Organization Accredited
by Joint Commission International

stsgroup

Apollo Hospitals
DHAKA
touching lives

The first and only JCI Accredited
hospital in Bangladesh

হার্ণিয়া চিকিৎসা ও ব্যবস্থাপনা

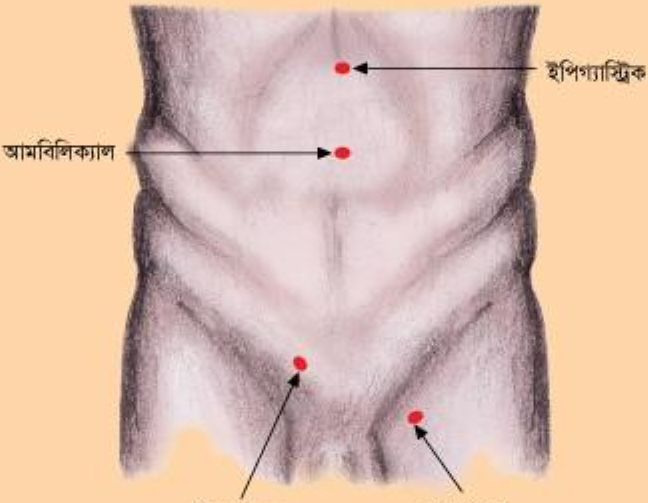
এ্যাপোলো হসপিটালস ঢাকার জেনারেল ও ল্যাপারোস্কপিক সার্জারি বিভাগ পুরুষ, মহিলা ও শিশুদের, যেকোন ধরনের হার্ণিয়া সমস্যা ও ত্রুটি নিরাময় রিপেয়ারের ক্ষেত্রে আধুনিক সার্জিক্যাল চিকিৎসা প্রদান করে আসছে। উচ্চতর প্রশিক্ষণ প্রাপ্ত ও অভিজ্ঞতা সম্পন্ন এবং রোগীর সেবায় দায়বদ্ধ সার্জনের নেতৃত্বে দলগত সমন্বয়ের মাধ্যমে হার্ণিয়া চিকিৎসার ক্ষেত্রে আমরা প্রদান করছি অত্যাধুনিক ল্যাপারোস্কপিক এবং প্রচলিত উন্মুক্ত সার্জারি পদ্ধতি ।

হার্ণিয়া কি?

শরীরের অনাবৃত বা উন্মুক্ত অংশের কোন অঙ্গ বা কলার অস্বাভাবিক প্রসারণ বা অন্ত্রবৃদ্ধিই হলো হার্ণিয়া। বেশির ভাগ হার্ণিয়ার ক্ষেত্রে পেটের অঙ্গ আবরণীর দূর্বল অংশ দিয়ে অন্ত্রের অংশ-বিশেষ ঢুকে গিয়ে স্ফীতাকার ধারন করে এবং সহজেই তা অনুমেয় হয়। এছাড়া নাভীর চারিদিকে, কুঁচকিতে এবং ইতিপূর্বে সার্জারি হয়েছে এমন অংশেও হার্ণিয়া দেখা দিতে পারে। জন্মগত ভাবে প্রাপ্ত হার্ণিয়া, শিশুর ভূমিষ্ঠকালে উপস্থিত থাকতে পারে। তবে সাধারনত হার্ণিয়ার বহিঃপ্রকাশ ধীর গতিতে, কয়েক মাস এমনকি বছর ধরে হয়ে থাকে। অনেক সময় আবার হঠাৎ করেই হার্ণিয়া হতে পারে।

কি কি ধরনের হার্ণিয়া রয়েছে?

সাধারনত কুঁচকিতে ইনগুইনাল হার্ণিয়া, ইনসিশনাল বা ছেদন হার্ণিয়া, কুঁচকির বাহিরে উরুতে ফেমোরাল হার্ণিয়া, নাভিতে আমবিলিক্যাল হার্ণিয়া, নাভীর ঠিক উপরে ইপিগ্যাস্ট্রিক হার্ণিয়া এবং পাকস্থলীর উপরের অংশে হাইয়াটাল হার্ণিয়া দেখা যায়।



হার্ণিয়া হলে কেমন অনুভূত হয়?

হার্ণিয়া হলে একই সাথে তা দেখা এবং অনুভব করা যায়। পেটের অঙ্গ আবরনী বা কুঁচকির কোন অংশ স্ফীত হয়ে তা আপনাকে আগাম নোটিশও দিয়ে থাকে, তবে শুয়ে পড়লে অনেক সময় তা অদৃশ্যও হয়ে যেতে পারে। তাছাড়া হার্ণিয়া হলে এক ধরনের চেপে ধরে থাকা, ক্রমাগত ব্যথা অথবা মাঝে মাঝে তীব্র ব্যথা অনুভূত হয়ে থাকে, বিশেষ করে কাজকর্ম করার সময়।

হার্ণিয়া হলে কেন ব্যথা অনুভূত হয়?

হার্ণিয়ায় আক্রান্ত হলে বিশেষত কাশি দেওয়ার সময়, ভারী কোন বস্তু বহন কালে বা দীর্ঘক্ষণ দাড়িয়ে থাকলে অস্বস্তি বোধ হয়। এই সময় হার্ণিয়ায় আক্রান্ত শরীরের দূর্বল অংশে বিরামহীন চাপ পড়ায় অস্বস্তির পরিমানও বেড়ে যায়। হার্ণিয়ার আকার বড় হলে যেকোন সময় তীব্র ব্যথা অনুভূত হতে পারে।

কোন পিন্ড বা ফোলা জায়গা হার্ণিয়া কিনা তা কিভাবে বুঝবো ?

পেটের অঙ্গ আবরণী বা কুঁচকির সকল পিন্ড বা ফোলা জায়গাকে হার্ণিয়া বলা যায় না। একজন চিকিৎসকের উচিত এরূপ ফোলা জায়গাকে পরীক্ষা নিরীক্ষা করা। অন্যকোন কারন যেমন অস্বাভাবিক টিউমার অথবা বৃহৎ আকারের গ্রন্থিও থাকতে পারে। এই ধরনের সমস্যা নিরাময়ে প্রয়োজন সম্পূর্ণরূপে বিভিন্ন পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও চিকিৎসা পদ্ধতি।

হার্ণিয়া কার হতে পারে?

যেকোন বয়সের নারী বা পুরুষের হার্ণিয়া হতে পারে। বয়স বাড়ার সাথে সাথে শুক্রাশয় অণ্ডকোষে নেমে আসে যার ফলে কুঁচকিতে ফাঁকা ও খালি জায়গা থেকে যায়, এ কারণে পুরুষের ক্ষেত্রে কুঁচকিতে হার্ণিয়া বেশী হয়ে থাকে। মেয়েদের ক্ষেত্রে সাধারনত উরুর উপরাংশে হার্ণিয়া হয়ে থাকে, তবে গর্ভকালীন এবং সন্তান প্রসবকালীন সময়ে মেয়েদের হার্ণিয়া হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।

হার্ণিয়া থেকে পরিত্রাণের উপায় কি?

চিকিৎসা ছাড়া হার্ণিয়া ভাল হয় না, যদিও কয়েক মাস বা এক বছরে হার্ণিয়া খুব একটা খারাপ অবস্থায় উপনীত হয় না। এক ধরনের হার্ণিয়া আছে, যা পিছনে বা ভিতরে ঠেলা দিয়ে ঢুকিয়ে দেয়া যায় এবং তা স্বাস্থ্যের জন্য সহসা কোন বিপদের কারন হয়ে উঠে না, যদিও এটি ব্যথা যুক্ত, একে রিডিউসিবল হার্ণিয়া বলে। আর এক ধরনের হার্ণিয়া রয়েছে যা হতে পরিত্রান পাওয়া অনেকটাই কষ্টসাধ্য। একে ননরিডিউসিবল হার্ণিয়া বলে। এই ধরনের হার্ণিয়া জীবনের জন্য খুবই ঝুঁকিপূর্ণ, বিশেষ করে যখন উন্মুক্ত অংশে অন্ত্রের কোন অংশ আটকে যায় বা রক্ত চলাচলে বাধার সৃষ্টি করে। অনেক সময় এই ধরনের উদ্ভুত পরিস্থিতিতে জরুরী সাজার্রির প্রয়োজনও হতে পারে। এই ধরনের হার্ণিয়াকে ইনকারসিরেটেড হার্ণিয়াও বলা হয়ে থাকে।

হার্নিয়ায় ভাল থাকতে চাইলে করণীয় কি?

কর্মতৎপরতা সীমিতকরণ এবং অতিরিক্ত ওজন কমানোর মাধ্যমে সাময়িক স্বাচ্ছন্দ্য পাওয়া যেতে পারে। এছাড়া বিশেষভাবে প্রস্তুতকৃত বাঁধন বা ট্রাস পরিধানের মাধ্যমেও কিছুটা সাময়িক উপশম লাভ করা যেতে পারে। তবে হার্নিয়া থেকে পরিত্রানের একমাত্র উপায় সার্জারি। হার্নিয়া হলে মূলত দুটি কারনে সার্জারি করা উচিত, প্রথমত বিপদজনক স্ট্র্যাংগুলেটেড হার্নিয়া প্রতিরোধ এবং দ্বিতীয়ত ব্যথা নিবৃত্ত করার জন্য, তা না হলে হার্নিয়া আপনার স্বাভাবিক কর্মকান্ড ব্যাহত করে দিতে পারে। সার্জারিতে ঝুঁকি ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া থাকে, তার পরেও বর্তমানে আধুনিক সার্জিক্যাল সেবাসমূহ অপারেশন পরবর্তী সমস্যাগুলো অনেকাংশে কমিয়ে দেয়। ফলে রোগী দীর্ঘ মেয়াদী উপশমের নিশ্চয়তাসহ দ্রুততম সময়ে সেরে ওঠে।

হার্নিয়া সার্জারির পদ্ধতিগুলো কি কি?

হার্নিয়া সার্জারির ক্ষেত্রে প্রধানত দুই ধরনের পদ্ধতি রয়েছে-ওপেন রিপেয়ার বা উন্মুক্ত পদ্ধতি এবং ল্যাপারোস্কপিক পদ্ধতি।

ওপেন রিপেয়ার বা উন্মুক্ত সার্জারি পদ্ধতিঃ

প্রচলিত উন্মুক্ত পদ্ধতিতে সাধারনত হার্নিয়ার স্থানে কাঁটা হয় এবং সার্জিক্যাল মেশ দিয়ে ক্ষত স্থানে প্রলেপ লাগিয়ে তা আবার সেলাই করে দেয়া হয়। কাঁটার স্থান সাধারনত কয়েক ইঞ্চি দীর্ঘাকার হয় বিধায় এই ধরনের পদ্ধতি সাধারনত কিছুটা ব্যথাযুক্ত এবং পুরোপুরি আরোগ্যলাভে অপেক্ষাকৃত বেশি সময় লাগে।

ল্যাপারোস্কপিক পদ্ধতিঃ

প্রচলিত উন্মুক্ত সার্জারি পদ্ধতির চেয়ে সৃষ্ট কাঁটা বা ক্ষতের পরিমান কম, সার্জারি করতে সময় কম লাগা, ব্যথা কম অনুভূত হওয়া এবং পুরোপুরি ভাল হয়ে উঠতে অপেক্ষাকৃত কম সময় লাগার কারনে ল্যাপারোস্কপিক পদ্ধতি অধিক জনপ্রিয়। এই পদ্ধতিতে রোগীর নাভীর নীচে ক্ষুদ্র অংশ কেঁটে একটি টেলিস্কোপ মেশিন প্রবেশ করিয়ে দেয়া হয়, যার সাথে একটি ক্যামেরা সংযুক্ত থাকে। এছাড়াও উদরের নিম্নাংশে আরও দুটি ক্ষুদ্রাকার ক্ষত সৃষ্টি করা হয়। অতপর সার্জিক্যাল মেশ দিয়ে হার্নিয়া প্রসারিত হওয়ার সেই দূর্বল ও ত্রুটিপূর্ণ স্থানকে মজবুত করা হয় এবং সেলাই, স্ট্যাপল, টাইটানিয়াম ট্যাক বা টিস্যু গ্লু প্রভৃতির মাধ্যমে স্থানচ্যুত অঙ্গকে যথাস্থানে সন্নিবেশিত করা হয়।

সার্জারি কার জন্য উপযোগী?

চিকিৎসকই সঠিক পরামর্শ দিবেন যে, হার্ণিয়ার জন্য আপনার সার্জারির প্রয়োজন কতটুকু। আপনার সার্বিক অবস্থা পর্যালোচনা করে তিনিই ব্যথাযুক্ত এবং ঝুঁকিপূর্ণ হার্ণিয়ায় করণীয় এবং এর চিকিৎসা পদ্ধতি সম্পর্কে দিক নির্দেশনা দিবেন। অধিক আক্রান্ত হলে নীরবে যন্ত্রনা ভোগ করার প্রয়োজন নেই। যন্ত্রনা উপশমে প্রয়োজনীয় সহায়তা করার জন্য সুদক্ষ সার্জন সবসময়ই আপনার পাশে আছেন।

হার্ণিয়া সার্জারির পর আমরা কি আশা করতে পারি?

অপারেশনের পরপরই আপনাকে রিকভারী রুমে স্থানান্তরিত করা হবে এবং জ্ঞান ফিরে আসার আগ পর্যন্ত আপনাকে সেখানেই নিবীড় পর্যবেক্ষণে রাখা হবে। যখন আপনার জ্ঞান পুরোপুরি ভাবে ফিরে আসবে এবং আপনি হাটতে সক্ষম হবেন, তখনই আপনাকে হাসপাতাল থেকে ডিসচার্জ করা হবে।

যেকোন ধরনের হার্ণিয়া অপারেশনে আপনার কিছুটা ব্যথা অনুভূত হতে পারে এবং এটা সাধারনত অপারেশনের প্রথম ২৪ থেকে ৪৮ ঘন্টা পর্যন্ত হয়ে থাকে। সার্জারির পরের দিন হাটাচলা করা রোগীর জন্য শ্রেয়। আর ল্যাপারোস্কপিক পদ্ধতিতে আপনি খুব অল্প সময়ের মধ্যেই স্বাভাবিক কাজকর্ম শুরু করতে পারবেন। এছাড়াও অপারেশনের পরবর্তী দুই সপ্তাহের মধ্যে ফলো-আপ চিকিৎসার জন্য এ্যাপোয়েন্টমেন্ট করে চিকিৎসকের পরামর্শ নেয়া বাঞ্ছনীয়।

কিভাবে হার্ণিয়া প্রতিরোধ করা যায় ?

পেটের অঙ্গ আবরণী বা মাংসপেশীতে বিদ্যমান দূর্বলতাকে আপনি সামান্যই প্রতিরোধ করতে পারবেন, যা পরবর্তীতে হার্ণিয়ায় রূপ নিতে পারে। অতিরিক্ত ওজন নিয়ন্ত্রণ, সঠিক ও পুষ্টিকর খাবার গ্রহণ, জীবনযাত্রার মান পরিবর্তন এবং ধূমপান পরিহার করে মাংসপেশীর দূর্বলতা থেকে প্রতিরক্ষা পাওয়া যায়। বুক, পেট ও তলপেটের স্থুলতা নিয়ন্ত্রণে রেখে সুঠাম ও সুন্দর দেহ গঠনও হার্ণিয়ার ঝুঁকি কমাতে পারে।

হার্ণিয়াকে অবহেলা করবেন না। এ থেকে জটিলতা এড়াতে হলে অবিলম্বে সার্জনের পরামর্শ নিন।

প্রতি বছর কয়েক হাজার বাংলাদেশী হার্ণিয়ায় আক্রান্ত হয়।

অভিজ্ঞ চিকিৎসকগণ মনে করেন এদের মধ্যে কয়েকশত লোক নীরবে কষ্ট ভোগ করাটাকেই বেছে নেন।

আপনি যদি সার্জারিতে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ না করেন এবং আরোগ্য লাভের সময় সম্পর্কে চিন্তিত থাকেন, তবে আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলুন। বর্তমানে প্রচলিত অনেকগুলি পদ্ধতির মধ্যে আপনি যেকোন একটি বেছে নিতে পারবেন, যার ফলে সার্জারি পরবর্তী সময়ে কম কষ্ট অনুভূত হবে এবং আরোগ্য লাভেও সময় কম লাগবে, যেমনটি আপনি আশা করেন। হার্ণিয়া শুধুমাত্র ব্যথাযুক্তই নয় বরং জীবনের জন্য ঝুঁকি পূর্ণও। এইজন্য, হার্ণিয়ার লক্ষণ দেখা দিলে সার্জনের পরামর্শ নেওয়া বাঞ্ছনীয়। চিকিৎসক আপনার সাথে এর বিভিন্ন চিকিৎসা পদ্ধতি, এবং প্রত্যেক পদ্ধতির ঝুঁকি এবং সুবিধা সমূহ সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করতে পারবেন।

stsgroup

Apollo Hospitals
DHAKA
touching lives

| Plot: 81, Block: E, Bashundhara R/A, Dhaka-1229 |
| Emergency Hotline: 10678 |
| Appointment: (02)-8845242, 01841-APOLLO, 01729-APOLLO
01195-APOLLO, 01612-APOLLO, 01971-APOLLO |
(Note:APOLLO signifies 276556)
| info@apollodhaka.com || www.apollodhaka.com |