রোগী এবং শুশরুষাকারীর শিক্ষা

আপনার সেট্টম সেল পর্তিস্থাপন সম্পকের্: শিশু রোগীদের জনয্ তথয্।

এমএসকে-এর কেল্যা়র টো পেডিয্াটির্ক 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 পরিচযর্া্ দল এখানে রয়েছে। একই পর্শ্ন একাধিকবার জিজ্ঞাসা করতে ভয্ পাবেন না। পর্তিস্থাপন সম্পকির্ত তথয্ বোঝা কঠিন। বেশিরভাগ মানুষেরই

সম্পূর্ণভাবে বুঝতে কিছু বিষয় কয়েকবার শোনার পর্যোজন হয়। আমরা জানি আপনার যাতরা কঠিন হবে, কিন্তু আমরা পর্তিটি পদক্ষেপে আপনার পাশে থাকব।

আপনার পর্তিস্থাপন দল।

শিশুদের কয্যান্সার, 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 (পেডিয়াটির্ক্স), হেমাটোলজি-অনকোলজি, ইমিউনোথেরাপি এবং স্টেম সেল পর্তিস্থাপনে বিশেষজ্ঞ। আপনি পেডিয়াটির্ক 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 মধেয্ তারা ২৪ ঘণ্টা ধরে সব পর্তিস্থাপন রোগীর দেখাশোনা করেন। আপনি ইনপেশেন্ট থাকাকালীন, ইনপেশেন্ট অয্াটেনি্ডং চিকিৎসক আপনার দৈননি্দন যত্নের দায়িত্বে থাকবেন। আপনি হাসপাতালে থাকার সময় কোনো বড় সমসয্া দেখা দিলে, ইনপেশেন্ট অয্াটেনি্ডং চিকিৎসক তা আপনার পর্ধান পর্তিস্থাপন চিকিৎসকের সঙ্গে আলোচনা করবেন। সপ্তাহে একবার সব কতর্বয্রত চিকিৎসক আপনার অগর্গতি নিয়ে আলোচনা করতে মিলিত

হন।

ফেলোরা। তারা শিশু চিকিৎসক, যারা পেডিয়াট্রিক হেমাটোলজি-অনকোলজিতে পরিশিক্ষণ নিচ্ছেন। তারা আপনার চিকিৎসা পরিচালনায় কতর্বয়রত চিকিৎসকের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন। ইনপেশেন্ট ফেলো পরিতি ৩ থেকে ৫ সপ্তাহে পরিবতির্ত হন।

উন্নত অনুশীলন পরদানকারী (এপিপি)
এপিপি তারা চিকিৎসা সেবাদাতাদের একটি দল, যার মধেয অন্তভুর্ক্ত রযেছে। **ফিজিশিয়ান অয্াসিস্টয্ান্ট (পিএ)।** এবং। **নাসর্ পরয্াকটিশনার (এনপি)।**. তারা কতর্বয়রত চিকিৎসকদের সঙ্গে আপনার চিকিৎসা পরিচালনায় কাজ করেন। এর মধেয শারীরিক পরীক্ষা করা, ওষুধ নিধর্ারণ করা এবং আপনার পরীক্ষার ফলাফল ও অগর্গতি পযর্বেক্ষণ করা অন্তভুর্ক্ত। আপনি তাদের পরায়ই দেখবেন—আপনার স্টেম সেল পরিতিস্থাপনের আগে ও পরে উভয় পেডিয়াট্রিক অয্ামবুলেটরি কেয়ার সেন্টারে এবং ইনপেশেন্ট ইউনিটে।

পেডিয়াট্রিক অসি্থমজ্জা পরিতিস্থাপন (বিএমটি) নাসর্ সমনবয়কারী
তারা নিবনি্ধত নাসর্, যারা আপনি হাসপাতালে আসার আগে সকল পেডিয়াট্রিক স্টেম সেল পরিতিস্থাপন রোগীর মূলযায়ন ও পরস্তুতির সমনবয় করেন। তারা আপনার এবং পুরো বিএমটি দলের সঙ্গে খুব ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করেন, যাতে আপনার পরিতিস্থাপনের আগে পরযোজনীয় সব রক্ত পরীক্ষা, পরীক্ষা-নিরীক্ষা এবং পরিক্রয়া সম্পন্ন হয়।

তারা আপনাকে আপনার স্টেম সেল পরিতিস্থাপন সম্পকের্ শিক্ষা দেওয়ার দাযিতেব্ও থাকেন। তারা আপনার চিকিৎসার কারণ এবং আপনার হাসপাতাল থাকার আগে ও থাকাকালীন চিকিৎসার বিস্তারিত বিষযগুলো

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 প্রয়োজনীয় 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

পরিচযর্া্র কাজে সহায়তা করেন, যেমন পর্তিদিন আপনার ওজন এবং গুর্ুতব্পূণর্ লক্ষণ (তাপমাতর্া, হৃদস্পন্দন এবং রক্তচাপ) পরীক্ষা করা। তারা আপনাকে পর্তিদিন স্নান করতেও সাহাযয্ করতে পারেন।

মনোবিজ্ঞান সেবা।

মনোবিজ্ঞান দলটি মনোরোগ বিশেষজ্ঞ ও মনোবিজ্ঞানীদের নিযে় গঠিত। তারা আপনার এবং আপনার পরিবারকে চিকিৎসার চাপ মোকাবেলা করতে সাহাযয্ করার জনয্ এখানে আছেন। তারা পর্তিস্থাপন দলের একটি অতয্াবশয্ক অংশ। হাসপাতালে থাকাকালীন আমরা তাদেরকে সকল রোগী ও তাদের পরিবারের সাথে সাক্ষাৎ করতে বলি।

পুনবর্াসন চিকিৎসা দল।

পুনবর্াসন চিকিৎসা দলের মধেয্ রযে়ছে উভয় ফিজিকয্াল থেরাপিস্ট (পিটি) এবং অকুপেশনাল থেরাপিস্ট (ওটি)। তারা আপনার ইনপেশেন্ট থাকার একটি গুর্ুতব্পূণর্ অংশ। তারা আপনার সঙ্গে কাজ করবেন এবং আপনার পর্য়োজন মূলয্ায়ন করবেন যাতে আপনি যতটা সম্ভব সকির্য় থাকতে পারেন।

পুষ্টি সেবা।

পুষ্টি পরিষেবা দলে বহিবির্ভাগ এবং অন্তবির্ভাগ উভয় ধরনের কি্লনিকয্াল ডাযে়টিশিয়ান পুষ্টিবিদ রযে়ছেন। তারা আপনার ওজন পযর্বেক্ষণ করবেন এবং নিশ্চিত করবেন যে আপনার সেট্ম সেল পর্তিস্থাপনের আগে, চলাকালীন এবং পরে যথেষ্ট পুষ্টি পাচ্ছেন।

একটি **রুম সাভির্স সহযোগী** তারা রুম সাভির্স কীভাবে কাজ করে তা বয্াখয্া করবেন, যার মধেয্ রযে়ছে কাজের সময়, নিদির্ষ্ট মেনু যা আপনার চিকিৎসা এবং সাংস্কৃতিক পুষ্টি পর্য়োজন মেটায়, এবং কীভাবে অডর্ার করতে হবে। তারা নিশ্চিত করবেন যে আপনি সারাদিন

পর্যোজনীয় খাবার, নাস্তা এবং সম্পূরক পুষ্টি পাচ্ছেন।

পেডিয়াটির্ক গয্াস্ট্রোইনটেস্টাইনাল (জিআই) সেবা।
পেডিয়াটির্ক জিআই সেবায় এমন সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীরা অন্তভুর্ক্ত যারা পরিপাকতন্ত্রের সমসয্াযুক্ত শিশুদের যত্ন নিতে বিশেষজ্ঞ। যদি আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের আগে পরিপাকতন্ত্রের সমসয্া থাকে বা পর্তিস্থাপনের পরে নতুন সমসয্া দেখা দেয়, পেডিয়াটির্ক জিআই দলের একজন সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারী আপনার পরিপাকতন্ত্রের অবস্থার নিণর্য় এবং চিকিৎসা করার জনয্ আপনার পরিচযর্া দলের অনয্ানয্ সদসয্দের সঙ্গে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করবেন।

পেডিয়াটির্ক পেইন এবং পয্ালিয়েটিভ পরিচযর্া 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 পযর্ায়ে 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 বিশব্াসকে সম্মান করে এবং আপনাকে ও আপনার পরিবারকে আপনার লক্ষয্ ও যত্নের পরিকল্পনা সম্পকির্ত সিদ্ধান্ত গর্হণে সকির্য় হতে উৎসাহিত করে। PACT আপনার পরিচযর্া 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 কি্লনিকয্াল ফামর্াসিস্ট, যিনি স্টেম সেল পর্তিস্থাপন করা রোগীদের যত্নে বিশেষজ্ঞ, আপনার সঙ্গে আপনার ওষুধগুলো পযর্ালোচনা করবেন। তারা আপনাকে ওষুধগুলো কীভাবে নিতে হবে তা শিখাবেন এবং এগুলি কোনো পাশব্র্পর্তিকির্য়া সৃষ্টি করতে পারে কিনা তা জানাবেন। তারা আপনার ঘরের জনয্ ওষুধের সময়সূচি তৈরি ও পর্দান করবেন এবং হাসপাতাল ছাড়ার আগে আপনার রুমে ওষুধ পৌঁছে দেওয়া হয়েছে তা নিশ্চিত করবেন। তারা ইনপেশেন্ট ফেলারে এবং আউটপেশেন্ট কি্লনিকে উপলব্ধ থাকেন, যাতে নতুন কোনো ওষুধ পযর্ালোচনা করা যায় বা আপনার মাতর্া এবং ওষুধের সময়সূচিতে কোনো পরিবতর্ন থাকলে তা দেখাশোনা করা যায়।

পর্জনন সেবা।

আপনার পর্তিস্থাপন দল আপনাকে আমাদের পর্জনন সেবার সঙ্গে দেখা করার পরামশর্ দিতে পারেন। পর্জনন সেবা আলোচনা করবে আপনার চিকিৎসা ভবিষয্তে সন্তানের জন্মদানের ক্ষমতাকে কীভাবে পর্ভাবিত করতে পারে, এবং আপনার পর্জনন ক্ষমতা সংরক্ষণের জনয্ আপনি কোন ধাপগুলো নিতে পারেন। সমাজকমর্ীরাও আপনাকে পর্জনন চিকিৎসার খরচ পরিচালনায় সাহাযয্ করতে পারেন যদি আপনি আগর্হী এবং যোগয্ হন।

সহায়ক সেবাও উপলব্ধ রয়েছে, যার মধ্যে সমাজকর্মী, শিশু জীবন, মনোবিজ্ঞান, শিক্ষক, আধ্যাত্মিক পরিচর্যা এবং সমন্বিত চিকিৎসা অন্তর্ভুক্ত।

পরিবেশগত সেবা।
পরিবেশগত সেবা কর্মীরা পৃষ্ঠতল জীবাণুমুক্ত করা, মেঝে, বাথরুম এবং বায়ু চলাচলের ভেন্ট পরিষ্কার করা, এবং আবর্জনা অপসারণের মাধ্যমে আপনার সংক্রমণের ঝুঁকি কমাতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করেন। আপনার রুম পরিষ্কার রাখার জন্য তারা দিনে অন্তত ২ বার এবং প্রয়োজনে আপনার রুমে আসবেন।

আপনার হাসপাতালের কক্ষ।

আপনাকে ইনপেশেন্ট ইউনিটে ভর্তি করা হলে, আপনি একটি ব্যক্তিগত কক্ষে থাকবেন। এটিকে প্রতিরক্ষামূলক 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 প্রতিরোধী) জুতা পরুন। আপনার নার্স আপনাকে হাসপাতালের নন-স্কিড মোজা দিতে পারেন, অথবা আপনি বাড়ি থেকে এক জোড়া চপ্পল নিয়ে আসতে পারেন।

প্রতিরক্ষামূলক বিচ্ছিন্নতা সতর্কতা।
আপনাকে হাসপাতালে ভর্তি করা হলে, আপনাকে**প্রতিরক্ষামূলক বিচ্ছিন্নতা সতর্কতার মধ্যে রাখা হবে।** জীবাণু থেকে আপনাকে সুরক্ষিত রাখার জন্য। এর অর্থ হলো, আপনাকে ছাড়া কক্ষে থাকা অন্য সবাইকে হাত ধুতে হবে এবং মাস্ক ও দস্তানা পরতে হবে। এর অর্থ হলো, পরীক্ষা বা কোনো প্রক্রিয়ার জন্য 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 শব্াসযন্ের্র সংকর্মণ হয়, আপনাকেড**র্পলেট 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 পর্য্াকটিস 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 পর্স্তুত হয়ে থাকা উপকারী, যাতে দল আসার সময় আপনি তাদের সঙ্গে কথা বলতে পর্স্তুত থাকেন।

কখনও কখনও পর্তিস্থাপন পর্কির্য়া খুবই চাপপূণর্ বা অভিভূত করার

মতো হতে পারে। আপনি এবং আপনার পরিচযর্াকারীরা রাউন্ডসের আগে যে পর্শ্নগুলো 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।

গুরুতব্পূণর্ লক্ষণ।

আপনার পরিচযর্াকারী দল দিনে এবং রাতে উভয় বেলায় অন্তত পর্তি ৪ ঘণ্টা পর পর আপনার গুরুতব্পূণর্ লক্ষণ (রক্তচাপ, তাপমাতর্া, নাড়ির গতি, শব্াস-পর্শব্াসের হার এবং রক্তে অক্সিজেনের মাতর্া) পরীক্ষা করবে। কেউই ঘুম থেকে জাগানো পছন্দ করে না, কিন্তু এই পরিমাপগুলো গুরুতব্পূণর্। আপনার গুরুতব্পূণর্ লক্ষণগুলোর পরিবতর্ন হলে, আপনার পরিচযর্া দলের আপনাকে মূলয্ায়ন করতে হতে পারে।

তরল গর্হণ ও নিগর্মন।

আপনার পরিচযর্া দল পর্তিদিন আপনি কতটা খাবার এবং তরল গর্হণ করছেন (মুখ দিয়ে এবং আপনার আইভি লাইন-এর মাধয্মে উভয়ভাবেই) তা পযর্বেক্ষণ করবে। তারা আপনার পর্সর্াব, মল (পায়খানা) এবং বমির পরিমাণও পরিমাপ করবেন। **আপনার পর্সর্াব (পর্সর্াব), মল (পায়খানা) বা বমি (বমি করা) টয়লেটে ফ্লাশ করবেন না।** আপনার নাসর্ বা নার্সিং

সহকারী এগুলো পরিমাপ করবেন এবং আপনার জনয্ ফ্লাশ করে দেবেন।

আপনার পর্সর্াব, বমি বা মল পরিচালনার সময্ আপনার পরিচযর্াকারীর সবসময্ দস্তানা পরা উচিত। কিছু কেমোথেরাপি ওষুধ আপনার শরীর থেকে পর্সর্াবের মাধয্মে বের হযে্ যায্। পর্সর্াব এবং মলে (পায্খানা) ভাইরাস এবং বয্াকটেরিয়া থাকতে পারে।

রক্ত পরীক্ষা।

আপনার রক্ত পরীক্ষা করার জনয্ দিনে অন্তত একবার এবং কখনও কখনও আরও বেশি বার রক্ত নেওয়া হবে। আপনার রক্ত আপনার সেন্ট্রাল ভেনাস কয্াথেটার (CVC) থেকে নেওয়া হবে। সাধারণত, আপনার রক্ত রাতে নেওয়া হবে যাতে সকালে ডাক্তাররা রাউন্ড করার সময্ আপনার পরীক্ষার ফলাফল পর্স্তুত থাকে।

যে রক্ত পরীক্ষাগুলো সবচেযে্ বেশি করা হয্ সেগুলো হলো:

- **সম্পূর্ণ রক্ত গণনা (CBC)।** এই পরীক্ষায্ আপনার রক্তের গঠনকারী কোষগুলো পরিমাপ করা হয: শেব্ত রক্তকণিকা, লোহিত রক্তকণিকা এবং অণুচকির্কা।
- **বেসিক মেটাবলিক পয্ানেল।** এই পরীক্ষায্ আপনার ইলেকটের্ালাইটের মাতর্া, কিডনির কাযর্কারিতা এবং গ্লুকোজ (চিনি) এর মাতর্া পরিমাপ করা হয্।
- **যকৃতের কাযর্কারিতা।** এই পরীক্ষায্ মোট পের্াটিন, অয্ালবুমিন, বিলিরুবিন এবং যকৃতের এনজাইমের মাতর্া পরিমাপ করা হয্।
- **এপস্টেইন-বার ভাইরাস (EBV), সাইটোমেগালোভাইরাস (CMV)**, এবং **অয্াডেনোভাইরাস** এগুলো ভাইরাসজনিত সংকর্মণ, যেগুলো আমরা কমপকে্ষ 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 অস্থিমজ্জায্ 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: গর্যানুলোসাইট, মোনোসাইট এবং

লিমে্ফাসাইট। পর্তিটি পর্কারের নিজসব্ উপায্ আছে আপনার শরীরকে সংকর্মণের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সাহাযয্ করার। তুমি এই টামর্টি শুনবে।**এএনসি,** যার পূণর্রূপ হলো অয্াবসোলিউট নিউটের্াফিল কাউনট্। আপনার এএনসি হলো আপনার শেব্ত রক্তকণিকার গণনায় মোট নিউটের্াফিলের সংখয্া। এএনসি যত কম হবে, সংকর্মণের ঝুঁকি তত বেশি হবে।

- **পে্লটলেট** এগুলো হলো বণর্হীন কোষ, যাদের পর্ধান কাজ হলো রক্তপাত নিয়ন্তর্ণ করা। যখন আপনার প্লাটিলেটের সংখয্া কমে যায় তখন আপনি রক্তপাত হওয়ার ঝুঁকিতে থাকেন। আপনার পে্লটলেটের মাতর্া বা লকষ্ণের উপর নিভর্র করে আপনাকে রক্ত সঞ্চালন (টর্ান্সফিউশন) 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 টর্ান্সফিউশন বা অয্ালবুমিন ইনফিউশন দেওয়া হতে পারে।

পর্তিস্থাপনের সময় নিজেকে যত্ন নেওয়া।

গোসল করা

আপনার শরীর পরিষ্কার রাখা খুবই গুরুতব্পূণর্। পর্তিদিন ৪% কে্লারহেকিস্ডিন গ্লুকোনেট (সিএইচজি) দর্বণযুক্ত অয্ান্টিসেপটিক 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 অয্ালকোহল-মুক্ত ও সুগনি্ধবিহীন 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 পর্যই 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 দৈননি্দন 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 জব্ালাপোড়া এবং শুষ্ক করে দিতে পারে।
- আপনার নাসর্ আপনাকে টুথপেস্টও দেবেন। এটি শুধুমাতর্ বয্বহার করবেন যদি এটি আপনার মুখে জব্ালাপোড়া 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 নার্সকে জানান। এটি ঘটলে, আপনার ডাক্তার ব্যথা নিয়ন্ত্রণে সহায়তা করার জন্য ওষুধ প্রেসক্রাইব করতে পারেন।

- আপনার ডাক্তার মুখে সংক্রমণ হওয়া প্রতিরোধ করতে একটি মুখে গ্রহণযোগ্য ছত্রাক-রোধী অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবস্থাপত্র দিতে পারেন। এর সাথে যে নির্দেশাবলী দেওয়া আছে, সেগুলো অনুসরণ করুন।

পুষ্টি

কেমোথেরাপি এবং রেডিয়েশন থেরাপি আপনার পাকস্থলীর আস্তরণকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। এর ফলে হাসপাতালে থাকার সময় আপনার খাওয়া ও পান করা কঠিন হয়ে যেতে পারে। আপনার ওজন কমে যাওয়া রোধ করতে একটি নল্যাজোগ্যাস্ট্রিক (এনজি) টিউব লাগানোর প্রয়োজন হতে পারে অথবা টিপিএন (TPN) (টোটাল প্যারেন্টেরাল নিউট্রিশন) নামক আইভি (IV)-এর মাধ্যমে পুষ্টি গ্রহণ করতে হতে পারে।

আপনার এনজি টিউব সম্পর্কে।

একটি এনজি টিউব আপনার নাক দিয়ে গিয়ে পেটে প্রবেশ করে। এটি আপনার শয্যার পাশে নার্স দ্বারা স্থাপন করা যেতে পারে। আপনার চিকিৎসা দল আপনার টিউবটি ব্যবহার করতে পারে:

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

এনজি টিউবের মাধ্যমে তরল খাবার গ্রহণ আপনার গ্যাস্ট্রোইনটেস্টিনাল ট্র্যাক্টকে সক্রিয় রাখতে সাহায্য 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 ক্লিনিকযাল ডায়েটিশিয়ান পুষ্টিবিদ আপনাকে টিউবের মাধযমে কোন ধরনের খাবার দিতে হবে এবং কত ঘন ঘন দিতে হবে সে সম্পকের্ আরও তথয্ দেবেন।

আপনার টিপিএন সম্পকের্।

টিপিএন মিশর্ণটি আপনার শিরার মাধযমে আপনার শরীরের পর্য়োজনীয় সব পুষ্টি সরবরাহ করে। আপনি যদি নিজে থেকে খাওয়া বা পান করতে না পারেন এবং এনজি টিউব বয্বহার করাও সম্ভব না হয, তাহলে আপনাকে টিপিএন-এর মাধযমে 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 ক্লিনিকযাল ডায়েটিশিয়ান পুষ্টিবিদ এবং নাসর্ আপনার সাথে আপনি যে ডায়েট অনুসরণ করবেন সে সম্পকের্ আলোচনা করবেন। তারা আপনাকে আপনার চিকিৎসার সময় কোন কোন খাবার খেতে হবে তাও জানিয়ে দেবেন।

বয্ায়াম এবং শারীরিক কাযর্কলাপ।

শারীরিক কাযর্কলাপ খুবই গুরুতব্পূণর্। দিনে অন্তত ২ বার বিছানা থেকে উঠুন। আপনার পেশীর দৃঢ়তা এবং শকি্ত 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 সঙ্েগ আনতে পারেন। আপনি যদি শিক্ষাথর্ী হন, তাহলে স্কুলের পড়াশোনার সাথে তাল মিলিয়ে চলার জনয্ আপনার বই এবং অয্াসাইনমেন্ট সঙ্েগ আনতে পারেন। হাসপাতালের শিক্ষক আপনার ককেষ আসবেন এবং আপনাকে আপনার পাঠে সাহাযয্ করবেন।

ফিজিকয্াল থেরাপিস্ট (পিটি) এবং অকুপেশনাল থেরাপিস্ট (ওটি) আপনার পর্য়োজনগুলোও মূলয্ায়ন করবেন। স্েটম সেল পর্তিস্থাপনের পুরো সময় জুড়ে তারা যতটা সম্ভব আপনার পেশীর দৃঢ়তা এবং শক্তি বজায় রাখতে সাহাযয্ করবেন।

হাসপাতালে ভতির্ হওয়া থেকে আপনার পর্তিস্থাপনের দিন পযর্ন্ত কী কী আশা করতে হবে।

সহায়ক চিকিৎসা।

সহায়ক চিকিৎসা (সাপোটির্ভ কেয়ার) ওষুধ বয্বহার করা হয় কোনো রোগের উপসগর্ বা চিকিৎসার পাশব্র্পর্তিকির্য়া যত দর্রুত সম্ভব পর্তিরোধ বা চিকিৎসা করার জনয্। আপনার পর্তিস্থাপনের জনয্ হাসপাতালে ভতির্ থাকার সময় আপনি বেশ কয়েকটি সহায়ক চিকিৎসার ওষুধ পাবেন। এর মধেয্ নিচের এগুলি রয়েছে:

- **ওন্ডানসেটর্ন:** এটি বমিভাব (বমি করার মতো অনুভূতি) এবং বমি (বমি করা) কমাতে সাহাযয্ করে।
- **উরসোডিওল::**এটি কেমোথেরাপির পাশব্র্পর্তিকির্য়া থেকে আপনার যকৃতকে সুরক্ষা দেয়।
- **অয্ান্টিবায়োটিক এবং অয্ান্টিভাইরাল:**এগুলো সংকর্মণ পর্তিরোধ বা চিকিৎসা করে।

- **বয্থানাশক ওষুধ:** এটি আপনার চিকিৎসার পাশব্র্পর্তিকির্য়ার কারণে হওয়া যেকোনো বয্থা বা অসব্স্তি কমাতে সাহাযয্ করবে। বয্থানাশক ওষুধের মধেয্ নারকোটিক ওষুধ, যেমন ওপিওইড, অন্তভুর্ক্ত থাকতে পারে। আপনি একটি পেশেন্ট-কন্ট্রোলড অয্ানালজেসিয়া (পিসিএ) পাম্পও পেতে পারেন। পিসিএ পাম্প আপনাকে নিধর্ারিত মাতর্ায্ নিজে থেকেই বয্থানাশক ওষুধ গর্হণের মাধয্মে আপনার বয্থা নিয়ন্তর্ণে সাহাযয্ করে।

আপনিও পাবেন **লাল রক্তকণিকা, পেল্টলেট এবং প্লাজমা টর্ান্সফিউশন.**অয্ানিমিয়া (রক্তসব্ল্পতা) 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 কয্ান্সার কোষ ধব্ংস করতে এবং আপনার রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা (ইমিউন সিস্টেম) দূর করতে সাহাযয্ করবে, যাতে এটি নতুন রক্তের স্টেম সেলগুলোকে পর্তয্াখয্ান না করে।

আপনি কয়েক দিন ধরে কেমোথেরাপি গর্হণ করবেন। আপনার দল আপনার চিকিৎসা পরিকল্পনা আপনার সাথে পযর্ালোচনা করবে। আপনি এই নিদের্শিকার শুরুতে থাকা আপনার রোডময্াপের একটি কপিও দেখতে পারেন। আপনার চিকিৎসার উপর নিভর্র করে, সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপির পর আপনার রক্তের স্টেম সেল পর্তিস্থাপন পাওয়ার আগে ১ থেকে ২ দিন বিশর্াম থাকতে হবে।

যদি আপনার সাইটো-রিডাকটিভ থেরাপির অংশ হিসেবে রেডিয়েশন থেরাপি দেওয়া হয, তবে আপনি টোটাল বডি ইরেডিয়েশন (TBI) সম্পকের্ লিখিত

তথয্ পাবেন। সেই সপ্তাহে পর্তিটি সেশনের সময়সূচি সমব্লিত একটি সূচিও আপনি পাবেন। আপনি দিনে ২ থেকে ৩ বার চিকিৎসা পাবেন। পর্তিটি সেশন ২০ থেকে ৪০ মিনিট স্থাযী় হয্। পর্তিটি সেশনে যাতাযা়তের জনয্ একজন রোগী সহচর আপনাকে নিযে় যাবে এবং নিযে় আসবে।

সেট্ম সেল পর্তিস্থাপনের ধরনসমূহ।

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

- দাতার ধরন।
- আপনার এবং আপনার দাতার মধেয্ এইচএলএ (টিসুয্ টাইপিং) মিলের মাতর্া।
- দানকৃত সেট্ম সেলের উৎস (অসি্থমজ্জা, পর্ান্তীয় রক্ত, বা নাভিরজ্জু রক্ত)।
- আপনি সেগুলো পাওযা়র আগে লয্াবরেটরিতে সেট্ম সেলগুলো কীভাবে পর্কির্য়াজাত করা হয্।

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

দাতার ধরন

- **সব্-রক্তদাতা**: এটি সেই পর্কির্য়া যেখানে দাতার নিজসব্ সেট্ম সেল ডোনার রুমে সংগরহ্ করে হিমাযি়ত করে সংরক্ষণ করা হয্। এগুলো পরীক্ষাগারে অথবা আপনার শযয্ার পাশে গলানো যেতে পারে। উপসি্থত চিকিৎসক আপনার সিভিসি-তে সেট্ম সেল সঞ্চালন

(ইনফিউশন) করবেন।

- **অয্ালোজেনিক দাতা**: এটি সেই অবস্থা যখন আপনার নিজের ছাড়া অনয্ কোনো বয্ক্তি সেট্টম সেল দান করেন। অয্ালোজেনিক দাতা পরিবারের সদসয্ বা সম্পকর্হীন সেব্চ্ছাসেবী দাতা হতে পারেন।

টিসুয্ টাইপিং

যদি আপনি অয্ালোজেনিক সেট্টম সেল পর্তিস্থাপন গর্হণ করেন, তবে আপনার দাতা হতে পারেন:

- **এইচএলএ মিল** (একই রকম)
- **এইচএলএ অমিল** (একই নয়)

সেট্টম সেলের উৎস

রক্তের সেট্টম সেল আসতে পারে:

- **অস্থিমজ্জা**: অস্তেরা্পচার কক্ষে একটি পর্কির্য়ার মাধয্মে দাতার নিতমের্ হাড় থেকে অস্থিমজ্জা সংগর্হ করা হয়। পর্কির্য়ার পূবের্ দাতাকে সাধারণ অয্ানেস্থেসিয়া (ঘুম পাড়ানোর জনয্ বয্বহৃত ওষুধ) পর্দান করা হবে।
- **পেরিফেরাল রক্ত**: দাতার শিরা থেকে রক্তের সেট্টম সেল সংগর্হ করা হয়। দান পর্কির্য়ার পূবের্ দাতাকে ৪–৫ দিন জি-সিএসএফ (নিউপোজেন®) সেবন করতে হবে। এরপর দাতা জাগর্ত অবস্থায় রক্তদান কক্ষে সেট্টম সেল দান করবেন।
- **নাভিরজ্জুর রক্ত**:শিশুর জন্মের পর মায়ের দব্ারা দানকৃত নাভিনালীর রক্ত থেকে রক্তের সেট্টম সেল সংগর্হ করা হয়। নাভির রক্তের কোষসমূহ হিমায়িত অবস্থায় সংরক্ষণ করা হয় এবং পর্য়োজন অনুযায়ী গলিয়ে বয্বহার করা হয়। নাভির রক্ত পরিবারের সদসেয্র

কাছ থেকেও পরা্প্ত হতে পারে, তবে সাধারণত এটি সরকারি নাভির রক্ত বয্াংক থেকে সংগৃহীত হয়।

পর্কির্য়াকরণের ধরন।

- **কোনোটিই নয় / নূয্নতম:** দাতার অস্থিমজ্জা বা পরিধীয় রক্ত থেকে লোহিত রক্তকণিকা বা প্লাজমা অপসারণ করা হতে পারে, তবে এর বাইরে অনয্ কোনো পরিবতর্ন করা হয় না। এটিকে অপরিবতির্ত বা টি-সমৃদ্ধ অস্থিমজ্জা বা পরা্ন্তীয় রক্ত বলা হয়।
- **টি-কোষ হরা্সকৃত:**দাতার অস্থিমজ্জা বা পরিধীয় রক্ত পরীক্ষাগারে পর্কির্য়াকরণ করে টি-কোষের সংখয্া হরা্স করা হয়। এটি গরা্ফট ভাসের্স হোস্ট ডিজিজ (GVHD) হওয়ার ঝুঁকি হরা্স করতে সহায়তা করে। এই ধরনের স্টেম সেল পর্তিস্থাপন পূবের্ "টি-সেল ডিপ্লিটেড" নামে পরিচিত ছিল।

আপনার পর্তিস্থাপনের দিনে কী কী পর্তয্াশা করা যেতে পারে

আপনার সাইটোরিডাকি্টভ থেরাপি সম্পন্ন করার ১ থেকে ৩ দিনের মধেয্ আপনি দাতার স্টেম সেল পাবেন। স্টেম সেলগুলো আপনাকে আপনার CVC-এর মাধয্মে একটি সিরিঞ্জ বা বয্াগ থেকে দেওয়া হবে, ঠিক রক্ত সঞ্চালনের মতো। ইনফিউশনের সময় এবং পরে নাসর্ আপনার তাপমাতরা্, রক্তচাপ, নাড়ির গতি এবং অকি্সজেনের মাতরা্ পরীক্ষা করবেন। আপনার পর্তিস্থাপনের আগে আপনাকে ডিফেনহাইডরা্মিন (বেনাডির্ল®) এবং অয্াসিটামিনোফেন (টাইলেনল®) দেওয়া হবে। এটি ইনফিউশনের সময় আপনার হতে পারে এমন পাশবর্্পর্তিকির্য়া কমাতে সাহাযয্ করার জনয্।

যদিও পাশব্র্পর্তিকির্য়া বিরল, তবুও অস্থিমজ্জা বা পেরিফেরাল স্টেম সেল ইনফিউশনের সময় নাসর্ যেকোনো পাশব্র্পর্তিকির্য়ার জন্য 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

অন্যান্য কম সাধারণ পাশব্র্পর্তিকির্য়াগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- জ্বর
- ঠাণ্ডা লাগা
- নিম্ন রক্তচাপ

আপনার যদি এই পাশব্র্পর্তিকির্য়াগুলোর কোনোটি দেখা দেয়, তবে আপনার পরিচযর্া দল এবং তত্ত্বাবধায়ককে জানান। তারা আপনাকে এগুলো নিয়ন্ত্রণ করতে সাহায্য 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 ত্বকেও রসুনের মতো গন্ধ হতে পারে। আপনি হয়তো গন্ধটি অনুভব নাও করতে পারেন, কিন্তু আপনার আশেপাশের লোকেরা তা অনুভব করতে পারে। এই গন্ধটি

আপনার স্টেম সেল সংরক্ষণে বয্বহৃত সংরক্ষণকারী পদাথের্র কারণে হয্। এটি ধীরে ধীরে ১ থেকে ২ দিনের মধেয্ চলে যাবে। আপনি সব্াদের সমসয্া কমাতে চুইংগাম, শক্ত মিষ্টি বা পানীয্ বয্বহার করতে পারেন।

একবার ইনফিউশন দেওয্ার পর, রক্তের স্টেম সেলগুলো আপনার রক্তপর্বাহের মাধয্মে অস্থিমজ্জার স্থানে পৌঁছাবে। সেখানে তারা বৃদ্ধি পাবে এবং আপনার শরীরে সুস্থ রক্তকণিকা তৈরি করবে। আপনার নতুন স্টেম সেল যথেষ্ট পরিমাণে শেব্ত রক্তকণিকা, লোহিত রক্তকণিকা এবং প্লেটলেট তৈরি করতে সক্ষম না হওয্া পযর্ন্ত আপনি হাসপাতালে থাকবেন। এটি সাধারণত আপনার স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের দিন থেকে পর্ায্ 8 থেকে ৬ সপ্তাহ সময্ নেয্।

আপনার পর্তিস্থাপনের পর কী আশা করা যায্

স্টেম সেল স্থায়ীভাবে স্থাপন (এনগর্াফটমেন্ট)

স্টেম সেলের এনগর্াফটমেন্ট ঘটে যখন দানকৃত কোষগুলো আপনার অস্থিমজ্জায্ পৌঁছে সুস্থ নতুন দাতার রক্তকণিকা তৈরি করে।

আপনি যে ধরনের স্টেম সেল পর্তিস্থাপন গর্হণ করেছেন এবং আপনার রোগের উপর নিভর্র করে, স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের ২ থেকে 8 সপ্তাহের মধেয্ যেকোনো সময্ এনগর্াফটমেন্ট হতে পারে। এনগর্াফটমেন্টের পর্থম লক্ষণ হলো আপনার শেব্ত রক্তকণিকার সংখয্া ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পাওয্া। যখন আপনার এএনসি (অয্াবসোলিউট নিউটের্াফিল কাউন্ট) টানা ৩ দিন ধরে ০.৫ বা তার বেশি হলে, আমরা ধরে নিই যে আপনার এনগর্াফটমেন্ট হয়েছে। প্লেটলেট সাধারণত সবর্শেষে পুনরুদ্ধার হওয্া রক্তকণিকার ধরন। সংকর্মণ, ওষুধ, দানকৃত স্টেম সেলের কম সংখয্া বা গর্াফট বয্থর্তার কারণে এনগর্াফটমেন্ট বিলমিব্ত হতে পারে।

সেট্টম সেল পর্তিস্থাপনের পর পর্থম মাসে নতুন অস্থিমজ্জা কোষ তৈরি করা শুরু করতে পারে, তবে আপনার সম্পূণর্ রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা পুরোপুরি পুনরুদ্ধার হতে কয়েক মাস সময় লাগতে পারে। আপনার পরিচযর্াকারী দল আপনার রক্ত পরীক্ষা করে দেখবে যে আপনার রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা কীভাবে পুনরুদ্ধার হচ্ছে।

গর্াফট পর্তযাখযান এবং গর্াফট বযর্থর্তা

কখনও কখনও পর্তিস্থাপিত কোষগুলো আমাদের পর্তযাশা অনুযায়ী ভালোভাবে এনগর্াফট হয় না। গর্াফট পর্তযাখযান মানে আপনার রোগ পর্তিরোধ বযবস্থা নতুন সেট্টম সেলগুলোকে পর্তযাখযান করে। আপনার সেট্টম সেল পর্তিস্থাপনের আগে যে সাইটোরিডাকিট্টভ চিকিৎসা দেওযা হয, তা গর্াফট পর্তযাখযান পর্তিরোধে সাহাযয করার জনয করা হয।

যদি আপনার চিকিৎসাকারী দল গর্াফট পর্তযাখযান বা বযর্থর্তার কোনো লক্ষণ দেখে, তবে তারা আপনার রক্ত এবং অস্থিমজ্জার বিশেষ পরীক্ষা করবে। পরীক্ষার ফলাফল আপনার চিকিৎসা নিধর্ারণে সাহাযয করবে। আপনার চিকিৎসক আপনার সঙ্গে আপনার চিকিৎসার বিকল্পগুলো নিযে আলোচনা করবেন।

আপনার পর্তিস্থাপনের পর সম্ভাবয সমসযাগুলো

আপনার রক্তের গণনা সবাভাবিক অবস্থায ফিরে আসার জনয অপেক্ষা করার সময কিছু সমসযা হতে পারে। এর উদাহরণ হিসেবে সংকর্মণ, মুখে ঘা, ডাযরিয়া (পাতলা বা পানির মতো পাযখানা), রক্তক্ষরণ এবং রক্তাল্পতা অন্তভুর্ক্ত। আপনার পরিচযর্াকারী দল (হৃদয, ফুসফুস, কিডনি এবং যকৃত)কোনো অঙ্গজনিত বিষকির্য়ার লক্ষণ এবং জিভিএইচডি-এর জনযও আপনাকে পযর্বেক্ষণ করবে। এই সমসযাগুলো পর্তিরোধ, নিযন্তর্ণ এবং চিকিৎসার জনয সাধারণত আপনি এবং

আপনার পরিচযর্াকারী দল একসাথে কিছু পদক্ষেপ নিতে পারেন।

আরও জানতে আপনার চিকিৎসকের সাথে সব্াক্ষরিত সম্মতি ফমর্টি পযর্ালোচনা করুন।

> পর্তেয্কের অভিজ্ঞতা আলাদা। নীচে তালিকাভুক্ত লক্ষণ বা সমসয্াগুলো সবাইযের় 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 ডাযর়িযা়

মিউকোসাইটিস হলো আপনার মুখের ভেতর, গালের ভিতর, ঠোঁটের ভেতর এবং হজমতন্ত্রে পর্দাহ। কিছু কেমোথেরাপি ওষুধ এবং রেডিযে়শন থেরাপি এই পর্দাহ সৃষ্টি করতে পারে। এই পর্দাহের কারণে বেদনাদায়ক ঘা, গিলতে কষ্ট হওযা়া এবং ডাযর়িযা় হতে পারে।

মিউকোসাইটিস এবং ডাযর়িযা় সাধারণত চিকিৎসা শুরু হওযা়র ৩ থেকে ১০ দিনের মধেয্ শুরু হয়। এনগরা্ফটমেন্ট শুরু হলে এগুলো সাধারণত পর্তিস্থাপনের ২ থেকে ৪ সপ্তাহের মধেয্ সেরে যায়। আপনার আরাম বজায় রাখার জনয্ পর্যোজন অনুযাযী় আপনার পরিচযর্াকারী দল আপনাকে বয্থার ওষুধ দেবে।

সংকর্মণ

স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর কযে়ক মাস পযর্ন্ত আপনার বয্াকটেরিযা়, 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 পরা্থমিক 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 গুরুতব্পূর্ লক্ষণ। আপনার যদি জব্র হয়, তবে জব্রের কারণ নিণর্য়ের 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 পরা্য় 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 জনয্ পেরিফেরাল IV বসাতে পারেন। কখনও কখনও আমরা আপনার হাসপাতালের ককে্ষই আপনার সেন্টর্াল লাইন অপসারণ করতে পারি।

জব্র থাকলে আরও যেসব পরীক্ষা করা হতে পারে, সেগুলোর মধেয্ রয়েছে:

- নিদির্ষ্ট সংকর্মণ শনাক্ত করার জনয্ রক্ত পরীক্ষা।

- এক্স-রে
- অভয্ন্তরীণ অঙ্গগুলোতে সংকর্মণ খুঁজে দেখতে কম্পিউটেড টোমোগর্াফি (সিটি) স্কয্ান বা পজিটর্ন এমিশন টোমোগর্াফি (পিইটি) স্কয্ান করা হতে পারে।

আপনাকে সংকর্মণের চিকিৎসা ও পর্তিরোধের জনয্ ওষুধ দেওয়া হবে। স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর অতীতে আপনার যে কোনো ভাইরাল সংকর্মণ হয়েছিল তা আবার ফিরে না আসতে সাহাযয্ করার জনয্ আপনাকে অয্ান্টি-ভাইরাল ওষুধও দেওয়া হবে। এই সংকর্মণগুলোর মধেয্ থাকতে পারে:

- ঠোঁটের ঘা
- দাদ
- পনিউমোসিস্টিস জিরোভেসি নিউমোনিয়া (PCP)।
- সাইটোমেগালোভাইরাস (CMV)
- ফুসফুস বা অন্তর্কে পর্ভাবিত করে এমন অনয্ানয্ সংকর্মণ।

যাদের রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা ভালোভাবে কাজ করছে না, তারা এমন সংকর্মণে আকর্ান্ত হতে পারেন যা সাধারণত সুস্থ মানুষের হয় না। এই সংকর্মণগুলোকে সুযোগসন্ধানী সংকর্মণ বলা হয়। সুযোগসন্ধানী সংকর্মণ থেকে আপনাকে সুরক্ষিত রাখতে সাহাযয্ করার জনয্ আপনার ওষুধের পর্য়োজন হতে পারে। আপনার শেব্ত রক্তকণিকার সংখয্া এবং রোগ পর্তিরোধ ক্ষমতা সব্াভাবিক অবস্থায় ফিরে না আসা পযর্ন্ত আপনি সুযোগসন্ধানী সংকর্মণের 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 (রক্তে 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 সমসযা।

আপনার কিডনি, মূতরা্শয, যকৃত, ফুসফুস, হৃদপিণ্ড অথবা কেন্দরী্য় স্নাযুতন্তের্ ক্ষতি হতে পারে। অঙ্গের ক্ষতি হচ্ছে কিনা তা পরীক্ষা করার জনয্ আপনাকে পরা্য়ই পরীক্ষা করা হবে এবং পর্তিদিন লয্াব টেস্ট করা হবে। এই ক্ষতি কমানোর জনয্ পর্য়োজন অনুযায়ী আপনার চিকিৎসা সমনব্য় করা হবে। সমনব্য়ের উদাহরণগুলোর মধেয্ রয়েছে আপনি যে ওষুধ নিচ্ছেন তা পরিবতর্ন করা বা আপনি যে ওষুধ নিচ্ছেন তার মাতরা্ কমানো।

কিডনি।

আপনার কিডনি আপনার রক্তকে পরিশোধন করে এবং বজর্য্ পদাথর্ শরীর থেকে বের করে দেওয়ার জনয্ পর্সরা্ব তৈরি করে। কেমোথেরাপি এবং অনয্ানয্ ওষুধ আপনার কিডনি কতটা ভালোভাবে কাজ করে তা পর্ভাবিত করতে পারে।

আপনার চিকিৎসক দল পর্তিদিনের রক্ত পরীক্ষার (BUN এবং কির্য়েটিনিন) মাধয্মে এবং আপনার কিডনি কতটা ভালোভাবে পর্সরা্ব তৈরি করে শরীর থেকে বিষাক্ত পদাথর্ বের করে দিচ্ছে তা পযর্বেক্ষণ করে জানতে পারবে আপনার কিডনি কতটা ভালো কাজ করছে। এই কারণেই আপনি ঠিক কতটা জল পান করেন এবং কতটা পর্সরা্ব করেন, তা আপনার নাসের্র জানা ও লিপিবদ্ধ করা জরুরি। এ কারণেই আপনার দিনে অন্তত একবার ওজন মাপা অতয্ন্ত জরুরি। আপনার ওজন বেড়ে গেলে, আপনার কিডনিকে শরীর থেকে তরল ও বিষাক্ত পদাথর্ বের করতে সাহাযয্ করার জনয্ আপনার ওষুধের পর্য়োজন হতে পারে।

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

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

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

মূতর্া্শয্ (হেমোরেজিক সিস্টাইটিস)।
কিছু ওষুধ, যেমন সাইকে্লাফসফামাইড (সাইটোক্সান®), এবং কিছু ভাইরাস, যেমন বিকে ভাইরাস, আপনার মূতর্া্শয়ের আবরণকে উত্েতজিত করতে পারে। এর ফলে আপনার পর্স্রা্বে রক্ত আসতে পারে এবং পর্স্রা্ব করা (পর্স্রা্ব 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 পর্স্রা্ব করবেন। বিকে ভাইরাসের চিকিৎসার মধেয্ বয্থার ওষুধ এবং অয্ান্টিবায়োটিক অন্তভুর্ক্ত থাকতে পারে। কখনও কখনও, আপনার মূতর্া্শয়ে একটি ইউরিনারি (ফোলি বা স্েটর্ইট) কয্াথেটার স্থাপন করা হতে পারে যাতে আপনার পর্স্রা্ব করা সহজ হয্।

লিভার

আপনার যকৃত (লিভার) রক্ত থেকে ক্ষতিকর পদাথর্ অপসারণ করে, পুষ্টি শোষণ করে এবং রক্ত জমাট বাঁধতে সাহাযয্ করার জনয্ গুরুতব্পূণর্ 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 ক্ষতিগরস্ত হয, তাহলে আমরা বিশেষভাবে উদিব্গ্ন থাকি। রক্তনালীগুলো বন্ধ হযে় যেতে পারে, যার ফলে রক্ত সঠিকভাবে পর্বাহিত হওযা় কঠিন হযে় যায়। এই ধরনের ক্ষতিকে ভেনো-অক্লুসিভ ডিজিজ (ভিওডি) বা সাইনুসযে়ডাল অবস্ট্রাকটিভ সিনডেরা্ম (এসওএস) বলা হয়।

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 দিযে় তরল সব্াভাবিকভাবে যেতে না পারায, 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 আল্ট্রাসাউন্ড স্কযান করা হবে।

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

ফুসফুস

আপনার ফুসফুস আপনার শবাস-পর্শবাস নিয়ন্তর্ণ করে। আপনার ফুসফুসে কোনো সমসযা হলে আপনি দর্ুত শবাস নিতে পারেন অথবা আপনার অক্সিজেনের মাতর্া কমে যেতে পারে। স্টেম সেল পর্তিস্থাপনের পর আপনার ফুসফুসে যে সমসযাগুলো হতে পারে তার মধেয 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 শবাস-পর্শবাসে কোনো পরিবতর্ন লক্ষয 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 স্কযা্ন।
- বর্ঙে্কাস্কপি (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 হৃদপিণে্ডর ক্ষতি হতে পারে। আপনি হাসপাতালে থাকাকালীন আপনার চিকিৎসকেরা আপনার হৃদপিণে্ডর কাযর্কারিতা নিবিড়ভাবে পযর্বেক্ষণ করবেন।

আপনার হৃদপিণে্ডর 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 ছতরা্কের মতো বহিরাগত উপাদানকে আকর্মণ করে। টি-কোষগুলি বিদেশি গরা্ফ্ট (টিসুয্ পর্তিস্থাপন), যেমন অস্থিমজ্জা, কিডনি, ফুসফুস বা হৃদপিণ্ডের পর্তিস্থাপনকেও আকর্মণ করে। এটিকে গরা্ফ্ট রিজেকশন (পর্তযা্খযা্ন) বলা হয্। দাতা টিসুয্র টি-কোষগুলোও বিদেশি উপাদানকে আকর্মণ করে। দাতা টি-কোষগুলো (গরা্ফ্ট) রোগীকে (হোস্ট) বিদেশি হিসেবে দেখে এবং রোগীর টিসুয্গুলোর উপর আকর্মণ করে। এটিকে গরা্ফ্ট ভাসের্স হোস্ট ডিজিজ বলা হয্।

নতুন স্টেম সেলগুলো যখন গরা্ফট হয়ে্ (বৃদ্ধি পেতে) শুরু করে, তখন জিভিএইচডি হতে পারে। যাদের HLA-তে খুব কাছাকাছি মিলে এমন গরা্ফ্ট বা টি-কোষ কমানো (ডিপ্লিটেড) স্টেম সেল পর্তিস্থাপন করা হয, তাদের ক্ষেতের্ GVHD-এর ঝুঁকি কম থাকে, তবে পুরোপুরি দূর হয্ না।

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

জিভিএইচডি দুই ধরনের হয়ে থাকে:

- **অয্াকিউট (তীবর্)।** (পরা্রম্ভিক, সাধারণত পর্তিস্থাপনের ৩ মাসের মধেয্)।
- **করি্নক (দীঘর্স্থায়ী)।**(দেরিতে শুরু হয় এবং দীঘর্স্থায়ী হয়)। দীঘর্স্থায়ী জিভিএইচডি সাধারণত পর্তিস্থাপনের পর্থম ১০০ দিনের

পর এবং পর্থম এক বছরের মধেয্ দেখা দেয্।

তীবর্ জিভিএইচডি-এর সাধারণ লক্ষণগুলোর মধেয্ রয়েছে:

- তব্কে ফুসকুড়ি, যা পর্ায়শই হাতের তালু বা পায়ের তলা থেকে শুরু হয়।
- ডায়রিয়া
- জন্ডিস (তব্কের হলুদ রঙ)।
- অসব্াভাবিক যকৃতের কাযর্কারিতা পরীক্ষা।

দীঘর্স্থায়ী জিভিএইচডি-এর সাধারণ লক্ষণগুলোর মধেয্ রয়েছে:

- তব্কে ফুসকুড়ি অথবা শুষ্ক বা পুরু হয়ে যাওয়া তব্ক।
- শক্তি হর্াস।
- ক্ষুধা ও ওজন কমে যাওয়া।
- ডায়রিয়া
- মুখ শুষ্ক হওয়া এবং মুখে ঘা হওয়া।
- শুষ্ক চোখ
- চুল পড়া
- যকৃতের পর্দাহ।

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

জিভিএইচডি মূলয্ায়নের জনয্ যে পরীক্ষাগুলো করা হতে পারে সেগুলো হলো:

- লয্াব পরীক্ষা।
- তব্কের বায়োপসি
- কোলনোস্কোপি বা এন্ডোস্কোপির মাধয্মে আপনার অন্তর্র আবরণী থেকে বায়োপসি (টিসুয্র 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 সঙ্গে 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