শিশু প্রতিবন্ধিতা/ সেরেব্রাল পালসি দ্রুত চিহ্নিত করণের উপায়

জন্ম পরিচারকদের জন্য সহায়ীকা

সিএসএফ গ্লোবাল

সূচীপত্র

ভূমিকা ২
জড়তা ভাঙ্গার গল্প ২
এই প্রশিক্ষণ সহায়িকার উদ্দেশ্য ৩
প্রথম অধ্যায় - সেরেব্রাল পালসি এবং এর ঝুঁকিসমূহ ৫
সেরেব্রাল পালসি ৫
সিপি'র প্রাদুর্ভাব ৫
সিপি হওয়ার কারন ৫
সিপি'র লক্ষণ সমূহ ৬
সিপি'র অন্যান্য লক্ষণ ৭
সিপি'র ঝুঁকি সমূহ ৭
জন্মের আগে বা গর্ভকালীন সময়ে ৭
জন্মের সময়/পরবর্তীতে ৯
বয়স অনুযায়ী শিশুর বিকাশ ১৩
শিশুর ধীর বিকাশজনিত লক্ষণ ১৪
মা-বাবার চিহ্নিত সমস্যা ১৫
দ্বিতীয় অধ্যায় - সিপি দ্রুত নির্ণয় ১৬
সিপি দ্রুত নির্ণয় করা কেনো জরুরী ১৬
সিপি'র উচ্চ ঝুঁকি শনাক্তকরণের উপায় ১৮
সিপি দ্রুত শনাক্তকরণের পরীক্ষা ২০
জেনারেল মুভমেণ্ট এসেসমেণ্ট (জিএমএ) ২০
হ্যামারস্মিথ ইনফ্যাণ্ট নিউরোলজিক্যাল এক্সামিনেশন (এইচআইএনই) ২১
আপনারা কিভাবে সেরেব্রাল পালসি দ্রুত শনাক্তকরনে সহায়তা করতে পারেন ২২
তৃতীয় অধ্যায় – সিপি শিশুর চিকিৎসা ২৩
সিপি শিশুর চিকিৎসা পদ্ধতি ২৩
স্মার্ট সিপি সেন্টার ২৩
চিকিৎসক দল ২৩
সেবা সমূহ ২৩
সিপি শিশু সংক্রান্ত যোগাযোগ ২৫

ভূমিকা

জড়তা ভাঙ্গার গল্প

প্রশিক্ষণ প্রদানকারী শুরুতেই প্রশিক্ষণার্থীদের একটি করে ফ্ল্যাশ কার্ড দিবেন। তারপর নিচের গল্পটি পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইডে প্রদর্শন করবেন এবং মুখে বলবেন।

"আব্দুল ও রহিমার বিয়ের ৩ বছর পর রহিমা গর্ভবতী হয়। গর্ভাবস্থায় রহিমার প্রচন্ড জ্বর ও পরবর্তীতে উচ্চ রক্তচাপসহ খিঁচুনি হয়। আর্থিক অনটনের কারনে রহিমা ডাক্তার না দেখিয়ে বাজারের ফার্মেসি থেকে ঔষধ খায়। গর্ভকালীন ৭ মাসে রহিমার পানি ভেঙ্গে যায় এবং ধীরে ধীরে ব্যথা বাড়তে থাকে। রহিমা হাসপাতালে যেতে চাইলেও রহিমার শাশুড়ী একজন অপ্রশিক্ষিত দায়ীকে বাড়িতে ডেকে আনে। ব্যাথা উঠার ৩০ ঘন্টা পর রহিমা একটি কন্যা সন্তানের জন্ম দেয়। শাশুড়ী শিশুটির নাম রাখেন জান্নাতি খাতুন। জান্নাতি অনেক ছোট আকৃতির হয়, ওজন আনুমানিক ১৫০০গ্রাম হয়। জন্মের পর জান্নাতি কান্না করে না এবং ধীরে ধীরে তার শরীরের রং নীল হয়ে যেতে শুরু করে। পরদিন জান্নাতির খিঁচুনি শুরু হয়। জান্নাতি বুকের দুধ চুষে খেতে পারছিলো না। অবস্থা খারাপ দেখে রহিমার শাশুড়ী জান্নাতিকে সদর হাসপাতালে নিয়ে যায়। হাসপাতালে ৭ দিন নিকু/কাচের ঘরে অক্সিজেন ও অন্যান্য চিকিৎসা দেয়ার পর জান্নাতি বাড়িতে ফিরে। আব্দুল ও রহিমা হাঁফ ছেড়ে বাঁচে।

কিন্তু ৬ মাস পার হয়ে যায় জান্নাতির ঘাড় শক্ত হয় না। ১ বছর হয়ে যায় জান্নাতি বসতে বা দাঁড়াতে পারে না। আব্দুল ঝাড়ফুঁক ও পানিপড়া দিতে থাকে। কবিরাজের কথামত তেলপড়া মালিশ করতে শুরু করে; কিন্তু কোন উন্নতি হয় না। ৫ বছর পর আব্দুল জানতে পারে যে তাদের এলাকায় অস্ট্রেলিয়া থেকে ডাক্তারদের একটি দল প্রতিবন্ধী শিশুদের চিকিৎসা দিচ্ছে। তখন আব্দুল জান্নাতিকে সিএসএফ এর ক্যাম্পে নিয়ে আসে। ডাক্তার পরীক্ষ্যা-নীরিক্ষ্যা করার পর আব্দুলকে জানায় যে জন্মের সময় আঘাতজনিত বা অক্সিজেন স্বল্পতার কারনে মস্তিষ্কের ক্ষতি হয়েছে, যার ফলে জান্নাতি স্বাভাবিক শিশুদের মতো উঠতে, বসতে বা দাঁড়াতে পাড়ছে না। ডাক্তার আব্দুলকে আরো জানায় যে এই সমস্যাকে সেরেব্রাল পালসি বলে এবং দ্রুত চিকিৎসা শুরু করলে জান্নাতি স্বাভাবিক শিশুদের মতো কাজ করতে পারতো। ডাক্তার জান্নাতিকে থেরাপি নেয়া শুরু করতে বলেন এবং চলাফেরার জন্য একটি হুইলচেয়ার নিতে বলেন।"

গল্পটি বলা শেষে প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিবন্ধিতার ঝুঁকি সমূহ চিহ্নিত করতে বলবেন এবং ঝুঁকি সমূহ ফ্ল্যাশ কার্ডে লিখে ফেলতে বলবেন। ঝুঁকি সমূহ লিখা হয়ে গেলে ফ্ল্যাশ কার্ডগুলি সংগ্রহ করবেন এবং ঝুঁকিগুলো একটি ফ্লিপ চার্টে লিপিবদ্ধ করে রাখবেন। প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীদের চিহ্নিত করা ঝুঁকিগুলি আবার দেখাবেন যাতে করে তারা সঠিক ও ভুল ঝুঁকিসমূহ খুঁজে বের করতে পারে।

এই প্রশিক্ষণ সহায়িকার উদ্দেশ্য

এই প্রশিক্ষণ সহায়িকার মাধ্যমের আপনারা জানতে পারবেন কিভাবে সেরেব্রাল পালসি বা সিপি দ্রুত শনাক্তকরণ করা যায়। শিশু জন্মের পর ১ম মাসেই জানা সম্ভব শিশুর প্রতিবন্ধিতা বা সিপি হওয়ার সম্ভাবনা আছে কিনা। দ্রুত শনাক্তকরণের ধাপগুলি হলোঃ

সিপি'র ঝুঁকিসমূহ দ্রুত চিহ্নিত করা

সিপি শনাক্তকরণ ক্লিনিকে দ্রুত উচ্চ ঝুঁকিতে থাকা শিশুকে রেফার করা

ফলো আপ করা

সিপি'র ঝুঁকিসমূহ শিশু জন্মের আগে, জন্মের সময় এবং জন্মের পরে দেখা যেতে পরে। সময়ের উপর ভিত্তি করে ঝুঁকির ধরনও ভিন্ন হয়। এ কারনে ঝুঁকিসমূহ কখন দেখা দিয়েছে এটা জানা খুব জরুরী।

শিশুর ঝুঁকি চিহ্নিত করার সাথে সাথে দ্রুত শিশুকে আর্লি ডায়াগ্নোসিস ক্লিনিক বা দ্রুত শনাক্তকরণের ক্লিনিকে রেফার করতে হবে। রেফার করার পর শিশুর মা-বাবার সাথে পূনরায় যোগাযোগ করে দেখতে হবে শিশুকে দ্রুত শনাক্তকরণ ক্লিনিকে নিয়ে যাওয়া হয়েছিলো কিনা।

শিশুর সিপি দ্রুত শনাক্তকরণ করা গেলে দ্রুত চিকিৎসা শুরু করা সম্ভব। দ্রুত চিকিৎসা শুরু হলে শিশুর সুস্থ্য হওয়ার সুযোগ সবচেয়ে বেশি থাকে। চিকিৎসা যত দেরিতে শুরু হবে শিশুর সুস্থ্য হওয়ার সম্ভাবনা তত কমে যেতে থাকবে।

এই প্রশিক্ষণ শেষে আপনারা শিখতে পারবেনঃ

১। সেরেব্রাল পালসি বা সিপি কি এবং বাংলাদেশে সিপি'র প্রাদুর্ভাব

২। সিপি'র লক্ষণ সমূহ

৩। সিপি'র ঝুঁকি সমূহ চিহ্নিত করার উপায়

৪। শিশুর স্বাভাবিক ও ধীর বিকাশ

৫। সিপি দ্রুত শনাক্তকরণের উপায়

৬। প্রশিক্ষণার্থীরা কিভাবে সিপি দ্রুত শনাক্তকরণে সাহায্য করতে পারেন

৭। সিপি'র চিকিৎসা

প্রথম অধ্যায় - সেরেব্রাল পালসি এবং এর ঝুঁকিসমূহ

সেরেব্রাল পালসি

সেরেব্রাল পালসি (সংক্ষেপে সিপি) একটি অপ্রগতিশীল শারীরিক প্রতিবন্ধিতা যা শিশুর চলাফেরা ও অঙ্গ-বিন্যাসের উপর প্রভাব ফেলে।

- বিকাশশীল মস্তিষ্কের ক্ষতির কারনে সিপি হয়,
- সিপি শরীরের অবস্থান/অংগ বিন্যাস, নড়াচড়া এবং মাংসপেশির নিয়ন্ত্রণকে ক্ষতিগ্রস্থ করে,
- সিপি আক্রান্ত শিশুর গড়াগড়ি করা, বসা, দাঁড়ানো বা হাঁটা অস্বাভাবিক হয় বা অনেক ক্ষেত্রে একেবারেই অক্ষম হয়।

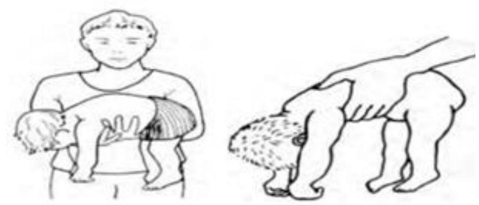
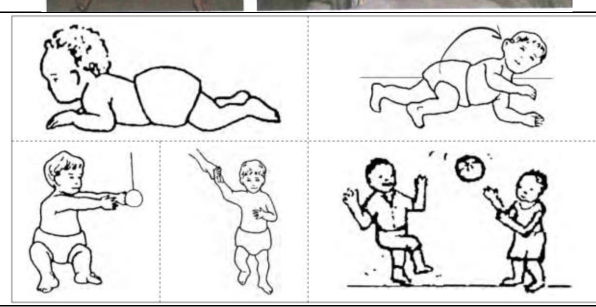
সিপি'র প্রাদুর্ভাব

- শৈশবকালীন শারীরিক প্রতিবন্ধিতার অন্যতম কারন হলো সিপি,
- বাংলাদেশে প্রতি ১০০০টি শিশুর জন্ম নিলে তার মধ্যে প্রায় ৪ জনের সিপি হয়; প্রায় ২ লক্ষ ৩৪ হাজার শিশু,
- সিপি একটি মানুষকে সারা জীবনের জন্য প্রতিবন্ধী করতে পারে,
- সিপি আক্রান্ত শিশু সম্পূর্ণ সুস্থ্য হয় না।

সিপি হওয়ার কারন

- সিপি'র নির্দিষ্ট কোন কারন আজ অবধি জানা যায় নি।
- গর্ভকালীন সময়, জন্মের সময় অথবা জন্ম পরবর্তী ঝুঁকিসমূহ শিশুর সিপি আক্রান্ত হওয়ার ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।
- সিপি'র ঝুঁকি সমূহ সম্পর্কে জানা এবং ঝুঁকি সমূহ প্রতিরোধ করার মাধ্যমে সিপি'র হার কমিয়ে আনা সম্ভব।

সিপি'র লক্ষণ সমূহ

মাংশপেশী শক্ত হয়ে থাকা	
শরীরের মাংশপেশী শিথীল থাকা (কম বয়সী শিশুদের ক্ষেত্রে)	
শরীরের অবস্থান বা অঙ্গবিন্যাস অস্বাভাবিক থাকা	
শারীরিক কাজে (বসা, দাঁড়ানো, হাঁটা, দৌড়ানো) অপারগতা বা অসামঞ্জস্যতা	

খাবার চিবুতে বা গিলতে কষ্ট হওয়া	

সিপি'র অন্যান্য লক্ষণ

খিঁচুনি | বাক প্রতিবন্ধিতা | বুদ্ধি প্রতিবন্ধিতা | দৃষ্টি প্রতিবন্ধিতা | শ্রবণ প্রতিবন্ধিতা

সিপি'র ঝুঁকি সমূহ

জন্মের আগে বা গর্ভকালীন সময়ে

গর্ভকালীন সময়ে যে সকল মা নিম্নলিখিত শারীরিক সমস্যার সম্মুখীন হয়েছেন, তাদের শিশুরা জন্মের পর সিপি হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্নঃ

- **গর্ভকালে মায়ের খিচুনি হওয়া**

  নিচের প্রতিটি ধাপ অনুসরণ করে গর্ভকালে মায়ের খিঁচুনির প্রয়োজনীয় তথ্য সংগ্রহ করা সম্ভব।

জিজ্ঞাসা করুন	দেখুন/পরিমাপ করুন
• মায়ের অতিরিক্ত বমি ভাব ছিলো?	• উচ্চ রক্তচাপঃ রক্তচাপ পরিমাপ করে সিস্টোলিক ১৪০/ ডায়াস্টোলিক ৯০ এর বেশী পাওয়া

• দৃষ্টি শক্তির সমস্যা যেমন চোখে ঝাপসা দেখা বা দ্বৈত দৃষ্টি বা আলোর সংবেদনশীলতা ছিলো? • পেটের উপরের দিকে ব্যথা হয়েছিলো? • ঘন ঘন মাথা ব্যথা ছিলো? মাথার পেছনের বা সামনের অংশে ব্যথা ছিলো?	• হাত, পা, পায়ের গোড়ালি, চোখের নিচের অংশ ফুলে যাওয়া • প্রস্রাবের পরিমাণ কমে যাওয়া • শ্বাসকষ্ট হওয়াঃ ঘন ঘন শ্বাস নেয়া, বুকে ব্যথা করা ইত্যাদি • খিঁচুনি হওয়াঃ হাত-পা কাঁপা, চোখ উলটে যাওয়া, মুখে ফেনা হওয়া, জ্ঞান হারানো, দীর্ঘক্ষণ শ্বাস না নেয়া, জিহ্বায় কামড় দেয়া বা দাঁতে দাঁত লাগা ইত্যাদি।

❖ গর্ভকালে মায়ের সংক্রামক রোগ যেমন ইনফ্লুয়েঞ্জা, রুবেলা, সাইটোমেগালো ভাইরাস ইত্যাদি হওয়া

সংক্রামক কোন রোগে মা আক্রান্ত ছিলেন কিনা তা জানার জন্য মাকে নিম্নের প্রশ্নগুলো করতে হবে। এগুলোর মধ্যে যে কোনো একটি বৈশিষ্ট্য উপস্থিত থাকলেও তা উদ্বেগজনক।

- মায়ের কি ঘন ঘন জ্বর আসতো?
- জ্বরের তীব্রতা কখনো ১০০ ডিগ্রির বেশী ছিলো?
- গাঁ কাঁপুনি দিয়ে জ্বর আসতো?
- জ্বরের সাথে খুশখুশে কাশি ছিলো?
- গলাব্যথা ব্যথা ছিলো?
- জয়েন্টে ব্যথা ছিলো?
- জ্বরের সাথে শরীরে লাল লাল দানা দেখা গিয়েছিলো?
- জ্বরের সাথে বমি বমি ভাব, পেট ব্যথা বা পাতলা পায়খানা ছিলো?
- জ্বরের সময় গর্ভের শিশুর নড়াচড়া কমে গিয়েছিলো?

চিত্রঃ গর্ভকালীন সময়ে সংক্রামক রোগের লক্ষ্যণ; জ্বর।

❖ **গর্ভকালে আঘাত পাওয়া**

গর্ভকালীন মায়ের যে কোনো শারীরিক আঘাত শিশুর জন্য ক্ষতির কারন হতে পারে। এই জন্য মায়ের আঘাতের পূর্ব ইতিহাস জানা অত্যন্ত প্রয়োজন। গর্ভকালীন আঘাত পাওয়ার লক্ষণ সমূহঃ

চিত্রঃ গর্ভকালীন আঘাতের লক্ষণসমূহ

❖ **গর্ভকালে আঘাত পাওয়া**

জন্মের সময়/পরবর্তীতে

❖ **প্রসবে জটিলতাঃ**

প্রসবের জটিলতা সম্পর্কে জানতে নিম্নের প্রশ্নগুলো করুন-

- ✓ দীর্ঘস্থায়ী প্রসব ছিলো কিনাঃ প্রসব বেদনা ২৪ ঘন্টার বেশি থাকা
- ✓ পানি ভেঙে যাওয়াঃ গর্ভের পানি ভেঙ্গে গিয়েছিলো কিনা
- ✓ রক্তক্ষরণ হওয়াঃ যোনীপথে রক্তক্ষরন হয়েছিলো কিনা
- ✓ খিঁচুনি হওয়াঃ চোখ উলটে যাওয়া, হাত-পা কাঁপা, অজ্ঞান হয়ে যাওয়া ইত্যাদি
- ✓ বাচ্চার পজিশন উল্টো থাকাঃ গর্ভের বাচ্চার পা নিচের দিকে ও মাথা উপর দিকে থাকা
- ✓ বাচ্চার মাথা আটকে যাওয়াঃ জন্মের সময় বাচ্চার মাথা আটকে যাওয়া

- ✓ বাচ্চার গলায় নাড়ী পেঁচিয়ে যাওয়াঃ গর্ভকালীন সময় শিশুর গলায় নাড়ী আটকে যাওয়া
- ✓ যন্ত্রের সাহায্যে ডেলিভারিঃ ফোরসেপ বা যন্ত্র বাচ্চার মাথায় লাগিয়ে ডেলিভারি করা
- ✓ সাইড কেটে ডেলিভারিঃ মায়ের যোনীর পাশ কেটে ডেলিভারি করা।

❖ সময়ের আগে জন্ম নেয়া শিশু/ প্রিম্যাচিউর বেবিঃ

বাহ্যিক কিছু বৈশিষ্ট্য দেখে সময়ের আগে জন্ম নেয়া (৩৪ সপ্তাহের আগে) শিশুদের চিহ্নিত করা যায়। সেই বৈশিষ্টগুলি হলোঃ

নড়াচড়া	স্বাভাবিকের চেয়ে কম
ত্বক/চামড়া	চকচকে, পাতলা
পায়ের তালুর রেখা	তুলনামূলক কম বা নেই
হাত, পা	শিথিল/নরম
পেট	ফোলা দৃশ্যমান কুণ্ডলী পাকানো নাড়ী

প্রিম্যাচিউর শিশু সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন-

- ➢ সন্তান গর্ভে আসার কত সপ্তাহ বা মাস পর শিশুর জন্ম হয়েছে?
- ➢ ডাক্তার যে সময়ে ডেলিভারি হওয়ার কথা বলেছিলো তার কত সপ্তাহ/মাস আগে শিশুটির জন্ম হয়েছে?
- ➢ বাচ্চা কি বুকের দুধ টেনে খেতে পারে?
- ➢ বাচ্চার কি শ্বাস নিতে সমস্যা হয়?

❖ জন্মের পর শিশু কান্না না করা বা দূর্বলভাবে কান্না করাঃ

শিশুর কান্না সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন-

- ➢ শিশু জন্মের কত সময় পর কান্না করেছিলো?
- ➢ শিশু কান্না শুরু করার পর তা নিয়ন্ত্রন যোগ্য ছিলো কি?
- ➢ জন্মের পর শিশুর শরীর নীল/ফ্যাকাসে রং হয়ে গিয়েছিলো কি?
- ➢ শিশুর শ্বাস নিতে সমস্যা হয়েছিলো কি?

❖ শিশু ছোট আকৃতির হওয়া বা শিশুর ওজন কম হওয়াঃ

শিশুর ওজন ২৫০০ গ্রাম এর কম হলে জন্মের পরপরই নানাবিধ রোগ বালাই হওয়ার সম্ভবনা তৈরি হয়। ছোট আকৃতির শিশুদের ক্ষেত্রে আমরা উপরে উল্লেখিত প্রিম্যাচিউর শিশুদের প্রশ্নগুলো করবো এবং সেই অনুযায়ী শিশুকে ভালভাবে পর্যবেক্ষণ করবো।

❖ শিশুর জন্মগত অসামঞ্জস্যতাঃ

শিশুর জন্মগত কোন অসামঞ্জস্যতা উপস্থিত থাকলে তা প্রসবকালীন যে কোনো জটিলতার দিকে ইঙ্গিত করে। এই সকল শিশুরা সিপি হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন। জন্মগত অসামঞ্জস্যতার উদাহরণ নিম্নে দেয়া হলোঃ

সমস্যার নাম ও বৈশিষ্ট	ছবি
জন্মগত হৃদপিন্ডের সমস্যা (হৃদপিন্ডের পর্দায় ছিদ্র থাকা)	
ক্যাপুট সাক্সিডেনাম (মাথার চামড়ার নিচে পানি জমে যাওয়া)	

ক্যাফালহেমাট্মা (মাথার হাড়ের নিচে রক্ত জমা হওয়া)	

❖ **শিশুর খিঁচুনি হওয়াঃ**

খিঁচুনি হয়েছিলো বা হচ্ছে কিনা জানার জন্য নিচের লক্ষণগুলি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন-

- ✓ শিশুর চোখ উল্টে যাওয়া বা একদিকে তাকিয়ে থাকা
- ✓ সারা শরীর কাঁপা বা যে কোনো এক পাশ কাঁপা
- ✓ অজ্ঞান হয়ে যাওয়া বা ডাক দিলে সাড়া না দেয়া
- ✓ মুখ দিয়ে ফেনা আসা
- ✓ দীর্ঘক্ষণ শ্বাস না নেয়া
- ✓ জিহ্বায় কামড় দেয়া বা দাঁতে দাঁত লাগা

❖ **মায়ের বুকের দুধ চুষে খেতে না পারাঃ**

মাকে জিজ্ঞাসা করুন-

- ✓ শিশুর ঢোক গিলতে সমস্যা হয় কি?
- ✓ দুধ খাওয়ার সময় কাশি উঠে বা বমি করে কি?
- ✓ দুধ টেনে খেতে পারে কি?

❖ **জন্মের সময় বা পর অতি মাত্রায় জন্ডিস হওয়াঃ**

শিশুকে পর্যবেক্ষণ করুন নিম্নের অবস্থাগুলো আছে কিনা-

- ✓ শরীরের রং হলুদ হয়ে যাওয়া বিশেষ করে মুখে, চোখের সাদা অংশে, হাত ও পায়ের তালুতে
- ✓ শিশুর অতিরিক্ত ঘুম
- ✓ খাবারে অনিহা
- ✓ গাড় হলুদ রঙের প্রস্রাব

চিত্রঃ শিশুর জন্ডিসের লক্ষ্যণ

❖ **জন্মের সময় বা পর অতি মাত্রায় জ্বর হওয়াঃ**

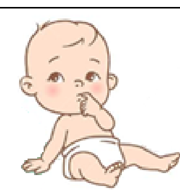
জিজ্ঞাসা করুন জন্মের পর শিশুর খুব বেশি জ্বর (থার্মোমিটারে তাপমাত্রা ১০০ ডিগ্রির বেশি) হয়েছিলো কিনা।

❖ **জন্মের পর শিশুর হাসপাতালে (NICU) ভর্তি হওয়াঃ**

জন্মের পর শিশু নিম্নলিখিত কারনে হাসপাতালে ভর্তি হতে পারে-

- ✓ খিঁচুনি হলে
- ✓ নিওনেটাল সেপসিস বা রক্তে ইনফেকশন হলে
- ✓ নিউমোনিয়া বা শ্বাসকষ্ট হলে
- ✓ জন্ডিস হলে
- ✓ সময়ের অনেক আগে (৩৪ সপ্তাহ বা তার আগে) জন্ম নিলে
- ✓ জন্মের সময় ওজন অনেক কম (১৫০০ গ্রাম বা তার কম) হলে

বয়স অনুযায়ী শিশুর বিকাশ

শিশু বিকাশ এর চার্ট		
৩ মাস	উপর হয়ে শোয়াবস্থায় মাথা উচু করে	
৪ মাস	গড়াগড়ি করা শিখেঃ চিত থেকে উপোর এবং উপোর থেক চিত হয়	
৫ মাস	হাতে ভর দেয়া শিখে	
৬ মাস	একা একা বসে	

৯ মাস	-হামাগুড়ি দেয় -বসা থেকে দাড়ানোর চেষ্টা করে	
১১ মাস	-কিছু ধরে দাঁড়ায় -পা ফেলে	
১২ মাস	-একা একা হাটে -এক হাত থেকে খেলনা আরেক হাতে নেয়	
২ বছর	দৌড়াতে পারে	

শিশুর ধীর বিকাশজনিত লক্ষণ

সিপি আক্রান্ত শিশুদের সাধারণত বয়স অনুযায়ী বিকাশ পরিপূর্ণভাবে হয় না। যেমনঃ

- ৪ মাসঃ
    - ঘাড়ের নিয়ন্ত্রণ না আসা
    - হাত সব সময় মুষ্টিবদ্ধ রাখা
    - শরীরিক নড়াচড়া বা অবস্থানে অসামঞ্জস্যতা
- ৯ মাসঃ একা একা বসতে না পারা
- ৬-১২ মাসঃ পায়ের মাংশপেশি শক্ত হয়ে যাওয়া
- ১২ মাসের আগেঃ এক হাতে সব কিছু করা
- ১২ মাসে পরঃ পায়ের আঙ্গুলে ভর দিয়ে হাঁটা বা বাঁকা হয়ে হাঁটা

উপরোক্ত যে কোন একটি লক্ষণ কোন দেখা দিলে বুঝতে হবে যে শিশুটি সিপি'র উচ্চ ঝুঁকি সম্পন্ন এবং শিশুটিকে দ্রুত সিপি আছে কিনা পরীক্ষ্যা করে দেখতে হবে। পরীক্ষ্যার জন্য শিশুটিকে নিকটস্থ স্মার্ট সিপি সেন্টার বা সিপি আর্লি ডায়াগ্নোস্টিক ক্লিনিকে পাঠাবেন।

মা-বাবার চিহ্নিত সমস্যা

মা-বাবাকে জিজ্ঞাসা করুন-

- আপনার শিশু কি এমন কোন কাজ করতে পারছে না যা আপনি মনে করেন এই বয়সের শিশুর করতে পারা উচিত?
    - আপনার শিশুর কি বয়স অনুযায়ী বিকাশ (ঘাড়ের নিয়ন্ত্রণ, বসা, দাঁড়ানো বা হাঁটা) দেরীতে হচ্ছে?
- আপনার শিশু কি এমন কিছু করছে যার জন্য আপনি চিন্তিত?
    - যেমনঃ হাত-পা কাঁপা বা নিয়ন্ত্রণে সমস্যা, অস্বাভাবিক ভাবে বসা, দাঁড়ানো বা হাঁটা ইত্যাদি।
- আপনার শিশু কি এমন কোন কাজ করতে পারছে না যা আগে সে করতে পারতো?
    - শিশুটি কি ধীরে ধীরে কাজ করার ক্ষমতা হাড়িয়ে ফেলছে?
- আপনার শিশুর কি এমন কোন কাজ করতে কষ্ট হয় যেটা শিশুটির সমবয়সী অন্য শিশুরা করতে পারে?
    - শিশুটির কি মাংপেশির শক্তি বা হাত-পায়ের কাজের সমন্বয় কম মনে হচ্ছে?

উপরোক্ত যে কোন একটি সমস্যা মা-বাবা চিহ্নিত করতে পারলে দ্রুত সিপি'র পরীক্ষ্যা করতে হবে। পরীক্ষ্যার জন্য শিশুটিকে নিকটস্থ স্মার্ট সিপি সেন্টার বা সিপি আর্লি ডায়াগ্নোস্টিক ক্লিনিকে পাঠাবেন।

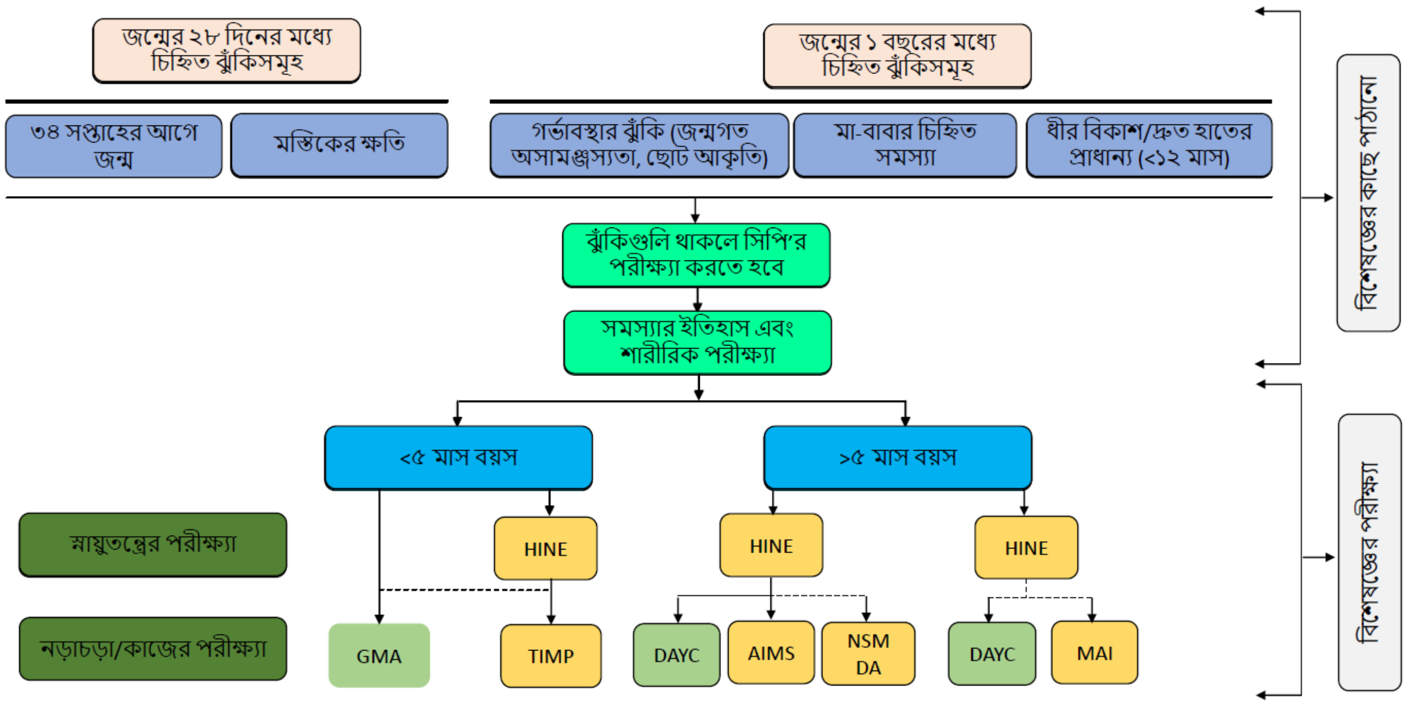
দ্বিতীয় অধ্যায় - সিপি দ্রুত নির্ণয়

সিপি দ্রুত নির্ণয় করা কেনো জরুরী

- আমাদের দৈনন্দিন জীবনের পারিপার্শ্বিক সংবেদনশীলতার প্রতিক্রিয়া স্বরূপ মস্তিষ্ক ক্রমাগত পরিবর্তনশীল। যার ফলে একটি শিশু খুব ছোটবেলায় যে অভিজ্ঞতা সঞ্চয় করে বা অনুশীলন করে, সেই অনুপাতে শিশুর মস্তিষ্ক গঠিত হয়।
- জন্মের পর প্রথম দুই বছর শিশুর মস্তিষ্কের দ্রুত বিকাশ ঘটে। সিপি আক্রান্ত শিশুর মস্তিষ্কে স্নায়ু সংযোগ বাড়ানোর জন্য প্রথম দুই বছরের মধ্যে চিকিৎসা শুরু করা প্রয়োজন।

- চিকিৎসা শাস্ত্রের উন্নতির ফলে বর্তমানে উন্নত দেশে জন্মের পরপরই শিশুর সিপি নির্ণয় করা যায়।
- বাংলাদেশে সাধারণত ৫ বছরের আগে সিপি নির্ণয় হয় না।
- দ্রুত সিপি নির্ণয়, শিশুর মস্তিষ্ক বিকাশে দ্রুত চিকিৎসা বা আর্লি ইন্টারভেনশন গ্রহণ করাকে ত্বরান্বিত করে।
- দ্রুত চিকিৎসা বা আর্লি ইন্টারভেনশেন সাহায্য করতে পারে শিশুর নড়াচড়ায়, বুদ্ধিবৃত্তিতে, যোগাযোগ সৃষ্টিতে, খাবার খেতে, পুষ্টি এবং বৃদ্ধিতে, ঘুম এবং সর্বোপরি পরিবারিক সুস্থতা নিশ্চিতকরণে।
- বাংলাদেশে দেরীতে সিপি নির্ণয়ের কারনে শিশুরা দ্রুত চিকিৎসা থেকে বঞ্চিত হয়। প্রায় ৫০ ভাগ সিপি শিশু সারা জীবনে কোন ধরণের চিকিৎসা বা পূনর্বাসন সেবা পায় না। বাকি ৫০ ভাগ শিশু অনেক দেরী করে চিকিৎসার সুযোগ পায়। দেরীতে চিকিৎসা শুরুর কারনে বেশির ভাগ শিশুর কাজ করার ক্ষমতা ফিরে পায় না।

সিপি'র উচ্চ ঝুঁকি শনাক্তকরণের উপায়



চিত্রঃ সিপি'র উচ্চ ঝুঁকি শনাক্তকরণের কৌশল

জন্মের ২৮ দিনের মধ্যে চিহ্নিত ঝুঁকি সমূহ

- ৩৪ সপ্তাহের আগে জন্মঃ চিহ্নিত করার উপায় জানার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করুন। প্রয়োজনে আগের আবার অধ্যায় পড়ুন।
- মস্তিষ্কের ক্ষতিঃ চিহ্নিত করার উপায় জানার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করুন। প্রয়োজনে আগের অধ্যায় আবার পড়ুন।

জন্মের ১ বছরের মধ্যে চিহ্নিত ঝুঁকি সমূহ

- গর্ভাবস্থার ঝুঁকি সমূহঃ চিহ্নিত করার উপায় জানার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করুন। প্রয়োজনে আগের অধ্যায় আবার পড়ুন।
- মা-বাবার চিহ্নিত সমস্যাঃ চিহ্নিত করার উপায় জানার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করুন। প্রয়োজনে আগের অধ্যায় আবার পড়ুন।
- ধীর বিকাশঃ চিহ্নিত করার উপায় জানার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করুন। প্রয়োজনে, আগের অধ্যায় পড়ুন।

শিশু প্রতিবন্ধিতা/ সেরেব্রাল পালসি দ্রুত নির্ণয়ের উপায়

সিএসএফ গ্লোবাল

- সেরেব্রাল পালসি/সিপি কিঃ সিপি হলো হাত-পা চলাচলের/ নড়াচড়ার স্থায়ী সমস্যা যা বিকাশশীল মস্তিষ্কের ক্ষতির কারনে হয়।

- সিপি দ্রুত নির্ণয় করা কেনো প্রয়োজনঃ জন্মের পর প্রথম ২ বছর মস্তিষ্কের দ্রুত বিকাশ ঘটে, তাই এই সময় চিকিৎসা নিলে তা কার্যকরী হয়।

- সিপি'র ঝুঁকিসমূহঃ
  - গর্ভাকালীন সময়ঃ
    - গর্ভকালে মায়ের খিচুনি হওয়া
    - গর্ভকালে মায়ের সংক্রামক রোগ যেমন ইনফ্লুয়েঞ্জা, রুবেলা, সাইটোমেগালো ভাইরাস ইত্যাদি হওয়া।
    - গর্ভকালে আঘাত পাওয়া
  - জন্মের সময়/পরবর্তীতেঃ
    - সময়ের আগে জন্ম নেয়া শিশু/ প্রিম্যাচিউর বেবিঃ <৩৪ সপ্তাহ
    - দীর্ঘস্থায়ী প্রসব (>২৪ ঘন্টা)
    - প্রসবে জটিলতা
    - জন্মের পর শিশু কান্না না করা বা দূর্বলভাবে কান্না করা
    - জন্মের পর শিশুর শরীর নীল রং হয়ে যাওয়া
    - শিশু ছোট আকৃতির হওয়া বা শিশুর ওজন কম হওয়াঃ <২৫০০ গ্রাম
    - শিশুর জন্মগত অসামঞ্জস্যতা
    - শিশুর খিঁচুনি হওয়া
    - মায়ের বুকের দুধ চুষে খেতে না পারা
    - জন্মের সময় বা পর অতি মাত্রায় জন্ডিস হওয়া
    - জন্মের সময় বা পর অতি মাত্রায় জ্বর হওয়া
    - জন্মের পর শিশুর হাসপাতালে (NICU) ভর্তি হওয়া
  - শিশুর বিকাশজনিত লক্ষ্যণঃ
    - ৪ মাসঃ হাত সব সময় মুষ্টিবদ্ধ রাখা বা ঘাড়ের নিয়ন্ত্রণ না আসা
    - ৯ মাসঃ একা একা বসতে না পারা
    - ৬-১২ মাসঃ পায়ের মাংশপেশি শক্ত হওয়া
    - ১২ মাসের আগেঃ এক হাতে সব কিছু করা
    - শরীরিক অবস্থান বা অঙ্গ বিন্যাসে অসামঞ্জস্যতা
  - মা-বাবা যে সব সমস্যা চিহ্নিত করতে পারেন:
    - আপনার শিশু কি এমন কোন কাজ করছে না যা আপনি মনে করেন শিশুর করতে পারা উচিত?
    - আপনার শিশু কি এমন কিছু করছে যার জন্য আপনি চিন্তিত? (যেমনঃ হাত-পা কাঁপা বা নিয়ন্ত্রণে সমস্যা)
    - আপনার শিশু কি এমন কোন কাজ করতে পাড়ছে না যা আগে সে করতে পারতো?
    - আপনার শিশু কি এমন কোন কাজ করতে পাড়ছে না যেটা শিশুটির সমবয়সী অন্য শিশুরা করতে পারে?

- সিপি দ্রুত নির্ণয়ের উপায়ঃ
    - সিএসএফ কে ঝুঁকিতে থাকা শিশুর তথ্য সরবরাহ করা
    - শিশুকে স্মার্ট সিপি সেন্টারে এনে পরীক্ষ্যাঃ GMA, HINE, AIMS, TMP etc.

- শিশুর সিপি দ্রুত নির্ণয়ের জন্য যোগাযোগঃ
    - শিমিয়ন গালিভার য়ং, ফিল্ড রিসার্চ কো-অর্ডিনেটর, সিএসএফ গ্লোবাল
    - মোবাইলঃ ০১৭২৯৬৭৩০৬৬

চিত্রঃ সিপি'র উচ্চ ঝুঁকির তালিকা

সিপি দ্রুত শনাক্তকরণের পরীক্ষা

- কোন শিশু সিপি'র উচ্চ ঝুঁকি সম্পন্ন হলে তার সিপি আছে কিনা নিশ্চিত করার জন্য কিছু অত্যাধুনিক এবং বিজ্ঞানসম্মত পরীক্ষা করা জরুরী। সিপি'র ঝুঁকিতে থাকা শিশুর পরীক্ষাগুলির নাম নিচে দেয়া হলোঃ
    - জেনারেল মুভমেন্ট এসেসমেন্ট (জিএমএ)
    - হ্যামারস্মিথ ইনফ্যান্ট নিউরোলজিক্যাল এক্সামিনেশন (এইচআইএনই)
    - মোটর এসেসমেন্ট অফ ইনফ্যান্ট (এমএআই)
    - টেষ্ট অফ ইনফ্যান্ট মোটর পারফরমেন্স (টিআইএমপি)
    - নিউরো-সেন্সরি মোটর ডেভেলপমেন্ট এসেসমেন্ট (এনএসএমডিএ)
- উপরোক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে প্রায় ৯৮ ভাগ সিপি সঠিকভাবে শনাক্তকরণ সম্ভব।

জেনারেল মুভমেণ্ট এসেসমেণ্ট (জিএমএ)

- আমরা জানি যে জন্মের পর প্রতিটি শিশু জাগ্রত অবস্থায় প্রায় সব সময় নড়াচড়া করে।
- তবে সব শিশুর নড়াচড়া একই রকম হয় না।
- সিপি আক্রান্ত শিশুর নড়াচড়া স্বাভাবিক শিশুদের থেকে ভিন্ন রকম হয়।
- জেনারেল মুভমেন্ট এসেসমেন্ট পরীক্ষায় শিশুর নড়াচড়ার ভিন্নতার উপর ভিত্তি করে সিপি নির্ণয় করা হয়।

চিত্রঃ জিএমএ পরীক্ষার জন্য ভিডিও রেকর্ডিং

- এই পরীক্ষার জন্য উদ্দীপণা ছাড়া ০-৩ মাস বয়সী শিশুর নড়াচড়ার ভিডিও রেকর্ড করা হয়।

- পরবর্তীতে একজন জিএমএ প্রশিক্ষ্যণপ্রাপ্ত ব্যক্তি শিশুর ভিডিও পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে নড়াচড়ার ধরণের উপর ভিত্তি করে সিপি হওয়ার সম্ভাবণা নির্ধারণ করেন।

হ্যামারস্মিথ ইনফ্যাণ্ট নিউরোলজিক্যাল এক্সামিনেশন (এইচআইএনই)

- এইচআইএনই ২-২৪ মাস বয়সী শিশুদের সিপি'র পরীক্ষার জন্য খুবই কার্যকরী।
- এই পরীক্ষায় শারীরিক কাজ করার ক্ষমতার (যেমনঃ ঘাড় উচু করা, বসা, দাঁড়ানো, হাঁটা ইত্যাদি) উপর ভিত্তি করে একজন শিশু সর্বোচ্চ ৭৮ স্কোর পেতে পারে।
- ৩ মাস বয়সে কোন শিশুর ৫৭ এর নিচে স্কোর পাওয়া গেলে তার সিপি হওয়ার সম্ভাবনা প্রায় ৯৬ ভাগ।
- যদি কোন শিশুর স্কোর ৪০ এর নিচে হয় তাহলে তার হাটতে পারবে না এমন ধরণের সিপি হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।

চিত্রঃ একটি শিশুরএইচআইএনই পরীক্ষা করা হচ্ছে

Head control	Unable to maintain head upright normal up to 3m	Wobbles normal up to 4m	Maintained upright all the time normal from 5m		
Sitting	Cannot sit	With support at hips normal at 4m	Props normal at 6m	Stable sit normal at 7-8m	Pivots (rotates) normal at 9m
Voluntary grasp – note side	No grasp	Uses whole hand	Index finger and thumb but immature grasp	Pincer grasp	
Ability to kick in supine	No kicking	Kicks horizontally but legs do not lift	Upward (vertically) normal at 3m	Touches leg normal at 4-5m	Touches toes normal at 5-6m
Rolling	No rolling	Rolling to side (normal at 4m)	Prone to supine (normal at 6 m)	Supine to prone (normal at 6 m)	
Crawling or bottom shuffling	Does not lift head	On elbow (normal at 3 m)	On outstretched hand (normal at 4m)	Crawling flat on abdomen (normal at 8m)	Crawling on hands and knees (normal at 10m)
Standing	Does not support weight	Supports weight (normal at 4m)	Stands with support (normal at 7m)	Stands unaided (normal at 12m)	
Walking		Bouncing (normal at 6m)	Cruising (walks holding on) (normal at 12m)	Walking independently (normal by 15m)	

চিত্রঃ এইচআইএনই পরীক্ষার ফর্ম

আপনারা কিভাবে সেরেব্রাল পালসি দ্রুত শনাক্তকরনে সহায়তা করতে পারেন

- একজন জন্ম পরিচারক হিসেবে এই প্রশিক্ষণ শেষে আপনি খুব সহজেই সিপি'র ঝুঁকি সমূহ চিহ্নিত করতে পারবেন।
- সিপি'র ঝুঁকিতে থাকা শিশুর তথ্য নিচের ফর্মে লিখে ফেলবেন।
- পরবর্তীতে সিএসএফ গ্লোবাল এর ষ্টাফকে সিপি'র ঝুঁকিতে থাকা শিশুর তথ্যসহ ফর্মটি প্রদান করবেন।
- সিএসএফ গ্লোবাল এর ষ্টাফ (কমিউনিটী মোবিলাইজার) মাঝে মাঝে আপনাকে ফোন দিয়ে জেনে নিবেন আপনি কোন সিপি'র ঝুঁকিসম্পন্ন শিশুর তথ্য পেয়েছেন কিনা।

বাংলাদেশ সেরেব্রাল পালসি রেজিস্টার (বিসিপিআর)

সিপি'র ঝুঁকি সম্পন্ন শিশুর তালিকা

যোগাযোগঃ শিমিয়ন গালিভার ম্রং, ফিল্ড রিসার্চ কো-অর্ডিনেটর, সিএসএফ- গ্লোবাল, মোবাইল নংঃ ০১৭২৯৬৭৩০৬৬

ক্রমিক	শিশুর নাম	বয়স- বর্তমান	বয়স- প্রসবকালীন	ঝুঁকির তথ্য	মাতার নাম	পিতার নাম	ঠিকানা	ফোন নাম্বার
১								
২								
৩								
৪								
৫								
৬								
৭								
৮								
৯								
১০								

চিত্রঃ সিপি'র ঝুঁকি সম্পন্ন শিশুর তথ্য সংগ্রহ ও রেফারাল ফর্ম

তৃতীয় অধ্যায় – সিপি শিশুর চিকিৎসা

সিপি শিশুর চিকিৎসা পদ্ধতি

সিপি শিশুর চিকিৎসায় বহুদলীয় স্বাস্থ্য ও পূনর্বাসন সেবার প্রয়োজন। এই পূনর্বাসন দলে থাকেনঃ

- ডাক্তারঃ খিঁচুনি সহ অন্যান্য শারিরীক অসুস্থতায় পরামর্শ ও ব্যবস্থাপত্র প্রদান।
- ফিজিওথেরাপিস্টঃ শিশুর অঙ্গ বিন্যাস (বসা, শোয়া বা দাঁড়ানোর অবস্থান), শক্তি (হাত-পায়ের শক্তি), নিয়ন্ত্রণ (ঘাড়, কোমড়), কাজের (গড়াগড়ি, বসা, দাঁড়ানো বা হাঁটা ইত্যাদি) উন্নতির জন্য থেরাপি।
- অকুপেশনাল থেরাপিষ্টঃ শরীরের সুক্ষ্য কাজ (হাত দিয়ে কিছু ধরা, লিখা, জামার বোতাম লাগানো ইত্যাদি), দৈনন্দিন কাজ (হাত ধোয়া, মুখ ধোয়া, গোছল করা, জামা পড়া, টয়লেট করা ইত্যাদি) এবং সামাজিক দক্ষতা (আদান-প্রদান করা, নির্দেশনা মানা, বন্ধুত্ত করা ইত্যাদি) শেখানোর জন্য থেরাপি।
- স্পিচ থেরাপিস্টঃ শিশুর কথা বলা, অনুভূতি প্রকাশ, বুঝার দক্ষতা, এবং খাবার খাওয়া জনিত সমস্যার জন্য থেরাপি।
- পুষ্টিবিদঃ শিশুর খাবারের ধরণ ও পুষ্টিজনিত সমস্যার জন্য পরামর্শ সেবা।

স্মার্ট সিপি সেন্টার

- ### চিকিৎসক দল

  সিএসএফ গ্লোবাল এর স্মার্ট সিপি সেন্টারে রয়েছেন অভিজ্ঞ ডাক্তার, ফিজিওথেরাপিস্ট, অকুপেশনাল থেরাপিস্ট, স্পিচ থেরাপিস্ট এবং পুষ্টিবিদ।

- ### সেবা সমূহ

  - **আর্লি ডায়াগ্নোসিস ক্লিনিকঃ**

    স্মার্ট সিপি সেন্টারে জিএমএ এবং এইচআইএনই পরীক্ষাসহ স্নায়ুতন্ত্রের পরীক্ষার মাধ্যমে সিপি সহ অন্যান্য শিশু প্রতিবন্ধিতা দ্রুত নির্ণয় করা হয়।

- **আর্লি ইন্টারভেনশনঃ**

  সিপি এবং অন্যান্য শিশু প্রতিবন্ধিতার জন্য গ্রুপ বা দলীয় থেরাপি এবং ইন্ডিভিজুয়াল বা একক থেরাপি (ফিজিও থেরাপি, স্পিচ থেরাপি) সেশন এবং মেডিকেল কন্সাল্টেশন সেবা প্রদান করা হয়।

চিত্রঃ দলীয় থেরাপি সেশন

চিত্রঃ একক থেরাপি সেশন

- **থেরাপি এবং রিহ্যাবিলিটেশনঃ**

  বয়স্ক ব্যক্তিদের অন্যান্য সমস্যার ক্ষেত্রে ফিজিওথেরাপি বা স্পিচ থেরাপি সেবা দেয়া হয়। যেমন-

  - ঘাড় বা কোমড় ব্যথা
  - জয়েন্টে ব্যথা (হাঁটু বা কাঁধ)
  - জয়েন্ট শক্ত হয়ে যাওয়া
  - মাংশপেশির ব্যথা
  - হাড় ভাঙ্গা পরবর্তী সমস্যা
  - স্ট্রোক বা পারালাইসিসজনিত সমস্যা
  - খেলাজনিত আঘাত
  - তোতলামি বা কথা বলা জনিত সমস্যা
  - খাবার খাওয়া জনিত সমস্যা

চিত্রঃ কোমড় ব্যথায় ফিজিওথেরাপি চিকিৎসা

- **টেলিরিহ্যাবিলিটেশনঃ**

টেলিরিহ্যাবিলিটেশন সেবায় কম্পিউটারের মাধ্যমে দেশ-বিদেশের বিশেষজ্ঞ ডাক্তার, থেরাপিস্ট এবং পুষ্টিবিদগণ স্মার্ট সিপি সেন্টারের শিশুসহ অন্যান্য রোগীদের চিকিৎসা ও পূণর্বাসন সেবা দিয়ে থাকেন।

চিত্রঃ টেলিরিহ্যাবিলিটেশন সেশন

সিপি শিশু সংক্রান্ত যোগাযোগ

সিপি নির্ণয় বা সিপি'র চিকিৎসা সম্পর্কিত যে কোন পরামর্শ বা তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুনঃ

- শিমিয়ন গালিভার ম্রং, ফিল্ড রিসার্চ কো-অর্ডিনেটর, সিএসএফ গ্লোবাল
- মোবাইলঃ ০১৭২৯৬৭৩০৬৬