International Parkinson and Movement Disorder Society

ডিসটোনিয়াঃ রোগীদের জন্য অত্যাবশ্যকীয় তথ্যাবলি

এটা কি?

ডিসটোনিয়ায় আক্রান্ত রোগীরা সাধারনত মাংসপেশীর অনিচ্ছাকৃত অস্বাভাবিক সংকোচন বা খিচুঁনি অনুভব করেন। যার ফলে ঝাঁকুনি বা মোচড় খাওয়া সহ দেহের অস্বাভাবিক অবস্থা তৈরী হতে পারে। ডিসটোনিয়া দেহের প্রায় সব অংশকেই আক্রান্ত করতে পারে। তবে সাধারনত দেহের যে কোন একটি অংশ আক্রান্ত হতে দেখা যায়। এখানে কিছু সাধারন ডিসটোনিয়ার বর্ণনা দেয়া হল

- ঘাড়ের মাংসপেশীর অস্বাভাবিক সংকোচনের ফলে ঘার বাঁকা হওয়া, কাত হওয়া বা মোচড়ে যাওয়া এবং মাঝে মাঝে একই সাথে কাঁপুনি বা ঝাঁকুনি হতে পারে। এ অবস্থাকে *স্যারভাইক্যাল ডিসটোনিয়া বা টরটিকলিস বলে।*
- মুখের মাংসপেশীর অস্বাভাবিক সংকোচনের কারনে ঘন ঘন *চোখ পিটপিট করাকে বলা হয় ব্লেফারোস্পাজম*। একই সাথে মুখের নিম্নাংশের মাংসপেশী আক্রান্ত হতে পারে, *একে বলা হয় মিগ সিন্ড্রম(Meige syndrome)*। যখন চোয়াল এবং জিহ্বা আক্রান্ত হয় তখন তাকে বলা হয় *ওরোম্যান্ডিবুলার ডিসটোনিয়া।*
- স্পাসমোডিক ডিসটোনিয়াতে (Spasmodic dystonia) রোগীরা কষ্টকর বা হাঁপানো শব্দ অনুভব করে।
- সাধারনভাবে অন্যান্য আক্রান্ত অংশ হচ্ছে হাত ও পা। যখন হাত আক্রান্ত হয় তখন কিছু নির্দিষ্ট কাজ, যেমন লেখালেখি অথবা বাদ্যযন্ত্র বাজানোর সময় সৃষ্টি হয়, এগুলোকে *টাস্ক স্পেসিফিক ডিসটোনিয়া* বলা হয়।
- কিছু ক্ষেত্রে দেহের কয়েকটি অংশ আক্রান্ত হতে দেখা যায়। কিছু বিরল ক্ষেত্রে, যখন ডিসটোনিয়া শিশুকালে শুরু হয় তখন দেহের একাধিক অংশ একই সাথে আক্রান্ত হয় যা *জেনারালাইজড ডিসটোনিয়া* (Generalized dystonia) নামে পরিচিত।

কারণ কি?

বিভিন্ন কারনে ডিসটোনিয়া হতে পারে। কিছু মানুষ ডিসটোনিয়ায় আক্রান্ত হয় কারন তারা বংশগত কারনে একটি জিন পেয়ে থাকে। অন্যান্যরা ডিসটোনিয়ায় আক্রান্ত হয় মস্তিষ্কে আঘাতজনিত অথবা জীবানু সংক্রমন বা ঔষধ কিংবা রাসায়নিক দ্রব্যের সংস্পর্শ জনিত কারনে। কিছু মানুষ একই কাজ বহুবছর ধরে পুনঃ পুনঃ করার কারনে যেমন লেখালেখি (*রাইটার্স ক্রাম্প*) অথবা বাদ্যযন্ত্র বাজানো (*মিউজিশিয়ান ডিসটোনিয়া*) ইত্যাদির কারনেও ডিসটোনিয়ায় আক্রান্ত হয়। সর্বোপরি অধিকাংশ ডিসটোনিয়ার কোন সুস্পষ্ট কারণ নেই।

ডিসটোনিয়া কিভাবে নির্ণয় করা যায়?

একজন চিকিৎসক বিশেষ করে যিনি মুভমেন্ট ডিজঅর্ডার বিষয়ে অভিজ্ঞ তিনি পরীক্ষার মাধ্যমে ডিসটোনিয়া রোগ নির্ণয় করেন। কিছু লোকের ক্ষেত্রে রক্ত পরীক্ষা বা মস্তিষ্কের স্ক্যান করা লাগতে পারে। চিকিৎসকরা যে সকল তথ্য ব্যবহার করেন তা হল ঃ

- কোন বয়সে ডিসটোনিয়া আরম্ভ হয়েছে
- দেহের কোন অংশ আক্রান্ত হয়েছে
- ডিসটোনিয়া কি হঠাৎ করে আরম্ভ হয়েছে অথবা খারাপ হতে শুরু করেছে
- সাথে অন্যান্য সংশ্লিষ্ট ক্লিনিক্যাল সমস্যা আছে কি না

যাহোক, অনেকক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট কারন খুঁজে বের করা আপনার চিকিৎসকের জন্য সম্ভব নাও হতে পারে এবং প্রাথমিকভাবে অনেক রোগী অনির্ণিত বা ভুল নির্ণিত হতে পারে। এছাড়াও রোগীর সামান্য সমস্যা থাকলে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের শরণাপন্য হন না, যার ফলে রোগ অনির্ণিত থেকে যায়।

চিকিৎসা আছে কি?

ডিসটোনিয়ার চিকিৎসা হতে পারে। যদি আপনার চিকিৎসক কোন কারণ খুঁজে বের করতে পারেন তবে তিনি সেটার জন্য সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা সুপারিশ করতে পারেন। । অন্যথা কিছু ঔষধ আছে যেগুলো সেবনের মাধ্যমে কিছুটা উপশম পেতে পারেন। প্রচলিতভাবে ব্যবহৃত ঔষধ গুলো হলো -

- এন্টিকোলিনারজিক্স(Anti-cholinergics)
- বেনজোডায়াজিপিন্স(Benzodizepines)
- বেক্লোফেন(Baclofen)
- মাসল্ রিলাক্জেন্ট(Muscle relaxant)

প্রায়ই ঔষধ দেয়া হয় পরীক্ষামূলক এবং ত্রুটি ভিত্তিতে (Trial-and-error basic) এবং সম্ভাব্য প্বার্শপ্রতিক্রিয়ার সাথে ভারসাম্য রক্ষা করে। কিছু ডিসটোনিয়া রোগীর ক্ষেত্রে বটুলিনাম টক্সিন ইনজেকশন উপকার করে। এই ইনজেকশন অবশ্যই একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের মাধ্যমে নিতে হবে। বটুলিনাম টক্সিন ইনজেকশন সাময়িকভাবে মাংসপেশীকে দূর্বল করে, যার ফলে মাংসপেশীর অস্বাভাবিক খিচুনি/সংকোচন থেকে উপশম হয় এবং সাধারনত এই ইনজেকশন বছরে তিন থেকে চার বার নিতে হয়। যখন ঔষধ এবং টক্সিন ইনজেকশন যথেষ্ট উপশম দেয় না তখন অস্ত্রোপাচার বিকল্প চিকিৎসা হতে পারে। চিকিৎসা পদ্ধতি বাছাই করার ক্ষেত্রে আপনি আপনার চিকিৎসকের সাথে অলোচনা করবেন।

আমি কি আশা করতে পারি যেহেতু আমি ডিসটোনিয় নিয়ে বসবাস করছি?

অধিকাংশ মানুষের ক্ষেত্রে ডিসটোনিয়া হতে কয়েক মাস, কখনও কয়েক বছর সময় নেয়। ইহা সাধারনত ক্রমাগত খারাপ হতে থাকে না। কিছু মানুষের ক্ষেত্রে ডিসটোনিয়া শরীরের এক অংশ হতে অন্য অংশে বিস্তার লাভ করে নতুবা নতুন সমস্যার উদ্রেক করে।

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