Royal College of Anaesthetists

অ্যানেস্থেটিক্স – ঝুঁকি ও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া

বমি বমি ভাব এবং বমি করা

এই লিফলেট সম্পর্কে : এই লিফলেটটি **অপারেশনের পরে অসুস্থ বোধ করা (বমি বমি ভাব)** বা **অসুস্থ হওয়া (বমি করা)** নিয়ে তৈরি করা হয়েছে। জেনারেল অ্যানেস্থেটিক নিলে আপনার এই পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া অনুভূত হতে পারে। এখানে অসুস্থতার কারণ এবং এটি নিয়ে কী করা যেতে পারে, সে সম্পর্কে ব্যাখ্যা করা হয়েছে।

জেনারেল অ্যানেস্থেটিক হলো এমন ওষুধ যা গভীর ঘুমের মতো অবস্থায় নিয়ে যায়। কিছু অপারেশন ও চিকিৎসার জন্য এটি আবশ্যিক। জেনারেল অ্যানেস্থেসিয়ার সময় আপনি অচেতন থাকেন এবং কিছুই অনুভব করেন না।

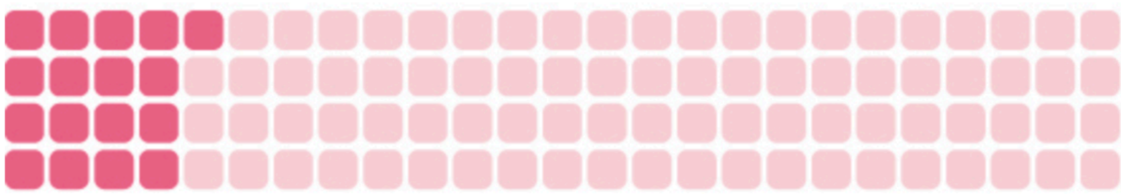
আপনি আমাদের ওয়েবসাইটে বিভিন্ন ধরনের অ্যানাস্থেসিয়ার সম্পর্কে পড়তে পারবেন, যা বিভিন্ন ভাষায় পাওয়া যাচ্ছে : www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

এতে কীরকম অনুভূতি হয়?

- আপনার মনে হতে পারে যে আপনার বমি আসছে।
- আপনার বমি হতে পারেন।
- আপনার হয়তো পেট মোচড় দিয়ে বমি আসতে পারে (বমি করার চেষ্টা করছেন কিন্তু কিছুই হচ্ছে না)।
- বমির অনুভূতি সাধারণত এক বা দুই ঘন্টা থাকে এবং চিকিৎসার পরে বন্ধ হয়ে যায়। খুব কম ক্ষেত্রেই এটি দীর্ঘায়িত হয় এবং সেক্ষেত্রে এটি এক দিনেরও বেশি সময় ধরে স্থায়ী হতে পারে।

এটি হওয়ার সম্ভাবনা কতটা?

প্রতি ১০০ জনের মধ্যে



১৭ জনের হয়েছে **৮৩ জনের হয়নি**

এই সংখ্যাগুলো গবেষণা থেকে পাওয়া গেছে। এসব সংখ্যা আমরা কোথা থেকে পেয়েছি, তা আমাদের ওয়েবসাইটে দেখতে পারেন : www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence।

জেনারেল অ্যানেস্থেটিকের পরে অসুস্থতার কারণ কী?

- অ্যানেস্থেসিয়াতে ব্যবহৃত ওষুধ এবং কিছু ব্যথানাশক ওষুধের কারণে আপনার বমি ভাব হতে পারে। কিছু রিজিওনাল অ্যানেস্থেটিক যেমন স্পাইনাল ও এপিডিউরালও অসুস্থতার কারণ হতে পারে।
- অ্যানেস্থেটিক আপনার রক্তচাপ কমাতে পারে। কম রক্তচাপের কারণে আপনার খারাপ লাগতে পারে।
- অপারেশনের আগে উপবাস (খাওয়া বা পান না করা) করলে পরবর্তীতে আপনি অসুস্থ বোধ করতে পারেন, তবে অ্যানেস্থেটিকের সময় আপনাকে নিরাপদ রাখার জন্য এটি দরকারি। অপারেশনের আগে পানাহার বন্ধ করার বিষয়ে আপনাকে দেওয়া সকল নির্দেশনা সাবধানতার সাথে অনুসরণ করুন।
- ভ্রমণের কারণে বমি হলে অথবা এর আগে অ্যানেস্থেসিয়া নেওয়ার পরে বমি অনুভূত হলে আপনার অসুস্থ বোধ করার সম্ভাবনা বেশি।
- কিছু অপারেশনের ফলে আপনার বমি অনুভূত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে :
  - আপনার পেট (পাকস্থলী) বা যৌনাঙ্গের স্থানে অস্ত্রোপচার
  - স্ত্রীরোগ সংক্রান্ত (নারীদের জননতন্ত্র) অপারেশন
  - 'কান, নাক ও গলার' অপারেশন যেমন টনসিল অপসারণ
  - ট্যারা চোখ ঠিক করার অপারেশন
  - দুই বা তিন ঘন্টার বেশি দীর্ঘ অপারেশন।
- উদ্বিগ্নতা বমি বমি ভাবের ঝুঁকি বাড়িয়ে দিতে পারে। আপনি চিন্তিত বা উদ্বিগ্ন হলে আপনার অ্যানেস্থেটিস্টকে জানান। তিনি আপনার উদ্বেগের বিষয়ে আপনার সাথে কথা বলবেন। কখনও কখনও তিনি উদ্বেগ দূর করার জন্য ওষুধ দিতে পারেন।

যদি আমার বমি ভাব হয়?

আপনার বমি অনুভূত হলে আপনাকে সুস্থ করে তোলার জন্য আপনার পরিচর্যাকারী দল অনেক কিছুই করতে পারে। তাঁরা যা করবেন :

- আপনার রক্তচাপ যাতে বেশি কমে না যায় তা নজরে রাখতে আপনার রক্তচাপ ও হৃদস্পন্দনের হার পর্যবেক্ষণ করবেন
- শিরার মাধ্যমে অথবা গিলে ফেলার ট্যাবলেট হিসাবে আপনাকে তরল ও বমি প্রতিরোধী ওষুধ দেবেন।

অসুস্থতা প্রতিরোধে কী সাহায্য করতে পারে?

অ্যানেস্থেটিকের প্রকার

আপনার অ্যানেস্থেটিস্ট বিভিন্ন প্রকারের অ্যানেস্থেটিক ব্যবহার করতে পারেন। এর মধ্যে কয়েকটির কারণে আপনার খারাপ লাগার সম্ভাবনা কম। আপনার সার্জারির ভিত্তিতে কোন ধরনের অ্যানেস্থেটিক আপনার জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত, তা আপনার অ্যানেস্থেটিস্ট ব্যাখ্যা করবেন।

অপারেশনের পর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব খাওয়া ও পান করা

অপারেশনের আগে আপনাকে পানাহার বন্ধ করার পরামর্শ দেওয়া হবে। তবে, খাবার ও পানীয় ছাড়া খুব বেশি সময় থাকলে অপারেশনের পরে আপনি অসুস্থ বোধ করতে পারেন। অপারেশনের পর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব খাবার ও তরল গ্রহণের চেষ্টা করুন।

আপনি কখন থেকে আবার পানাহার শুরু করতে পারবেন, তা আপনার পরিচর্যাকারী দল আপনাকে জানাবে। অপারেশনের পর তারা আপনাকে ছোটো ছোটো চুমুকে পানি দিতে পারেন এবং ধীরে ধীরে অন্যান্য পানীয় ও হালকা খাবারের উৎসাহিত করতে পারেন।

আমি নিজে কী করতে পারি?

দেরি না করে শীঘ্রই পদক্ষেপ নিন

খারাপ লাগা শুরু হওয়ার সাথে সাথেই আপনার নার্স বা অ্যানেস্থেটিস্টকে জানান। বমি বমি ভাব খুব খারাপের দিকে যাওয়ার আগেই চিকিৎসা করা ভালো, কারণ খুব বেশি বমি আসা বা বমি করা আপনার সেরে ওঠার ওপর প্রভাব ফেলতে পারে।

যদি আপনি অতীতে অ্যানেস্থেটিক নিয়ে থাকেন এবং পরে অসুস্থ বোধ করেন, তাহলে আপনার অ্যানেস্থেটিস্টের সাথে কথা বলুন। এর পুনরাবৃত্তি হওয়ার ঝুঁকি কমাতে তিনি কিছু পদক্ষেপ নিতে পারেন।

অপারেশনের পর খুব তাড়াতাড়ি উঠে বসবেন না বা বিছানা থেকে নামবেন না। দ্রুত বসলে বা উঠে দাঁড়ালে আপনার রক্তচাপে পরিবর্তন হতে পারে। এতে আপনি অসুস্থ বোধ করতে পারেন।

শরীরে ব্যথা হলে আপনার অ্যানেস্থেটিস্ট বা নার্সদের সাথে কথা বলুন। তীব্র ব্যথা আপনাকে অসুস্থ বোধ করাতে পারে। তারা আপনাকে আরও বেশি অথবা ভিন্ন কোনো ব্যথানাশক ওষুধ দিতে পারেন।

অসুস্থ বোধ করলে ধীরে ধীরে গভীর শ্বাস নিন।

আপনি বিকল্প থেরাপির কথাও বিবেচনা করতে পারেন। আকুপাংচার, আকুপ্রেশার বা অ্যারোমাথেরাপি বমি বমি ভাব প্রতিরোধে সাহায্য করতে পারে। এই কৌশলগুলো কাজ করে কি না কিংবা কতটা ভালো কাজ করে তা বোঝার জন্য পর্যাপ্ত গবেষণা নেই। এগুলো পরখ করে দেখতে চাইলে আপনাকে নিজ দায়িত্বে একজন প্রশিক্ষিত পেশাদারের ব্যবস্থা করতে হবে।

জেনে রাখা ভালো

ভ্রমণের সময় অসুস্থতা

যদি আপনি অপারেশনের দিনই বাড়ি ফিরে যান, তাহলে আপনার ভ্রমণজনিত অসুস্থতা হতে পারে। এর কারণ হলো, আপনার শরীর নড়াচড়ার প্রতি আরও সংবেদনশীল হবে।

দায় বর্জন বিবৃতি

এই লিফলেটের তথ্য সঠিক ও হালনাগাদকৃত রাখার জন্য আমাদের যথাসাধ্য প্রচেষ্টা থাকলেও আমরা এর নিশ্চয়তা দিতে পারি না। আমরা আশা করি না যে এসব সাধারণ তথ্য আপনার সমস্ত প্রশ্নের উত্তর দেবে অথবা আপনার কাছে গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে এমন সকল কিছুর সমাধান করবে। এই লিফলেটটিকে নির্দেশনা হিসাবে ব্যবহার করে আপনার নিজস্ব পছন্দ-অপছন্দ ও উদ্বেগ নিয়ে আপনার চিকিৎসক দলের সাথে আলোচনা করুন। এই লিফলেটটি পৃথকভাবে চিকিৎসা পরামর্শ হিসেবে ব্যবহার করা উচিত নয়। এটি কোনো বাণিজ্যিক বা ব্যবসার উদ্দেশ্যে ব্যবহার করা যাবে না। সম্পূর্ণ দায় বর্জন বিবৃতিটি দেখতে অনুগ্রহ করে ভিজিট করুন : [www.rcoa.ac.uk/patient-information-translations-bengali]

সমস্ত অনুবাদ ট্রান্সলেটর্স উইদাউট বর্ডার্স-এর অনুবাদক কমিউনিটি দ্বারা সরবরাহ করা হয়। এই অনুবাদগুলোর মান পরীক্ষা করা হয় যাতে করে এগুলো যথাসম্ভব নির্ভুল হয়, তবে তারপরেও কিছু ভুল তথ্য ও তথ্যের ভুল ব্যাখ্যার ঝুঁকি থেকে যায়।

আমরা আপনার মতামত জানতে আগ্রহী

এই লিফলেটটি আরও উন্নত করার জন্য আমরা আপনার পরামর্শ জানতে চাই।

আপনার কোনো মন্তব্য থাকলে অনুগ্রহ করে এই ঠিকানায় ইমেইল করুন :
patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

www.rcoa.ac.uk

ষষ্ঠ সংস্করণ, নভেম্বর ২০২৪

এই প্রচারপত্র প্রকাশনার তারিখ থেকে তিন বছরের মধ্যে পর্যালোচনা করা হবে।

© 2024 Royal College of Anaesthetists
রোগীদের জন্য তথ্য সংবলিত উপাদান তৈরি করতে এই প্রচারপত্রটির প্রতিলিপি তৈরি করা যেতে পারে। অনুগ্রহ করে এই মূল উৎসটি উল্লেখ করুন। আপনি যদি এই লিফলেটটির অংশবিশেষ অন্য কোনো প্রকাশনার কাজে ব্যবহার করতে চান, তাহলে কৃতজ্ঞতা স্বীকার করতে হবে, এবং লোগো, ব্র্যান্ডিং, ছবি ও আইকনগুলো সরিয়ে নিতে হবে। আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।