Class : 4th Semester (General)

Paper : DSC - 1D

বিষয় :- প্রতিরোধমূলক কর্মসূচি (Prophylaxis Programme)

অহরহ আক্রান্তদের অনুপূরক খাদ্য প্রদানের জন্য সরকার কতগুলি খাদ্য প্রকল্প চালাচ্ছেন। এদের মধ্যে মিলিত খাদ্য প্রকল্প (ANP), বিশেষ খাদ্য প্রকল্প (SNP), শিশুর সমন্বিত বিকাশ প্রকল্প (ICDS) দ্বিপ্রাহরিক আহার প্রকল্প (MDM) প্রধান। তাছাড়া খাদ্যের অভাবজনিত রোগ প্রতিরোধের জন্য সরকারের বিভিন্ন কর্মসূচি গৃহীত হয়েছে। এই কর্মসূচিকে খাদ্য উপাদানের অভাব নিয়ন্ত্রণ বা প্রতিরোধমূলক কর্মসূচি (Nutrient Deficiency Control Programme or Prophylaxis Programme) আখ্যা দেওয়া হয়েছে।

এই কর্মসূচির মধ্যে বড় —

- খাদ্যের অভাবজনিত অন্ধত্ব প্রতিরোধমূলক কর্মসূচি (NPPPBVAD - National Prophylaxis Programme for Prevention of Blindness due to Vitamin A deficiency)
- অপুষ্টিজনিত রক্তাল্পতা প্রতিরোধ কর্মসূচি (NNACP - National Nutritional Anaemia Control Programme)
- আয়োডিনের অভাবজনিত বিশৃঙ্খলা প্রতিরোধ কর্মসূচি (NIDDCP - National Iodine Deficiency Disorder Control Programme)

খাদ্যের অভাবজনিত অন্ধত্ব প্রতিরোধমূলক 'এ' ভিটামিন কর্মসূচি

ভারতের জনগণ খাদ্যের যেসব উপাদানের অভাবে ভোগে, তাদের মধ্যে ভিটামিন A-র অভাব অন্যতম। এই ভিটামিনের অভাবে অধিকাংশ দরিদ্র পরিবারের ছেলেমেয়েদের মধ্যে বিভিন্ন ধরনের চোখের রোগ হয়। এই সব রোগের মধ্যে উল্লেখযোগ্য হল — রাতকানা, জেরোপথ্যালমিয়া, বিটটস স্পট এবং কেরাটোম্যালেসিয়া। ভিটামিন A-র অভাবজনিত এইসব রোগ প্রতিরোধের জন্য ১৯৭০ সালে একটি জাতীয় কর্মসূচি গ্রহণ করা হয়, ১৯৯২ সালে CSSM কর্মসূচি প্রবর্তিত হবার পর তার সঙ্গে একত্রে যুক্ত করা হয়। বর্তমানে এটি RCH কর্মসূচির অন্তর্ভুক্ত।

ভারতে প্রতি বছর ১৫০০০ শিশু ভিটামিন 'এ'র অভাবে অন্ধ হয়ে যায়। অন্ধীকরণ রোধে NNMB দেখেছে গ্রামবিদ্যালয়গামী

শিশুদের ১.৮ - ১০.৬% ভি.এ. ডেফিসিয়েন্সির লক্ষণ প্রকাশ পেয়ে থাকে। ৫ বছরের কম শিশুদের ২-৬% ভি.এ. এর চোখে 'বিটটস স্পট' রয়েছে।

এটি অত্যন্ত দুর্ভাগ্যজনক কারণ অনুন্নত লোকসংখ্যাতে প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন 'এ' পাওয়া যায় এবং সস্তার খাদ্য মহার্ঘ নয়, বোতলের জায়গায় পিতামাতা ছেলেমেয়েদের সঠিকভাবে ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাদ্য পরিবেশন করেন না, ফলে শিশুদের চোখের সমস্যায় পুষ্টহীন হয়।

ভারতে সর্বপ্রথম অন্ধত্ব প্রতিরোধমূলক কর্মসূচি প্রবর্তিত হয়, এই কর্মসূচিতে প্রাক বিদ্যালয়গামী শিশুদের ৬ মাসে একবার বড়ো মাপের (রেটিনা ডোজ) ভিটামিন 'এ' দেওয়া হয়। শিশুদের ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাদ্য গ্রহণে উৎসাহিত করার জন্য জননীদেরও স্পষ্ট শিক্ষা দেবার ব্যবস্থাও করা হয়, প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্রগুলিকে এই কর্মসূচি প্রবর্তনের দায়িত্ব দেওয়া হয়। 'রেটিনা ডোজ' প্রদানের দায়িত্ব দেওয়া হয় প্যারামেডিকেল কর্মীদের উপর।

উদ্দেশ্য - এই কর্মসূচির উদ্দেশ্য হল ৬ মাস বয়স থেকে ৫ বছর বয়সের শিশুদের মধ্যে ভিটামিন 'এ'র অভাবজনিত অন্ধত্ব নিবারণ করা।

প্রাপক - এই কর্মসূচির প্রাপকরা হলেন ৬ মাস বয়স থেকে ৫ বছর বয়সের শিশুরা অর্থাৎ প্রাকবিদ্যালয়গামী শিশু, গ্রামাঞ্চলের অধিবাসী, উপজাতি অঞ্চল এবং শহরের বস্তি এলাকার শিশুরা।

পরিকল্পনার ভিত্তি - পরিকল্পনার ভিত্তি হল মানুষের দেহের একটি স্নায়বীয় ক্রিয়া। স্নেহপদার্থে দ্রবণীয় সমস্ত ভিটামিনের মতোই আমাদের যকৃতে বাড়তি ভিটামিন 'এ' সঞ্চিত থাকে। খাদ্যে যখন অভাব হয় যকৃৎ তখন সেই সঞ্চয় থেকে প্রয়োজন মেটায় অর্থাৎ আমাদের যকৃতটি একটি ব্যাংকের মতো। উদ্বৃত্ত হলে ভিটামিন 'এ' জমা থাকে। আবার প্রয়োজন হলে সেখান থেকে তুলে নেয়। এই তত্ত্বের উপর ভিত্তি করেই NIN 2000 প্রাক বিদ্যালয়গামী শিশুদের রেটিনা ডোজ - বছরে ২ বার ১ লক্ষ ইউনিট করে ভিটামিন 'এ' তেল

আইন নিম্নলিখিত কল হেতেয়েছে –

→ প্রাবক শিশুদের দেশবর্মকলায় শুষ্কতা কিংবা বিটিটস স্পটস দেখা দেয়নি।

→ প্রাবকরা কেউ অপুষ্টিজনিত অন্ধত্ব আক্রান্ত হয়নি।

সুতরাং, এই কর্মসূচির পরিকল্পনায় ভিত্তিকে দুটি পর্যায়ে ভাগ করা হল –

১) ভিটামিন 'এ'-র অভাব প্রতিরোধের উপায়

২) ভিটামিন 'এ'-র অভাবজনিত চিকিৎসা।

১) ভিটামিন 'এ'-র অভাব প্রতিরোধের উপায় –

কর্মসূচির এই প্রতিরোধ উপায় আবার দুটি ভিত্তির উপর প্রতিষ্ঠিত। যথা –

△ দীর্ঘকালীন প্রতিরোধ ব্যবস্থা :

→ অন্তঃসত্ত্বা মহিলা, প্রসূতি জননী ও ৫ বছরের কম শিশুদের নিয়মিত ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাদ্য খাওয়ার জন্য উৎসাহিত করতে হবে।

→ সুসংহত শিশু বিকাশ প্রকল্পের (ICDS) জননী ও শিশুদের নথিভুক্ত করতে হবে যাতে তারা ভিটামিন 'এ'-র অভাব প্রতিরোধের সুফল সম্পর্কে অবহিত হতে পারে।

→ মাতৃদুগ্ধের সাথে কোলোস্ট্রামের গ্রহণ সুনিশ্চিত করতে হবে।

→ স্থানীয়স্তরে লভ্য β-ক্যারোটিন (ভিটামিন 'এ'র পূর্বসূরি) - এর সমৃদ্ধ উৎস হল গাঢ় সবুজ ও হলদে রংয়ের শাকসবজি। উৎকৃষ্ট উৎস হল খাদ্য অন্তর্ভুক্ত করতে হবে। যত বেশি সবুজ তত বেশি ক্যারোটিন। সবুজ শাকসবজির মধ্যে পালং, নটে, বিনেপাতা, কারি পাতা ইত্যাদি। সবজির মধ্যে গাজর, হলদে কুমড়ো, মিষ্টি আলু ইত্যাদি। ফলের মধ্যে আম, বেঁচে ও উমেচো ক্যারোটিনের উৎকৃষ্ট উৎস। যাদের আর্থিক সামর্থ্য বর্তমান, তারা মাখন, ঘি, দই, চেরাল মিল্ক, ডিম, চিজ, ডিম, যকৃৎ ইত্যাদি খাদ্য রাখতে পারেন কারণ উপরোক্ত সবই ভিটামিন 'এ'-র ভালো উৎস।

বিদ্যালয় সংলগ্ন বাগান এবং বাড়ির সবজি বাগানে ফলমূল সবজি উৎপাদনে উৎসাহিত করতে হবে।

△ স্বল্পকালীন প্রতিরোধ ব্যবস্থা :

→ এই স্তরে ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ ক্যাপসুল বিতরণের ব্যাপারে বলা হয় :

বয়স	ডোজ
▫ ৬ থেকে ৯৯ মাস	১ লক্ষ ইউনিট (এক বার এই ডোজ)
▫ ১ - ৫ বছর	প্রতি ৬ মাসে ২ লক্ষ ইউনিট

→ নিরক্ষরতা ১ মাস বয়সের শিশুর পক্ষে অন্তত ২ লক্ষ ইউনিট (১ মিলি লিটার) ভিটামিন 'এ' তেল খাওয়ানো হবে।

→ ৯৬ মাস বয়সে DPT এবং OPD কর্মসূচির টোকার অন্তত ২ লক্ষ ইউনিট 'এ' তেল খাওয়ানো হবে। তারপর প্রতি ৬ মাস অন্তর ৬ বছর পর্যন্ত প্রতিবারে ২ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন 'এ' তেল খাইয়ে থেকে হবে অর্থাৎ মোট ৫ বার নিশ্চয়ই এই তেল খাবে।

২) ভিটামিন 'এ' - র অভাবজনিত চিকিৎসা -

→ যদি কোনো শিশু রোগে আক্রান্ত হয়, তবে তার চিকিৎসার জন্য প্রথমে ২ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন 'এ' দিতে হবে।

→ তারপর ৪ সপ্তাহ পর আর একবার ২ লক্ষ ইউনিট দিতে হবে।

---

* CSSM - Child Survival & Safe Motherhood Programme
* RCH - Reproductive & Child Health Programme
* NNMB - National Nutrition Monitoring Bureau
* DPT - Diphteria - Pertussis - Tetanus Vaccine
* OPD / OPV - Oral Polio Dose / Vaccine