Page-1

টাইফয়েড জ্বর or Typhoid fever

টাইফয়েড হল একপ্রকার সংক্রামক জ্বর যা শুধুমাত্র মানুষের মধ্যে দেখা যায়। যদিও ইহা স্বল্প মেয়াদি জ্বরের অন্তর্ভুক্ত কিন্তু তা সত্ত্বেও দীর্ঘমেয়াদি জ্বরের মধ্যে একে ধরা যায়,

কারন - Salmonella typhi এরজন্য টাইফয়েড হয় সাধারনতঃ এবং প্যারাটাইফয়েড এরজন্য দায়ী Salmonella schottmulleri যদিও প্যারাটাইফয়েড এর [illegible] টাইফয়েড রোগই বেশি দেখা যায়, আক্রান্ত ব্যাক্তি এই রোগ ছড়ানোর সম্ভাবনা বেশি থাকে। পানীয়জল, দুধ, এবং দূষিত খাদ্য থেকে মাছি দ্বারা এই রোগ বেশি ছড়ায়

টাইফয়েড ব্যাসিলি নামক জীবাণু জলে সাধারনত বংশবৃদ্ধি করতে পারে না কিন্তু কোন প্রজাতি প্রায় 7 দিন অবধি জলে টিকে থাকতে পারে। কিন্তু এই ব্যাকটেরিয়া বরফের মধ্যে 1 মাসেরও বেশি বেঁচে থাকতে পারে। টাইফয়েড ব্যাসিলি দুধের স্বাদ পরিবর্তন না করে অথবা দুধের কোন পরিবর্তন না করেই দুধের মধ্যে দ্রুত বাড়তে পারে। সাধারনত এই জ্বরের লক্ষন 10-14 দিনের মধ্যে প্রকাশিত হয়। তবে এই জ্বর তিন দিনের মধ্যেও সেরে যায় (কোনও কোনও ক্ষেত্রে) আবার তিন সপ্তাহও স্থায়ী হতে পারে। এই রোগ ক্ষুদ্রান্ত্রে শুরু হয়। যেখানে ব্যাকটেরিয়া ক্ষুদ্রান্ত্রের দেওয়ালের ভিলাই নামক অংশের আবরন ভেদ করে আটকে থাকে। এই রোগ প্রকাশ পায় প্রথমত জ্বরের মাধ্যমে। কিন্তু ব্যাকটেরিয়া থেকে পোষকের পিত্তথলী ও পিত্তনালীতে প্রবেশ করে ও দ্বিতীয় বার অর্থাৎ গৌন সংক্রমন ঘটায়, এবং এর ফলস্বরূপ ডাইরিয়া হয়। এই ধরনের সংক্রমন সাধারনত 1 সপ্তাহ স্থায়ী হয়

রোগের চিহ্ন ও লক্ষন :- এই রোগকে চিহ্নিত করা যায় ক্ষুদ্রান্ত্রে ~~[illegible]~~ এমনকি প্রদাহের জন্য। এছাড়া ক্ষুদ্রান্ত্রের আলসার তৈরী এবং প্লীহার আকৃতি বৃদ্ধি ও রক্তক্ষরনের জন্য। এছাড়া এই জ্বরে আক্রান্ত ব্যাক্তি ডাইরিয়াতে আক্রান্ত হয়। অথবা কনোষ্টিপেশনে এবং কোষ্ঠকাঠিন্যে

জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তির পথ্যতালিকা প্রস্তুতি: জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তির পথ্য তালিকা প্রস্তুতির সময় যে যে বিষয়গুলি বিশেষভাবে বিবেচনা করা হয় সেগুলি হল: ① অধিক ক্যালোরিসমৃদ্ধ খাবার সাধারণত 2700- 3000 Kcal পর্যন্ত সরবরাহ করতে হবে ② অধিক প্রোটিনসমৃদ্ধ খাদ্য সরবরাহ করা প্রয়োজন। ③ অধিক [illegible] কার্বোহাইড্রেট সমৃদ্ধ খাদ্য সাধারণত 600 gm পর্যন্ত সরবরাহ করা যেতে পারে। ④ অল্প ফ্যাট সমৃদ্ধ খাদ্য দিতে হবে। ⑤ কম তন্তুসমৃদ্ধ খাদ্য, যেমন সবুজ শাকসব্জির তরকারি, ভাপে সিদ্ধ সব্জি দ্বারা প্রস্তুত ঝোল দিতে হবে। ⑥ দ্রুত ও সহজপাচ্য নরম এবং সুবিন্যস্ত গঠনযুক্ত পথ্য সরবরাহ করতে হবে। ⑦ অধিকক্ষেত্রে [illegible] খাওয়ানোর সময়ের মধ্যে ব্যবধান কমিয়ে অল্প অল্প করে বারে বারে পথ্য দেওয়া উচিত।

জ্বরে আক্রান্ত ব্যক্তির পথ্যতালিকা

শক্তি বা ক্যালোরি চাহিদা:- এক্ষেত্রে ক্যালোরির চাহিদা 50 শতাংশ বৃদ্ধি পায় দেহের তাপমাত্রা বৃদ্ধির জন্য এবং কলা কোশের ক্ষয়ের জন্য এছাড়া বিশ্রামহীনতাও ক্যালোরি চাহিদা বৃদ্ধি করে। এই সময় ব্যক্তিকে 600-1200 Kcal অতিরিক্ত ক্যালোরি আকারে [illegible] দিতে হবে,

প্রোটিন:- প্রায় 100 gm প্রোটিন অথবা তার বেশি প্রোটিন এই ক্ষেত্রে দিতে হবে যখন জ্বর বৃদ্ধি পায়। তাছাড়া কলা প্রোটিনের ভাঙনও এই সময় প্রোটিনের চাহিদা বৃদ্ধি করে। উচ্চ প্রোটিন যুক্ত পানীয় এই সময় প্রত্যেক আহারের সাথে দেওয়া উচিত,

কার্বোহাইড্রেট:- যেহেতু গ্লাইকোজেন সঞ্চয় এই সময় উল্লেখযোগ্য হারে কমে যায়, তাই কার্বোহাইড্রেট জাতীয় খাদ্য এই সময় দেওয়া উচিত কার্বোহাইড্রেট সাধারণত গ্লুকোজ কেই এই ক্ষেত্রে

ফ্যাট:- শক্তি গ্রহণ এই অবস্থায় দ্রুত করার জন্য ফ্যাটের ব্যবহার এই সময়, বিচক্ষণ পূর্ণ হওয়া উচিত। তবে ভাজা খাবার এবং

পেস্ট্রি জাতীয় খাবার এসময় এড়িয়ে চলতে হবে।

মিনারেলস বা খনিজ লবন : খাদ্য লবনের ব্যবহার অথবা ঝোল বা স্যুপে নুন এর ব্যবহার শরীরের প্রয়োজনীয় সোডিয়ামের চাহিদা মেটায়, ফলের রস এবং দুধ পটাসিয়ামের চাহিদা মেটায় বা মেটাতে সাহায্য করে।

ভিটামিন:- জ্বরের সময় সমস্ত ভিটামিনের চাহিদা বৃদ্ধি পায় এই চাহিদা মেটানোর জন্য মাল্টিভিটামিন ট্যাবলেট দৈনিক একটি করে দেওয়া দরকার।

তরল বাড়ান :- তরল গ্রহন এতটাই হওয়া উচিত যে তা ঘামের জন্য দেহ থেকে বেরিয়ে যাওয়া তরলের শূন্যতা যেন পূরন করে এবং রেচনের বর্জ্য পদার্থ বহিঃস্কার এর জন্য অতিরিক্ত তরলের শূন্যতাও পূরন করে। এজন্য দৈনিক 2.5-3 লি তরল গ্রহন করা দরকার এবং সেটা পানীয়, ফলের বিভিন্ন রস এবং জল থেকে পাওয়া যেতে পারে।

দুই আহারের মধ্যবর্তী সময় : জ্বর বেশি থাকা অবস্থায় ২-৩ঘন্টা ছাড়া বারবার খাবার দেওয়া উচিত। এবং খাদ্য যাতে নরম ও সুসেদ্ধ হয় তার দিকে নজর রাখতে হবে কারন জ্বর অবস্থায় ব্যাক্তির পাকনালীর ক্ষমতা অনেকটাই কমে যায়। এই অবস্থার উন্নতির সাথে সাথেই খাদ্য গ্রহনের পরিমান বাড়ানো উচিত,

জ্বরে আক্রান্ত ব্যাক্তির গ্রহনীয় ও বর্জনীয় খাদ্যসমূহ:-

যে সমস্ত খাদ্য দেওয়া উচিত:- ডাবের জল, বার্লির জল, ফলের রস, পাতলা ডাল, সেদ্ধ সব্জি দ্বারা প্রস্তুত ঝোল, দুধ ইত্যাদি।

যে সমস্ত খাদ্য দেওয়া অনুচিত:- তৈলযুক্ত এবং মশলা সমৃদ্ধ খাবার, ভাজা খাদ্যসামগ্রী, ঘি, মাখন, শুকনো ফল, বাদাম ইত্য