Bengali Translation
আমি হলাম ব্লক কনসালটেন্ট রেসপিরেটরি ফিজিশিয়ান ডক্টর সুসানা। আমরা ফুসফুসে নডিউল থাকা বহু রোগীর দেখাশোনা করি। আমরা তাদের থেকে জানতে পারি যে, যখন আপনাকে বলা হয়, আপনার ফুসফুসে একটি নডিউল আছে তখন তা শুনে গোলমেলে লাগতে পারে, এবং আপনার মনে কিছু প্রশ্নও থাকতে পারে।
আমাদের এই ভিডিও তৈরি করার উদ্দেশ্য হল, আপনাকে আশ্বস্ত করা, এবং ফুসফুসে নডিউল বলতে কী বোঝায়, তা ব্যাখ্যা করা। এটা খুব সাধারণ যে যদি আপনার ফুসফুস বা শ্বাসপ্রশ্বাস সংক্রান্ত কোনো উপসর্গ থাকে, তাহলে আপনার ডাক্তার আপনার ফুসফুসের চিত্র নেওয়ার জন্য আপনাকে একটি বুকের এক্স-রে বা সিটি স্ক্যান করতে বলতে পারেন। কখনো কখনো অন্য কোনো কারণে একটি স্ক্যান করা হতে পারে, উদাহরণস্বরূপ আপনার হৃৎপিণ্ড বা কিডনির মূল্যায়ন করার জন্য আর এই সকল ক্ষেত্রে ডাক্তার এছাড়া আপনার ফুসফুসের সম্পূর্ণ বা আংশিকভাবে মূল্যায়ন করবেন যদি তা এই চিত্রগুলিতে দেখা যায়।
আমি হলাম কনসালটেন্ট রেসপিরেটরি ফিজিশিয়ান ডক্টর রিচার্ড লি। আমরা যখন স্ক্যানে ফুসফুসের চিত্র দেখি তখন খুবই সাধারণত তাতে ফুসফুসের নডিউল নামে কিছু পাওয়া যায়। কখনো কখনো এছাড়া এটাকে পালমোনারি নডিউল ও বলা হয় এবং এই দুটি বাক্যাংশের অর্থ একই।
বুকের এক্স-রে বা সিটি স্ক্যানে একটি নডিউল পাওয়া অত্যন্ত সাধারণ ব্যাপার। নডিউল শব্দটি ফুসফুসের একটি ছোট এবং আরো ঘন অঞ্চলকে বর্ণনা করে যা চিত্রটিতে একটি গোলাকার বিন্দু হিসাবে দেখা যায়।
এগুলি প্রায় 30 মিলিমিটারের কম মাপের মত ছোট হয়, যেগুলির কোনো উপসর্গ থাকে না এবং ফুসফুসের কাজকর্ম বা শ্বাসপ্রশ্বাসের উপর কোনো প্রভাব ফেলে না। আমরা কি দেখেছি তা আপনাকে বুঝতে সাহায্য করার জন্য আপনার ডাক্তার বা বিশেষজ্ঞ কখনো কখনো আপনার স্ক্যান দেখাতে পারেন।
এই হল বুকের একটি সিটি স্ক্যানের চিত্র। কালো অংশগুলি হল ফুসফুস এবং ফুসফুসের নডিউলটি স্ক্রিনের ডান দিকে একটি সাদা দাগ হিসাবে দেখা যাচ্ছে। তাদের ফুসফুসকে অন্তর্ভুক্ত করে সিটি স্ক্যান করা মানুষের 35 শতাংশের মধ্যে ফুসফুসের নডিউল পাওয়া যাবে।
কখনো কখনো আপনার ফুসফুসে একটির বেশি নডিউলও পাওয়া যেতে পারে। এটা একটিমাত্র নডিউল থাকার থেকে বেশি গুরুতর নাও হতে পারে। বিভিন্ন কারণে নডিউলটি হতে পারে, যেমন: সংক্রমণ হওয়া একটি ছোট অংশ; ক্ষত হওয়া; বা এমনকি ফুসফুসের ভিতর স্বাভাবিক গ্ল্যান্ড ইত্যাদি। আগে টিবি হয়ে থাকা লোকেরও নডিউল হওয়াখুবই সাধারণ ব্যাপার।
খুব সামান্য ক্ষেত্রে এগুলি প্রাথমিক ক্যানসারের প্রথম সঙ্কেত হতে পারে, আর যদি তা হয় তাহলে তা আগে পাওয়া গেলে সেগুলির আরো ভালোভাবে চিকিৎসা করা যায়।

আমি হলাম কনসালটেন্ট রেডিওলজিস্ট ডক্টর সারা শিয়ার্ড। ফুসফুসের নডিউলের বিষয়ে একজন বিশেষজ্ঞ হিসাবে আমি নডিউলের আকার এবং তার চেহারার বিশদ এবং বৈশিষ্ট্যগুলি দেখি, এই সিদ্ধান্ত নেওয়ার ব্যাপারে সাহায্য করতে, যে কোন নডিউলগুলির ফলো-আপ বা মূল্যায়নের প্রয়োজন আছে আর কোনগুলির তা নেই।

এছাড়া আমরা অন্য আরো অনেক বিষয় বিবেচনা করি। যেমন, আপনার বয়স এবং অন্য মেডিকাল ইতিহাস। হাজার হাজার মানুষের স্ক্যান এবং তাদের ফলাফলগুলি থেকে আমরা জানি যে কোনো নডিউল কোনো উদ্বেগের কারণ হতে পারে কি না। আমরা প্রত্যেক চিত্রে যা দেখি তা পরিমার্জন করতে এগুলি আমাদের সাহায্য করে আর জানায় যে প্রত্যেক নডিউলের ব্যাপারে এর পরে কী করতে হবে।

সব সময় প্রথম স্ক্যানটি থেকে বলা সম্ভব নাও হতে পারে যে নডিউলটি কী ধরণের এবং এই সব ক্ষেত্রে আমরা আপনাকে একটি বা একাধিক স্ক্যান করার প্রস্তাব দিতে পারি, এটা দেখতে যে সময়ের সঙ্গে-সঙ্গে নডিউলটিতে কোনো পরিবর্তন হয় কি না বা তা একই রকম থাকে কি না। বিভিন্ন সময়কাল ধরে স্ক্যানগুলি বার বার চেক করার প্রক্রিয়াকে কখনো কখনো নডিউলের নজরদারি বা সক্রিয় নিরীক্ষণ বলা হয়।

বেশিরভাগ ফুসফুসের নডিউল একই আকারের থাকে, ছোট হয় বা এমনকি অদৃশ্য হয়ে যায়। যদি পরপর অনেকগুলি স্ক্যানে নডিউলটি আকারে বৃদ্ধি না-পেয়ে থাকে, তাহলে আর ফলো-আপের প্রয়োজন হয় না। বেশিরভাগ ফুসফুসের নডিউলে কোনো পরিবর্তন হয় না কিন্তু খুব অল্পসংখ্যক ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে আমরা আরো পরীক্ষা করাতে বলতে পারি।

অল্পসংখ্যক নডিউল প্রাথমিক ফুসফুসের ক্যানসারে পরিণত হতে পারে এবং এটাই হল সেই কারণ যার জন্য সঠিকভাবে নডিউলগুলির ফলো-আপ গুরুত্বপূর্ণ হয়ে পড়ে। যদি কোনো নডিউলে ক্যানসার থাকে তাহলে তার তাড়াতাড়ি রোগনির্ণয় করাটা কাজে আসে। কারণ আমরা চিকিৎসার আরো বেশি বিকল্প দিতে পারি এবং আমরা ভালো ফলাফল পেতে পারি।

কিন্তু এটা মনে রাখা দরকার যে কোনো নডিউলের প্রাথমিক ফুসফুসের ক্যানসার হওয়ার সাধারণ ঝুঁকি কম। আপনার ডাক্তার বা স্পেশালিষ্ট নার্স আপনার ব্যক্তিগত ঝুঁকির বিষয়ে আপনার সঙ্গে কথা বলবেন এবং আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে তা আপনি সব সময়ে জিজ্ঞাসা করতে পারেন।

যদি আপনার কোনো স্ক্যান হয়, যার মধ্যে ফুসফুসের নডিউল দেখা যায়, তাহলে আপনার পরিচর্যায় যুক্ত হবেন এঁরা: কনসালটেন্ট রেসপিরেটরি ফিজিশিয়ান; কনসালটেন্ট রেডিওলজিস্ট; পালমোনারি নডিউলস ক্লিনিকাল নার্স স্পেশালিষ্ট, স্পেশালিষ্ট ট্রেইনি ডক্টর; আমি হলাম দলটির কো-অর্ডিনেটর এবং আমি আপনার পরিচর্যার ব্যবস্থাপনায় সাহায্য করি।

এটি হল একটি মাল্টি-ডিসিপ্লিনারি (বিভিন্ন বিষয়ের) টিম যারা আপনার দেখাশোনা করার জন্য যৌথভাবে কাজ করে। ফুসফুসের নডিউল পর্যালোচনা করানো সব রোগীদের তাদের ফলাফল এবং পরবর্তী পরিকল্পনাগুলির বিষয়ে কথা বলার জন্য ডাক্তার বা স্পেশালিষ্ট নার্সের সঙ্গে অ্যাপয়েন্টমেন্ট করা থাকবে।

এগুলো মুখোমুখি, টেলিফোনের মাধ্যমে, ভিডিও ক্লিনিকের মাধ্যমে বা চিঠির মাধ্যমে হতে পারে। যদি আপনার কোনো আশঙ্কা বা উদ্বেগ থাকে, বিশেষত অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলির মাঝে থাকা সময়ে, তাহলে সেটির বিষয়ে তাদের সঙ্গে কথা বলা গুরুত্বপূর্ণ।
ফুসফুসের নডিউল সচরাচর পাওয়াই যায়, এবং আপনার সহায়তা করতে এবং আপনার সঙ্গে কাজ করতে এবং আপনার যে কোনো প্রশ্নের উত্তর দিতে আপনার দলটি উপস্থিত আছে। যদি আপনি আরো জানতে চান, তাহলে কিছু উপযোগী সূত্র এই ভিডিওটির সঙ্গে নীচে লিঙ্ক করা আছে, বা আপনি এগুলি আপনার হাসপাতাল থেকে পেতে পারেন।