স্মৃতির সমস্যার জন্যে উপদেশ

মিসেস চৌধুরী কিছু কিছু জিনিস ভুলে যান। তিনি আগে এরকম ছিলেন না কিন্তু এখন নাম, কারো সাথে দেখা করার সময়, বা জিনিসপত্র কোথায় রাখেন সব ভুলে যান।

তাঁর ধারনা তাঁর বয়স বাড়ছে বলে এরকম হচ্ছে কিন্তু এটা তাঁর স্বাভাবিক ব্যবহার নয়।

তাঁর পরিবাবরে সবাই ভাবে তাঁকে ডাক্তার-দেখানো হলে অন্যরা কি ভাববে, তিনিও তাঁর সমস্যা নিয়ে বিব্রতবোধ করেন।

পরিবারের সবাই আবার এটাও ভাবেন যে সাহায্য না পেলে তাঁর অবস্থা আরও খারাপ হবে।

স্মৃতির সমস্যা বয়স বাড়লে অনেক লোকের হয়, কিন্তু এটা বয়সের স্বাভাবিক সমস্যা নয় ।

স্মৃতির সমস্যা বিভিন্ন কারণে হতে পারে - শারিরীক অসুস্থতা, মানসিক চাপ বা স্মৃতিভ্রংশ অসুখের জন্যও হতে পারে । স্মৃতিভ্রংশকে ইংরেজিতে ডিমেনসা বলে।

যদি আপনার বা আপনার পরিবারের কারও স্মৃতির সমস্যা হয় তবে আপনার ডাক্তারের সঙ্গে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব দেখা করুন । কারণ তাহলে তিনি রক্তপরিক্ষা করে কিছু অসুখ বাদ দিতে পারেন এবং দরকার হলে স্মৃতিরোগ বিশেষজ্ঞের কাছে পাঠাতে পারেন ।

তাড়াতাড়ি সাহায্য চাইলে যদি কোনো অসুখ না থাকে তাহলে নিশ্চিন্ত হওয়া বা যদি অসুখ হয় তাহলে তাড়াতাড়ি চিকিত্সা ও সাহায্য পাওয়া যায় ।

আপনি রোগীর সাহায্য করতে চাইলে সব থেকে উপকারী কাজ তাড়াতাড়ি ডাক্তার দেখিয়ে সময়মতো স্মৃতি সমস্যা রোগের কারণ নির্ণয় করা ।

স্মৃতিভ্রংশ একটা মস্তিষ্কের অসুখ এবং এটা কখনো রোগীর স্মৃতিকে, কোনো কিছুর করার ক্ষমতা, ব্যবহার এবং ব্যক্তিত্বকে পরিবর্তন করে।

এই সমস্যার জন্য তাড়াতাড়ি সাহায্য চাইলে সময়মতো উপদেশ এবং সাহায্য পাওয়া যায় যার ফলে
ভবিষ্যতের জন্য ভালো ব্যবস্থা করা যায়।

সঠিক রোগ নির্ণয় করার মানে এই নয় যে আপনি আরও বেশী অসুস্থ হবেন বা আপনার পরিবারের আর দেখাশোনা করতে পারবেন না বরং আপনি চাইলে আরও বেশী সাহায্য পাবেন।

স্মৃতিভ্রংশ অন্য অসুখের মতো একটা শারিরীক অসুখ এবং আপনি এর জন্য সাহায্য পাবেন যাতে আপনার সুবিধে হয়। এতে লজ্জার কিছু নেই এবং তাড়াতাড়ি অসুখ ধরা পড়লে অসুস্থ ব্যক্তি বেশী দিন সুস্থ থাকবেন।

অতএব আপনার বা পরিবারের বা পরিচিত কারও স্মৃতিশক্তির সমস্যা হলে আপনার কি করা উচিত?

আপনার এবং আপনার পরিবারের পক্ষে সবচেয়ে ভালো হয় যদি তাড়াতাড়ি আপনার ডাক্তারের সঙ্গে দেখা করেন এবং দরকার হলে তিনি স্মৃতিরোগ বিশেষজ্ঞের কাছে সাহায্য চাইতে পারেন ।

আরো তথ্য এখান থেকে পাওয়া যাবে :

Alzheimer's Society website: http://www.alzheimers.org.uk/

Alzheimer's Society helpline: Call 0300 222 11 22

Copyright © Naaheed Mukadam - UCL 2016

NHS
National Institute for Health Research