

Dementia

ডেমিনটীঅ্যা (চিত্ত ভ্রংশ)

১. ইহা কি ?

ডেমিনটীঅ্যা শব্দটি দ্বারা অনেকগুলি রোগের সমস্যায় উদ্বৃদ্ধ একটি মানসিক অবস্থা বুঝায়। ইহা মানুষের মস্তিষ্ককে প্রভাবিত করে কি ভাবে কাজ করে। এই ব্যাধি দিন দিন অবস্থার অবনতি ঘটায়।

ডেমিনটীঅ্যা কেন হয় ?

বিজ্ঞানী গণ মস্তিষ্কের পরিবর্তনের কারণগুলি বিশদভাবে জানার চেষ্টা করে যাচ্ছেন যার ফলে ডেমিনটীঅ্যা হয়ে থাকে।
বিভিন্ন ব্যাধি মস্তিষ্কের বিভিন্ন রকম পরিবর্তন সাধন করে থাকে।

উদাহরণ স্বরূপ:

- আলজেইমার'স ডিজিজ

আলজেইমার'স ব্যাধি মস্তিষ্কে রাসায়নিক পরিবর্তনের মাধ্যমে গঠনের পরিবর্তন ঘটায় এবং মস্তিষ্কের কোষ ধ্বংস করে। ইহা আস্তে আস্তে শুরু হয়ে ধীরে ধীরে অবনতি ঘটায়।

- ভাস্কুলার ডেমিনটীঅ্যা

মস্তিষ্কে রক্ত সঞ্চালনের সমস্যার কারণে ভাস্কুলার ডেমিনটীঅ্যা হয়ে থাকে। মস্তিষ্ক যথাযথ কাজ করার জন্য রক্ত খাদ্য ও অক্সিজেন মস্তিষ্কে সরবরাহ করে থাকে, কাজেই রক্ত সঞ্চালনের বাধার কারণে মস্তিষ্কের কোষ ধ্বংস প্রাপ্ত হয়। এতে ছোট ধরনের স্ট্রোক হতে পারে যাহা অনেক সময় মানুষ বুঝতে পারে না। ধাপে ধাপে ইহার বৃদ্ধি ঘটে আবার হঠাতে করে ও হতে পারে।

- ক্ষতিকর পদার্থের কারণে ডেমিনটীঅ্যা

মস্তিষ্কে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র প্রোটিন উৎপন্নের কারণে মস্তিষ্কের কর্মপ্রণালীতে ব্যাঘাত ঘটে, ফলে এই রোগ হয়ে থাকে। এতে মানুষের সক্ষমতার পরিবর্তন পরিলক্ষিত হয়। এমন ও হতে পারে, যার কোন অস্তিত্ব নাই, এমন কিছু তারা দেখতে পায়।

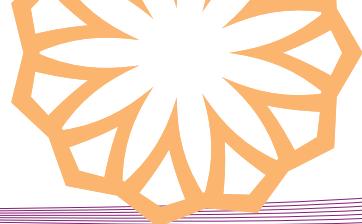
- ফ্রন্টো-টেম্পোরাল ডেমিনটীঅ্যা

এই প্রকার ডেমিনটীঅ্যা মস্তিষ্কের যে সব অংশ আমাদের সিদ্ধান্ত গ্রহণ, আচরণ নিয়ন্ত্রণ, আমাদের অনুভূতি এবং ভাবের আদান প্রদানের ভূমিকা পালন করে, সে সব অংশের ক্ষতি সাধন করে থাকে।

আলজেইমার'স রোগ একটি সাধারণ ধরনের ডেমিনটীঅ্যা এবং এর পরেই ভাস্কুলার ডেমিনটীঅ্যা হয়ে থাকে। আরও অনেক ধরনের ডেমিনটীঅ্যা আছে। একজন মানুষের একাধিক ধরনের ডেমিনটীঅ্যা থাকতে পারে। যেমন, অনেক সময় দেখা যায় কারো আলজেইমার'স ডিজিজের সাথে ভাস্কুলার ডেমিনটীঅ্যা ও আছে।

প্রধানত বয়স্করা ডেমিনটীঅ্যা রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকে, তবে যুবাদের ও হতে পারে।

Dementia



২. ডেমিনটীঅ্যায় কিভাবে হয়?

নৃতন নৃতন তথ্য প্রতিনিয়তই উন্মোচন হচ্ছে। কিছু লোক দুর্ভাগ্যবশত ডেমিনটীঅ্যায় আক্রান্ত হওয়ার কারণ সম্পর্কে আমরা খুব কমই জানি।

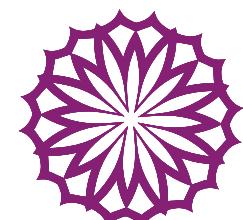
- আলজেইমার'স রোগে সাধারণত নারীরাই বেশী আক্রান্ত হয়।
- ভাস্কুলার ডেমিনটীঅ্যায় রোগে সাধারণত পুরুষেরাই বেশী আক্রান্ত হয়।
- রক্তচাপ সমস্যার চিকিৎসা না হওয়া এবং কোলেষ্টেরল-এর আধিক্য ডেমিনটীঅ্যায় হওয়ার ক্ষেত্রে ভূমিকা রাখতে পারে।
- বৃদ্ধরাই ডেমিনটীঅ্যায় বেশী আক্রান্ত হয়।
- ডাউন'স সিন্ড্রোম এর লোকের মধ্যে ডেমিনটীঅ্যায় হওয়ার ঝুঁকি বেশী থাকে।

যে সব বিষয় ডেমিনটীঅ্যায় রুঁকি কমাতে পারে

- স্বাস্থ্যকর খাদ্য
- অতিরিক্ত এলকোহল পান না করা
- অল্প পরিমাণে এলকোহল পান করা
- ধূমপান না করা বা ধূমপান বন্ধ করা

ইহা কি বংশানুক্রমিক?

ডেমিনটীঅ্যায় আক্রান্ত হওয়ার পিছনে জিনের কোন প্রভাব আছে কিনা, এ বিষয়ে প্রতিনিয়ত গবেষণা চলছে। কিছু কিছু ডেমিনটীঅ্যায় পরিবারের সদস্যের মধ্যে হওয়ার প্রবণতা দেখা যায়। ইহাকে পারিবারিক সূত্রে অর্জিত রোগ বলে। যেমন- অনেক ধরনের ডেমিনটীঅ্যায় যা- অকালে হয়ে থাকে। তবে এতে প্রমাণ করে না যে ইহা বংশানুক্রমিক যেমন, হান্টিংটন রোগ (কদাচিং ডেমিনটীঅ্যায় কারণ হতে পারে) বংশানুক্রমিক যে ক্ষেত্রে ৫০:৫০ পৈত্রিক সূত্রে রোগাক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকতে পারে।



Dementia



৩. ডিমেনটিয়া কি ধরনের সমস্যার সৃষ্টি করে ?

ডিমেনটিয়া মস্তিষ্কের ক্ষতি সাধন করে যা আমাদের সকল কর্মের নিয়ন্ত্রণকেন্দ্র বলে গণ্য।

এর ফলে :

- সৃতি শক্তির লোপ, যেমন- কোথায় কি আছে, নাম বা চেহারা ভুলে পাওয়া ।
- ভাবের আদান প্রদানে সমস্যা, যেমন- কোন বিষয় বুঝতে অসুবিধা বা যথার্থ শব্দ ব্যবহার করতে না পারা ।
এলোমেলো ভাব, যেমন- দিন তারিখ বা সময়ের ক্ষেত্রে তালগোল পাকানো, মানুষ চিনতে ভুল করা, কোন স্থানের
রাস্তা চিনতে বা উহা কোথায় তা স্মরণ করতে অসুবিধা ।
- মানসিক অবস্থার পরিবর্তন ।
- অবাস্তু কিছু দেখতে বা শুনতে পাওয়া ।

প্রত্যেক মানুষের প্রকৃতি ভিন্ন, কাজেই লোক ভেদে ডেমিনটীআর্যার প্রভাব ও ভিন্ন হয়ে থাকে । তাছাড়া মস্তিষ্কের বিভিন্ন
অংশ বিভিন্ন ধরনের কার্য সম্পাদন করে থাকে । কাজেই মস্তিষ্কের কোন একটি অংশ রোগের দ্বারা আক্রান্ত হলে নির্দিষ্ট
কিছু সমস্যার সৃষ্টি করবে ।

ডেমিনটীআর্যার কারণে মানুষ দৈনন্দিন জীবন যাপনের ক্ষেত্রে সামঞ্জস্য রক্ষা করতে, প্রয়োজনীয় জিনিয়ের ব্যবস্থা করতে
বা সে যা করতে চায় তা করার সামর্থ্য হারায় ।

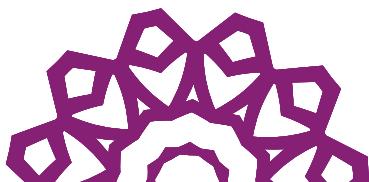
তাহারা সাধারণত:

- কথার পুনরাবৃত্তি করে
- কাজের পুনরাবৃত্তি করে
- নিজেদের প্রতি উদ্দীপ্ত থাকে যেমন – গোসল করতে, কাপড় পালঠাতে বা খাবার খেতে ভুলে যায় ।
- বিমর্শ বা রাগান্বিত ভাব হয়

রোগের পূর্বলক্ষণ ও আলামত

রোগের প্রাথমিক পর্যায়ে রোগী বুঝতে পারে যে তার কিছু একটা সমস্যা হয়েছে । ব্যক্তি বুঝতে পারে সে অরক্ষিত ও
উদ্বিগ্ন এবং সহযোগিতা ও দৃঢ় আশাস প্রত্যাশা করে । তারা নিজেদের জন্য কিছু করতে চায় । তাদেরকে মনে হয় :

- নৃতন কিছু করতে অনীহা ।
- সখের বিষয়ে বা কাজকর্মে অনাগ্রহ ।
- জটিল তথ্য/ধারণা অনুধাবনে বিলম্ব করা ।
- অধিক আত্ম-কেন্দ্রিক ।
- কোন বিষয়ে অন্যকে দোষারোপ করার প্রবণতা যেমন- যাহা হারানো গিয়াছে বা অন্যের সরিয়ে রাখা হয়েছে তা
চুরি করার অভিযোগ ।
- যে কোন বিষয়ে অনাগ্রহ ।



Dementia



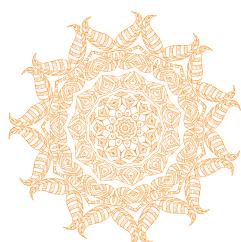
8. কোন গুলো ডেমেন্টীঅ্যা নয়?

অনেক ব্যাধি বা সমস্যা আছে যাহা ডেমেন্টীঅ্যা নয় কিন্তু তাহা মানুষের স্মৃতি ও মন্তিকের কার্যকারিতা বিনষ্ট করে। এর মধ্যে অনেক ব্যাধি সঠিক চিকিৎসার মাধ্যমে সারিয়া যায়, সুতরাং ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া খুবই জরুরী। ডেমেন্টীঅ্যা সদৃশ লক্ষণ সম্বলিত এমন কিছু ব্যাধির উদাহরণ :

- শারীরিক অসুস্থতার কারণে অসুস্থ বোধ যেমন- রোগ সংক্রমণের জন্য, থাইরয়েড সমস্যা জনিত কারণে, বিভিন্ন ধরনের ঔষধ সেবনের জন্য বা ভিটামিনের অভাব জনিত কারণে।
- বিষাদগ্রস্ততা (সব সময় নীচ অনুভূতি) যার ফলে মনঃসংযোগের অভাব ও বিস্মরণ প্রবণতা, বিভিন্ন বিষয়ে আগ্রহহীনতা, অনিদ্রা এবং ক্ষুধামন্দা লক্ষণ পরিলক্ষিত হয়।
- তীব্র বিভ্রান্তির কারণে তাড়াতাড়ি সংঘটিত বিষয়ে তালগোল পাকানো। ইহা কোন ব্যাধির কারণে, যেমন- নিউমেনিয়া, হাদরোগ, কোন সংক্রমণ বা কোন ঔষধের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার কারণে ও হতে পারে। এসব ক্ষেত্রে চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া একান্ত প্রয়োজন, বিশেষত হঠাতে কোন ব্যক্তির আচরণে এমন পরিবর্তনে।

স্মৃতি শক্তির বিষয়ে চিত্তিত হলে তাদের কি করা উচিত ?

পরিবার ও বন্ধুবান্ধবের সাথে এ বিষয়ে আলাপ করলে উপকার হবে। স্মৃতিশক্তির পরিবর্তনে উদ্বিগ্ন হলে তাদের চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়া উচিত, যদি সময় সময় স্মৃতি শক্তির অবনতি হতে থাকে বা পরিচিত কার্যবলী সম্পাদনে সমস্যা হয়ে থাকে। চিকিৎসক উক্ত ব্যক্তির সাথে আলাপ আলোচনার মাধ্যমে এ বিষয়ে তথ্যাদি জানতে পারেন। চিকিৎসক আরও পরীক্ষা নিরীক্ষা, পরামর্শ ও সহযোগিতার জন্য তাকে স্পেশালিষ্ট সার্ভিসেস এর নিকট প্রেরণ করতে পারেন। মেমোরি ক্লিনিকের কোন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক বা নার্সের নিকট প্রেরণ করা উচিত।



Dementia

৫. কিভাবে সহযোগিতা পাওয়া যাবে ?

সহযোগিতা এবং চিকিৎসা

যদিও ডেমিনটীঅ্যাজ উপশম হয়না, সঠিক পরিচর্যা এবং চিকিৎসার মাধ্যমে ডেমিনটীঅ্যাজ নিয়েও বেঁচে থাকা যায়। প্রারম্ভিক রোগ নির্ণয় ও সনাত্তকরণ গুরুত্বপূর্ণ, কারণ এটি রোগাক্রান্ত ব্যক্তি এবং তার পরিবার রোগ সম্পর্কে বুঝাতে সময় পায় এবং রোগাক্রান্ত ব্যক্তির চিকিৎসা শুরু করা যায়। দ্রুত রোগ নির্ণয়ের ফলে ঐ ব্যক্তি তার ভবিষ্যৎ পরিকল্পনা নির্ধারণ করতে পারে। এটি গুরুত্বপূর্ণ যে তারা রোগ এবং এর করনীয় তথ্য সম্পর্কে অবহিত।

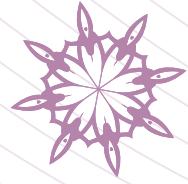
ব্যক্তি কেন্দ্রিক ব্যবস্থা গ্রহণ

প্রথমত রোগাক্রান্ত ব্যক্তিকে লক্ষ্য করা এবং ঐ ব্যক্তি কোন কোন কাজ এখনো সঠিক ভাবে করতে পারেন তা নির্ধারণ করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এটি একটি ব্যক্তি কেন্দ্রিক ব্যবস্থা গ্রহণ পদ্ধতি। এটি মনস্তাত্ত্বিক এবং সামাজিক সুখ-শান্তি বজায় রাখতে সহায়তা করে। আমরা প্রত্যেকই যে অনন্য এটি তারই স্বীকৃতি দেয়। ডেমিনটীঅ্যাজ দ্বারা প্রত্যেক ব্যক্তি ভিন্ন ভাবে আক্রান্ত হন এবং নির্দিষ্ট বিষয়ে আক্রান্ত ব্যক্তির ক্ষেত্রে নির্দিষ্ট ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হয়। ব্যক্তির ইতিবৃত্ত, পছন্দ, অপছন্দ জানা থাকেলে তার ইতিবাচক সহযোগিতা প্রদানে সুবিধা হয়। অন্যান্যদের ক্ষেত্রে এ বিষয়ে জানা খুব গুরুত্বপূর্ণ যে ডেমিনটীঅ্যাজ ব্যক্তির মস্তিষ্ককে আক্রান্ত করে যে কারণে আক্রান্ত ব্যক্তির তার নিজের উপর নিয়ন্ত্রণ থাকেন। আক্রান্ত ব্যক্তির মনস্তাত্ত্বিক অবস্থা বুঝাতে পারলে সে অনুযায়ী সঠিক সহযোগিতা এবং সাড়া দান সম্ভব।

ডেমিনটীঅ্যাজ কারণে যোগাযোগ ক্রটি দেখা দিতে পারে, যেমন একি শব্দ বা বাক্যের পুনরাবৃত্তি, সঠিক শব্দ চয়ন বা অন্যের সাথে বুঝা-পাড়ায় সমস্যা, পড়তে বা লিখতে না পারা। আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ তৈরির উত্তম পাহা খুঁজে বের করা এ ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ। তার মুখ এবং অঙ্গভঙ্গির প্রতি নজর দেয়া জরুরী। এর সাথে এ বিষয় ও নিশ্চিত করতে হবে যে আক্রান্ত ব্যক্তি শ্রবণ এবং দর্শনের ক্ষেত্রে ঘথার্থ যান্ত্রিক সহযোগিতা পাচ্ছেন, যেমন চশমা, শ্রবণ যন্ত্র। পরিবেশ যোগাযোগে ব্যাপাত সৃষ্টি করতে পারে যেমন প্রচুর অতি-শব্দ আক্রান্ত ব্যক্তির শ্রতিতে এবং আলোর মাত্রা রোগীর মুখাবয়েরে প্রভাব ফেলতে পারে। আক্রান্ত ব্যক্তি যাতে আমাদের কথা বুঝাতে পারে সে জন্য তার সাথে আমরা কিভাবে কথা বলছি এবং কথা বলার সময় কি কি শব্দ ব্যবহার করছি সেগুলিও গুরুত্বপূর্ণ।

ডেমিনটীঅ্যাজ আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ সৃষ্টিতে কিছু বিষয় সাহায্য করতে পারে:

- কোন বিষয়ে বুঝাতে পারার জন্য তাকে সময় দেয়া।
- উত্তরের জন্য সময় দেয়া।
- তাকে শান্ত রাখা।
- ছোট বাক্য ব্যবহার করা।
- যা বলতে চাচ্ছেন, তা- বুঝানোর জন্য সূত্র কিংবা উদাহরণ প্রয়োগ করা। যেমন বস্তুর অবস্থান, যে ইঙ্গিত ব্যবহার করেছেন তা বুঝানো।
- আক্রান্ত ব্যক্তির মনোযোগ আকর্ষণ নিশ্চিত করা।
- সূত্র পরীক্ষা সংক্রান্ত প্রশ্ন এড়িয়ে চলা।
- আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে তর্কে না জড়ানো।



- আক্রান্ত ব্যক্তি কি করতে পারে তার প্রতি নজর দেয়া।

মাঝেমাঝে ডেমিনটীঅ্যায় আক্রান্ত ব্যক্তি এমন আচরণ করে যা অন্যান্যদের কাছে বিদ্রোহিতকর। ব্যক্তি সম্পর্কে জেনে তাকে সাহায্য করার জন্য নির্দিষ্ট পস্থা অবলম্বন করতে হবে। একজন ব্যক্তি ভীতি বোধ করতে পারেন, ব্যথা বোধ কিংবা তিনি স্বাধীনতা হারাচ্ছেন ভাবতে পারেন তা বুঝানোর জন্য কি ধরনের আচরণ করে থাকে। তার আচরণের মনস্তাত্ত্বিক কারণ অনুধাবন করতে পারলে ইতিবাচক প্রক্রিয়ায় সাহায্য করা সম্ভব। যেমন, আক্রান্ত ব্যক্তি ভীতি বোধ করলে তাকে সাহস দেয়া।

ডেমিনটীঅ্যায় আক্রান্ত ব্যক্তির ক্ষেত্রে এই বিষয় গুলি সহায়ক ভূমিকা পালন করতে পারে:

- একটি রুটিন এবং অভ্যাসের মধ্যে তাকে রাখা।
- আনন্দদায়ক এবং অর্থবোধক কাজে তাকে সক্রিয় রাখা।
- ব্যায়াম।
- যে কাজগুলি তাদের করা দরকার বা করার ইচ্ছা প্রকাশ করে তাতে সক্রিয় সহযোগিতা করা।
- স্বাস্থ্যকর খাদ্য।
- আক্রান্ত ব্যক্তির জন্য উপযুক্ত পরিবেশ খুবই গুরুত্বপূর্ণ। পরিচিত পরিবেশ সবচেয়ে উপযোগী এবং, আলো, শ্রাব্যতার সীমা এবং নকশা গুরুত্বপূর্ণ স্বাচ্ছন্দ্য পূর্ণ পরিবেশও জরুরী।
- ওষুধ সেবন কিছু কিছু ডেমিনটীঅ্যায় এবং ব্যক্তির অবস্থার অবনতিকে অবদমন করতে সহায়ক।
- স্মৃতি সহায়ক যেমন ক্যালেন্ডার ও নোটিশ বোর্ড।
- কগনিটিভ স্টিমুলেশন খেরাপি প্রদান। এটি বিশেষ কিছু কর্মকাণ্ডের সম্মিলন যা আক্রান্ত ব্যক্তির স্মৃতিকে জাগিয়ে তুলতে এবং যোগাযোগ তৈরিতে সাহায্য করে।
- লাইফ স্টেটিরি ওয়ার্ক- আক্রান্ত ব্যক্তির জীবনে ঘটে যাওয়া বিভিন্ন মজার এবং গুরুত্বপূর্ণ ঘটনা নিয়ে কথা বলা যেমন, তার লেখা ডায়ারি কিংবা বিশেষ ভাবে সংগৃহীত বস্তু নিয়ে।

এটি মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে প্রত্যেক ব্যক্তি ভিন্ন এবং এই রোগ প্রত্যেককে ভিন্ন ভিন্ন ভাবে আক্রমণ করে। ভিন্ন ভিন্ন ব্যক্তির ক্ষেত্রে ভিন্ন ভিন্ন চিকিৎসা এবং পদ্ধতি গ্রহণ করতে হতে পারে। আক্রান্ত ব্যক্তি এবং তার শুশ্রাকারী/পরিবারকে সমর্থন দেয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

Dementia

৬. কি কি সহায়তা পাওয়া যাবে ?

ডেমিনটীঅ্যায় আক্রান্ত ব্যক্তি এবং তার পরিবার এবং বন্ধুবান্ধবের অনেক প্রশ্ন এবং ভীতি বা শঙ্খা থাকতে পারে। তাদের তথ্য পাওয়ার অধিকার এবং রোগীকে সহায়তা করার অধিকার রয়েছে। এটি প্রদান করা যেতে পারে স্বাস্থ্য সেবা, সামাজিক সেবা অথবা সেচ্ছাসেবী বা পরাহিতকর প্রতিষ্ঠানের মাধ্যমে। সঠিক সেবা এবং সহায়তার ধরন স্থান ভেদে ভিন্ন হতে পারে। ইহার মধ্যে :

- সৃতি (মেমোরী) চিকিৎসাকেন্দ্র।
- কমিউনিটি ম্যান্টল হেলথ টিম যেমন কমিউনিটি সাইকিয়াট্রিক নার্সেস (সি পি এনস)।
- জিপি এবং অন্যান্য স্বাস্থ্যকর্মী।
- সমাজকর্মী (সোসিয়েল ওর্যাকার) অথবা কেয়ার ম্যানেজার, সহায়তা কর্মী।
- হোম কেয়ার সার্ভিসেস (বাড়ি বাড়ি গিয়ে এ বিষয়ে ব্যবহারিক কাজ শেখানো), ডে কেয়ার।
- টেলি-কেয়ার/ প্রযুক্তি যা মানুষকে মুক্ত এবং নিরাপদ রাখতে সহায়তা করে (যেমন একটি জরুরী এলার্মের ব্যবস্থা করা যাতে করে রোগীর সাহায্য প্রয়োজন হলে অন্যরা তা জানতে পারে ধরন, যদি রোগী পড়ে যান)।
- সুবিধা (কল্যাণ অধিকার)।
- জনগণ এবং শুশ্রায়কারীদের সহায়তার জন্য সাপোর্ট গ্রুপ।

আক্রান্ত ব্যক্তির তার নিজের অবস্থা এবং প্রয়োজন সম্পর্কে জানার এবং সহায়তা প্রাপ্তির অধিকার আছে।



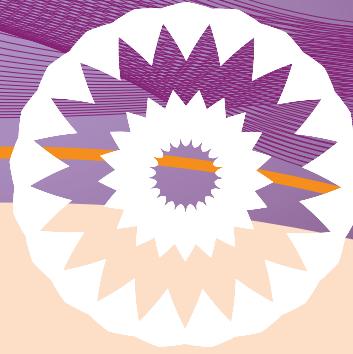
Dementia

৭. ডেমিনটীঅ্যাসোসিএশন রোগীর সেবা :

তারাই হচ্ছে সেবা দান কারী যারা অন্যকে প্রাত্যহিক জীবনে মানসিক এবং শারীরিক সাহায্য করে থাকে। সেবা দান কারী হতে পারেন পরিবারের একজন, হতে পারেন প্রতিবেশী কিংবা বন্ধু। তারা বিভিন্ন ধরনের সহায়তা প্রদান করতে পারেন, যেমন মানসিক সমর্থন, অথবা ব্যবহারিক কাজে সাহায্য যেমন বাজার করে দেয়া, খাবার খাইয়ে বা কাপড় পড়িয়ে দেয়া। তারা মাঝে মাঝে বা নিয়মিত সাহায্য করতে পারেন। তারা রোগীর সাথে বসবাস করতে পারেন এবং দিনে ২৪ ঘণ্টা, সপ্তাহে ৭ দিনই সাহায্য করতে পারেন।

ডেমিনটীঅ্যাসোসিএশন রোগীর জীবনে সেবা দান কারীর গুরুত্ব অপরিসীম। ডেমিনটীঅ্যাসোসিএশন রোগীকে সেবা দান কারী খুবই প্রশংসিত হতে পারেন যেহেতু তাকে অনুভূতি, মনস্তাত্ত্বিক এবং শারীরিক সমস্যা নিয়ে কাজ করতে হয়। সেবা দান কারীর নিজেকে ভীত, বিচ্ছিন্ন বা কাজের অধিক চাপে ক্লান্ত অনুভূত হয়। সেবা দান কারীর জন্য জানা দরকার যে তারা একা নয়, সহযোগিতাকারী আছে। সেবা দান কারীর অধিকার আছে তার প্রয়োজনের মূল্য নির্ধারণ করার যাকে বলা হয় সেবা দান কারীর মূল্য নির্ধারণ। এটি নিশ্চিত করতে হবে যে রোগীর সেবা দান কারীও পূর্ণ সহযোগিতা পাচ্ছেন। এ সহযোগিতা ব্যাবহারিক হতে পারে যেমন মানুষ গৃহকর্মীকে বলতে পারে রোগীকে কাপড় পড়িয়ে দিতে। সেবা দান কারীকে বিশ্রাম দেয়া কিংবা তাকে কিছু সময়ের জন্য অন্য কাজ করতে দেয়া। এটি হতে পারে সেবা দান কারিকে মানসিক সমর্থনও দেয়া, এবং কোন সেবা দান কারীর ক্ষেত্রে অন্যের সঙ্গে কথা বলা বা অন্যের সাথে সময় কাটানো এবং অনুরূপ বিষয় তার জন্য উপকারী হতে পারে। স্থানীয় কেয়ার সাপোর্ট গ্রুপ (সেবা দান কারীদের সহায়তাকারী দল) এ ক্ষেত্রে সহায়তা প্রদান করতে পারে।

Dementia



৮. সেবাদানকারীদেরকে তথ্য ও সহযোগিতা প্রদানকারী অনেকগুলি সংগঠন কাজ করছে। যোগাযোগের সুবিধার্থে একপ কয়েকটি সংগঠনের নাম নিম্নে দেওয়া হল।

তথ্যের জন্য যোগাযোগের ঠিকানা :

ডেমিনটীঅ্যাসোভিসেস ডেভলাপমেন্ট সেন্টার- www.dementia.stir.ac.uk ০১৭৮৬ ৮৬৭৭৮০.

আলজেইমার'স স্কটল্যান্ড - www.alzscot.org হেল্প লাইন ০৮০০ ৮০৮ ৩০০০

দি চার্টার অফ রাইটস ডেমিনটীঅ্যাসোভিসেস আক্রান্ত রোগীদের জন্য তাদের সোবার জন্য কেয়ারার্স ইন স্কটল্যান্ড (২০০৯)

ক্রস পার্টি গ্রুপ অন আলজেইমার'স, আলজেইমার'স স্কটল্যান্ড- www.dementiaright.org/

দি স্কটিশ ডেমিনটীঅ্যাসোভিসেস একটি নিরপেক্ষ দল দ্বারা পরিচালিত ডেমিনটীঅ্যাসোভিসেস রোগীদের জন্য) -www.sdwg.org.uk

স্কটল্যান্ড ন্যাশনাল ডেমিনটীঅ্যাসোভিসেস স্ট্রাটেজী (২০১০) স্কটিশ গভর্নেন্ট

www.scotland.gov.uk/Resource/Doc/324377/0104420.pdf

কেয়ার ইনিফরমেশন স্কটল্যান্ড- www.careinfoscotland.co.uk টেলিফোন ৮৪৫৬ ০০১ ০০১

এনএইচএস(NHS) ইনফর্ম- www.nhsinform.co.uk টেলিফোন ০৮০০ ২২ ৮৮ ৮৮

দি প্রিসেস রয়েল ট্রাষ্ট ফর কেয়ারার্স-www.carers.org/home ০১৪১ ২২১ ৫০৬৬

