ড. মুনীরউদ্দিন আহমদ ▶

ওষুধের বিপজ্জনক অপব্যবহার

ওটিসি ড্রাগের ক্ষেত্রে আত্মচিকিৎসা গ্রহণযোগ্য হলেও সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার দিকে নজর রাখতে হবে। আত্মচিকিৎসা যদি অনিয়ন্ত্রিত ও অযৌক্তিক হয়, তবে তা আমাদের জন্য বিপদ ডেকে আনতে পারে। বিশেষ করে প্রেসক্রিপশন ড্রাগগুলো সম্পর্কে আমাদের ভীষণ সতর্ক থাকতে হবে। প্রেসক্রিপশন ড্রাগের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কারণে বিশ্বজুড়ে লাখ লাখ মানুষ অসুস্থ হওয়া ছাড়াও মৃত্যুবরণ করে প্রতিবছর। তাই যেকোনো ওষুধ গ্রহণের আগে ওষুধ সম্পর্কে সম্পূর্ণ ধারণা নিন, তারপর ওষুধ গ্রহণ করুন। তাহলেই শুধু আপনি নিরাপদ থাকবেন

বন্ধুবান্ধব, আত্মীয়স্বজন বা পরিচিত কাউকে দেখলে আমরা কুশল বিনিময় করি এবং জিজ্ঞেস করি—কেমন আছেন? ভালো আছেন? উত্তর হয় বিভিন্ন রকম। ভালো আছি, মোটামুটি আছি, না ভাই ভালো নেই, শরীর খারাপ, মানসিক অশান্তিতে আছি, দেশের যে অবস্থা তাতে কি ভালো থাকার উপায় আছে ইত্যাদি। দেশের অবস্থার জন্য কেউ যদি খারাপ থাকেন তার প্রতিকার কী হবে আমার জানা নেই। ওটা একটি জটিল প্রক্রিয়া; কিন্তু শরীর খারাপ হলে আমরা কী করি? বেশির ভাগ ক্ষেত্রে ওষুধ গ্রহণ করি। অসুস্থ হলে সুস্থ হওয়ার জন্য ওষুধ গ্রহণ অতি সহজ কাজ, বিশেষ করে আমাদের মতো দেশে। কোন রোগের জন্য কোন সময় কোন ওষুধ গ্রহণ করতে হয় তা জানার জন্য এ দেশে কাউকে চিকিৎসক বা ফার্মাসিস্ট হতে হয় না। আমরা নিজেরা রোগী। নিজেরাই চিকিৎসক। নিজেরা চিকিৎসক না হলেও পাড়া-প্রতিবেশী, আত্মীয়স্বজন, বন্ধু-বান্ধব বা শুভাকাঙ্ক্ষীদের মধ্যে কাউকে না কাউকে পাওয়া যাবে, যিনি চিকিৎসকের ভূমিকায় অবতীর্ণ হয়ে আপনাকে অবশ্যই উদ্ধার করবেন। ঠাণ্ডা লাগার কারণে সর্দি, কাশি বা জ্বর নিয়ে কেউ চিকিৎসকের কাছে গেলে অবশ্যই চিকিৎসক রোগীকে সর্দির জন্য অ্যান্টিহিস্টামিন, কাশির জন্য কফ সিরাপ ও একটি ব্রোড-স্পেকট্রাম অ্যান্টিবায়োটিক দিয়ে দেবেন চোখ বন্ধ করে। চিকিৎসক বুদ্ধিমান হলে, তবে সঙ্গে একটি ভিটামিন এটুজেডও দিয়ে দিতে পারেন। এসব ছোটখাটো রোগের চিকিৎসার জন্য আজকাল আর কেউ সচরাচর চিকিৎসকের কাছে যায় না। আমাদের দেশে এসব সাধারণ রোগের চিকিৎসা আমরা নিজেরাই করতে জানি। আমি নিজেও এসব রোগে মাঝেমধ্যে আক্রান্ত হই। কিন্তু কোনো ওষুধ গ্রহণ করি না। কারণ এসব রোগের মূল কারণ ভাইরাস, ভাইরাসের বিরুদ্ধে কোনো অ্যান্টিবায়োটিক কাজ করে না। উল্টো অর্থদণ্ড হয়, শরীরের ক্ষতি হয়। কাশির বিরুদ্ধে কফ সিরাপ কার্যকর নয়। সাময়িক স্বস্তি মেলে, উপকার এতটুকুই। অ্যান্টিহিস্টামিন খেলে নাকের পানি ঝরা বন্ধ হবে। কিন্তু অ্যান্টিহিস্টামিনের উপকারের চেয়ে অপকারিতাই বেশি। অ্যান্টিহিস্টামিন কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রকে অবদমিত করে, তন্দ্রাচ্ছন্নতা বা ঘুম ঘুমভাব, কাজেকর্মে বিঘ্ন সৃষ্টি করে। এ ছাড়া অ্যান্টিহিস্টামিন প্রচণ্ড ক্ষুধা বাড়ায়। অ্যান্টিহিস্টামিন খেয়ে গাড়ি চালানোর সময় সাবধান হতে হবে।

দুর্ভাগ্যজনক হলেও সত্যি, অনেক সময় আমরা শুনে শুনেই রোগের চিকিৎসা করি। আমি এমন কয়েকজনকে জানি যাঁদের চিকিৎসাশাস্ত্র সম্পর্কে বিন্দুমাত্র জ্ঞান না থাকা সত্ত্বেও মানুষকে সর্দি, কাশি, জ্বর বা সংক্রামক রোগে সেফেক্সিম, সেফ্রাডিন, সিপ্রোফ্লক্সাসিনের মতো ব্রড-স্পেকট্রাম অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণের পরামর্শ দিয়ে থাকেন। বহু মানুষ এসব পরামর্শ গ্রহণ করে ওষুধ সেবন শুরু করেন। বিশেষজ্ঞের পরামর্শ ছাড়া কেউ গায়ের ব্যথা বা মাথাব্যথার জন্য প্যারাসিটামল গ্রহণ করতে পারেন, কিন্তু একান্ত প্রয়োজন ছাড়া অ্যান্টিবায়োটিক বা অন্যান্য জীবনরক্ষাকারী ওষুধ গ্রহণ করতে পারেন না। বহু দিন ধরে অ্যান্টিবায়োটিকের বিবর্তন চলে আসছে। একসময় সালফাড্রাগের বহুল প্রচলন ছিল। পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া তীব্র হওয়ার কারণে এবং আরো উন্নতমানের অ্যান্টিবায়োটিক বাজারে চলে আসার কারণে সালফাড্রাগ জনপ্রিয়তা হারায়। এর পরে এলো টেট্রাসাইক্লিন। বেশ কয়েক বছর টেট্রাসাইক্লিন বাজার মাত করে রেখেছিল। তারপর এলো পেনিসিলিন গ্রুপের অ্যাম্পিসিলিন, অ্যামোক্সিসিলিন জাতীয় অ্যান্টিবায়োটিক। নির্বিচার ও অযৌক্তিক ব্যবহারের কারণে টেট্রাসাইক্লিন, পেনিসিলিন গ্রুপের ওষুধগুলো অল্প সময়ের মধ্যে জীবাণু-রেজিস্টেন্ট হয়ে গেল। এরপর এলো কুইনোলন ও ফ্লুরোকুইনোলন (Fluoroquinolone) গ্রুপের ওষুধ, সিপ্রোফ্লক্সাসিন ও ল্যাবফ্লক্সাসিন জাতীয় ওষুধ। কিছুদিন ম্যাজিক বুলেটের মতো কাজ করল এসব ওষুধ। ইদানীং শোনা যাচ্ছে, আর বেশি দিন হয়তো সিপ্রো গ্রুপের ওষুধ কাজ করবে না। এসব ওষুধও আস্তে আস্তে জীবাণুর প্রতি রেজিস্টেন্ট হয়ে পড়ছে। সম্প্রতি বাজারজাত করে রেখেছে সেফালোস্পোরিন গ্রুপের কিছু নামিদামি ওষুধ। এসব ওষুধের মধ্যে সাধারণ মানুষ পর্যন্ত যেসব ওষুধের নাম জানে, তার মধ্যে রয়েছে সেফালেক্সিন, সেফ্রাডিন, সেফাক্লোর, সেফেক্সিম, সেফিওরক্সিম, সেফট্রিয়াক্সন ইত্যাদি। আমি আঁতকে আছি কখন শুনব এসব ওষুধও অকার্যকর হয়ে পড়ছে। এসব ওষুধ অকার্যকর হয়ে গেলে তখন সংক্রামক রোগের চিকিৎসায় চিকিৎসকরা কী করবেন। মানুষের একটি বদ্ধমূল ধারণা রয়েছে এক জেনারেশনের ওষুধ অকার্যকর হয়ে গেলে অন্য কার্যকর ও উন্নতমানের ওষুধ আবিষ্কৃত হবে এবং বাজারে আসবে। এ রকম ভাবার মধ্যে যুক্তি আছে। এত দিন তা-ই হয়ে আসছে। একদিকে অ্যান্টিবায়োটিক অকার্যকর হয়ে পড়লেও অন্যদিকে নতুন নতুন ওষুধ বাজারে এসেছে। কিন্তু বর্তমান প্রেক্ষাপট ভিন্ন। দুর্ভাগ্যক্রমে এখন যে হারে অ্যান্টিবায়োটিক রেজিস্টেন্ট হয়ে যাচ্ছে, সে হারে নতুন কার্যকর অ্যান্টিবায়োটিক আবিষ্কৃত হচ্ছে না এবং বাজারেও আসছে না, কিছুদিন আগে আমার এক প্রবন্ধে লিখেছিলাম, আগামী দুই থেকে তিন দশকের মধ্যে সব অ্যান্টিবায়োটিক জীবাণুর বিরুদ্ধে কার্যকারিতা হারিয়ে ফেলবে। কার্যকর অ্যান্টিবায়োটিক উদ্ভাবিত না হলে সংক্রামক রোগে মানুষ মারা যাবে এবং চিকিৎসকদের অসহায়ভাবে তাকিয়ে তাকিয়ে দেখা ছাড়া আর কিছু করার থাকবে না। বিশ্বের ২৬ জন খ্যাতনামা চিকিৎসা বিজ্ঞানী ল্যানসেট জার্নালে এ ধরনের সম্ভাবনার কথা উল্লেখ করে বিশ্ববাসীকে সতর্ক করে দিয়েছিলেন। কে জানত তখন এর চেয়েও আরো ভয়ংকর বিপদব্যর্তা আমাদের জন্য অপেক্ষা করছিল। এ বছরের ৩০ এপ্রিল বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থা তাদের গ্লোবাল রিপোর্টে উল্লেখ করেছে, অ্যান্টিবায়োটিক রেজিস্টেন্স এখন আর ভবিষ্যৎ সম্ভাবনার কোনো ব্যাপার নয়। বিশ্বের প্রতিটি দেশের প্রতিটি অঞ্চলে অ্যান্টিবায়োটিক ব্যাপক হারে কার্যকারিতা হারাচ্ছে। এই অ্যান্টিবায়োটিক রেজিস্টেন্সের শিকার হতে পারে যেকোনো দেশের যেকোনো অঞ্চলের যেকোনো বয়সের যেকোনো মানুষ। আমরা হয়তো আবার অ্যান্টিবায়োটিকপূর্ব সেই যুগে ফিরে যাচ্ছি, যখন এই জীবনরক্ষাকারী ওষুধের অভাবে লাখ লাখ মানুষ মৃত্যুবরণ করেছিল। ঠিক এই মুহূর্ত থেকে যদি কার্যকর ব্যবস্থা গ্রহণ না করা হয়, সংক্রামক রোগ প্রতিরোধ ও প্রতিহত না করা যায়, নতুন নতুন কার্যকর ওষুধ আবিষ্কৃত না হয়, অ্যান্টিবায়োটিকের নির্বিচার অপব্যবহার বন্ধ না করা যায়, তবে আসন্ন মহাবিপর্যয় থেকে কাউকে রক্ষা করা যাবে না। এই সতর্কবাণী উচ্চারণ করেছে বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থা।

আজকের এই লেখায় অন্য একটি ওষুধের অপব্যবহার বা নির্বিচার ব্যবহার সম্পর্কে একটু আলোচনা করতে চাই। ওষুধটির নাম ওরাডেক্সন। জেনেরিক নাম ডেক্সামেথাসন। এটি একটি স্টেরয়েড ওষুধ, যার ভয়ংকর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া রয়েছে। ক্রমাগত ওষুধটি গ্রহণ করলে শরীরে চর্বি জমে যায়, ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, স্কিন র‍্যাশ, মাথাধরা ছাড়াও অল্প বয়সে কিডনি বিকল হওয়ার কারণে অকালমৃত্যু ঘটে। ভারত, বাংলাদেশ ছাড়াও দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ার বহু দেশের পতিতালয়ের যৌনকর্মীরা নিয়মিত ওরাডেক্সন গ্রহণ করে থাকে। ব্যাপারটি আমি প্রথম জানতে পারি বিবিসি থেকে প্রচারিত এক সচিত্র প্রতিবেদনের মাধ্যমে।

বাংলাদেশে ১৭টি লাইসেন্সপ্রাপ্ত পতিতালয় রয়েছে। প্রতিবেদনে ফরিদপুরের একটি পতিতালয়ের বাস্তব চিত্র তুলে ধরা হয়েছে। অপ্রাপ্তবয়স্ক মেয়েদের যৌনকর্মী হিসেবে নিয়োজিত করা শাস্তিযোগ্য অপরাধ। কিন্তু দালালরা সচরাচর অপ্রাপ্তবয়স্ক মেয়েদের সংগ্রহ করে বিভিন্ন পতিতালয়ে সরবরাহ করে। পতিতালয়ে এসব অল্পবয়সী ভগ্নস্বাস্থ্য ও শীর্ণকায় মেয়েদের নিয়মিত ওরাডেক্সন সেবন করতে দেওয়া হয়। নিয়মিত ওরাডেক্সন গ্রহণ করলে কিছুদিনের মধ্যে এ মেয়েদের স্বাস্থ্যে পরিবর্তন আসে। ভগ্নস্বাস্থ্য ও শীর্ণকায় অপ্রাপ্তবয়স্ক মেয়েদের আকার-আকৃতি বাড়ে, মোটা-তাজা হয়, শরীরে চর্বি জমার কারণে লাবণ্য আসে। এ কারণে অপ্রাপ্তবয়স্ক হওয়া সত্ত্বেও তাদের দেখলে প্রাপ্তবয়স্ক বলে মনে হয়। এসব যৌনকর্মী এবং পতিতালয়ে তাদের মালিকরা ওরাডেক্সন ব্যবহারের অপূরণীয় ক্ষতির কথা জানে বলে বিবিসি প্রতিবেদনে উল্লেখ করা হয়েছে। তার পরও ব্যবসার স্বার্থে এসব অসহায় মেয়েদের ওরাডেক্সনের মতো একটি ক্ষতিকর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ওষুধ সেবনে বাধ্য করা হচ্ছে। এ ব্যাপার সরকারের আশু পদক্ষেপ কামনা করছি। আমরা অনেকেই হয়তো জানি না, কোরবানির আগে আমরা বাজারে যেসব নাদুসনুদুস বিশাল আকৃতির ষাঁড় দেখে মুগ্ধ হই, ওইসব পশুকে বিক্রির কয়েক মাস আগ থেকে নিয়মিত ওরাডেক্সন খাওয়ানো হয়।

আমি মাঝেমধ্যে কৌতূহলবশত ওষুধের দোকানের সামনে দাঁড়িয়ে দাঁড়িয়ে ওষুধ ক্রেতা-বিক্রেতাদের আচরণ লক্ষ করি। আগে বলে নিই, বাংলাদেশে ওটিসি (ওভার দ্য কাউন্টার) ড্রাগ ও প্রেসক্রিপশন ড্রাগের মধ্যে কোনো পার্থক্য নেই। ওটিসি ড্রাগ হলো ওইসব ওষুধ যা কিনতে প্রেসক্রিপশন লাগে না। যেমন—অ্যাসপিরিন, প্যারাসিটামল, অ্যান্টাসিড, ভিটামিন, কফ সিরাপ, অ্যান্টিহিস্টামিন ইত্যাদি। প্রেসক্রিপশন ছাড়া যেসব ওষুধ কেনা যায় না তাদের বলা হয় প্রেসক্রিপশন ড্রাগ। অ্যান্টিবায়োটিক, ঘুমের বড়ি, হৃদরোগ ও স্ট্রোকের ওষুধ, ডায়াবেটিসের ওষুধ, স্টেরয়েড, মানসিক রোগের ওষুধ এই গ্রুপের অন্তর্ভুক্ত। বাংলাদেশে সব ওষুধই ওটিসি ওষুধ। এখানে কোনো ওষুধ কিনতেই প্রেসক্রিপশন লাগে না। নিজস্ব গবেষণার মাধ্যমে আমি দেখতে পেয়েছি বাংলাদেশের ওষুধের দোকানগুলো হলো ওষুধের নির্বিচার অপপ্রয়োগ ও অপব্যবহারের প্রধান কেন্দ্রস্থল। বহু দোকানে কোনো ফার্মাসিস্ট নেই। অথচ লাইসেন্সপ্রাপ্ত ফার্মাসিস্ট ছাড়া কোনো ওষুধের দোকান লাইসেন্স পেতে পারে না। দ্বিতীয়ত, বেশির ভাগ ক্রেতা ওষুধের দোকান থেকে প্রেসক্রিপশন ছাড়াই ওষুধ কেনাকাটা করছে। আমি প্রায়ই দেখি, স্বচিকিৎসা বা আত্মচিকিৎসার মাধ্যমে বহু মানুষ অসংখ্য প্রেসক্রিপশন ড্রাগ কিনে নিয়ে যাচ্ছে, যার গুরুতর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া রয়েছে। আমাশয়ের এক রোগীকে ৪০০ মি. গ্রামের চারটি মেট্রোনিডাজল ট্যাবলেট কিনে নিয়ে যেতে দেখে জানতে চেয়েছিলাম, তিনি মোট কয়টি ট্যাবলেট খেতে হবে তা জানেন কি না। তিনি মনে করেন চারটি ট্যাবলেটেই তাঁর আমাশয় সেরে যাবে, যা কোনোদিন সম্ভব নয়। অ্যান্টাসিড ছাড়া ব্যথা ও প্রদাহের ওষুধ ডাইক্লোফেনাক, আসেক্লোফেনাক, আইবোপ্রোফেন জাতীয় ওষুধ খেলে আলসার, রক্তক্ষরণ ছাড়াও অন্ত্র ফুটো হয়ে যেতে পারে, তা বহু মানুষ জানে না। মানসিক রোগের ওষুধ বা ভায়েগ্রা কিনে নিয়ে যাচ্ছে কোন রেসট্রিকশন ছাড়াই। নাইট্রোগ্লিসারিনের সঙ্গে ভায়েগ্রা সেবন করলে হৃদরোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে এ কথাটি ক্রেতাকে কে বোঝাবে?

ওটিসি ড্রাগের ক্ষেত্রে আত্মচিকিৎসা গ্রহণযোগ্য হলেও সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার দিকে নজর রাখতে হবে। আত্মচিকিৎসা যদি অনিয়ন্ত্রিত ও অযৌক্তিক হয়, তবে তা আমাদের জন্য বিপদ ডেকে আনতে পারে। বিশেষ করে প্রেসক্রিপশন ড্রাগগুলো সম্পর্কে আমাদের ভীষণ সতর্ক থাকতে হবে। প্রেসক্রিপশন ড্রাগের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার কারণে বিশ্বজুড়ে লাখ লাখ মানুষ অসুস্থ হওয়া ছাড়াও মৃত্যুবরণ করে প্রতিবছর। তাই যেকোনো ওষুধ গ্রহণের আগে ওষুধ সম্পর্কে সম্পূর্ণ ধারণা নিন, তারপর ওষুধ গ্রহণ করুন। তাহলেই শুধু আপনি নিরাপদ থাকবেন।

লেখক : অধ্যাপক, ফার্মাসি অনুষদ, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়
drmuniruddin@gmail.com