



International Parkinson and
Movement Disorder Society

অসমক্রিয়া(Ataxia): রোগীদের জন্য অত্যাৱশ্যকীয় তথ্যাবলি

এটা কী?

Ataxia শব্দটি এসেছে গ্রীক থেকে এবং এর অর্থ “শৃংখলাহীনতা”। অসমক্রিয়া (Ataxia) বলতে আমরা বিশৃংখল, কদাকার চলাফেরা/নড়াচড়া এবং ভারসাম্যের অভাবকে বুঝে থাকি। চলাফেরায় সমন্বয়ের জন্য স্নায়ুতন্ত্রের অনেকগুলো অংশকে একযোগে কাজ করতে হয় এবং এর মধ্যে কোন একটি অংশ নষ্ট/অকেজো হওয়ার ফলে অসমক্রিয়া হতে পারে। আপনার চিকিৎসক আপনাকে পরীক্ষা করে দেখবেন মস্তিষ্ক, মেরুদণ্ড বা স্নায়ু কোনটির সমস্যার কারণে অসমক্রিয়া হয়েছে। অসমক্রিয়া এর জন্য মস্তিষ্কের যে অংশটি সবচেয়ে বেশী দায়ী সেটা হলো সেরেবেলাম(Cerebellum)।

অসমক্রিয়ার উপসর্গসমূহ কী কী?

- দাঁড়ানোর সময় ভারসাম্য রাখতে না পারা
- হাঁটার সময় বিভিন্ন সমস্যা, যার মধ্যে রয়েছে:
 - দুই পা অনেক ফাঁক/আলাদা করে হাঁটা
 - হাঁটার সময় কোন একদিকে হেলে যাওয়া বা পড়ে যাওয়া
 - সরল রৈখিক পথে হাঁটতে না পারা
 - ভারসাম্যহীনতার কারণে বার বার পড়ে যাওয়া
- হাতের সমন্বয়হীন কদাকার নড়াচড়া
- শরীরের বিভিন্ন অংশের কাঁপুণী যা সাধারণত নির্দিষ্ট লক্ষ্যের দিকে গেলে বেড়ে যায়। এটা হাত, পা, মাথা, এমনকি সমস্ত শরীরকে প্রভাবিত করতে পারে।
- কথা বলতে সমস্যা, প্রধানত কথা জড়িয়ে যাওয়া
- চোখের নড়াচড়ায় অসুবিধা হওয়া যার কারণে একটি বস্তুকে দুটি দেখা, চোখে অস্পষ্ট দেখা, মাথাঘোরা, বা চক্কর মারা (Dizziness)

কারণ গুলো কি কি?

অসমক্রিয়া একটি স্নায়বিক লক্ষণ, কোন অসুখ নয়। অনেক সম্ভাব্য কারণ রয়েছে যার মধ্যে আছে:

- টিউমার, স্ট্রোক, মাথায় আঘাত, মস্তিষ্কের সংক্রমন ইত্যাদির কারণে মস্তিষ্কের ক্ষতি।
- ভিটামিনের অভাব যেমন বি-১, বি-১২ অথবা ভিটামিন-ই এর অভাব
- কিছু কিছু ঔষুধ যেমন ফেনাইটয়িন, কারবামাজেপিন, বারবিটুরেটস, কয়েক ধরনের অ্যান্টিবায়োটিক, লিথিয়াম, অ্যামিওড্যারোন এবং মদ গ্রহণের ফলে

- **অটোইমিউন (Autoimmune) কারণ** যেমন : মাল্টিপল স্কেলোসিস (Multiple Sclerosis), টিউমারের কারণে ইমিউন প্রতিক্রিয়া(immune response), মস্তিষ্কে রক্তনালীর প্রদাহ, সিলিয়াক ডিজিজ (Celiac Disease)
- **বিপাকতন্ত্রের রোগ** যেমন-থাইয়েড গ্রন্থির সমস্যা অথবা রক্তে শর্করার পরিমাণ কমে যাওয়া।
- **স্নায়ু ক্ষয়জনিত রোগ**, যেখানে মস্তিষ্কের স্নায়ুকোষ মরে যায়। যেমন মাল্টিপল সিস্টেম এট্রফি (Multiple System Atrophy), স্পাইনো সেরেবেলার এটাক্সিয়া (Spinocerebellar Ataxia) ইত্যাদি।
- বিভিন্ন বংশগত রোগ।

এটি নির্ণয় করা যায় কিভাবে?

অসমক্রিয়া নির্ণয় করতে হলে চিকিৎসক আপনাকে রোগ সম্পর্কে বিস্তারিত পারিবারিক ইতিহাসসহ আপনার রোগের ইতিহাস জিজ্ঞেস করবেন। চিকিৎসক আপনার স্নায়ুতন্ত্রের বিস্তারিত পরীক্ষা করে দেখবেন এবং যদি প্রয়োজন হয় তাহলে বিভিন্ন ধরনের পরীক্ষা নিরীক্ষা করা লাগতে পারে। যেমন-

- ইমেজিং পরীক্ষাঃ মস্তিষ্কের সিটি স্ক্যান (CT scan), এম আর আই (MRI) অথবা মেরুদণ্ডের এমআরআই(Spine MRI)
- রক্ত, প্রস্রাব এবং মেরুদণ্ডের পানি (Spinal Fluid) পরীক্ষা
- রক্তচাপ এবং প্রস্রাব সংক্রান্ত পরীক্ষা
- হৃদপিণ্ডের পরীক্ষা (Cardiac examination)
- নার্ভ কনডাকশন স্টাডি এবং ইলেকট্রোমিওগ্রাফী (NCS/EMG)
- জ্ঞানগত (Cognitive) অথবা স্নায়ুমনোজাগতিক (Neuropsychological) মূল্যায়ন
- জেনেটিক/উত্তরাধিকার সূত্রে প্রাপ্ত অসমক্রিয়ার জন্য রক্ত পরীক্ষা

চিকিৎসা আছে কী?

অসমক্রিয়া চিকিৎসা কোন কারণে হয়েছে তার উপর নির্ভর করে। যদি অসমক্রিয়া (Ataxia) কোন ঔষধ বা বিষাক্ত পদার্থের ফলে হয়ে থাকে তাহলে সেটার ব্যবহার বন্ধ করলে এর উন্নতি হতে পারে। কিছু ভিটামিন স্বল্পতা, টিউমার, অটোইমিউন অথবা বিপাক জনিত রোগের চিকিৎসা সম্ভব হতে পারে। কিছু বংশগত অসমক্রিয়ার ক্ষেত্রেও ভিটামিন বা ঔষধ দিয়ে চিকিৎসা করা যায়।

যেসব অসমক্রিয়ার নির্দিষ্ট চিকিৎসা নেই, সেক্ষেত্রে ফিজিক্যাল থেরাপি, অকুপেশনাল থেরাপি, স্পিচ থেরাপি জীবন-যাপনের কার্যক্রম এবং গুণগত উন্নতি করতে সহায়তা করে।



মূল: ইন্টারন্যাশনাল পারকিনসন এন্ড মুভমেন্ট ডিজঅর্ডার সোসাইটি
বঙ্গানুবাদ ও প্রকাশনায়: মুভমেন্ট ডিজঅর্ডার সোসাইটি অফ বাংলাদেশ