Memorial Sloan Kettering Cancer Center

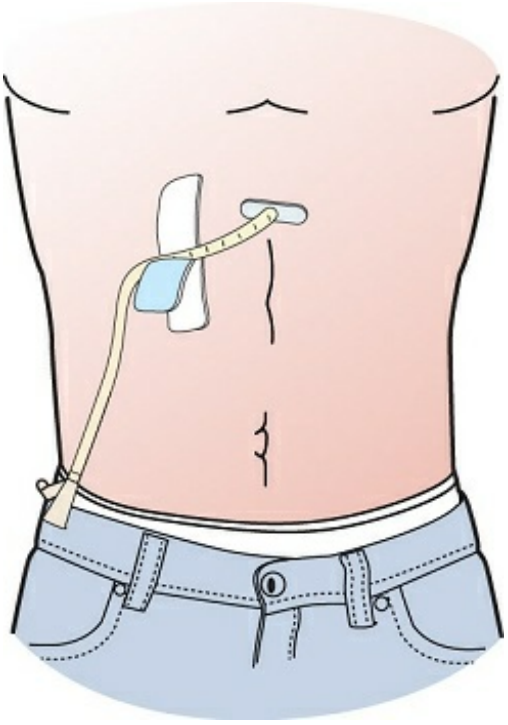
রোগী এবং শুশরুষাকারীর শিক্ষা

আপনার ডের্নেজ গয্াস্ট্রের্াস্ট্মি টিউবের যত্ন নেওয্া

আপনার ডের্নেজ গয্াস্ট্রের্াস্ট্মি টিউব (G-টিউব)-এর যত্ন নিতে এই তথয্ আপনাকে সাহাযয্ করবে।

আপনার ডের্নেজ G-টিউবের পরিচিতি

ডের্নেজ G-টিউব হলো এমন একটি টিউব যা পেটের রস ও তরল পদাথর্ নিষ্কাশনের জনয্ আপনার পেটের ভিতরে রাখা হয্ (চিতর্ 1 দেখুন)। বমি বমি ভাব (ভিতর থেকে কোনো কিছু উগরে দিচ্ছেন বলে মনে হওয়া) উপশম করতে এটি সহায়তা করে। এছাড়াও, এটি আপনার নাড়িভুঁড়িতে (অন্তর্) বাধার কারণে সৃষ্ট বমি (উগরে দেওয়া) উপশম করতে এটি সহায়তা করে। এটি আপনাকে আরো সব্াচ্ছন্দয্ বোধ করাবে।



চিতর্ 1. একটি ডের্নেজ গয্াস্ট্রের্াস্ট্মি টিউব

বিভিন্ন ধরনের G-টিউব পাওয়া যায়। আপনি কোনটি বয্বহার করেন তার উপর ভিত্তি করে, বিভিন্ন সংযোগ থাকবে। আপনি যে G-টিউবটি বয্বহার করেন তা সম্পকের্ আপনার নাসর্ আপনাকে শেখাবে। এছাড়াও বাড়িতে নিয়ে যাওয়ার জনয্ আপনার নাসর্ আপনাকে এই সরঞ্জামগুলো দেবেন:

- 4 x 4 গজের 1টি বক্স।
- 1-ইঞ্চি টেপের 1টি রোল।
- 60 মিলিলিটার (মিলি) আকারের 1টি নিষ্কাশন সিরিঞ্জ।
- 2টি ডেরনেজ বয্াগ।
- G-টিউব ফিট করার জনয্ 2টি কয্াপ।
- 1টি Cath-Secure®.
- Polyderm™ ডের্সিং।

ডেরনেজ G-টিউবের চারপাশে হতে পারা যেকোনো অসব্স্তি দূর করার জনয্ আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারী বয্থানাশক ওষুধও লিখে দিতে পারেন।

আপনার ডেরনেজ G-টিউবের চারপাশের তব্কের যত্ন নেওয়া

আপনার তব্কের পর্তি খেয়াল করুন

আপনার G-টিউবের চারপাশের তব্কের দিকে পর্তিদিন নিবিড়ভাবে লক্ষয্ করুন। যদি কোনো লালভাব, ফোলা বা পুঁজ (ঘন, হলুদ বা সাদা তরল নিষ্কাশন) দেখেন তাহলে আপনার সব্াস্থয্ সেবাদানকারীকে বলুন।

আপনার তব্ক পরিষ্কার করুন

নিচের নিদের্শাবলী অনুসরণ করে পর্তিদিন আপনার তব্ক পরিষ্কার করুন:

1. আপনার G-টিউবের চারপাশের পুরনো বয্ান্েডজটি অপসারণ করুন। বয্ান্েডজে তরল কিছু বা শ্লেষ্মার দাগ দেখতে পাওয়াটা সব্াভাবিক। G-টিউবের চারপাশে আগের রক্ত বা করা্সি্টং দেখতে পাওয়াও

সব্াভাবিক।

2. G-টিউবের চারপাশের তব্ক সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন, যেকোনো তরল বা কর্াস্টিং অপসারণ করুন। আলতোভাবে শুকিয়ে নিন।
3. একটি 4 x 4 গজের পয্াড বা পলিডামর্ বডর্ার ফোমের ডের্সিং দিয়ে আপনার উক্ত স্থানটি ঢেকে দিন।
4. টিউবটি লুপ করে টেপ বা কয্াথ-সিকিউর দিয়ে সুরক্ষিত করুন।

যদি আপনার G-টিউব পড়ে যায় তাহলে বেশ কয়েকটি 4 x 4 গজ দিয়ে খোলা অংশটি ঢেকে দিন। অবিলমেব্ আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীকে ফোন করুন কোনো কিছু খাবেন না বা পান করবেন না।

আপনার ডের্নেজ বয্াগের যত্ন

আপনার ডের্নেজ বয্াগটি খালি করা

ডের্নেজ বয্াগটি যখন পর্ায় ⅓ থেকে ½ অংশ পূণর্ হয় বা পর্ায় পর্তি 8 ঘণ্টায়, যেটি আগে ঘটবে তা অনুযায়ী এটি খালি করুন।

আপনার ডের্নেজ বয্াগ পরিষ্কার ও পরিবতর্ন

যদি আপনি নরম খাবার খান তবে দিনে একবার আপনার ডের্নেজ বয্াগটি পরিষ্কার করুন। আপনি খাচ্ছেন না, এমন হলে পর্তি 3 থেকে 4 দিন পর বয্াগটি পরিষ্কার করুন।

আপনার বয্াগটি পরিষ্কার করতে:

1. 1 ভাগ সাদা ভিনেগার 3 ভাগ ঠাণ্ডা পানির সাথে মেশান।
2. এই দর্বণে আপনার বয্াগটি 10 থেকে 15 মিনিটের জনয্ ভিজিয়ে রাখুন।

3. বয্াগটি শুকাতে দিন।

আপনি বয্াগটি পরিষ্কার ও শুকানোর সময় G-টিউবের মুখ বন্ধ হয়ে গেলে (নিষ্কাশনের জনয্ খোলা নয়) আপনার বমি বমি ভাব বা কিছুটা অসব্স্তি হতে পারে। এমনটি হলে, অনয্ বয্াগ বয্বহার করুন।

সপ্তাহে একবার আপনার বয্াগ পরিবতর্ন করুন।

দর্রুত তরল পদাথর্ নিষ্কাশনের জনয্ ডের্নেজ বয্াগটি আপনার পাকস্থলীর নিচ বরাবর রাখুন।

আপনার ডের্নেজ G-টিউব ফ্লাশ করা

আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারী আপনাকে G-টিউব ফ্লাশ করার কথা বলতে পারেন। যদি এমনটি হয় তাহলে নিচের নিদের্শাবলী অনুসরণ করুন:

- দিনে অন্তত একবার আপনার G-টিউব ফ্লাশ করুন। আপনাকে এটি পর্ায়শই ফ্লাশ করতে হতে পারে যদি:
  - পেটের গাঢ় রস বা শ্লেষ্মা এটিতে জমা হয়
  - আপনার বমি বমি ভাব হয়
  - সেট করার পর আপনি পরিপূণর্ এবং ভালো বোধ না করেন।
- আপনার G-টিউব ফ্লাশ করতে, নিম্নোক্ত নিদের্শনাবলী অনুসরণ করুন:
  - আপনার পর্য়োজনীয় সরঞ্জাম সংগর্হ করুন:
    - 30 থেকে 60 মিলি পানি (বা আপনার সব্াস্থয্ সেবাদানকারী কতর্ৃক বলা পরিমাণ)।
    - 60 মিলি আকারের 1টি সিরিঞ্জ।

        - টিউবটির জনয্ 1টি প্লাস্টিক কয্াপ।
        - পরিষ্কার 1টি ডের্নেজ বয্াগ।
        - কাগজের তোয়্ালে।
    - ডের্নেজ বয্াগটি খালি করুন।
    - কমপক্ষে 20 সেকেন্ড ধরে সাবান ও গরম পানি দিয়ে আপনার হাত ধুয়ে নিন।
    - নিষ্কাশিত যেকোনো তরল শোষণ করতে আপনার G-টিউবের নিচে কাগজের তোয়্ালে রাখুন।
    - আপনার সব্াস্থয্ সেবাদানকারীর কথা অনুযায়ী, সিরিঞ্জ 30 থেকে 60 মিলি পানি ভরে নিন।
    - আপনার G-টিউবটি ক্লয্াম্প করুন।
    - ডের্নেজ বয্াগ থেকে G-টিউবের সংযোগ বিচ্ছিন্ন করে সেটি পাশে সেট করুন।
    - আপনার G-টিউবের খোলা অংশের মধেয্ সিরিঞ্জটি ঢোকান।
    - G-টিউবটি ক্লয্াম্প মুক্ত করুন এবং সিরিঞ্জের প্লাঞ্জারটিকে দরুত চাপুন।
    - আপনার G-টিউবটি ক্লয্াম্প করুন।
    - সিরিঞ্জটি সরিয়ে নিন এবং আপনার G-টিউবটিকে ডের্নেজ বয্াগের সাথে পুনরায় যুক্ত করুন।
    - আপনার G-টিউবটি ক্লয্াম্প মুক্ত করুন এবং শুকাতে দিন।
- যদি আপনার G-টিউব কোনো তরল নিষ্কাশন না করে বা বমি বমি ভাব বোধ করেন এবং ফ্লাশ করার পরেও এটি বয্বহার উপযোগী না হয়

তাহলে আপনি আপনার সব্াস্থয্ সেবাদানকারীকে কল করুন।

ডের্নেজ G-টিউব বয্বহার করে খাওয়া ও পান করা

- আপনার পর্কির্য়া সম্পন্নের পরে আপনি কখন থেকে হালকা তরল পানীয় পান করা শুরু করতে পারেন তা আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারী আপনাকে জানাবেন । হালকা তরল পানীয়ের মধেয্ রয়েছে আদা-মিশির্ত পানীয, আপেলের রস, কফি, চা, ঝোল, সব্াদযুক্ত বরফ এবং জেলাটিন (যেমন- Jell-O®)-এর মতো পানীয়।
- ডের্নেজ বয্াগে খাবার বা তরল নিষ্কাশনের সুযোগ দেওয়ার জনয্ আপনি যখন পান করেন বা খান তখন উঠে বসুন। খাওয়ার পরে 20 থেকে 30 মিনিট বসে থাকুন। আপনি যদি তা না করেন তবে আপনি বমি বমি ভাব অনুভব করতে পারেন। আপনি যদি বমি বমি ভাব অনুভব করেন তাহলে নিশ্চিত করুন যে আপনার G-টিউবটি খসখসে অবস্থায় নেই। এটি আপনাকে ভালো বোধ করাবে।
- কোনো সমসয্া ছাড়াই আপনি একবার হালকা তরল পান করতে পারলে, ধীরে ধীরে আপনার খাদয্ তালিকায় যেকোনো তরল খাবার অন্তভুর্ক্ত করুন। 2 দিন পরে আপনার যদি কোনো সমসয্া না হয় তাহলে আপনি নরম বা চূর্ণ করা খাবার খাওয়া শুরু করতে পারেন। বেলন্ডার বা ফুড পর্সেসরে আপনার খাবার চূর্ণ করুন।
- আপনি যদি এমন খাবার খান যা চূর্ণ করা নয় তবে আপনাকে অবশয্ই এটি ছোট ছোট টুকরো করে খুব ভালোভাবে চিবিয়ে খেতে হবে। একবারে খুব ছোট টুকরো করে খান। 24 ঘণ্টার ভিতরে 4 কাপের বেশি খাবার খাবেন না বা 1 লিটার (33.8 আউন্স)-এর বেশি পানীয় পান করবেন না। আপনি পর্তিবার যখুনি খাবেন বা পান করবেন ততবারই আপনি গুরুতব্পূর্ণ পুষ্টি হারাবেন। এর কারণ হলো এগুলো খাবার বা তরল

দিয়ে ডেরনেজ বয্াগে ফেলে। কিভাবে আপনার পর্য়োজনীয় পুষ্টি পাবেন তা সম্পকের্ আপনার সব্াস্থয্ সেবা দলের একজন সদসয্ আপনাকে শেখাবেন।

আপনি যা খান এবং পান করেন তার বেশিরভাগই টিউবের মাধয্মে ডেরনেজ বয্াগে চলে যাবে। উদাহরণসব্রূপ, আপনি যদি লাল জেলাটিন খান তবে বয্াগের ডেরনেজ লাল হয়ে যাবে। আপনি না খেয়ে থাকলেও পেটের রস বয্াগে চলে যাবে। আপনার পেটের রসের রঙ সবুজ থেকে গাঢ় হলুদ পযর্ন্ত হবে।

অধিকাংশ লোকের বাড়িতে থাকাকালীন শিরায় (IV) তরল থাকা দরকার যাতে তারা পানিশূনয্তায় না ভোগে। আপনাকে এই তরলগুলো দেওয়ার জনয্ আপনার একটি ইমপ্লান্ট করা পোটর্ (যেমন- একটি Mediport®) বা অনয্ানয্ IV অয্াকেস্স যেমন- সেন্টর্াল ভেনাস কয্াথেটার (CVC)-এর পর্য়োজন থাকতে পারে। আপনার যদি IV অয্াকেস্সের পর্য়োজন হয় তাহলে আপনি হাসপাতালে থাকার সময় আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারী আপনার সাথে কথা বলবেন।

আপনার ডেরনেজ G-টিউব ক্লাম্প করা

এস্পিরেশন পর্তিরোধে আপনার ডেরনেজ G-টিউব রাতে সবসময় খোলা রাখুন। এস্পিরেশন হলো যখন খাবার, তরল বা লালা আপনার শব্াসনালীতে পর্বেশ করে।

পর্থম সপ্তাহে আপনি আপনার ওষুধ সেবন বয্তীত ডেরনেজ G-টিউবটি ক্লাম্প করবেন না।

আপনার ডেরনেজ G-টিউব দিয়ে ওষুধ খাওয়া

আপনি ওষুধের টযা্বলেটগুলো গিলে ফেলতে পারেন তবে পর্থমে আপনাকে আপনার টিউবটি ক্লাম্প করতে হবে। ওষুধ খাওয়ার পরে 15 থেকে 30 মিনিটের জনয্ আপনাকে আপনার টিউবটি ক্লাম্প করা অবস্থায় রাখতে হবে।

কখন আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীকে ফোন করতে হবে

অবিলমেব্ আপনার সব্াস্থয্সেবা পর্দানকারীকে ফোন করুন যদি:

- আপনার জব্র 101° ফা. (38.3° সে.) বা তার বেশি হয়।
- আপনার ঝাঁকুনি থাকে বা ঠাণ্ডা বোধ হয়।
- আপনার G-টিউব বিচ্ছিন্ন হয় বা পড়ে যায়।
- আপনার রক্তপাতের কোনো লক্ষণ দেখা যায়।
- আপনার পেটের যেখানে G-টিউব রয়েছে সেখানে বয্থা অনুভূত হয় যা ওষুধ সেবনে ভালো হয় না।
- আপনার বমি বমি ভাব এবং বমি হয় যা সব্াভাবিকের চেয়ে অনেক বেশি।
- টিউবের চারপাশে আপনার তব্কে লালভাব, ফোলা বা পুঁজের কোনো লক্ষণ থাকে।
- দিনে 3 বারের বেশি আপনাকে আপনার বয্ান্ডেজ পরিবতর্ন করতে হয় বা আপনার G-টিউবে ফুটো থাকে।

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