রোগী এবং শুশরুষাকারীর শিক্ষা

আপনার সেট্টম সেল পর্তিস্থাপন সম্পকের্: শিশু রোগীদের জনয্ তথয্।

এমএসকে-এর কেল্যার টো পেডিয়াটির্ক ইনপেশেন্ট ইউনিট (M9)-এ আপনাকে সব্াগতম। এই নিদের্শিকায্ আপনার হাসপাতালে থাকার সময্ এবং ছাড়পতের্র পর কী করতে হবে সে সম্পকের্ তথয্ রয়েছে। এই নিদের্শিকায্ "আপনি" শব্দটি আপনার বা আপনার সন্তানের অথর্ বোঝায্।

আপনাকে হাসপাতালে ভতির্ করার সময্ একটি গণনা সময়কাল শুরু হবে। গণনা সময়কালে, আপনি সাইটোরিডাকটিভ থেরাপি পাবেন, যার মধেয্ কেমোথেরাপি, রেডিয়েশন থেরাপি অথবা উভয়ই অন্তভুর্ক্ত থাকবে। এই চিকিৎসাগুলো আপনার শরীরকে আপনার পর্তিস্থাপনের জনয্ পর্স্তুত করবে।

ডে ০ হলো আপনার পর্তিস্থাপনের দিন। আপনার সেট্টম সেল পর্তিস্থাপনের পরের দিনগুলো এরপর গণনা করা হয্ (দিন +১ হলো আপনার পর্তিস্থাপনের পরের পর্থম দিন)।

আপনার চিকিৎসা চলাকালীন পুরো সময্ জুড়ে আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে যত্ন ও মানসিক সহায়তা দেওয়ার জনয্ আপনার পরিচযর্া দল এখানে রয়েছে। একই পর্শ্ন একাধিকবার জিজ্ঞাসা করতে ভয় পাবেন না। পর্তিস্থাপন সম্পকির্ত তথয্ বোঝা কঠিন। বেশিরভাগ মানুষেরই সম্পূণর্ভাবে বুঝতে কিছু বিষয় কয়েকবার শোনার পর্য়োজন হয়। আমরা জানি আপনার যাতর্া কঠিন হবে, কিন্তু আমরা পর্তিটি পদক্ষেপে আপনার পাশে থাকব।

আপনার পর্তিস্থাপন দল।

শিশুদের কয্ান্সার, রক্তজনিত রোগ, রোগ পর্তিরোধ বয্বস্থার সমসয্া এবং অস্থিমজ্জা বয্থর্তার সিনডেরা্মে বিশেষজ্ঞ একটি চিকিৎসা দল আপনার চিকিৎসা চলাকালীন আপনাকে যত্ন করবে। আপনার যত্ন নেওয়ার জনয্ একটি দল একসঙ্গে কাজ করলে আপনার চিকিৎসার সব দিক যথাযথভাবে সম্পন্ন হচ্ছে তা নিশ্চিত করতে সাহাযয্ করে। এখানে আমাদের দলের সদসয্দের একটি বিবরণ দেওয়া হলো।

চিকিৎসক (ডাক্তারগণ)।

উপস্থিত চিকিৎসকগণ। তারা শিশু চিকিৎসা (পেডিয়াট্রিক্স), হেমাটোলজি-অনকোলজি, ইমিউনোথেরাপি এবং স্টেম সেল পর্তিস্থাপনে বিশেষজ্ঞ। আপনি পেডিয়াট্রিক অয্যামবুলেটরি কেয়ার সেন্টারে যে ডাক্তারকে দেখেন, হাসপাতালে ভর্তি অবস্থায় আপনার যত্ন নেওয়া ডাক্তার তিনি নাও হতে পারেন। পর্তিস্থাপন চিকিৎসকেরা পালাকর্মে ইনপেশেন্ট ইউনিটে কাজ করেন। তারা সাধারণত একসাথে ১ বা ২ সপ্তাহ করে ইনপেশেন্ট ইউনিটে কাজ করেন। সে সময়ের মধ্যে তারা ২৪ ঘণ্টা ধরে সব পর্তিস্থাপন রোগীর দেখাশোনা করেন। আপনি ইনপেশেন্ট থাকাকালীন, ইনপেশেন্ট অয্যাটেন্ডিং চিকিৎসক আপনার দৈনন্দিন যত্নের দায়িত্বে থাকবেন। আপনি হাসপাতালে থাকার সময় কোনো বড় সমস্যা দেখা দিলে, ইনপেশেন্ট অয্যাটেন্ডিং চিকিৎসক তা আপনার পর্ধান পর্তিস্থাপন চিকিৎসকের সঙ্গে আলোচনা করবেন। সপ্তাহে একবার সব কতর্ব্যর্ত চিকিৎসক আপনার অগর্গতি নিয়ে আলোচনা করতে মিলিত হন।

ফেলোরা। তারা শিশু চিকিৎসক, যারা পেডিয়াট্রিক হেমাটোলজি-অনকোলজিতে পর্শিক্ষণ নিচ্ছেন। তারা আপনার চিকিৎসা পরিচালনায় কতর্ব্যর্ত চিকিৎসকের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন। ইনপেশেন্ট ফেলো পর্তি ৩ থেকে ৫ সপ্তাহে পরিবর্তিত হন।

উন্নত অনুশীলন পর্দানকারী (এপিপি)

এপিপি তারা চিকিৎসা সেবাদাতাদের একটি দল, যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। **ফিজিশিয়ান অয্যাসিস্টয্যান্ট (পিএ)।** এবং। **নার্স পর্য্যাকটিশনার (এনপি)।**. তারা কতর্ব্যর্ত চিকিৎসকদের সঙ্গে আপনার চিকিৎসা পরিচালনায় কাজ করেন। এর মধ্যে শারীরিক পরীক্ষা করা, ওষুধ নির্ধার্ণ করা এবং আপনার পরীক্ষার ফলাফল ও অগর্গতি পর্যবেক্ষণ করা অন্তর্ভুক্ত। আপনি তাদের পর্যই দেখবেন—আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের আগে ও পরে উভয় পেডিয়াট্রিক অয্যামবুলেটরি কেয়ার সেন্টারে এবং ইনপেশেন্ট ইউনিটে।

পেডিয়াট্রিক অস্থিমজ্জা পর্তিস্থাপন (বিএমটি) নার্স সমন্বয়কারী

তারা নিবন্ধিত নার্স, যারা আপনি হাসপাতালে আসার আগে সকল পেডিয়াট্রিক স্টেম সেল পর্তিস্থাপন রোগীর মূল্যায়ন ও পর্স্তুতির সমন্বয় করেন। তারা আপনার এবং পুরো বিএমটি দলের সঙ্গে খুব ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন, যাতে আপনার পর্তিস্থাপনের আগে পর্য়োজনীয় সব রক্ত পরীক্ষা, পরীক্ষা-নিরীক্ষা এবং পর্কির্য়া সম্পন্ন হয়।

তারা আপনাকে আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপন সম্পর্কে শিক্ষা দেওয়ার দায়িত্বেও থাকেন। তারা আপনার চিকিৎসার কারণ এবং আপনার হাসপাতাল থাকার আগে ও থাকাকালীন চিকিৎসার বিস্তারিত বিষয়গুলো আপনি বুঝতে পারছেন কিনা তা নিশ্চিত করতে সাহায্য করবেন। তারা আপনার পরিচর্যা দলের সঙ্গে কাজ করবেন, যাতে আপনার ট্রান্সপ্লান্ট থেকে সেরে ওঠার সময় এবং হাসপাতাল থেকে ছাড়পত্র পাওয়ার পর আপনার পর্য়োজনীয় সহায়তা, সম্পদ এবং সরঞ্জামগুলো নিশ্চিত করা যায়।

নিবন্ধিত নার্স (আরএন)।

আরএনরা (নিবন্ধিত নার্স) গুরুত্বপূর্ণ ও অত্যাবশ্যক শয্যাপার্শ্ব সেবা প্রদান করেন। তারা চিকিৎসক ও সহায়ক দলের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন, যাতে আপনার চিকিৎসা, আরোগ্য এবং সুস্থ হয়ে ওঠার বিভিন্ন দিক সমন্বিতভাবে পরিচালনা করা যায়। আপনার চিকিৎসা চলাকালীন, আপনার নার্স আপনাকে বিভিন্ন বিষয়ে শিক্ষা দেবেন, যার মধ্যে রয়েছে আপনি কোন ওষুধ গ্রহণ করছেন, কেন তা গ্রহণ করছেন, কীভাবে আপনার সেন্ট্রাল লাইন যত্ন নিতে হবে এবং আরও অনেক কিছু। আপনার পুরো হাসপাতালে থাকার সময় একই প্রাথমিক নার্সিং দল আপনার যত্ন নেবে। আপনার প্রাথমিক নার্সরা আপনার সঙ্গে ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক গড়ে তোলেন এবং আপনার অবস্থার ছোট পরিবর্তনগুলোও শনাক্ত করতে সক্ষম হন।

গবেষণা নার্স এবং গবেষণা এপিপি (অ্যাডভান্সড প্র্যাকটিস প্রোভাইডার)।

তারা নিবন্ধিত নার্স এবং এপিপি, যারা ক্লিনিক্যাল দলের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন বিভিন্ন গবেষণা অধ্যয়নে, যেগুলোতে পেডিয়াট্রিক রোগীরা অংশ নিতে পারেন।

নার্সিং সহকারী।

নার্সিং সহকারীরা নিবন্ধিত নার্সদের সঙ্গে মিলে মৌলিক শয্যাপার্শ্ব পরিচর্যার কাজে সহায়তা করেন, যেমন প্রতিদিন আপনার ওজন এবং গুরুত্বপূর্ণ লক্ষণ (তাপমাত্রা, হৃদস্পন্দন এবং রক্তচাপ) পরীক্ষা করা। তারা আপনাকে প্রতিদিন স্নান করতেও সাহায্য করতে পারেন।

মনোবিজ্ঞান সেবা।

মনোবিজ্ঞান দলটি মনোরোগ বিশেষজ্ঞ ও মনোবিজ্ঞানীদের নিয়ে গঠিত। তারা আপনার এবং আপনার পরিবারকে চিকিৎসার চাপ মোকাবেলা করতে সাহায্য করার জন্য এখানে আছেন। তারা প্রতিস্থাপন দলের একটি অত্যাবশ্যক অংশ। হাসপাতালে থাকাকালীন আমরা তাদেরকে সকল রোগী ও তাদের পরিবারের সাথে সাক্ষাৎ করতে বলি।

পুনর্বাসন চিকিৎসা দল।

পুনর্বাসন চিকিৎসা দলের মধ্যে রয়েছে উভয় ফিজিক্যাল থেরাপিস্ট (পিটি) এবং অকুপেশনাল থেরাপিস্ট (ওটি)। তারা আপনার ইনপেশেন্ট থাকার একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ। তারা আপনার সঙ্গে কাজ করবেন এবং আপনার প্রয়োজন মূল্যায়ন করবেন যাতে আপনি যতটা সম্ভব সক্রিয় থাকতে পারেন।

পুষ্টি সেবা।

পুষ্টি পরিষেবা দলে বহির্বিভাগ এবং অন্তর্বিভাগ উভয় ধরনের ক্লিনিক্যাল ডায়েটিশিয়ান

পুষ্টিবিদ রয়েছেন। তারা আপনার ওজন পযর্বেক্ষণ করবেন এবং নিশ্চিত করবেন যে আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের আগে, চলাকালীন এবং পরে যথেষ্ট পুষ্টি পাচ্ছেন।

একটি **রুম সাভির্স সহযোগী** তারা রুম সাভির্স কীভাবে কাজ করে তা বয্াখয্া করবেন, যার মধেয্ রয়েছে কাজের সময, নিদির্ষ্ট মেনু যা আপনার চিকিৎসা এবং সাংস্কৃতিক পুষ্টি পর্য়োজন মেটায, এবং কীভাবে অডর্ার করতে হবে। তারা নিশ্চিত করবেন যে আপনি সারাদিন পর্য়োজনীয় খাবার, নাস্তা এবং সম্পূরক পুষ্টি পাচ্ছেন।

পেডিয়াটির্ক গয্াস্টের্াইনটেস্টাইনাল (জিআই) সেবা।

পেডিয়াটির্ক জিআই সেবায় এমন সবা্স্থয্সেবা পর্দানকারীরা অন্তভুর্ক্ত যারা পরিপাকতন্তের্র সমসয্াযুক্ত শিশুদের যত্ন নিতে বিশেষজ্ঞ। যদি আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের আগে পরিপাকতন্তের্র সমসয্া থাকে বা পর্তিস্থাপনের পরে নতুন সমসয্া দেখা দেয, পেডিয়াটির্ক জিআই দলের একজন সবা্স্থয্সেবা পর্দানকারী আপনার পরিপাকতন্তের্র অবস্থার নিণর্য় এবং চিকিৎসা করার জনয্ আপনার পরিচযর্া্ দলের অনয্ানয্ সদসয্দের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করবেন।

পেডিয়াটির্ক পেইন এবং পয্ালিয়েটিভ পরিচযর্া্ দল।

পেডিয়াটির্ক পেইন এবং পয্ালিয়েটিভ কেয়ার দল (PACT) হলো ডাক্তার এবং এপিপিদের একটি দল, যারা এমসকে কিডস-এ গুরুতর অসুস্থতার সম্মুখীন শিশু ও পরিবারকে সহায়তা পর্দান করেন। পয্ালিয়েটিভ কেয়ারের লক্ষয্ হলো শারীরিক, মানসিক, সামাজিক এবং আধয্াত্মিক কষ্ট পূবর্ানুমান করা, পর্তিরোধ করা এবং পরিচালনা করা, সাথে সাথে রোগী এবং তাদের পরিবারকে পুরো চিকিৎসা চলাকালীন সহায়তা করা। রোগীর বয়স, তারা কোন রোগের পযরা্যে আছে, বা তাদের চিকিৎসা অন্তবির্ভাগে না বহিবির্ভাগে—সবক্ষেতের্ই পয্ালিয়েটিভ কেয়ার গুরুতব্পূণর্ এবং সহায়ক।

PACT-এর লক্ষয্ হলো বয্থা ও অনয্ানয্ উপসগের্র চিকিৎসার মাধয্মে আমাদের তরুণ রোগীদের জীবনমান উন্নত করা। তারা আমাদের দলকে নতুন ওষুধ এবং উদ্ভাবনী পর্কির্য়া, বিশেষ করে বয্থার ক্ষেতের্, নিয়ে দিকনিদের্শনা দিতে উপসি্থত থাকেন।

PACT আপনার পছন্দ, মূলয্বোধ এবং সাংস্কৃতিক বিশবা্সকে সম্মান করে এবং আপনাকে ও আপনার পরিবারকে আপনার লক্ষয্ ও যত্নের পরিকল্পনা সম্পকির্ত সিদ্ধান্ত গর্হণে সকির্য় হতে উৎসাহিত করে। PACT আপনার পরিচযর্া্ দলের সকল সদসেয্র সঙ্গে একসঙ্গে কাজ করবে যাতে আপনি এবং আপনার পরিবার সম্ভব যতটা ভালোভাবে জীবনযাপন করতে পর্য়োজনীয় সহায়তা পান তা নিশ্চিত করা যায়।

ফামর্াসিস্ট।

একজন ক্লিনিকযাল ফামরাসিস্ট, যিনি স্টেম সেল পরতিস্থাপন করা রোগীদের যতেন বিশেষজ্ঞ, আপনার সঙ্গে আপনার ওষুধগুলো পযরালোচনা করবেন। তারা আপনাকে ওষুধগুলো কীভাবে নিতে হবে তা শিখাবেন এবং এগুলি কোনো পাশবর্পরতিকিরয়া সৃষ্টি করতে পারে কিনা তা জানাবেন। তারা আপনার ঘরের জনয ওষুধের সময়সূচি তৈরি ও পরদান করবেন এবং হাসপাতাল ছাড়ার আগে আপনার রুমে ওষুধ পৌঁছে দেওয়া হয়েছে তা নিশ্চিত করবেন। তারা ইনপেশেন্ট ফেলারে এবং আউটপেশেন্ট ক্লিনিকে উপলবধ থাকেন, যাতে নতুন কোনো ওষুধ পযরালোচনা করা যায় বা আপনার মাতরা এবং ওষুধের সময়সূচিতে কোনো পরিবতরন থাকলে তা দেখাশোনা করা যায়।

পরজনন সেবা।

আপনার পরতিস্থাপন দল আপনাকে আমাদের পরজনন সেবার সঙ্গে দেখা করার পরামশর দিতে পারেন। পরজনন সেবা আলোচনা করবে আপনার চিকিৎসা ভবিষযতে সনতানের জনমদানের কষমতাকে কীভাবে পরভাবিত করতে পারে, এবং আপনার পরজনন কষমতা সংরকষণের জনয আপনি কোন ধাপগুলো নিতে পারেন। সমাজকমরীরাও আপনাকে পরজনন চিকিৎসার খরচ পরিচালনায় সাহাযয করতে পারেন যদি আপনি আগরহী এবং যোগয হন।

সহায়ক সেবাও উপলবধ রয়েছে, যার মধেয সমাজকমর, শিশু জীবন, মনোবিজ্ঞান, শিক্ষক, আধযাতিমক পরিচযরা এবং সমনিবত চিকিৎসা অনতভুরক্ত।

পরিবেশগত সেবা।

পরিবেশগত সেবা কমরীরা পৃষ্ঠতল জীবাণুমুক্ত করা, মেঝে, বাথরুম এবং বায়ু চলাচলের ভেন্ট পরিষ্কার করা, এবং আবজরনা অপসারণের মাধযমে আপনার সংকরমণের ঝুঁকি কমাতে গুরুতবপূণর ভূমিকা পালন করেন। আপনার রুম পরিষ্কার রাখার জনয তারা দিনে অনতত ২ বার এবং পরয়োজনে আপনার রুমে আসবেন।

আপনার হাসপাতালের কক্ষ।

আপনাকে ইনপেশেন্ট ইউনিটে ভতির করা হলে, আপনি একটি বযক্তিগত ককেষ থাকবেন। এটিকে পরতিরক্ষামূলক বিচ্ছিন্নতা বলা হয়।

আপনি আপনার নিজের পায়জামা বা আরামদায়ক পোশাক পরতে পারেন, অথবা হাসপাতালের গাউন পরতে পারেন। আপনি যখন বিছানা থেকে উঠবেন, তখন দয়া করে নন-স্কিড (পিচ্ছিল পরতিরোধী) জুতা পরুন। আপনার নাসর আপনাকে হাসপাতালের নন-স্কিড মোজা দিতে পারেন, অথবা আপনি বাড়ি থেকে এক জোড়া চপ্পল নিয়ে আসতে পারেন।

পরতিরক্ষামূলক বিচ্ছিন্নতা সতকরতা।

আপনাকে হাসপাতালে ভতির করা হলে, আপনাকে**পরতিরক্ষামূলক বিচ্ছিন্নতা সতকরতার মধেয**

রাখা হবে। জীবাণু থেকে আপনাকে সুরক্ষিত রাখার জনয্। এর অথর্ হলো, আপনাকে ছাড়া ককেষ্ থাকা অনয্ সবাইকে হাত ধুতে হবে এবং মাস্ক ও দস্তানা পরতে হবে। এর অথর্ হলো, পরীক্ষা বা কোনো পর্কির্য়ার জনয্ না হলে আপনি কক্ষ থেকে বের হতে পারবেন না। আপনি আপনার রুম সাজাতে পারেন, তবে হাসপাতালে থাকাকালীন আপনি তাজা ফুল বা গাছ রাখতে পারবেন না। এগুলো বয্াকটেরিয়া এবং ছতর্াকের উৎস।

যদি আপনার কোনো সংকর্মণ হয় যেমন। *সি. ডিফিসিল*আপনাকে**বিশেষ সংস্পশর্ বিচ্ছিন্নতা সতকর্তার মধেয্ রাখা হবে।** যদি আপনার শব্াসযন্তের্র সংকর্মণ হয়, আপনাকে**ডর্পলেট বিচ্ছিন্নতা সতকর্তার মধেয্ রাখা হবে।**.

আপনার দৈনন্দিন রুটিন।

বৃত্তাকার।

আপনার সব্াস্থয্সেবা দল পর্তিদিন আপনার রক্ত পরীক্ষার ফলাফল, তরল গর্হণ ও নিগর্মন, গুরুতব্পূণর্ লক্ষণ, ওষুধ এবং আপনি চিকিৎসায় কীভাবে সাড়া দিচ্ছেন তা আলোচনা করতে মিলিত হবে। তারা আপনার চিকিৎসা পরিকল্পনাও নিধর্ারণ করবেন। এই বৈঠককে রাউন্ডস বলা হয়।

পর্তিদিন সকালে খুব ভোরে, আপনার যত্ন নেওয়া এপিপি (অয্াডভান্সড পর্য়াকটিস পেরা্ভাইডার) আসবেন এবং আপনাকে পরীক্ষা করবেন, যাতে রাউন্ডসের সময় তারা আপনার শারীরিক মূলয্ায়নের তথয্ দলকে অবহিত করতে পারেন। আপনার পরিচযর্া দল দিনের চিকিৎসা পরিকল্পনা নিয়ে আলোচনা করার পর, তারা আপনার রুমে আসবেন এবং আপনাকে পরীক্ষা করবেন। সকালের রাউন্ডসের আগে উঠে পরস্তুত হয়ে থাকা উপকারী, যাতে দল আসার সময় আপনি তাদের সঙ্গে কথা বলতে পরস্তুত থাকেন।

কখনও কখনও পর্তিস্থাপন পর্কির্য়া খুবই চাপপূণর্ বা অভিভূত করার মতো হতে পারে। আপনি এবং আপনার পরিচযর্াকারীরা রাউন্ডসের আগে যে পরশ্নগুলো করতে চান সেগুলো লিখে রাখতে এই নিদের্শিকার পিছনের অংশ বয্বহার করতে পারেন, যাতে আপনি কী জিজ্ঞাসা করবেন তা মনে রাখতে সুবিধা হয়।

ওজন।

আপনার ওজন দিনে ১ থেকে ২ বার নেওয়া হবে। সকালের রাউন্ডস শুরু করার আগে আপনার পরিচযর্াকারী দলের আপনার ওজন জানা পর্য়োজন। এটি সাধারণত রাত ১২টা থেকে সকাল ৯টার মধেয্ হয়। তারা এই তথয্ বয্বহার করে আপনার চিকিৎসা সম্পকের্ গুরুতব্পূণর্ সিদ্ধান্ত নেবেন। স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের সময় হাসপাতালে থাকার সময় ওজনের বেশিরভাগ পরিবতর্ন তরল (পানি) গর্হণ বা নিগর্মনের কারণে হয়।

গুরুত্বপূর্ণ লক্ষণ।

আপনার পরিচর্যাকারী দল দিনে এবং রাতে উভয় বেলায় অন্তত প্রতি ৪ ঘণ্টা পর পর আপনার গুরুত্বপূর্ণ লক্ষণ (রক্তচাপ, তাপমাত্রা, নাড়ির গতি, শ্বাস-প্রশ্বাসের হার এবং রক্তে অক্সিজেনের মাত্রা) পরীক্ষা করবে। কেউই ঘুম থেকে জাগানো পছন্দ করে না, কিন্তু এই পরিমাপগুলো গুরুত্বপূর্ণ। আপনার গুরুত্বপূর্ণ লক্ষণগুলোর পরিবর্তন হলে, আপনার পরিচর্যা দলের আপনাকে মূল্যায়ন করতে হতে পারে।

তরল গ্রহণ ও নিগর্মন।

আপনার পরিচর্যা দল প্রতিদিন আপনি কতটা খাবার এবং তরল গ্রহণ করছেন (মুখ দিয়ে এবং আপনার আইভি লাইন-এর মাধ্যমে উভয়ভাবেই) তা পর্যবেক্ষণ করবে। তারা আপনার প্রস্রাব, মল (পায়খানা) এবং বমির পরিমাণও পরিমাপ করবেন। **আপনার প্রস্রাব (প্রস্রাব), মল (পায়খানা) বা বমি (বমি করা) টয়লেটে ফ্লাশ করবেন না।** আপনার নার্স বা নার্সিং সহকারী এগুলো পরিমাপ করবেন এবং আপনার জন্য ফ্লাশ করে দেবেন।

আপনার প্রস্রাব, বমি বা মল পরিচালনার সময় আপনার পরিচর্যাকারীর সবসময় দস্তানা পরা উচিত। কিছু কেমোথেরাপি ওষুধ আপনার শরীর থেকে প্রস্রাবের মাধ্যমে বের হয়ে যায়। প্রস্রাব এবং মলে (পায়খানা) ভাইরাস এবং ব্যাকটেরিয়া থাকতে পারে।

রক্ত পরীক্ষা।

আপনার রক্ত পরীক্ষা করার জন্য দিনে অন্তত একবার এবং কখনও কখনও আরও বেশি বার রক্ত নেওয়া হবে। আপনার রক্ত আপনার সেন্ট্রাল ভেনাস ক্যাথেটার (CVC) থেকে নেওয়া হবে। সাধারণত, আপনার রক্ত রাতে নেওয়া হবে যাতে সকালে ডাক্তাররা রাউন্ড করার সময় আপনার পরীক্ষার ফলাফল প্রস্তুত থাকে।

যে রক্ত পরীক্ষাগুলো সবচেয়ে বেশি করা হয় সেগুলো হলো:

- **সম্পূর্ণ রক্ত গণনা (CBC)।** এই পরীক্ষায় আপনার রক্তের গঠনকারী কোষগুলো পরিমাপ করা হয়: শ্বেত রক্তকণিকা, লোহিত রক্তকণিকা এবং অণুচকির্কা।
- **বেসিক মেটাবলিক প্যানেল।** এই পরীক্ষায় আপনার ইলেকট্রোলাইটের মাত্রা, কিডনির কার্যকারিতা এবং গ্লুকোজ (চিনি) এর মাত্রা পরিমাপ করা হয়।
- **যকৃতের কার্যকারিতা।** এই পরীক্ষায় মোট প্রোটিন, অ্যালবুমিন, বিলিরুবিন এবং যকৃতের এনজাইমের মাত্রা পরিমাপ করা হয়।
- **এপস্টেইন-বার ভাইরাস (EBV), সাইটোমেগালোভাইরাস (CMV)**, এবং **অ্যাডেনোভাইরাস** এগুলো ভাইরাসজনিত সংক্রমণ, যেগুলো আমরা কমপক্ষে সপ্তাহে একবার পরীক্ষা করি, কারণ স্টেম

সেল পর্তিস্থাপনের পরে রোগীদের মধেয্ এগুলো কখনও কখনও দেখা যায্।

রক্ত সঞ্চালন।

আপনার রক্ত পরীক্ষার ফলাফলের ভিত্তিতে, আপনার দল সিদ্ধান্ত নেবে আপনার লোহিত রক্তকণিকা বা পেল্লটলেটের রক্ত সঞ্চালন (টর্যান্সফিউশন) পর্যোজন কি না।

স্টেম সেলগুলো আপনার অস্থিমজ্জায় বৃদ্ধি শুরু না করা পযর্ন্ত আপনার ফলাফল সব্াভাবিকের নিচে থাকবে। আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর, আপনার পরিবারের সদসয্দের লোহিত রক্তকণিকা, পেল্লটলেট বা উভয়ই দান করতে হতে পারে।

আপনার রক্ত শরীরের সব কোষে অক্সিজেন এবং পুষ্টি বহন করে। রক্তকণিকাগুলো সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করতেও সাহাযয্ করে এবং রক্তক্ষরণ নিয়ন্তর্ণ করে। রক্ত চারটি অংশ নিয়ে গঠিত: লোহিত কণিকা, শেব্ত কণিকা, অণুচকির্কা এবং প্লাজমা।

- **লোহিত রক্তকণিকা**আপনার ফুসফুস থেকে আপনার কোষে অক্সিজেন বহন করে। তারা বজর্য্ পদাথর্, অথর্াৎ কাবর্ন ডাই-অক্সাইড, আবার আপনার ফুসফুসে ফিরিয়ে নিয়ে আসে, যেখানে এটি শব্াসের মাধয্মে বাইরে বেরিয়ে যায়। হিমোগ্লোবিন দেখায় লোহিত রক্তকণিকা কতটা অক্সিজেন বহন করতে পারে, এবং এটি সেই মান যা দেখে আমরা নিধর্ারণ করি আপনার লোহিত রক্তকণিকার রক্ত সঞ্চালনের (টর্যান্সফিউশন) পর্যোজন আছে কি না।
- **শেব্ত রক্তকণিকা** সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করে এবং আপনাকে রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা গড়ে তুলতে সাহাযয্ করে। রক্তের শেব্ত রক্তকণিকার ৩টি পর্কার রয়েছে: গর্য্যানুলোসাইট, মোনোসাইট এবং লিম্ফোসাইট। পর্তিটি পর্কারের নিজসব্ উপায় আছে আপনার শরীরকে সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সাহাযয্ করার। তুমি এই টামর্টি শুনবে।**এএনসি,** যার পূণর্রূপ হলো অয্াবসোলিউট নিউটের্াফিল কাউন্ট। আপনার এএনসি হলো আপনার শেব্ত রক্তকণিকার গণনায় মোট নিউটের্াফিলের সংখয্া। এএনসি যত কম হবে, সংকর্মণের ঝুঁকি তত বেশি হবে।
- **পেল্লটলেট** এগুলো হলো বণর্হীন কোষ, যাদের পর্ধান কাজ হলো রক্তপাত নিয়ন্তর্ণ করা। যখন আপনার প্লাটিলেটের সংখয্া কমে যায় তখন আপনি রক্তপাত হওয়ার ঝুঁকিতে থাকেন। আপনার পেল্লটলেটের মাতর্া বা লক্ষণের উপর নিভর্র করে আপনাকে রক্ত সঞ্চালন (টর্যান্সফিউশন) দেওয়া হবে।
- **প্লাজমা** এটি রক্তের তরল অংশ। এটি আপনার শরীরজুড়ে পানি, পুষ্টি উপাদান, খনিজ এবং হরমোন বহন করে। এটি বিভিন্ন বজর্য্ পদাথর্ আপনার কিডনিতে বহন করে নিয়ে যায়, যাতে সেগুলো শরীর থেকে অপসারণ করা যায়। প্লাজমাতে এমন পের্াটিনও থাকে যা রক্ত জমাট বাঁধতে সাহাযয্ করে। যদি এই পের্াটিনগুলোর মাতর্া কম থাকে, তাহলে সেগুলো পূরণ করার জনয্ আপনাকে ফের্শ ফের্াজেন প্লাজমা টর্যান্সফিউশন বা অয্ালবুমিন ইনফিউশন দেওয়া

হতে পারে।

পর্তিস্থাপনের সময় নিজেকে যত্ন নেওয়া।

গোসল করা

আপনার শরীর পরিষ্কার রাখা খুবই গুরুতব্পূণর্। পর্তিদিন ৪% কে্লারহেক্সিডিন গ্লুকোনেট (সিএইচজি) দর্বণযুক্ত অয্যান্টিসেপটিক স্কিন কি্লনজার, যেমন Hibiclens®, বয্বহার করে গোসল করুন। ৪% সিএইচজি দর্বণ হলো একটি তব্ক পরিষ্কারক, যা বয্বহার করার পর ২৪ ঘণ্টা পযর্ন্ত জীবাণু ধব্ংস করে। ৪% সিএইচজি দিয়ে গোসল করা আপনার সংকর্মণের ঝুঁকি কমাতে সাহাযয্ করে। আপনার চিকিৎসা দল আপনাকে জানাবে যদি কোনো কারণে আপনার ৪% সিএইচজি দিয়ে গোসল না করা উচিত হয়।

আপনার চিকিৎসা দল আপনাকে ৪% সিএইচজি কীভাবে বয্বহার করতে হয় তা শিখিয়ে দেবে। এটি আপনার শরীরের শুধুমাতর্ নিদির্ষ্ট কিছু অংশে বয্বহার করা উচিত। এটি আপনার মুখ, মাথা, মুখগহব্র, যৌনাঙ্গ বা গভীর ক্ষতস্থানে বয্বহার করবেন না। আপনার শরীরের বাকি অংশ অয্যালকোহল-মুক্ত ও সুগন্ধিবিহীন সাবান দিয়ে ধুতে পারেন। আপনি বাড়ি থেকে সাবান আনতে পারেন, অথবা আপনার চিকিৎসা দল থেকে তা সংগরহ্ করতে পারেন। ৪% সিএইচজি দিয়ে ধোয়ার পর যদি আপনার তব্কে কোনো পর্তিকির্য়া দেখা দেয়, তাহলে আপনার চিকিৎসা দলকে জানান।

আপনার চিকিৎসা দল আপনাকে দেখাবে কীভাবে আপনার CVC ডের্সিংয়ের উপর একটি জলরোধী ডের্সিং (যেমন Aquaguard®) বয্বহার করে সেটিকে শুকনো রাখতে হয়। আপনার ডের্সিংয়ের ওপর সরাসরি পানি স্পের্ করবেন না। কোনো কয্াথেটারকে পানির মধেয্ ডুবাবেন না। আপনার ডের্সিং ভিজে গেলে বা ঢিলা হয়ে গেলে আপনার নাসর্কে জানান।

আপনার হাত ধোয়া।

জীবাণু পর্যয়ই আপনার হাতে বা আপনি যেসব বস্তু স্পশর্ করেন সেগুলোর ওপর বহন করা হয়। বাথরুম বয্বহারের পর এবং খাওয়ার আগে সাবান দিয়ে ভালোভাবে আপনার হাত ধুয়ে নিন।

আপনার মুখের যত্ন নেওয়া।

মুখের যত্ন আপনার দৈনন্দিন রুটিনের একটি গুরুতব্পূণর্ অংশ। এটি দিনে অন্তত ৪ বার করতে হবে, অথবা আপনার মুখে ঘা থাকলে আরও বেশি বার করতে হবে। ভালোভাবে মুখের যত্ন নেওয়া আপনার মুখে সংকর্মণ এবং অনয্ানয্ সমসয্া পর্তিরোধ করতে সাহাযয্ করতে পারে।

নিচের নিদের্শনাবলী অনুসরণ করুন।

- শুধুমাতর্ আপনার নাসর্ আপনাকে যে মাউথওয়াশ দেবেন, সেটিই বয্বহার করুন। দোকান থেকে

কেনা মাউথওয়াশ বয্বহার করবেন না। দোকান থেকে কেনা মাউথওয়াশ আপনার মুখ ও গলা জব্লাপোড়া এবং শুষ্ক করে দিতে পারে।

- আপনার নাসর্ আপনাকে টুথপেস্টও দেবেন। এটি শুধুমাতর্ বয্বহার করবেন যদি এটি আপনার মুখে জব্লাপোড়া না করে।
- আপনার পেল্টলেটের সংখয্া কম থাকলে আপনি সহজেই রক্তপাত করতে পারেন। দাঁত বর্াশ করার সময় খুব সতকর্ থাকুন। সবসময় একটি... বয্বহার করুন। **অতিসূক্ষ্ম নরম টুথবর্াশ** .
- কিছু মানুষ মুখের যত্নের জনয্ ছোট সবুজ স্পঞ্জ বয্বহার করতে পছন্দ করেন। আপনার সব্াস্থয্সেবা দলের একজন সদসয্ আপনাকে এগুলো দিতে পারবেন।
- ডেন্টাল ফ্লস বয্বহার করবেন না।
- ঠোঁট আদর্র্ রাখতে অয্াকুয়াফর® বা এঅয্ান্ডডি® অয়েন্টমেন্টের মতো কোনো লুবির্কেন্ট পর্য়োগ করুন।
- যদি আপনার মুখ সংবেদনশীল হয়ে যায়, তবে গরম, ঝাল, অম্লীয় বা খসখসে খাবার এড়িয়ে চলুন। আপনি ঠান্ডা বা কক্ষ তাপমাতর্ায় পরিবেশিত নরম বা তরল খাবার পছন্দ করতে পারেন।
- যদি আপনার মুখে কোনো কোমলতা, অসব্স্তি বা বয্থা অনুভব করেন, তাহলে আপনার নাসর্কে জানান। এটি ঘটলে, আপনার ডাক্তার বয্থা নিয়ন্তর্ণে সহায়তা করার জনয্ ওষুধ পের্সকর্াইব করতে পারেন।
- আপনার ডাক্তার মুখে সংকর্মণ হওয়া পর্তিরোধ করতে একটি মুখে গর্হণযোগয্ ছতর্াক-রোধী অয্ান্টিবায়োটিকের বয্বস্থাপতর্ দিতে পারেন। এর সাথে যে নিদের্শাবলী দেওয়া আছে, সেগুলো অনুসরণ করুন।

পুষ্টি

কেমোথেরাপি এবং রেডিয়েশন থেরাপি আপনার পাকস্থলীর আস্তরণকে ক্ষতিগর্স্ত করে। এর ফলে হাসপাতালে থাকার সময় আপনার খাওয়া ও পান করা কঠিন হয়ে যেতে পারে। আপনার ওজন কমে যাওয়া রোধ করতে একটি নয়াজোগয়াস্ট্রিক (এনজি) টিউব লাগানোর পর্য়োজন হতে পারে অথবা টিপিএন (TPN) (টোটাল পয়ারেন্টেরাল নিউটির্শন) নামক আইভি (IV)-এর মাধয্মে পুষ্টি গর্হণ করতে হতে পারে।

আপনার এনজি টিউব সম্পর্কে

একটি এনজি টিউব আপনার নাক দিয়ে গিয়ে পেটে পর্বেশ করে। এটি আপনার শয়য্ার পাশে নাসর্ দব্ারা স্থাপন করা যেতে পারে। আপনার চিকিৎসা দল আপনার টিউবটি বয্বহার করতে পারে:

- যখন আপনি গিলতে পারেন না, তখন আপনাকে ওষুধ দিতে হবে।
- যখন আপনি মুখ দিয়ে পযরা্প্ত পরিমাণে খেতে পারেন না, তখন আপনাকে তরল খাবার দিতে হবে।
- আপনার পাকস্থলী থেকে গয্াস বা বাতাসের চাপ কমাতে হবে।

এনজি টিউবের মাধয্মে তরল খাবার গর্হণ আপনার গয্াস্ট্রোইনটেস্টিনাল টর্য্াক্টকে সকির্য় রাখতে সাহাযয্ করতে পারে। আপনি যখন মুখ দিয়ে খাওয়া, পান করা এবং ওষুধ গর্হণ করতে সক্ষম হবেন, তখন আপনার চিকিৎসা দল আপনার এনজি টিউবটি খুলে নেবে। আপনার ক্লিনিকয্াল ডায়েটিশিয়ান পুষ্টিবিদ আপনাকে টিউবের মাধয্মে কোন ধরনের খাবার দিতে হবে এবং কত ঘন ঘন দিতে হবে সে সম্পর্কে আরও তথয্ দেবেন।

আপনার টিপিএন সম্পর্কে।

টিপিএন মিশর্ণটি আপনার শিরার মাধয্মে আপনার শরীরের পর্য়োজনীয় সব পুষ্টি সরবরাহ করে। আপনি যদি নিজে থেকে খাওয়া বা পান করতে না পারেন এবং এনজি টিউব বয্বহার করাও সম্ভব না হয়, তাহলে আপনাকে টিপিএন-এর মাধয্মে পুষ্টি দেওয়া হবে। আপনার চিকিৎসা দল পর্তিদিন আপনার পুষ্টির মাতর্া পরীক্ষা করবে এবং পর্য়োজনে আপনার টিপিএন মিশর্ণে পরিবতর্ন করবে।

আপনি এনজি টিউব ফিড বা টিপিএন পাচ্ছেন তবুও, যদি আপনি যথেষ্ট ভালো অনুভব করেন, তাহলে নিজে থেকে খাওয়া ও পান করার চেষ্টা করতে পারেন। যদি আপনি ভালো অনুভব না করেন, তবে নিজেকে খাওয়া বা পান করতে বাধয্ করবেন না। আপনার ক্লিনিকয্াল ডায়েটিশিয়ান পুষ্টিবিদ এবং নাসর্ আপনার সাথে আপনি যে ডায়েট অনুসরণ করবেন সে সম্পর্কে আলোচনা করবেন। তারা আপনাকে আপনার চিকিৎসার সময় কোন কোন খাবার খেতে হবে তাও জানিয়ে দেবেন।

বয্ায়াম এবং শারীরিক কায়র্কলাপ।

শারীরিক কায়র্কলাপ খুবই গুরুত্বপূর্ণ। দিনে অন্তত ২ বার বিছানা থেকে উঠুন। আপনার পেশীর দৃঢ়তা এবং শক্তি বজায় রাখতে পর্তিদিন আপনার ঘরে হাঁটার চেষ্টা করুন। পর্তিদিন যতটা সম্ভব ঘন ঘন এবং যতটা সম্ভব দীঘর্ সময়ের জনয্ চেয়ারে বসে থাকুন।

আপনি লয্াপটপ, বই এবং খেলার মতো কিছু করার জিনিস সঙ্গে আনতে পারেন। আপনি যদি শিক্ষার্থী হন, তাহলে স্কুলের পড়াশোনার সাথে তাল মিলিয়ে চলার জনয্ আপনার বই এবং অয্াসাইনমেন্ট সঙ্গে আনতে পারেন। হাসপাতালের শিক্ষক আপনার কক্ষে আসবেন এবং আপনাকে আপনার পাঠে সাহাযয্ করবেন।

ফিজিকয্াল থেরাপিস্ট (পিটি) এবং অকুপেশনাল থেরাপিস্ট (ওটি) আপনার পর্য়োজনগুলোও

মূলয্ায়ন করবেন। সেট্টম সেল পর্তিস্থাপনের পুরো সময় জুড়ে তারা যতটা সম্ভব আপনার পেশীর দৃঢ়তা এবং শক্তি বজায় রাখতে সাহায্য করবেন।

হাসপাতালে ভর্তি হওয়া থেকে আপনার পর্তিস্থাপনের দিন পর্যন্ত কী কী আশা করতে হবে।

সহায়ক চিকিৎসা।

সহায়ক চিকিৎসা (সাপোর্টিভ কেয়ার) ওষুধ ব্যবহার করা হয় কোনো রোগের উপসর্গ বা চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া যত দ্রুত সম্ভব পর্তিরোধ বা চিকিৎসা করার জন্য। আপনার পর্তিস্থাপনের জন্য হাসপাতালে ভর্তি থাকার সময় আপনি বেশ কয়েকটি সহায়ক চিকিৎসার ওষুধ পাবেন। এর মধ্যে নিচের এগুলি রয়েছে:

- **ওন্ডানসেট্রন:** এটি বমিভাব (বমি করার মতো অনুভূতি) এবং বমি (বমি করা) কমাতে সাহায্য করে।
- **উরসোডিওল:**:এটি কেমোথেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া থেকে আপনার যকৃতকে সুরক্ষা দেয়।
- **অ্যান্টিবায়োটিক এবং অ্যান্টিভাইরাল**:এগুলো সংক্রমণ পর্তিরোধ বা চিকিৎসা করে।
- **ব্যথানাশক ওষুধ:** এটি আপনার চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কারণে হওয়া যেকোনো ব্যথা বা অস্বস্তি কমাতে সাহায্য করবে। ব্যথানাশক ওষুধের মধ্যে নারকোটিক ওষুধ, যেমন ওপিওইড, অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে। আপনি একটি পেশেন্ট-কন্ট্রোলড অ্যানালজেসিয়া (পিসিএ) পাম্পও পেতে পারেন। পিসিএ পাম্প আপনাকে নির্ধারিত মাত্রায় নিজে থেকেই ব্যথানাশক ওষুধ গ্রহণের মাধ্যমে আপনার ব্যথা নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে।

আপনিও পাবেন **লাল রক্তকণিকা, প্লেটলেট এবং প্লাজমা ট্রান্সফিউশন.**অ্যানিমিয়া (রক্তস্বল্পতা) ঠিক করতে এবং রক্তক্ষরণ পর্তিরোধ করতে।

সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপি

সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপি হলো কেবল কেমোথেরাপি অথবা কেমোথেরাপি ও রেডিয়েশনের সমনব্য়। সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপি আপনার শরীরের যেকোনো ক্যান্সার কোষ ধ্বংস করতে এবং আপনার রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা (ইমিউন সিস্টেম) দূর করতে সাহায্য করবে, যাতে এটি নতুন রক্তের সেট্টম সেলগুলোকে প্রত্যাখ্যান না করে।

আপনি কয়েক দিন ধরে কেমোথেরাপি গ্রহণ করবেন। আপনার দল আপনার চিকিৎসা পরিকল্পনা আপনার সাথে পর্যালোচনা করবে। আপনি এই নির্দেশিকার শুরুতে থাকা আপনার রোডম্যাপের একটি কপিও দেখতে পারেন। আপনার চিকিৎসার উপর নির্ভর করে, সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপির

পর আপনার রক্তের স্টেম সেল পর্তিস্থাপন পাওয়ার আগে ১ থেকে ২ দিন বিশরাম থাকতে হবে।

যদি আপনার সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপির অংশ হিসেবে রেডিয়েশন থেরাপি দেওয়া হয়, তবে আপনি টোটাল বডি ইরেডিয়েশন (TBI) সম্পকের লিখিত তথয পাবেন। সেই সপ্তাহে পর্তিটি সেশনের সময়সূচি সমবলিত একটি সূচিও আপনি পাবেন। আপনি দিনে ২ থেকে ৩ বার চিকিৎসা পাবেন। পর্তিটি সেশন ২০ থেকে ৪০ মিনিট স্থায়ী হয়। পর্তিটি সেশনে যাতায়াতের জনয একজন রোগী সহচর আপনাকে নিয়ে যাবে এবং নিয়ে আসবে।

স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের ধরনসমূহ।

আপনার পর্তিস্থাপনের ধরন আপনার মূল রোগ বা নিণর্য় এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর নিভর্র করে:

- দাতার ধরন।
- আপনার এবং আপনার দাতার মধেয এইচএলএ (টিসুয টাইপিং) মিলের মাতরা।
- দানকৃত স্টেম সেলের উৎস (অস্থিমজ্জা, পরান্তীয় রক্ত, বা নাভিরজ্জু রক্ত)।
- আপনি সেগুলো পাওয়ার আগে লযাবরেটরিতে স্টেম সেলগুলো কীভাবে পর্কির্য়াজাত করা হয়।

আপনি নিচে এগুলো সম্পকের আরও পড়তে পারেন। আপনার ডাক্তার আপনার সাথে আপনি যে ধরনের পর্তিস্থাপনের করতে যাচ্ছেন সে সম্পকের আলোচনা করবেন।

দাতার ধরন

- **সব-রক্তদাতা:** এটি সেই পর্কির্য়া যেখানে দাতার নিজসব স্টেম সেল ডোনার রুমে সংগরহ করে হিমায়িত করে সংরক্ষণ করা হয়। এগুলো পরীক্ষাগারে অথবা আপনার শযযার পাশে গলানো যেতে পারে। উপস্থিত চিকিৎসক আপনার সিভিসি-তে স্টেম সেল সঞ্চালন (ইনফিউশন) করবেন।
- **অযালোজেনিক দাতা:** এটি সেই অবস্থা যখন আপনার নিজের ছাড়া অনয কোনো বয্কি্ত স্টেম সেল দান করেন। অযালোজেনিক দাতা পরিবারের সদসয বা সম্পকর্হীন সেবচ্ছাসেবী দাতা হতে পারেন।

টিসুয টাইপিং

যদি আপনি অযালোজেনিক স্টেম সেল পর্তিস্থাপন গরহণ করেন, তবে আপনার দাতা হতে পারেন:

- **এইচএলএ মিল** (একই রকম)

- **এইচএলএ অমিল** (একই নয়)

স্টেম সেলের উৎস

রক্তের স্টেম সেল আসতে পারে:

- **অস্থিমজ্জা**: অস্ত্রোপচার কক্ষে একটি প্রক্রিয়ার মাধ্যমে দাতার নিতম্বের হাড় থেকে অস্থিমজ্জা সংগ্রহ করা হয়। প্রক্রিয়ার পূর্বে দাতাকে সাধারণ অ্যানেস্থেসিয়া (ঘুম পাড়ানোর জন্য ব্যবহৃত ওষুধ) প্রদান করা হবে।
- **পেরিফেরাল রক্ত**: দাতার শিরা থেকে রক্তের স্টেম সেল সংগ্রহ করা হয়। দান প্রক্রিয়ার পূর্বে দাতাকে ৪–৫ দিন জি-সিএসএফ (নিউপোজেন®) সেবন করতে হবে। এরপর দাতা জাগ্রত অবস্থায় রক্তদান কক্ষে স্টেম সেল দান করবেন।
- **নাভিরজ্জুর রক্ত**:শিশুর জন্মের পর মায়ের দ্বারা দানকৃত নাভিনালীর রক্ত থেকে রক্তের স্টেম সেল সংগ্রহ করা হয়। নাভির রক্তের কোষসমূহ হিমায়িত অবস্থায় সংরক্ষণ করা হয় এবং প্রয়োজন অনুযায়ী গলিয়ে ব্যবহার করা হয়। নাভির রক্ত পরিবারের সদস্যের কাছ থেকেও প্রাপ্ত হতে পারে, তবে সাধারণত এটি সরকারি নাভির রক্ত ব্যাংক থেকে সংগৃহীত হয়।

প্রক্রিয়াকরণের ধরন।

- **কোনোটিই নয় / ন্যূনতম**: দাতার অস্থিমজ্জা বা পরিধীয় রক্ত থেকে লোহিত রক্তকণিকা বা প্লাজমা অপসারণ করা হতে পারে, তবে এর বাইরে অন্য কোনো পরিবর্তন করা হয় না। এটিকে অপরিবর্তিত বা টি-সমৃদ্ধ অস্থিমজ্জা বা প্রান্তীয় রক্ত বলা হয়।
- **টি-কোষ হ্রাসকৃত**:দাতার অস্থিমজ্জা বা পরিধীয় রক্ত পরীক্ষাগারে প্রক্রিয়াকরণ করে টি-কোষের সংখ্যা হ্রাস করা হয়। এটি গ্রাফট ভার্সেস হোস্ট ডিজিজ (GVHD) হওয়ার ঝুঁকি হ্রাস করতে সহায়তা করে। এই ধরনের স্টেম সেল প্রতিস্থাপন পূর্বে "টি-সেল ডিপ্লিটেড" নামে পরিচিত ছিল।

আপনার প্রতিস্থাপনের দিনে কী কী প্রত্যাশা করা যেতে পারে

আপনার সাইটোরিডাকটিভ থেরাপি সম্পন্ন করার ১ থেকে ৩ দিনের মধ্যে আপনি দাতার স্টেম সেল পাবেন। স্টেম সেলগুলো আপনাকে আপনার CVC-এর মাধ্যমে একটি সিরিঞ্জ বা ব্যাগ থেকে দেওয়া হবে, ঠিক রক্ত সঞ্চালনের মতো। ইনফিউশনের সময় এবং পরে নার্স আপনার তাপমাত্রা, রক্তচাপ, নাড়ির গতি এবং অক্সিজেনের মাত্রা পরীক্ষা করবেন। আপনার প্রতিস্থাপনের আগে আপনাকে ডিফেনহাইড্রামিন (বেনাড্রিল®) এবং অ্যাসিটামিনোফেন (টাইলেনল®) দেওয়া হবে। এটি ইনফিউশনের সময় আপনার হতে পারে এমন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া কমাতে সাহায্য করার জন্য।

যদিও পাশব্র্পর্তিকির্য়া বিরল, তবুও অস্থিমজ্জা বা পেরিফেরাল স্ট্রেম সেল ইনফিউশনের সময় নাসর্ যেকোনো পাশব্র্পর্তিকির্য়ার জনয্ সতকর্ভাবে পযর্বেক্ষণ করবেন। যদি আপনি নাভির রক্ত পর্তিস্থাপন গর্হণ করেন, তবে আপনার উচ্চ রক্তচাপ হতে পারে।

আপনার হতে পারে এমন আরও কিছু পাশব্র্পর্তিকির্য়া হলো:

- বমি বমি ভাব
- বমি
- গলায় হালকা খুসখুস ভাব
- কাশি

অনয্ানয্ কম সাধারণ পাশব্র্পর্তিকির্য়াগুলোর মধেয্ রয়েছে:

- জব্র
- ঠাণ্ডা লাগা
- নিম্ন রক্তচাপ

আপনার যদি এই পাশব্র্পর্তিকির্য়াগুলোর কোনোটি দেখা দেয, তবে আপনার পরিচযর্া দল এবং তত্তব্াবধায়ককে জানান। তারা আপনাকে এগুলো নিয়ন্তর্ণ করতে সাহাযয্ করবে।

আপনি যে ধরনের পর্তিস্থাপন গর্হণ করেন তার উপর নিভর্র করে, পর্তিস্থাপনের সময় এবং পরে আপনার মুখে রসুনের মতো তীবর্ সব্াদ অনুভব হতে পারে। আপনার পর্সর্াব, ঘাম এবং তব্কেও রসুনের মতো গন্ধ হতে পারে। আপনি হয়তো গন্ধটি অনুভব নাও করতে পারেন, কিন্তু আপনার আশেপাশের লোকেরা তা অনুভব করতে পারে। এই গন্ধটি আপনার স্ট্রেম সেল সংরক্ষণে বয্বহৃত সংরক্ষণকারী পদাথের্র কারণে হয়। এটি ধীরে ধীরে ১ থেকে ২ দিনের মধেয্ চলে যাবে। আপনি সব্াদের সমসযা্ কমাতে চুইংগাম, শক্ত মিষ্টি বা পানীয় বয্বহার করতে পারেন।

একবার ইনফিউশন দেওয়ার পর, রক্তের স্ট্রেম সেলগুলো আপনার রক্তপর্বাহের মাধয্মে অস্থিমজ্জার স্থানে পৌঁছাবে। সেখানে তারা বৃদ্ধি পাবে এবং আপনার শরীরে সুস্থ রক্তকণিকা তৈরি করবে। আপনার নতুন স্ট্রেম সেল যথেষ্ট পরিমাণে শেব্ত রক্তকণিকা, লোহিত রক্তকণিকা এবং প্লেটলেট তৈরি করতে সক্ষম না হওয়া পযর্ন্ত আপনি হাসপাতালে থাকবেন। এটি সাধারণত আপনার স্ট্রেম সেল পর্তিস্থাপনের দিন থেকে পরা্য় ৪ থেকে ৬ সপ্তাহ সময় নেয়।

আপনার পর্তিস্থাপনের পর কী আশা করা যায়

স্টেম সেল স্থায়ীভাবে স্থাপন (এনগ্রাফটমেন্ট)

স্টেম সেলের এনগ্রাফটমেন্ট ঘটে যখন দানকৃত কোষগুলো আপনার অস্থিমজ্জায় পৌঁছে সুস্থ নতুন দাতার রক্তকণিকা তৈরি করে।

আপনি যে ধরনের স্টেম সেল পরিস্থাপন গ্রহণ করেছেন এবং আপনার রোগের উপর নির্ভর করে, স্টেম সেল পরিস্থাপনের ২ থেকে ৪ সপ্তাহের মধ্যে যেকোনো সময় এনগ্রাফটমেন্ট হতে পারে। এনগ্রাফটমেন্টের প্রথম লক্ষণ হলো আপনার শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পাওয়া। যখন আপনার এএনসি (অ্যাবসোলিউট নিউট্রোফিল কাউন্ট) টানা ৩ দিন ধরে ০.৫ বা তার বেশি হলে, আমরা ধরে নিই যে আপনার এনগ্রাফটমেন্ট হয়েছে। প্লেটলেট সাধারণত সবশেষে পুনরুদ্ধার হওয়া রক্তকণিকার ধরন। সংক্রমণ, ওষুধ, দানকৃত স্টেম সেলের কম সংখ্যা বা গ্রাফট ব্যর্থতার কারণে এনগ্রাফটমেন্ট বিলম্বিত হতে পারে।

স্টেম সেল পরিস্থাপনের পর প্রথম মাসে নতুন অস্থিমজ্জা কোষ তৈরি করা শুরু করতে পারে, তবে আপনার সম্পূর্ণ রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা পুরোপুরি পুনরুদ্ধার হতে কয়েক মাস সময় লাগতে পারে। আপনার পরিচর্যাকারী দল আপনার রক্ত পরীক্ষা করে দেখবে যে আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কীভাবে পুনরুদ্ধার হচ্ছে।

গ্রাফট প্রত্যাখ্যান এবং গ্রাফট ব্যর্থতা

কখনও কখনও পরিস্থাপিত কোষগুলো আমাদের প্রত্যাশা অনুযায়ী ভালোভাবে এনগ্রাফট হয় না। গ্রাফট প্রত্যাখ্যান মানে আপনার রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা নতুন স্টেম সেলগুলোকে প্রত্যাখ্যান করে। আপনার স্টেম সেল পরিস্থাপনের আগে যে সাইটোরিডাক্টিভ চিকিৎসা দেওয়া হয়, তা গ্রাফট প্রত্যাখ্যান প্রতিরোধে সাহায্য করার জন্য করা হয়।

যদি আপনার চিকিৎসাকারী দল গ্রাফট প্রত্যাখ্যান বা ব্যর্থতার কোনো লক্ষণ দেখে, তবে তারা আপনার রক্ত এবং অস্থিমজ্জার বিশেষ পরীক্ষা করবে। পরীক্ষার ফলাফল আপনার চিকিৎসা নির্ধারণে সাহায্য করবে। আপনার চিকিৎসক আপনার সঙ্গে আপনার চিকিৎসার বিকল্পগুলো নিয়ে আলোচনা করবেন।

আপনার প্রতিস্থাপনের পর সম্ভাব্য সমস্যাগুলো

আপনার রক্তের গণনা স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার জন্য অপেক্ষা করার সময় কিছু সমস্যা হতে পারে। এর উদাহরণ হিসেবে সংক্রমণ, মুখে ঘা, ডায়রিয়া (পাতলা বা পানির মতো পায়খানা), রক্তক্ষরণ এবং রক্তাল্পতা অন্তর্ভুক্ত। আপনার পরিচর্যাকারী দল (হৃদয়, ফুসফুস, কিডনি এবং যকৃত)কোনো অঙ্গজনিত বিষক্রিয়ার লক্ষণ এবং জিভিএইচডি-এর জন্যও আপনাকে পর্যবেক্ষণ করবে। এই সমস্যাগুলো প্রতিরোধ, নিয়ন্ত্রণ এবং চিকিৎসার জন্য সাধারণত আপনি এবং আপনার পরিচর্যাকারী দল একসাথে কিছু পদক্ষেপ নিতে পারেন।

আরও জানতে আপনার চিকিৎসকের সাথে সব্াক্ষরিত সম্মতি ফমর্টি পযর্ালোচনা করুন।

পর্তেয্কের অভিজ্ঞতা আলাদা। নীচে তালিকাভুক্ত লক্ষণ বা সমসয্াগুলো সবাইয়ের মধেয্ দেখা যাবে না। একটি দল হিসেবে আমরা আপনাকে ২৪ ঘণ্টা নিবিড়ভাবে পযর্বেক্ষণ করব। আপনার পর্তিস্থাপন পর্কির্য়ার পুরো সময় জুড়ে কোনো পর্শ্ন করতে বা আপনার উদেব্গ পর্কাশ করতে দিব্ধা করবেন না!

মিউকোসাইটিস এবং ডায়রিয়া

মিউকোসাইটিস হলো আপনার মুখের ভেতর, গালের ভিতর, ঠোঁটের ভেতর এবং হজমতন্ত্র পর্দাহ। কিছু কেমোথেরাপি ওষুধ এবং রেডিয়েশন থেরাপি এই পর্দাহ সৃষ্টি করতে পারে। এই পর্দাহের কারণে বেদনাদায়ক ঘা, গিলতে কষ্ট হওয়া এবং ডায়রিয়া হতে পারে।

মিউকোসাইটিস এবং ডায়রিয়া সাধারণত চিকিৎসা শুরু হওয়ার ৩ থেকে ১০ দিনের মধেয্ শুরু হয়। এনগর্াফটমেন্ট শুরু হলে এগুলো সাধারণত পর্তিস্থাপনের ২ থেকে ৪ সপ্তাহের মধেয্ সেরে যায়। আপনার আরাম বজায় রাখার জনয্ পর্য়োজন অনুযায়ী আপনার পরিচযর্াকারী দল আপনাকে বয্থার ওষুধ দেবে।

সংকর্মণ

স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর কয়েক মাস পযর্ন্ত আপনার বয্াকটেরিয়া, ছতর্াক এবং ভাইরাল সংকর্মণের ঝুঁকি থাকবে। এটি হয় কারণ আপনার রোগ পর্তিরোধ বয্বস্থা পুরোপুরি কাযর্কর নয়। এই সংকর্মণগুলো আপনার সুস্থতার জনয্ একটি বড় ঝুঁকি, বিশেষ করে পর্াথমিক সুস্থতার সময়ে, যতক্ষণ না আপনার নতুন অস্থিমজ্জা বৃদ্ধি পেয়ে সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করার জনয্ শেব্ত রক্তকণিকা তৈরি করে। পর্থমে নিউটের্াফিল পুনরুদ্ধার হয় এবং বয্াকটেরিয়াল সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করে, কিন্তু ভাইরাল এবং কিছু ছতর্াক সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করা টি লিমে্ফাসাইট (টি কোষ) সম্পূর্ণভাবে পুনরুদ্ধার হতে কয়েক মাস সময় নিতে পারে।

জব্র সংকর্মণের একটি গুরুতব্পূর্ণ লক্ষণ। আপনার যদি জব্র হয়, তবে জব্রের কারণ নির্ণয়ের জনয্ (যেমন রক্ত কালচার) পরীক্ষা করা হবে। সংকর্মণের বিরুদ্ধে আপনার শরীরকে লড়াই করতে সাহাযয্ করার জনয্ আপনাকে অয্ান্টিবায়োটিক দেওয়া হবে।

পর্তিস্থাপনের পর পর্থম ২ সপ্তাহের মধেয্ পর্ায় সবাই জব্রে আকর্ান্ত হয়। জব্রের কারণ হওয়া সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করার জনয্ আপনার চিকিৎসক দল আপনি যে অয্ান্টিবায়োটিক নিচ্ছেন তা পরিবতর্ন করতে পারে। বেশিরভাগ সংকর্মণ অয্ান্টিবায়োটিক দিয়ে সফলভাবে চিকিৎসা করা যায়। আপনার পরিচযর্াকারী দলের যদি মনে করে আপনার সেন্টর্াল লাইন সংকর্মণ

হয়েছে, তবে একজন চিকিৎসক আপনার লাইনটি অপসারণ করে আপনার ওষুধ দেওয়ার জন্য পেরিফেরাল IV বসাতে পারেন। কখনও কখনও আমরা আপনার হাসপাতালের কক্ষেই আপনার সেন্ট্রাল লাইন অপসারণ করতে পারি।

জ্বর থাকলে আরও যেসব পরীক্ষা করা হতে পারে, সেগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- নির্দিষ্ট সংক্রমণ শনাক্ত করার জন্য রক্ত পরীক্ষা।
- এক্স-রে
- অভ্যন্তরীণ অঙ্গগুলোতে সংক্রমণ খুঁজে দেখতে কম্পিউটেড টোমোগ্রাফি (সিটি) স্ক্যান বা পজিট্রন এমিশন টোমোগ্রাফি (পিইটি) স্ক্যান করা হতে পারে।

আপনাকে সংক্রমণের চিকিৎসা ও প্রতিরোধের জন্য ওষুধ দেওয়া হবে। স্টেম সেল প্রতিস্থাপনের পর অতীতে আপনার যে কোনো ভাইরাল সংক্রমণ হয়েছিল তা আবার ফিরে না আসতে সাহায্য করার জন্য আপনাকে অ্যান্টি-ভাইরাল ওষুধও দেওয়া হবে। এই সংক্রমণগুলোর মধ্যে থাকতে পারে:

- ঠোঁটের ঘা
- দাদ
- নিউমোসিস্টিস জিরোভেসি নিউমোনিয়া (PCP)।
- সাইটোমেগালোভাইরাস (CMV)
- ফুসফুস বা অন্ত্রকে প্রভাবিত করে এমন অন্যান্য সংক্রমণ।

যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা ভালোভাবে কাজ করছে না, তারা এমন সংক্রমণে আক্রান্ত হতে পারেন যা সাধারণত সুস্থ মানুষের হয় না। এই সংক্রমণগুলোকে সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ বলা হয়। সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ থেকে আপনাকে সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করার জন্য আপনার ওষুধের প্রয়োজন হতে পারে। আপনার শ্বেত রক্তকণিকার সংখ্যা এবং রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে না আসা পর্যন্ত আপনি সুযোগসন্ধানী সংক্রমণের ঝুঁকিতে থাকবেন।

রক্তপাত

প্লেটলেট হলো রক্তের একটি অংশ হিসেবে থাকা বর্ণহীন কোষ। এগুলো আপনার অস্থিমজ্জায় তৈরি হয়। প্লেটলেটের প্রধান কাজ হলো রক্তপাত বন্ধ করা।

আপনার প্লেটলেটের সংখ্যা যদি আপনার চিকিৎসক নির্ধারিত একটি নির্দিষ্ট মাত্রার নিচে নেমে যায়, তাহলে রক্তপাত প্রতিরোধ করার জন্য আপনাকে প্লেটলেট ট্রান্সফিউশন (রক্ত

প্লেটলেট দেওয়া) করা হবে। আপনার যদি রক্তপাত হয়, তাহলে আপনার রক্ত জমাট বাঁধার জন্য প্রয়োজনীয় প্রোটিন পূরণ করতে আপনাকে অতিরিক্ত প্লেটলেট বা ফ্রেশ ফ্রোজেন প্লাজমা (FFP) দেওয়া হতে পারে।

রক্তপাত এড়াতে:

- ধারালো বস্তু (যেমন ক্ষুর, কাঁচি এবং নখ কাটার যন্ত্র) ব্যবহার করবেন না।
- নরম টুথব্রাশ ব্যবহার করুন এবং ডেন্টাল ফ্লস ব্যবহার করা এড়িয়ে চলুন।
- প্রয়োজনে নাক আলতোভাবে পরিষ্কার করুন।
- পড়ে যাওয়া এড়িয়ে চলুন।

রক্তশূন্যতা

আপনার লোহিত রক্তকণিকার সংখ্যা কম হলে আপনি দুর্বলতা এবং ক্লান্তি (স্বাভাবিকের তুলনায় বেশি ক্লান্ত অনুভব করা) অনুভব করতে পারেন। আপনার হিমোগ্লোবিন (আপনার লোহিত রক্তকণিকার পরিমাপ) প্রতিদিন পরীক্ষা করা হবে। আপনার হিমোগ্লোবিন কম থাকলে আপনাকে লোহিত রক্তকণিকার ট্রান্সফিউশন দেওয়া হবে।

অঙ্গের সমস্যা।

আপনার কিডনি, মূত্রাশয়, যকৃত, ফুসফুস, হৃদপিণ্ড অথবা কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের ক্ষতি হতে পারে। অঙ্গের ক্ষতি হচ্ছে কিনা তা পরীক্ষা করার জন্য আপনাকে প্রায়ই পরীক্ষা করা হবে এবং প্রতিদিন ল্যাব টেস্ট করা হবে। এই ক্ষতি কমানোর জন্য প্রয়োজন অনুযায়ী আপনার চিকিৎসা সমন্বয় করা হবে। সমন্বয়ের উদাহরণগুলোর মধ্যে রয়েছে আপনি যে ওষুধ নিচ্ছেন তা পরিবর্তন করা বা আপনি যে ওষুধ নিচ্ছেন তার মাত্রা কমানো।

কিডনি।

আপনার কিডনি আপনার রক্তকে পরিশোধন করে এবং বর্জ্য পদার্থ শরীর থেকে বের করে দেওয়ার জন্য প্রস্রাব তৈরি করে। কেমোথেরাপি এবং অন্যান্য ওষুধ আপনার কিডনি কতটা ভালোভাবে কাজ করে তা প্রভাবিত করতে পারে।

আপনার চিকিৎসক দল প্রতিদিনের রক্ত পরীক্ষার (BUN এবং ক্রিয়েটিনিন) মাধ্যমে এবং আপনার কিডনি কতটা ভালোভাবে প্রস্রাব তৈরি করে শরীর থেকে বিষাক্ত পদার্থ বের করে দিচ্ছে তা পর্যবেক্ষণ করে জানতে পারবে আপনার কিডনি কতটা ভালো কাজ করছে। এই কারণেই আপনি ঠিক কতটা জল পান করেন এবং কতটা প্রস্রাব করেন, তা আপনার নার্সের জানা ও লিপিবদ্ধ করা জরুরি। এ কারণেই আপনার দিনে অন্তত একবার ওজন মাপা অত্যন্ত জরুরি। আপনার ওজন বেড়ে গেলে, আপনার কিডনিকে শরীর থেকে তরল ও বিষাক্ত পদার্থ বের করতে সাহায্য করার জন্য

আপনার ওষুধের পর্যোজন হতে পারে।

আপনার কিডনি কতটা ভালো কাজ করছে তা পরীক্ষা করার জনয্ আরও যে অতিরিক্ত পরীক্ষাগুলো করা হতে পারে সেগুলো হলো:

- কির্যেটিনিন কি্লয়ারেন্স পরীক্ষার জনয্ ২৪ ঘণ্টার পর্সর্াব সংগর্হ।
- রেডিওলজি বিভাগে গে্লামেরুলার ফিল্টের্শন রেট (GFR) পরীক্ষা করা।

আপনার কিডনির ক্ষতির কারণে উচ্চ রক্তচাপ (হাইপারটেনশন) হতে পারে, যার চিকিৎসা পর্যোজন। আপনার যত্নদল আপনার গুর্রুতব্পূণর্ শারীরিক লক্ষণগুলোর (ভাইটাল সাইনস) রেকডর্ দেখে নিধর্ারণ করবে যে আপনার চিকিৎসার পর্যোজন আছে কিনা। আপনার শারীরিক গুর্রুতব্পূণর্ লক্ষণ আপনার পর্য়োজন অনুযায়ী পর্তি ৪ ঘণ্টা পর পর বা তার চেয়েও বেশি ঘন ঘন পরীক্ষা করা হবে।

মূতর্াশয্ (হেমোরেজিক সিস্টাইটিস)।

কিছু ওষুধ, যেমন সাইকে্লাফসফামাইড (সাইটোক্সান®), এবং কিছু ভাইরাস, যেমন বিকে ভাইরাস, আপনার মূতর্াশয়ের আবরণকে উত্েতজিত করতে পারে। এর ফলে আপনার পর্সর্াবে রক্ত আসতে পারে এবং পর্সর্াব করা (পর্সর্াব করা/পেশাব করা) বয্থাযুক্ত হতে পারে। এটিকে রক্তক্ষরণজনিত সিস্টাইটিস বলা হয্।

এই জটিলতা পর্তিরোধ বা চিকিৎসার জনয্ আপনাকে পর্চুর পরিমাণে শিরায্ (IV) তরল দেওয়া হবে। এর ফলে আপনি ঘন ঘন পর্সর্াব করবেন। বিকে ভাইরাসের চিকিৎসার মধেয্ বয্থার ওষুধ এবং অয্ান্টিবায়োটিক অন্তভুর্ক্ত থাকতে পারে। কখনও কখনও, আপনার মূতর্াশয়ে একটি ইউরিনারি (ফোলি বা স্টের্ইট) কয্াথেটার স্থাপন করা হতে পারে যাতে আপনার পর্সর্াব করা সহজ হয্।

লিভার

আপনার যকৃত (লিভার) রক্ত থেকে ক্ষতিকর পদাথর্ অপসারণ করে, পুষ্টি শোষণ করে এবং রক্ত জমাট বাঁধতে সাহাযয্ করার জনয্ গুর্রুতব্পূণর্ পের্াটিন তৈরি করে। এটি চবির্যুক্ত খাবার হজম করতে সাহাযয্ করার জনয্ পিত্তরসও তৈরি করে। আপনার যকৃতের (লিভারের) ক্ষতি হলে অনেক ধরনের সমসযা্ হতে পারে।

পর্তিস্থাপনের পর, যদি আপনার যকৃতের ছোট রক্তনালীগুলো ক্ষতিগর্স্ত হয্, তাহলে আমরা বিশেষভাবে উদিব্গ্ন থাকি। রক্তনালীগুলো বন্ধ হয়ে যেতে পারে, যার ফলে রক্ত সঠিকভাবে পর্বাহিত হওয়া কঠিন হয়ে যায্। এই ধরনের ক্ষতিকে ভেনো-অক্লুসিভ ডিজিজ (ভিওডি) বা সাইনুসয়েডাল অবস্ট্রাকটিভ সিনডের্াম (এসওএস) বলা হয্।

ভিওডি/এসওএস আপনার যকৃতকে বড় করে দিতে পারে এবং আপনার যকৃতের কোষগুলোর ক্ষতি করতে পারে। আপনার যকৃত ফুলে গেলে পাঁজরের হাড়ের নিচে ডান দিকের উপরের পেটে (পেটের অংশে) বয্থা হতে পারে। যকৃতের মধয্ দিয়ে তরল সব্াভাবিকভাবে যেতে না পারায়, আপনার পেটে তরল জমে যেতে পারে। এটিকে অয্াসাইটিস বলা হয়। আপনার যকৃত কতটা তরল সামলাতে পারছে না তার উপর নিভর্র করে ভিওডি/এসওএস হালকা বা গুরুতর হতে পারে।

আপনার যকৃত কতটা ভালোভাবে কাজ করছে তা পরীক্ষা করার জনয্ আপনার নিচের পরীক্ষাগুলো করা হতে পারে:

- রক্ত পরীক্ষাগার পরীক্ষা (বিলিরুবিন, এএসটি, এএলটি এবং রক্ত জমাট বাঁধার পের্াটিন)।
- আপনার যকৃতের আকার, কতটা অয্াসাইটিস আছে এবং যকৃতের মধয্ দিয়ে রক্ত কতটা ভালোভাবে পর্বাহিত হচ্ছে তা দেখতে একটি আল্টর্াসাউন্ড স্কয্ান করা হবে।

আপনার যদি ভিওডি/এসওএস হয়, তাহলে আপনাকে মেথাইলপের্ডনিসোলোন, ডেফিবের্াটাইড, অথবা উভয় ওষুধের মাধয্মে চিকিৎসা দেওয়া হতে পারে। আপনার চিকিৎসক আপনার সঙ্গে চিকিৎসার বিকল্পগুলো নিয়ে আলোচনা করবেন।

ফুসফুস

আপনার ফুসফুস আপনার শব্াস-পর্শব্াস নিয়ন্তর্ণ করে। আপনার ফুসফুসে কোনো সমসয্া হলে আপনি দর্রুত শব্াস নিতে পারেন অথবা আপনার অক্সিজেনের মাতর্া কমে যেতে পারে। স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর আপনার ফুসফুসে যে সমসয্াগুলো হতে পারে তার মধেয্ রয়েছে:

- কেমোথেরাপি বা রেডিয়েশনের কারণে আপনার ফুসফুসের ক্ষতি হয়ে পর্দাহ ও দাগ (ইন্টারস্টিশিয়াল নিউমোনাইটিস) তৈরি হওয়া। এটি হলে সাধারণত পর্তিস্থাপনের পর কিছুটা দেরিতে লক্ষণ দেখা যায়।
- ফুসফুসে সংকর্মণের কারণে হওয়া নিউমোনিয়া।

স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর্থম কয়েক সপ্তাহে ফুসফুসের সংকর্মণ সবচেয়ে বেশি হয়। আপনার যত্নদল নিউমোনিয়ার কোনো লক্ষণ আছে কিনা তা নিবিড়ভাবে পযর্বেক্ষণ করবে। আপনার শব্াস-পর্শব্াসে কোনো পরিবতর্ন লক্ষয্ করলে বা কাশি হলে তাদের জানাবেন। নিউমোনিয়ার চিকিৎসা নিভর্র করে কোন বয্াকটেরিয়া, ভাইরাস বা ছতর্াক এর কারণে হয়েছে তার উপর।

ফুসফুসের সংকর্মণ শনাক্ত করতে আপনাকে নিচের পরীক্ষাগুলো করা হতে পারে:

- বুকের এক্স-রে।
- সিটি স্কয্ান।

- বর্ঙ্কোস্কপি (আপনার ফুসফুস থেকে কিছু তরল নিয়ে সেটি সংকর্মণ আছে কিনা পরীক্ষা করার একটি পর্কির্য়া)।

নিউমোনিয়া পর্তিরোধ ও চিকিৎসায় সাহাযয্ করার জনয্ আপনার ফুসফুসের বয্ায়াম করা গুরুতব্পূণর্। আপনার নাসর্ আপনাকে ইনসেনটিভ স্পাইরোমিটার (এটি এমন একটি যন্তর্, যার মধেয্ শব্াস নিয়ে আপনার ফুসফুস পর্সারিত করতে সাহাযয্ করা হয়) কীভাবে বয্বহার করতে হয় তা দেখাবেন। নিয়মিত গভীর শব্াস-পর্শব্াসের বয্ায়ামও সাহাযয্ করতে পারে।

হৃদয়

আপনার হৃদয় সারা শরীরে রক্ত পাম্প করে। কিছু কেমোথেরাপি ওষুধের পাশব্র্পর্তিকির্য়া হিসেবে আপনার হৃদপিণ্ডের কষ্তি হতে পারে। আপনি হাসপাতালে থাকাকালীন আপনার চিকিৎসকেরা আপনার হৃদপিণ্ডের কাযর্কারিতা নিবিড়ভাবে পযর্বেক্ষণ করবেন।

আপনার হৃদপিণ্ডের কাযর্কারিতা নিম্নলিখিত উপায়ে পরীক্ষা করা যেতে পারে:

- লয্াব পরীক্ষা।
- ইলেকে্টর্াকাডির্ওগর্াম (EKG)।
- ইকোকাডির্ওগর্াম (ECHO)।

গর্াফ্ট ভাসের্স হোস্ট ডিজিজ (GVHD)।

টি-কোষ হলো শেব্ত রক্তকণিকা, যা ভাইরাস ও ছতর্াকের মতো বহিরাগত উপাদানকে আকর্মণ করে। টি-কোষগুলি বিদেশি গর্াফ্ট (টিসুয্ পর্তিস্থাপন), যেমন অস্থিমজ্জা, কিডনি, ফুসফুস বা হৃদপিণ্ডের পর্তিস্থাপনকেও আকর্মণ করে। এটিকে গর্াফ্ট রিজেকশন (পর্তয্াখয্ান) বলা হয়। দাতা টিসুয্র টি-কোষগুলোও বিদেশি উপাদানকে আকর্মণ করে। দাতা টি-কোষগুলো (গর্াফ্ট) রোগীকে (হোস্ট) বিদেশি হিসেবে দেখে এবং রোগীর টিসুয্গুলোর উপর আকর্মণ করে। এটিকে গর্াফ্ট ভাসের্স হোস্ট ডিজিজ বলা হয়।

নতুন স্টেম সেলগুলো যখন গর্াফট হয়ে (বৃদ্ধি পেতে) শুরু করে, তখন জিভিএইচডি হতে পারে। যাদের HLA-তে খুব কাছাকাছি মিলে এমন গর্াফ্ট বা টি-কোষ কমানো (ডিপ্লিটেড) স্টেম সেল পর্তিস্থাপন করা হয়, তাদের কে্ষতের্ GVHD-এর ঝুঁকি কম থাকে, তবে পুরোপুরি দূর হয় না।

যার দাতা অভিন্ন যমজ নয় এমন যে কেউ GVHD-এর কিছু ধরনের কে্ষতের্ পর্তিরোধের সুযোগ পায়। এই পর্তিরোধের মধেয্ থাকে পর্তিস্থাপন থেকে টি-কোষ অপসারণ করা অথবা ওষুধ গর্হণ করা (যেমন মাইকোফেনোলেট মোফেটিল (MMF), টয্াকের্ালিমাস বা সাইকে্লাস্পোরিন)। আপনি হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার আগে আপনার চিকিৎসক এই বিকল্পগুলো নিয়ে আপনার সঙ্গে আলোচনা করবেন।

জিভিএইচডি দুই ধরনের হয়ে থাকে:

- **অ্যাকিউট (তীব্র)।** (প্রারম্ভিক, সাধারণত প্রতিস্থাপনের ৩ মাসের মধ্যে)।
- **ক্রনিক (দীর্ঘস্থায়ী)।**(দেরিতে শুরু হয় এবং দীর্ঘস্থায়ী হয়)। দীর্ঘস্থায়ী জিভিএইচডি সাধারণত প্রতিস্থাপনের প্রথম ১০০ দিনের পর এবং প্রথম এক বছরের মধ্যে দেখা দেয়।

তীব্র জিভিএইচডি-এর সাধারণ লক্ষণগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- ত্বকে ফুসকুড়ি, যা প্রায়শই হাতের তালু বা পায়ের তলা থেকে শুরু হয়।
- ডায়রিয়া
- জন্ডিস (ত্বকের হলুদ রঙ)।
- অসব্াভাবিক যকৃতের কায়র্কারিতা পরীক্ষা।

দীর্ঘস্থায়ী জিভিএইচডি-এর সাধারণ লক্ষণগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- ত্বকে ফুসকুড়ি অথবা শুষ্ক বা পুরু হয়ে যাওয়া ত্বক।
- শক্তি হ্রাস।
- ক্ষুধা ও ওজন কমে যাওয়া।
- ডায়রিয়া
- মুখ শুষ্ক হওয়া এবং মুখে ঘা হওয়া।
- শুষ্ক চোখ
- চুল পড়া
- যকৃতের প্রদাহ।

জিভিএইচডি হালকা বা গুরুতর হতে পারে। আপনার চিকিৎসক দল এই ধরনের কোনো লক্ষণ আছে কিনা তা সব সময় নজর রাখবে এবং মূল্যায়নের জন্য পরীক্ষা ও চিকিৎসার বিকল্পের পরামশর্ দেবে।

জিভিএইচডি মূল্যায়নের জন্য যে পরীক্ষাগুলো করা হতে পারে সেগুলো হলো:

- ল্যাব পরীক্ষা।
- ত্বকের বায়োপসি

- কোলনোস্কোপি বা এন্ডোস্কোপির মাধ্যমে আপনার অন্তর্র আবরণী থেকে বায়োপসি (টিসুয়্র নমুনা) নেওয়া।

আপনার কোনো পর্শ্ন বা উদেব্গ থাকলে আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন। আপনার পরিচযর্া দলের একজন সদসয্ সোমবার থেকে শুকর্বার পযর্ন্ত উত্তর দেবেন সকাল 9:00 টা থেকে বিকেল 5:00 টার পর এই সময়ের বাইরে, আপনি একটি বাতর্া রেখে যেতে পারেন বা অনয্ একজন MSK পর্দানকারীর সাথে কথা বলতে পারেন। কলে সবর্দা একজন ডাক্তার বা নাসর্কে পাবেন। আপনি যদি আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীর সঙ্েগ কীভাবে যোগাযোগ করবেন তা নিশ্চিত না হন, তাহলে ফোন করুন। ২১২-৬৩৯-২০০০.

আরো রিসোসের্র জনয্ www.mskcc.org/pe-এ ভিজিট করে আমাদের ভাচুর্য়াল লাইবের্রি দেখুন।

Memorial Sloan Kettering Cancer Center কতৃর্ক সবর্সব্তব্ সংরক্ষিত

Memorial Sloan Kettering Cancer Center