

মাস্কিপক্স এবং যৌন স্বাস্থ্য: সকল নিউ ইয়র্কবাসীর যা জানা উচিত

মাস্কিপক্স কী, এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে বর্তমান প্রাদুর্ভাবের বিষয়ে আমার কী জানা উচিত?

মাস্কিপক্স হল এক বিরল, ভাইরাসঘটিত সংক্রমণ যা সাধারণত গুরুতর অসুস্থতার কারণ ঘটায় না। তবে এর কারণে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার প্রয়োজন হতে পারে অথবা মৃত্যু ঘটতে পারে। এই কারণে, নিউ ইয়র্ক, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র এবং সারা বিশ্বের স্বাস্থ্য কর্মকর্তারা নিউইয়র্ক স্টেট সহ যেসব অঞ্চলে সাধারণত মাস্কিপক্স সংক্রমণের খবর পাওয়া যায়নি সেখানে মাস্কিপক্সের ঘটনাগুলির উপর নজর রাখছেন।

যদিও নিউ ইয়র্কবাসীদের আতঙ্কিত হওয়ার প্রয়োজন নাই, তবুও প্রত্যেকেরই উচিত মাস্কিপক্স সম্পর্কে অবগত থাকা। এর অর্থ হল উপসর্গগুলিকে, কীভাবে এটি ছড়ায়, এবং যদি আপনি এটির প্রতি উন্মুক্ত হন তাহলে কী করতে হবে সেটি বোঝা।

সকল নিউ ইয়র্কবাসীর মাস্কিপক্স সম্পর্কে কী জানা উচিত?

- যেকোনো ব্যক্তিরই মাস্কিপক্স হতে পারে। তবে, বর্তমান প্রাদুর্ভাবের ভিত্তিতে, অন্যদের তুলনায় যে সকল পুরুষ পুরুষের সঙ্গে যৌন-মিলন (MSM) করেন তাদের অন্তর্ভুক্ত করে, কিছু নির্দিষ্ট জনগোষ্ঠী মাস্কিপক্সের দ্বারা প্রভাবিত হচ্ছেন।
- বিশ্বব্যাপী পূর্ববর্তী মাস্কিপক্সের প্রাদুর্ভাবের ভিত্তিতে, কিছু গোষ্ঠীও যদি তাঁরা মাস্কিপক্সের সংস্পর্শে এসে থাকেন তাহলে তীব্রতর ফলাফলের উচ্চ পর্যায়ের ঝুঁকিযুক্ত ছিলেন।
- এই মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হন দুর্বল অনাক্রম্যতার উপসর্গযুক্ত, বয়স্ক নিউ ইয়র্কবাসী, ৪ বছরের কম বয়সী ছোট বাচ্চা, এবং গর্ভবতী মহিলারা।

মাস্কিপক্সের উপসর্গগুলি কি কি?

মাস্কিপক্সের উপসর্গগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হয়:



- ফুসকুড়ি, ফোলা, অথবা ফোঁসকা যেগুলি যৌনাঙ্গগুলির উপর অথবা সেগুলির আশপাশে অথবা আপনার হাত, পায়ের পাতা, বুক, অথবা মুখের মতো অন্যান্য জায়গাগুলিতেও দেখা দিতে পারে। এগুলি দেখতে সাধারণ যৌনগতভাবে সঞ্চালিত সংক্রমণগুলির (sexually transmitted infections, STIs) এবং অন্যান্য সাধারণ ত্বকের অসুস্থতার মতো হয় যেমন পয়জন আইভি।
- ফুলু-এর মতো উপসর্গ, যেমন জ্বর, মাথার যন্ত্রণা, পেশি র যন্ত্রণা এবং ক্লান্তিভাব। এই উপসর্গগুলি ফুসকুড়ি দেখা দেওয়ার আগে অথবা পরে ঘটতে পারে অথবা একেবারেই নাও ঘটতে পারে।

এর উপর →

কীভাবে মাক্সিপক্স ছড়িয়ে পড়ে?

মাক্সিপক্স ছড়ায় মানুষের মধ্যে নিবিড় শারীরিক সংস্পর্শের মাধ্যমে এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হয়:

- মাক্সিপক্সে আক্রান্ত একজন ব্যক্তির শরীরে থাকা মাক্সিপক্সের ঘাগুলির অথবা ফুসকুড়ির সঙ্গে প্রত্যক্ষ সংস্পর্শ।
- মাক্সিপক্সে আক্রান্ত একজন ব্যক্তির নিঃশ্বাস অথবা মুখের থেকে নির্গত হওয়া তরল বিন্দুগুলি, বিশেষভাবে সেই সকল ব্যক্তির জন্য যাঁদের কোন একজন ব্যক্তির সঙ্গে অথবা তাঁদের আশপাশে দীর্ঘ সময়ের জন্য নিবিড় সংস্পর্শ থাকে।
- এটি বস্তু অথবা কাপড়ের (যেমন পোশাক, বিছানা, তোয়ালে) মাধ্যমে, যেগুলি মাক্সিপক্সে আক্রান্ত কোন একজন ব্যবহার করেছেন, সংস্পর্শের মাধ্যমেও ছড়াতে পারে।

যদি আমি উন্মুক্ত হই অথবা মাক্সিপক্সের মত উপসর্গগুলি থাকে, তাহলে আমার কী করা উচিত?

সেই সকল নিউ ইয়র্কবাসী যাঁরা মাক্সিপক্সের মতো উপসর্গগুলির অভিজ্ঞতা লাভ করেন, যেমন চারিত্রিক বৈশিষ্ট্যসূচক ফুসকুড়ি অথবা আঁশ, একটি ঝুঁকি মূল্যায়নের জন্য তাঁদের স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর সঙ্গে যোগাযোগ করা উচিত। এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত যেকোনো ব্যক্তি যিনি সেই সকল দেশগুলিতে ভ্রমণ করেছেন যেখানে মাক্সিপক্সের ঘটনাগুলি জানা গেছে অথবা এমন কোন একজনের সংস্পর্শে এসেছেন যাঁর একটি সদৃশ ফুসকুড়ি আছে, অথবা যাঁর একটি সন্দেহজনক অথবা প্রত্যয়িত মাক্সিপক্সের রোগ-নির্ণয় হয়েছে।

আমি কীভাবে নিজেকে মাক্সিপক্স থেকে সুরক্ষিত করতে পারি?

নিউ ইয়র্কবাসীরা, সহজ পদক্ষেপগুলি গ্রহণ করার দ্বারা নিজেদের সুরক্ষিত রাখতে পারেন, দুর্বল হওয়া অনাক্রম্যতা ব্যবস্থায়ুক্ত মানুষদের অন্তর্ভুক্ত করে, এটি তাঁদের জন্য বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ যাঁরা তীব্রতর অসুস্থতার জন্য উচ্চতর ঝুঁকিয়ুক্ত:

- আপনাদের যৌনসঙ্গীদের জিজ্ঞাসা করুন তাঁদের ফুসকুড়ি অথবা মাক্সিপক্সের সঙ্গে মিলযুক্ত উপসর্গগুলি আছে কিনা।
- ফুসকুড়ি অথবা অন্যান্য মাক্সিপক্স-সম্পর্কিত উপসর্গ আছে এমন কোন ব্যক্তির সঙ্গে ত্বকের-সঙ্গে-ত্বকের সংস্পর্শ এড়িয়ে যান।
- যদি আপনি উপসর্গগুলির প্রতি উন্মুক্ত হন অথবা সেগুলির অভিজ্ঞতা লাভ করেন, তাহলে একজন স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর কাছে যাওয়া নিশ্চিত করুন।
- NYSDOH, CDC এবং আপনার স্থানীয় কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগসহ, স্বাস্থ্য-সংক্রান্ত তথ্যের সুপরিচিত সূত্রগুলিকে অনুসরণ করুন।



মাক্সিপক্স এর সম্পর্কে আরও তথ্য ও সংস্থানগুলির জন্য, দেখুন:
health.ny.gov/monkeypox