

# পিত্তপাথরের ব্যাপারে সিদ্ধান্ত গ্রহণ

## এই লিফলেটে কী আছে?

যাদের **পিত্তপাথর** আছে, এই লিফলেটটি তাদের জন্য। আপনার চিকিৎসা করানোর দরকার কি না আর করলে কোন চিকিৎসাটি করাবেন সেই সিদ্ধান্ত নিতে এই লিফলেটটি সহায়তা করবে। আপনি এটি পড়বেন এবং তারপর আপনার স্বাস্থ্য কর্মীর সাথে আলোচনা করবেন। কিছু কিছু অংশ আছে আপনি পূরণ করবেন যাতে আপনি পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য প্রস্তুত হতে পারেন।

পৃষ্ঠা 1 - 5

হল **পিত্তপাথর** সম্পর্কে

পৃষ্ঠা 6 - 10

হল **চিকিৎসা** সম্পর্কে

পৃষ্ঠা 5 ও 11

আপনি **পূরণ** করবেন

পৃষ্ঠা 11 নিয়ে আপনি **ডাক্তারের/জিপির** সাথে বসে কাজ করবেন।

## গলব্লাডার ও পিত্তপাথর কী?

**গলব্লাডার** হল একটি ছোট থলে যা পিত্ত সঞ্চয় করে ও নিঃসরণ করে।

**পিত্ত** হল একটি তরল যা চর্বিযুক্ত খাবার হজম করতে সাহায্য করে। লিভার থেকে এটি তৈরি হয়। যখন আমরা খাই, তখন গলব্লাডার সংকুচিত হয়ে অস্ত্রের মধ্যে পিত্ত নিঃসরণ করে যা পরে খাবারের সাথে মিশে যায়। যদি গলব্লাডার অপসারণ করা হয়, তাহলে পিত্ত সরাসরি লিভার থেকে অস্ত্রে চলে যায়।

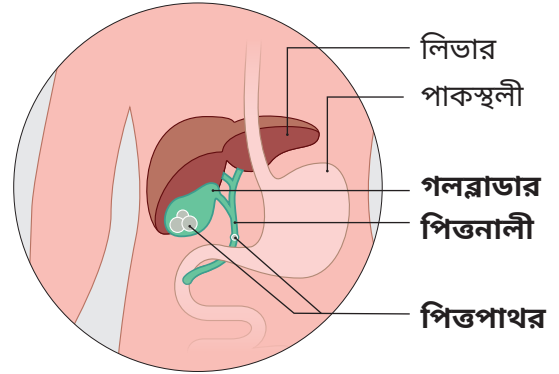
**পিত্তপাথর** হল কোলেস্টেরল ও পিত্ত থেকে তৈরি ছোট পাথর ছোট পাথর। তারা গলব্লাডারে জমা হয়। এগুলো জমা হতে বহু বছর লেগে যায়। কোনো উপসর্গ বা ব্যথা ছাড়াই সেগুলো বহু বছর ধরে সেখানে থাকতে পারে।

পিত্তপাথর **ব্যথার** সৃষ্টি করতে পারে যদি সেগুলো:

- গলব্লাডারে জ্বালাপোড়া করে এবং এটি স্ফীত হয়ে যায়
- নড়াচড়া করে ও পিত্ত প্রবাহকে অবরুদ্ধ করে
- পিত্তনালীতে চলে যায়

## যুক্তরাজ্যে পিত্তপাথর হওয়াটা কতটা সাধারণ?

প্রতি 100 জনের মধ্যে **5 থেকে 25** জনের পিত্তথলিতে পাথর হয় **75-95** জনের হয় না।



## পিত্তথলির ব্যথার জন্য চিকিৎসাগুলো কী?

কিছু করবেন না



যা আমি নিজে করতে পারি  
(খাদ্য ও সঠিক ওজন)



ওষুধ



সার্জারি



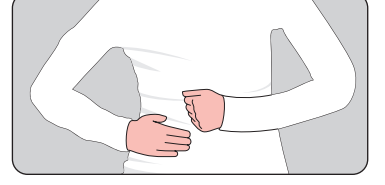
কোন চিকিৎসাটি আপনার জন্য সবচেয়ে ভালো তা নির্ভর করবে আপনার পরিস্থিতি ও আপনার দৈনন্দিন জীবনে উপসর্গগুলোর প্রভাবের উপরে।

## 2 পিত্তপাথরের উপসর্গ সম্পর্কে

### পিত্তপাথরের উপসর্গগুলো কী?

মাঝে মাঝে পিত্তপাথরের কারণে হালকা উপসর্গ দেখা দেয়

- পেটে অস্বস্তি।
- ডান দিকের পাঁজরের নিচে ভারী অনুভব হওয়া।
- পেট ফোলা।

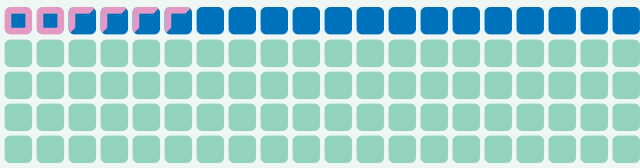


মাঝে মাঝে পিত্তপাথরের কারণে হঠাৎ ব্যথা শুরু হয়। একে বলা হয় বিলিয়ারি কোলিক

- আপনার পেটে হঠাৎ তীব্র ব্যথা হতে পারে।
- ব্যথা আপনার পেটের ডান দিক থেকে পিঠ বা কাঁধে ছড়িয়ে পড়তে পারে।
- ব্যথায় আপনার পেট থেকে পিঠ পর্যন্ত ছুরিকাঘাত করা হচ্ছে বলে মনে হতে পারে।
- ব্যথা প্রায়ই চেউয়ের মতো আসে। এর কারণ হল গলব্লাডার পাথরের উপর সংকুচিত হচ্ছে।
- খাওয়ার পরে ব্যথা হতে পারে কারণ পিত্তথলি ও পিত্তনালী সংকুচিত হয়ে পিত্ত নিঃসরণ করে।
- ব্যথাটা টানা থাকতে পারে এবং টয়লেটে গিয়ে, বায়ু ত্যাগ করে অথবা অসুস্থ হলেও এই ব্যথা কমতে নাও পারে।
- সাধারণত 30 মিনিট ব্যথা স্থায়ী হয়।

কখনো কখনো পিত্তপাথরের কারণে গুরুতর সমস্যার সৃষ্টি হয় যার জন্য জরুরি চিকিৎসা গ্রহণের প্রয়োজন পড়ে।

- কোলেসিস্টাইটিস (গলব্লাডারের প্রদাহ)।
- প্যানক্রিয়াটাইটিস (অগ্ন্যাশয়ের প্রদাহ)।
- কোলাঞ্জাইটিস (পাথর পিত্ত নালীতে আটকে গিয়ে সংক্রমণের সৃষ্টি হয়)।



পিত্তপাথরে আক্রান্ত প্রতি 100 জনের মধ্যে 20 জনের বেদনাদায়ক উপসর্গ থাকবে, 80 জনের থাকবে না।

2-6 জনের 5 বছরের মধ্যে গুরুতর সমস্যা দেখা দেবে যার জন্য জরুরি চিকিৎসার প্রয়োজন হবে।

প্রায়শ অন্য কোনো অসুস্থতার কারণ খুঁজতে গিয়ে পিত্তপাথর ধরা পড়ে। সবসময় পিত্তপাথরের কারণে ব্যথা হয় না। যদি 5 বছরের মধ্যে কোনো উপসর্গ দেখা না দেয়, তাহলে পরে পিত্তপাথরের কারণে ব্যথা হওয়ার সম্ভাবনা খুব কম। যদি আপনার মধ্যে কোনো উপসর্গ দেখা দেয়, পিত্তপাথর অপসারণ করলে সেগুলো সাধারণত চলে যায়।

### কখন জরুরি চিকিৎসা নিতে হবে (A&E-তে যান বা 111- এ কল করুন)

- আপনার খুব বেশি জ্বর থাকা, ঠাণ্ডা লাগা ও জন্ডিস (চোখের সাদা অংশ ও ত্বক হলুদ দেখানো) এবং বমিভাবের মতো অসুস্থতা অনুভব হতে পারে।
- পেটের উপরিভাগের ডানদিকে ব্যথা এবং জ্বর হতে পারে।
- আপনার ব্যথা এতো তীব্র হয় যে আপনি সেটি কমানোর কোনো উপায় খুঁজে পান না অথবা যেটি সাধারণ ব্যথানাশক ওষুধে ভালো হয় না।

## 3 পিত্তপাথর সংক্রান্ত আরো তথ্য

### ঐ সকল লোকের পিত্তপাথর হওয়ার সম্ভাবনা বেশি যাদের:

- স্থূলতা রয়েছে (BMI 30 উপরে)
- বয়স 40 বছরের উপরে
- মহিলা
- যাদের পিত্তপাথরের পারিবারিক ইতিহাস রয়েছে
- HRT বা সমন্বিত গর্ভনিরোধক খাওয়ার পিল গ্রহণ করেন অথবা গর্ভবতী
- সার্জারির মাধ্যমে তাদের অস্ত্রের অংশবিশেষ অপসারণ করানো হয়েছে।
- নির্দিষ্ট কোনো ওষুধ সেবন করেন
- ক্রোনের রোগ আছে
- ডায়বেটিস আছে
- খুব দ্রুত অনেক ওজন হ্রাস পেয়েছে

### পিত্তপাথর কেন জমা হয়?

কী কারণে পিত্তপাথর জমা হয় আমরা সঠিক জানি না। পিত্ত কোলেস্টেরল, বিলিরুবিন ও অন্যান্য পদার্থ নিয়ে গঠিত। মনে করা হয়, এই উপাদানগুলোর কোনো একটি লিভারে খুব বেশি উৎপাদিত হলে পাথর জমা হয়।

### পিত্ত কী করে?

পিত্ত আমাদেরকে খাবার হজম করতে সাহায্য করে। আপনি গলব্লাডার অপসারণ করলেও লিভার পিত্ত উৎপাদন করবে এবং আপনার ফ্যাট জাতীয় খাবার হজম হবে।

### আমার কতগুলো পিত্তপাথর হতে পারে?

কারো কারো কেবল একটি পাথরই হয়, আবার অনেকের একাধিক পাথরও হতে পারে। পাথর এক বা একাধিক হোক, চিকিৎসা একই।

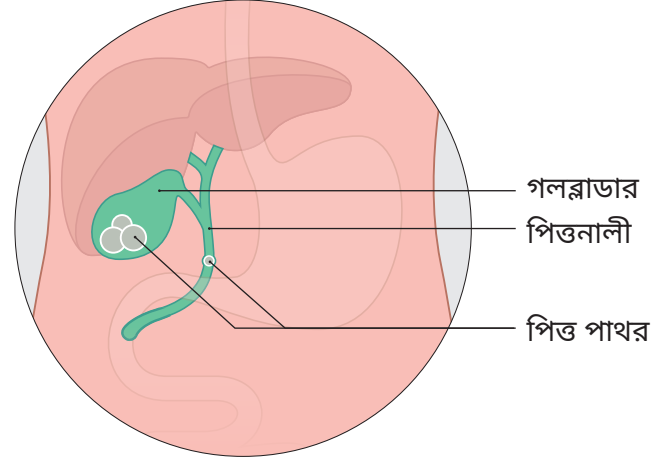
### এগুলো কতো বড় হয়?

পাথরগুলো লবণের দানার মতো ছোট অথবা গলফ বলের মতো বড়ও হতে পারে। ছোট পাথরগুলো সরে গিয়ে পিত্ত নালী অবরুদ্ধ করে ব্যথার সৃষ্টি করতে পারে। বড় পাথরগুলো গলব্লাডারেই সমস্যা ও ব্যথা সৃষ্টি করে।

### গলব্লাডার কত বড় হয়?

গলব্লাডার সাধারণত 7 - 15 সেন্টিমিটার লম্বা হয়।

### পিত্তপাথরগুলো গলব্লাডারে থেকে যেতে পারে আবার পিত্ত নালীতেও সরে যেতে পারে



### পিত্তপাথর জমাট বাঁধতে কতদিন সময় লাগে?

এর জন্য 10 - 20 বছর সময় লেগে যেতে পারে। সে কারণেই 40 বছরের বেশি বয়সী লোকের মধ্যে এটি বেশি দেখা যায়।

### এগুলো অপসারণ করার পরেও কি আমার আরো পিত্তপাথর জমা হতে পারে?

গলব্লাডার সম্পূর্ণ অপসারণ করলে পরে নতুন করে পাথর জমাট বাঁধার সম্ভাবনা নেই।

যদি পিত্তনালী থেকে পাথর অপসারণ করা হয় কিন্তু পিত্তথলি আগের মতোই থাকে, তাহলে পিত্তথলির পাথর থেকে তখনও ব্যথা হতে পারে এবং সেগুলো বড় হতে পারে। নতুন করে পাথরও জমা হতে পারে।

### পিত্তপাথরের কারণে কি শরীরের অন্যান্য অঙ্গ-প্রত্যঙ্গে সমস্যা হতে পারে?

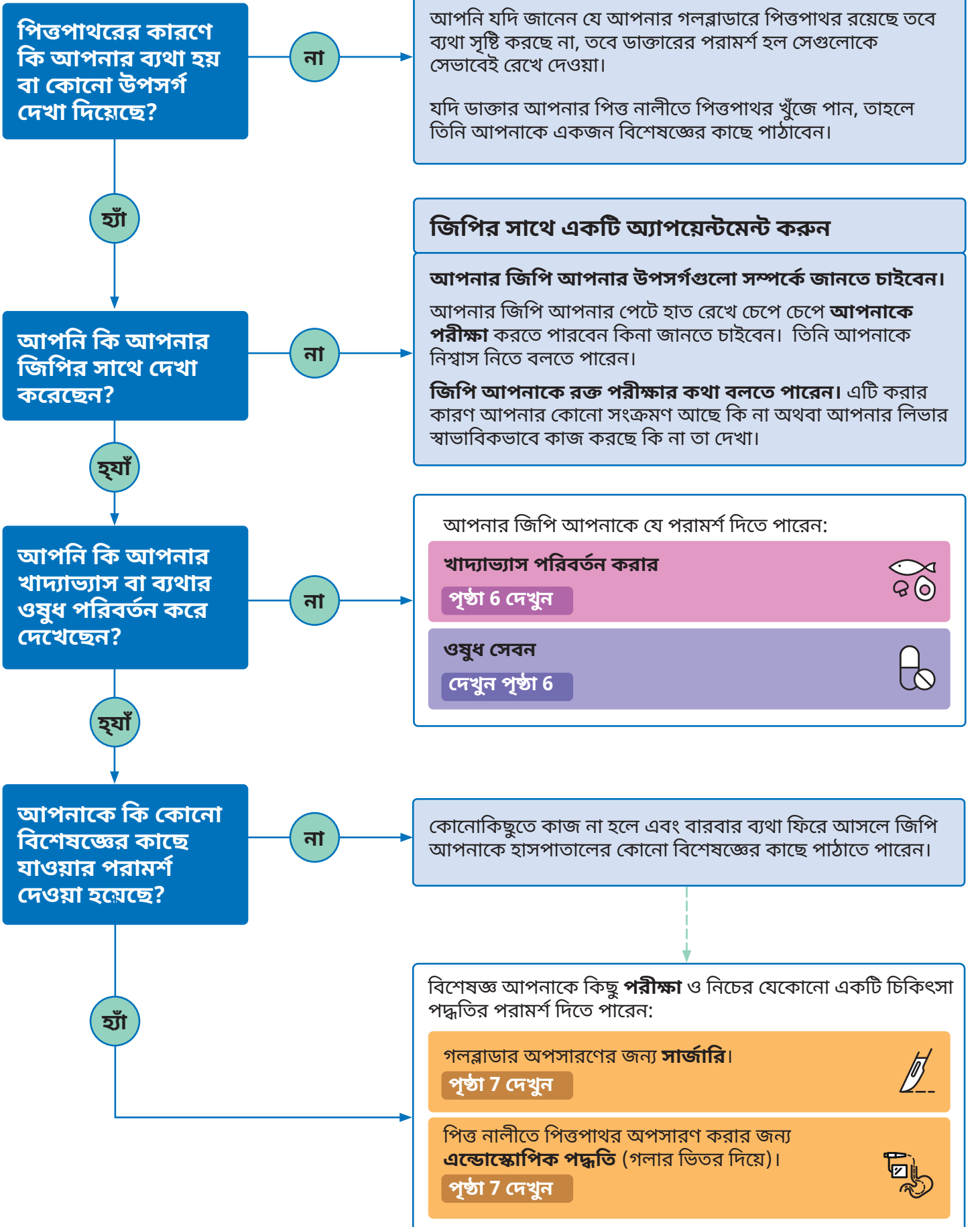
যদি পাথরগুলো গলব্লাডার থেকে সরে যায়, তাহলে সেগুলো:

- পিত্ত নালী বন্ধ করে জন্ডিসের কারণ হতে পারে
- অগ্ন্যাশয় টিউব বন্ধ করে দেয় যার ফলে প্যানক্রিয়াটাইটিস হয়
- কখনো কখনো অল্প বন্ধ করে দেয়

### আল্ট্রাসাউন্ড দিয়ে কি কিডনি পাথরের মতো পিত্তপাথরকে 'নষ্ট' করা যায়?

পিত্তপাথর ও কিডনির পাথর বিভিন্ন জিনিস দিয়ে তৈরি হয়। কিডনি পাথরকে আল্ট্রাসাউন্ড দিয়ে মাঝে মধ্যে ভাঙা গেলেও পিত্তপাথরকে ভাঙা যায় না।

## 4 আমার পিত্তপাথর আছে মনে করলে আমি কী করব?



## 5 পিত্তপাথর আমার জীবনকে কিভাবে প্রভাবিত করছে?

আপনার জন্য সঠিক চিকিৎসা নির্ভর করে উপসর্গগুলো আপনাকে কিভাবে প্রভাবিত করছে তার উপর।

আপনার কাছে কী গুরুত্বপূর্ণ তা লিখতে আপনি এই পৃষ্ঠাটি ব্যবহার পারেন এবং তারপর আপনার ডাক্তারের সাথে আপনার উত্তরগুলো নিয়ে কথা বলতে পারেন।

### যে ব্যাপারগুলোতে আপনার সহযোগিতা প্রয়োজন সেগুলোতে বৃত্ত দিন



ব্যথা



ঘুম



মানসিক সুস্থতা

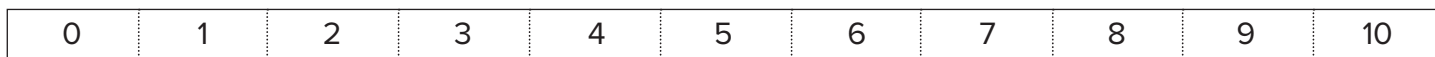


শারীরিক কর্মকাণ্ড



কাজকর্ম

### ব্যথার আক্রমণ কোথায় হয় তা নির্দেশ করে স্কেলে বৃত্তাকার দিন।



কোনো ব্যথা নেই

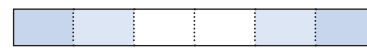
তীব্র ব্যথা  
(ঠিকমতো চিন্তা করা যায় না)

### এই বিবৃতিগুলো নিয়ে ভাবুন ও স্কেলে x দিন

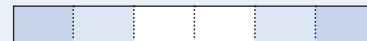
না/একদম না      হ্যাঁ/অনেক বেশি



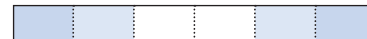
ব্যথার কারণে আমি কাজে যেতে পারি না বা গিয়ে থাকতে পারি না



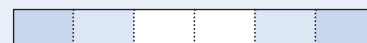
আমি দুশ্চিন্তায় থাকি হঠাৎ করে ব্যথা আক্রমণ করবে



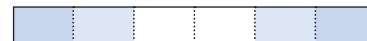
আমার উপসর্গগুলো আমার মানসিক স্বাস্থ্য ও সুস্থতাকে আক্রান্ত করছে



আমি আমার খাদ্যাভ্যাস পরিবর্তন করার চেষ্টা করেছি  
কিভাবে আপনি এটি পরিবর্তন করেছেন?

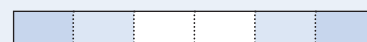


পিত্তপাথরের ব্যথা আমার জীবনের সকল ক্ষেত্রে প্রভাবিত করছে



আমি ওষুধ খেয়ে দেখেছি

কোন ওষুধগুলো আপনি খেয়েছেন?



পিত্তপাথর সম্পর্কে আপনার অন্য কোনো উদ্বেগ থাকলে সেটি এই জায়গায় লিখুন

কোন কারণে ব্যথার আক্রমণ হয় এবং হলে কোন জিনিস আপনাকে সাহায্য করে?

ব্যথার অনুভূতিটি আপনার কাছে কেমন?

## 6 পিত্তপাথরের চিকিৎসার বিকল্পসমূহ

পিত্তপাথর হলে শুধুমাত্র **সার্জারির** মাধ্যমেই সেগুলো অপসারণ করা যায়।

পিত্তপাথর একবার জমা হয়ে গেলে **খাদ্যাভ্যাস পরিবর্তন করে** তার থেকে মুক্তি পাওয়া যায় না কারণ পিত্তথলির পাথর জমতে অনেক বছর লাগে। এতে হয়ত নতুন করে পাথর জমাট বাঁধাকে প্রতিরোধ করা যাবে (এরকম বলার জন্যেও যথেষ্ট প্রমাণ আমাদের হাতে নেই)।

ব্যথা উদ্বেককারী জিনিস এড়িয়ে চললে পিত্তপাথরের ব্যথা বা অস্বস্তি সামলানো সম্ভব। ব্যথার আক্রমণ হলে আপনি **ব্যথা উপশমকারী** ওষুধও খেতে পারেন।

### আমি নিজে যা করতে পারি



**জটিলতা সৃষ্টিকারী অন্য কোনো সমস্যা না থাকলে আপনি নিজেই ব্যথা সামাল দেওয়ার চেষ্টা করতে পারেন।**

**ব্যথার কারণ হতে পারে এমন খাবার এড়িয়ে চলুন।** খাবার ও উপসর্গ সম্পর্কে একটি ডায়রি রাখলে আপনি চিহ্নিত করতে পারবেন কোন খাবারের কারণে আপনার ব্যথা হয়। এগুলো হতে পারে চর্বিযুক্ত খাবার, মশলাদার খাবার বা অন্য কিছু। প্রত্যেকেই আলাদা।

**খাবারের তালিকা থেকে সকল চর্বিযুক্ত খাবার সরানোর প্রয়োজন নেই।** তৈলাক্ত মাছ, অ্যাভোকাডো, বাদাম, বীজ, জলপাই ও অলিভ অয়েলের মতো খাবার বেছে নিন যার মধ্যে 'স্বাস্থ্যকর' ফ্যাট থাকে।

**প্রচুর আঁশযুক্ত খাবার খান** (ফলমূল, শাকসবজি ও আস্ত শস্য যেমন ওটস ও আস্ত গমের রুটি)। এগুলো নতুন পিত্তপাথর হওয়া বা পাথর বড় হওয়া প্রতিরোধ করতে সাহায্য করতে পারে। ফ্লুট স্মুদিকে কোনো ভালো ফাইবারের উৎস হিসাবে বিবেচনা করা হয় না এবং প্রায়শই তাতে চিনির পরিমাণ খুব বেশি থাকে।

**সক্রিয় থাকুন।** সঠিক ও স্বাস্থ্যকর ওজন বজায় রাখার জন্য আপনি আপনার পছন্দের ব্যায়াম করতে পারেন।

একবারে বেশি খাবার না খেয়ে **অল্প অল্প করে খেলে** অনেকের ক্ষেত্রে উপসর্গ নিয়ন্ত্রণে উপকার পাওয়া যায়।

### ওষুধ



**পিত্তথলির ব্যথার জন্য নিরাপদ ওষুধ খাওয়ার বিষয়ে আপনার ফার্মাসিস্ট বা জিপির সাথে কথা বলুন কিছু ওষুধ স্বল্প মেয়াদের জন্য জন্য ভালো হতে পারে এবং বাকিগুলো আপনি দীর্ঘ মেয়াদে সেবন করা যায়।**

যেমন, ব্যথার আক্রমণের সময় আরামের জন্য আপনি আইবুপ্রোফেন বা প্যারাসিটামলের মতো ব্যথা উপশমকারী ওষুধ খেতে পারেন। ডাক্তারের সাথে আগে কথা না বলে দীর্ঘমেয়াদী আইবুপ্রোফেন গ্রহণ করা ঠিক নয়।

আপনার ফার্মাসিস্ট অ্যান্টিস্পাসমোডিক্স যেমন বুস্কোপ্যানের মতো অন্যান্য ওষুধের পরামর্শ দিতে পারেন।

প্রয়োজনে ডাক্তার আরো কড়া ব্যথা উপশমকারী ওষুধের পরামর্শ দিতে পারেন।



## 7 হাসপাতালে পিত্তপাথরের ব্যথার চিকিৎসার বিকল্পসমূহ

আপনাকে হাসপাতালে যেতে বলা হলে সেখানে পরীক্ষা করানোর পরামর্শ দেওয়া হতে পারে।

পরীক্ষা ডাক্তারকে বুঝতে সাহায্য করে যে আপনার পাথর কোথায় আছে এবং আপনাকে কোন চিকিৎসা দিতে হবে।

**আল্ট্রাসাউন্ড স্ক্যান** হলো আপনার পিত্তথলির পাথর আছে কিনা, থাকলে কোথায় আছে, কত বড় ও কতগুলো আছে তা দেখার সবচেয়ে ভালো উপায়। আপনার পেটের উপরে একটি ডিভাইস রাখা হয় এবং শব্দ তরঙ্গ আপনার গলব্লাডারের একটি ছবি তৈরি করে। এতে সাধারণত 10 - 15 মিনিট সময় লাগে।

আপনাকে বলে দেওয়া হবে স্ক্যানের আগে যেন আপনি কিছু না খান। এটি গুরুত্বপূর্ণ এই কারণে যাতে আপনার বিশেষজ্ঞ আপনার গলব্লাডার সম্পূর্ণ দেখতে পারেন এবং পাথরগুলো সহজ করে দেখতে পান।

যদি আপনার বিশেষজ্ঞ আরো অনুসন্ধান করতে চান, তখন তিনি একটি MRI বা CT স্ক্যান করানোর পরামর্শ দিতে পারেন।

### পিত্তপাথর পাওয়া গেলে আপনাকে সার্জারির কথা বলা হবে

কোন সার্জারি বা পদ্ধতিটি আপনাকে পরামর্শ দেওয়া হবে তা নির্ভর করবে আপনার পিত্তপাথরের অবস্থান, আপনার প্রাধান্য এবং আপনার ও আপনার স্বাস্থ্য সম্পর্কিত অন্যান্য বিষয়ের উপর।

**আপনাকে সার্জারি করানোর কথা বলা হবে যদি:**

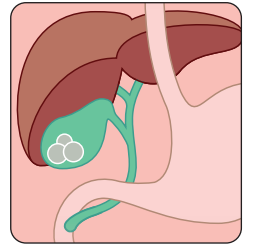
- আপনার উপসর্গগুলো গুরুতর ও ঘন ঘন
- আপনার গলব্লাডার স্ফীত হয়ে যায় (কোলেসিস্টাইটিস)। আপনাকে হাসপাতালে ভর্তি করা হতে পারে এবং তাৎক্ষণিক অ্যান্টিবায়োটিক ও সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হতে পারে

### আপনার গলব্লাডারে পাথর থাকে



সাধারণত আপনাকে গলব্লাডার ও পিত্তপাথর অপসারণের জন্য সার্জারির প্রস্তাব দেওয়া হবে।

- সার্জারি সাধারণত ল্যাপারোস্কোপি (কীহোল/চাবির ফুটো) হিসাবে করা হয়। আপনার পেটে ছোট ছোট করে কিছু জায়গা কাটা হবে। সার্জারির সময় আপনি ঘুমিয়ে থাকবেন (সাধারণ অ্যানেস্থেসিয়া)।
- কীহোল সার্জারি আপনার জন্য উপযুক্ত না হলে, আপনাকে উন্মুক্ত সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হবে। আপনার সার্জন আপনার পেটে একটি জায়গায় বড় করে কাটবেন।



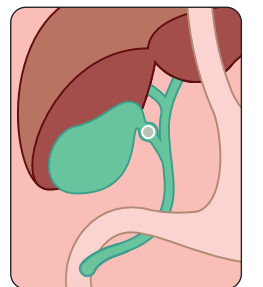
### পাথরগুলো পিত্ত নালীতে থাকলে



**ERCP (এন্ডোস্কোপিক রেট্রোগ্রেড কোলাঞ্জিও প্যানক্রিয়েটোগ্রাফি)** হল এন্ডোস্কোপ নামক একটি লম্বা টিউবের মাধ্যমে পিত্ত নালীতে পাথর অপসারণ করার একটি পদ্ধতি। এন্ডোস্কোপ আপনার গলার ভেতর দিয়ে প্রবেশ করানো হবে। আপনাকে ঘুম পাড়ানোর জন্য সেডাটিভ দেওয়া হবে এবং আপনি কোনো ব্যথা টের পাবেন না। গলব্লাডার অপসারণের জন্য আপনাকে সাধারণত পরে সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হবে।

কোনো কোনো হাসপাতালে আপনাকে পিত্ত নালী ও গলব্লাডারে পাথর অপসারণের জন্য কীহোল সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। এখনো সকল হাসপাতালে এটি করা হয় না। আরো জানতে চাইলে আপনার বিশেষজ্ঞকে জিজ্ঞাসা করুন।

পিত্ত নালীতে পাথর থাকলে সাধারণত গলব্লাডারেও পাথর থাকে।



## 8 যদি আমাকে সার্জারি বা ERCP করানোর কথা বলা হয় তাহলে কী হবে?

এই পৃষ্ঠাটি আপনাকে পিত্তথলি অপসারণের তুলনামূলক বিকল্প চিকিৎসা পদ্ধতিগুলো সম্পর্কে বুঝতে সাহায্য করবে। কোন বিকল্পটির পরামর্শ আপনাকে দেওয়া হবে তা নির্ভর করবে আপনার পিত্তপাথরের অবস্থান এবং আপনার সম্পর্কিত অন্যান্য বিষয়ের উপর।

গলব্লাডার ও পিত্ত নালীতে পিত্তপাথর অপসারণ করার জন্য

পিত্ত নালীর পাথর অপসারণ করার জন্য

ল্যাপারোস্কোপিক  
(কীহোল) সার্জারি

ওপেন সার্জারি

গলার ভেতর দিয়ে  
এন্ডোস্কোপ (টিউব) (ERCP)

কীহোল সার্জারি উপযুক্ত না হলে আপনাকে উন্মুক্ত সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হতে পারে।

সাধারণত ERCP এর পরে আপনাকে গলব্লাডার অপসারণের জন্য সার্জারির পরামর্শ দেওয়া হবে।

এটি কতটা সাধারণ?

ইংল্যান্ডে বছরে প্রায় 57,000 জন।

ইংল্যান্ডে বছরে প্রায় 3,000 জন।

কিভাবে তিনি পিত্তপাথর নিয়ে কাজ করবেন?

সার্জন আপনার পেটে ছোট ছোট করে কিছু জায়গা কাটবেন।

সার্জন একটি জায়গায় আনুমানিক 10 - 15 সেমি পরিমাণ কাটবেন।

ডাক্তার এক প্রান্তে একটি ক্যামেরা সহ একটি লম্বা পাতলা টিউব, একটি এন্ডোস্কোপ, আপনার মুখের মধ্যে দিয়ে ঢুকিয়ে গলা দিয়ে অল্প পর্যন্ত নেবেন।

এই পদ্ধতির মধ্যে কী কী আছে?

সার্জন বিশেষ সরঞ্জামের সাহায্যে যেকোনো একটি ছোট কাটা জায়গার মধ্য দিয়ে আপনার গলব্লাডার অপসারণ করবেন।

সার্জন আপনার পেটের কাটা জায়গার মধ্য দিয়ে আপনার গলব্লাডার অপসারণ করবেন।

ডাক্তার পিত্ত নালীর মুখ প্রসারিত করবেন এবং এন্ডোস্কোপের সাহায্যে আপনার পাথর অপসারণ করবেন। মাঝে মাঝে তিনি পাথরগুলোকে আপনার মলত্যাগের সাথে বেরিয়ে আসার জন্য রেখে দেন। কখনও কখনও তারা একটি স্টেন্ট (সরু নল) রাখেন। এটি জন্ডিস ও অন্যান্য জটিলতা প্রতিরোধ করতে পারে। সাধারণত পরবর্তীতে স্টেন্ট ও পাথর অপসারণ করার জন্য আপনার আরেকটি ERCP করাতে হয়।

আমার কি সেলাই লাগবে?

কাটা জায়গাগুলো সাধারণত ডিজলভেবল সেলাই ও আঠা দিয়ে বন্ধ করা হয়।

প্রয়োজ্য নয়

অ্যানেস্থেসিয়া নাকি সেডাটিভ (ঘুমের ওষুধ)?

আপনাকে সাধারণ অ্যানেস্থেসিয়া দেওয়া হবে (আপনি ঘুমিয়ে থাকবেন)

সাধারণত আপনাকে সেডাটিভ দেওয়া হবে যার মানে আপনি জেগে থাকবেন কিন্তু তন্দ্রাতে থাকবেন এবং কোনো ব্যথা অনুভব করবেন না।

কত সময় লাগে?

60 - 90 মিনিট

2 - 2.5 ঘণ্টা

30 - 60 মিনিট

হাসপাতালে থাকা

আপনি সাধারণত চিকিৎসা শেষ হওয়ার দিনেই বাড়ি যেতে পারবেন। মাঝে মাঝে আপনাকে এক রাত থাকতে হতে পারে।

আপনাকে 5 দিন পর্যন্ত হাসপাতালে থাকতে হতে পারে।

আপনি সাধারণত চিকিৎসা শেষ হওয়ার দিনেই বাড়ি যেতে পারবেন। মাঝে মাঝে আপনাকে এক রাত হাসপাতালে থাকতে হতে পারে।

সুস্থতা

সবকিছু ঠিকঠাক হলে 7 - 10 দিন। কিছু মানুষের জন্য সময় আরো বেশি লাগতে পারে। স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করলে আপনি হালকা ব্যায়াম করতে পারেন এবং নিরাপদে ব্যথা ছাড়া ব্রেক কষতে পারবেন মনে করলে তখন গাড়ি চালাতে পারবেন।

আনুমানিক 6 সপ্তাহের মধ্যে আপনি স্বাভাবিক নিয়মে জীবনযাপন করতে পারবেন। স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করলে আপনি হালকা ব্যায়াম করতে পারেন এবং নিরাপদে ব্যথা ছাড়া ব্রেক কষতে পারবেন মনে করলে তখন গাড়ি চালাতে পারবেন।

সেডাটিভের প্রভাবের কারণে চিকিৎসার পর 24 ঘণ্টা পর্যন্ত আপনি গাড়ি চালাতে পারবেন না।

এই সার্জারিগুলোর পর আপনি স্বাভাবিকভাবে খাওয়ার চেষ্টা করতে পারেন। খাবার যেন স্বাভাবিক প্রক্রিয়াতে হজম হয়।



## 9 চিকিৎসার সম্ভাব্য সুবিধা ও ঝুঁকিসমূহ

এই সংখ্যাগুলো গবেষণা থেকে প্রাপ্ত (বিস্তারিত জানতে **পৃষ্ঠা 12** দেখুন)।

এগুলো গড় সংখ্যা। একজনের ক্ষেত্রে যা ভাল কার্যকর, অন্য কারো ক্ষেত্রে সেটি ভাল নাও হতে পারে।

### যাদের গলব্লাডারে পাথর ছিল (প্রতি 100 জনের মধ্যে)

যাদের **মৃদু বা মাঝারি** পিত্তপাথর জনিত **ব্যথা** ছিল এবং নির্বাচন করেছেন

কোনো সার্জারি নয় / কিছুই করেননি

গলব্লাডার অপসারণের জন্য সার্জারি

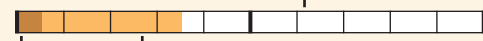
কাদের **1 বছর**  
পরেও ব্যথা ছিল?



50 - 60  
জনের ব্যথা ছিল

40 - 50  
জনের ব্যথা  
ছিল না

65 জনের কোনো ব্যথা ছিল না



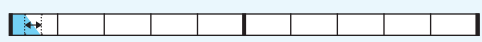
5 জনের 30 জনের মোটামুটি ব্যথা ছিল গুরুতর (দৈনন্দিন জীবন যাপনে ব্যথা ছিল অসুবিধা হয়নি)

দেখা যায়, যে সকল লোকের তীব্র ব্যথার কারণে গলব্লাডার অপসারণ করতে হয়েছিল, তাদের অবস্থা ঐ সকল লোকের তুলনায় বেশি ভাল যাদের ব্যথা মাঝারি পর্যায়ের ছিল।

গলব্লাডার অপসারণ করানোর  
পরেও কেন অনেক লোকের  
ব্যথা ছিল?

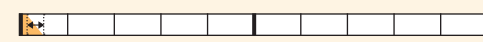
সম্ভাবনা এটাই বেশি যে পিত্তপাথর তাদের ব্যথার কারণ ছিল না। প্রায় এক তৃতীয়াংশ লোক তাদের ব্যথার কারণ খুঁজে পান না। সার্জারি থেকে সুস্থ হওয়ার পরেও যদি আপনার ব্যথা থেকে যায়, তাহলে **আপনার জিপির সাথে কথা বলুন**।

অগ্ন্যাশয় প্রদাহ বা পিত্ত নালীতে  
পাথরগুলোর কারণে কতজনকে  
জরুরি চিকিৎসা নিতে হয়েছিল?



2 - 6  
জন চিকিৎসা নিয়েছেন

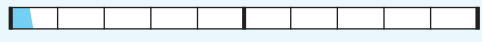
94 - 98  
জন নেননি



1 - 4 জন  
চিকিৎসা নিয়েছেন

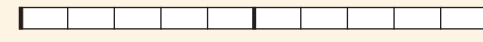
96 - 99  
জন নেননি

কতজনের **কলিক-লাইক** ব্যথার  
জন্য জরুরি চিকিৎসা নিতে  
হয়েছিল?



3 - 4  
জন চিকিৎসা নিয়েছেন

96 - 97  
জন নেননি

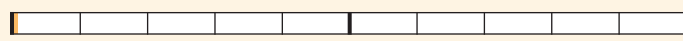


1 জনের কম  
চিকিৎসা নিয়েছেন

99  
জনের উপরে নেননি

### যে সকল গলব্লাডার অপসারণের জন্য কীহোল/ উন্মুক্ত সার্জারি করিয়েছেন (প্রতি 100 জনের মধ্যে)

কতজনের পিত্ত নালী ক্ষতিগ্রস্ত হওয়ার কারণে আরেকটি  
সার্জারি করাতে হয়েছিল?



1 জনের কম সার্জারি করিয়েছেন

99 জনের উপরে করাননি

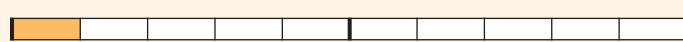
কতজনের **বাইল লিক** জনিত কারণে আরেকটি সার্জারি বা  
ড্রেন দরকার হয়েছিল?



1 জনের কম সার্জারি করিয়েছেন

99 জনের উপরে করাননি

কতজনের গলব্লাডার অপসারণ করানোর পরে **তাদের টয়লেট  
পাতলা হয়েছিল?**



প্রায় 10 জনের হয়েছিল প্রায়

90 জনের হয়নি

কেউ কেউ ওষুধ দিয়েও এর চিকিৎসা করাতে পারেন। গলব্লাডার অপসারণের পর যদি আপনার **টয়লেট নরম** হয়, তাহলে **আপনার জিপির সাথে কথা বলুন**। তিনি সাহায্য করতে পারবেন।

# 10 চিকিৎসার সম্ভাব্য ঝুঁকিসমূহ

## সাধারণ অ্যানেস্থেশিয়ার ঝুঁকিসমূহ

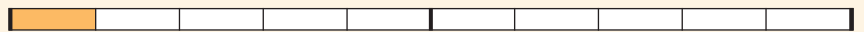
100 জন লোকের মধ্যে কতজনের তৃষ্ণা, গলা ব্যথা, অসুস্থ বোধ, ঘা বা কাঁপুনির অনুভূতি হয়?



প্রতি 100 জনের মধ্যে 60 - 65 জনের হয়

35 - 40 জনের হয় না

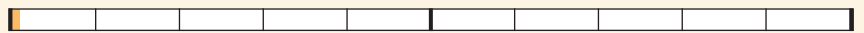
100 জনের মধ্যে কতজনের স্মৃতিশক্তি, ব্রেইন ফগ, মানসিক পরিবর্তন জনিত অস্থায়ী (1 মাস) সমস্যা হয়?



প্রতি 100 জনের মধ্যে 10 জনের হয়

90 জনের হয় না

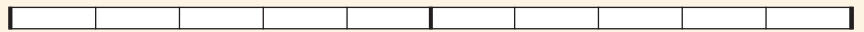
100 জনের মধ্যে কতজনের স্মৃতিশক্তি, ব্রেইন ফগ, মানসিক পরিবর্তন জনিত দীর্ঘমেয়াদী (1 বছর বা তার বেশি) সমস্যা হয়?



প্রতি 100 জনের মধ্যে 1 জনের হয়

99 জনের হয় না

100,000 জনের মধ্যে কতজনের গুরুতর অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়া (অ্যানাফিল্যাক্সিস) হয়



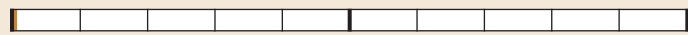
প্রতি 100,000-এর মধ্যে 1 জনের কম লোকের হয়

99,999-এর বেশি লোকের হয় না

রয়্যাল কলেজ অভ অ্যানেস্থেটিস্ট ওয়েবসাইটে রোগীদের জন্য সাধারণ অ্যানেস্থেশিয়া ও অন্যান্য অ্যানেস্থেশিয়ার ঝুঁকি সম্পর্কিত আপডেট টু ডেট লিফলেট রয়েছে <https://coa.ac.uk/patients/patient-information-resources>

## প্রতি 100 জনের মধ্যে ERCP গ্রহণকারী

কতজনের খাদ্যনালী (খাদ্য পাইপ), পাকস্থলী বা অন্ত্রের ক্ষতি হয়েছে?



1 জনের কম লোকের ক্ষতি হয়েছে

99 জনের ক্ষতি হয়নি

কতজনের হালকা অগ্ন্যাশয়ের প্রদাহ হয়েছে যার জন্য তাদের হাসপাতালে চিকিৎসা গ্রহণের প্রয়োজন পড়েছিল?



5 জনের হয়েছে

95 জনের হয়নি

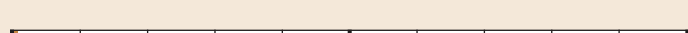
কতজনের হালকা থেকে গুরুতর অগ্ন্যাশয়ের প্রদাহ হয়েছে যার জন্য তাদের হাসপাতালে চিকিৎসা গ্রহণের প্রয়োজন পড়েছিল?



1 - 2 জনের হয়েছে

98 - 99 জনের হয়নি

কতজনের রক্তপাতের মতো অন্যান্য বড় জটিলতা দেখা দিয়েছে যার জন্য তাদের হাসপাতালে চিকিৎসার প্রয়োজন হয়েছিল?



1 জনের কম লোকের হয়েছে

99 জনের হয়নি

# 11 অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য প্রস্তুতি গ্রহণ

## আমার ডাক্তারের জন্য প্রশ্ন

এগুলো হতে পারে আপনার যেকোনো উদ্বেগ সম্পর্কে, যেমন চিকিৎসা হতে আপনি কী ফলাফল আশা করেন, এরপরে কী ঘটবে।

## যোগাযোগ

ডাক্তার, নার্স বা বিশেষজ্ঞের নাম:

তাদের সাথে যোগাযোগের বিবরণ:

## পরবর্তী পদক্ষেপ

পরবর্তীতে কী হবে (চিকিৎসা/পরীক্ষা?)

এগুলো কখন হবে?

আমাকে পরে কবে পর্যালোচনা/নিরীক্ষা করা হবে?

আমাকে কি আজকেই কোনো সিদ্ধান্ত নিতে হবে?  
কখন আমাকে সিদ্ধান্ত নিতে হবে?

## সিদ্ধান্ত নিয়ে ভাবনা

প্রতিটি চিকিৎসা বিকল্পের সম্ভাব্য সুবিধা ও ঝুঁকি সম্পর্কে আমি যথেষ্ট জানি হ্যাঁ/ না

কোন সম্ভাব্য সুবিধা ও ঝুঁকিগুলো আমার কাছে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সে সম্পর্কে আমার স্পষ্ট ধারণা আছে হ্যাঁ/ না

সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য আমি যথেষ্ট পরিমাণ সহায়তা ও পরামর্শ পেয়েছি হ্যাঁ/ না

আমার জন্যে সবচেয়ে ভালো চিকিৎসা পদ্ধতিটি সম্পর্কে আমি নিশ্চিত হ্যাঁ/ না

এই সিদ্ধান্ত নেওয়ার জন্য আমার আরো তথ্য প্রয়োজন হ্যাঁ/ না

আমি আমার পরবর্তী করণীয় সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিয়েছি হ্যাঁ/ না

## আপনার বিশেষজ্ঞ আপনাকে যা যা জিজ্ঞাসা করতে পারেন:

- আপনার প্রেসক্রিপশন ও ডোজ সম্পর্কে, তাই কোনো পুনরাবৃত্তিমূলক প্রেক্ষিপশন থাকলে সেটি সাথে নিয়ে গেলে বা লিখে নিয়ে গেলে উপকার পেতে পারেন।
- আপনার উপসর্গ সম্পর্কে এবং কতদিন ধরে আপনি সমস্যায় ভুগছেন
- অতীতে কোনো সার্জারি করিয়েছিলেন কি না এবং হলে কবে করিয়েছিলেন

## 12 আরো তথ্য

### আরো তথ্যের জন্য আমি কোথায় যেতে পারি?

আপনার এলাকায় সার্জারির জন্য অপেক্ষার সময়কাল খুঁজে বের করুন

<https://www.myplannedcare.nhs.uk>

পিত্তপাথর এড়ানোর জন্য খাবার ও পুষ্টি সম্পর্কিত তথ্য

রোগীর তথ্য

<https://patient.info/news-and-features/gallstones-diet-sheet>

NHS ইট ওয়েল গাইড

<https://www.nhs.uk/live-well/eat-well/>

NHS সঠিক ওজন

<https://www.nhs.uk/better-health/lose-weight/>

পেশেন্ট সাপোর্ট গ্রুপ ও দাতব্য প্রতিষ্ঠানসমূহ

গাটস ইউকে

<https://gutscharity.org.uk/advice-and-information/conditions/gallstones/>

ব্রিটিশ লিভার ট্রাস্ট - গালস্টোনস পেইজ

<https://britishlivertrust.org.uk/information-and-support/liver-conditions/gallstones/>

রয়্যাল কলেজ অভ অ্যানেস্থেসিস্ট - সাধারণ অ্যানেস্থেসিয়া সম্পর্কিত তথ্য

<https://www.rcoa.ac.uk/patients/patient-information-resources/anaesthesia-risk/risk-explained>

### আমরা আমাদের পরিসংখ্যান কোথা থেকে পেয়েছি?

পিত্তথলিতে পাথরের কারণে উপসর্গ আছে এমন লোকের সংখ্যা: 2013 সালের একজন বিশেষজ্ঞের পর্যালোচনা থেকে  
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD005440.pub3>

পিত্ত নালীতে পাথর আছে এমন মানুষের সংখ্যা: 2006 সালের পর্যালোচনা থেকে

<https://doi.org/10.1016/j.bpg.2006.05.009> এবং 1987 সালের <https://doi.org/10.1002/bjs.1800740703>

যে সকল লোকের ব্যথা নিজ থেকেই অথবা গলব্লাডার অপসারণের মাধ্যমে কমেছে: 2019 সালে 1000 এর বেশি লোকের উপর চালানো SECURE ট্রায়াল থেকে [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30941-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30941-9)

2000 সালে 397 জন সুইস রোগীর উপর একটি পর্যবেক্ষণমূলক গবেষণা থেকে

<https://doi.org/10.1007/s002680010243> 1998 যুক্তরাজ্যের 92 জন লোকের উপর একটি গবেষণা থেকে  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2502763/>

সার্জারির ঝুঁকিসমূহ: 2006 ও 2013 সালে প্রকাশিত গবেষণাসমূহের পর্যালোচনা থেকে

<https://doi.org/10.1002/14651858.CD006231>

<https://doi.org/10.1002/14651858.CD005440.pub3> এবং 2023 সালের C-Gall ট্রায়াল থেকে।

ERCP এর ঝুঁকিসমূহ: 2002 সালে যুক্তরাজ্যের 1000 এর বেশি রোগীর পর্যালোচনা থেকে

[https://doi.org/10.1016/S0016-5107\(02\)70112-0](https://doi.org/10.1016/S0016-5107(02)70112-0)

ডায়রিয়া, 2012 এবং 2022 সালে তথ্যসমূহের দুটি পর্যালোচনা থেকে

<https://doi.org/10.4236/ss.2012.36065> এবং <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-046172>

স্বার্থের দ্বন্দ্ব সংক্রান্ত ঘোষণার জন্য, সিরিজের অন্যান্য সিদ্ধান্ত সহায়ক টুল দেখতে অথবা এটি কিভাবে তৈরি করা হয়েছে সে সম্পর্কে আরো খুঁজে বের করতে দেখুন:

<https://www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making/decision-support-tools/>

উইন্টন সেন্টার ফর রিস্ক অ্যান্ড এভিডেন্স কমিউনিকেশন এবং NHS ইংল্যান্ড দ্বারা প্রস্তুতকৃত

সর্বশেষ আপডেটের তারিখ: সেপ্টেম্বর 2023

অর্থায়ন: NHS ইংল্যান্ড

এই সিদ্ধান্ত বিষয়ক সহায়িকাটি রোগী ও স্বাস্থ্য কর্মীর দেওয়া তথ্য দিয়ে তৈরি করা হয়েছে।