



International Parkinson and  
Movement Disorder Society

## পারকিনসন ডিজিজে জ্ঞানগত এবং আচরণগত সমস্যাঃ রোগীদের জন্য অত্যাবশ্যকীয় তথ্যাবলি

পারকিনসন রোগে কি ধরনের জ্ঞানগত সমস্যা হতে পারে?

অনেক পারকিনসন (পিডি) রোগীর ভাল স্মৃতি ও চিন্তাশক্তি (জ্ঞানগত) এবং স্বাভাবিক কর্মসূচিমতা থাকে। যাহোক বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে ভুলে যাওয়ার সমস্যা হতে পারে, তবে মনোযোগ, চিন্তাভাবনা এবং স্মৃতির আরও গুরুতর সমস্যা চূড়ান্ত পর্যায়ের পিডি তে হতে পারে।

পিডি এর সাধারণ জ্ঞানগত সমস্যাগুলো হলোঃ

- মনোযোগ বা একাইতা প্রদানে সমস্যা
- কর্মসূচি পরিকল্পনায় সমস্যা যেমন একটি ব্যস্ত দিনের কাজকে সাজানো
- জটিল কথোপকথনকে অনুসরণ বা দুরুহ সমস্যার সমাধানে সমস্যা
- দ্রুত চিন্তা করতে সমস্যা
- ঘটনা বা ঘটনার বিবরণ স্মরণ রাখতে সমস্যা, যা প্রায়ই সংকেত বা ইঙ্গিতে আবার মনে পড়ে যায়

যখন আপনার বোধশক্তির পরিবর্তন লঘু থাকে, যা আপনার দৈনিক জীবনের উপর গুরুতর প্রভাব রাখে না, তখন তাকে লঘু জ্ঞানগত বৈকল্য (mild cognitive impairment) বলা হয়। যখন পরিবর্তন প্রতিদিনের কর্মকাণ্ডকে প্রভাবিত করার জন্য যথেষ্ট গুরুতর, এটিকে বলা হয় স্মৃতিভ্রংশ(dementia)।

কেন জ্ঞানগত সমস্যা হয়?

পিডি তে মানসিক ক্ষমতার পরিবর্তন হয় তখনই যখন রোগ মন্তিক্ষের মনোযোগ, চিন্তাভাবনা এবং স্মৃতি নিয়ন্ত্রনের অংশ প্রভাবিত করে। অধিকাংশ ক্ষেত্রে এটা শুধুমাত্র রোগের শেষ পর্যায়ে হয় অথবা সাধারণত রোগীর বয়স ৬৫ বছরের বেশি হলে হয়ে থাকে।

**মতিভ্রংশ(hallucinations)** এবং **ভ্রান্তিবিশ্বাস (delusions)**১

অনেক পিডি রোগী যাদের জ্ঞানগত সমস্যা আছে, তাদের মতিভ্রংশ এবং ভ্রান্তিবিশ্বাস হতে পারে। **মতিভ্রংশ (hallucination)** হলো সজাগ অবস্থায় এমন জিনিস দেখা বা শুনা যা সত্যিই সেখানে নেই। পিডির মতিভ্রংশ সাধারণত দৃষ্টিসংক্রান্ত। এমন প্রাণী বা মানুষ “দেখা” যা বাস্তবিক সেখানে নেই। প্রারম্ভিক পর্যায়ে অধিকাংশ মানুষ অনুধাবন করেন যে বাস্তবিকই মতিভ্রংশ হয়নি। পরে, এটা কঠিন হয়ে যেতে পারে যে কি বাস্তব এবং কি বাস্তব না তা বুঝানো। পিডি রোগীদের বিভ্রান্তি (illusion) হতে পারে যেমন দেয়ালের উপর একটি দাগকে মনে হতে পারে পোকা।

**ভ্রান্তিবিশ্বাস (delusion)** হল মিথ্যা বিশ্বাস যা বাস্তব বা সত্য ভিত্তিক নয়। প্রচলিত ভ্রান্তিবিশ্বাস সমূহ হলো-এমন ব্যক্তি বাড়িতে আছে মনে করা যারা বিদ্যমান নয়, আপনার জীবন সঙ্গী প্রতারণা করছে বা কেউ কিছু আপনার কাছ থেকে চুরি করছে। এটি সাধারণত চূড়ান্ত পর্যায়ের পিডি (advanced PD) তে হয়।

মৃদু মতিভ্রংশ যা সহজেই বুঝা যায় তার চিকিৎসার প্রয়োজন নেই। তবে এটা গুরুত্বপূর্ণ যে, আপনার ডাক্তার পরীক্ষা করে দেখবেন আপনি কোন সংক্রমণে আক্রান্ত কিনা, বিশেষ করে মূত্রনালীর সংক্রমণ বা আপনি এমন কোনও ঔষধের ওপর আচেন কিনা যা মতিভ্রংশ এবং ভ্রান্তিবিশ্বাস করতে পারে। মতিভ্রংশ এবং ভ্রান্তিবিশ্বাস প্রায়ই ঔষধ সামঞ্জস্য দ্বারা চিকিৎসা করা যেতে পারে যেমন ঘুম ও ব্যথার ঔষুধ। এই পরিবর্তনগুলি সত্ত্বেও সমস্যা থাকলে, ডাক্তার কিছু পিডির ঔষধ হ্রাস করে চেষ্টা করতে পারেন। আপনার সমস্যা যদি এটি দ্বারা হ্রাস না পায় বা এটি আপনার গতির বিচলন আরো খারাপ করে ফেলে, তখন ডাক্তার জ্ঞানগত বৃদ্ধির ঔষধ ব্যবহার করতে পারেন। উপরন্তু ক্লোজাপিন(Clozapine) বা কুইটিয়াপাইন (Quetiapine) মতিভ্রংশ এবং ভ্রান্তিবিশ্বাস চিকিৎসায় সাহায্য করতে পারে, কিন্তু ঘুম ঘুম ভাব হলো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া। ক্লোজাপাইনের সেবনে নিয়মিত রক্ত পরীক্ষারও প্রয়োজন পড়ে।

জ্ঞানগত সমস্যার জন্য আমি কি করতে পারি?

জ্ঞানশক্তি সঠিক ব্যায়াম, খাদ্য, ঘুম এবং রক্ত চাপ নিয়ন্ত্রণ দ্বারা উপশম হতে পারে।

চিন্তাভাবনা, স্মৃতি বা সিদ্ধান্ত নেয়ার সমস্যার জন্য আপনার দৈনন্দিন কার্যাবলী প্রভাবিত হলে ডাক্তারের পরামর্শ নিন। আপনার ডাক্তার জ্ঞানশক্তির মূল্যায়ন পরীক্ষা করতে পারেন। আপনার ঔষধ পর্যালোচনা করুন, যেহেতু পিডি বা অন্যান্য চিকিৎসার ঔষধগুলি কখনও কখনও জ্ঞানশক্তি আরও মন্দ করতে পারে। ঔষধের বক্স এবং ঔষধ অনুস্মারক ব্যবহার করেও সাহায্য হতে পারে।

যদি স্মৃতি সমস্যা গুরুতর হয় তাহলেঃ

- আপনার ভবিষ্যতের জীবন যাপন ব্যবস্থা নিয়ে পরিবার এবং ডাক্তারের সাথে আলোচনা করুন যেমন পারিবারিক যত্ন বা যত্নের সুযোগ-সুবিধা।
- স্থানীয় আইনি প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী বিশ্বস্ত তত্ত্বাবধায়ক কে আইনসম্মত প্রতিনিধির ক্ষমতা প্রদান করুন। আপনি যদি আর সংক্ষ না হন, এই ব্যক্তি আপনার জন্য কথা বলবেন, আপনার অর্থব্যবস্থা করবেন, বেতন দিবেন, আপনার বিল এবং অন্যান্য বিষয়াদি দেখভাল করবেন। আইনসম্মত প্রতিনিধির ক্ষমতা ছাড়া এই বিষয় গুলি দ্রুতই জটিল এবং ব্যয়বহুল হতে পারে।
- আপনার বর্তমান স্থাবর সম্মতি এবং অছিয়তনামা সম্পর্কে নিশ্চিত হোন। আপনার জ্ঞান বৈকল্য গুরুতর হয়ে গেলে আপনি আপনার অছিয়তনামা পরিবর্তন করতে পারবেন না।

চিকিৎসা আছে কি?

কিছু ঔষধ সাহায্য করতে পারে, যা স্মৃতিভ্রংশ আক্রান্ত পিডি রোগে গবেষণা করা হয়েছে। যাদের মধ্যে রিভাস্টিগমিন (rivastigmine), ডোনেপেজিল (donepezil), গ্যালানটামাইন (galantamine) এবং মেমান্টিন(memantine) অন্তর্ভুক্ত।

কিছু রোগীর এই ঔষধগুলো সেবনের পরে ভালই উন্নতি হয়, যদিও অন্যদের পরিবর্তন লক্ষণীয় নয়। এই ঔষধ গুলোর সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হলো বমি ভাব এবং উদারাময়।



মূল: ইন্টারন্যাশনাল পারকিনসন এন্ড মুভমেন্ট ডিজর্ডার সোসাইটি  
বঙ্গনুবাদ ও প্রকাশনায়: মুভমেন্ট ডিজর্ডার সোসাইটি অফ বাংলাদেশ