Oxford Radcliffe Hospitals NHS
NHS Trust

তথ্য পত্র

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি কি ?

যখন ডায়াবেটিস প্রভাব ফেলে তখন আপনার চোখের অংশ বিশেষে ছোট রক্ত কনিকা থাকে যাকে রেটিনা বলা হয়, ইহা ‘ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি’ নামে পরিচিত। প্রাথমিক পর্যায়ে, ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি আপনার দৃষ্টিশক্তিকে ক্ষতিগ্রস্থ করবে না। যাইহোক ,যদি এই পরিবর্তন খারাপ হয়, তাহলে আপনার দৃষ্টিশক্তি ক্ষতিগ্রস্থ হবে।

যদি আপনার নিম্নলিখিত থাকে, তাহলে আপনার রেটিনোপ্যাথি হওয়ার ঝুঁকি বেশী থাকে:

- আপনার বহুদিন থেকে ডায়াবেটিস থাকলে
- আপনার রক্তের গ্লুকোজ লেবেল দূর্বলভাবে নিয়ন্ত্রিত হলে
- আপনার উচ্চ রক্ত চাপ আছে
- আপনি গর্ভবতী হলে
- আপনি ইনসুলিন গ্রহন করে থাকলে

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির জন্য স্ক্রিনিং কি ?

স্ক্রিনিং এর অর্থ হলো আপনার চোখ নিয়মিত পরীক্ষা করা যাতে করে নির্ণয় করা যায় আপনার চোখের দৃষ্টিশক্তি ক্ষতিগ্রস্থ করতে পারে এমন কোন নির্দিষ্ট কারন আছে কিনা। এই পরিবর্তন সমূহের নাম হলো ‘দৃষ্টিশক্তির হুমকি স্বরুপ ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি’। স্ক্রিনিং হলো একটি কার্যকরী পদ্ধতি যাতে করে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি নির্ণয় করা যায়। যদি আমরা দৃষ্টিশক্তি হুমকি মূলক কোন রেটিনোপ্যাথি পাই, তাহলে আমরা আপনাকে একজন চক্ষু বিশেষজ্ঞের নিকট রেফার করব।

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির পরীক্ষা করা কেন গুরুত্বপূর্ণ ?

ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথির চিকিৎসা না করার কারনে যুক্তরাজ্যে কর্মরত বয়সের জনগনের অধিকাংশ ক্ষেত্রে সাধারনত: অন্ধত্ব হয়। ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি সাধারনত: আপনার দৃষ্টিশক্তির ক্ষতি করে না যতক্ষন পর্যন্ত ইহা গুরুতর আকার ধারন করে।

ডায়াবেটিক চোখের রোগ খুব সাধারন অনুমান করা হয়েছে যে ডায়াবেটিস ধরা পড়ার 5 বছরের মধ্যে প্রতি 4 জন লোকের মধ্যে 1 জনের ডায়াবেটিস জনিত চোখের কিছু রোগ ধরা পড়ে। অধিকাংশ লোকের ক্ষেত্রে পরিবর্তন সমূহ ছোট-খাটো এবং এতে দৃষ্টিশক্তি জনিত কোন সমস্যার কারন হয় না। প্রতি বছর প্রায় প্রতি 100 জনের মধ্যে 2 জনের দৃষ্টিশক্তি হুমকিমূলক ডায়াবেটিক চোখের রোগ হয়।

ডায়াবেটিস রেটিনোপ্যাথির একটি কার্যকরী চিকিৎসা আছে যা দৃষ্টিশক্তি হারানো কমাতে পারে, এবং যত তাড়াতাড়ি এর চিকিৎসা করা হয় ইহা তত কার্যকরী।

‘অক্সফোর্ডশায়ার ডায়াবেটিক আই স্ক্রিনিং সার্ভিস’ (ODESS) সম্পর্কে দরকারী তথ্য

অক্সফোর্ডশায়ারে, ডায়াবেটিক আই স্ক্রিনিং বা পরীক্ষা নিয়ন্ত্রিত হয় অক্সফোর্ড চক্ষু হাসপাতালে ODESS অফিস দ্বারা। সকল আমন্ত্রন এবং ফলাফল এই অফিস থেকে পাঠানো হয়।

পরীক্ষা পরিচালিত হয় চুক্তিবদ্ধ চশমা প্রদান করেন এমন ব্যাক্তিদের দ্বারা, যারা কমিউনিটি ভিত্তিক কাজ করেন অথবা আপনার জিপি সার্জারীর টেকনিশিয়ান দ্বারা। প্রতি বছর আপনি একটি চিঠি পাবেন যাতে চোখ পরীক্ষায় উপস্থিত হওয়ার জন্য আমন্ত্রন জানানো হবে, ডিজিটাল ছবি তোলার পদ্ধতি ব্যবহার করে। চোখের পরীক্ষা করা হলো আপনার ডায়াবেটিস যত্নের একটি প্রয়োজনীয় অংশ, 12 বছর বা এর বেশী বয়সের সকলকে চোখ পরীক্ষা করার জন্য আমন্ত্রন জানানো হবে।

যদি আপনার জিপি প্র্যাকটিস আপনার চোখ প্র্যাকটিসে বা সার্জারীতে পরীক্ষা করতে চান তাহলে একটি এপয়েন্টমেন্ট বুক করার জন্য আপনার দরকার ODESS অফিসে ফোন করা।

যদি আপনার জিপি প্র্যাকটিস চান তার রোগীরা চশমা প্রদানকারী ব্যাক্তি দ্বারা চোখের পরীক্ষা করুক, তাহলে আপনি পরীক্ষা করার আমন্ত্রন পত্রের সাথে চুক্তিবদ্ধ চশমা প্রদানকারীদের তালিকা পাবেন। আপনার উচিত আপনার এপয়েন্টমেন্ট বুক করার জন্য তাদের কাউকে সরাসরি ফোন করা। যদি আপনি না চান তাহলে আপনার চোখের পরীক্ষার সময় আপনার চোখের দৃষ্টিশক্তির পরীক্ষা নাও করাতে পারেন।

এপয়েন্টমেন্টে কি হবে ?
পরীক্ষক আপনার বিস্তারিত তথ্য দেখবেন এবং প্রক্রিয়াটি ব্যাখ্যা করবেন। আপনার দূরে দেখার ক্ষমতা (ভিজ্যুয়াল একুয়িটি) পরীক্ষা করা হবে। তারপর আপনার চোখে বিশেষ 'আই ড্রপ' ব্যবহার করে মেলে ধরা হবে যাতে আপনার চোখের মণি যথেষ্ট বড় দেখা যায়, ছবি তোলার জন্য। ড্রপটি কাজ করতে 15 থেকে 20 মিনিট লাগবে এবং তারপর কয়েক ঘন্টার জন্য আপনার দৃষ্টিশক্তি সামান্য ঝাপসা হবে। এর ফলে আপনি 2 থেকে 4 ঘন্টা ড্রাইভ করতে পারবেন না।

পরীক্ষক অন্তত পক্ষে প্রত্যেক চোখের পেছনের (রেটিনার) দুইটি ছবি তুলবেন। ক্যামেরা আপনার চোখে লাগবে না। আপনি প্রতিবার ছবি তোলার সময় একটি উজ্জল আলোর ঝলকানী দেখতে পাবেন।

আমার সাথে কি নিয়ে যাওয়া দরকার ?
দয়া করে আপনার সাথে সাধারন দূরে দেখার চশমা নিয়ে যাবেন। পরীক্ষার পর হয়ত সানগ্লাস ব্যবহার করা ভালো যেহেতু আপনার চোখ মেলার পর খুব উজ্জল দেখবেন।

আমার এপয়েন্টমেন্টের পর কি হবে ?
সকল ছবি ODESS এর নিকট পাঠানো হয়, তারপর ছবিগুলো প্রশিক্ষিত কর্মীদের মাধ্যমে পরীক্ষা করে দেখা হবে যে ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি আছে কিনা। আপনার এপয়েন্টমেন্টের 3 থেকে 6 সপ্তাহ পর আপনি ও আপনার জিপি উভয়ে আপনার চোখের পরীক্ষার ফলাফল জানবেন।

অধিকাংশ লোকজনকে তারপর পরবর্তী বছর পরীক্ষা করার জন্য আমন্ত্রন জানানো হবে। যাইহোক, মাঝে মাঝে পরীক্ষক হয়ত আপনার চোখের ভালো ছবি নাও তুলতে পারেন, এই ক্ষেত্রে আপনাকে আরও

ভালোভাবে পরীক্ষা করার জন্য র‍্যাডক্লিফ হাসপাতালে একটি স্লিট ল্যাম্প বায়ো-মাইক্রোস্কোপি ক্লিনিকে রেফার করা হতে পারে।

যদি আপনার স্ক্রিনিং পরীক্ষায় ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি পাওয়া যায় যার জন্য ভবিষ্যতে দৃষ্টিশক্তি হারাতে পারেন, তাহলে আপনাকে চক্ষু বিশেষজ্ঞ কর্তৃক অক্সফোর্ড চক্ষু হাসপাতালে আরও পরীক্ষা-নিরীক্ষার জন্য পাঠানো হবে।

আমার স্বাভাবিক দৃষ্টিশক্তি পরীক্ষার সময় আমার চোখের ছবি তোলা হয়েছিল, আমাকে কি এরপরও চোখের স্ক্রিনিং করার জন্য উপস্থিত হতে হবে।

হ্যাঁ, তারপরও আপনাকে চোখের স্ক্রিনিং এর জন্য উপস্থিত হতে হবে। অধিকাংশ হাই স্ট্রিটের চোখ পরীক্ষা করে চশমা প্রদানকারীরা রেটিনাল ফটোগ্রাফী অফার করেন, রুটিন চক্ষু পরীক্ষা করার অংশ হিসাবে; ইহা চোখের স্ক্রিনিং এর মতো নয়।

কিভাবে আমাদের সাথে যোগাযোগ করবেন

যদি চোখের স্ক্রিনিং সম্পর্কে আপনার কোন প্রশ্ন থাকে, তাহলে দয়া করে ODESS অফিসের সাথে **01865 231586** নম্বরে যোগাযোগ করুন (সকাল 8.30 থেকে বিকাল 4.30 পর্যন্ত); ই-মেইল: odess@nhs.net

আরও তথ্য

নিম্নলিখিত ওয়েব সাইটে আরও তথ্য আছে:

ODESS: www.oxfordradcliffe.nhs.uk/eyehospital/ODESS

NHS Choices:www.nhs.uk/Conditions/Diabetic-retinopathy

English National Screening Programme for Diabetic Retinopathy:
‘ইংলিশ ন্যাশনাল স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম ফর ডায়াবেটিক রেটিনোপ্যাথি’:
www.retinalscreening.nhs.uk

Helen Lipinski, Programme Manager, ODESS
Version 2, March 2011; Review, March 2014
Oxford Radcliffe Hospitals NHS Trust, Oxford OX3 9DU
www.oxfordradcliffe.nhs.uk/patientinformation

OMI 2893