গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

আর নয় অকারণ শিশু অন্ধত্ব

প্রাথমিক স্বাস্থ্য কর্মীদের প্রশিক্ষণ সহায়িকা

আপনার স্বাস্থ্য আমাদের অঙ্গীকার
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

World Health Organization
Country Office for Bangladesh

এই ম্যানুয়াল প্রস্তুতকরনে যারা অবদান রেখেছেনঃ

১. অধ্যাপক এ.এইচ.এম. এনায়েত হোসেন, অতিরিক্ত মহাপরিচালক (পরিকল্পনা ও উন্নয়ন), স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, মহাখালী, ঢাকা।

২. ডাঃ ওমর আলী সরকার, প্রোগ্রাম ম্যানেজার, এনসিডিসি, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, মহাখালী, ঢাকা।

৩. ডাঃ আবদুল আলীম, ডেপুটি প্রোগ্রাম ম্যানেজার (কনভেনশনাল এনসিডি), এনসিডিসি, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, মহাখালী, ঢাকা।

৪. ডাঃ নাহিদ ফেরদৌসী, সহকারী অধ্যাপক, জাতীয় চক্ষু বিজ্ঞান ইনস্টিটিউট ও হাসপাতাল, ঢাকা।

৫. ডাঃ মোঃ আশিকুর রহমান, সহকারী অধ্যাপক, শেরে বাংলা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, বরিশাল।

৬. ডাঃ উৎপল সেন, জুনিয়র কনসালটেন্ট, জাতীয় চক্ষু বিজ্ঞান ইনস্টিটিউট ও হাসপাতাল, ঢাকা।

৭. মোঃ রফিকুল ইসলাম, সিনিয়র প্রোগ্রাম অফিসার, সাইটসেভারস্ বাংলাদেশ।

৮. ডাঃ মোঃ ফয়জুল ইসলাম, প্রোগ্রাম অফিসার, অরবিস বাংলাদেশ।

৯. ডাঃ সাইদুর রহমান মাশরেকী, পরিচালক, সিআইপিআরবি, মহাখালী, ঢাকা।

১০. ডাঃ রাহানুমা অ্যাঞ্জেলা, সিনিয়র সেক্টর স্পেশালিস্ট, ব্র্যাক, মহাখালী, ঢাকা।

১১. ডাঃ এ.এস.এম. ইশতিয়াক, ফিল্ড কো-অর্ডিনেটর (এনসিডি), এনসিডিসি, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, মহাখালী, ঢাকা।

১২. মোঃ মনিরুজ্জামান, ন্যাশনাল কনসালটেন্ট (এনসিডি), বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, বাংলাদেশ।

১৩. ডা: সৈয়দ মাহফুজুল হক, ন্যশনাল প্রফেশনাল অফিসার, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, বাংলাদেশ।

সহায়ক গ্রন্থপুঞ্জিঃ

১. শিশু চক্ষু স্বাস্থ্য পরিচর্যা - ন্যাশনাল আই কেয়ার, বাংলাদেশ এবং অরবিস বাংলাদেশ।

২. নয়নমণি - অরবিস বাংলাদেশ।

৩. ফ্লিপ চার্ট - সাইটসেভারস্ বাংলাদেশ।

অসংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্রণ কর্মসূচি
স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
মহাখালী, ঢাকা ১২১২
ফোন: +৮৮-০২-৯৮৬২৯২
ইমেইল: ncd.infobase@gmail.com

বাংলাদেশে মুদ্রিত
ডিসেম্বর ২০১৬

আর নয় অকারণ শিশু অন্ধত্ব

পরিহারযোগ্য শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধ কর্মসূচীঃ
শিশুদের চিহ্নিতকরন, রেফারেল এবং কমিউনিটির সচেতনতা বৃদ্ধির
উপর প্রাথমিক স্বাস্থ্য কর্মীদের প্রশিক্ষণ সহায়িকা

আপনার স্বাস্থ্য আমাদের অঙ্গীকার
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

World Health Organization
Country Office for Bangladesh

সূচীপত্রঃ

	বিষয়বস্তু	পৃষ্ঠা নং
১.	প্রকল্প পরিচিতি	৫
২.	প্রেক্ষাপট	৫
৩.	শিশুর চোখের রোগসমূহ	৫
	৩.১ শিশুদের চোখের ছানি	৫
	৩.২ রেটিনোব্লাসটোমা (চোখের ক্যান্সার)	৭
	৩.৩ ট্যারা চোখ	৮
	৩.৪ চোখের ঘা (আলসার)	৯
	৩.৫ চোখের আঘাত	১০
	৩.৬ রেটিনোপ্যাথি অব প্রিম্যাচিউরিটি	১১
	৩.৭ চোখের গঠনগত ত্রুটি	১২
	৩.৮ চোখ দিয়ে পানি পড়া	১৩
	৩.৯ শিশুদের লাল চোখ	১৪
৪.	শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধে করণীয়	১৫
৫.	শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধে মাঠ পর্যায়ের স্বাস্থ্য সহকারীদের ভূমিকা	১৫

১. প্রকল্প পরিচিতি

শিশুদের অভিভাবকেরা চোখের সমস্যা বুঝতে অনেক সময় সক্ষম হন না এবং শিশু চোখের সমস্যার ব্যাপারে অভিযোগ করতে পারে না। শিশুদের চোখের রোগের চিকিৎসা একটি নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে না করা হলে পরবর্তী সময়ে আশানুরূপ দৃষ্টি শক্তি ফিরে পায় না, যা পরবর্তীতে শিশুদের পড়ালেখায় এবং পেশাগত দক্ষতা অর্জনে প্রতিবন্ধক হিসেবে কাজ করে।

এই প্রেক্ষাপটে স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের নন কমিউনিকেবল ডিজিজ কন্ট্রোল প্রোগ্রাম ও বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার যৌথ উদ্যোগে "পরিহারযোগ্য শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধ কর্মসূচীঃ শিশুদের চিহ্নিতকরন, রেফারেল এবং কমিউনিটির সচেতনতা বৃদ্ধি" শীর্ষক কর্মসূচী গ্রহন করা হয়েছে। এই লক্ষ্যে মাঠ পর্যায়ের স্বাস্থ্য কর্মীদের জন্য এই প্রশিক্ষণ সহায়িকা প্রস্তুত করা হয়েছে।

২. প্রেক্ষাপট

অন্ধত্বঃ বিশ্ব প্রেক্ষাপট

- বিশ্বে প্রতি ৫ সেকেন্ডে ১ জন মানুষ অন্ধ হচ্ছে
  প্রতি মিনিটে ১ জন শিশু অন্ধ হচ্ছে
- বিশ্বে প্রায় ৪ কোটি ৫০ লক্ষ ব্যক্তি দৃষ্টিহীন
- দৃষ্টিহীন মানুষদের ৯০% মানুষ উন্নয়নশীল দেশে বসবাস করে
- তবে লক্ষণীয় যে এই অন্ধত্বের প্রায় ৮০%ই প্রতিরোধযোগ্য বা নিরাময়যোগ্য

অন্ধত্বঃ বাংলাদেশ প্রেক্ষাপট ও গৃহিত পদক্ষেপ

অন্ধত্ব বাংলাদেশে একটি বড় সমস্যা। এক সমীক্ষায় দেখা গেছে

- দৃষ্টিহীনদের সংখ্যা প্রায় ৭ লক্ষ ৮৫ হাজার
- অন্ধত্বের প্রধান কারণ ছানি
- ছানির কারণে অন্ধত্ব প্রায় ৬ লক্ষ ৫০ হাজার (মোট অন্ধত্বের প্রায় ৮০%)
- প্রায় ২৭-৩০ হাজার শিশু সম্পূর্নভাবে দৃষ্টিহীন
- বর্তমানে প্রতি দশ লক্ষ জনে প্রতি বছর ছানি অপারেশন করা প্রয়োজন ২৫০০-৩০০০।
  সেখানে হচ্ছে মাত্র ১৭০০।

ভিশন ২০২০

ভিশন ২০২০ (ভি-২০২০) হচ্ছে 'রাইট টু সাইট'-দৃষ্টি সবার অধিকার। এটি হলো পরিহার যোগ্য অন্ধত্ব নিবারনের জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার উদ্যোগে গৃহীত এক বিশ্ব উদ্যোগ বা কার্যক্রম। এই কার্যক্রমের মূল লক্ষ্য হলো ২০২০ সালের মধ্যে পৃথিবী থেকে পরিহার যোগ্য সকল অন্ধত্ব দূর করে সবার জন্য 'দৃষ্টি' নিশ্চিত করা।

ভিশন ২০২০ সরকার কর্তৃক গৃহীত পদক্ষেপ

ন্যাশনাল আই কেয়ার পরিকল্পনা প্রণয়ন করা হয়েছে এবং বর্তমানে পরিকল্পনাটি বাস্তবায়নাধীন। সরকার ন্যাশনাল আই কেয়ারের অধীনে নিম্নলিখিত কাজ গুলি বাস্তবায়ন করছে

- অবকাঠামো নির্মাণ/ উন্নয়ন
- মানব সম্পদ/ জনশক্তি উন্নয়ন
- যোগাযোগ, প্রচার ও সচেতনতা বৃদ্ধি
- চক্ষু রোগ নিয়ন্ত্রণ

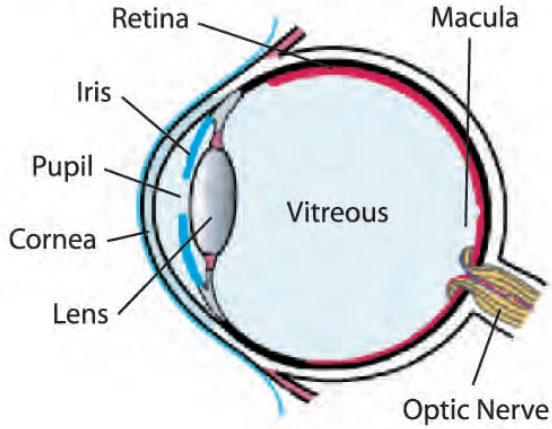
৩. শিশুর চোখের রোগসমূহ

৩.১. চোখের সাদা মণি/ জন্মগত ছানি

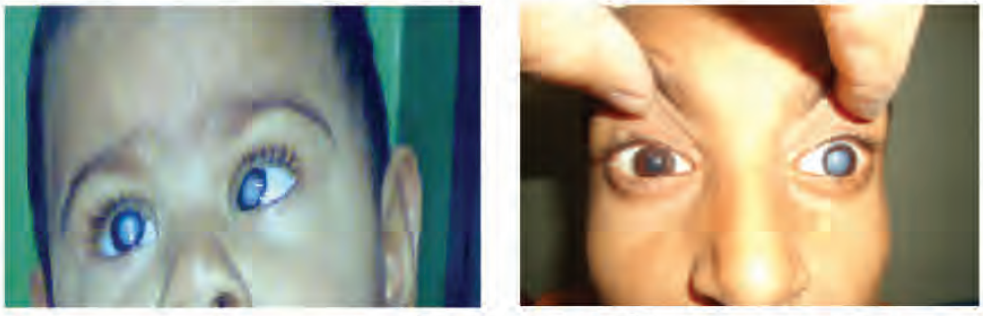
জন্মগত ছানি কি?

মানুষের চোখের মধ্যে প্রাকৃতিক একটি লেন্স থাকে। এটি স্বচ্ছ থাকে এবং এর মধ্যে দিয়ে আমাদের চোখে আলো প্রবেশ করে। কোন কারণে এই লেন্সটি ঘোলা হয়ে গেলে আলো চোখের মধ্যে ঠিকমত ঢুকতে পারে না এবং ধীরে

ধীরে দৃষ্টি কমে আসে। লেন্সের এই অবস্থাকে চোখের ছানি পড়া বলে। যদিও ছানি বেশী বয়সে হয়ে থাকে, কিন্তু অনেক শিশু ছানি নিয়েই জন্ম গ্রহন করে থাকে। এটিকে জন্মগত ছানি বলা হয়। আবার অনেক সময় শিশুরা খুব অল্প বয়সেই ছানি রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকে। ছানি দুই চোখে বা এক চোখেও হতে পারে। ছানি পড়লে দৃষ্টি কমে যায় এবং শিশুদের স্বাভাবিক দৃষ্টি তৈরী হয় না। ছানি অপারেশনের মাধ্যমে শুধু দৃষ্টির উন্নতিই হয় না দৃষ্টিক্ষীনতাও (অলস চোখ) প্রতিরোধ করা যায়।



চিত্র ১ ঃ চোখের গঠন



চিত্র ২ ঃ চোখের ছানি

ছানির কারণ সমূহ

- বংশগত
- গর্ভাবস্থায় মায়ের কোন রোগ হলে (বিশেষতঃ রুবেলা ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত হলে)
- মা দীর্ঘ দিন স্টেরয়েড জাতীয় ঔষধ গ্রহন করলে
- চোখের জন্মগত গঠনগত ত্রুটির জন্য
- চোখের আঘাতের কারণে

ছানির লক্ষণ

চোখের মণি সাদা দেখা যায়

ছানি রোগের চিকিৎসা

অপারেশনই ছানি রোগের একমাত্র চিকিৎসা। চোখের ড্রপ বা চশমা দিয়ে ছানি রোগের চিকিৎসা হয় না। ছানি রোগ চিহ্নিত করার পর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব অপারেশন করতে হবে। যত তাড়াতাড়ি অপারেশন করা যায় তত ভালো দৃষ্টির সম্ভাবনা থাকে।

ছানির অপারেশন কি?

চক্ষু বিশেষজ্ঞগন বাচ্চার বয়স, ছানির ধরন, চোখের অন্যান্য রোগ এবং শিশুর শারীরিক অবস্থা বিবেচনা করে অপারেশনের ধরন ঠিক করে থাকেন। ২ বছর বা তার বেশী বয়সের বাচ্চাদের ক্ষেত্রে ছানি অপারেশন করে লেন্স সংযোজন করা হয়। কিছু বিশেষ ক্ষেত্রে আরো কম বয়সের বাচ্চাদের অপারেশনে লেন্স সংযোজন করা হয়।

অপারেশন পরবর্তী করনীয়

- অপারেশনের পর সাধারনতঃ ২-৩ দিন হাসপাতালে অবস্থান করতে হয়
- যেহেতু শিশুদের চোখে আঘাত লাগার সম্ভাবনা বেশী থাকে এজন্য অপারেশনের পরবর্তী ১৫ দিন থেকে ১ মাস পর্যন্ত বাইরে খেলাধুলা থেকে বিরত রাখতে হবে
- চিকিৎসকের পরামর্শ মত নিয়মিত চোখ পরীক্ষার জন্য আসতে হবে
- ভবিষ্যৎ ভালো দৃষ্টির জন্য অপারেশনের পর সব বাচ্চাদেরই চশমার প্রয়োজন হবে এবং চশমা ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে।

লক্ষণীয়

- নবজাতক শিশুর দুই চোখের ছানি থাকলে তা দ্রুত অপারেশন করা জরুরী। শিশুর বয়স ২-৩ মাসের মধ্যে অপারেশন করাতে হবে
- বর্তমানে চিকিৎসাশাস্ত্রের উন্নতির ফলে শিশুদের অজ্ঞান করে সফলতার সাথেই একটি ২ মাসের শিশুর অপারেশন করা সম্ভব
- অপারেশনের পর শিশুদের অবশ্যই চশমা পড়তে হবে। শিশুদের অভিভাবকদের অবশ্যই খেয়াল রাখতে হবে যেন শিশু নিয়মিত এবং স্বচ্ছন্দভাবে চশমা পড়তে পাড়ে
- অপারেশনের পর চশমা পড়া ছাড়াও যাদি শিশুদের ইতিমধ্যে ক্ষীনদৃষ্টি (অলস চোখ) হয়ে থাকে তবে শুধুমাত্র চক্ষু চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী একচোখ দিনের কিছু সময় বন্ধ করে চিকিৎসা দেয়া হয়। এছাড়া অনেক সময় লেন্সের এর পিছনে ঘোলা হয়ে গেলে লেজার চিকিৎসা নিতে হতে পারে। মনে রাখতে হবে অপারেশন শিশুর দৃষ্টিশক্তি তৈরীর প্রথম ধাপ।

৩.২ চোখের সাদা মণি- রেটিনাব্লাসটোমা (চোখের ক্যান্সার)

রেটিনোব্লাস্টোমা কি?

এটি একটি চোখের ক্যান্সার। এটি সাধারনত জন্মের এক বছরের মধ্যেই বোঝা যায়।

চিত্র ৩: রেটিনোব্লাসটোমা

রেটিনাব্লাসটোমা রোগের লক্ষণসমূহ

চোখের মণি সাদা দেখা যায় (যা সাধারনত রাতে আলোতে বিড়ালের চোখের মত জ্বলজ্বল করে)

- চোখ ট্যারা হয়ে যায়
- চোখ লাল হতে পারে
- চোখে ব্যাথা হয়
- চোখের মধ্যে রক্তক্ষরন ঘটতে পারে
- চোখ সামনের দিকে বের হয়ে আসে

রোগের চিকিৎসা

এটি একটি প্রানঘাতি ক্যান্সার। নিম্নোক্তভাবে চিকিৎসা করা হয়ঃ

- লেজারের সাহায্যে
- অপারেশনের মাধ্যমে আক্রান্ত চোখ তুলে ফেলে দিয়ে
- কেমোথেরাপি (ক্যান্সারের ঔষধ প্রদানের মাধ্যমে)

চিকিৎসা পরবর্তী করনীয়

- অপারেশনের পরে পাঁচ বছর বয়স পর্যন্ত প্রতি ছয় মাস অন্তর অবশ্যই চোখ পরীক্ষা করাতে হবে।
- দশ বছর বয়স পর্যন্ত প্রতিবছর অন্তত এক বার চোখ পরীক্ষা করাতে হবে।

লক্ষণীয়

রেটিনোব্লাস্টোমা শুধু চোখের দৃষ্টিহীনতা ঘটায় না, সময়মত চিকিৎসা না করলে জীবন সংশয় দেখা দিতে পারে।

৩.৩ ট্যারা চোখ

ট্যারা চোখ কি?

এটি চোখের এমন একটি অবস্থা বা অসামঞ্জস্যতা যেখানে দুই চোখ দুইটি ভিন্ন দিকে অবস্থান করে বা বাঁকা হয়ে থাকে। চোখের এরকম অবস্থা স্থায়ী ভাবে থাকতে পারে অথবা মাঝে মাঝে দেখা যেতে পারে। ট্যারা চোখটি উপরে, নীচে, ভিতরের দিকে অথবা বাইরের দিকে বাঁকা হয়ে থাকতে পারে। ট্যারা চোখের চিকিৎসা সময়মত না হলে দৃষ্টিস্বল্পতা এবং পরবর্তীতে অলস চোখে দৃষ্টিহীনতা হতে পারে। জন্মের পরপর বা ২ বৎসর বয়সের মধ্যেই তা বোঝা যায়।

চিত্র ৪: ট্যারা চোখ

ট্যারা চোখের কারণ

- সাধারনত বংশগত
- চোখের মাংসপেশীর দূর্বলতার জন্য অথবা স্নায়ুতন্ত্রের সমস্যার জন্য
- চোখের ছানি, চোখের মনির কোন রোগ হলে
- রেটিনার কোন রোগ বা চোখের টিউমারের জন্য দৃষ্টি কমে গেলে
- আঘাতের কারণে

চিকিৎসার পূর্বে

চিকিৎসার পরে

চিত্র ৫: চিকিৎসা পূর্ব ও পরবর্তী ট্যারা চোখ

ট্যারা চোখের লক্ষণ

- একটি বা দুটি চোখই দুটি ভিন্ন দিকে বাঁকা হয়ে অবস্থান করে
- উজ্জ্বল আলোতে এক চোখ বন্ধ করে তাকায়
- কখনো কখনো শিশুরা একদিকে ঘাড় কাত করে দেখে অথবা মাথা উঁচু বা নিচু করে দেখে
- মাঝে মাঝে একটি বস্তুকে দুটি দেখে

ট্যারা চোখের চিকিৎসা

চোখের পাওয়ারের সমস্যা জনিত ট্যারা চোখের জন্য উপযুক্ত চশমা দিলে ট্যারা চোখ ভালো হয়ে যায়। অনেক সময় ভাল চোখ সাময়িক বন্ধ করে চিকিৎসা দেয়া হয়। এতে ট্যারা চোখের দৃষ্টির উন্নতি হয়। চশমা দিয়ে দৃষ্টির উন্নতির পরে অপারেশন করা হয়। ট্যারা বা বাঁকা চোখ অপারেশন করে সোজা করা যায়।

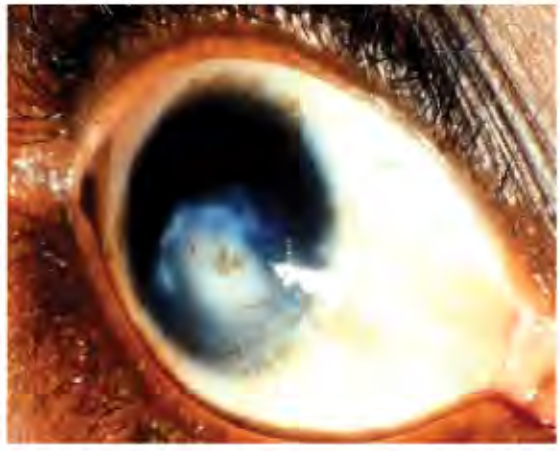
লক্ষণীয়

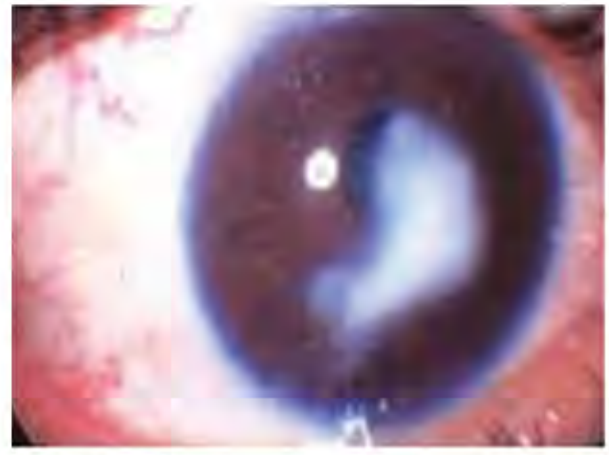
- ট্যারা চোখ কোন সৌভাগ্যের প্রতীক বা লক্ষ্মী নয়। এটি শিশুর চোখের দৃষ্টির এবং সৌন্দর্যের ব্যাঘাত ঘটায়
- যদি ট্যারা চোখের চিকিৎসা ১ বা ২ বছরের মধ্যে করা যায় তবে দৃষ্টি হীনতা প্রতিরোধ করা যায়
- শিশু যত বড় হতে থাকে ট্যারা চোখের চিকিৎসা এবং ত্রুটি সারানো ততই কঠিন হতে থাকে
- ট্যারা চোখের অপারেশন খুব জটিল না এবং এটি চোখের সাদা অংশে করা হয় এবং সাধারনত ২/১ দিনের বেশী হাসপাতালে অবস্থান করতে হয় না
- জন্মের পর যখনই শিশুর চোখ ট্যারা বলে মনে হবে, বিলম্ব না করে তখনই ডাক্তার দেখাবেন

৩.৪ চোখের ঘা (আলসার)

চোখের ঘা (আলসার) কি?

চোখের মনি বা কর্নিয়ায় যদি কোন কারণে ক্ষত সৃষ্টি হয় তাকে চোখের ঘা (আলসার) বলে। চোখের আলসারে জীবাণু সংক্রমণ হতে পারে।





চিত্র ৬: চোখের ঘা (আলসার)

যে সব কারণে চোখে আলসার হয়

- চোখে গাছের পাতা বা ডালের বাড়ি লাগলে
- চোখে কোন কিছু গেলে
- চোখে আঘাত পেলে

চোখের আলসারের লক্ষণসমূহ

- চোখ লাল হয়ে যায়
- চোখ দিয়ে পানি পড়ে
- আলোতে তাকাতে অসুবিধা হয়
- চোখের মনিতে সাদা দাগ দেখা যায়
- চোখের দৃষ্টি কমে যায়

চোখের আলসারের চিকিৎসা

চোখের ঘা বা আলসার একটি মারাত্মক রোগ। এজন্য উপরের লক্ষণগুলি দেখা মাত্র সাথে সাথে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। মনে রাখতে হবে এর চিকিৎসায় দেরী হলে অন্ধত্ব পর্যন্ত হতে পারে। এমনকি চোখ তুলে ফেলার মত সিদ্ধান্ত চিকিৎসকের নিতে হতে পারে।

- প্রাথমিক চিকিৎসা হিসেবে কোরামফেনিকল ড্রপ/মলম শুরু করতে হবে

৩.৫ চোখের আঘাত

চিত্র ৭: চোখের আঘাত ও সম্ভাবব্যে কারণসমূহ (যন্ত্রাংশ)

চোখে বিভিন্ন ভাবে আঘাত লাগতে পারে। যথাঃ

- চোখে নখের আচর বা হাতের ঘষা লাগতে পারে
- কোন বস্তু ছিটকে এসে লাগতে পারে
- কোন ধারালো বস্তু ঢুকে যেতে পারে, যেমন পেন্সিল, কলম, কাচি, সূঁচ, তীর। বক বা মুরগী ঠোকর দিতে পারে
- চোখে চুন বা এসিড পড়তে পারে
- চোখে খেলনা দিয়ে আঘাত লাগতে পারে
- সড়ক দুর্ঘটনায় চোখে আঘাত লাগতে পারে
- কৃষি মৌসুমে চোখে ধান যেতে পারে

চোখে আঘাত লাগলে কি কি ক্ষতি হতে পারে?

- চোখে আঘাত লাগলে চোখের বিভিন্ন অংশ ক্ষতিগ্রস্থ হতে পারে।
- আঘাতের কারণে চোখের পাতা ছিড়ে যেতে পারে বা চোখের পাতায় ক্ষত সৃষ্টি হতে পারে

- চোখের সাদা অংশে (কনজাংটিভা বা স্ক্লেরাতে) রক্ত জমতে পারে বা আঘাতের কারণে ছিদ্র হয়ে যেতে পারে
- কর্নিয়াতে ঘষা লেগে উপরের অংশ উঠে যেতে পারে। ধারালো কোন আঘাতের কারণে কর্নিয়া ছিদ্র হয়ে যেতে পারে।
- এই ছিদ্র দিয়ে চোখের ভেতরের পানি বের হয়ে যেতে পারে। অনেক সময় চোখের ভিতরের কিছু অংশও বের হয়ে যায় আঘাতের কারণে চোখে ছানি পড়ে যেতে পারে। ধারালো বস্তু যদি ঢুকে যায় তবে চোখের লেন্স ফেটে যেতে পারে।
- আঘাতের কারণে অনেক সময় রেটিনাও ছিড়ে যায়, পানি জমে এবং রক্তক্ষরন হয়।

চোখে আঘাতের লক্ষণসমূহ

- চোখে আঘাত লাগলে শিশু, চোখ মেললে ব্যাথা পাবে এই ভয়ে চোখ বন্ধ করে রাখে
- চোখে ব্যাথা হয়
- চোখ লাল হতে পারে
- চোখ দিয়ে পানি পড়ে
- চোখে আঘাতের চিহ্ন থাকে
- চোখের দৃষ্টি কমে যেতে পারে
- চোখ নরম হতে পারে
- শরীরে অন্যান্য জায়গায়ও আঘাতের চিহ্ন থাকতে পারে

চোখের আঘাতের চিকিৎসা

- আঘাত লাগার সাথে সাথে দ্রুত শিশুটিকে নিকটস্থ চিকিৎসকের নিকট নিয়ে যেতে হবে
- চোখের আঘাতের ধরন এবং প্রকৃতি নির্ণয় করে চোখের চিকিৎসা করা হয়
- কোন ড্রপ/মলম দেয়া যাবে না
- চোখ ধৌত করা বা পানি দেয়া সম্পূর্ণ নিষেধ
- আঘাতপ্রাপ্ত চোখে পানি পড়া, তেলপড়া ও ঝাড়ফুঁক দেয়া নিষেধ
- চোখে কোন রাসায়নিক পদার্থ যেমন চুন বা এসিড পড়লে সাথে সাথে পরিস্কার পানি দিয়ে চোখ ভালোভাবে পরিষ্কার করতে হবে। খেয়াল রাখতে হবে সামান্যতম এসিড বা চুন যেন চোখের মধ্যে অবশিষ্ট না থাকে। যত দ্রুত সম্ভব স্বাস্থ্য কেন্দ্রে পাঠাতে হবে

লক্ষণীয়

চোখের আঘাত প্রতিরোধের উপায় ঃ

- বাড়ীতে ব্যবহার্য সকল রাসায়নিক পদার্থ শিশুদের নাগালের বাইরে রাখতে হবে
- শিশুদের খেলনা নির্বাচনে সতর্ক হতে হবে যেন ধারালো না হয়
- ধারালো বস্তু যেমন কলম, পেন্সিল ইত্যাদি শিশুদের হাতে দেয়া যাবে না
- স্তন্য দান কালে জামার হুক থেকে যেন শিশু চোখে আঘাত না পায় সে ব্যপারে সতর্ক থাকতে হবে

৩.৬ রেটিনোপ্যাথি অফ প্রিম্যাচুরিটি (Retinopathy of Prematurity-ROP)

ROP কাদের হয় অপরিণত নবজাতক শিশুর নানারকম শারীরিক সমস্যা দেখা যায়। তারমধ্যে চোখের সমস্যা অন্যতম, কারণ জন্মের মাত্র কয়েকদিন পূর্বে চক্ষুগোলক (Eye ball) পরিনত হয়। অপরিণত শিশুর চোখও অপরিণত থাকে বিধায় নানা রোগ দেখা দেয়। রেটিনোপ্যাথি অফ প্রিম্যাচুরিটি (Retinopathy of Prematurity-ROP) অন্যতম একটি রোগ। যে সকল শিশু গর্ভধারণের পর ৩৫ সপ্তাহের পূর্বে জন্মগ্রহন করে এবং যাদের ওজন ২ কেজির কম সে সকল শিশুই অপরিণত নবজাতক শিশু। সাধারণত এই সকল অপরিণত নবজাতক শিশুদের এই রোগটি হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। যে সকল অপরিণত নবজাতক শিশু জটিল সমস্যার জন্য নবজাতক নিবিড় পরিচর্যা বিভাগে Neonatal Intensive Care Unit (NICU) চিকিৎসাধীন থাকে, তাদের মধ্যে ROP এর লক্ষণ বেশী দেখা দেয়।

চিত্র ৮: অপরিণত নবজাতক শিশু

রেটিনোপ্যাথি অফ প্রিম্যাচুরিটি ROP কি?

রেটিনোপ্যাথি অফ প্রিম্যাচুরিটি (ROP) শিশুর চোখে রেটিনা ও এর রক্তনালীকে আক্রান্ত করে। ফলে রেটিনাতে রক্তক্ষরণ হয় ও কোন কোন ক্ষেত্রে রেটিনা ছিড়ে যেতে পারে। সময়মত চিকিৎসা না হলে ৬ মাসের পূর্বেই শিশু পুরোপুরি অন্ধ হয়ে যেতে পারে। কাজেই (ROP) অপরিণত নবজাতক শিশুর একটি মারাত্মক সমস্যা।

কোন ধরনের নবজাতক বাচ্চাদের রেটিনোপ্যাথি অফ প্রিম্যাচুরিটি স্ক্রিনিং এর জন্য বিশেষায়িত চক্ষু হাসপাতালে পাঠাতে হবেঃ

- যে সকল অপরিণত নবজাতক ৩৫ সপ্তাহ বা তার আগে জন্ম গ্রহণ করে
- জন্মের সময় ওজন ২ কেজি বা তার চেয়ে কম হয়
- যে সব নবজাতককে দীর্ঘ দিন নিবিড় পরিচর্যা (Intensive Care) তে রাখতে হয়

লক্ষণীয়

- জন্মের সময় শিশুদের চোখ সম্পূর্ন সুস্থ্য থাকে
- কিন্তু নির্দিষ্ট সময় চিকিৎসা না করালে শিশুটি সম্পূর্ন অন্ধ হয়ে যাওয়ার সম্ভবনা থাকে

৩.৭. চোখের গঠনগত ত্রুটি

চোখের গঠনগত ত্রুটি হচ্ছে চোখের কাঠামোনগত ত্রুটি সমূহ যেমন:

চোখের পাতা পড়া

সামনের দিকে বের হওয়া চোখ

চোখের মণি বড়

অস্বাভাবিক ছোট চোখ

চিত্র ৯: চোখের গঠনগত ত্রুটিসমূহ

চোখের গঠনগত ত্রুটির লক্ষণসমূহ

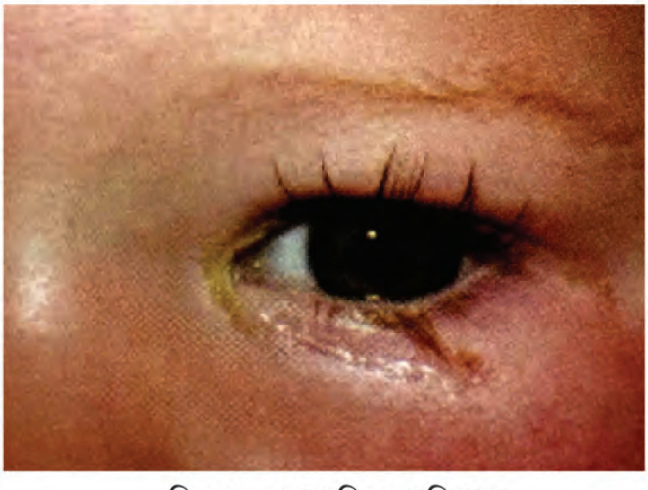
- চোখের পাতা পড়া
- সামনের দিকে বের হওয়া চোখ
- চোখের মণি বড়
- অস্বাভাবিক ছোট চোখ

চোখের গঠনগত ত্রুটির চিকিৎসা

- চক্ষু চিকৎসকের পরামর্শ গ্রহন করতে হবে

৩.৮ চোখ দিয়ে পানি পড়া

কি কারণে শিশুদের চোখ দিয়ে পানি পড়ে?



চিত্র ১০: চোখ দিয়ে পানি পড়া

- জন্মগতভাবে নেত্রনালী বন্ধ থাকার কারণে
- চোখে কোন ইনফেকশন হলে
- চোখের মধ্যে কিছু পড়লে

জন্মগত নেত্রনালী বন্ধের লক্ষণসমূহ

- জন্মের পর থেকেই এক বা দুই চোখ দিয়েই পানি পড়ে
- চোখে ময়লা জমে
- চোখের পাতা বন্ধ হয়ে আসে
- চোখ চুলকায়

জন্মগত নেত্রনালী বন্ধের চিকিৎসা

- সাধারনত নির্দিষ্ট উপায়ে নিয়মিত চোখের একটি ব্যায়াম (ম্যাসাজ) করলে এই রোগটি ভাল হয়ে যায়।
- চোখের কোনা এবং নাকের গোড়ার মিলনস্থলে তর্জনীর সাহায্যে উপড় নিচ করে এই ব্যায়ামটি করতে হয়।
- চোখের ময়লা আসলে এ্যান্টিবায়োটিক ড্রপ ব্যবহার করতে হবে।

৩.৯ শিশুদের লাল চোখ

চিত্র ১০: শিশুদের লাল চোখ

শিশুদের চোখ কি কি কারণে লাল হতে পারে

- স্বাভাবিক প্রসব কালে বিশেষত প্রথম জন্ম দেয়া শিশুদের চোখে রক্তক্ষরন এর জন্য চোখ লাল হতে পারে
- চোখে ইনফেকশন হলে
- চোখ উঠা বা কনজাংটিভাইটিস
- এ্যালার্জি
- চোখে আঘাত পেলে
- নেত্রনালীর প্রদাহের কারণে
- চোখে ঘা (আলসার) হলে

চোখ উঠা বা কনজাংটিভাইটিস এর লক্ষণসমূহ

- শিশু ঘনঘন চোখ রগড়ায়/ডলতে থাকে
- চোখ লাল হয়ে যায়
- চোখে পিচুটি/ময়লা জমে
- চোখ দিয়ে পানি পড়ে
- চোখ খচ্ খচ্ করে
- অনেক সময় চোখের পাতা ফুলে যায়
- চোখ মেলে রাখতে অসুবিধা হয়

চোখ উঠার চিকিৎসা

- সাধারনত এ্যান্টিবায়োটিক ড্রপ এবং মলম দিয়ে চিকিৎসা করা হয়
- চোখে নরম কাপড় দিয়ে উষ্ণ সেক দিলে আরাম পাওয়া যায়

চোখের এ্যালার্জির লক্ষণসমূহ

- চোখ চুলকায়
- চোখ দিয়ে পানি পড়ে
- লাল হয়ে যায়

চোখের এ্যালার্জির চিকিৎসা

- যে সব খাবারে এ্যালার্জি হয় (যেমনঃ গরুর মাংস, ইলিশ মাছ) সেগুলি পরিহার করতে হবে
- ধুলোবালি পরিহার করতে হবে
- অ্যান্টিহিস্টামিন ড্রপ চোখে ব্যবহার করতে হবে
- সমস্যা বেশী তীব্র হলে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে

৪. শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধে করণীয়

ক) জন্মের পর পরই শিশুর চোখের পাতা পরিষ্কার করতে হবে
খ) প্রসবের ১ মাসের মধ্যে মাকে উচ্চ ক্ষমতা সম্পন্ন ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে
গ) জন্মের পর পরই শিশুকে শাল দুধ খাওয়াতে হবে এবং ৬ মাস পর্যন্ত শুধু বুকের দুধ খাওয়াতে হবে
ঘ) শিশুর জন্মের পরে ই পি আই এর সবগুলো টিকা দিতে হবে
ঙ) ১ বছর থেকে ৫ বছর পর্যন্ত শিশুদের ৬ মাস অন্তত উচ্চ ক্ষমতা সম্পন্ন ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে
চ) যে সকল শিশুর অন্ধ হবার ঝুঁকি আছে সে সকল শিশুদের দ্রুত ৩ বার ভিটামিন 'এ' এর সাহায্যে চিকিৎসা করাতে হবে
ছ) যে সকল শিশু দেখতে পারেনা তাদের চিকিৎসার জন্য বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের কাছে পাঠাতে হবে
জ) শিশুর চোখের মনি সাদা হলে সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে চক্ষু চিকিৎসকের কাছে পাঠাতে হবে
ঝ) শিশুর চোখে আঘাত লাগলে সঙ্গে সঙ্গে তাকে চক্ষু চিকিৎসকের কাছে পাঠাতে হবে
ঞ) শিশুর চোখে কবিরাজি ঔষধ লাগানো যাবে এবং চিকিৎসকের ব্যবস্থাপত্র ছাড়া ঔষধ ব্যবহার করা উচিত নয়

৫. শিশু অন্ধত্ব প্রতিরোধে মাঠ পর্যায়ের স্বাস্থ্য সহকারীদের ভূমিকা

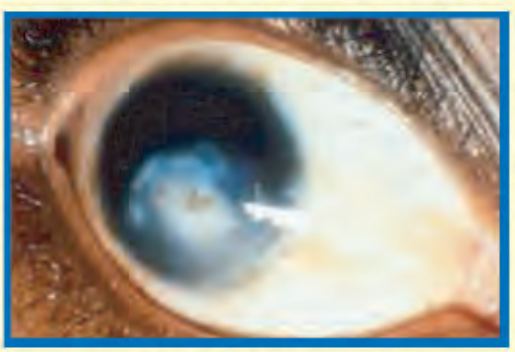
মাঠ পর্যায়ের স্বাস্থ্য কর্মী, সি.এইচ.সি.পি এবং কমিউনিটির স্বেচ্ছাসেবীদের অন্যতম দায়িত্ব হচ্ছে শিশুর অভিভাবকদের মাঝে পরিহারযোগ্য শিশু অন্ধত্ব সম্পর্কে সচেতনতা গড়ে তোলা। চোখের সমস্যায় আক্রান্ত শিশু চিহ্নিত করে তাকে রেফারেল স্লিপসহ নিকটস্থ উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে চিকিৎসার জন্য প্রেরণ করা।

আর নয় অকারণ শিশু অন্ধত্ব

চোখের ছানি

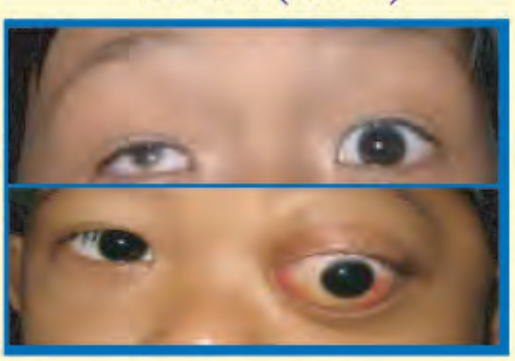
রেটিনোব্লাসটোমা (এটি একটি চোখের ক্যান্সার)

ট্যারা চোখ



চোখের ঘা (আলসার)

চোখের আঘাত



চোখের গঠনগত ত্রুটি

শিশুর চোখে উপরের যে কোন লক্ষণ দেখা দিলে জরুরী ভিত্তিতে স্বাস্থ্যকর্মীর সাথে অথবা উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে যোগাযোগ করুন।

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

World Health Organization
Country Office for Bangladesh