



হাড়ক্ষয় প্রতিরোধে সচেতনতা বাড়ানোর আহ্বান জুবাইদা রহমানের



ডা: জুবাইদা রহমান। ছবি: সংগৃহীত

অস্টিওপোরোসিস বা হাড়ক্ষয় রোগের ঝুঁকি কমাতে দেশব্যাপী সচেতনতামূলক কার্যক্রম জোরদারের আহ্বান জানিয়েছেন জিয়াউর রহমান ফাউন্ডেশনের ভাইস চেয়ারম্যান ডা. জুবাইদা রহমান। এ জন্য বছরের একটি মাস হাড়ক্ষয় সচেতনতার জন্য নির্ধারণের প্রস্তাবও দিয়েছেন তিনি।

মঙ্গলবার (২০ অক্টোবর) দুপুরে সুপার স্পেশালাইজড হাসপাতালে বিশ্ব হাড়ক্ষয় দিবস উপলক্ষে আয়োজিত অনুষ্ঠানে এ আহ্বান জানান তিনি।

ডা. জুবাইদা রহমান বলেন, ক্যানসারে আক্রান্তদের প্রায় ৬০ শতাংশের অস্টিওপোরোসিস দেখা দেয়, যার একটি কারণ কেমোথেরাপি। তাঁর মতে, সমন্বিত উদ্যোগ, রোগের প্রাথমিক পর্যায়ে শনাক্তকরণ ও জনসচেতনতা বাড়ানোর মাধ্যমে হাড়ক্ষয়জনিত জটিলতা কমানো সম্ভব।

অনুষ্ঠানে বিশেষজ্ঞরা জানান, ভিটামিন ডি ও ক্যালসিয়ামের ঘাটতি হাড়ক্ষয়ের অন্যতম কারণ। এ ঝুঁকি কমাতে শিশুদের পুষ্টি নিশ্চিত করার পাশাপাশি জেলা ও বিশেষায়িত হাসপাতালের চিকিৎসকদের প্রশিক্ষণ এবং নিয়মিত হাড়ের ঘনত্ব পরীক্ষার ব্যবস্থা করা প্রয়োজন।

তাঁরা আরও বলেন, যেখানে হাড়ের ঘনত্ব পরীক্ষার সুযোগ নেই, সেখানে ফ্র্যাকচার রিস্ক অ্যাসেসমেন্ট টুল ব্যবহার করে হাড় ভাঙার ঝুঁকি নিরূপণ করা যেতে পারে।