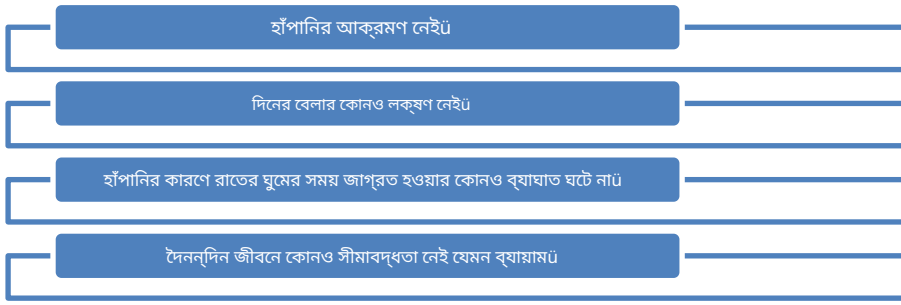


হাঁপানি চিকিৎসার লক্ষ্য

আপনার সন্তানের হাঁপানি ধরা পড়েছে, যার অর্থ হল তাদের ফুসফুসের টিউবগুলি (শ্বাসনালী) ফুলে যেতে পারে এবং জ্বালা করতে পারে। এটি কেবল কখনও কখনও ঘটতে পারে, উদাহরণস্বরূপ যখন তারা তাদের কোনও ট্রিগারের সংস্পর্শে আসে (যেমন ঠান্ডা লাগার ভাইরাস) অথবা তারা সর্বদা ফুলে যেতে পারে এবং জ্বালা করতে পারে। তাদের কী ধরণের হাঁপানি আছে এবং কত ঘন ঘন এবং তীব্রভাবে লক্ষণ দেখা দেয় তার উপর নির্ভর করে তাদের ওষুধ দেওয়া হবে। তাদের সমস্ত ওষুধের মধ্যে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হল যে তারা সঠিকভাবে এবং নিয়মিতভাবে সেবন না করলে সেগুলি ভালভাবে কাজ করবে না।

শিশুদের হাঁপানির চিকিৎসা কীভাবে করা হচ্ছে এবং পরবর্তীতে কী হবে তা কী আশা করা যায়?

আপনার ডাক্তার অথবা হাঁপানি নার্স হাঁপানির চিকিৎসার জন্য জাতীয় নির্দেশিকা (NICE/BTS/SIGN নির্দেশিকা) অনুসারে হাঁপানির ওষুধ লিখে দেবেন। সাধারণভাবে, চিকিৎসার লক্ষ্য হল আপনার শিশুকে নিম্নলিখিত অর্জনে সহায়তা করা:



হাঁপানিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ লোককে দুটি ধরণের প্রধান ধরণের হাঁপানি ইনহেলার দেওয়া হয়:

দ্য'প্রতিরোধক ইনহেলার' শ্বাসনালী ফুলে যাওয়া বন্ধ করে হাঁপানির লক্ষণগুলি একেবারেই দেখা বন্ধ করতে সাহায্য করে।

এগুলি নেওয়া যেতে পারে:

- শুধুমাত্র যখন আপনার সন্তানের লক্ষণ থাকে, যদি তাদের হাঁপানি নিয়মিতভাবে
- হালকা হয়, যদি আপনার সন্তানের হাঁপানি বেশি সমস্যাজনক হয়।

এইভাবে নিলে, তারা আপনার সন্তানের হাঁপানির কোনও লক্ষণ থাকার অনুভূতি একেবারেই বন্ধ করতে পারে।

তারা সম্ভাব্য জীবন-স্থমকিস্বরূপ হাঁপানির আক্রমণের ঝুঁকিও কমাতে পারে।

দ্য'রিলিভার ইনহেলার' লক্ষণগুলি শুরুর হওয়ার পরে সেগুলি দূর হতে সাহায্য করে।

এগুলো আপনার সন্তানকে বেশ দ্রুত ভালো বোধ করতে পারে, কিন্তু:

- এগুলো বেশিক্ষণ স্থায়ী হয় না (৩-৪ ঘন্টা)
- এগুলি শুধুমাত্র একই সময়ে একটি প্রতিরোধক ইনহেলারের সাথে নিতে হবে। একই সময়ে রিলিভার না নিয়ে নিজে নিজে রিলিভার গ্রহণ করলে আপনার শিশুর হাঁপানির আক্রমণের সম্ভাবনা বেড়ে যেতে পারে।

কিছু নতুন কম্বিনেশন ইনহেলার আছে যেগুলোতে প্রতিরোধক এবং উপশমকারী ওষুধ একসাথে থাকে।

এই ধরণের ইনহেলার আপনার সন্তানের জন্য সর্বোত্তম উপায়ে তাদের ইনহেলার গ্রহণ করা অনেক সহজ করে তোলে।

আরও গুরুতর লক্ষণ এবং হাঁপানির আক্রমণের চিকিৎসার জন্য অন্যান্য বিভিন্ন ওষুধ রয়েছে। সঠিক মাত্রায়, সঠিক উপায়ে এবং সঠিক সময়ে ওষুধগুলি গ্রহণের মাধ্যমে ওষুধগুলিকে কার্যকর করতে সাহায্য করার জন্য আপনার এবং আপনার সন্তানের ভূমিকা পালন করা গুরুত্বপূর্ণ।

হাঁপানি ইনহেলার, ওষুধ এবং চিকিৎসা

প্রতিরোধক ইনহেলার:

- হাঁপানি ব্যবস্থাপনায় প্রিভেন্‌ডার ইনহেলার হল সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইনহেলার।
- প্রিভেন্‌টার ইনহেলারগুলিতে স্টেরয়েড ওষুধ থাকে যা শ্বাসনালীর প্রদাহ, ফোলাভাব এবং সংবেদনশীলতা কমাতে সাহায্য করে এবং তাই হাঁপানির আক্রমণের সংখ্যা কমাতে সাহায্য করে।
- আপনার শিশুকে হাঁপানির লক্ষণ দেখা দিলেই কেবল এটি খেতে বলা হতে পারে, তার সাথে তাদের রিলিভার ইনহেলারও, অথবা তাদের লক্ষণ থাকুক বা না থাকুক, নিয়মিত, প্রতিদিন এটি খেতে বলা হতে পারে।
- যদি আপনার শিশুকে নিয়মিত তাদের প্রতিরোধক ইনহেলার নিতে বলা হয়, তাহলে তাদের সুস্থ বোধ করলেও এটি ব্যবহার করা উচিত কারণ স্টেরয়েড ওষুধটি সময়ের সাথে সাথে আপনার শ্বাসনালীকে সুরক্ষা দেওয়ার জন্য জমা হতে সময় নেয়।
- যদি আপনার শিশু তাদের প্রিভেন্‌ডার ইনহেলার গ্রহণ বন্ধ করে দেয়, তাহলে তারা সম্পূর্ণ সুবিধা পাবে না এবং তাদের শ্বাসনালী হাঁপানির ট্রিগারগুলিতে সহজেই প্রতিক্রিয়া দেখাতে পারে।
- হাঁপানির আক্রমণের সময় প্রিভেন্‌টার ইনহেলারগুলি কেবল শ্বাসকষ্ট বা শ্বাসকষ্ট কমাতে পারে না। এর জন্য আপনার সন্তানের 'রিলিভার' ইনহেলার (নীল সালবুটামল ইনহেলার) ব্যবহার করা উচিত।
- অনেক ধরনের প্রতিরোধক ইনহেলার রয়েছে যা বিভিন্ন আকার, আকার এবং রঙে পাওয়া যায়।
- কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি? ৭

আমরা আপনার সন্তানের উন্নতি এবং জীবন বাঁচানোর জন্য ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও এর অন্যান্য প্রভাব থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া)।

- ৭ সাম্প্রতিক গবেষণায় দেখা গেছে যে ইনহেলড প্রিভেন্‌টার ওষুধের কম মাত্রা গ্রহণের ফলে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার সম্ভাবনা কম।
- ৭ এটা জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে, প্রতিদিন এটি নির্ধারিতভাবে ব্যবহার করলে আপনার সন্তানের রিলিভার ইনহেলার বা বারবার ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেট খাওয়ার প্রয়োজন কম হবে, যার অর্থ স্টেরয়েডের মাত্রা বেশি হবে।
- ৭ কিছু সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হল:
 - § গলা ব্যথা, কন্ঠস্বর, মুখের সংক্রমণ যাকে থ্রাশ বলা হয়। এই
- ৭ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি এড়ানোর উপায়:
 - § MDI ইনহেলারের সাথে স্পেসার ব্যবহার করা
 - § ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
 - § ইনহেলার ব্যবহারের পর মুখ ধুয়ে ফেলা এবং দাঁত ব্রাশ করা
- ৭ আপনার সন্তানের হাঁপানি পর্যালোচনার সময় সর্বদা তার উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। কারণ উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং হ্রাসপ্রাপ্ত বৃদ্ধির মধ্যে একটি ছোট যোগসূত্র রয়েছে।



রিলিভার ইনহেলার - 'আপনার সন্তানের জরুরি উদ্ধার রিলিভার'

- রিলিভার (নীল) ইনহেলারে থাকা ওষুধের নাম সালবুটামল।
- এটি শক্ত হয়ে যাওয়া শ্বাস-প্রশ্বাসের নালীগুলিকে শিথিল করে এবং খুলে দেয় এবং তাই এটি হাঁপানির আক্রমণের লক্ষণগুলিকে সহজ করে। কয়েক মিনিটের মধ্যেই আপনার শিশু শ্বাস-প্রশ্বাসের পরিবর্তন অনুভব করবে।
- আপনার শিশু যখন তাদের রিলিভার ইনহেলারের একটি ডোজ নেয় তখন তাদের সর্বদা একটি প্রিভেন্ডার ইনহেলারের ডোজ গ্রহণ করা উচিত। এটি তাদের হাঁপানির আক্রমণ প্রতিরোধে সহায়তা করে।
- যদি তাদের রিলিভার ইনহেলারের প্রয়োজন হয় **সপ্তাহে তিনবারের বেশি**, এর মানে হল তাদের হাঁপানি ভালো নয় যতটা সম্ভব নিয়ন্ত্রিত, এবং আপনার সন্তানের চিকিৎসার পর্যালোচনা তাদের ডাক্তার বা নার্সের সাথে করা উচিত।
- রিলিভার ইনহেলারের প্রধানত ৩ প্রকার রয়েছে। ৭
 - ৭ মিটারড ডোজ ইনহেলার (MDIs), যেমন ভেন্টোলিন, এয়ারোমির, সালামল। **যদি আপনার শিশুকে MDI ইনহেলার প্রেসক্রাইব করা হয়, তাহলে তাদের ওষুধ ফুসফুসে পৌঁছাচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য তাদের স্পেসারের সাহায্যে এটি ব্যবহার করতে হবে।**
 - ৭ ইজি-ব্রীথ, এয়ারম্যাক্স, অটোহেলারের মতো ব্রেথ অ্যাকচুয়েটেড ইনহেলার (BAIs)।
 - ৭ অ্যাকুহেলারের মতো ড্রাই পাউডার ইনহেলার (DPIs)।
- আপনার শিশুর জন্য কোনটি উপযুক্ত তা আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে আলোচনা করা গুরুত্বপূর্ণ। হাঁপানির ওষুধের সঠিক মাত্রা ফুসফুসে পৌঁছানোর জন্য এটি সঠিকভাবে ব্যবহার করা গুরুত্বপূর্ণ।
- যদি আপনার সন্তানের হাঁপানি (অ্যাস্থমা) ব্যায়ামের কারণে হয়, তাহলে লক্ষণগুলি দেখা না দেওয়ার জন্য তারা ব্যায়াম শুরু করার ২০ মিনিট আগে রিলিভার ইনহেলার নিতে পারেন।

কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

- ৭ আমরা আপনার সন্তানের উন্নতি এবং জীবন বাঁচানোর জন্য ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও এর অন্যান্য প্রভাব থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া)।
- ৭ যেহেতু সালবুটামল সরাসরি ফুসফুসে প্রবেশ করানো হয়, তাই এর কোনও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার
- ৭ সম্ভাবনা কম। তবে, এটা সম্ভব যে আপনার শিশু কিছু সময়ের জন্য হাতে কাঁপুনি বা হৃদস্পন্দন অনুভব করতে পারে।



কম্বিনেশন ইনহেলার

একটি সম্মিলিত ইনহেলার দুই ধরনের ওষুধের সমন্বয় করে
(প্রতিরোধক + রিলিভার)

কম্বিনেশন ইনহেলারে একটি ইনহেলারে দুই ধরনের ওষুধ থাকে:

- একটি দীর্ঘ-কার্যকরী রিলিভার এবং একটি স্টেরয়েড প্রতিরোধক
- উদাহরণ: সেরেটাইড, সিম্বিকোর্ট, ডুওরেস্প স্পিরোম্যাক্স, কম্বিসাল বা ফোস্টেয়ার
- ১২ বছর বা তার বেশি বয়সী শিশুদের যাদের হাঁপানি খুব ভালোভাবে নিয়ন্ত্রিত, তাদের নীল সালবুটামল ইনহেলারের পরিবর্তে রিলিভার হিসেবে ব্যবহার করার জন্য একটি কম্বিনেশন ইনহেলার নির্ধারণ করা যেতে পারে। একে বলা হয় **বাতাসথেরাপি** যার অর্থ প্রদাহ-বিরোধী রিলিভার।
- তবে বেশিরভাগ শিশুদের দিনে দুবার একটি ডোজ এবং হাঁপানির লক্ষণ দেখা দিলে অতিরিক্ত ডোজ গ্রহণের পরামর্শ দেওয়া হবে। একে বলা হয় MART - রক্ষণাবেক্ষণ এবং উপশমকারী থেরাপি।

কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

- ৭ এটা জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে, প্রতিদিন এটি নির্ধারিতভাবে ব্যবহার করলে আপনার সন্তানের রিলিভার ইনহেলার বা বারবার ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেট খাওয়ার প্রয়োজন কম হবে, যার ফলে সামগ্রিকভাবে স্টেরয়েডের মাত্রা বেশি হতে পারে।
- ৭ কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - § গলা ব্যথা, কণ্ঠস্বর, মুখের সংক্রমণ যাকে থ্রাশ বলা হয়।

এই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি এড়ানোর উপায়:

- § MDI ইনহেলারের সাথে স্পেসার ব্যবহার করা
- § ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
- § ইনহেলার ব্যবহারের পর আপনার সন্তানের মুখ ধুয়ে ফেলা এবং দাঁত ব্রাশ করা
- ৭ আপনার সন্তানের হাঁপানি পর্যালোচনার সময় সর্বদা তার উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। কারণ উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং হ্রাসপ্রাপ্ত বৃদ্ধির মধ্যে একটি ছোট যোগসূত্র রয়েছে।



MART পদ্ধতি (রক্ষণাবেক্ষণ এবং রিলিভার থেরাপি)

এটি একটি নির্দিষ্ট চিকিৎসা পদ্ধতি যা প্রতিরোধক এবং উপশমকারীকে একত্রিত করে।

- আপনার শিশুকে 'MART' (রক্ষণাবেক্ষণ এবং উপশমকারী থেরাপি) নামক একটি নির্দিষ্ট পদ্ধতি নির্ধারণ করা হতে পারে, যাতে একটি প্রতিরোধক এবং উপশমকারী থাকে।
 - আপনার সন্তানের প্রতিদিন তাদের MART ইনহেলার খাওয়া উচিত, এমনকি যখন তারা ভালো বোধ করে। কারণ এটি শ্বাসনালীর প্রদাহ রোধ করার জন্য পটভূমিতে কাজ করার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে।
 - যখন আপনার শিশু MART পদ্ধতিতে থাকে, তখন জরুরি লক্ষণগুলির জন্য আপনার সন্তানের রিলিভার ইনহেলারের প্রয়োজন হয় না। যখন লক্ষণগুলি আরও খারাপ হয়, তখন আপনার সন্তানের তাদের নির্দিষ্ট MART কর্ম পরিকল্পনা অনুসারে তাদের MART ইনহেলারের ডোজ বৃদ্ধি করা উচিত।
 - MART অ্যাকশন প্ল্যান আপনাকে বলবে যে প্রতিদিন কত অতিরিক্ত ইনহেলার ডোজ ব্যবহার করা নিরাপদ (গ্রিন জোন), এবং কত ডোজ আপনাকে 24 ঘন্টার মধ্যে (অ্যাম্বার জোন) একজন স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের সাথে পর্যালোচনার ব্যবস্থা করতে প্ররোচিত করবে।
 - যদি আপনার সন্তানের MART হাঁপানি ব্যবস্থাপনা পরিকল্পনার RED বিভাগে চলে যায় এবং জরুরি পর্যালোচনার প্রয়োজন হতে পারে, তাহলে তাদের কাছে এখনও একটি নীল রিলিভার ইনহেলার থাকা উচিত।
 - কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?
 - এটা জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে, প্রতিদিন প্রেসক্রিপশন অনুযায়ী এটি ব্যবহার করলে আপনার রিলিভার ইনহেলার অথবা বারবার ওরাল স্টেরয়েড ট্যাবলেটের প্রেসক্রিপশনের প্রয়োজন কম হবে, যার অর্থ স্টেরয়েডের মাত্রা বেশি হবে।
- কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
- § গলা ব্যথা, কন্ঠস্বর, মুখের সংক্রমণ যাকে ত্রাশ বলা হয়। এই
- পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি এড়ানোর উপায়:
- § ভালো ইনহেলার কৌশল ব্যবহার করা
 - § ইনহেলার ব্যবহারের পর আপনার সন্তানের মুখ ধুয়ে ফেলা এবং দাঁত ব্রাশ করা
- আপনার সন্তানের হাঁপানি পর্যালোচনার সময় সর্বদা তার উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপ করা হবে। কারণ উচ্চ মাত্রার ইনহেলড স্টেরয়েডের দীর্ঘমেয়াদী ব্যবহার এবং হ্রাসপ্রাপ্ত বৃদ্ধির মধ্যে একটি ছোট যোগসূত্র রয়েছে।

অতিরিক্ত চিকিৎসা

সিঙুলেয়ার/মন্টেলুকাস্ট (লিউকোট্রিন রিসেপ্টর অ্যান্টাগোনিষ্ট (LTRAs))

LTRAs কখনও কখনও অন্য ধরণের প্রতিরোধক ওষুধ হিসাবেও পরিচিত। এগুলি স্টেরয়েড নয়। এগুলি আপনার সাধারণ হাঁপানির ওষুধের 'অ্যাড-অন'।



- আপনার শিশুকে 'লিউকোট্রিন রিসেপ্টর অ্যান্টাগোনিষ্ট (LTRAs)' নামক একটি ওষুধ দেওয়া হতে পারে।
- LTRAs শরীরে প্রদাহ এবং শ্বাসনালী সংকুচিতকারী রাসায়নিক পদার্থের প্রভাবকে বাধা দিয়ে কাজ করে। এগুলি আপনার সন্তানের শরীরের এমন পদার্থের (অ্যালার্জেন) প্রতি প্রতিক্রিয়াও কমিয়ে দেয় যা তাদের হাঁপানি (অ্যাস্থমা) শুরু করতে পারে।
- নিয়মিত LTRA গ্রহণ করলে আপনার সন্তানের হাঁপানির আক্রমণ বন্ধ হবে।
- আপনার শিশু LTRA-এর সম্পূর্ণ প্রভাব অনুভব করতে ২ সপ্তাহ পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। তবে, যদি ৮ সপ্তাহ পরেও এর কোনও প্রভাব না থাকে, তাহলে সম্ভবত LTRA-ই তাদের জন্য সঠিক ওষুধ নয়। এটি বন্ধ করার আগে আপনার ডাক্তার বা হাঁপানি নার্সের সাথে কথা বলুন।
- হাঁপানির আক্রমণের সময় LTRA শ্বাসকষ্ট বা শ্বাসকষ্ট কমাবে না। এর জন্য আপনার সন্তানের 'রিলিভার' ইনহেলার (নীল সালবুটামল ইনহেলার) ব্যবহার করা উচিত।
- LTRA-এর সবচেয়ে সাধারণ ধরণ হল Montelukast (ব্র্যান্ড নাম সিঙুলেয়ার নামে পরিচিত)। মাঝে মাঝে, আপনার শিশুকে Zafirlukast (ব্র্যান্ড নাম Accolate) প্রেসক্রাইব করা হতে পারে।

কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

- ¶ আপনার সন্তানকে সুস্থ করার জন্য আমরা ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও এর অন্যান্য প্রভাব থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া)।
- ¶ যেসব শিশু LTRA গ্রহণ করে, তাদের কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - § বমি, বিরক্তি, দুঃস্বপ্ন
 - § যদি আপনার সন্তানের কোনও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয়, অথবা আপনি যদি কোনও কিছু নিয়ে চিন্তিত হন, তাহলে আপনার ডাক্তার, হাঁপানি নার্স বা ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন।
- ¶ LTRA গ্রহণকারী কিশোর-কিশোরীদের জন্য, কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - § ঘন ঘন গলা ব্যথা, সংক্রমণ। (১০ জনের মধ্যে ১ জনের এই অভিজ্ঞতা হতে পারে)
 - § বমি বমি ভাব, বমি, জন্ডিস (ত্বক বা চোখের সাদা অংশ হলুদ হয়ে যাওয়া), এবং সাধারণত অসুস্থ বোধ করা। এগুলি লিভারের সমস্যার লক্ষণ হতে পারে এবং আপনার পর্যালোচনার জন্য আপনার ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করা উচিত, যার মধ্যে রক্ত পরীক্ষাও অন্তর্ভুক্ত।
 - § ফ্লুর মতো লক্ষণ, বাহু বা পায়ে অসাড়তা, শ্বাসকষ্ট এবং ত্বকে ফুসকুড়ি। এগুলি চার্গ-স্ট্রস সিনড্রোম নামক একটি বিরল কিন্তু গুরুতর ব্যাধির লক্ষণ হতে পারে। যদি আপনি কোনও কিছু নিয়ে চিন্তিত হন তবে সর্বদা আপনার ডাক্তার বা হাঁপানি নার্সের সাথে কথা বলুন।
 - §

থিওফাইলিন

থিওফাইলিন হল একটি 'অ্যাড-অন' চিকিৎসা যা আপনার শ্বাসনালীর পেশীগুলিকে শিথিল করে আপনার শিশুর শ্বাসকষ্ট কমাতে সাহায্য করে যাতে বাতাস আরও সহজে তাদের মধ্য দিয়ে প্রবাহিত হতে পারে। এগুলি স্টেরয়েড নয়।

- আপনার শিশুকে থিওফাইলিন নামক একটি ওষুধ দেওয়া হতে পারে। এটি তাদের স্বাভাবিক ওষুধের একটি 'অ্যাড-অন' এবং তারা যে অন্যান্য চিকিৎসা গ্রহণ করছে তা প্রতিস্থাপন করে না।
- থিওফাইলিন শ্বাসনালীর পেশীগুলিকে শিথিল করে কাজ করে যাতে তারা খুলে যায় এবং তাদের মধ্য দিয়ে বাতাস আরও সহজে প্রবাহিত হতে পারে।
- আপনার শিশুকে নিয়মিত এবং ঠিক যেমনভাবে থিওফাইলিন দেওয়া হয়েছে সেভাবে খাওয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ কারণ এটি তাদের হাঁপানির আক্রমণ থেকে রক্ষা করতে সাহায্য করবে।
- আপনার সন্তানের রকতে থিওফাইলিনের মাত্রা নিরাপদ স্তরে রয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য নিয়মিত রক্ত পরীক্ষার প্রয়োজন হতে পারে।
- হাঁপানির আক্রমণের সময় থিওফাইলিন শ্বাসকষ্ট বা শ্বাসকষ্ট কমাতে না। এর জন্য আপনার সন্তানের 'রিলিভার' ইনহেলার (নীল সালবুটামল ইনহেলার) ব্যবহার করা উচিত।
- থিওফাইলিনের দুই ধরনের ওষুধ রয়েছে:
 - আপনার শিশু হাঁপানির লক্ষণগুলি নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করার জন্য বাড়িতে একটি ট্যাবলেট বা ক্যাপসুল খাবে। এটি একটি জরুরি ওষুধ যা কেবলমাত্র হাসপাতালে সরাসরি শিরায় দেওয়া হয়।
 - যেহেতু যুক্তরাজ্যে অন্যান্য ব্র্যান্ডের থিওফাইলিন ব্যবহার করা হচ্ছে, তাই প্রতিবার নতুন প্রেসক্রিপশন নেওয়ার সময় আপনার শিশু একই ব্র্যান্ডের থিওফাইলিন পাচ্ছে তা নিশ্চিত করা গুরুত্বপূর্ণ কারণ তাদের শরীর দ্বারা শোষিত থিওফাইলিনের পরিমাণ ব্র্যান্ডভেদে পরিবর্তিত হতে পারে।
 - আপনার শিশু থিওফাইলিনের সম্পূর্ণ প্রভাব অনুভব করতে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত সময় লাগতে পারে। তবে, যদি ৬ সপ্তাহ পরেও কোনও প্রভাব না দেখা যায়, তাহলে থিওফাইলিন সম্ভবত তাদের জন্য সঠিক ওষুধ নয়। এটি বন্ধ করার আগে আপনার ডাক্তার বা হাঁপানি নার্সের সাথে কথা বলুন।
 - আপনার সন্তানের জীবনযাত্রার কিছু অংশ থিওফাইলিনের সাথে মিথস্ক্রিয়া করতে পারে; এর অর্থ হল তাদের রকতে থিওফাইলিনের মাত্রা বাড়তে পারে (সম্ভাব্য কষটিকারক) বা কমাতে পারে (তাই এটি কাজ করে না)। যদি আপনার শিশু থিওফাইলিন গ্রহণ করে, তাহলে এটি জেনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে এটি
 - গঅ্যালকোহল, তামাক, ক্যাফেইন, সেন্ট জনস ওয়ার্ট (ডেবজ ঔষধ), কিছু অ্যান্টিবায়োটিক, কিছু চেতনানাশক।

কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

- আপনার সন্তানকে সুস্থ করার জন্য আমরা ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও এর অন্যান্য প্রভাব থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া)।
- সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - সমাখাব্যথা, ঘুমাতে না পারা, বমি বমি ভাব, বিরক্তি, পেট খারাপ।
- যদি আপনার শিশু নিম্নলিখিত লক্ষণগুলির মধ্যে কোনটি অনুভব করে, তাহলে অবিলম্বে চিকিৎসার পরামর্শ নিন
 - বমি, হৃদস্পন্দন বেড়ে যাওয়া, অস্বাভাবিক ছন্দে হৃদস্পন্দনের অনুভূতি, জ্বর, ত্বকে ফুসকুড়ি।

প্রেডনিসোলন (স্টেরয়েড) - দীর্ঘমেয়াদীভাবে সেবন করা

যদি আপনার শিশু দীর্ঘদিন ধরে প্রেডনিসোলন গ্রহণ করে থাকে, তাহলে হঠাৎ করে ওষুধ বন্ধ করবেন না, কারণ আপনার শিশু অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে। প্রেডনিসোলন বন্ধ করার আগে সর্বদা আপনার সন্তানের ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

- আপনার সন্তানকে প্রেডনিসোলন নামক একটি ঔষধ দেওয়া হতে পারে। এটি স্টেরয়েড নামে পরিচিত ওষুধের একটি পরিবারের অন্তর্ভুক্ত। পেশাদার ক্রীড়াবিদদের সম্পর্কে পড়ার সময় আপনি হয়তো স্টেরয়েডের কথা শুনেছেন। স্টেরয়েড আপনাকে শক্তিশালী করতে পারে তবে হাঁপানির লক্ষণগুলি কমাতে কম মাত্রায় স্টেরয়েড ব্যবহার করা হয়।
- হাঁপানিতে আক্রান্ত অনেক লোকের হাঁপানির আক্রমণের সময় স্টেরয়েড (প্রেডনিসোলন) এর সংক্ষিপ্ত কোর্স গ্রহণ করতে হবে।
- তবে, গুরুতর হাঁপানিতে আক্রান্ত অল্প সংখ্যক ব্যক্তির নিয়মিত এবং দীর্ঘ সময় ধরে প্রেডনিসোলন গ্রহণের প্রয়োজন হতে পারে যাতে শ্বাসনালীতে প্রদাহ প্রশমিত এবং প্রতিরোধ করে হাঁপানির আক্রমণ প্রতিরোধ করা যায়।
- আপনার শিশুকে প্রেডনিসোলন দেওয়ার ডোজ এবং কোর্সের দৈর্ঘ্য নির্ভর করবে আপনার শিশুর বয়স, চিকিৎসায় তার শ্বাসনালী কীভাবে সাড়া দেয় এবং লক্ষণগুলি কীভাবে ভালোভাবে পরিচালিত হয় তার উপর।
- আপনার সন্তানের ডাক্তার সর্বদা সর্বনিম্ন ডোজ ব্যবহার করে তার হাঁপানি নিয়ন্ত্রণের চেষ্টা করবেন। দীর্ঘমেয়াদী প্রেডনিসোলনের প্রয়োজনীয়তা কমাতে, অথবা পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি কমাতে ডোজ যতটা সম্ভব কম রাখার জন্য, তারা 'স্টেরয়েড-স্পেয়ারিং' নামে পরিচিত অন্যান্য ওষুধও লিখে দেওয়ার কথা বিবেচনা করতে পারেন।
- প্রেডনিসোলন সাধারণত অন্যান্য হাঁপানির ওষুধের সাথে ব্যবহার করা হয়। এটি গুরুত্বপূর্ণ যে প্রেডনিসোলন প্রেসক্রিপশন অনুসারে গ্রহণ করা উচিত এবং আপনার শিশু প্রতিদিন প্রতিরোধক ইনহেলার গ্রহণ চালিয়ে যেতে পারে।
- যদি আপনার শিশু দীর্ঘদিন ধরে প্রেডনিসোলন গ্রহণ করে থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে তাদের ডাক্তারের পরামর্শ ছাড়া হঠাৎ ওষুধ বন্ধ করবেন না, কারণ তারা অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে। কারণ স্টেরয়েড তাদের শরীরের প্রাকৃতিক স্টেরয়েড হরমোন তৈরি হওয়া বন্ধ করে দিতে পারে।
- যদি আপনার সন্তানের ডাক্তার প্রেডনিসোলন বন্ধ করার সিদ্ধান্ত নেন, তাহলে তারা ধীরে ধীরে ডোজ কমিয়ে সম্পূর্ণরূপে বন্ধ করবেন। ডাক্তারের নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।
- আপনার শিশু স্টেরয়েড চিকিৎসা এবং সতর্কতা কার্ড বহন করতে চাইতে পারে। এটি তাদের সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে স্মরণ করিয়ে দেয়, পাশাপাশি স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারদের জন্য একটি সতর্কতাও।

কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?

- ¶ আপনার শিশু যখন দীর্ঘমেয়াদী প্রেডনিসোলন গ্রহণ করে তখন তার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।
- ¶ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে চিন্তা করা উদ্বেগজনক হতে পারে তবে মনে রাখবেন আপনার ডাক্তার কেবল তখনই প্রেডনিসোলন লিখে দেবেন যখন আপনার সন্তানের জীবন-হুমকিপূর্ণ হাঁপানির আক্রমণ বন্ধ করা জরুরি কারণ হাঁপানির আক্রমণ মৃত্যুও ঘটতে পারে।
- ¶ সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - § কক্ষুধা বৃদ্ধির কারণে ওজন বৃদ্ধি।
 - § বৃদ্ধি এবং বয়ঃসন্ধিকালে প্রভাব ফেলে। মেয়েদের ক্ষেত্রে, এটি শরীরের লোম বৃদ্ধি এবং অনিয়মিত মাসিকের কারণ হতে পারে।
 - § রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাওয়া, যার অর্থ গুরুতর সংক্রমণের ঝুঁকি। আপনার সন্তানের চিকেনপক্স, দাদ, হামের মতো সংক্রমণে আক্রান্ত ব্যক্তিদের থেকে দূরে থাকা উচিত, যদি তাদের এই রোগ না থাকে বা হামের টিকা না দেওয়া হয়ে থাকে।
 - § তাদের ত্বক পাতলা হয়ে যেতে পারে এবং স্বাভাবিকের চেয়ে ধীরে ধীরে সেয়ে যেতে পারে। ব্রণের দাগ (ব্রণ) আরও খারাপ হতে পারে এবং মুখের আলসার বা থ্রাশ (মুখের ছত্রাকের সংক্রমণ) হতে পারে।
 - § তাদের ঘুমের সমস্যা, মেজাজের পরিবর্তন, পেটে ব্যথা বা বুক জ্বালা হতে পারে।

ওমালিজুমাব / ম্যেপোলিজুমাব

ওমালিজুমাব (ব্র্যান্ড নাম জোলেয়ার) এবং ম্যেপোলিজুমাব (ব্র্যান্ড নাম নুকুলা) হল নতুন হাঁপানির ওষুধ যা আপনার অনিয়ন্ত্রিত মাঝারি থেকে তীব্র হাঁপানিতে আক্রান্ত শিশুর জন্য একটি বিকল্প হতে পারে। এগুলি 'স্টেরয়েড-রেহাই' এজেন্ট নামেও পরিচিত।

- আপনার সন্তানের যদি তীব্র অ্যালার্জিক হাঁপানি থাকে, তাহলে তাকে Omalizumab (ব্র্যান্ড নাম Xolair) অথবা Mepolizumab (ব্র্যান্ড নাম Nucala) নামক ওষুধ দেওয়া হতে পারে। এগুলি অন্যান্য হাঁপানির ওষুধের থেকে সম্পূর্ণ আলাদাভাবে কাজ করে।
- ওমালিজুমাব শ্বাসনালীতে ফোলাভাব সৃষ্টিকারী কিছু রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার (IgE) কার্যকলাপকে বাধা দিয়ে কাজ করে। এর অর্থ হল যখন আপনার শিশু অ্যালার্জির কারণে আক্রান্ত হয়, তখন তার শ্বাসনালী আগের মতো সংবেদনশীল থাকে না এবং তাই আপনার শিশুর অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কম থাকে।
- হাঁপানিতে ইওসিনোফিল নামক শ্বেত রক্তকণিকার উচ্চ মাত্রার কারণে শ্বাসনালী ফুলে গেলে ম্যেপোলিজুমাব ব্যবহার করা হয়। ম্যেপোলিজুমাব IL-5 নামক একটি পদার্থকে ইওসিনোফিল তৈরিতে সাহায্য করা বন্ধ করে এবং এর ফলে শ্বাসনালী ফুলে যাওয়া কমে।
- উভয় চিকিৎসাই হল প্রতি ২ বা ৪ সপ্তাহে ত্বকের নিচে ইনজেকশন দেওয়া,
- চিকিৎসা শুরু করার আগে তাদের অ্যালার্জি আছে কিনা তা দেখার জন্য ত্বক বা রক্ত পরীক্ষা করা হয়।
- এই ইনজেকশনগুলি তাদের স্বাভাবিক ইনহেলার এবং ওষুধের সাথে 'অ্যাড-অন' এবং তারা যে অন্যান্য চিকিৎসা গ্রহণ করছে তা প্রতিস্থাপন করে না। তবে, এগুলি আপনার সন্তানের হাঁপানির লক্ষণগুলি আরও ভালভাবে পরিচালনা করতে সাহায্য করতে পারে যাতে স্টেরয়েড ওষুধটি সময়ের সাথে সাথে কম মাত্রায় বা কম ঘন ঘন নেওয়া যায়।
- হাঁপানির আক্রমণের সময় ওমালিজুমাব এবং ম্যেপোলিজুমাব শ্বাসকষ্ট বা শ্বাসকষ্ট কমাতে না। এর জন্য আপনার সন্তানের তাদের 'রিলিভার' ইনহেলার ব্যবহার করা উচিত।
- কোন সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া আছে কি?
 - আপনার সন্তানকে সুস্থ করার জন্য আমরা ওষুধ ব্যবহার করি, কিন্তু কখনও কখনও এর অন্যান্য প্রভাব থাকে যা আমরা চাই না (পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া)।
 - সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার তালিকাটি উদ্বেগজনক মনে হতে পারে, তবে এটা মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে বেশিরভাগ মানুষই এগুলি অনুভব করবেন না।
 - সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
 - § ইনজেকশনের স্থানে স্বল্পস্থায়ী অস্বস্তি
 - § বাহু ও পায়ে ব্যথা, মাথা ঘোরা, ক্লান্ত বোধ, ত্বকে ফুসকুড়ি, হাড় ভাঙা সাধারণ ঠান্ডা
 - § লাগার লক্ষণ, মাথাব্যথা, গলা ব্যথা, কানে ব্যথা বা অস্বস্তি, পেটে ব্যথা, বমি বমি ভাব, বমি এবং নাক দিয়ে রক্ত পড়া।
 - § জ্বর, পেশী ব্যথা এবং ফুসকুড়ি। কিছু লোক ইনজেকশন নেওয়ার ১ থেকে ৫ দিন পরে এই লক্ষণগুলি অনুভব করে। আপনার সন্তানের যদি এই ধরনের লক্ষণ দেখা দেয় তবে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে জানান।
 - এই চিকিৎসায় গুরুতর অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া (অ্যানাফিল্যাক্সিস) হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে। এটি প্রথম ডোজের পরে বা অনেক ডোজ পরেও ঘটতে পারে। আপনার সন্তানের ডাক্তার বা নার্স কিছু সময়ের জন্য ওমালিজুমাব গ্রহণের সময় অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার লক্ষণগুলির জন্য নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করবেন।

স্পেসার

স্পেসারগুলি আপনার ফুসফুসে সঠিক পরিমাণে ওষুধ প্রবেশ করা সহজ করে তোলে



- স্পেসার হলো বড়, খালি যন্ত্র যা আপনার শিশুকে সঠিক পরিমাণে হাঁপানির ওষুধ সঠিক জায়গায় (ফুসফুসে) পৌঁছাতে সাহায্য করে, যদি তারা মিটারড ডোজ ইনহেলার (MDI) ব্যবহার করে। এর অর্থ হতে পারে তাদের লক্ষণগুলি আরও ভালভাবে পরিচালিত হয় এবং এর অর্থ হতে পারে তাদের সামগ্রিকভাবে কম ওষুধ ব্যবহার করতে হবে।
- স্পেসার ডিভাইস ব্যবহার করলে আপনার সন্তানের ওষুধের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি কমাতে পারে। যদি তারা স্পেসার ডিভাইস ব্যবহার না করে তবে কিছু ওষুধ তাদের ফুসফুসের পরিবর্তে মুখে বা গলার পিছনে যেতে পারে।
- বিভিন্ন ব্র্যান্ড এবং আকারের স্পেসার রয়েছে যা বিভিন্ন ইনহেলার এবং বিভিন্ন বয়সের জন্য উপযুক্ত। যদি আপনি নিশ্চিত না হন যে আপনি ইনহেলার এবং স্পেসার সঠিকভাবে ব্যবহার করছেন কিনা, তাহলে সাহায্যের জন্য আপনি অনেক জায়গায় যেতে পারেন:

৭ আপনার হাঁপানি নাসের সাথে যোগাযোগ করুন

৭ আপনার ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন

৭ 'www.beatasthma.co.uk'-এ তথ্যপত্র এবং ভিডিওগুলি দেখুন।

- আপনার সন্তানের স্পেসার পরিষ্কার করার সময় নির্দেশাবলী অনুসরণ করা গুরুত্বপূর্ণ। যদি এটি একটি নতুন স্পেসার হয়, তাহলে প্রথমবার ব্যবহারের আগে এটি পরিষ্কার করুন, তারপর মাসে একবার।
- আপনার সন্তানের স্পেসার অন্তত প্রতি বছর একবার করে বদলানো উচিত।

হ্যান্ডহেল্ড ইনহেলার

- কিছু ইনহেলার স্পেসারের সাথে ব্যবহার করতে হয় এবং কিছু হ্যান্ডহেল্ড ডিভাইস হিসেবে পাওয়া যায় যার জন্য স্পেসারের প্রয়োজন হয় না।
- বর্তমানে শিশুদের জন্য এর মধ্যে মাত্র দুটি পাওয়া যাচ্ছে: সিম্বিকোর্ট টার্বোহেলার এবং ডুওরেস্প স্পিরোম্যাক্স ইনহেলার। [অধ্যায়ের শেষে ছবি যোগ করুন]
- হ্যান্ডহেল্ড ইনহেলারগুলিকে ড্রাই পাউডার ইনহেলারও বলা যেতে পারে।
- হ্যান্ডহেল্ড ইনহেলার পরিবেশের জন্য ভালো কারণ এগুলোর কাজ করার জন্য গ্রিনহাউস গ্যাসের প্রয়োজন হয় না।
- এই ইনহেলারগুলিতে ওষুধটি শিশুর ফুসফুসে প্রবেশ করানোর জন্য একটি বড় চুম্বনের প্রয়োজন হয়। সাধারণত কেবল বড় বাচ্চারা হাতে ধরা ইনহেলার ব্যবহার করার জন্য যথেষ্ট জোরে শ্বাস নিতে সক্ষম হয়।
- আপনার শিশুটি সঠিকভাবে ইনহেলার ব্যবহার করতে পারে কিনা এবং সঠিক পছন্দ সম্পর্কে আপনাকে পরামর্শ দিতে পারে তা নিশ্চিত করার জন্য একজন নার্স বা ডাক্তার দ্বারা আপনার শিশুটির মূল্যায়ন করা গুরুত্বপূর্ণ।
- হাঁপানির আক্রমণের সময়, কারও পক্ষে হাতে ধরা ইনহেলার ব্যবহার করা কঠিন হতে পারে কারণ তারা যথেষ্ট পরিমাণে শ্বাস নিতে নাও পারে। এই ক্ষেত্রে, তাদের স্পেসার সহ নীল ইনহেলার ব্যবহার করা উচিত এবং চিকিৎসা সহায়তা নেওয়া উচিত।
- ইনহেলারের পাশে ডোজ কাউন্টারগুলি পাওয়া যেতে পারে যা ইনহেলারের ওষুধ প্রায় খালি হয়ে গেলে দেখাবে।

