ড. মুনীরউদ্দিন আহমদ ▶

বিশ্ব স্বাস্থ্য দিবস : অ্যান্টিবায়োটিকের অপব্যবহার বন্ধ করুন

প্রতিবছরের ৭ এপ্রিল বিশ্ব স্বাস্থ্য দিবস পালিত হয়। এ বছরের বিশ্ব স্বাস্থ্য দিবসের প্রতিপাদ্য বিষয় হলো অ্যান্টিমাইক্রোবায়াল রেজিস্ট্যান্স : নো অ্যাকশন টু ডে, নো কিউর টুমরো (অ্যান্টিমাইক্রোয়াল রেজিস্ট্যান্স : আজ ব্যবস্থা না নিলে কাল কোনো চিকিৎসা থাকবে না)।

সংক্রামক রোগের মুখ্য বাহক যদি মানুষ হয়ে থাকে, তবে মানবসভ্যতার জন্য এটি এক বড় দুঃসংবাদই বটে। 'এ সেফার ফিউচার' বা 'একটি নিরাপদ ভবিষ্যৎ' শীর্ষক বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সাম্প্রতিক এক প্রতিবেদনে বলা হয়েছে, শুধু গত বছর প্রায় ২১০ কোটি মানুষ বিমান ভ্রমণে পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে যাতায়াত করেছে। এর কারণে বিশ্বজুড়ে বিভিন্ন ভয়ংকর সংক্রমক রোগ অতীতের যেকোনো সময়ের চেয়ে দ্রুতগতিতে ছড়িয়ে পড়ছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মহাপরিচালক প্রতিবেদনে উল্লেখ করেন, অভাবনীয় দ্রুতগতিতে প্রতিবছর গড়ে একটি করে নতুন রোগ আবির্ভূত হচ্ছে, যা ইতিহাসে নজিরবিহীন। প্রতিবেদনে আরো উল্লেখ করা হয়, আগে হোক, পরে হোক ভবিষ্যতে এইডস, বার্ড ফ্লু, ইবোলা, সার্সের মতো অন্য কোনো ভয়ংকর রোগের উদ্ভব হবে না—এটা জোর দিয়ে বলা যাবে না। গত ৩৭ বছরে বিশ্বে মোট ৩৯টি নতুন সংক্রামক রোগ দেখা দিয়েছে। এসব রোগের মধ্যে সার্স, এইডস/এইচআইভি, ইবোলা হিমোরেজিক ফিভার, মারবার্গ এবং নিপা ভাইরাসও অন্তর্ভুক্ত। এসব ভয়াবহ সংক্রামক রোগের কারণে বিশ্বের ২৫ শতাংশ মানুষ অর্থাৎ ১৫০ কোটি মানুষ আক্রান্ত হতে পারে।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার বার্ষিক প্রতিবেদনটির প্রতিবেদক থমসন প্রেন্টিস বিবিসির সঙ্গে এক সাক্ষাৎকারে সংক্রামক রোগের বিস্তার, এর ফলে উদ্ভূত সমস্যার ধরন এবং প্রতিকার নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করেন। তিনি মনে করেন, সংক্রামক রোগের বিস্তার রোধ মানবসভ্যতা এবং চিকিৎসাবিজ্ঞানের জন্য এক ভয়াবহ চ্যালেঞ্জ হয়ে দাঁড়িয়েছে। কারণ প্রতিদিন প্রায় ৩০ লাখ মানুষ এক শহর থেকে অন্য শহরে, এক দেশ থেকে অন্য দেশে বা এক মহাদেশ থেকে অন্য মহাদেশে ভ্রমণ করছে। রোগের বাহক হিসেবে মানুষের এই ভ্রমণের ফলে পৃথিবীর এক প্রান্ত থেকে অন্য প্রান্তে সংক্রামক রোগ ছড়িয়ে পড়ছে, যা ইচ্ছে থাকা সত্ত্বেও ঠেকানো সম্ভব হয়ে উঠছে না। কারণ সংক্রামক রোগ বিস্তার রোধে যাত্রী নিয়ন্ত্রণের ফলে দেশের ভাবমূর্তি বিনষ্ট হওয়া ছাড়াও পর্যটন শিল্প, এয়ারলাইনস এবং হোটেল ব্যবসাসহ দেশীয় অর্থনীতিতে ধস নামার ভয়ে কেউ এ ধরনের উদ্যোগে উৎসাহী হবে না। কিন্তু অর্থনীতি এবং ভাবমূর্তির জন্য জীবনের সঙ্গে আপস চলে না। ইনফ্লুয়েঞ্জার মতো সংক্রামক রোগের প্যানডেমিক দেখা দিলে অতি অল্প সময়ের মধ্যে মানুষ থেকে মানুষে, দেশ থেকে দেশে এবং এক মহাদেশ থেকে অন্য মহাদেশে এই রোগ ছড়িয়ে পড়বে, যা মোকাবিলার জন্য পৃথিবীর কোথাও পর্যাপ্ত কার্যকর ওষুধ বা ভ্যাকসিন নেই। ফলে অর্থনৈতিক অবস্থা ব্যাহত ও ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া ছাড়াও বিশ্বব্যাপী অসংখ্য মানুষ অসুস্থ হয়ে পড়বে এবং মৃত্যুবরণ করবে লাখ লাখ মানুষ। তবে কবে নাগাদ এ ধরনের প্যানডেমিক দেখা দিতে পারে তা জোর দিয়ে কেউ বলতে পারে না। প্রেন্টিস মনে করেন, আজ হোক, কাল হোক একটি ফ্লু প্যানডেমিক অবশ্যম্ভাবী এবং অত্যাসন্ন। যদি কোনো কারণে ফ্লুর প্যানডেমিক দেখা না দেয়, তবে এর পরিবর্তে অন্য কোনো নতুন ধরনের সংক্রামক রোগের আবির্ভাব হবে, এতে কোনো সন্দেহ নেই। যদি ফ্লু প্যানডেমিক ঘটে যায়, তবে তা হবে ক্ষয়ক্ষতির দিক থেকে ভয়াবহ এবং বিশ্বজুড়ে এর বহুমুখী তীব্র প্রতিক্রিয়া হবে। সে জন্য সংক্রামক রোগের সার্বিক ভয়াবহতার কথা বিবেচনা করে প্রতিবেদনে বলা হয়েছে, পৃথিবীর ধনী-দরিদ্র সদস্য দেশগুলোর মধ্যে এসব রোগের বিস্তার, প্রতিরোধ, প্রতিকার বা চিকিৎসাসংক্রান্ত তথ্য-উপাত্ত, দক্ষতা ও প্রযুক্তি আদান-প্রদান স্বাস্থ্য নিরাপত্তার জন্য অত্যন্ত কার্যকর এবং উপযোগী উপায়গুলোর একটি হতে পারে। তবে আশার কথা, সরকারের নিষ্ক্রিয়তা বা অনীহার কারণে এ ধরনের বিপর্যয়কে গোপন রাখা এ যুগে আর সম্ভব নয়। কারণ গণমাধ্যমগুলো ২৪ ঘণ্টা সক্রিয় থাকার কারণে বিভিন্ন রোগ ছড়িয়ে পড়ার প্রায় বেশির ভাগ ঘটনার ক্ষেত্রে তার তথ্য সরকারের পরিবর্তে গণমাধ্যমের সাহায্যে সর্বত্র প্রচারিত হয়ে গেছে। সংক্রামক রোগ প্রতিরোধ এবং প্রতিকারের ওষুধ হলো ভ্যাকসিন এবং অ্যান্টিবায়োটিক। কিন্তু অসংখ্য জীবাণুর বিরুদ্ধে অ্যান্টিবায়োটিক রেজিস্ট্যান্স জনস্বাস্থ্য এবং চিকিৎসাবিজ্ঞানের জন্য এক ভয়াবহ চ্যালেঞ্জ হিসেবে আবির্ভূত হয়েছে। অ্যান্টিবায়োটিক আমাদের সবার কাছে অত্যন্ত পরিচিত ওষুধ। সংক্রামক রোগের প্রসঙ্গ এলেই অ্যান্টিবায়োটিক ব্যবহারের কথা স্বাভাবিকভাবে চলে আসে। আমাদের মতো অনুন্নত বিশ্বে মানুষ অতি জটিল রোগের ক্ষেত্রে চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়াই আত্মচিকিৎসা শুরু করে দেয়। অনেক ক্ষেত্রে শুধু নিজে গ্রহণ করে না, অন্যকেও অন্যায় ও ভ্রান্তভাবে ওষুধ গ্রহণে উদ্বুদ্ধ করে বা পরামর্শ দেয়। আমরা খুব কমই উপলব্ধি করে থাকি, জটিল রোগে এবং বিশেষ বিশেষ ওষুধের ক্ষেত্রে এই আত্মচিকিৎসা বা অন্যকে ভ্রান্ত ধারণা বা আংশিক ধারণা নিয়ে ওষুধ গ্রহণের পরামর্শদান জীবন ও স্বাস্থ্যের জন্য বিপজ্জনক হয়ে দাঁড়াতে পারে। অ্যান্টিবায়োটিক এমনই একটি ওষুধ, যার অপব্যবহার, অতি বেশি অপ্রয়োজনীয় ব্যবহার কোনো রকমেই কাম্য নয়। অথচ বিশ্বজুড়ে উন্নত-অনুন্নত সব দেশেই অ্যান্টিবায়োটিক নির্বিচারে অপব্যবহার চলে আসছে। চিকিৎসকরা অনেক সময় জেনেশুনেই যুক্তিহীনভাবে তাঁদের প্রেসক্রিপশনে অ্যান্টিবায়োটিক প্রয়োগ করে থাকেন মূলত দুটো কারণে। প্রথমত, রোগী প্রায়ই এ ধরনের চিকিৎসা চায় এবং প্রেসক্রিপশনে বেশি ওষুধের উপস্থিতি তাদের মনস্তাত্ত্বিক আস্থা বাড়ায়। চিকিৎসকরা ব্যবসায়িক কারণে রোগীর এই মানসিকতাকে সমীহ করেন। দ্বিতীয়ত, চিকিৎসকদের ব্যবসায়িক স্বার্থ গুরুত্বপূর্ণ। সংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে খুব কম চিকিৎসকই পরীক্ষা-নিরীক্ষা বা পর্যবেক্ষণের জন্য পর্যাপ্ত সময় দেন। সংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে দ্রুত আরোগ্য লাভের জন্য তাঁরা একই প্রেসক্রিপশনে একাধিক পদের অ্যান্টিবায়োটিক প্রদান করে থাকেন এই ধারণা নিয়ে যে কোনো না কোনো পদের অ্যান্টিবায়োটিক জীবাণুর বিরুদ্ধে কার্যকর হবেই এবং রোগী দ্রুত সুস্থ হয়ে উঠবে। এ ধারণা সঠিক নয়, প্রশংসনীয়ও নয়। প্রদত্ত একাধিক পদের অ্যান্টিবায়োটিকের একটিও কোনো জীবাণুর বিরুদ্ধে কার্যকর নাও হতে পারে। উল্টো জীবাণু এসব অ্যান্টিবায়োটিকের প্রতি অতিসহজে রেজিস্ট্যান্ট হয়ে উঠতে পারে। নির্বিচারে অ্যান্টিবায়োটিক অপপ্রয়োগের ফলে জীবাণু অ্যান্টিবায়োটিকের কার্যপ্রণালিকে অকার্যকর বা নিষ্ক্রিয় করে দেওয়ার জন্য তৎপর হয়ে ওঠে এবং পরিবর্তনের মাধ্যমে নিজেদের অন্য নতুন স্ট্রেইনে রূপান্তরিত করে অ্যান্টিবায়োটিকের কার্যকারিতা নিষ্ফল করে দেয়। জীবাণুর এই রেজিস্ট্যান্ট স্ট্রেইন আর কোনো অ্যান্টিবায়োটিকে কাবু না হয়ে বহাল তবিয়তে জীবদেহে অবস্থান এবং বিস্তৃতি লাভ করতে পারে। এ অবস্থায় রোগীর জীবন বিপন্ন হয়ে উঠতে পারে। তখন চিকিৎসকরা বিকল্প ওষুধ এবং চিকিৎসার অভাবে অসহায় হয়ে পড়েন। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এই বিপদ ও বিপর্যয়ের ভয়াবহতা উপলব্ধি করে বিশ্বজুড়ে চিকিৎসাবিজ্ঞানের সঙ্গে সম্পর্কিত এবং সংশ্লিষ্ট সবাইকে জীবাণুর অ্যান্টিবায়োটিক রেজিস্ট্যান্স প্রতিরোধে এগিয়ে আসার আমন্ত্রণ জানিয়েছে এবং বাস্তবসম্মত বিভিন্ন পদক্ষেপ গ্রহণের জন্য সুপারিশ পেশ করেছে। সুপারিশগুলো হলো :

জীবন রক্ষার প্রয়োজনেই শুধু অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণ বা প্রদান করতে হবে। রোগের প্রকৃতি বুঝে সঠিক মাত্রায় নির্দিষ্ট সময়ের জন্য অ্যান্টিবায়োটিক প্রয়োগ করতে হবে। উদাহরণস্বরূপ, ১০ দিনের জন্য ২৫০ মিলিগ্রামের ৩০টি অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের নির্দেশ থাকলে নিজের খেয়ালখুশিমতো কোনোক্রমেই এর বেশি বা কম অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণ করা যাবে না। অ্যান্টিবায়োটিকের পূর্ণ কোর্স সমাপ্ত করতে হবে। পূর্ণ কোর্স অ্যান্টিবায়োটিক সেবন না করলে শরীর জীবাণুমুক্ত হয় না এবং বারবার বিরতির মাধ্যমে অপর্যাপ্ত ওষুধ সেবনের ফলে ওষুধের প্রতি জীবাণুর প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়। পরবর্তী সময়ে আর কোনো অ্যান্টিবায়োটিক ওই সংক্রামক রোগে কাজ করে না। সংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে অভিজ্ঞ, প্রগতিবাদী ও যুক্তিবাদী চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া আবশ্যক। সংক্রামক রোগের ক্ষেত্রে অবহেলা বা ঝুঁকি নেওয়া জেনেশুনে জীবনকে বিপন্ন করার সমতুল্য। দুই, বিশ্বের খ্যাতনামা ফার্মাসিউটিক্যাল কম্পানিগুলোকে কর রেয়াত বা পেটেন্ট সুবিধা প্রদানের মাধ্যমে নতুন নতুন কার্যকর অ্যান্টিবায়োটিক আবিষ্কারে উদ্বুদ্ধ ও অনুপ্রেরণা জোগাতে হবে। কেননা যে অনুপাতে জীবাণুর প্রতি অ্যান্টিবায়োটিকের প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ছে সে অনুপাতে নতুন নতুন অ্যান্টিবায়োটিক আবিষ্কৃত না হলে মানবসভ্যতা আগামী দিনে চরম বিপর্যয়ের সম্মুখীন হবে। তিন, অ্যান্টিবায়োটিকের প্রতি নির্ভরশীলতা কমানোর লক্ষ্যে সংক্রামক রোগ চিকিৎসায় বিকল্প ওষুধের সন্ধানে ওষুধবিজ্ঞানীদের তৎপর হতে হবে। সাধারণ সংক্রামক রোগের প্রতিকারে ভ্যাকসিন উদ্ভাবনের চিন্তা বিবেচনায় নেওয়ার কথা আজকাল গুরুত্বসহ নেওয়া হয়েছে। চার, সংক্রামক রোগের উৎপত্তি ও বিস্তার রোধে জোর সমন্বিত প্রচেষ্টা চালাতে হবে। সংক্রামক রোগের বাহক দূষিত পানি ও অস্বাস্থ্যকর খাবার। বিশুদ্ধ পানি ও উন্নত স্বাস্থ্যব্যবস্থা নিশ্চিতকরণ সংক্রামক রোগের প্রাদুর্ভাব বহুলাংশে কমিয়ে আনে। পাঁচ, চিকিৎসকদের অনেকেই অযৌক্তিকভাবে ল্যাবরেটরি পরীক্ষা ছাড়াই সংক্রামক রোগে বিভিন্ন অ্যান্টিবায়োটিক প্রদান করে থাকেন। এভাবে অ্যান্টিবায়োটিক প্রদান আর অন্ধকারে তীর ছোড়া একই কথা। সে জন্য প্রত্যেক সংক্রামক রোগে ল্যাবরেটরি পরীক্ষা সম্পন্ন করে রোগীকে কার্যকর অ্যান্টিবায়োটিক প্রদান করতে হবে। ছয়, সাধারণত হাসপাতালগুলোতে সংক্রামক রোগের উৎপত্তি ও বিস্তার লাভ ঘটে বেশি। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে হাসপাতালগুলোতে প্রতিবছর এ ধরনের সংক্রামক রোগ প্রতিকারে ৬০০ কোটি টাকা ব্যয় হয়। হাসপাতালে সংক্রামক রোগের উৎপত্তি ও বিস্তার রোধ ৬ শতাংশ কমিয়ে আনতে পারলে এই বিপুল ব্যয়ের এক-বৃহদাংশ অর্থের সাশ্রয় হবে। সাত, অ্যান্টিবায়োটিকের যুক্তিসংগত ব্যবহার এবং প্রয়োগ সম্পর্কে চিকিৎসক ও ভোক্তাদের শিক্ষিত করে তুলতে হবে। সব দেশেই ভোক্তা ও চিকিৎসকরা ওষুধ সম্পর্কে তথ্যাবলি পেয়ে থাকেন কম্পানি কর্তৃক প্রচারিত পক্ষপাতদুষ্ট বিজ্ঞাপন থেকে। এ অবস্থা থেকে অব্যাহতি পেতে হলে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার নিরপেক্ষ তথ্যাবলিসমৃদ্ধ অত্যাবশ্যকীয় ওষুধের তালিকা এবং স্ট্যান্ডার্ড ট্রিটমেন্ট গাইডলাইন অনুসরণ করতে হবে। অ্যান্টিবায়োটিকের অপব্যবহার রোধকল্পে চিকিৎসক সমাজ এক গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখতে পারে। রোগীকে প্রকৃত তথ্য প্রদান, সতর্ক করা, প্রেসক্রিপশনে শুধু প্রয়োজনীয় ওষুধটি দিয়ে বাস্তব ও বিজ্ঞানসম্মত চিকিৎসা দিতে পারেন শুধু চিকিৎসকরাই। আমরা আশা করব তারা এ গুরুদায়িত্ব পালন করবেন নিষ্ঠার সঙ্গে।

অ্যান্টিবায়োটিকের যুক্তিসংগত ব্যবহার এবং প্রয়োগ সম্পর্কে চিকিৎসক ও ভোক্তাদের শিক্ষিত করে তুলতে হবে। সব দেশেই ভোক্তা ও চিকিৎসকরা ওষুধ সম্পর্কে তথ্যাবলি পেয়ে থাকেন কম্পানি কর্তৃক প্রচারিত পক্ষপাতদুষ্ট বিজ্ঞাপন থেকে। এ অবস্থা থেকে অব্যাহতি পেতে হলে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার নিরপেক্ষ তথ্যাবলিসমৃদ্ধ অত্যাবশ্যকীয় ওষুধের তালিকা এবং স্ট্যান্ডার্ড ট্রিটমেন্ট গাইডলাইন অনুসরণ করতে হবে। অ্যান্টিবায়োটিকের অপব্যবহার রোধকল্পে চিকিৎসক সমাজ এক গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখতে পারে

লেখক : অধ্যাপক, ক্লিনিক্যাল ফার্মেসি ও ফার্মাকোলজি বিভাগ, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় ও প্রো-ভিসি ইস্ট ওয়েস্ট বিশ্ববিদ্যালয় এবং জনস্বাস্থ্য বিশ্লেষক
drmuniruddin@yahoo.com