়া ঃ
- সবাইকে স্বাগত জানিয়ে 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা' কোর্সটির সূচনা করুন। ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন।
- এবার কর্মসূচীর কপি প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর হাতে দিন এবং কর্মসূচী আলোচনা করুন। প্রশিক্ষণে ব্যবহৃত বিভিন্ন পদ্ধতি ও উপকরণ সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা দিন ও সক্রিয় অংশগ্রহণে উৎসাহিত করুন। আলোচনার সময় চা বিরতি ও মধ্যাহ্ন বিরতির সময় উল্লেখ করুন।

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য

প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন;

খ. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে অপ্রয়োজনীয় ওষুধের ব্যবহার বন্ধ করতে পারবেন; এবং

গ. অন্যান্য সমস্যা যেমন জ্বর, হাঁপানী, কানপাকা ও গলাব্যথার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাপনা দিতে পারবেন।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা প্রশিক্ষণ
(Case Management on Acute Respiratory Infection)

প্রশিক্ষণ কর্মসূচী*

১ম দিনঃ

সময়	পাঠ	অধিবেশন
৯ঃ০০ - ৯ঃ১৫		প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ও কর্মসূচী
৯ঃ১৫ - ৯ঃ৪৫		প্রশিক্ষণ-পূর্ব ধারণা যাচাই
৯ঃ৪৫ - ১০ঃ০০		চা বিরতি
১০ঃ০০ - ১০ঃ৪৫	১	বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত সমস্যা, প্রকোপ ও কারণ
১০ঃ৪৫ - ১১ঃ০০		উদ্দীপক খেলা
১১ঃ০০ - ১২ঃ১৫	২	শ্বাসতন্ত্রের গঠন প্রণালী ও শিশুর রোগ নির্ণয়
১২ঃ১৫ - ১ঃ০০		*মধ্যাহ্ন বিরতি*
১ঃ০০ - ২ঃ৩০	৩	রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (২ মাস - ৫ বছর)
২ঃ৩০ - ২ঃ৪৫		*চা বিরতি*
২ঃ৪৫ - ৪ঃ০০	৪	রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (০ - ২ মাস)
৪ঃ০০ - ৫ঃ০০	৫	ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা

২য় দিনঃ

সময়	পাঠ	অধিবেশন
৯ঃ০০ - ৯ঃ৩০	৬	ঘটনা বিশ্লেষণ/কেস ষ্টাডি
৯ঃ৩০ - ১১ঃ০০	৭	শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের (এ, আর, আই রোগের) ব্যবস্থাপনা
১১ঃ০০ - ১১ঃ১৫		*চা বিরতি*
১১ঃ১৫ - ১১ঃ৩০		খেলা
১১ঃ৩০ - ১২ঃ৩০	৮	জ্বর ও হাঁপানীর ব্যবস্থাপনা
১২ঃ৩০ - ১ঃ১৫		*মধ্যাহ্ন বিরতি*
১ঃ১৫ - ২ঃ১৫	৯	কাশি নিরাময়
২ঃ১৫ - ২ঃ৩০		*চা বিরতি*
২ঃ৩০ - ৩ঃ৪৫	১০	শিশুর কানপাকার ব্যবস্থাপনা
৩ঃ৪৫ - ৪ঃ০০		খেলা
৪ঃ০০ - ৫ঃ০০	১১	গলাব্যথার ব্যবস্থাপনা

৩য় দিনঃ

সময়	পাঠ	অধিবেশন
৯ঃ০০ - ৯ঃ১৫		পুনরালোচনা
৯ঃ১৫ - ৯ঃ৩০		*চা বিরতি*
৯ঃ৩০ - ১২ঃ৪৫	১২	হাসপাতাল পরিদর্শন সম্পর্কে ধারণা ও হাসপাতাল পরিদর্শন
১২ঃ৪৫ - ১ঃ৩০		*মধ্যাহ্ন বিরতি*
১ঃ৩০ - ২ঃ০০		অভিজ্ঞতা বিনিময়
২?০০ - ২ঃ৩০	১৩	শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ
২ঃ৩০ - ৩ঃ৪৫	১৪	ভূমিকাভিনয় (রোল প্লে)
৩ঃ৪৫ - ৪ঃ০০		*চা বিরতি*
৪ঃ০০ - ৪ঃ৩০		প্রশিক্ষণ পরবর্তী ধারণা যাচাই এর প্রস্তুতি
৪ঃ৩০ - ৫ঃ০০		প্রশিক্ষণ পরবর্তী ধারণা যাচাই

**অংশগ্রহণকারীর বা সংস্থার প্রয়োজন অনুযায়ী পরিবর্তন করা যেতে পারে*

বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত সমস্যা, প্রকোপ ও কারণ

পাঠ ঃ ১
স্থিতি ঃ ৪৫ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর প্রধান কারণসমূহ উল্লেখ করতে পারবেন;
খ. বাংলাদেশে এ আর আই অথবা শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের প্রকোপ ও ঝুঁকিসমূহ বর্ণনা করতে পারবেন; এবং
গ. এ আর আই প্রকল্পের উদ্দেশ্য ও বাস্তবায়ন কৌশল উল্লেখ করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী
ক	বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর প্রধান কারণসমূহ	১০ মি.	ধারণা প্রকাশ	বোর্ড, মার্কার, ট্রান্সপারেন্সী
খ	এ আর আই এর প্রকোপ ও ঝুঁকি	১০ মি.	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী, VIPP কার্ড
গ	এ আর আই প্রকল্পের উদ্দেশ্য ও বাস্তবায়ন কৌশল	১০ মি.	দৃশ্যমান উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১০ মি.	প্রশ্নোত্তর	নমুনা প্রশ্ন

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- 'সেশনের উদ্দেশ্য', 'বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর কারণ', 'বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের প্রকোপ' এবং 'ARI প্রকল্পের উদ্দেশ্য ও বাস্তবায়ন কৌশল' ট্রান্সপারেন্সীতে লিখে নিন।
- VIPP বোর্ডের উপর সমান মাপের সাদা কাগজ বোর্ডপিন দিয়ে লাগিয়ে রাখুন।
- গোলাপী রঙের গোল কার্ডে 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের ঝুঁকিসমূহ' লিখে রাখুন।
- বিভিন্ন রঙের মার্কার যোগাড় করে রাখুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- কুশল বা শুভেচ্ছা বিনিময়ের পর প্রশ্ন করুন 'এমন একটি রোগের নাম বলুন যে রোগে উন্নত ও উন্নয়নশীল দেশের শিশুরা সমান হারে আক্রান্ত হয়?"
- প্রত্যাশিত উত্তর, 'এ আর আই' বা 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ'। সঠিক উত্তরের জন্য প্রশংসা করুন। প্রয়োজনে আপনি নিজেই উত্তর উল্লেখ করে বলুন যে, যদিও সংক্রমণের হার সমান কিন্তু উন্নয়নশীল দেশে শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণে বা এ আর আই এ শিশু মৃত্যুর হার অনেকাংশে বেশী।
- ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে সেশনের উদ্দেশ্য আলোচনা করুন।

উদ্দেশ্য-ক ঃ বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর কারণ

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- প্রশ্ন করুন, বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর কারণগুলো কি কি? অংশগ্রহণকারীদের উত্তরগুলো এক এক করে বোর্ডে লিখুন। প্রয়োজনে আপনি সহায়তা করুন।
- কোন্ রোগে 'শতকরা কতজন শিশু মারা যায়' জিজ্ঞেস করে অংশগ্রহণকারীদের প্রাথমিক ধারণা নিন এবং ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে কারণ ও মৃত্যুর হার আলোচনা করুন। আলোচনার সময় অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করে বলুন যে, 'দেখা যাচ্ছে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে শিশু মৃত্যুর হার সবচেয়ে বেশী। এই মৃত্যুর শতকরা ৭৫ ভাগই হয় নিউমোনিয়ার কারণে। শিশুর বয়স যত কম হয়, মৃত্যুর আশংকা তত বেশী থাকে।'

উদ্দেশ্য-খ ঃ বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের প্রকোপ ও ঝুঁকিসমূহ

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

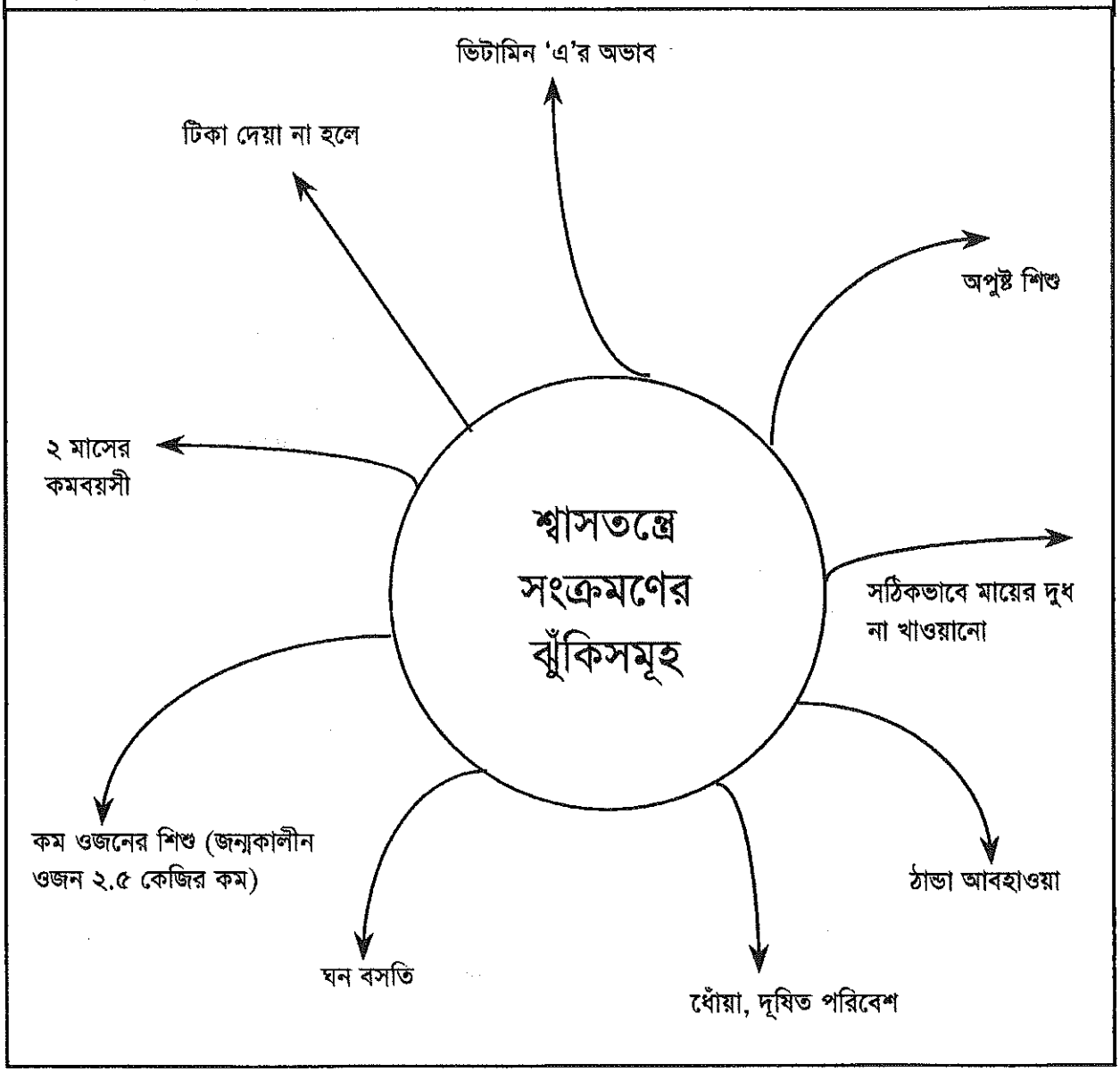
প্রক্রিয়া ঃ
- বাংলাদেশে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের প্রকোপ-এর ট্রান্সপারেন্সী প্রদর্শন করুন এবং একজন অংশগ্রহণকারীকে ট্রান্সপারেন্সীর তথ্যগুলো দেখে ব্যাখ্যা করতে বলুন। শহর এলাকার পরিবেশের কারণে সমস্যা যে গ্রামের চেয়ে বেশী সংকটজনক তা আলোচনায় উল্লেখ করুন।
- 'শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণের ঝুঁকিসমূহ' লেখা গোল কার্ডটি VIPP বোর্ডের মাঝখানে লাগান।
- 'কোন্ কোন্ শিশুর বা কোন ক্ষেত্রে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের আশংকা বেশী থাকে' অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করুন।
- অংশগ্রহণকারীদের উত্তর চিত্রানুযায়ী VIPP বোর্ডে লিখুন। একই ধরণের পয়েন্ট বা ধারণা এলে পাশাপাশি লিখুন। ভিন্ন ভিন্ন লাইনের জন্য বিভিন্ন রঙ এর মার্কার ব্যবহার করুন।

- সবার লেখা শেষে কোন পয়েন্ট বাদ পড়ে গেলে আপনি দাগ টেনে লিখে যোগ করুন। অপ্রয়োজনীয় কোন পয়েন্ট এলে তা ব্যাখ্যা করুন।

পাঁচ বছরের কম শিশুর মৃত্যুর কারণসমূহ

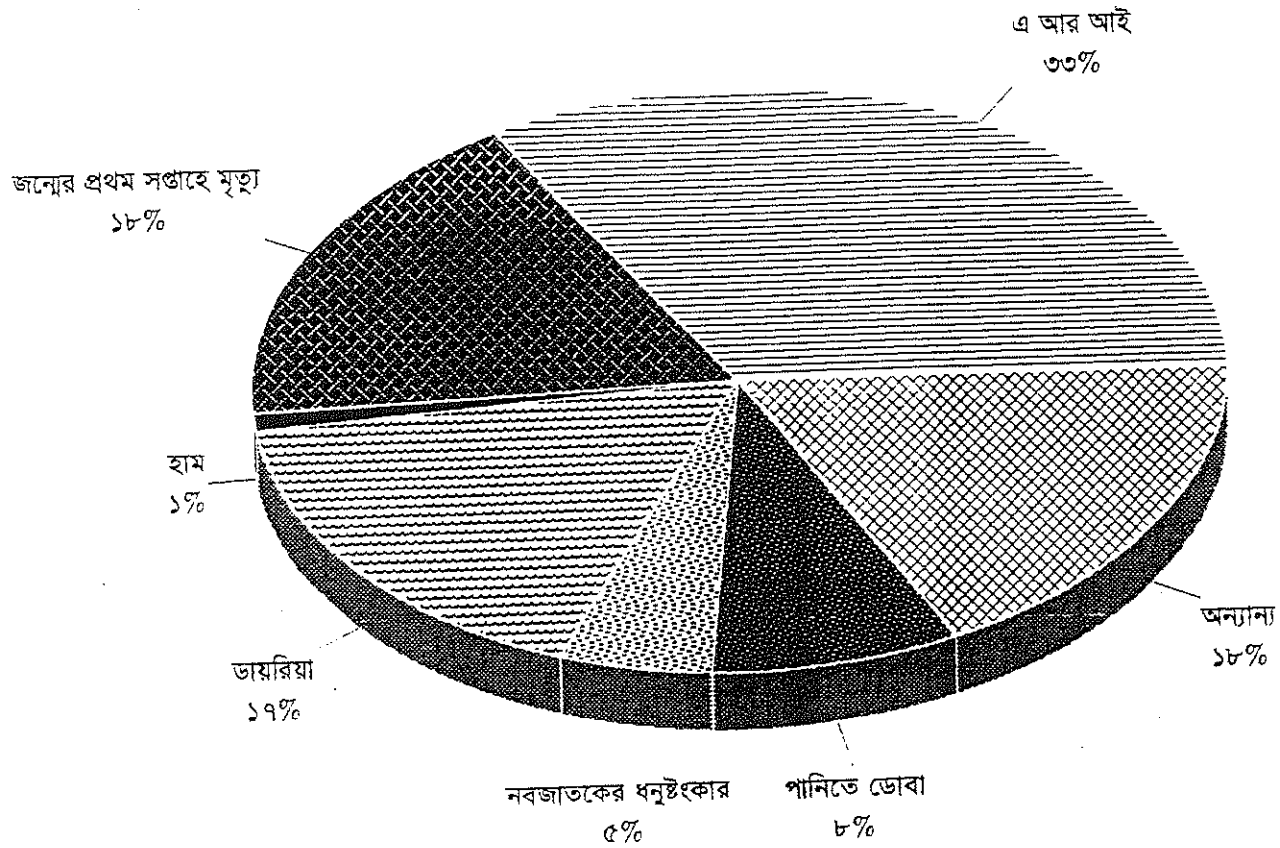
বাংলাদেশের শিশুদের শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের প্রকোপ ও ঝুঁকি

- শিশু বহির্বিভাগে যত শিশু আসে তার ৪০-৬০% শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত
- হাসপাতালে ভর্তি শিশুদের মধ্যে ৩০-৪০% শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের কারণে ভর্তি হয়
- ৫ বছরের নীচে প্রতিটি শিশু শহর এলাকায় বছরে ৫-৮ বার ও গ্রামে ৩-৫ বার এ রোগে আক্রান্ত হয়
- শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে যত শিশু আক্রান্ত হয় তার ১০% শিশু মারা যায়।



পাঁচ বছরের কম শিশুর মৃত্যুর কারণসমূহ

১৯৯৪



সূত্রঃ আইসিডিডিআর,বি

উদ্দেশ্য-গ ঃ এ আর আই প্রকল্পের উদ্দেশ্য ও বাস্তবায়ন কৌশল

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - ব্যাখ্যা করুন 'বাংলাদেশে শিশু মৃত্যুর এক নম্বর বা প্রধান কারণ নিউমোনিয়া। এই নিউমোনিয়া থেকে শিশু মৃত্যুর হার কমিয়ে আনার লক্ষ্যে গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার ১৯৯২ সাল থেকে দেশে শিশুদের শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ (এ আর আই) রোগ নিয়ন্ত্রণ প্রকল্প চালু করেছে। এই প্রকল্প কিছু কর্মসূচী হাতে নিয়েছে যা সফল করার লক্ষ্যে কিছু উদ্দেশ্য ও বাস্তবায়ন কৌশল নির্ধারণ করা হয়েছে। কোর্সের শুরুতেই আসুন আমরা তা আলোচনা করি।'

- ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে আলোচনা করুন। আলোচনায় সবার অংশগ্রহণ নিশ্চিত করুন।

কর্মসূচীর উদ্দেশ্য ঃ

১। ২০০০ সালের মধ্যে এ আর আই-জনিত শিশু মৃত্যুর হার শতকরা ৩০ ভাগ কমিয়ে আনা

২। এন্টিবায়োটিকের যথাযথ ব্যবহার নিশ্চিত করা

৩। মা এবং স্বাস্থ্যকর্মীকে রেফারেল সংক্রান্ত তথ্য প্রদান

৪। শিশুদের ARI জনিত জটিলতার হার কমিয়ে আনা

বাস্তবায়ন কৌশল ঃ

১. বাড়ীতে ও স্বাস্থ্যকেন্দ্রে রোগের ব্যবস্থাপনার মান উন্নয়ন

২. স্বাস্থ্য শিক্ষা

৩. রোগ প্রতিরোধের জন্য

- টিকাদান
- মায়ের দুধ খাওয়ানো
- পুষ্টিমান উন্নত করা

৪. যোগাযোগ

- এডভোকেসি (Advocacy)

  - এ আর আই প্রকল্প বাস্তবায়নে রাজনৈতিক ও সামাজিক অঙ্গীকার

- সামাজিক আন্দোলন (Social Mobilization)

  - রাজনৈতিক নেতা, এন.জি.ও এবং বিভিন্ন সমাজসেবামূলক প্রতিষ্ঠানের সংগে যোগাযোগ ও সমন্বয় সাধন

- প্রোগ্রাম কমিউনিকেশন (Programme Communication)

  - আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগ, গণযোগাযোগ ও অন্যান্য যোগাযোগের মাধ্যমে সচেতনতা সৃষ্টি করা।

শিক্ষণ মূল্যায়ন

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে এই সেশনের মূল শিক্ষণগুলো আলোচনা করুন।

- সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে সেশন শেষ করুন।

নমুনা প্রশ্নঃ

- বাংলাদেশে অনূর্ধ পাঁচ বৎসর বয়সের শিশু মৃত্যুর কারণগুলো কি কি?
- শিশু মৃত্যুর প্রধান ৩টি কারণ ও মৃত্যু হার লিখুন।
- শহর এলাকায় একটি শিশু গড়ে বছরে কতবার এ আর আই এ আক্রান্ত হয়?
- শতকরা কতজন আক্রান্ত শিশু মারা যায়?
- শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণের ঝুঁকিসমূহ কি কি?
- ARI প্রকল্পের উদ্দেশ্য কি?
- শিশু বহির্বিভাগে শতকরা কতজন শিশু শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ নিয়ে আসে?

শ্বাসতন্ত্রের গঠনপ্রণালী ও শিশুর রোগ নির্ণয়

পাঠ ঃ ২
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের গঠন বর্ণনা করতে পারবেন ও শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ বা A.R.I. বলতে কি বোঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
খ. শিশুর রোগ নির্ণয়ের জন্য মাকে প্রয়োজনীয় ৫টি প্রশ্ন করতে পারবেন; এবং
গ. শিশুর রোগ নির্ণয়ের জন্য প্রয়োজনীয় ৭টি শারীরিক পরীক্ষা (দেখা ও শোনা) ও পরীক্ষার নিয়মাবলী বর্ণনা করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মিঃ	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার
ক	শ্বাসতন্ত্রের গঠন	১০ মিঃ	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী
খ	প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিশুর রোগ নির্ণয়	২০ মিঃ	বাজ দল (Buzz Group)	VIPP কার্ড, মার্কার
গ	শারীরিক পরীক্ষার মাধ্যমে শিশুর রোগ নির্ণয়	৩০ মিঃ	ধারণা প্রকাশ	VIPP কার্ড, মার্কার
	শিক্ষন মূল্যায়ন	১০ মিঃ	প্রশ্নোত্তর	

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টারে অধিবেশনের উদ্দেশ্যসমূহ লিখে রাখুন।
- শ্বাসতন্ত্রের ছবি এঁকে বা ফটোকপি করে একটি ট্রান্সপারেন্সী তৈরী করুন।
- ২টি VIPP বোর্ড এবং যথেষ্ট সংখ্যক কার্ড সংগ্রহ করে রাখুন।
- একটি লম্বা চারকোনা সবুজ (৫.৫" x ২২") কার্ডে 'শিশুর অবস্থা নির্ণয়' লিখে ১ম বোর্ডে উল্টো করে লাগিয়ে রাখুন।

- হলুদ চারকোনা কার্ডে (৪"x ৮") 'জিজ্ঞেস করুন' ও গোলাপী কার্ডে 'দেখুন, শুনুন' লিখে রাখুন।
- ১ম বোর্ডে আগের কার্ডের নীচে 'জিজ্ঞেস করুন' ও ২য় বোর্ডে 'দেখুন শুনুন' উল্টো করে লাগিয়ে রাখুন।
- ট্রান্সপারেন্সী দেখানোর জন্য OHP যোগাড় করে রাখুন।
- একটি বল সংগ্রহ করে রাখুন অথবা পোষ্টার পেপারের দলা পাকিয়ে ও মাসকিং টেপ দিয়ে আট্‌কে ১টি বল তৈরী করুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের স্বাগত জানিয়ে অধিবেশন শুরু করুন। উদ্দেশ্য লেখা ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার দেখান এবং এই অধিবেশনের উদ্দেশ্যসমূহ আলোচনা করুন।

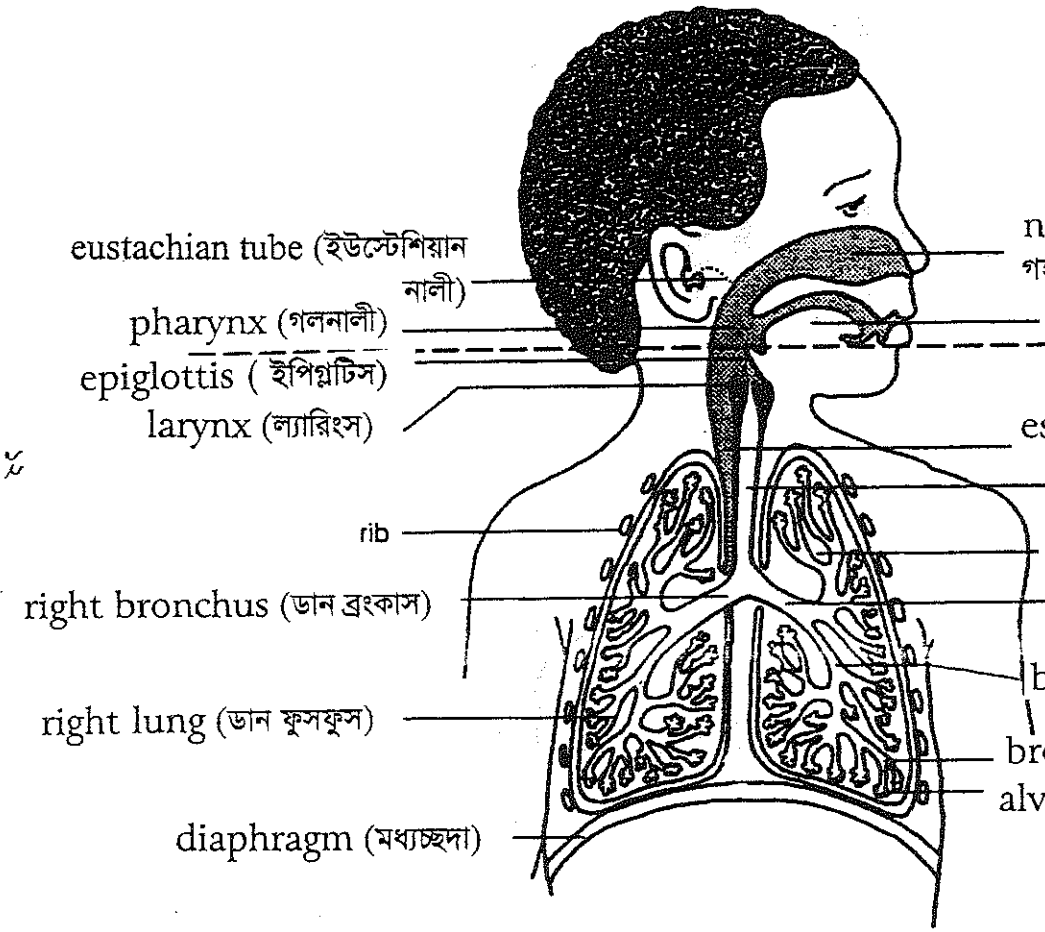
উদ্দেশ্য ক ঃ শ্বাসতন্ত্রের গঠনপ্রণালী
স্থিতি ঃ ১০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - এভাবে শুরু করুন, "আশা করি, শ্বাসতন্ত্রের গঠনের (anatomy) সাথে আমরা সবাই পরিচিত। যেহেতু এই কোর্স শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত রোগসমূহ নির্ণয় ও ব্যবস্থাপনা সংক্রান্ত; প্রথমেই চলুন শ্বাসতন্ত্রের গঠন পুনরালোচনা করি।" একজন অংশগ্রহণকারীকে বোর্ডে এসে শ্বাসতন্ত্রের গঠনপ্রণালীর ছবি এঁকে বিভিন্ন অংশের নাম লিখতে বলুন। প্রয়োজনে অন্যান্য অংশগ্রহণকারীরা সহযোগিতা করতে পারেন।

- উল্লেখ করুন যে নাক থেকে ফুসফুস পর্যন্ত শ্বাসতন্ত্রের যে কোন অংশ যদি জীবাণু দ্বারা আক্রান্ত হয় তাকে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ বা এ.আর.আই বলা হয়, আর নিউমোনিয়া বলতে আমরা ফুসফুসের সংক্রমণকেই বুঝি।

- এবার শ্বাসতন্ত্রের গঠন আঁকা ট্রান্সপারেন্সী প্রদর্শন করুন এবং শ্বাসতন্ত্রের উপরিভাগ ও শ্বাসতন্ত্রের নিম্নভাগের সংক্রমণের ফলে কি কি রোগ হয় তা অংশগ্রহণকারীদের পক্ষ থেকে একজনকে পড়তে বলুন।

শ্বাসতন্ত্রের গঠনপ্রণালী

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ (ARI)



শ্বাসতন্ত্রের উপরিভাগের সংক্রমনজনিত সমস্যা

সর্দি (Cold)
কানপাকা (Otitis media)
ফ্যারিনজাইটিস (Pharyngitis)

শ্বাসতন্ত্রের নিম্নভাগের সংক্রমণজনিত সমস্যা

ইপিগ্লটাইটিস (Epiglottitis)
ল্যারিনজাইটিস (Laryngitis)
ল্যারিংগোট্রাকিয়াইটিস (Laryngotracheitis)
— Croup (Conditions causing Stridor)

ব্রংকাইটিস (Bronchitis)
ব্রংকিওলাইটিস (Bronchiolitis)
নিউমোনিয়া (Pneumonia)

উদ্দেশ্য খ ঃ প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিশুর অবস্থা নির্ণয়

স্থিতি ঃ ২০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - 'শিশুর অবস্থা নির্ণয়' লেখা কার্ডটি সোজা করে লাগান।

- বলুন, 'যে কোন অসুখে রোগীর অবস্থা নির্ণয় করতে হলে আমরা তাকে কিছু প্রশ্ন এবং কিছু শারীরিক পরীক্ষা করে রোগ নির্ণয় করি। আসুন, আমরা বাজ গ্রুপে আলোচনা করে লিখি শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ নিয়ে আসলে শিশুর মাকে আমরা কি কি প্রশ্ন করবো।' পাশাপাশি ২ জনকে নিয়ে বাজ দল (Buzz Group) তৈরী করুন। প্রত্যেক দল থেকে একজনকে বলুন টেবিলের উপর থেকে একটি হলুদ কার্ড ও একটি মার্কার নিয়ে যেতে। প্রয়োজনে কার্ড লেখার নিয়মগুলো স্মরণ করিয়ে দিন। ২ থেকে ৩ মিনিট সময় নির্ধারণ করুন। এরপর VIPP বোর্ডের উপর উল্টো করে লাগানো 'জিজ্ঞেস করুন' লেখা কার্ডটি সোজা করে দিন। অংশগ্রহণকারীদের কার্ড লেখা হয়ে গেলে দলের অপরজনকে কার্ডগুলো টেবিলের উপর উল্টো করে রেখে যেতে বলুন।

- সবগুলো কার্ড জমা হলে টেবিল থেকে উঠিয়ে shuffle করুন। তারপর একে একে প্রতিটি কার্ড দেখিয়ে জোরে পড়ুন এবং একই ধরনের কার্ডগুলোকে অংশগ্রহণকারীদের মতামত নিয়ে ক্লাষ্টার/গুচ্ছ করে VIPP বোর্ডে লাগান।

- সবগুলো কার্ড লাগানো হলে অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করুন এবং তাঁরা কোন প্রশ্ন সংযোজন বা বিয়োজন করতে চান কিনা জেনে নিন। প্রয়োজনীয় সহায়তা দিন। নীচের 'জিজ্ঞেস করুন' অংশে লিখিত ৫টি প্রশ্ন থেকে কোন প্রশ্ন বাদ পড়ে গেলে তা একটি হলুদ কার্ডে লিখে বোর্ডে লাগিয়ে দিন। কোন অতিরিক্ত প্রশ্ন কার্ডে এলে তা আলোচনা করে বোর্ডের একদিকে আলাদা করে রাখুন।

- এবার প্রত্যেকটি প্রশ্নের গুরুত্ব আলোচনা করুন এবং ৩য় প্রশ্নের ২টি ভাগ এর পার্থক্য ব্যাখ্যা করুন।

- সবাই বুঝেছেন কিনা প্রশ্ন করে জেনে নিন।

ইতিহাস গ্রহণ

- শিশুর বয়স কত ?
- শিশুটির কি কাশি হচ্ছে? হলে কতদিন ধরে?
  - ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশুঃ শিশুটি কি পানীয় বা তরল খাবার গ্রহণ করতে পারে ?*
  - ০ থেকে ২ মাস এর শিশুঃ শিশুটি কি বুকের দুধ টেনে খেতে পারে ?**
- শিশুটির কি জ্বর হয়েছিল ? হলে কতদিন ধরে ?
- শিশুটির কি খিঁচুনী হয়েছিল ?

* - *পানীয় গ্রহণের অপরাগতাঃ*

শিশু একেবারে কিছুই পান করতে পারে না বা গিলতে পারে না।প্রতিবারে খাবারের পর বমি করে এবং কিছুই পেটে রাখতে পারে না।

** - *বুকের দুধ ভালোভাবে না খাওয়াঃ*

অসুস্থ অবস্থায় ছোট শিশুর বুকের দুধ বা বোতলের দুধ স্বাভাবিকের চেয়ে অর্ধেকের কম খাওয়া। মায়েরা বুকের দুধ খাওয়ার সময়সীমা দেখে শিশুর খাওয়ার পরিমাণ আন্দাজ করতে পারেন।

উদ্দেশ্য গ ঃ শারীরিক পরীক্ষার সাহায্যে শিশুর অবস্থা নির্ণয়

স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ

- অসুস্থ শিশুর অবস্থা নির্ণয়ের জন্য শারীরিক পরীক্ষার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করুন। বলুন যে, চোখ, কান খোলা রেখে সঠিকভাবে শারীরিক পরীক্ষা করতে পারলেই ব্যবস্থাপনার ক্ষেত্রে সঠিক সিদ্ধান্তে আসা সম্ভব। VIPP বোর্ডে উল্টো করে রাখা 'দেখুন, শুনুন' লেখা কার্ডটি সোজা করে দিন।

- এবারে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে গোলাপী কার্ড ও একটি মার্কার দিন। 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত শিশুকে নিয়ে এলে আমরা তার কি কি দেখবো এবং শুনবো' - প্রত্যেককে যে কোন একটি পয়েন্ট কার্ডে লিখতে বলুন। ২-৩ মিনিট সময় দিন। শেষ হয়ে গেলে কার্ডগুলো উল্টো করে সংগ্রহ করুন যেন লেখা দেখা না যায়। কার্ড সংগ্রহ করার সময়ই shuffle করতে থাকুন। এবার একটি করে কার্ড দেখান, জোরে পড়ুন এবং অংশগ্রহণকারীদের মতামত নিয়ে ক্লাষ্টার করে বোর্ডে লাগান। সব কার্ড লাগানোর পর অংশগ্রহণকারীরা আর কোন পয়েন্ট যোগ করতে চাইলে তা লিখে যোগ করুন। এরপরও কোন পয়েন্ট বাদ পড়ে গেলে তা একই রঙের কার্ডে লিখে যোগ করে দিন।

- অপ্রয়োজনীয় বা অতিরিক্ত পয়েন্ট এলে আলোচনা করে বোর্ডের একদিকে আলাদা করে রাখুন।

- আলোচনার মাধ্যমে শিশুদের শারীরিক পরীক্ষার নিয়মগুলো ব্যাখ্যা করুন।

- সবশেষে ১ম ও ২য় বোর্ড এর দিকে অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষন করুন এবং বলুন, 'এখন তাহলে আমরা দেখতে পাচ্ছি কাশি বা শ্বাসকষ্টে আক্রান্ত শিশুকে নিয়ে এলে আমরা তার মাকে কি কি প্রশ্ন করবো এবং শিশুটির কি পরীক্ষা করবো অর্থাৎ কি কি দেখবো ও শুনবো।'

শারীরিক পরীক্ষা

দেখুন, শুনুনঃ

(শিশু শান্ত অবস্থায় থাকতে হবে)

- মিনিটে কতবার শ্বাস-প্রশ্বাস নিচ্ছে গুনে দেখুন।
- শ্বাস নেয়ার সময় বুকের নীচের অংশ ভেতরের দিকে চেপে যাচ্ছে কিনা খেয়াল করুন।
- শ্বাস নেবার সময় শ্বাস বাধাগ্রস্থ হবার মত কোন শব্দ হচ্ছে কিনা তা দেখুন এবং শুনুন।
- শ্বাস ছাড়ার সময় বার বার শাঁই শাঁই (হাঁপানী) শব্দ হচ্ছে কি?
- শিশুটি কি অস্বাভাবিকভাবে তন্দ্রাচ্ছন্ন, বা তার ঘুম কি সহজে ভাঙ্গানো যাচ্ছে না?
- শরীরের তাপমাত্রা বেশী কি কম বুঝতে চেষ্টা করুন (বা মেপে দেখুন)।
- দেখুন, মারাত্মক অপুষ্টির লক্ষণ আছে কিনা।

শারীরিক পরীক্ষার নিয়মাবলী

- পরীক্ষা করার সময় পর্যায়ক্রমিক ধাপ অনুসরণ করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। প্রতিটি ধাপ পার হওয়ার সাথে সাথে প্রাপ্ত তথ্যের রেকর্ড রাখুন।

- শ্বাসক্রিয়া পর্যবেক্ষণের সময় শিশু যেন শান্ত বা ঘুমন্ত থাকে। শিশুকে বিরক্ত বা বিবস্ত্র করা উচিত নয়। ক্রন্দনরত শিশুকে শান্ত করার জন্য ওর হাতে খেলনা দিন, মাকে বলুন বুকের দুধ খাওয়াতে। অথবা শিশুটি শান্ত না হওয়া পর্যন্ত তাদের অন্য কোন ঘরে অপেক্ষা করতে বলুন।

- **এক মিনিটে শ্বাস-প্রশ্বাস কতবার হয় গুনে দেখুন।** ***[অবশ্যই পুরো ১ মিনিট ধরে গুনবেন]***

  শিশুর বুক অথবা পেটের উপরের দিকে শ্বাসের গতি লক্ষ্য করুন। যদি সহজে তা দেখতে সক্ষম না হন তাহলে মাকে বাচ্চার সার্ট তুলে ধরতে বলুন।

  শিশুর শ্বাস-প্রশ্বাস গণনার কয়েকটি পদ্ধতি আছেঃ

  ১. সময় মাপার ঘড়ি (timer) ব্যবহার করুন যা এক মিনিট পরে শব্দ সংকেত দেয়। এক মিনিটে শ্বাস-প্রশ্বাস কতবার হয় গুণে দেখুন।

  ২. সাধারণ হাত ঘড়িতে সেকেন্ডের কাঁটার অবস্থান দেখে নিয়ে শ্বাস গুনতে শুরু করুন। দু'মাসের কম শিশুদের ক্ষেত্রে ৬০ বার শ্বাস গুনে আবার ঘড়ি দেখুন। যদি সেকেন্ডের কাঁটা ১ মিনিট পার না হয় তবে বুঝে নিতে হবে শিশুর শ্বাস মিনিটে ৬০ এর বেশী। একইভাবে ২ মাস - ১২ মাস এবং ১২ মাস - ৫ বছর বয়সের শিশুদের ক্ষেত্রে যথাক্রমে ৫০ ও ৪০ বার পর্যন্ত শ্বাস গুনুন।

  ৩. সেকেণ্ডের কাঁটা সম্পন্ন অথবা একটি ডিজিটাল হাতঘড়ি ব্যবহার করতে পারেন। আপনি যেন শিশুর বুকের দিকে খেয়াল রাখতে পারেন সেজন্য অপর একজন স্বাস্থ্যকর্মীকে বলুন ৬০ সেকেণ্ড পার হবার সাথে সাথে যেন আপনাকে জানায়। যদি সাহায্য করার জন্য অন্য কোন স্বাস্থ্যকর্মী না থাকে তাহলে ঘড়িটি এমন জায়গায় রাখুন যেন শ্বাস-প্রশ্বাস গোনার জন্য শিশুর বুকের দিকে লক্ষ্য রাখার সাথে সাথে ঘড়ির সেকেণ্ডের কাঁটাও দেখতে পান।

শিশু দ্রুত শ্বাস-প্রশ্বাসে ভুগছে কিনা তা নির্ধারণ করার উপায়ঃ

শিশুর বয়স	*দ্রুত শ্বাস বলে ধরতে হবেঃ*
দুই মাসের কম (ছোট শিশু)	মিনিটে শ্বাস ৬০ বার বা তার চেয়ে বেশী হলে
২ মাস থেকে ১২ মাস পর্যন্ত	মিনিটে শ্বাস ৫০ বার বা তার চেয়ে বেশী হলে
১২ মাস থেকে ৫ বৎসর পর্যন্ত	মিনিটে শ্বাস ৪০ বার বা তার চেয়ে বেশী হলে

- মিনিটে ৬০ বারের কম হলে ছোট শিশুর দ্রুত শ্বাসের সমস্যা নেই,
- মিনিটে ৬০ বার অথবা তার চেয়ে বেশী হলে, একটু অপেক্ষা করে পুনরায় গুনে দেখুন,
- দ্বিতীয়বার গুনেও শ্বাস মিনিটে ৬০ বার বা তার বেশী হলে শিশু নিশ্চিতই দ্রুত শ্বাস অসুবিধায় ভুগছে।
- কিন্তু যদি দ্বিতীয় গণনায় শ্বাস মিনিটে ৬০ বারের কম হয়, তাহলে শিশু দ্রুত শ্বাস-প্রশ্বাসে ভুগছেনা।

■ **শ্বাস নেয়ার সময় বুক ভেতরের দিকে চাপছে কিনা খেয়াল করুন**

বুক ভেতরের দিকে চেপে যাচ্ছে কিনা তা শিশুর শ্বাস গ্রহণের সময় দেখুন। যদি শ্বাস নেবার সময় শিশুর বুকের নিম্নাংশ অর্থাৎ পাঁজরের পাশের অংশ ভেতরের দিকে চেপে যায় তাহলে বুঝতে হবে তার বুক ভেতরের দিকে চাপার সমস্যা আছে। স্বাভাবিক শ্বাস-প্রশ্বাস হলে, শিশুর শ্বাস গ্রহণের সময় পুরো বুক (উপর এবং নিম্নাংশ) এবং তলপেট ফুলে ওঠে। বুক ভেতরের দিকে চেপে যাওয়ার সমস্যা থাকলে, শ্বাস গ্রহণের সময় শিশুর বুকের নিম্নাংশ চেপে যাবে কিন্তু বুকের উপরের অংশ এবং তলপেট ফুলে উঠবে। শ্বাস গ্রহণের সময় যদি বুকের পাঁজরের হাড়গুলোর ফাঁকে ফাঁকে থাকা মাংসপেশী অথবা কণ্ঠাস্থির উপরের মাংসপেশী ভেতরের দিকে বসে যায় তাহলে বুঝতে হবে শ্বাসকষ্টের দরুন শিশুটির বুক ভেতরের দিকে চাপার সমস্যা আছে।

ছোট শিশুর বুক ভেতরের দিকে চেপে যাওয়ার সমস্যা নিরূপণ বিশেষ সতর্কতার সাথে করবেন। ছোট শিশুর বুকের বহির্ভাগের হাড় নরম থাকে এবং এ কারণে শ্বাস গ্রহণের সময় তার বুক মৃদুভাবে ভেতরের দিকে চাপ খাওয়া স্বাভাবিক। তবে **শ্বাস নেবার সময় বুক অতিরিক্ত ভেতরের দিকে চেপে যাওয়া (যা সহজেই দেখা যায়) নিউমোনিয়ার লক্ষণ।**

শিশুটির বুকের নীচের অংশ ভেতরের দিকে চেপে যাওয়া সম্পর্কে যদি কোন সন্দেহ থাকে, তাহলে অবস্থান পরিবর্তন করে তাকে পুনরায় দেখুন। শিশুটি এমন ভাবে রাখুন যেন সে মায়ের কোলে সোজা হয়ে শুয়ে থাকে।

শ্বাস গ্রহণের সময় বুকের নীচের অংশ ভেতরের দিকে চেপে যাওয়ার সমস্যা তখনই গুরুত্ব বহন করে যখন এটা সব সময়ই থাকে এবং সহজেই পরিস্কারভাবে দেখা যায়। শিশুর বিপর্যস্ত অবস্থায় অথবা খেতে চেষ্টা করার সময় যদি এরূপ লক্ষণ দেখা যায়, কিন্তু শান্ত এবং বিশ্রামরত অবস্থায় দেখা যায় না, তাহলে এটাকে শ্বাস গ্রহণের সময় বুক ভেতরের দিকে চেপে যাবার সমস্যা হিসেবে গণ্য করবেন না।

■ **শ্বাস বাধাগ্রস্থ হবার মত কোন শব্দ হচ্ছে কিনা শুনুন**

আপনার কান শিশুর মুখের কাছে নিয়ে শোনার চেষ্টা করুন। শিশু যখন শ্বাস গ্রহণ করে তখন খেয়াল করে দেখুন, শ্বাস বাধাগ্রস্থ হবার শব্দ হবে একটু কর্কশ ধরণের। নাক বন্ধ থাকলে ভেজা ধরণের শব্দ হতে পারে তাই নাক পরিস্কার করে দিয়ে আবার নতুন করে শুনুন।

■ **হাঁপানী/হুইজ আছে কিনা তা দেখুন এবং শুনুন**

শিশুর মুখের কাছে কান পেতে হাঁপানী/হুইজ-এর শব্দ শোনার চেষ্টা করুন। হাঁপানী রোগে আক্রান্ত শিশুর শ্বাস ত্যাগ করতে কষ্ট হবার লক্ষণ দেখা যাবে এবং সে সময় মৃদু শাঁ শাঁ শব্দ হবে। শ্বাস ত্যাগ করতে স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী সময় লাগে এবং বেগ পেতে হয়। যদি শিশুটির হাঁপানী থাকে তাহলে মাকে জিজ্ঞেস করুন যে গত এক বছরের মধ্যে শিশুটির এমন অবস্থা আগেও হয়েছিল কিনা? হাঁপানী রোগে আক্রান্ত শিশু ১২ মাস সময়ের মধ্যে একাধিকবার আক্রান্ত হবে।

■ **দেখুন শিশুটি কি অস্বাভাবিকভাবে তন্দ্রাচ্ছন্ন বা তার ঘুম সহজে ভাংগানো যায় কিনা**

অস্বাভাবিকভাবে তন্দ্রাচ্ছন্ন শিশুর প্রায় সব সময়ই ঘুম ঘুম ভাব থাকবে। আপনি কথা বললেও চোখ তুলে আপনার মুখের দিকে দেখবে না। শিশুটি হয়তো অর্থহীনভাবে চোখ ঘোরাবে এবং মনে হবে যে সে কিছু দেখছে না। খেয়াল করে দেখুন মা কথা বললে বা আপনি হাতে তালি বাজালে শিশু জেগে ওঠে কিনা। যে শিশুর ঘুম ভাঙ্গানো কষ্টকর সে মায়ের গলার শব্দ বা জোরে হাততালির শব্দ করা সত্ত্বেও ঘুমাতে থাকবে।

■ **শরীরে কি জ্বর আছে নাকি তাপমাত্রা স্বাভাবিকের চাইতে কম তা বোঝার চেষ্টা করুন**

যদি আপনার কাছে থার্মোমিটার না থাকে তাহলে অনুভব করার চেষ্টা করুন শিশুর শরীর কি উত্তপ্ত নাকি বেশীমাত্রায় ঠাণ্ডা। কাপড় দিয়ে যথাযথভাবে জড়িয়ে না রাখলে কখনো কখনো শিশুর হাত বা পায়ের পাতা ঠাণ্ডা মনে হতে পারে। অবশ্য যদি শিশুর হাঁটু এবং বগলও ঠাণ্ডা মনে হয় তবে বুঝতে হবে শিশুর শরীরের তাপমাত্রা স্বাভাবিকের চাইতে অনেক কম (খুব বেশী ঠাণ্ডা)।

■ **মারাত্মক অপুষ্টির লক্ষণ আছে কিনা দেখুন**

শিশুর দিকে তাকিয়ে মারাত্মক অপুষ্টি নির্ণয়ের চেষ্টা করুন। নীচে দেয়া লক্ষণ দু'টির কোনটি শিশুটির মধ্যে আছে কিনা, তা দেখুন।

- 'ম্যারাসমাস' - অর্থাৎ শিশুর শরীরে মেদ এবং মাংশপেশী এমন মারাত্মকভাবে শুকিয়ে গেছে যে শরীরে হাড় চামড়া ছাড়া যেন কিছুই নেই, অথবা

- 'কোয়াশিয়রকর' - যা হলে শিশুর শরীর ফোলা দেখা যাবে। চুল হবে বাদামী, পাতলা এবং হালকা।

শিক্ষণ মূল্যায়ণ

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - শিক্ষণ মূল্যায়নের পদ্ধতিটি ব্যাখ্যা করুন। বৃত্তকারে দাঁড়াতে বলুন। একজন অংশগ্রহণকারীর দিকে একটি বল ছুঁড়ে দিন এবং তাকে একটি প্রশ্ন করুন। উত্তর দেবার পর তিনি বলটি অন্য একজন অংশগ্রহণকারীর দিকে ছুঁড়ে দেবেন এবং আরেকটি প্রশ্ন করবেন। কোন প্রশ্নের যেন পুনরাবৃত্তি না ঘটে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে বলুন। যদি কেউ উত্তর দিতে না পারেন অথবা উত্তর সঠিক না হয় তবে যিনি এই প্রশ্নের উত্তর জানেন তিনি হাত তুলবেন এবং প্রথম জন বলটি তাঁর দিকে ছুঁড়ে দেবেন। এভাবে সব অংশগ্রহণকারীরা অংশগ্রহণ করার (প্রশ্ন করার এবং উত্তর দেবার) সুযোগ পাবেন।

- লক্ষ্য করবেন যেন অধিবেশনের গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলো পুনরালোচনা হয়।

রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশু)

পাঠ ঃ ৩
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশুর শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণের লক্ষণসমূহ বিশ্লেষণ বা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
খ. লক্ষণ বিচার করে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় বা শ্রেণী বিভাগ করতে পারবেন;
গ. খুব মারাত্মক রোগ ও মারাত্মক নিউমোনিয়া চিহ্নিত করে রেফার করতে পারবেন; এবং
ঘ. রোগের ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/ পোষ্টার পেপার
ক ও খ	২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশুর রোগের প্রকৃতি নির্ণয়	৩০ মি.	দৃশ্যমান উপস্থাপনা	VIPP কার্ড, মার্কার
গ	বিপদজনক লক্ষণসমূহ	১৫ মি.	বড় দলে আলোচনা	"
ঘ	রোগের ব্যবস্থাপনা	১৫ মি.	ধারণা প্রকাশ	VIPP কার্ড, মার্কার
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	২৫ মি.	ঘটনা বিশ্লেষণ	ঘটনা লেখা কাগজ

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ - সেশনের উদ্দেশ্যসমূহ ট্রান্সপারেন্সী বা পোষ্টারে লিখে রাখুন।

- গোলাপী রঙের ৪টি oval কার্ড (৪.২৫"x৭.৫") নিন। এ,আর,আই এর ৪টি রোগের প্রকৃতির নাম যেমন, 'খুব মারাত্মক রোগ', 'মারাত্মক নিউমোনিয়া', 'সাধারণ নিউমোনিয়া', 'সর্দি-কাশি' কার্ডে লিখে রাখুন।

- রোগের প্রকৃতির নির্ণয় অনুযায়ী প্রতিটি শ্রেণীর লক্ষণ ও ব্যবস্থাপনা ভিন্ন ভিন্ন রঙের চারকোনা (৪" x ৮") কার্ডে যেমন - 'মারাত্মক রোগ' ও 'মারাত্মক নিউমোনিয়া গোলাপী রঙ, 'সাধারণ নিউমোনিয়া' হলুদ রঙ ও 'সর্দিকাশি' সবুজ রঙের কার্ডে লিখুন।

- শিক্ষণ মূল্যায়ণ এর জন্য ঘটনা দুইটি অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা অনুযায়ী কপি করুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের সাথে শুভেচ্ছা বিনিময় করুন। অধিবেশনের উদ্দেশ্য ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার এর মাধ্যমে উপস্থাপন ও ব্যাখ্যা করুন।

- অধিবেশনে ব্যবহৃত পদ্ধতি ও উপকরণ সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত ধারণা দিন।

উদ্দেশ্য ক ও খ ঃ ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশুর রোগের প্রকৃতি নির্ণয়
স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - উল্লেখ করুন, 'আগের সেশনে শিশুর রোগ নির্ণয়ের জন্য কি কি প্রশ্ন ও পরীক্ষা করতে হবে তা আমরা আলোচনা করেছি। এখন আমরা ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশু শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ নিয়ে এলে সম্ভাব্য লক্ষণগুলো কি কি হতে পারে তা আলোচনা করবো।'

- বলুন, 'লক্ষণ বিশ্লেষণ করে এই শিশুদের আমরা ৪ শ্রেণীতে ভাগ করতে পারি। প্রত্যেকটি ভাগের নাম বলুন এবং একটি করে কার্ড বোর্ডের মাঝখানে নির্দিষ্ট দূরত্বে পাশাপাশি লাগান (চিত্রানুযায়ী)।

- বর্তমানে তারা কি কি লক্ষণ বা চিহ্ন দেখে শ্রেণীবিভাগ করেন, প্রশ্ন করে জেনে নিন।

- এবার একটি একটি করে লক্ষণ লেখা কার্ড লাগান ও ব্যাখ্যা করুন।

- সবগুলো কার্ড লাগানো হয়ে গেলে কারো কোন প্রশ্ন আছে কিনা জিজ্ঞেস করে জেনে নিন।

খুব মারাত্মক রোগের সব লক্ষণ লাগানো হলে উল্লেখ করুন যে, 'এর যে কোন একটি লক্ষণ থাকলেই বুঝতে হবে শিশুটি খুব মারাত্মক রোগে আক্রান্ত।' আরও উল্লেখ করুন-

'প্রথমে সেবা প্রদানকারী খুব মারাাত্মক রোগের লক্ষণ খুঁজবেন;
না পেলে, মারাত্মক নিউমোনিয়ার লক্ষণ খুঁজবেন;
তাও না পেলে, সাধারণ নিউমোনিয়ার লক্ষণ খুঁজবেন; উপরের তিনটির কোনটিই না পেলে তা নিউমোনিয়া নয়; কাশি অথবা সর্দি বলে ধরে নেবেন।

যে কোন শ্রেনী বিভাগের কোন একটি লক্ষণ পাওয়া গেলে ছক অনুযায়ী ব্যবস্থাপনা দিতে হবে। আর কোন লক্ষণ খোঁজার দরকার নেই। যেমন- শ্বাসের সময় বুক ভিতরে চেপে গেলেই মারাত্মক নিউমোনিয়া ধরে নেবো। এক্ষেত্রে শ্বাস গোনার দরকার নেই।'

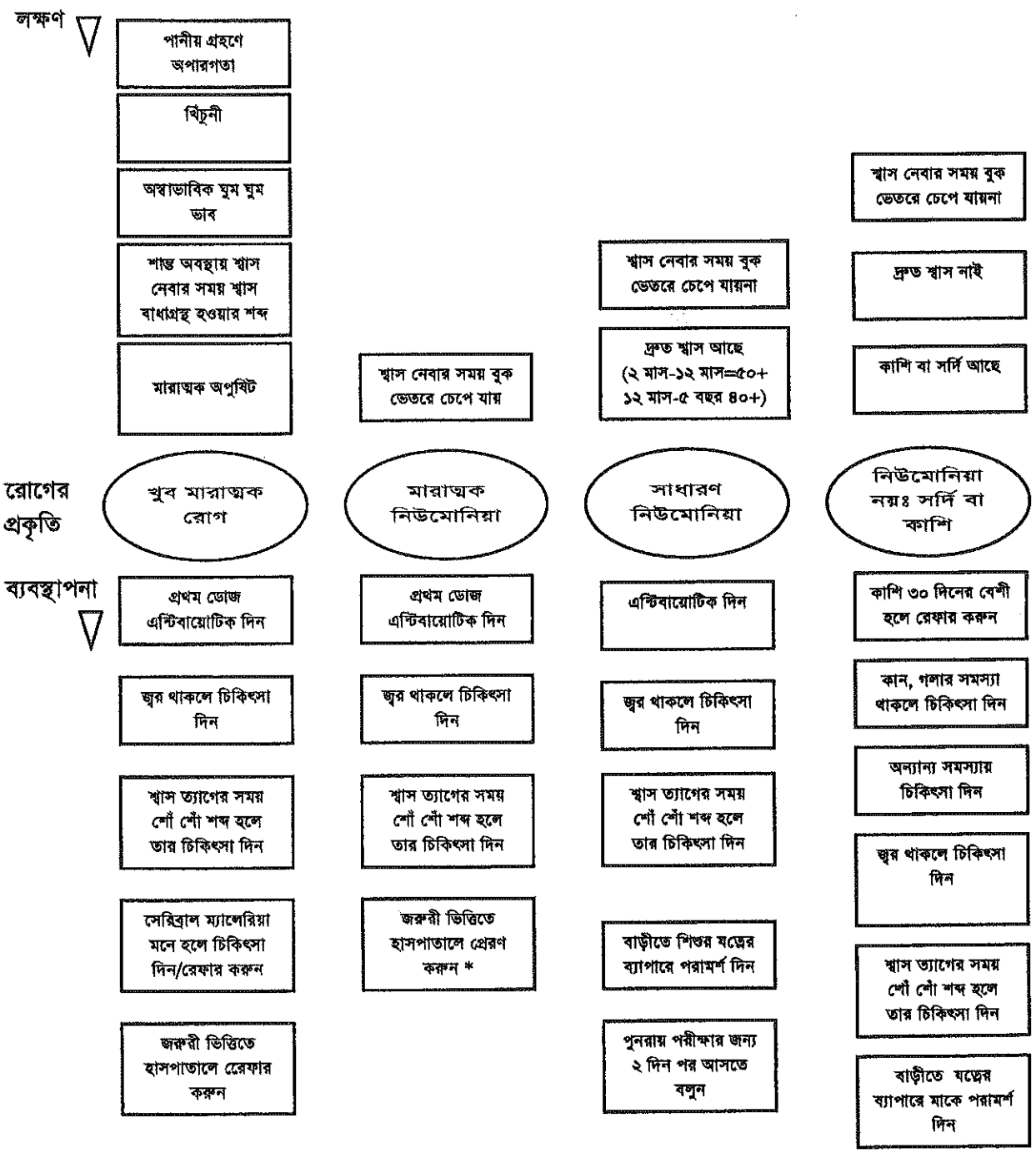
উদ্দেশ্য গ ঃ **বিপদজনক লক্ষণসমূহ**
স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ
- লক্ষণ লাগানো VIPP বোর্ডের দিকে অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করুন এবং বিপদজনক লক্ষণসমূহ ব্যাখ্যা করতে ১ জন অংশগ্রহণকারীকে আহ্বান করুন।

- গুরুত্ব সহকারে বুঝিয়ে দিন যে বিপদজনক লক্ষণ সমূহের যে কোন ১টি থাকলেই আমরা আর কোন লক্ষণের জন্য অপেক্ষা করবোনা। অতি সত্বর রোগীকে হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করবো।

উদ্দেশ্য ঘ ঃ **রোগের ব্যবস্থাপনা**
স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ
- রোগের প্রকৃতি অনুযায়ী কি কি ব্যবস্থাপনা গ্রহণ করতে হবে তা বড় দলে আলোচনা করে কিছুটা ধারণা দিন।

- ব্যবস্থাপনা লেখা কার্ডগুলো টেবিলের উপর রাখুন। ৩/৪ জন অংশগ্রহণকারীকে সামনে ডাকুন। নিজেদের মধ্যে আলোচনা করে শ্রেনী বিভাগ অনুযায়ী কার্ডগুলো নীচে লাগাতে বলুন। সব কার্ড লাগানো হয়ে গেলে অন্যান্য অংশগ্রহণকারীরা কোন পরিবর্তন করতে চান কিনা তা প্রশ্ন করে জেনে নিন। প্রয়োজনে সঠিকভাবে কার্ড সাজাতে সহযোগিতা করুন।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণজনিত রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশু)



* কোন কারণে রেফার করা সম্ভব না হলে এন্টিবায়োটিক দিয়ে ঘন ঘন ফলোআপে আসতে বলুন।

শিক্ষণ মূল্যায়ণ

স্থিতি ঃ ২৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - সবাইকে কেস ষ্টাডির কপি দিয়ে ঘটনাগুলো ভালো করে পড়তে বলুন। অংশগ্রহণকারীরা ঘটনার নীচের প্রশ্নগুলির উত্তর লিখবেন। ১০ মিনিট সময় নির্ধারণ করুন।

- ১০-১২ মিনিট পর এক বা একাধিক অংশগ্রহণকারীকে প্রশ্নগুলির উত্তর বলার জন্য আহ্বান জানান। অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের নিজ উত্তরের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন। প্রয়োজনে আপনি সহযোগিতা ও ব্যাখ্যা দিন।

ঘটনা-১ ঃ বাবুল

এক বছর বয়সী বাবুলকে নিয়ে মা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছেন। বাবুলের শ্বাসকষ্ট হচ্ছে, বুকের দুধ ছাড়া অন্য কিছু খেতে চাচ্ছে না। গত ১ সপ্তাহ ধরে বাবুলের কাশি রয়েছে।

আপনার প্রশ্নের উত্তরে বাবুলের মা বললেন, ওর কোন জ্বর বা খিঁচুনী হয়নি। পরীক্ষা করে দেখলেন শ্বাসের হার প্রতি মিনিটে ৬৩ বার এবং শ্বাস নেবার সময় পাঁজরের নীচের অংশ ভেতরে চেপে যাচ্ছে। শ্বাসপ্রশ্বাসের সাথে কোন শব্দ হয় না এবং ওর শরীরের তাপমাত্রাও স্বাভাবিক। যদিও সে বেশ দূর্বল, কিন্তু যে কোন শব্দ হলে চারিদিকে তাকিয়ে দেখছে। বয়স অনুযায়ী ওর ওজন স্বাভাবিক।

ঘটনাটি পড়ে নীচের প্রশ্নগুলোর উত্তর খাতায় লিখুন ঃ

১। বাবুলের অসুস্থতার লক্ষণগুলো কি কি ?

২। শ্রেণীবিভাগের জন্য কোন্ কোন্ লক্ষণ বিবেচনা করবেন তা লিখুন এবং বাবুলের রোগের প্রকৃতি বা diagnosis উল্লেখ করুন।

৩। ব্যবস্থাপনার কি কি ধাপ গ্রহণ করবেন ?

ঘটনা-২ ঃ আহ্‌মেদ

তিন বছরের ছেলে আহমেদকে নিয়ে মা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এসেছেন। দুই সপ্তাহ আগে জ্বর, সর্দি ও র‍্যাশ (rash) এর জন্য আহ্‌মদের মা স্বাস্থ্যকর্মীর পরামর্শ নেয়। তারপর থেকেই ওর কাশি শুরু হয়েছে। মা বললেন যে আহমেদ ভাত ও ডাল খাচ্ছে ঠিকই কিন্তু আজ ২ বার বমি করেছে। দু'দিন ধরে ওর জ্বর আছে কিন্তু কোন খিচুঁনীর ইতিহাস নেই।

শরীর পরীক্ষার সময় শ্বাসের হার মিনিটে ৫৫ বার পেলেন, শ্বাস নেবার সময় পাঁজরের হাড়ের মধ্যকার চামড়া সামান্য ভিতরে ঢুকে যায় কিন্তু শ্বাসপ্রশ্বাসের সময় কোন শব্দ হয় না বা পাঁজরের নীচের অংশ ভেতরে চেপে যায় না। ওর অস্বাভাবিক ঘুম ঘুম ভাব নেই, গায়ের তাপমাত্রা ১০২° ফা. (ঐ এলাকা ম্যালেরিয়া উপদ্রুত নয়)। বয়স অনুযায়ী ওকে কিছুটা ছোট দেখালেও ও মারাত্মক পুষ্টিহীনতায় ভুগছে বলে মনে হয় না।

ঘটনাটি পড়ে নীচের প্রশ্নগুলির জবাব দিন।

১। আহ্‌মদের রোগের লক্ষণগুলি লিখুন।

২। লক্ষণ বিচার করে রোগের প্রকৃতি বা diagnosis উল্লেখ করুন।

৩। ব্যবস্থাপনার ধাপগুলো লিখুন।

রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (০-২ মাস বয়সের শিশু)

পাঠ : ৪
স্থিতি : ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট
উদ্দেশ্য : অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. ০-২ মাস বয়সের শিশুর এ আর আই বা শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণের লক্ষণসমূহ বর্ণনা করতে পারবেন;
খ. লক্ষণ বিচার করে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় বা শ্রেণীবিভাগ করতে পারবেন;
গ. খুব মারাত্মক রোগ ও মারাত্মক নিউমোনিয়া চিহ্নিত করে রেফার করতে পারবেন; এবং
ঘ. রোগের ব্যবস্থাপনার ধাপসমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার
ক ও খ	০-২ মাস বয়সের শিশুর রোগের লক্ষণসমূহ ও রোগের প্রকৃতি নির্ণয়	৩০ মি.	ধারণা প্রকাশ	VIPP কার্ড , মার্কার
গ	বিপদজনক লক্ষণ	১৫ মি.	পর্যালোচনা	VIPP কার্ড, মার্কার
ঘ	রোগের ব্যবস্থাপনা	১৫ মি.	বড় দলে আলোচনা	VIPP কার্ড, মার্কার
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১০ মি.	প্রশ্নোত্তর	প্রশ্ন লেখা কাগজ

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- 'সেশনের উদ্দেশ্য' ট্রান্সপারেন্সী বা পোষ্টার পেপারে লিখে নিন।
- একই রঙের ৩টি oval কার্ডে (৪.২৫" x ৭.২৫") এ আর আই রোগের ৩টি শ্রেণী বিভাগের/ প্রকৃতির নাম, যেমনঃ 'খুব মারাত্মক রোগ', 'মারাত্মক নিউমোনিয়া' ও 'নিউমোনিয়া নয়ঃ কাশি অথবা সর্দি' লিখে নিন।
- অন্য রঙের চারকোনা (৪" x ৮") কার্ড নিয়ে শ্রেণীবিভাগের প্রতিটি লক্ষণ আলাদা কার্ডে লিখুন।
- রোগের ব্যবস্থাপনার পয়েন্টসমূহ অন্য আরেকটি রঙের চারকোনা (৪" x ৮") কার্ডে লিখুন।
- শিক্ষণ মূল্যায়ণের জন্য নমুনা প্রশ্ন সাদা কাগজে লিখে ভাঁজ করে প্যাকেটে রাখুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে অধিবেশন শুরু করুন।
- উদ্দেশ্য লেখা ট্রান্সপারেন্সীটি প্রদর্শন করুন এবং একজনকে জোরে পড়ে ব্যাখ্যা করতে বলুন।
- অধিবেশনের পদ্ধতি ও উপকরণ সম্বন্ধে সংক্ষিপ্ত ধারণা দিন।

উদ্দেশ্য ক ও খ ঃ **০-২ মাস বয়সের শিশুর রোগের প্রকৃতি নির্ণয়**

স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- ওভাল কার্ডগুলো বোর্ডে পাশাপাশি লাগান (চিত্র অনুযায়ী)। এবার লক্ষ্য করতে বলুন যে ০-২ মাস বয়সের শিশু এ আর আই নিয়ে এলে তার লক্ষণসমূহকে আমরা তিন ভাগে ভাগ করি। কারণ <u>২ মাসের কম বয়সী শিশুদের ক্ষেত্রে নিউমোনিয়া হওয়া মাত্র তাকে মারাত্মক বলে বিবেচনা করতে হবে</u>।

- এবার লক্ষণ লেখা কার্ডগুলো অংশগ্রহণকারীদের বিতরণ করুন এবং রোগের প্রকৃতি অনুযায়ী শ্রেণীবিভাগের সারিতে কার্ডগুলো লাগাতে বলুন। একবারে ৩/৪ জনের বেশী যেন বোর্ডের কাছে না আসেন, তা উল্লেখ করুন। সবার লাগানো শেষে ঠিক জায়গায় কার্ডগুলো স্থাপন করা হয়েছে কি না দেখুন। কোন কার্ড ভুল জায়গায় লাগানো হলে তা ব্যাখ্যা করে সঠিক জায়গায় লাগিয়ে দিন।

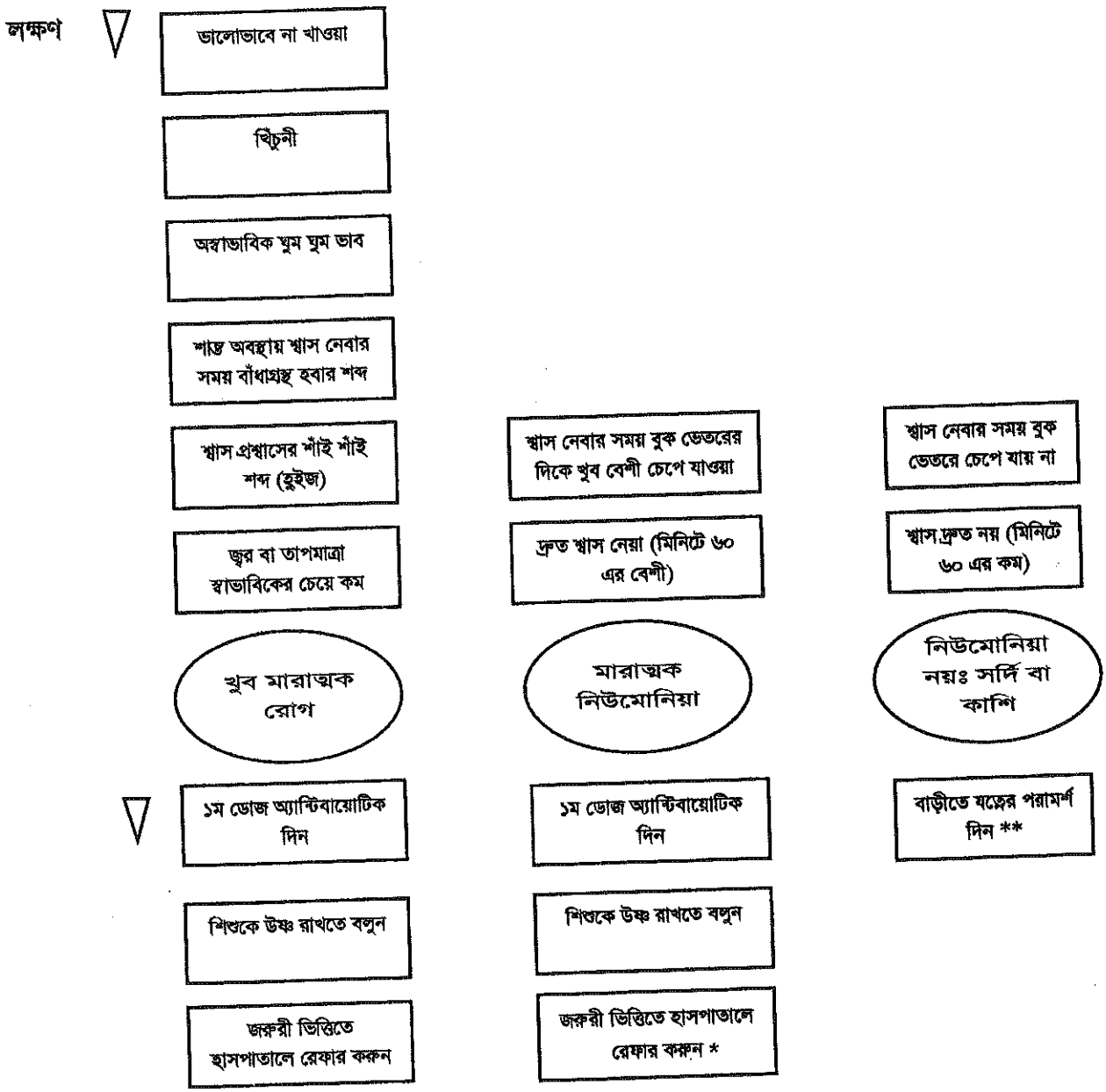
উদ্দেশ্য গ ঃ **বিপদজনক লক্ষণ**

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- অপেক্ষাকৃত নীরব কোন অংশগ্রহণকারীকে উঠে এসে বিপদজনক লক্ষণসমূহ অর্থাৎ যে সব লক্ষণ দেখলে আমরা জরুরী ভিত্তিতে হাসপাতালে পাঠাবো তা চিহ্নিত ও ব্যাখ্যা করতে বলুন।

- উল্লেখ করুন যে, এই ধরনের যেকোন একটি বিপদজনক লক্ষণ দেখলেই জরুরী ভিত্তিতে হাসপাতালে পাঠাতে হবে - অন্য কোন লক্ষণ বা চিহ্ন পরীক্ষা করার প্রয়োজন নেই।

রোগের প্রকৃতি নির্ণয় (০-২ মাস বছরের শিশু)



* কোন কারণে রেফার করা সম্ভব না হলে এন্টিবায়োটিক দিয়ে ঘন ঘন ফলোআপে আসতে বলুন।

** বাড়ীতে যত্নের পরামর্শ পাঠ নং ৭ এ আলোচনা করা হয়েছে।

উদ্দেশ্য ঘ : রোগের ব্যবস্থাপনা

স্থিতি : ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া :

- বর্তমানে অংশগ্রহণকারীরা কি ব্যবস্থাপনা দিচ্ছেন তা প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে জেনে নিন। এবার ব্যবস্থাপনা লেখা কার্ডগুলো একটি একটি করে দেখান, জোরে পড়ুন ও আলোচনা করে বোর্ডে লাগান।

- সব কার্ড লাগানো হয়ে গেলে ১ম বোর্ডটি ঘুরিয়ে দিন (যেখানে পূর্ববর্তী সেশনের ২ মাস - ৫ বছরের শ্রেণীবিভাগ লাগানো আছে) এবং ২য় বোর্ডের মধ্যে শ্রেণীবিভাগ, লক্ষণ, ব্যবস্থাপনা ইত্যাদি পার্থক্যগুলো অংশগ্রহণকারীদের চিহ্নিত করতে বলুন।

শিক্ষণ মূল্যায়ন

স্থিতি : ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া :

- একজন একজন করে সামনে এসে ও বাক্স/প্যাকেট থেকে একটি কাগজ টেনে নিয়ে জোরে অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্নটির উত্তর দিতে বলুন। যদি উত্তর সঠিক না হয় অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের সহায়তা করতে বলুন। যিনি সঠিক উত্তর দিতে পারেননি তাকে আবার উত্তরটি বলতে বলুন।

- সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

ICDDR,B LIBRARY DHAKA 1212

<u>নমুনা প্রশ্নঃ</u>

- ০ থেকে ২ মাস বয়সের শিশুর ক্ষেত্রে এ,আর,আই রোগের শ্রেণীবিভাগ কি কি?
- খুব মারাত্মক রোগের ৫টি লক্ষণ বলুন।
- মারাত্মক নিউমোনিয়ার লক্ষণ কি ?
- নিউমোনিয়া নয়, কাশি অথবা সর্দি কিভাবে চিহ্নিত করবেন অথবা বুঝতে পারবেন ?
- খুব মারাত্মক রোগে কি কি করণীয় ?
- মারাত্মক নিউমোনিয়া নিয়ে এলে কি ব্যবস্থাপনা দেবেন ?
- সর্দি অথবা কাশি নিয়ে এলে কি করবেন?
- ০ থেকে ২ মাস বয়সের শিশুর শ্বাস কত হলে 'দ্রুত শ্বাস' বলে উল্লেখ করবেন?

ভিডিও প্রদর্শন ও আলোচনা

পাঠ ঃ ৫
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা
উদ্দেশ্য ঃ ভিডিও প্রদর্শন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. ভিডিও দেখে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় বিষয়টি আরও স্পষ্টভাবে বুঝতে বা উপলব্ধি করতে পারবেন; এবং
খ. ভিডিওর মাধ্যমে 'রোগের প্রকৃতি নির্ণয়' অনুশীলন করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	আলোচনা	
ক ও খ	রোগের প্রকৃতি নির্ণয়	৫০ মি.	ভিডিও প্রদর্শন	ভিডিও ক্যাসেট, টিভি, ভিসিপি, এক্সটেনশন কর্ড
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	৫ মি.	প্রশ্নোত্তর	

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ - ভিডিও সেশনের জন্য ক্যাসেট, টিভি, ভিসিপি এক্সটেনশন কর্ড যোগাড় করে রাখুন। এই ভিডিও ক্যাসেটটি ARI Project থেকে যোগাড় করতে পারেন। বাংলা ও ইংরেজী দু'রকম ভাষাতেই ক্যাসেটটি রয়েছে। অংশগ্রহণকারীর লেভেল অনুযায়ী এ বিষয়ে সিদ্ধান্ত নিবেন। ক্যাসেটের রেকর্ডিং ও ইলেকট্রিক কানেকশন আগেই চেক করে নিতে ভুলবেন না। ক্যাসেট চেক করার পর rewind করে রাখুন। প্রশিক্ষণ কক্ষ/বা অন্যকোন কক্ষে টিভি এমন জায়গায় রাখুন যেন অংশগ্রহণকারীরা স্পষ্টভাবে দেখতে ও শুনতে পান।

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - ভিডিও শুরু করার আগে ভিডিওর বিষয়বস্তুর সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের সংক্ষিপ্ত ধারণা দিন।

উল্লেখ করুন পূর্বের অধিবেশনগুলোতে যা আলোচনা করা হয়েছে ভিডিও-র মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীরা সরাসরি দেখার সুযোগ পাবেন। ক্যাসেটে প্রদর্শিত শ্বাসতন্ত্রে সংক্রমণের রোগ নির্ণয় বা প্রকৃতি যাচাই করার জন্য বিভিন্ন লক্ষণ ও চিহ্ন দেখিয়ে মাঝে মাঝে কিছু প্রশ্ন করা হয়েছে। ভিডিও ক্যাসেটের নির্দেশনা অনুযায়ী প্রশ্নের উত্তর কাগজে লিখতে বলুন।

উদ্দেশ্য ক ঃ রোগের প্রকৃতি নির্ণয়

স্থিতি ঃ ৫০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- ভিডিও শুরু করার আগে লক্ষ্য করুন সবাই নিজস্ব অবস্থান থেকে ভিডিওটি পরিস্কার দেখতে পাচ্ছেন কিনা। প্রয়োজনে অংশগ্রহণকারীদের অবস্থান পরিবর্তন করুন। ভিডিও চলাকালীন সবার দিকে লক্ষ্য রাখুন। কোন ব্যাখ্যা বা মন্তব্য করতে চাইলে মাঝখানে উঠে না করাই ভালো। বিষয়টি লিখে রাখুন ও পরে ব্যাখ্যা করুন। যদি একান্ত জরুরী হয় তাহলে কিছুক্ষণ বিরতি বা pause দিয়ে ব্যাখ্যা শেষে পুনরায় ভিডিও চালিয়ে দিন।

- ভিডিও শেষে ক্যাসেটটি rewind করে রাখুন।

শিক্ষণ মূল্যায়ন

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- ভিডিও দেখা শেষ হলে প্রদর্শিত মূল শিক্ষণীয় বিষয়বস্তু আলোচনা করার জন্য একজন অংশগ্রহণকারীকে আমন্ত্রণ জানান। আলোচনা শেষে কেউ কোন পয়েন্ট যোগ করতে চান কিনা জিজ্ঞেস করুন। কারও কোন প্রশ্ন থাকলে ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে দিন। প্রয়োজনে আপনিও প্রশ্ন করে গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলো আবার আলোচনা করতে পারেন।

ঘটনা বিশ্লেষণ/কেস ষ্টাডি

পাঠ ঃ ৬
স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. ঘটনা বিশ্লেষণের মাধ্যমে শ্বাসতন্ত্রে আক্রান্ত শিশুদের রোগের প্রকৃতি নির্ণয় ও ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন।

বিষয় ঃ **০-২ মাস ও ২ মাস - ৫ বছরের শিশুদের রোগের প্রকৃতি নির্ণয় ও ব্যবস্থাপনা**

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ ঘটনা ৩টি ও ARI ফ্লো চার্টটি প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য ফটোকপি করে নিন।

স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- সবাইকে শুভেচ্ছা জানিয়ে বলুন যে, 'আগে আমরা একবার কেস ষ্টাডি করেছি। আরও কিছু কেস ষ্টাডির মাধ্যমে আমরা এ.আর.আই. আক্রান্ত বিভিন্ন শিশুর রোগের প্রকৃতি নির্ণয় ও ব্যবস্থাপনা ফ্লো চার্ট ব্যবহার করে অনুশীলন করবো।'
- কেস লেখা কাগজগুলো সবার হাতে দিন। ঘটনাগুলো ভালো করে পড়ে উত্তর লেখার জন্য ১২ মিনিট সময় দিন।
- নির্ধারিত সময়ের পর প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর কাছে গিয়ে প্রশ্নগুলোর উত্তর ঠিক হয়েছে কিনা দেখুন। কোথাও ভুল হলে বুঝিয়ে দিন।
- সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

ঘটনা ১: ফরিদা

ফরিদার বয়স ১৮ মাস। অল্প কিছুদিন হয় ফরিদা কাশিতে ভুগছে। তাই, ওর মা ওকে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে এসেছেন। আজ সকাল পর্যন্ত ও পানীয় গ্রহন করতে পেরেছে কিন্তু এখন আর পারছে না। মা মনে করছেন ওর গা সামান্য গরম কিন্তু কখনও খিঁচুনী হয়েছে কিনা তা বলতে পারছেন না।

ফরিদা ওর মায়ের কোলে শান্তভাবে ঘুমাচ্ছে। শ্বাসের হার প্রতি মিনিটে ৩৮, শ্বাসের সাথে কোন শব্দ নেই এবং বুকের পাঁজর শ্বাস নেবার সময় ভেতরে চেপে যায় না। জ্বর নেই এবং মা যখন ওকে নাড়াচ্ছেন ও জেগে উঠছে। বয়স অনুযায়ী ওকে অত্যন্ত ছোট দেখাচ্ছে এবং মনে হয় ও মারাত্মক অপুষ্টিতে ভুগছে।

নীচের প্রশ্নগুলোর উত্তর লিখুন ঃ

১। ফরিদার অসুস্থতার লক্ষণগুলো লিখুন।

২। কি কি লক্ষণ অনুযায়ী রোগের শ্রেণীবিভাগ করবেন এবং রোগের শ্রেণীবিভাগ কি ?

৩। ব্যবস্থাপনার ধাপগুলো সংক্ষেপে লিখুন।

ঘটনা ২ : মেরী

মেরীকে ওর মা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে এসেছেন কারণ সে অস্বাভাবিকভাবে শ্বাস নিচ্ছে এবং বুকের দুধ খেতে পারছে না। প্রশ্ন করে শুনলেন মায়ের স্তন ভারী হয়ে আছে কারণ মেরী সাধারনতঃ যা খায় তার অর্ধেকও খাচ্ছে না। ১৩ দিন আগে ওর জন্ম হয়েছে এবং বিলম্বিত প্রসবের কারণে মায়ের খুব কষ্ট হয়েছে।

শ্বাসের হার গুনে পেলেন প্রতি মিনিটে ৬২। দ্বিতীয়বার গোনার পর পেলেন প্রতি মিনিটে ৫৫ বার। শ্বাস নেবার সময় পাঁজরের হাড় সামান্য ভেতরে চেপে যায়। বাচ্চাটির ঘুম ঘুম ভাব খুব বেশী এবং ঝাঁকিয়েও তার ঘুম ভাঙ্গানো যাচ্ছে না। ওর বগল ও পা স্পর্শ করে দেখলেন তাপমাত্রা স্বাভাবিক আছে।

ঘটনাটি পড়ে নীচের উত্তরগুলো লিখুন ঃ

১। মেরীর অসুস্থতার লক্ষণগুলো লিখুন।

২। রোগের শ্রেণীবিভাগ করুন এবং কোন্ কোন্ লক্ষণের উপর ভিত্তি করে শ্রেনীবিভাগ করলেন তা উল্লেখ করুন।

৩। ব্যবস্থাপনার ধাপগুলো লিখুন।

ঘটনা ৩ : নূরু

নিচে দেয়া তথ্যগুলো পড়ুন ঃ

নূরুর বয়স দেড় মাস। কাশি এবং জ্বর হওয়ায় নূরুকে তা মা তিনদিন পূর্বে স্বাস্থ্যকর্মীর কাছে নিয়ে এসেছিলেন। নূরুর শ্বাস-প্রশ্বাস তখন ছিল মিনিটে ৩৬ বার। শ্বাস নেয়ার সময় বুক ভেতরের দিকে চেপে যাবার কোন সমস্যা ছিল না। নূরু খাবার ব্যাপারে অনীহা দেখাচ্ছিল কিন্তু সে পানীয় গ্রহণ করতে পারতো। তার জ্বর ছিল, ঐ এলাকা ম্যালেরিয়া উপদ্রুত নয়। স্বাস্থ্যকর্মী নূরুর জন্য প্যারাসিটামল দিয়ে তার মাকে বলে দিয়েছিলেন যে, নুরুর অবস্থার অবনতি ঘটলে অথবা তার শ্বাস কষ্ট বা শ্বাস-প্রশ্বাস দ্রুত হলে যেন তাকে আবার নিয়ে আসেন।

নূরুর মা মনে করেন নূরুর অসুস্থতা বেড়েছে, তার শ্বাস-প্রশ্বাসে কষ্ট হচ্ছে। তাই আজ তিনি নূরুকে আবার নিয়ে এসেছেন। আপনার প্রশ্নের জবাবে নূরুর মা জানান যে, নূরু এক সপ্তাহের বেশীকাল ধরে কাশছে। সে এখনো পানীয় গ্রহণ করতে পারে। নূরুকে পরীক্ষা করে আপনি জানলেন যে মিনিটে তার ৬২ বার শ্বাস-প্রশ্বাস হচ্ছে। শ্বাস নেবার সময় তার বুক ভেতরের দিকে চাপছেনা। তার সামান্য জ্বর আছে।

১। নূরুর অসুস্থতার লক্ষণগুলো নিচে তালিকাভুক্ত করুন।

২। নূরুর রোগের প্রকৃতি কিভাবে নির্ণয় করবেন, নিচে দেয়া জায়গায় রোগের শ্রেণীবিভাগগুলো উল্লেখপূর্বক তা লিপিবদ্ধ করুন। কি কি লক্ষণ দেখে আপনি রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করেছেন তাও লিখুন।

৩। আপনি কি পদক্ষেপ গ্রহণ করবেন তা নিচে লিখুন।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের (এ.আর.আই রোগের) ব্যবস্থাপনা

পাঠ ঃ ৭
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে (ARI) ব্যবহৃত ওষুধসমূহের মাত্রা উল্লেখ করতে পারবেন;
খ. বাড়ীতে এন্টিবায়োটিক দিতে হলে মাকে কি কি পরামর্শ দিতে হয় তা উল্লেখ করতে পারবেন;
গ. বাড়ীতে শিশুর যত্ন ও বিপদজনক লক্ষণসমূহ চিহ্নিত করার ব্যাপারে মায়েদের পরামর্শ দিতে পারবেন; এবং
ঘ. চিকিৎসা চলাকালীন পুনরায় পরীক্ষার জন্য কখন বা কি অবস্থা হলে নির্দিষ্ট সময়ের আগে আসতে হবে তা বলতে পারবেন ও প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ গ্রহণ করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার
ক	শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে ব্যবহৃত ওষুধসমূহের নাম ও মাত্রা	১ ঘন্টা	ছোট দলে আলোচনা	পোষ্টার পেপার মার্কার ও ট্রান্সপারেন্সী
খ	এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শ			
গ	বাড়ীতে শিশুর যত্ন এবং বিপদজনক লক্ষণসমূহ			
ঘ	চিকিৎসা চলাকালীন পুনরায় পরীক্ষা	১৫ মি.	ধারণা প্রকাশ	ট্রান্সপারেন্সী
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১০ মি.	প্রশ্নোত্তর	-

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ এই সেশনের জন্য চারটি বিষয়ের উপর ট্রান্সপারেন্সী অথবা পোষ্টার পেপার তৈরী করুনঃ

- (১) সেশনের উদ্দেশ্য (২) শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে ব্যবহৃত ওষুধের মাত্রা (৩) এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শ (৪) বাড়ীতে শিশুর যত্ন (০-২ মাস ও ২ মাস-৫ বছর)

- দলীয় কাজের বিষয় ৩টি কার্ডে লিখুন (ক) শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে ব্যবহৃত ওষুধমূহের নাম ও মাত্রা (খ) এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শ (গ) বাড়ীতে শিশুর যত্ন (০-২ মাস ও ২ মাস-৫ বছর) ও বিপদজনক লক্ষণসমূহ

- ছোট দলে কাজ করার জন্য আগে থেকেই জায়গা নির্বাচন করে রাখুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ অংশগ্রহণকারীদের সম্ভাষণ জানিয়ে সেশনের উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন।

উদ্দেশ্য ক,খ,গ ঃ **ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে ব্যবহৃত ওষুধসমূহের নাম ও মাত্রা**
খ. এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শ
গ. বাড়ীতে শিশুর যত্ন ও বিপদজনক লক্ষণ

স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা
প্রক্রিয়া ঃ - খেলার মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের ৩টি দলে ভাগ করুন। ব্যাখ্যা করুন যে, প্রত্যেকটি দল আলাদাভাবে তিনটি ভিন্ন বিষয়ের উপর কাজ করবেন এবং দলের কাজ উপস্থাপনার সময় অন্যান্য দল তাদের মতামত ব্যক্ত করার সুযোগ পাবেন।

- প্রতি দল থেকে একজনকে দলীয় কাজের উপকরণ যেমন, পোষ্টার পেপার, মার্কার এবং দলের কাজ লেখা একটি কার্ড টেনে নিতে বলুন। দলীয় কাজের বিষয় এবং দলে কাজ করার নিয়ম বুঝিয়ে দিন। ২০ মিনিট সময় নির্ধারণ করে দিন।

- দলীয় কাজ চলাকালীন বিভিন্ন দলের কাছে যান এবং প্রয়োজনীয় সহায়তা দিন। নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে কাজ শেষ না হলে কিছু সময় বাড়িয়ে দিন।

- কাজ শেষে সবাইকে plenary/সেশনে ফিরে আসতে বলুন এবং প্রতি দল থেকে একজনকে দলের কাজ উপস্থাপন করার আমন্ত্রণ জানান। প্রতিটি উপস্থাপনার পর অন্যান্য দলের মতামত আহ্বান করুন এবং আলোচনার সুযোগ দিন।

- তিন দলের উপস্থাপনার শেষে এক এক করে ৩টি বিষয়ের উপর ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে আলোচনা করুন। আলোচনার সময় দলীয় কাজের সংগে ট্রান্সপারেন্সী মিলিয়ে দেখতে বলুন। পার্থক্যগুলো চিহ্নিত করে গুরুত্ব সহকারে আলোচনা করুন।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে ব্যবহৃত ওষুধের মাত্রা

শিশুর বয়স অথবা ওজন	কোট্রাইমোক্সাজল (ট্রাইমেথোপ্রিম + সালফামেথোক্সাজল) ▣ ১২ ঘন্টা অন্তর ৫ দিন			এমোক্সিসিলিন ▣ ৮ ঘন্টা অন্তর ৫ দিন		এমপিসিলিন ▣ ৬ ঘন্টা অন্তর ৫ দিন
	বড়দের ট্যাবলেট (৮০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+৪০০মি.গ্রা সালফামেথোক্সাজল)	শিশুদের ট্যাবলেট (২০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+১০০ মি.গ্রা. সালফামেথোক্সাজল)	সিরাপ (প্রতি ৫ মি.লি.এ ৪০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+১০০ মি.গ্রা সালফামেথোক্সাজল)	ট্যাবলেট ২৫০ মি.গ্রা	সিরাপ প্রতি ৫ মি.গ্রা ১২৫ মি.গ্রা	সিরাপ প্রতি ৫ মি.লি-এ ১২৫ মি.গ্রা.
২ মাসের কম (< ৫ কে.জি.)	১/৪	১	২.৫ মি.লি.	১/৪	২.৫ মি.লি.	২.৫ মি.লি.
২ মাস-১২ মাস (৬-৯ কে.জি.)	১/২	২	৫ মি.লি.	১/২	৫ মি.লি.	৫ মি.লি.
১২ মাস-৫ বছর (১০-১৯ কে.জি.)	১	৩	৭.৫ মি.লি.	১	১০ মি.লি.	১০ মি.লি.

- এন্টিবায়োটিক দেবার আগে শিশুর বয়স দেখে ডোজ নির্ধারণ করে নিন।
- সম্ভব হলে ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক বাচ্চাকে ক্লিনিকে খাইয়ে দিন।
- রেফার্ডকৃত শিশুকে ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক খাইয়ে হাসপাতালে প্রেরণ করুন।
- রেফারাল প্রযোজ্য না হলে অর্থাৎ সাধারণ নিউমোনিয়ায় ৫ দিনের জন্য মুখে খাওয়ার এন্টিবায়োটিক দিন।
- বাচ্চা যদি ১ মাসের কম বয়সী হয়, ১/২টি Cotrimaxazole বাচ্চাদের ট্যাবলেট অথবা ১.২৫ মি.লি. সিরাপ দিনে ২ বার খেতে দিন।
- খাওয়ার আধঘন্টার মধ্যে বমি করলে পুনরায় ওষুধ খাওয়ান।
- এক মাাসের কম বয়সী শিশুর যদি অপরিণত (premature) জন্মের ইতিহাস থাকে অথবা শিশু যদি জন্ডিসে আক্রান্ত হয় তবে কোট্রাইমোক্সাজল দেয়া যাবে না।

এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শঃ

১। এন্টিবায়োটিক কখন, কি পরিমানে ও কতবার দিতে হবে মাকে বিস্তারিত ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে দিন । নির্দেশনা লিখে দিন; মা লেখাপড়া না জানলে ছবি এঁকে বুঝিয়ে দিন।

২। এন্টিবায়োটিক ট্যাবলেটটি গুড়ো করে অল্প খাবার যেমন জাউ, পায়েস ইত্যাদির সাথে মিশিয়ে নিতে বলুন যেন শিশু সহজে গিলতে পারে। বাচ্চা শুধুমাত্র বুকের দুধ খেলে অল্প বুকের দুধ চেপে বের করেও ওষুধের সাথে মিশিয়ে নেয়া যায়। মাকে বলুন, বাচ্চা ওষুধটি যদি ফেলে দেয় বা খাওয়ানোর আধঘন্টার মধ্যে বমি করে দেয় তবে এই ডোজটি আবার দিতে হবে।

৩। শিশু কোট্রাইমোক্সাজলের বিশেষ গুণ বা সুবিধা যে, এটি পানিতে সহজেই গলে যায় এবং পানির মত, অন্য কোন স্বাদ নেই। ফলে শিশু ওষুধ খাচ্ছে বলে বুঝতে পারেনা।

৪। বাড়ীতে যত্নের ব্যাপারে মাকে পরামর্শ দিন।

৫। পুনরায় পরীক্ষার জন্য ২ দিনের মধ্যে বাচ্চাকে নিয়ে আসতে বলুন। বাচ্চা যদি আরও অসুস্থ হয়ে পড়ে তবে ২ দিন অপেক্ষা করবার প্রয়োজন নেই; সাথেসাথেই বাচ্চাকে নিয়ে আসতে হবে।

৬। ৫ দিনের পুরো ডোজ মাকে দিয়ে দিন এবং গুরুত্ব সহকারে বলুন যে - বাচ্চা যদি ভালো হয়েও যায় তবু ২ দিনের মধ্যে আসতে হবে এবং ৫ দিনের ডোজ পুরো খাওয়াতে হবে।

বাড়ীতে শিশুর যত্ন ও প্রয়োজনীয় পরামর্শঃ

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত শিশুর ক্ষেত্রে বাড়ীতে যত্ন বা সেবা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শুধু সর্দি, কাশি, অর্থাৎ নিউমোনিয়া নেই এমন শিশু শুধুমাত্র মায়ের যত্নেই ভালো হয়ে যায়। সুতরাং সঠিক যত্নের গুরুত্ব ও কিভাবে যত্ন নিতে হয় তা মাকে ভালো করে বুঝিয়ে দিন। এখানে উল্লেখ্য যে, মাকে যে কোন পরামর্শ দানের ক্ষেত্রে সফল যোগাযোগের শর্তগুলো মনে রাখতে হবে। আলোচনার পর অবশ্যই প্রতিবার্তা নিতে হবে।

নীচের পরামর্শগুলো মাকে ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে বলতে হবে ঃ

২ মাস থেকে ৫ বৎসর বয়সের শিশুর বাড়ীতে যত্ন নেয়ার জন্য মাকে পরামর্শ দিন।

নীচের লক্ষণগুলি মাকে খেয়াল রাখতে বলুন। এবং যে কোন ১টি লক্ষণ দেখা দেয়া মাত্র দ্রুত শিশুকে নিয়ে আসতে বলুনঃ-

- শ্বাস কষ্ট
- দ্রুত শ্বাস
- খাওয়ার সমস্যা দেখা দিলে
- শিশু ক্রমশঃ আরো অসুস্থ হয়ে পড়লে।

শিশুর খাবার ঃ

- অসুস্থ শিশুকে বার বার খাওয়ান
- অসুখের পর খাবার বাড়িয়ে দিন।

তরল খাবার ঃ

শিশুকে বার বার তরল খাবার খেতে দিন।

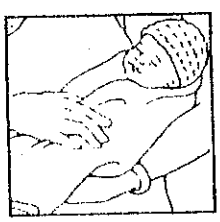
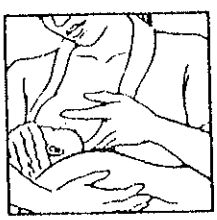
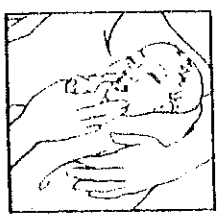
কাশির জন্য-

- গরম পানি / লেবুর রস / মধু / তুলসী পাতার রস ইত্যাদি খাওয়ান।
- নাক বন্ধ থাকলে নাক পরিষ্কার করে দিন।

০-২ মাস বয়সের শিশুর বাড়ীতে যত্ন নেয়ার জন্য মাকে পরামর্শ দিন।

নীচের লক্ষণগুলি মাকে খেয়াল রাখতে বলুন। এবং যে কোন ১টি লক্ষণ দেখা দেয়া মাত্র দ্রুত শিশুকে নিয়ে আসতে বলুনঃ-

- শ্বাস কষ্ট
- দ্রুত শ্বাস
- খাওয়ার সমস্যা দেখা দিলে
- শিশু ক্রমশঃ আরো অসুস্থ হয়ে পড়লে।

শিশুকে উষ্ণ রাখুন (আবহাওয়া অনুযায়ী)	ঘন ঘন বুকের দুধ খাওয়ান।	নাক বন্ধ থাকলে নাক পরিষ্কার করে দিন।
		

চার্টটি বিশ্লেষণের সময় বিপদজনক লক্ষণসমূহের দিকে দৃষ্টি আকর্ষণ করুন এবং এর যে কোন একটি লক্ষণ দেখা গেলে দ্রুত শিশুকে হাসপাতালে নিয়ে আসার গুরুত্ব ভালো করে বুঝিয়ে দিন।

উদ্দেশ্য ঘ ঃ **চিকিৎসা (এন্টিবায়োটিক) চলাকালীন পুনরায় পরীক্ষা**

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ

- এভাবে বলতে পারেন, "নিশ্চয়ই মনে আছে আমরা মাকে এন্টিবায়োটিক দিয়ে ২ দিনের মধ্যে আসতে বলেছিলাম এবং শিশুর অবস্থা খারাপ হলে তার আগে আসার জন্য মাকে পরামর্শ দিয়েছিলাম। এ সময় শিশু কি কি অবস্থা নিয়ে আমাদের কাছে আসতে পারে?"

- সব উত্তর বোর্ডে লিখুন। লেখার সময় শিশুর অবস্থা নীচের চার্ট অনুযায়ী তিন ভাগে লিখুন। কোন পয়েন্ট বাদ পড়ে গেলে সাহায্য করুন।

- অপেক্ষাকৃত নীরব বা অমনোযোগী কোন অংশগ্রহণকারীকে তিনটি অবস্থার পরিপ্রেক্ষিতে কি করণীয় তা বোর্ডে এসে লেখার জন্য আমন্ত্রণ জানান। প্রয়োজনে অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের সহায়তা করতে বলুন অথবা আপনি সহায়তা করুন।

- 'শিশুর অবস্থা অপরিবর্তিত' ক্ষেত্রে উল্লেখ করুন যে, শিশু ওষুধের ডোজ ঠিকমত খেয়েছে কিনা অথবা ১/২ ঘন্টার মধ্যে বমি করেছে তা মাকে প্রশ্ন করে জেনে নিতে হবে। প্রসংগক্রমে আরও উল্লেখ করুন, এমোক্সিলিনের ডোজ খাওয়ানো শিশুদের জন্য সুবিধাজনক এবং খালি পেটে এমোক্সিসিলিন খেলে প্রায় সবটুকু ওষুধই শরীরে কার্যকরী হয়।

নিউমোনিয়ার জন্য এন্টিবায়োটিক গ্রহণরত শিশুকে ২ দিনের মধ্যে আবার পরীক্ষা করুন।			
	অবস্থা খারাপ	অপরিবর্তিত	অবস্থা উন্নতির দিকে
লক্ষণ	■ পানীয় গ্রহণ করতে পারছে না। ■ শ্বাস নেয়ার সময় বুকের নীচের অংশ ভেতরের দিকে চেপে যাচ্ছে। ■ আরো অন্যান্য বিপদ সংকেতের উপস্থিতি		■ শ্বাস-প্রশ্বাস অপেক্ষাকৃত মন্থর। ■ জ্বর কম। ■ আগের চেয়ে ভাল খাচ্ছে।
চিকিৎসা	জরুরী ভিত্তিতে হাসপাতালে বা স্বাস্থ্য কেন্দ্রে পাঠিয়ে দিন।	এন্টিবায়োটিক পরিবর্তন করুন অথবা পরামর্শের জন্য হাসপাতালে পাঠিয়ে দিন।	৫ দিনের ডোজ অবশ্যই সম্পূর্ণ করার পরামর্শ দিন।

শিক্ষণ মূল্যায়ন ঃ প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে পুরো সেশনের মূল্যায়ন করুন ও মূল্যায়ন শেষে সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুনঃ-

নমুনা প্রশ্ন ঃ

- নিউমোনিয়ায় আক্রান্ত শিশুকে কি কি এন্টিবায়োটিক দেয়া যেতে পারে?
- কোন কোন ক্ষেত্রে Cotrimoxazole দেয়া যাবে না?
- বিভিন্ন বয়সের ক্ষেত্রে (০-২ মাস, ২ মাস - ১২ মাস, ১২ মাস - ৫ বছর) Cotrimoxazole এর ডোজ কি?
- বিভিন্ন বয়স অনুযায়ী Amoxycillin কি কি ডোজে দেয়া হয়?
- এন্টিবায়োটিক দেবার সময় মাকে কি কি পরামর্শ দেবেন?
- বাড়ীতে যত্ন নেবার জন্য ০-২ মাসের শিশুর মাকে কি কি পরামর্শ দেবেন?
- বাড়ীতে যত্ন নেবার জন্য ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশুর মাকে কি কি পরামর্শ দেবেন?
- এন্টিবায়োটিক দেবার ২ দিনের মধ্যে শিশু কি কি অবস্থা নিয়ে আসতে পারে ও কোন অবস্থায় কি করবেন?
- এক মাসের কম বয়সী শিশুদের Cotrimoxazole কি মাত্রায় দেবেন ?

জ্বর ও হুইজ-এর ব্যবস্থাপনা

পাঠ ঃ ৮
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে (ARI) আক্রান্ত শিশুর জ্বর এর ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন; এবং
খ. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে (ARI) আক্রান্ত শিশুর হুইজ-এর ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার
ক	জ্বর এর ব্যবস্থাপনা	২০ মি.	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী
খ	হুইজ-এর ব্যবস্থাপনা	২০ মি.	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১৫ মি.	ঘটনা বিশ্লেষণ	ঘটনা লেখা কাগজ

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ এই সেশনের জন্য ৫টি ট্রান্সপারেন্সী তৈরী করুন ঃ

- সেশনের উদ্দেশ্য
- জ্বরের ব্যবস্থাপনা ও প্যারাসিটামলের ডোজ
- শিশু প্রথমবারের মতো হুইজ-এ আক্রান্ত হলে
- বার বার হুইজ-এর ইতিহাস থাকলে
- দ্রুত কার্যকরী bronchodilator ও oral bronchodilator এর ডোজ বা মাত্রা নির্ধারণ।

শিক্ষণ মূল্যায়নের জন্য (Case study) ঘটনাটি প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য কপি করে রাখুন।

পাঠ বিশ্লেষণ

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের সাথে শুভেচ্ছা বিনিময় করুন
- ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার দেখিয়ে সেশনের উদ্দেশ্য আলোচনা করুন

উদ্দেশ্য ক ঃ শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত শিশুর জ্বরের ব্যবস্থাপনা
স্থিতি ঃ ২০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - বোর্ডের উপরে পাশাপাশি নীচের নমুনা অনুযায়ী সাজিয়ে লিখুন। অংশগ্রহণকারীদের মধ্য থেকে একজনকে সামনে ডেকে জ্বরের এই ৪টি অবস্থায় তারা বর্তমানে কর্মক্ষেত্রে কি ব্যবস্থা দেন তা নির্দিষ্ট ছকে লিখতে বলুন।

* জ্বর বেশী (বগলে ১০১.২° ফাঃ বা এর বেশী)	* জ্বর বেশী নয় (বগলে ৯৯.৪° - ১০১.২° ফাঃ)	জ্বর ৫দিনের বেশী স্থায়ী	ম্যালেরিয়া উপদ্রুত এলাকায় জ্বরের ইতিহাস

- লেখা শেষ হলে অন্যান্য অংশগ্রহণকারীরা এই চিকিৎসা পদ্ধতির সাথে একমত নাকি কোন তথ্য যোগ করতে চান জিজ্ঞেস করুন।

- সবার মতামত নেবার পর 'জ্বরের চিকিৎসা' লেখা ট্রান্সপারেন্সীটি দেখিয়ে বোর্ডের লেখার সাথে তুলনা করুন।

- উল্লেখ করুন যে, জ্বর আক্রান্ত শিশুকে হালকা বা পাতলা কাপড় পরিয়ে রাখার জন্য মাকে পরামর্শ দিতে হবে। শিশুকে যেন মোটা বা অতিরিক্ত কাপড় দিয়ে জড়িয়ে না রাখা হয়। এতে শিশুর জ্বর বেড়ে যেতে পারে। জ্বর বেশী হলে শিশুর মাথায় পানি দিতে হবে এবং শরীর, হাত-পা ভেজা কাপড় দিয়ে মুছে দিতে হবে।

- বিভিন্ন বয়সের শিশুর প্যারাসিটামল এর ডোজ ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে আলোচনা করুন। সম্ভব হলে সার্ভিস প্রোভাইডার ওজন দেখেও প্যারাসিটামল এর মাত্রা নির্ধারণ করতে পারেন।

- উল্লেখ করুন, শ্বাসকষ্টে আক্রান্ত শিশুদের জ্বর থাকা স্বাভাবিক। কিন্তু ২ মাসের কম বয়সী শিশুর জ্বর একটি বিপদজনক লক্ষণ। এসব ক্ষেত্রে জ্বর নিয়ে এলে ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক দিয়ে হাসপাতালে রেফার করতে হবে। কিন্তু ২ মাস থেকে ৫ বছর বয়সী শিশুদের জ্বরের চিকিৎসা নির্ভর করে জ্বরের মাত্রা, সময়কাল এবং ঐ এলাকা ম্যালেরিয়া উপদ্রুত কিনা তার ইতিহাসের উপর।

জ্বরের ব্যবস্থাপনা			
জ্বর বেশী (বগলে ১০১.২° ফাঃ বা এর বেশী)	জ্বর বেশী নয় (বগলে ৯৯.৪°-১০১.২° ফাঃ)	জ্বর ৫ দিনের বেশী স্থায়ী	ম্যালেরিয়া উপদ্রুত এলাকায় জ্বরের ইতিহাস
• প্যারাসিটামল দিন • মাথায় পানি দিন। গা-হাত-পা ভিজা কাপড় দিয়ে মুছে দিন • শিশুকে বার বার তরল খাবার দিতে বলুন	শিশুকে বারবার তরল খাবার দিতে বলুন	উচ্চতর পর্যায়ে রেফার করুন	ম্যালেরিয়ার ওষুধ দিন

জ্বরের চিকিৎসায় প্যারাসিটামল বড়ি (৫০০ মিঃ গ্রাঃ)

বয়স	ডোজ	কতবার	কতদিন
০২ মাস - ৩ বছর	১/৪ বড়ি	৪ বার	জ্বর না কমা পর্যন্ত
৩ বছর - ৫ বছর	১/২ বড়ি	৪ বার	জ্বর না কমা পর্যন্ত
(ভরা পেটে ৪ বার - সকাল+যোহরের আযান + মাগরিবের আযান + রাতে মা শোবার পূর্বে)			
▲ জ্বরের জন্য ছোট শিশুকে (০-২ মাস) প্যারাসিটামল দেবেন না। কারণ জ্বর ছোট শিশুর *মারাত্মক রোগের* লক্ষণ। ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক দিয়ে হাসপাতালে পাঠিয়ে দিন।			

উদ্দেশ্য খ ঃ **শ্বাসতন্ত্রে আক্রান্ত শিশুর হুইজ-এর ব্যবস্থাপনা**

স্থিতি ঃ ২০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ

- এভাবে বলা যেতে পারে, "আমাদের নিশ্চয়ই মনে আছে ০-২ মাসের শিশু হুইজ নিয়ে এলে আমরা তাকে 'বিপদজনক লক্ষণ' হিসাবে গণ্য করবো এবং তৎক্ষনাৎ হাসপাতালে রেফার করবো। কিন্তু ২ মাস থেকে ৫ বছরের শিশু হুইজ নিয়ে এলে মাকে প্রশ্ন করে জানতে হবে শিশু এই প্রথমবারের মতো হুইজ-এ আক্রান্ত হয়েছে নাকি মাঝে মাঝেই শিশু হুইজ-এ আক্রান্ত হয়।

- এবার অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞেস করুন শিশু হুইজ-এ প্রথমবারের মতো আক্রান্ত হলে অংশগ্রহণকারীরা কি ব্যবস্থা নেন। সম্ভাব্য উত্তর হবে যে তারা bronchodilator/ salbutamol ব্যবহার করেন। অংশগ্রহণকারীদের সমর্থন জানিয়ে ব্যাখ্যা করুন যে, bronchodilator শ্বাসনালীর সংকোচন কমিয়ে বাতাস বের হওয়ার পথগুলোকে খুলে দেয় (opening of air passages) ফলে শিশু সহজেই শ্বাস নিতে পারে। এবার ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে বিষয়টি আলোচনা করুন।

'দ্রুত কার্যকরী bronchodilator' লেখা ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে ডোজ আলোচনা করুন।' উল্লেখ করুন, শ্বাসকষ্টের লক্ষণ থাকলে Rapid acting bronchodilator বা দ্রুত কার্যকরী bronchodilator দিয়ে রেফার করতে হবে। যদি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে/ডিসপেন্সারীতে/ক্লিনিকে দ্রুত কার্যকরী bronchodilator না থাকে তবে bronchodilator এর ১ম ডোজ মুখে খাইয়ে জরুরী ভিত্তিতে শিশুকে হাসপাতালে রেফার করতে হবে। শ্বাসকষ্ট এবং রেফার করার মতো কোন বিপদজনক লক্ষণ না থাকলে মুখে খাওয়ার bronchodilator 'salbutamol` খাইয়ে দিতে হবে। ৫ দিনের জন্য পর্যাপ্ত ওষুধসহ খাওয়ানোর নিয়ম মাকে শিখিয়ে দিতে হবে। এ ছাড়া মাকে বিপদজনক লক্ষণ সম্পর্কে শিক্ষা দিয়ে এ ধরণের কোন সমস্যা দেখা দিলে জরুরী ভিত্তিতে আসার পরামর্শ দিতে হবে।'

এবার ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে বয়স অনুযায়ী সালবিউটামল ট্যাবলেট এর ডোজ আলোচনা করুন।

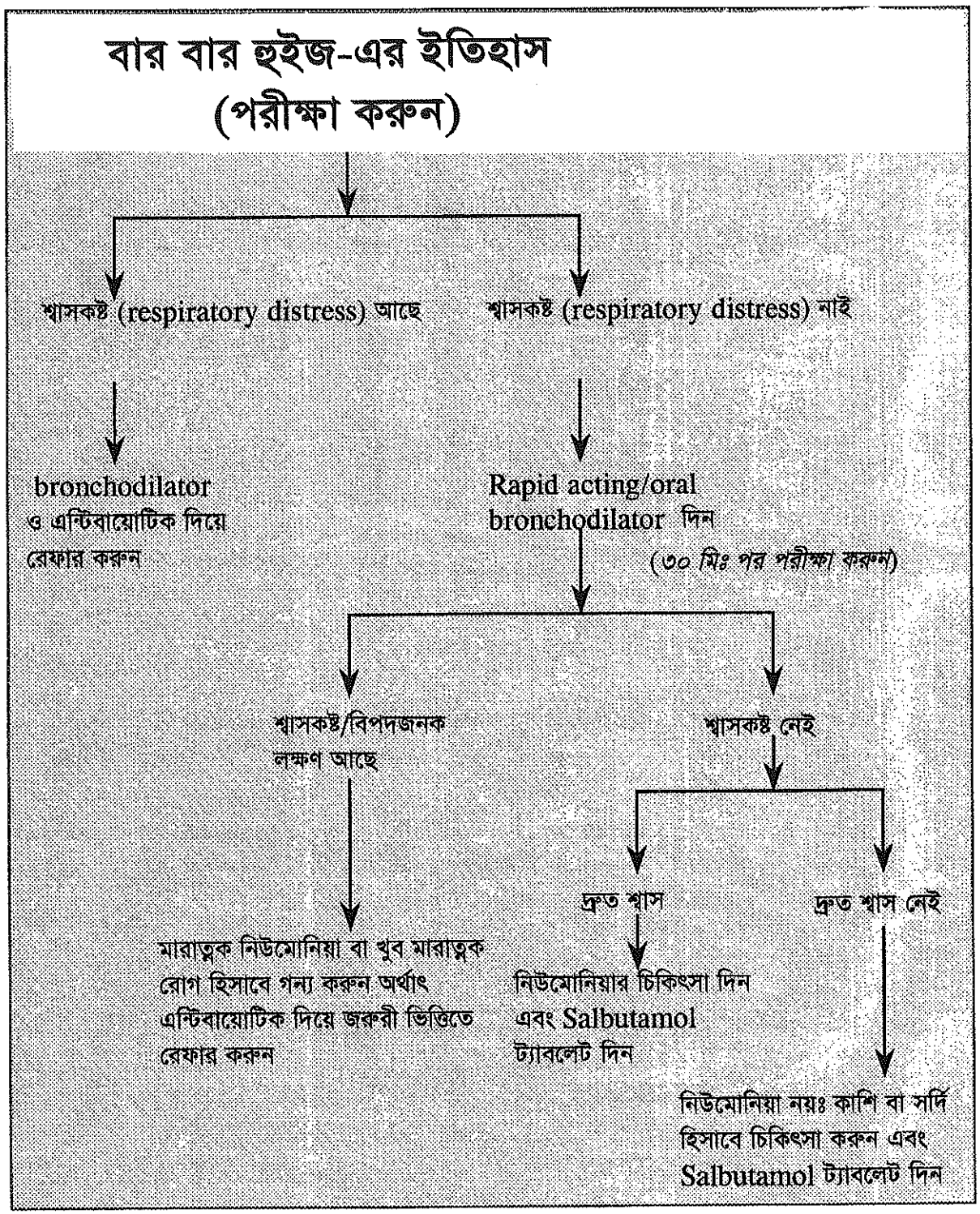
শিশু প্রথমবারের মতো হুইজ-এ আক্রান্ত হলে ঃ

যদি শ্বাসকষ্ট থাকে ➡ Rapid acting bronchodilator দিন এবং রেফার করুন (Rapid acting bronchodilator না থাকলে Oral Salbutamol দিয়ে রেফার করুন)।

যদি শ্বাসকষ্ট না থাকে ➡ Oral Bronchodilator/Salbutamol ৫ দিন খেতে দিন।

দ্রুত কার্যকরী Bronchodilator (Rapid Acting Bronchodilator)			মুখে খাওয়ার সালবিউটামল [দিনে ৩ বার করে ৫দিন]		
নেবুলাইজড সালবিউটামল ৫ মিঃ গ্রাঃ/মিলি	৫ মিলি সালবিউটামল + ২মিলি বিশুদ্ধ পানি		বয়স/ওজন	২ মি. গ্রা.ট্যাবলেট	৪ মি. গ্রা. ট্যাবলেট
ইপিনেফ্রিন (অ্যাড্রিনালিন) <u>ত্বকের নীচে</u> ইঞ্জেকশন (১ঃ১০০০=০.১%)	০.০১ মি.লি/কে.জি.		২ মাস - ১২ মাস (< ১০ কেজি)	১/২	১/৪
			১২ মাস - ৫ বছর (১০ - ১৯ কেজি)	১	১/২

অংশগ্রহণকারীদের একজনকে প্রশ্ন করুন 'শিশুটির যদি মাঝে মাঝে হুইজ-এ আক্রান্ত হবার ইতিহাস থাকে তাহলে কি ব্যবস্থা নেবেন ?' উত্তর বোর্ডে লিখুন। অন্যান্য অংশগ্রহণকারীর মতামত নিন। নতুন কোন তথ্য আসলে বোর্ডে লিখে রাখুন। মতামত নেবার পর ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে আলোচনা করুন।


বার বার হুইজ-এর ইতিহাস
(পরীক্ষা করুন)
শ্বাসকষ্ট (respiratory distress) আছে
শ্বাসকষ্ট (respiratory distress) নাই
bronchodilator
ও এন্টিবায়োটিক দিয়ে
রেফার করুন
Rapid acting/oral
bronchodilator দিন
(৩০ মিঃ পর পরীক্ষা করুন)
শ্বাসকষ্ট/বিপদজনক
লক্ষণ আছে
শ্বাসকষ্ট নেই
দ্রুত শ্বাস
দ্রুত শ্বাস নেই
মারাত্মক নিউমোনিয়া বা খুব মারাত্মক
রোগ হিসাবে গন্য করুন অর্থাৎ
এন্টিবায়োটিক দিয়ে জরুরী ভিত্তিতে
রেফার করুন
নিউমোনিয়ার চিকিৎসা দিন
এবং Salbutamol
ট্যাবলেট দিন
নিউমোনিয়া নয়ঃ কাশি বা সর্দি
হিসাবে চিকিৎসা করুন এবং
Salbutamol ট্যাবলেট দিন

শিক্ষণ মূল্যায়ন

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - নীচের ঘটনাটি প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর হাতে দিন। সবাইকে মন দিয়ে পড়ে নিজস্ব খাতায় উত্তর লিখতে বলুন। ৭ মিনিট সময় নির্ধারণ করুন। ৭ মিনিট পর অপেক্ষাকৃত দুর্বল কোন অংশগ্রহণকারীকে প্রশ্নের উত্তর পড়ে শোনাতে বলুন। সবাইকে মন দিয়ে শুনে নিজের উত্তরের সাথে মিলিয়ে দেখতে বলুন। অংশগ্রহণকারীদের ভিন্ন কোন মত বা উত্তর থাকলে তা প্রকাশ করার সুযোগ দিন। উত্তর সঠিক না হলে প্রয়োজনীয় সহায়তা করুন।

প্রথম রুগী ঃ ময়না

১। রুগীর সম্পর্কে নিচে দেয়া তথ্যগুলো পড়ুন ঃ

ময়নার বয়স দুই বছর। তার মা আপনাকে বললেন গতকাল থেকে হঠাৎ করে ময়না বেশ অসুস্থ হয়ে পড়ে। এছাড়া দু'দিন ধরে ময়নার কাশি হচ্ছিল এবং নাক দিয়ে পানি ঝরছিল। কিন্তু ময়নার মা তার কোন চিকিৎসার প্রয়োজন আছে বলে মনে করেনি। গতকাল থেকে ময়না খেলাধূলা বন্ধ করে দিয়েছে এবং ময়নার মা খেয়াল করলেন যে তার শ্বাস প্রশ্বাস স্বাভাবিকের চেয়ে দ্রুত।

প্রশ্ন করে জানতে পারলেন যে ময়না পানীয় গ্রহণ করতে পারে এবং সামান্য পরিমাণ খাবার খায়। ময়নার জ্বর নেই। এলাকাটিও ম্যালেরিয়া উপদ্রুত নয়।

আপনি গুণে দেখলেন ময়নার শ্বাস-প্রশ্বাস মিনিটে ৩৬ বার হচ্ছে। ময়নার মা ময়নার গায়ের জামা খুললে আপনি দেখতে পেলেন, শ্বাস নেবার সময় তার বুক ভেতরের দিকে চাপছে না। তার শ্বাস-প্রশ্বাসের সাথে এক ধরনের শাঁই শাঁই শব্দ হচ্ছে। ময়নার মা বলেন এই প্রথমবারের মত তার শ্বাস-প্রশ্বাসে শব্দ হচ্ছে। ময়নার অস্বাভাবিক ঘুমঘুম ভাব আছে বলে মনে হয় না। তার ওজন ১১ কেজি। ময়নার গায়ে তাপমাত্রা ১০২° ফাঃ।

২। ময়নার অসুস্থতার লক্ষণগুলো নিচে তালিকাভুক্ত করুন।

৩। ময়নার রোগের প্রকৃতি কিভাবে নির্ণয় করবেন, নিচে দেয়া জায়গায় রোগের শ্রেণীবিভাগগুলো উল্লেখপূর্বক তা লিপিবদ্ধ করুন। কি কি লক্ষণ দেখে আপনি রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করেছেন তাও লিখুন।

৪। রোগের শ্রেণীবিভাগ অনুযায়ী আপনি কি পদক্ষেপ গ্রহণ করবেন তা নীচে লিখুন।

৫। কি কি ওষুধ, প্রতিদিন কি পরিমাণ ডোজ কোন কোন সময়, এবং কতদিন ধরে ময়নাকে গ্রহণ করতে হবে তা লিখুন।

কাশি নিরাময়

পাঠ ঃ ৯
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে কাশি হওয়ার কারণ উল্লেখ করতে পারবেন;

খ. কাশির ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিক সমূহ ব্যাখ্যা করতে পারবেন; এবং

গ. বর্তমানে অনুমোদিত কাশি নিরাময়ের ব্যবস্থাপনা উল্লেখ করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	১৫ মি.	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী
ক	শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে কাশির কারণ	১০ মি.	ধারণা প্রকাশ	ট্রান্সপারেন্সী
খ	কাশির ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিক	২০ মি.	ছোট দলে আলোচনা	পোষ্টার পেপার, মার্কার, ট্রান্সপারেন্সী
গ	কাশি নিরাময়ের অনুমোদিত ব্যবস্থাপনা	১০ মি.	ধারণা প্রকাশ (VIPP পদ্ধতিতে)	VIPP কার্ড, VIPP বোর্ড ও মার্কার
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	৫ মি.	প্রশ্নোত্তর	নমুনা প্রশ্ন

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ নীচের তিনটি বিষয়ের উপর ট্রান্সপারেন্সী তৈরী করুনঃ
১। সেশনের উদ্দেশ্য
২। কাশির কারণ
৩। কাশির ওষুধ

পর্যাপ্ত পোষ্টার পেপার, VIPP বোর্ড, মার্কার যোগাড় করে রাখুন।

সূচনা

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - শুভেচ্ছা বিনিময়ের পর এভাবে বলুন, 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে কাশি একটি অতি পরিচিত সমস্যা। কাশি নিরাময়ের জন্য আমরা বিভিন্ন ওষুধ ব্যবহার করি। আচ্ছা বলুনতো, রোগী কাশি নিয়ে এলে আমরা সাধারণতঃ কি কি ওষুধ দেই?

- অংশগ্রহণকারীদের উত্তর বোর্ডে লিখুন। বহুল পরিচিত ওষুধের নাম বাদ পড়ে গেলে আপনি উল্লেখ করুন।

- ট্রান্সপারেন্সীর সাহায্যে সেশনের উদ্দেশ্য উপস্থাপন করুন।

কাশি নিরাময়ে বর্তমানে ব্যবহৃত ওষুধসমূহ

- কোডিন (Codine)
- ডেক্সট্রোমেথরফেন (dextromethorphan)
- ফলকোডিন (Pholcodin)
- ক্লোরফেনিরামিন (chlorpheniramine)
- প্রোমিথাজিন (promethazine)

- গুয়াইফেনাসিন (guaifenasin)
- অ্যাসিটাইলসিসটিন (acetylcystine)

- সিমপ্যাথোলাইমেটিক ওষূধ
  - অক্সিমেটাজোলিন (oxymetazoline)
  - ইফিড্রিন (ephidrine)

- মেনথল (menthol balm)

উদ্দেশ্য-ক ঃ কাশির কারণ
স্থিতি ঃ ১০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞেস করুন, 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে কাশি কেন হয়?' পাশাপাশি দুজন আলোচনা করে মতামত দিতে বলুন। প্রতিটি দলের মতামত দেয়া হলে ট্রান্সপারেন্সীর সাহায্যে আলোচনা করুন।

কাশির কারণ

- শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে শ্বাসতন্ত্রের কোষ ঝিল্লির প্রদাহ হয়। প্রদাহের ফলে স্নায়ুবিক উত্তেজনা সৃষ্টি হয়। এই উত্তেজনা অন্তর্মুখী (afferent) স্নায়ুর মাধ্যমে মস্তিষ্কে পৌছায়। পরবর্তীতে আবার উত্তেজনা বর্হিমুখী (Efferent) স্নায়ুর মাধ্যমে কোষ ঝিল্লীতে পৌছায়। ফলে কাশি শুরু হয়।

- তীব্র প্রদাহের ফলে শ্বাসতন্ত্রের কোষ ঝিল্লি ফুলে যায় ও নালীগুলো সরু হয়ে যায়। কোষ ঝিল্লী থেকে প্রচুর শ্লেষ্মা তৈরী হয়। Cillia গুলো ঠিকমত কাজ করতে পারে না বলে শ্লেষ্মা ঠিকমত বের হতে পারেনা। এমতাবস্থায় শরীরের স্বাভাবিক প্রক্রিয়ায় এই জমে যাওয়া শ্লেষ্মা বের করার জন্য কাশি শুরু হয়। এই কাশির সাথে শ্বাসতন্ত্রে জমাকৃত ক্ষতিকর শ্লেষ্মা বের হয়ে আসে। সুতরাং এই কাশি বের হতে দেয়া শরীরের জন্য প্রয়োজনীয়।

- কাশি সাধারণতঃ ২-৩ সপ্তাহ স্থায়ী হয়।

উদ্দেশ্য-খ ঃ **কাশির ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিক**
স্থিতি ঃ ২০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা বিবেচনা করে দুই/তিন দলে ভাগ করুন। প্রতিটি দলকে কাশির ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিক আলোচনা করে পোষ্টার পেপারে লিখতে বলুন। দলীয় কাজ করার নিয়ম স্মরণ করিয়ে দিন। ১০ মিনিট সময় নির্ধারণ করুন। প্রতি দলের একজনকে পোষ্টার পেপার ও কলম নিয়ে যেতে বলুন।

- দলীয় কাজ শেষ হলে সবাইকে বড় দলে ফিরে আসতে বলুন। প্রত্যেকটি দলের উপস্থাপনার পর অন্যান্য দলের কোন প্রশ্ন/মতামত থাকলে আলোচনার সুযোগ দিন। সবাই হাততালি দিয়ে দলীয় কাজের জন্য অভিনন্দন জানান।

- প্রতিটি দলের উপস্থাপনার সময় লক্ষ্য করুন, ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিকগুলো তাদের দলীয় কাজে প্রতিফলিত হয়েছে কিনা। যদি বেশীর ভাগ হয়ে থাকে তবে তা বিশেষ জোর দিয়ে আলোচনা করুন এবং যে পয়েন্টগুলো দলীয় কাজে আসেনি সেগুলো উল্লেখ করে দিন।

- যদি দলীয় কাজে মূল পয়েন্টগুলো একেবারে না আসে তাহলে ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন।

কাশির ওষুধ ব্যবহারের ক্ষতিকর দিক	
১।	কাশি নিরাময়ে তেমন কোন ভূমিকা আদৌ নাই।
২।	কাশির ওষুধে এমন কিছু পদার্থ আছে যা শিশুদের জন্য ক্ষতিকর। যেমনঃ অ্যালকোহল, কোডিন ইত্যাদি ।
৩।	অনেক সময় একই ওষুধে পরস্পরবিরোধী - যেমন কাশি বসে যাবার ও একই সাথে কাশি ওঠার উপাদান থাকে।
৪।	ঘুম ঘুম ভাব তৈরী করে ফলে শিশুরা খেতে চায় না এবং কাশি কম হয় বলে মিউকাস বের হতে পারেনা; ফলে ফুসফুস পরিষ্কার হয় না।
৫।	স্বাভাবিক কাশি ওঠার প্রক্রিয়াকে অকার্যকরী করে দেয়।
৬।	ব্যয়বহুল।
৭।	মায়েরা এন্টিবায়োটিক এর চেয়ে কফ সিরাপকে বেশী গুরুত্ব দিতে পারেন এমনকি এন্টিবায়োটিক বাদ দিয়ে কাশি বেশী সমস্যা মনে করে কাশির ওষুধ চালিয়ে যেতে পারেন।
৮।	কাশির সময়কাল কমায় না, নিউমোনিয়া প্রতিরোধও করে না।

উদ্দেশ্য-গ ঃ **কাশি নিরাময়ের অনুমোদিত ব্যবস্থাপনা**

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - এভাবে বলা যেতে পারে; 'আমরা একটু আগে দেখলাম কাশির ওষুধ ব্যবহারে কি কি ক্ষতি হতে পারে। আসুন ভেবে দেখি ওষুধ ব্যবহার না করে আমরা শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত শিশুর কাশি থাকলে মাকে কি পরামর্শ দিতে পারি।'

- অংশগ্রহণকারীদের কার্ডে একটি করে পয়েন্ট লিখতে বলুন। কার্ড ও কলম দিয়ে কার্ড লেখার নিয়মগুলো একবার মনে করিয়ে দিন। সবার কার্ড লেখা হয়ে গেলে কার্ডগুলো Shuffle করুন, তারপর নিয়ম অনুযায়ী এক এক করে কার্ডগুলো জোরে পড়ুন ও বোর্ডে লাগান। একই ধরণের কার্ডগুলো Cluster করে লাগান। সব কার্ড লাগানো হয়ে গেলে অংশগ্রহণকারীদের কেউ নতুন কোন পয়েন্ট যোগ করতে চাইলে তা কার্ডে লিখে যোগ করার আমন্ত্রণ জানান। এরপর যে সব পয়েন্ট বাদ পড়ে গেছে তা আপনি কার্ডে লিখে যোগ করুন। সব শেষে WHO অনুমোদিত কাশি নিরাময়ের মূল পয়েন্টগুলো আরেকবার ব্যাখ্যা করুন।

কাশি নিরাময়ের অনুমোদিত ব্যবস্থাপনা

ক)	কাশির জন্য	➡	কুসুম কুসুম গরম পানি গরম লেবু চা মধু লেবুর পানি তুলসী পাতার রস
খ)	ঘন কাশি বের হবার জন্য	➡	পানি গরম পানির ভাপ
গ)	বন্ধ নাক খোলার জন্য	➡	বিশুদ্ধ লবন পানি ফোঁটা ফোঁটা করে কয়েক ফোঁটা নাকে দিতে হবে

শিক্ষণ মূল্যায়ন

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - নীচের প্রশ্নগুলো ছোট ছোট কাগজে লিখে ভাঁজ করে রাখুন। অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা অনুযায়ী বাকী কাগজগুলি সাদা ভাঁজ করে একটি প্যাকেটে/বাক্সে নিন। সবাইকে একটি করে কাগজ তুলতে বলুন। যার কাছে প্রশ্ন লেখা কাগজ পড়বে তাকে সেই প্রশ্নের উত্তর দিতে বলুন। তিনি উত্তর দিতে না পারলে অন্যদের সহযোগিতা চাইতে পারেন।

- সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

<u>নমুনা প্রশ্নঃ</u>

- রোগী কাশি নিয়ে এলে বর্তমানে কি কি ওষুধ দেয়া হয়?
- শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে কাশি কেন হয়?
- কাশির ওষুধ খেলে কি কি ক্ষতি হয়?
- কাশি নিরাময়ে WHO অনুমোদিত ব্যবস্থাপনা উল্লেখ করুন।

কানপাকা রোগীর ব্যবস্থাপনা

পাঠ ঃ ১০
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা-

ক. কানপাকা শিশুদের রোগ নির্ণয়ে কি কি প্রশ্ন ও পরীক্ষা করতে হবে উল্লেখ করতে পারবেন;
খ. পরীক্ষা করে রোগের শ্রেণীবিভাগ করতে পারবেন;
গ. শ্রেণীবিভাগ অনুযায়ী রোগের ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন; এবং
ঘ. কানপাকা রোগে ব্যবহৃত এন্টিবায়োটিক সমূহের নাম ডোজসহ উল্লেখ করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী
ক	কানপাকা শিশুর রোগ নির্ণয়	১৫ মি.	ধারণা প্রকাশ, (VIPP পদ্ধতিতে)	VIPP কার্ড, মার্কার
খ	রোগের শ্রেণী বিভাগ	১০ মি.	দৃশ্যমান উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী
গ	রোগের ব্যবস্থাপনা	২০ মি.	বড় দলে আলোচনা	ট্রান্সপারেন্সী
ঘ	এন্টিবায়োটিকের ডোজ	১৫ মি.	ধারণা প্রকাশ	বোর্ড, মার্কার
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১০ মি.	ঘটনা বিশ্লেষণ	ঘটনার ফটোকপি

A-031615

পূর্ব প্রস্তুতি ঃ - 'অধিবেশনের উদ্দেশ্য', 'রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা' ট্রান্সপারেন্সী অথবা পোষ্টার পেপারে লিখে নিন।

- একটি ওভাল (সাদা) কার্ডে 'কানপাকা রোগীর রোগ নির্ণয়', হলুদ আয়তাকার কার্ডে 'প্রশ্ন করুন' ও গোলাপী আয়তাকার কার্ডে 'পরীক্ষা করুন' লিখে নিন। যথেষ্ট সংখ্যক হলুদ ও গোলাপী আয়তাকার কার্ড ও মার্কার জোগাড় করে রাখুন।

- মূল্যায়নের জন্য বর্ণিত ঘটনাটি প্রশ্নসহ ট্রান্সপারেন্সীতে লিখে নিন।

সূচনা

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - শুভেচ্ছা বিনিময়ের পর বলুন, আমরা জানি শ্বাসতন্ত্রের সাথে গলা ও কানের ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক আছে। কারণ মধ্যকর্ণ ইউস্টেশিয়ান নালী দিয়ে গলার (Pharynx) সাথে সংযুক্ত। সুতরাং নাক বা গলার কোন প্রদাহ হলে কানও আক্রান্ত হবার সম্ভাবনা থাকে। তাই এ,আর,আই আক্রান্ত শিশুরা প্রায়ই কানপাকা ও গলা ব্যথার সমস্যা নিয়ে আমাদের কাছে আসে। সঠিকভাবে রোগ নির্ণয় করে এসব সমস্যার ব্যবস্থাপনা দেয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। কানের অন্যান্য সমস্যা (যেমন ঃ ফরেন বডি) নিয়েও শিশুরা আসতে পারে। কিন্তু আমরা শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণের সাথে সম্পর্কিত কানের সমস্যা নিয়ে আলোচনা করবো।

- ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে সেশনের উদ্দেশ্য আলোচনা করুন।

উদ্দেশ্য ক ঃ কানপাকা শিশুর রোগ নির্ণয়

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - VIPP বোর্ডের উপরে মাঝখানে 'রোগ নির্ণয়' লেখা কার্ডটি লাগিয়ে বলুন যে, রোগ নির্ণয়ের জন্য কিছু প্রশ্ন করা এবং কিছু পরীক্ষা করা প্রয়োজন। 'প্রশ্ন করুন' কার্ডটি আগের কার্ডের একটু নীচে বামদিকে এবং 'দেখুন/পরীক্ষা করুন' কার্ডটি বোর্ডের ডানদিকে লাগান।

- এবার প্রতি ৩ জন অংশগ্রহণকারীকে ২টা করে কার্ড দিন (১টি হলুদ ও ১টি গোলাপী) ৩ জন মিলে আলোচনা করে হলুদ কার্ডে একটি প্রশ্ন ও গোলাপী কার্ডে একটি পরীক্ষা লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে হলুদ ও গোলাপী কার্ড আলাদা করে টেবিলের উপর উল্টো করে রেখে যেতে বলুন।

- হলুদ কার্ডগুলো নিয়ে shuffle করুন ও একটি করে কার্ড দেখিয়ে জোরে পড়ুন এবং কার্ডটি 'প্রশ্ন করুন' লেখা কার্ডটির নীচে লাগান।

- হলুদ কার্ডগুলো লাগানো হলে লক্ষ্য করুন কোন গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্ন বাদ পড়েছে কিনা। কোন অপ্রয়োজনীয় প্রশ্ন এলে প্রশ্নটির প্রয়োজনীয়তা আছে কিনা জিজ্ঞেস করুন এবং বিষয়টি আলোচনা করে বুঝিয়ে দিন।

- একইভাবে গোলাপী কার্ডগুলো shuffle করার পর ডান দিকে 'পরীক্ষা করুন' কার্ডের নীচে লাগান।

- কোন গুরুত্বপূর্ণ তথ্য বাদ গেলে যোগ করে দিন ও কোন অপ্রয়োজনীয় তথ্য এলে আলোচনার মাধ্যমে বুঝিয়ে দিন। এবার বোর্ডের দিকে দৃষ্টি আকর্ষণ করুন এবং রোগ নির্ণয় পদ্ধতিটির সার সংক্ষেপ করুন।

কানপাকা শিশুর রোগ নির্ণয়	
প্রশ্ন করুন ঃ • শিশুটির কি কানব্যথা আছে ? • শিশুটির কান দিয়ে কি পুঁজ বের হয় ? কতদিন ধরে?	*দেখুন/পরীক্ষা করুন ঃ* • কান থেকে পুঁজ বের হয় কিনা, সম্ভব হলে যন্ত্রের সাহায্যে পরীক্ষা করে দেখুন কানের পর্দা লাল বা স্থির কিনা • কানের পিছনে ব্যথাসহ ফোলা আছে কিনা অনুভব করে দেখুন।

উদ্দেশ্য খ ও গ ঃ রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা
স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - এভাবে বলতে পারেন, 'প্রশ্ন ও পরীক্ষায় প্রাপ্ত তথ্য থেকে আমরা রোগের শ্রেণীবিভাগ করতে পারি এবং শ্রেণীবিভাগ অনুযায়ী ব্যবস্থাপনা দিতে পারি। সুতরাং দেখা যাচ্ছে প্রশ্ন ও পরীক্ষা ঠিকভাবে করতে না পারলে আমরা সঠিক শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা করতে পারবোনা।'

- ট্রান্সপারেন্সী দেখিয়ে ব্যাখ্যা করুন যে, কানের পেছনে ব্যথাসহ ফোলা থাকলে বুঝতে হবে মাসটয়েড হাড়টির গভীরে ইনফেকশন হয়েছে (mastoiditis)। এক্ষেত্রে প্রথম ডোজ এন্টিবায়োটিক দিয়ে রোগীকে অতি সত্বর হাসপাতালে রেফার করতে হবে। কারণ সাধারণতঃ এই শিশুদের অপারেশন প্রয়োজন হয়। একইভাবে তীব্র কানের প্রদাহ (acute ear infection) ও দীর্ঘ মেয়াদী কানের প্রদাহের (chronic ear infection) লক্ষণ ও চিকিৎসা একে একে আলোচনা করুন।

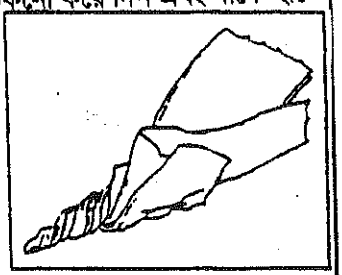
- উল্লেখ করুন যে, কান দিয়ে কোন পানি বা পুঁজ পড়লে নরম কাপড়ের সাহায্যে পরিস্কার করে কান শুষ্ক রাখতে হবে। ট্রান্সপারেন্সীর সাহায্যে কান শুষ্ক করার উপায় বর্ণনা করুন এবং এই পদ্ধতিটি মাকে হাতে-কলমে শিখিয়ে দিতে বলুন। কান শুষ্ক করার পর প্রয়োজনীয় পরামর্শ মাকে ভালো করে বুঝিয়ে দিতে বলুন।

রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা

লক্ষণ	• কানের পিছনে ব্যথাসহ ফোলা	• ২ সপ্তাহের কম সময় ধরে কান থেকে পুঁজ পড়ছে অথবা • কান ব্যথা অথবা • কানের পর্দা লালচে এবং কোন ক্ষত নেই	• ২ সপ্তাহের বেশী সময় ধরে কান থেকে পুঁজ পড়ছে
শ্রেণীবিভাগ	মাসটয়েড হাড়ের প্রদাহ (mastioditis)	তীব্র কানের প্রদাহ (acute ear infection)	দীর্ঘমেয়াদী কানের প্রদাহ (chronic ear infection)
ব্যবস্থাপনা	▸ দ্রুত হাসপাতালে রেফার করুন ▸ এন্টিবায়োটিক এর ১ম ডোজ দিন ▸ জ্বর থাকলে চিকিৎসা দিন ▸ ব্যথা থাকলে প্যারাসিটামল দিন	▸ এন্টিবায়োটিক দিন ▸ নরম কাপড়ের সাহায্যে কান শুষ্ক করুন ▸ ৫ দিন পর পুনরায় পরীক্ষা করুন ▸ জ্বর থাকলে চিকিৎসা দিন ▸ ব্যথা থাকলে প্যারাসিটামল দিন	▸ নরম কাপড়ের সাহায্যে কান শুষ্ক রাখুন ▸ জ্বর থাকলে চিকিৎসা দিন ▸ ব্যথা থাকলে প্যারাসিটামল দিন

কান শুকনো রাখার উপায় ও পরামর্শঃ

নরম কাপড়ের সাহায্যে নিম্নলিখিত পদ্ধতিতে ক্লিনিকে ১ম বারের মতো বাচ্চার কান পরিষ্কার/শুকনো করে দিন এবং মাকে হাতে কলমে বাচ্চার কান শুকনো রাখার নিয়ম শিখিয়ে দিন।



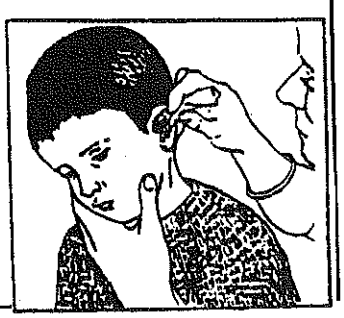
১। নরম সুতির কাপড় পেঁচিয়ে সরু সলতের মতো তৈরী করুন।
কখনও কাঠি, তুলাযুক্ত কাঠি বা কাগজ ব্যবহার করবেন না।

২। সলতেটি না ভেজা পর্যন্ত কানের ভেতর রাখুন।

৩। ভিজে যাবার পর সলতেটি বের করে আনুন।

৪। আরেকটি পরিষ্কার সলতে একই পদ্ধতিতে কানে ঢোকান
এবং কান সম্পূর্ণ শুকনো না হওয়া পর্যন্ত প্রক্রিয়াটি চালিয়ে যান।

৫। প্রতিবার নতুন সলতে ব্যবহার করুন।
ব্যবহার করা সলতে দ্বিতীয়বার ব্যবহার করবেন না।



উপরেল্লিখিত পদ্ধতিতে মাকে কমপক্ষে দিনে ৩ বার কান পরিস্কার করে শুকনো রাখার পরামর্শ দিন। কান সম্পূর্ণ শুষ্ক হতে এবং পুঁজ পড়া বন্ধ হতে সাধারণতঃ এক/দুই সপ্তাহ সময় লাগে। মাকে বুঝিয়ে বলুন যে এই পদ্ধতিটি সময়সাপেক্ষ হলেও অত্যন্ত কার্যকরী এবং এটা না করলে শিশু বধির হয়ে যেতে পারে। মাকে সতর্ক করে দিন যে,

- কানে যেন কোন তূলা, কাপড়ের টুকরা অবশিষ্ট না থাকে
- কানে তেল বা অন্য কোন তরল পদার্থ দেয়া যাবে না
- শিশুর যেন পুকুরে গোসল না করে এবং গোসল করার সময় কানে যেন কিছুতেই পানি না ঢোকে।

উদ্দেশ্য ঘ ঃ **কানপাকা রোগে ব্যবহৃত এন্টিবায়োটিক সমূহ**

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ

- জিজ্ঞেস করুন, কানপাকা রোগীর ক্ষেত্রে তারা কি কি এন্টিবায়োটিক ব্যবহার করেন? প্রতিটি উত্তর বোর্ডে লিখুন। উল্লেখ করুন যে শিশুদের কানপাকা রোগে সাধারণতঃ কোট্রাইমক্সিজল, এমোক্সিসিলিন অথবা এমপিসিলিন যে কোন একটি এন্টিবায়োটিক দেয়া হয়।
- এই তিনটি ওষুধের ডোজ আলোচনা করবার জন্য একজন অংশগ্রহণকারীকে আমন্ত্রণ জানান। মনে করিয়ে দিন যে, নিউমোনিয়ার চিকিৎসায় আমরা এই ওষুধগুলোর ডোজ আলোচনা করেছি। প্রয়োজনে সবার সহযোগিতা আহ্বান করুন।

কানপাকায় ব্যবহৃত এন্টিবায়োটিকসমূহঃ

- সম্ভব হলে ১ম ডোজ ক্লিনিকেই দিন
- বাড়ীতে ৫ দিন কিভাবে এন্টিবায়োটিক দিতে হবে - মাকে ভালো করে বুঝিয়ে দিন (এ বিষয়ে পাঠ নং ৭-এ আলোচনা করা হয়েছে।

শিশুর বয়স অথবা ওজন	কোট্রাইমোক্সাজল (ট্রাইমেথোপ্রিম + সালফামেথোক্সাজল) ▣দিনে ২ বার করে ৫ দিন			এমোক্সিসিলিন ▣দিনে ৩ বার করে ৫ দিন		এমপিসিলিন ▣দিনে ৪ বার করে ৫ দিন
	বড়দের ট্যাবলেট (৮০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+৪০০ মি.গ্রা সালফামেথোক্সাজল)	বাচ্চাদের চ্যাবলেট (২০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+১০০ মি.গ্রা. সালফামেথোক্সাজল)	সিরাপ (প্রতি ৫ মি.লি.এ ৪০ মি.গ্রা. ট্রাইমেথোপ্রিম+১০০ মি.গ্রা সালফামেথোক্সাজল)	ট্যাবলেট ২৫০ মি.গ্রা	সিরাপ প্রতি ৫ মি.গ্রা ১২৫ মি.গ্রা	সিরাপ প্রতি ৫ মি.লি-এ ১২৫ মি.গ্রা.
২ মাসের কম (< ৫ কে.জি.)	১/৪	১	২.৫ মি.লি.	১/৪	২.৫ মি.লি.	২.৫ মি.লি.
২ মাস-১২ মাস (৬-৯ কে.জি.)	১/২	২	৫ মি.লি.	১/২	৫ মি.লি.	৫ মি.লি.
১২ মাস-৫ বছর (১০-১৯ কে.জি.)	১	৩	৭.৫ মি.লি.	১	১০ মি.লি.	১০ মি.লি.

- এন্টিবায়োটিক দেবার আগে শিশুর বয়স দেখে ডোজ নির্ধারণ করে নিন।
- সম্ভব হলে শিশুকে ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক ক্লিনিকে খাইয়ে দিন।
- রেফার্ডকৃত শিশুকে ১ম ডোজ এন্টিবায়োটিক খাইয়ে হাসপাতালে প্রেরণ করুন।
- বাচ্চা যদি ১ মাসের কম বয়সী হয়, ১/২টি Cotrimaxazole বাচ্চাদের ট্যাবলেট অথবা ১.২৫ মি.লি. সিরাপ দিনে ২ বার খেতে দিন।
- এক মাসের কম বয়সী শিশুর যদি অপরিণত (premature) জন্মের ইতিহাস থাকে অথবা শিশু যদি জণ্ডিসে আক্রা হয় তলে কোট্রাইমোক্সাজল দেয়া যাবে না।

এন্টিবায়োটিক সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় পরামর্শঃ

১। এন্টিবায়োটিক কখন, কি পরিমানে ও কতবার দিতে হবে মাকে বিস্তারিত ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে দিন । নির্দেশনা লিখে দিন; মা লেখাপড়া না জানলে ছবি এঁকে বুঝিয়ে দিন।

২। এন্টিবায়োটিক ট্যাবলেটটি গুড়োঁ করে অল্প খাবার যেমন জাউ, পায়েস ইত্যাদির সাথে মিশিয়ে নিতে বলুন যেন শিশু সহজে গিলতে পারে। বাচ্চা শুধুমাত্র বুকের দুধ খেলে অল্প বুকের দুধ চেপে বের করেও ওষুধের সাথে মিশিয়ে নেয়া যায়। মাকে বলুন, বাচ্চা ওষুধটি যদি ফেলে দেয় বা খাওয়ানোর আধঘন্টার মধ্যে বমি করে দেয় তবে এই ডোজটি আবার দিতে হবে।

৩। শিশু কোট্রাইমোক্সাজলের বিশেষ গুণ বা সুবিধা যে এটি পানিতে সহজেই গলে যায় এবং পানির মত, অন্য কোন স্বাদ নেই। ফলে শিশু ওষুধ খাচ্ছে বলে বুঝতে পারেনা।

৪। বাড়ীতে যত্নের ব্যাপারে মাকে পরামর্শ দিন।

৫। ৫ দিনের পুরো ডোজ মাকে দিয়ে দিন এবং গুরুত্ব সহকারে বলুন যে - বাচ্চা যদি ভালো হয়েও যায় তবু ৫ দিনের ডোজ পুরো খাওয়াতে হবে।

শিক্ষণ মূল্যায়ণ

স্থিতি ঃ ১০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ ট্রান্সপারেন্সীতে লেখা ঘটনাটি দেখান। সবাইকে নিজের খাতায় ঘটনার নীচে লেখা প্রশ্নগুলির উত্তর লিখতে বলুন। ৫/৭ মিনিট সময় দিন। লেখা শেষ হলে একজনকে পড়তে বলুন। কারও ভিন্নমত থাকলে প্রকাশ করার সুযোগ দিন। সবশেষে আপনার মতামত দিন এবং সবাইকে অংশগ্রহণের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

নীচের ঘটনাটি পড়ুন এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর আপনার খাতায় লিখুন। পরস্পর আলোচনা করবার প্রয়োজন নেই।

ঘটনা

নাদিয়ার বয়স ১৩ মাস। নাদিয়াকে তার মা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে এসেছেন কারণ এক সপ্তাহ ধরে ওর সামান্য জ্বর চলছে এবং খুব অস্থির ও কান্নাকাটি করছে। গত দু'দিন ধরে নাদিয়ার কান দিয়ে পুঁজ বের হচ্ছে।

আপনি নাদিয়াকে পরীক্ষা করে দেখলেন, পুঁজ বের হওয়া ছাড়াও ওর তাপমাত্রা ১০১.৬° ফা. (ঐ এলাকা ম্যালেরিয়া উপদ্রুত নয়)। কানের পিছনে কোন ফোলা বা ব্যথা নেই।

ক) নাদিয়ার অসুস্থতার লক্ষণগুলি লিখুন।

খ) রোগের শ্রেণীবিভাগ করুন এবং কিভাবে করলেন তা ব্যাখ্যা করুন।

গ) শ্রেণীবিভাগের নীচে ব্যবস্থাপনার ধাপ লিখুন।

ঘ) নাদিয়ার মাকে কি কি পরামর্শ দেবেন ?

গলাব্যথার ব্যবস্থাপনা

পাঠ ঃ ১১
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহনকারীরা -

ক. শিশু গলাব্যথা নিয়ে এলে রোগ নির্ণয়ের জন্য প্রয়োজনীয় প্রশ্ন ও পরীক্ষা করতে পারবেন;
খ. লক্ষণ দেখে রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা করতে পারবেন; এবং
গ. গলাব্যথায় ব্যবহৃত এন্টিবায়োটিকের নাম ও ডোজ উল্লেখ করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার
ক	গলাব্যথা রোগীর রোগ নির্ণয়	৪০ মি.	পাঠ চক্র	বিষয়ের ফটোকপি
খ	রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা			
গ	ব্যবহৃত এন্টিবায়োটিকের ডোজ			
	শিক্ষণ মূল্যায়ন	১৫ মি.	ঘটনা বিশ্লেষণ	ঘটনার ফটোকপি

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ - সেশনের উদ্দেশ্য ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপারে লিখে নিন। বক্সের ভিতর লেখা তথ্যসমূহ অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা অনুযায়ী কপি করে নিন।

- নমুনা কেসগুলোর প্রত্যেকটি অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা অনুযায়ী ফটোকপি করুন।

সূচনা

স্থিতি ঃ ৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - এভাবে শুরু করতে পারেন, 'আমরা গত সেশনে জেনেছি এ.আর.আই., কানপাকা ও গলাব্যথা পরস্পর সম্পর্কযুক্ত। বেশীরভাগ ক্ষেত্রেই দেখা যায় সর্দি কাশির সাথে গলাব্যথা নিয়ে রোগী ক্লিনিকে আসে/আবার সর্দি কাশি ছাড়া শুধুমাত্র গলাব্যথা নিয়েও অনেক রোগী ক্লিনিকে আসতে পারে।

- ট্রান্সপারেন্সী/পোষ্টার পেপার দেখিয়ে সেশনের উদ্দেশ্য আলোচনা করুন।

উদ্দেশ্য ক,খওগ ঃ রোগ নির্ণয়, রোগের শ্রেণীবিভাগ ও ব্যবস্থাপনা, এন্টিবায়োটিকের নাম ও ডোজ

স্থিতি ঃ ২০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা অনুযায়ী ৩/৪টি দলে ভাগ করুন। কোন দলে যেন ৪/৫ জনের বেশী অংশগ্রহণকারী না থাকে।

- প্রত্যেকটি দলকে ২ কপি করে তথ্য লেখা কাগজগুলো দিন। দলে বসে পড়ার জন্য ২০ মিনিট সময় নির্ধারণ করুন। পড়ার সময় লক্ষ্য করুন যেন সকলেই অংশগ্রহণ করেন।

- ২০ মিনিট পর সবাইকে বড় দলে ফিরে আসতে বলুন।

- আগ্রহী একজন অংশগ্রহণকারীকে সামনে এসে বিষয়টি প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে আলোচনা করার জন্য আমন্ত্রণ জানান। আলোচনার সময় লক্ষ্য রাখুন যেন শিক্ষণের বিষয় যেমন ঃ প্রশ্ন ও পরীক্ষার মাধ্যমে রোগের শ্রেণীবিভাগ করা, গলাব্যথার চিকিৎসায় এন্টিবায়োটিকের ব্যবহার ইত্যাদি আলোচিত হয়। প্রয়োজনে সহায়তা দিন।

গলাব্যথা

বেশীর ভাগ গলাব্যথাই ভাইরাস সংক্রমণের ফলে হয় এবং বাড়ীতে সঠিক যত্ন নেয়া হলে কোন ওষুধ ছাড়াই ভালো হয়ে যায়। তবে গলাব্যথা যদি ষ্ট্রেপটোকক্কাস ব্যাকটেরিয়া সংক্রমণের ফলে হয় তবে এন্টিবায়োটিক দিতে হবে কারণ এ ধরণের গলাব্যথা থেকে রিউম্যাটিক জ্বর ও পরবর্তীতে হৃদপিন্ডের সমস্যা হতে পারে। এই জটিলতা থেকে রক্ষা পেতে ষ্ট্রেপটোকক্কাস সংক্রমণ সন্দেহ হলে এন্টিবায়োটিক দেয়া অত্যন্ত জরুরী। নীচের চার্টে ব্যবস্থাপনার বিভিন্ন ধাপ যেমন রোগের প্রকৃতি নির্ণয়, শ্রেণীবিভাগ ও চিকিৎসার উল্লেখ করা হয়েছে।

রোগ নির্ণয়ঃ	
প্রশ্ন করুন ➡ • বাচ্চা কি পানীয় গ্রহণ করতে পারে ?	*দেখুন, পরীক্ষা করুন ➡* • গলায় কোন ফোলা গ্রন্থি আছে কিনা; ফোলা থাকলে দেখুন - ব্যথাযুক্ত কিনা? • গলায় কোন নিঃসরণ বা discharge দেখা যায় কিনা
• যদি পানীয় গ্রহণ করতে না পারে তবে বুঝতে হবে রোগীর throat abscess হয়েছে। এক্ষেত্রে আক্রান্ত শিশু বা রোগীকে হাসপাতালে রেফার করতে হবে। • ষ্ট্রেপটোকক্কাস সংক্রমণের ফলে গলাব্যথা হলে ব্যথাযুক্ত ফোলা গ্রন্থি ও গলার ভিতরে সাদা নিঃসরণ থাকে।	

রোগের শ্রেণীবিভাগ ঃ		
লক্ষণ	• পানীয় গ্রহণ করতে পারে না	• গলায় ব্যথাযুক্ত ফোলা গ্রন্থি ও • গলার ভিতরে সাদা নিঃসরণ
শ্রেণীবিভাগ	থ্রোট অ্যাবসেস (throat abscess)	ষ্ট্রেপটোকক্কাস সংক্রমণজনিত গলাব্যথা (streptococcal sore throat)
চিকিৎসা	▸ হাসপাতালে রেফার করুন ▸ বেনজাথিন পেনিসিলিন দিন ▸ জ্বর থাকলে চিকিৎসা দিন ▸ ব্যথা থাকলে প্যারাসিটামল দিন	▸ এন্টিবায়োটিক দিন ▸ গলা ব্যথার জন্য গরম চা/লেবুর পানি/কুসুম কুসুম গরম পানি/মধু দিন ▸ জ্বর থাকলে চিকিৎসা দিন ▸ ব্যথা থাকলে প্যারাসিটামল দিন।

গলাব্যথার চিকিৎসায় এন্টিবায়োটিক ব্যবহার ঃ

ষ্ট্রেপটোকক্কাসজনিত গলাব্যথা হলে এন্টিবায়োটিক দিতে হয় এবং বেনজাথিন পেনিসিলিন এক্ষেত্রে কার্যকরী ও দীর্ঘস্থায়ী।

গলাব্যথার চিকিৎসার এন্টিবায়োটিক ব্যবহারের ডোজ ঃ

- বেনজাথিন পেনিসিলিন ঃ

মাংসপেশীতে ১ টি ইঞ্জেকশন	
< ৫ বছর	৬০০,০০০ ইউনিট
≥ ৫ বছর	১,২০০,০০০ ইউনিট

অথবা

- অ্যামোক্সিসিলিন, এমপিসিলিন বা পেনিসিলিন ১০ দিন খেতে হবে।
- গলা ব্যথার জন্য গরম চা, লেবুর পানি, মধু ও কুসুম কুসুম গরম পানি দিন।
- জ্বর বা ব্যথার জন্য প্যারাসিটামল দিন।

শিক্ষণ মূল্যায়ণ

স্থিতি ঃ ২৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - কেস লেখা কাগজগুলি সবার হাতে দিন এবং উত্তরগুলো নিজের খাতায় লিখতে বলুন। ১০ মিনিট সময় দিন। ১০ মিনিট পর অপেক্ষাকৃত নীরব দু'একজনকে একটি করে ঘটনার উত্তর পড়তে বলুন। কারও ভিন্নমত থাকলে প্রকাশ করার সুযোগ দিন।

- সবশেষে গলাব্যথা বিষয় সম্পর্কে কারও কোন প্রশ্ন আছে কিনা জিজ্ঞেস করুন এবং পুরো বিষয়টি সংক্ষেপে আলোচনা করুন।

ঘটনা ১ ঃ জনি

গত দু'দিন ধরে জনির গলাব্যথা এবং মাঝে মাঝে জ্বর আসে। কোন কাশি বা শ্বাসকষ্ট নেই। মা ওকে আপনার কাছে নিয়ে এসেছেন কারণ জনি কিছুই খেতে চাচ্ছে না। আপনি প্রশ্ন করে জানলেন তার বয়স ৪ বছর এবং সে পানি বা দুধ দিলে খেতে পারে।

গলা পরীক্ষা করে দেখলেন তার গলার গ্রন্থি ফোলা, শক্ত এবং ধরলে ব্যথা পায়। গলায় ভিতরে সাদা নিঃসরণ আছে। জ্বর মেপে দেখলেন ১০৩° ফা. (ঐ এলাকা ম্যালেরিয়া উপদ্রুত নয়)।

ঘটনাটি পড়ে নীচের প্রশ্নগুলোর উত্তর লিখুন ঃ

১। জনির রোগের লক্ষণগুলো লিখুন।

২। লক্ষন অনুযায়ী রোগের শ্রেণীবিভাগ করুন।

৩। ব্যবস্থাপনার ধাপগুলো লিখুন।

৪। জনির মাকে কি কি পরামর্শ দেবেন?

হাসপাতাল পরিদর্শন

পাঠ ঃ ১২
স্থিতি ঃ ৩ ঘন্টা ৪৫ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ পরিদর্শন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. হাসপাতালের বহির্বিভাগে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণে আক্রান্ত শিশুদের ব্যবস্থাপনা প্রত্যক্ষ করতে পারবেন;
খ. হাতে কলমে শিশুদের পরীক্ষা করে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করতে পারবেন; এবং
গ. রোগের প্রকৃতি নির্ণয়ের পর প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাপনা অনুশীলন করতে পারবেন (Practice on Case Management)

পরিদর্শন পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	পরিদর্শন প্রস্তুতি	১৫ মি.	বড় দলে আলোচনা	ক্লিনিক্যাল রেকর্ড ফর্ম
ক,খ,গ	হাসপাতাল পরিদর্শন	৩ ঘন্টা.	হাতে কলমে পরীক্ষা	ক্লিনিক্যাল রেকর্ড ফর্ম
	অভিজ্ঞতা বিনিময়	৩০ মি.	আলোচনা	ক্লিনিক্যাল রেকর্ড ফর্ম

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- ক্লিনিক্যাল রেকর্ড ফর্মটি প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য কপি করে রাখুন।
- হাসপাতাল অথবা ক্লিনিক কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগ করে পরিদর্শনের তারিখ ও সময় নির্ধারণ করুন এবং প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে লিখিত অনুমতি নিন।
- যাতায়াতের জন্য যানবাহনের ব্যবস্থা করে রাখুন।
- সম্ভব হলে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য Timer যোগাড় করে রাখুন। ARI Project Office থেকে এই Timer যোগাড় করতে পারেন।

পরিদর্শন প্রস্তুতি

স্থিতি ঃ ১৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- শুভেচ্ছা জানিয়ে শুরু করুন।
- হাসপাতাল পরিদর্শনের উদ্দেশ্য আলোচনার মাধ্যমে বুঝিয়ে বলুন।
- অংশগ্রহণকারীদের হাতে ক্লিনিক্যাল রেকর্ড ফর্মটি দিয়ে ফর্মের বিভিন্ন অংশ ও পূরণ করার নিয়ম বুঝিয়ে বলুন। হাসপাতালের দূরত্ব, স্থান ও পরিদর্শন সম্পর্কিত তথ্য দিন।

উদ্দেশ্য ক,খ ও গঃ হাসপাতাল পরিদর্শন

স্থিতি ঃ ৩ ঘন্টা

প্রক্রিয়া ঃ
- হাসপাতালে পৌঁছে ডাক্তার বা ইনস্ট্রাকটারকে অংশগ্রহণকারীদের পরিচয় করিয়ে দিন ও পরিদর্শনের উদ্দেশ্য বুঝিয়ে বলুন।
- যে সব শিশুরা শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ নিয়ে এসেছে অর্থাৎ সর্দি, কাশি ও শ্বাসকষ্ট নিয়ে এসেছে তাদের আলাদা করে একত্রে বসিয়ে রাখতে ডাক্তারকে সহায়তা করুন।
- ইনস্ট্রাকটার বা আপনি একটি বাচ্চাকে ভেতরে নিয়ে আসুন। শিশুর রোগ নির্ণয় করার জন্য মাকে প্রশ্ন করার ও শিশুকে পরীক্ষা করার নিয়মগুলো হাতেকলমে দেখিয়ে দিন।
- এবার অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা অনুযায়ী তিন/চারটি দলে ভাগ করে দিন। প্রতিটি দল ভিন্নভাবে ৫/৬টি শিশুকে পরীক্ষা করবেন । প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী আলাদাভাবে নিজেদের ফর্ম পূরণ করবেন।

অভিজ্ঞতা বিনিময়

স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ
- হাসপাতাল থেকে ফিরে আসার পর প্রতিটি দলকে তাদের কেস উপস্থাপন করতে বলুন।
- প্রতিটি দল তাদের অভিজ্ঞতা কেস ব্যবস্থাপনাসহ অন্য দলের কাছে উপস্থাপন করবেন। অন্যান্য দলকে প্রয়োজনে প্রশ্ন করতে আহবান করুন।
- কোথাও দ্বন্দ্ব দেখা দিলে বা অংশগ্রহণকারীদের কোন প্রশ্ন থাকলে সহযোগিতা করুন।
- সব দলের উপস্থাপনার পর ধন্যবাদ জানিয়ে সেশন শেষ করুন।

ARI CLINICAL SIGNS
এ আর আই রোগীর লক্ষণ

Instructor

	Child 1 ১ম শিশু		Child 2 ২য় শিশু		Child 3 ৩য় শিশু	
শিশুর নাম Name of child		Instru-ctor		Instru-ctor		Instr-uctor
বয়স Age						
কোন বিপদজনক লক্ষণ আছে কিনা (থাকলে উল্লেখ করুন) Look for other danger signs (specify)						
শ্বাস ত্যাগের সময় শোঁ শোঁ আওয়ার হয় কিনা Look and listen for wheeze						
শ্বাস গ্রহণের সময় শ্বাস বাধাগ্রস্ত হওয়ার শব্দ আছে কি না Look and listen for stridor						
নাক বন্ধ থাকার কারণে শব্দ হয় কিনা Identify noisy breathing caused by blocked nose						
শ্বাস নেবার সময় পাঁজরের নীচের অংশ ভেতরে চেপে যায় কিনা Look for chest in drawing						
শ্বাসের হার Count respiratroy rate						

অংশগ্রহণকারীর নামঃ ----------

ARI CLINICAL RECORD
এ আর আই রোগীর নথি

	Child 1 ১ম শিশু		Child 2 ২য় শিশু		Child 3 ৩য় শিশু	
শিশুর নাম Name of child		Instru-ctor		Instru-ctor		Instr-uctor
বয়স Age						
রোগ নিরূপণের জন্য প্রয়োজনীয় লক্ষণসমূহ Assessment findings						
রোগের শ্রেণীবিভাগ Classification						
ব্যবস্থাপনা (ওষুধের পরিমাণ এবং সময় উল্লেখ করুন) Treatment recommended (include dosage and schedule of any drugs)						
Instructor's record of additional clinical practices						

অংশগ্রহণকারীর নামঃ ----------

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ

পাঠ ঃ ১৩
স্থিতি ঃ ৩০ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -

ক. শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধের আটটি গুরুত্বপূর্ণ উপায় ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

পাঠ পরিকল্পনা

উদ্দেশ্য	বিষয়	স্থিতি	পদ্ধতি	উপকরণ
	সূচনা	৫ মি.	উপস্থাপনা	পোষ্টার পেপার/ট্রান্সপারেন্সী
ক)	শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ	২৫ মি.	ধারণা প্রকাশ (VIPP পদ্ধতিতে)	VIPP কার্ড, মার্কার

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ - সেশনের উদ্দেশ্য পোষ্টার পেপারে লিখে নিন। একটি বড় সাদা গোল কার্ডে 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয় ' লিখে রাখুন। ৮টি Oval গোলাপী কার্ডে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধের আটটি পয়েন্ট লিখে নিন। অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা অনুযায়ী Oval কার্ড ও মার্কার সংগ্রহ করে রাখুন।

সূচনা
স্থিতি ঃ ৫ মিনিট
প্রক্রিয়া ঃ - সবাইকে শুভেচ্ছা জানিয়ে সেশন শুরু করুন এবং ট্রান্সপারেন্সীর সাহায্যে সেশনের উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন।

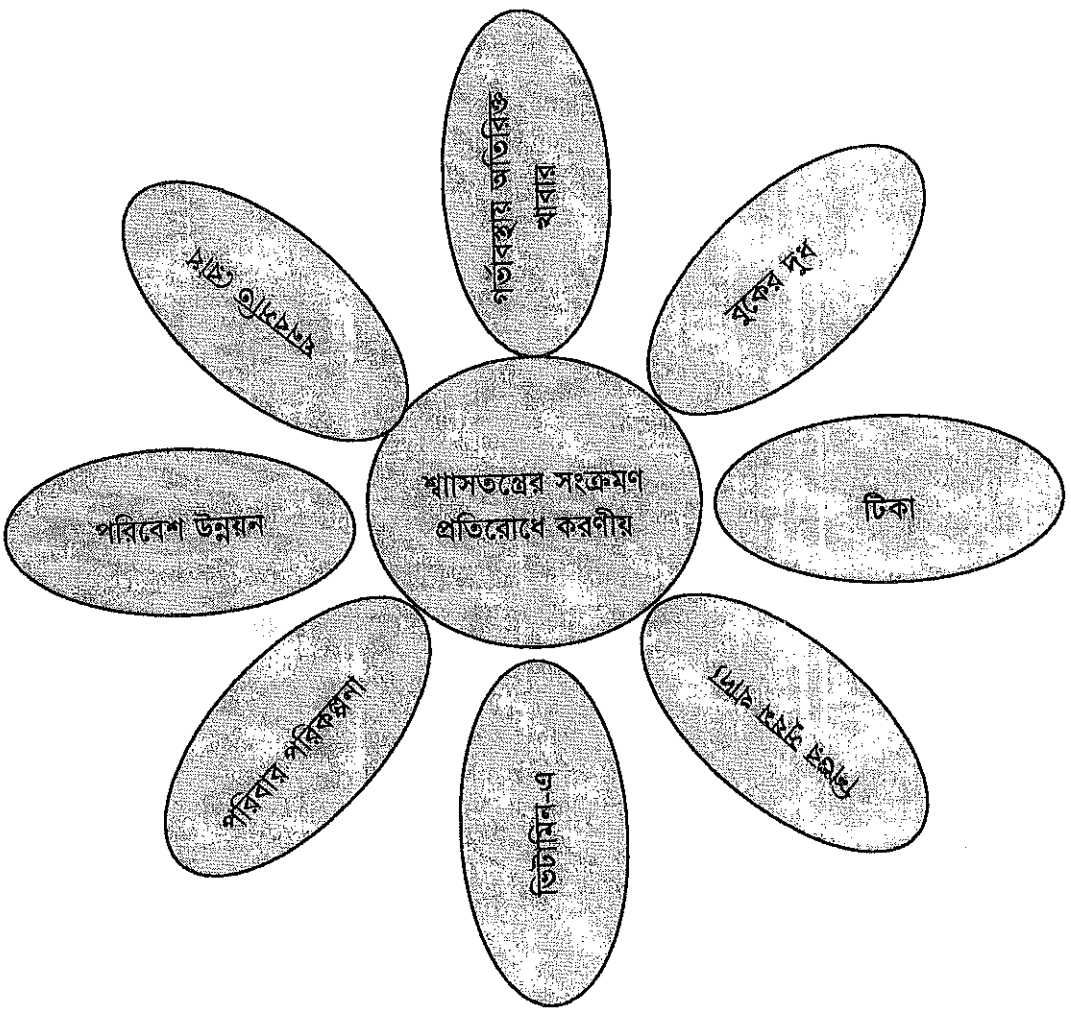
উদ্দেশ্য-ক ঃ শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ

স্থিতি ঃ ২৫ মিনিট

প্রক্রিয়া ঃ - বোর্ডের মাঝখানে 'শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধে করণীয়' কার্ডটি লাগান। টেবিলের উপর থেকে প্রত্যেককে কার্ড ও মার্কার তুলে নিয়ে শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধের ১টি উপায় লিখতে বলুন। লেখা শেষ হলে কার্ডগুলো উল্টো করে রেখে যেতে বলুন।

- কার্ডগুলো উঠিয়ে, shuffle করে একটি করে পয়েন্ট আলোচনা করুন ও গোল কার্ডটির চারদিকে লাগান। লাগানোর সময় একই ধরনের কার্ডগুলো ক্লাষ্টার করে লাগান।

- সব কার্ড লাগানোর পর অংশগ্রহণকারীরা নতুন কোন পয়েন্ট যোগ করতে চাইলে কার্ডে লিখে লাগাতে বলুন। সব কার্ড লাগানো হলে আপনার লেখা কার্ডগুলো নিন। ১টি করে কার্ড পড়ে শোনান ও তথ্যটি বোর্ডে আছে কিনা মিলিয়ে দেখুন। যদি থাকে তবে আপনার কার্ডটি ঐ কার্ডগুলোর সাথে লাগিয়ে দিন। যদি না থাকে তবে আপনার কার্ডটি নতুন তথ্য হিসাবে আলাদা লাগান। এক একটি কার্ড লাগানোর পর পয়েন্টটির গুরুত্ব আলোচনা করুন।



শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ (এ আর আই) প্রতিরোধে করণীয়

নিউমোনিয়া রোগের এখন পর্যন্ত কোন প্রচলিত ও কার্যকরী প্রতিষেধক টিকা নেই। তথাপি কিছু কিছু প্রতিরোধ ব্যবস্থা গ্রহণ করে এ রোগে শিশু মৃত্যুর হার অনেকাংশে কমানো সম্ভবঃ

- গর্ভাবস্থায় মাকে অধিক খাদ্য দেয়া।
- ০-৫ মাস পর্যন্ত শিশুকে শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো, পাঁচ মাস পূর্ণ হবার পর বুকের দূধের পাশাপাশি বাড়তি খাবার দেয়া।
- এক বছরের মধ্যে শিশুকে ৬টি মারাত্মক রোগের টিকা দেয়া, (কারণ এর মধ্যে হাম, হুপিং কাশি ও ডিপথেরিয়ার জটিলতা হিসাবে শিশু নিউমোনিয়ায় আক্রান্ত হতে পারে।
- ডিপিটি ১ম ও ৩য় ডেজের সাথে, হামের টিকার সাথে এবং ১ থেকে ৬ বছর পর্যন্ত প্রতি ৬ মাস পর পর ভিটামিন-এ খাওয়ানো।
- শিশুর অপুষ্টি প্রতিরোধের জন্য সুষম খাদ্য নিয়মিত খাওয়ানো।
- ঘন বসতি রোধ করা।
- পরিবেশ উন্নয়ন সাধন করা।
  - আলো বাতাসপূর্ণ ঘরে শিশুকে রাখার ব্যবস্থা করতে হবে।
  - পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখতে হবে।
  - রান্নার ধোঁয়া/সিগারেটের ধোঁয়া থেকে শিশুকে দূরে রাখতে হবে।
- পরিবার পরিকল্পনা ব্যবস্থা নেয়া।

এ ছাড়া শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণে ও শিশু মৃত্যুর হার কমিয়ে আনতে আক্রান্ত শিশুর দ্রুত রোগ নির্ণয় ও সঠিক চিকিৎসা গ্রহণের ব্যবস্থা করা অত্যন্ত জরুরী।

জনগনের মাঝে ব্যাপক স্বাস্থ্য শিক্ষা অভিযান চালাতে হবে। মায়েদের উদ্বুদ্ধ করতে হবে যাতে তাঁরা বাড়িতে শিশুর সঠিক পরিচর্যা গ্রহণে সচেষ্ট হন।

ভূমিকাভিনয় (Role Play)

পাঠ ঃ ১৪
স্থিতি ঃ ১ ঘন্টা ১৫ মিনিট
উদ্দেশ্য ঃ অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা -
ARI রোগীর ব্যবস্থাপনা রোল প্লের মাধ্যমে অনুশীলন করতে পারবেন।

পূর্বপ্রস্তুতি ঃ
- Cotrimoxazole Tab (adult ও paediatric), Syrup Cotrimoxazole, Amoxycillin, Ampicillin, Paracetamol, Salbutamol যোগাড় করে রাখুন
- ভূমিকাভিনয়ের জন্য একটি পুতুল যোগাড় করুন
- ফ্লিপচার্ট (ARI বিষয় সম্পর্কিত) যোগাড় করুন।
- ভূমিকাভিনয়ের সংলাপ তৈরীর জন্য ৪ কপি flow chart রাখুন।

প্রক্রিয়া ঃ
- উল্লেখ করুন, অসুস্থ শিশুকে কিভাবে যত্ন করতে হবে তা শিশুর মা বোঝেন কিনা এটা নিশ্চিত করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কারণ নিউমোনিয়া শ্রেণীভুক্ত শিশুদের অধিকাংশেরই চিকিৎসা মায়েদের বাড়ীতে করার জন্য বুঝিয়ে দেওয়া হয়। এই অনুশীলনে সার্ভিস প্রোভাইডার মাকে পরামর্শ দানের বিষয় চর্চা করবেন। তিনি যেন শিশুকে এন্টিবায়োটিক দেবার নিয়ম এবং যত্ন করার পদ্ধতি মাকে ভালোভাবে শিখিয়ে দিতে পারেন।

- এ সেশনে ৪টি ভূমিকাভিনয় বা Role Play করা যেতে পারে। প্রতিটি Role Play তে একজন অংশগ্রহণকারী মায়ের ভূমিকায় আরেকজন সার্ভিস প্রোভাইডারের ভূমিকায় অভিনয় করবেন। একটি কাগজে 'মা' অন্যটিতে সার্ভিস প্রোভাইডার/ডাক্তার লিখে ভাঁজ করে রাখুন। লটারীর মাধ্যমে একজনকে মা ও অন্যজনকে সার্ভিস প্রোভাইডারের ভূমিকায় নির্বাচন করুন। অন্যান্য অংশগ্রহণকারীরা তাদের অভিনয় দেখে আলোচনার জন্য প্রস্তুতি নেবেন। আলাপ শুরু করার আগে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উল্লেখ করুন।

সার্ভিস প্রোভাইডারের বা কর্মীর ভূমিকায় আলাপকারী

১) কিভাবে শিশুকে বাড়ীতে চিকিৎসা করতে হবে সে ব্যাপারে মাকে (মায়ের ভূমিকায় একজন অংশগ্রহণকারী) পরামর্শ দিবেন।
   ক) সব রকমের তথ্য মাকে দিবেন।
   খ) শিশুর মাকে কি করতে হবে তা তাকে হাতে কলমে ও ফ্লিপচার্টের ছবির মাধ্যমে শেখাবেন।

২) যা বলছেন তা মা বুঝেছেন কিনা বা মনে রাখতে পারবেন কিনা ফিডব্যাক নিয়ে সে বিষয়ে নিশ্চিত হবেন।

পর্যবেক্ষকবৃন্দ (অন্যান্য অংশগ্রহণকারী)

১) সার্ভিস প্রোভাইডার শিশুর মাকে পরামর্শ দেয়ার সময় তার আলাপে বাঁধা সৃষ্টি করবেন না।

২) বাড়ীতে শিশুর ভালোভাবে যত্ন নেয়ার ব্যাপারে শিক্ষা গ্রহণে মাকে সাহায্য করার জন্য সার্ভিস প্রোভাইডার কিভাবে অভিনয় করছেন সেদিকে খেয়াল রাখুন। অভিনয় দেখার সময়ে নিচের বিষয়গুলো লক্ষ্য করুন ঃ

এন্টিবায়োটিক দেয়া সম্পর্কে প্রশ্ন ঃ

ক) কিভাবে খাবারের সাথে এন্টিবায়োটিক মিশিয়ে খাওয়াতে হবে তা কি সার্ভিস প্রোভাইডার মাকে বুঝিয়েছেন?
খ) শিশুর যত্নের সবগুলো ধাপ কি কর্মী ব্যাখ্যা করেছেন?
গ) তিনি কি মাকে তার দেয়া পরামর্শগুলো পুনরাবৃত্তি করতে বলেছেন বা ফিডব্যাক নিয়েছেন?
ঘ) তিনি কি মাকে দু'দিন পর শিশুকে আবার নিয়ে আসতে বলেছেন?

বাড়ীতে যত্ন নেয়ার ব্যাপারে প্রশ্ন ঃ

ঙ) তিনি কি ঘরে ভাল যত্ন নেয়ার চারটি অংশের সবগুলোর বিবরণ দিয়েছেন?
   ১) শিশুকে খাওয়ানো।
   ২) তরল খাবার বাড়িয়ে দেওয়া।
   ৩) গলার ব্যাথা এবং কাশি প্রশমিত করা।
   ৪) শিশুর অবস্থার অবনতি চিহ্নিত করার পয়েন্ট ৪টি উল্লেখ করা।

চ) এন্টিবায়োটিক ব্যবহারের সময়সূচি তিনি কি মাকে লিখে দিয়েছেন?

ছ) আপনি কি এমন আরো কিছুর কথা ভেবেছেন যার মাধ্যমে কর্মী তার কাজটি আরো ভালভাবে করতে পারতেন?

- চারটি দলকে চারটি রোগের শ্রেণীবিভাগ (যেমন ঃ খুব মারাত্মক রোগ, মারাত্মক নিউমোনিয়া, নিউমোনিয়া ও নিউমোনিয়া নয় ঃ সর্দি কাশি) ভাগ করে দিন। প্রতিটি দল তাদের শ্রেণীবিভাগ অনুযায়ী ঘটনার সংলাপ তৈরী করবেন। সংলাপ তৈরীর সময় প্রয়োজনে অংশগ্রহণকারীরা চার্ট ব্যবহার করতে পারেন। ৫-১০ মিনিট সময় দিন। তারপর এক এক করে প্রতিটি দলকে ভূমিকাভিনয়ের জন্য আমন্ত্রণ জানান।
- প্রতিটি ভূমিকাভিনয়ের পর অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের পূর্বে উল্লিখিত বিষয়গুলোর উপর ফিডব্যাক দেবার সুযোগ দিন।
- সবশেষে আপনি ফিডব্যাক দিন।
- সবাইকে সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে সেশন শেষ করুন।

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ ব্যবস্থাপনা
ধারণা যাচাই পত্র

সময়ঃ ৩০ মিনিট
মোট নম্বরঃ ৫০

ক) **সংক্ষেপে উত্তর দিনঃ** **১৩ x ৩ = ৩৯ নম্বর**

১। এ, আর, আই বলতে কি বুঝায়?

২। নিউমোনিয়া বলতে কি বুঝায়?

৩। শিশুর এ আর আই রোগ নির্ণয় করার জন্য মাকে নীচের কোন্ প্রশ্নগুলো করতে হবে? সঠিক উত্তরে টিক ✔ দিন।

- ☐ শিশুর ওজন কত?
- ☐ শিশুর বয়স কত?
- ☐ শিশুটি কি ঘন বসতি এলাকা থেকে এসেছে?
- ☐ শিশুটির কি কাশি হচ্ছে? কতদিন ধরে?
- ☐ ২ মাস থেকে ৫ বৎসর বয়স হলেঃ শিশুটি কি পানীয় গ্রহণ করতে পারে?
- ☐ ২ মাসের কম বয়স হলেঃ বুকের দুধ স্বাভাবিক পরিমানে খায় কি?
- ☐ ২ মাস থেকে ৫ বৎসর বয়স হলেঃ শিশুটির কি সব টিকা নেওয়া আছে?
- ☐ শিশুর কি সর্দি আছে? কতদিন ধরে?
- ☐ শিশুর কি জ্বর আছে? কতদিন ধরে?
- ☐ শিশুর কি খিঁচুনী হয়েছিল?

৪। শিশুর এ আর আই রোগ নির্ণয়ের জন্য আপনাকে কি কি দেখতে বা শুনতে হবে, টিক দিন।

- ☐ মিনিটে কতবার শ্বাস-প্রশ্বাস নিচ্ছে
- ☐ নাড়ির গতি কত
- ☐ শ্বাস নেয়ার সময় বুক ভেতরের দিকে চেপে যাচ্ছে কিনা
- ☐ শ্বাস নেয়ার সময় নাকের পাটা ফুলে উঠছে কিনা
- ☐ শ্বাস বাধাগ্রস্থ হবার মত কোন শব্দ হচ্ছে কিনা
- ☐ শ্বাস-প্রশ্বাসে শাঁই শাঁই শব্দ হচ্ছে কিনা
- ☐ শিশুটি অস্বাভাবিক তন্দ্রাচ্ছন্ন বা তার ঘুম ভাঙানো যাচ্ছে কিনা
- ☐ শরীরের তাপমাত্রা বেশী বা কম কিনা
- ☐ জিহ্বা ভেজা কিনা
- ☐ টনসিল বড় এবং লাল কিনা
- ☐ মারাত্মক অপুষ্টি আছে কিনা

৫। শূন্যস্থান পূরণ করুনঃ

দ্রুত শ্বাস বলতেঃ

- দুই মাসের কম বয়স্ক শিশুদের, প্রতি মিনিটে শ্বাসের হার ---------- বুঝায়।
- দুই মাস থেকে ১ বৎসর বয়স পর্যন্ত শিশুদের প্রতি মিনিটে শ্বাসের হার ------ বুঝায়।
- ১ বৎসর থেকে ৫ বৎসর পর্যন্ত শিশুদের প্রতি মিনিটে শ্বাসের হার ---------- বুঝায়।

৬। এ, আর, আই এর সমস্যা নিয়ে এলে শিশুর বয়স অনুযায়ী কিভাবে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করবেন? নীচের ছকে লিখুন।

শিশুর বয়স ০-২ মাস	শিশুর বয়স ২ মাস - ৫ বৎসর

৭। ২ মাসের কম বয়স্ক শিশুর বিপদজনক লক্ষণগুলি কি কি উল্লেখ করুন। এই সব লক্ষণ থাকলে শিশুর কি হয়েছে বলে আপনি চিন্তা করবেন এবং কি ব্যবস্থা দিবেন?

৮। কোন্ কোন্ শ্রেণীর এ, আর, আই আপনি নিজে চিকিৎসা করবেন এবং কোন্ কোন্ শ্রেণীর এ, আর, আই রেফার

করবেন? আপনি চিকিৎসা দিলে (T) এবং রেফার করলে (R) লিখুন।

	<2 months	2 months - 5 yrs
Very severe disease Severe pneumonia Pneumonia No Pneumonia		

৯। দুই মাসের কম বয়সের শিশুর কি কি লক্ষণ দেখে আপনি No pneumonia বলবেন? এদের কি চিকিৎসা দেবেন?

১০। ১১ মাস বয়সের একজন শিশুকে কোট্রিমোক্সাজল (adult tablet) দিতে চাইলে, আপনি কি কি পরামর্শ দেবেন? কি ডোজ দেবেন?

১১। বাড়ীতে ভালোভাবে এ, আর, আই আক্রান্ত শিশুর যত্ন নিতে হলে মাকে কোন্ চারটি বিষয় লক্ষ্য রাখতে হবে?

১২। টনির বয়স ১১ মাস। জ্বর ও কাশির সমস্যা নিয়ে তার মা তাকে আপনার কাছে নিয়ে এল। আপনার প্রশ্নের উত্তরে মা জানালেন যে টনি পানি খেতে পারে। কোন রকম খিঁচুনী হয়নি। ঘুম স্বাভাবিক। শ্বাসের গতি গুনে দেখলেন যে তার মিনিটে ৬২ বার শ্বাস-প্রশ্বাস হচ্ছে। তার বুক ভিতরের দিতে চাপছে না। তার জ্বর আছে। টনির কি হয়েছে? আপনি কি চিকিৎসা দিবেন (নির্দিষ্ট করে লিখুন)?

১৩। সালমার বয়স তিন সপ্তাহ। কাশি হওয়ায় তার মা তাকে আপনার কাছে নিয়ে এসেছেন। মা জানালেন যে সালমা আগের চেয়ে কম খাওয়া-দাওয়া করছে। কোন খিঁচুনী নাই। তবে জ্বর আছে। মুখের কাছে কান নিয়ে আপনি তেমন কোন শব্দ পেলেন না। তবে শ্বাস নেওয়ার সময় সালমার বুক ভেতরের দিতে ডেবে যাচ্ছে। শ্বাসের গতি দুবার গুনে আপনি একবার ৬৮/মিনিট এবং আর একবার ৭২/মিনিট পেলেন। সালমার কি হয়েছে ? আপনার কি করণীয় ?

খ) সত্য হলে 'স' এবং মিথ্যা হলে 'মি' লিখুন। ১১ X ১ = ১১ নম্বর

---------- ৬ মাস বয়সের শিশুর ১ মাসের বেশী সময় ধরে কাশি থাকলে এন্টিবায়োটিক দিয়ে চিকিৎসা করতে হবে। রেফার করার দরকার নাই।

---------- ১ বৎসর বয়সের শিশুর নিউমোনিয়ার চিকিৎসা দিলে আবার ৫ দিন পর তাকে ফলোআপে আসতে বলতে হবে।

---------- যদি দুইমাসের চেয়ে কম বয়সের শিশুর শ্বাসের গতি ৬০ বারের বেশী হয়, তবে আবার গুনতে হবে।

---------- বুকের পাঁজরের নীচের অংশ শ্বাস গ্রহণের সময় ভিতরের দিতে চেপে যাওয়া মারাত্মক নিউমোনিয়ার একটি লক্ষণ।

---------- মারাত্মক নিউমোনিয়া বা খুব মারাত্মক রোগ হলে শিশুকে সংগে সংগে হাসপাতালে পাঠাতে হবে, আর কিছু করার প্রয়োজন নেই।

---------- সর্দি-কাশি হলে সাধারণতঃ বাড়ীতে রেখে এন্টিবায়োটিক ছাড়াই চিকিৎসা করা যায়।

---------- ছোট শিশুর জ্বর মারাত্মক লক্ষণ।

---------- অপুষ্ট শিশুদের নিউমোনিয়া বেশী হয়।

---------- শিশুর শ্বাসের হার $^{১}/_{২}$ মিনিট গুনলেই চলবে।

---------- শিশুর কাশি বা শ্বাস কষ্ট হলে রোগের প্রকৃতি নির্ণয় করার জন্য প্রথমেই বিপদজনক লক্ষণ আছে কি না দেখতে হবে।

---------- অতিরিক্ত কাশি থাকলে শিশুকে এন্টিহিস্টামিন অথবা কাশির ওষুধ দেয়া যায়।

নামঃ _____

পদবীঃ _____

কর্মস্থলঃ _____

তারিখঃ _____

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট (ORP) স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রনালয়, জাতীয় সমন্বিত স্বাস্থ্য ও জনসংখ্যা কর্মসূচীর (NIPHP) সকল সহযোগী প্রতিষ্ঠান এবং আইসিডিডিআর,বি'র একটি যৌথ উদ্যোগ। এর সামগ্রিক উদ্দেশ্য হচ্ছে প্রায়োগিক গবেষনা (অপারেশন রিসার্চ) এবং কারিগরী সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে অত্যাবশ্যকীয় সেবা (ESP) প্রদানকারী সংস্থাসমূহকে অধিকতর ফলপ্রসূ ও কার্যকরভাবে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে সহযোগিতা দেয়া। অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্টের কার্যক্রম পরিচালিত হয় গ্রাম এবং শহর উভয় এলাকায়, যেমনঃ যশোহর জেলার অভয়নগর, চট্রগ্রাম জেলার পটিয়া ও মীরশ্বরাই থানা এবং ঢাকা সিটি করপোরেশনের অন্তর্গত দশটি জোন। এ ছাড়া চট্রগ্রাম জেলার আরও ১৩ টি থানায়ও এই প্রজেক্টের সীমিত কার্যক্রম রয়েছে।

নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ প্রকল্পের গবেষণার বিষয়ভূক্তঃ

(১) স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনায় স্বল্প সাফল্যপূর্ণ এলাকা (যেমন চট্রগ্রাম, সিলেট ইত্যাদি) এবং স্বল্প সেবাপ্রাপ্ত জনগোষ্ঠীর (যেমন নবপরিণীতা, কিশোরী, পুরুষ, বস্তিবাসী ইত্যাদি) জন্য সেবাসমূহের যোগান বৃদ্ধি; (২) প্রদত্ত সেবার উৎকর্ষতা সাধনের মাধ্যমে গ্রাহক (client) সন্তুষ্টির পূর্ণতা বিধান; (৩) অত্যাবশ্যকীয় সেবা প্যাকেজ প্রদানের নিমিত্তে সেবাদানকারী সংগঠনসমূহের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাপনা পদ্ধতিসমূহ শক্তিশালীকরণ; (৪) পারিবারিক স্বাস্থ্যসেবা প্রদান প্রক্রিয়ার আর্থিক সয়ম্ভরতা দৃঢ়তর করা এবং এই প্রক্রিয়ায় বানিজ্যিক খাতের অধিকতর ও যথাযথ সম্পৃক্তি নিশ্চিতকরণ। উল্লেখিত কার্যাবলীর মনিটরিং ও মূল্যায়নে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদান করার লক্ষ্যে জরিপ পরিচালনা এবং অন্যান্য সহায়তা প্রদানের জন্য প্রকল্পের অধীনে রয়েছে একটি মাঠ কার্যক্রম তত্ত্বাবধায়ক দল।

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট তার কার্যক্রম পরিকল্পনা, বাস্তবায়ন এবং গবেষনালব্ধ অভিজ্ঞতা প্রচারের উদ্দেশ্যে সংশ্লিষ্ট সরকারী, বেসরকারী ও দাতাসংস্থাসমূহের প্রতিনিধিদের নিয়ে নিয়মিতভাবে মিটিং, কর্মশালা, সেমিনারের আয়োজন করে। এ ছাড়া রয়েছে মাঠ পরিদর্শন এবং গবেষনা কার্যক্রম(intervention) সম্পর্কে অবহিতকরনের ব্যবস্থা। প্রজেক্টের গবেষনালব্ধ ফলাফল জার্নাল এবং জাতীয় ও আন্তর্জাতিক সম্মেলন সমূহে উপস্থাপনের মাধ্যমে প্রচার করা হয়ে থাকে। অধিকন্তু আইসিডিডিআর,বি পরিদর্শনে আগত অতিথিবৃন্দ এবং সেন্টার আয়োজিত আন্তর্জাতিক প্রশিক্ষণ কর্মসূচীসমূহের অংশগ্রহণকারীদের সাথেও প্রকল্প তার অভিজ্ঞতা পর্যালোচনা করে থাকে।

প্রকল্প ষ্টাফদের একটি প্রধান দায়িত্ব হলো শিশু ও প্রজনন স্বাস্থ্য বিষয়ক সরকারী ও বেসরকারী সংস্থাসমুহকে অধিকতর দক্ষ ও ফলপ্রসূ করে গড়ে তোলার লক্ষ্যে কারিগরী সহায়তা প্রদান। বিভিন্ন পর্যালোচনা মিটিং, পরিদর্শন মিশন, সমন্বয় কমিটি এবং টাস্ক ফোর্সে অংশগ্রহনের মাধ্যমে প্রকল্প এইরূপ সহায়তা প্রদান করে থাকে।

CENTRE
FOR HEALTH AND
POPULATION RESEARCH

অপারেশন্স রিসার্চ প্রজেক্ট

হেলথ্ এণ্ড পপুলেশন এক্সটেনশন ডিভিশন
ইন্টারন্যাশনাল সেন্টার ফর ডায়রিয়াল ডিজিজ রিসার্চ, বাংলাদেশ (আইসিডিডিআর,বি)
জি.পি.ও. বক্স নং ১২৮, ঢাকা-১০০০, বাংলাদেশ
ফোনঃ ৮৮০-২-৮৭১৭৫২ - ৮৭১৭৬০; ফ্যাক্সঃ ৮৮০-২-৮৭১৫৬৮ ।