British Heart Foundation

অ্যারিথমিয়াস [অস্বাভাবিক হৃদস্পন্দন]

অ্যারিথমিয়া বা হার্টের অস্বাভাবিক ছন্দ - এর অর্থ হলো, আপনার হৃদস্পন্দন [হার্ট বিট] খুব দ্রুত, খুব ধীর বা অনিয়মিতভাবে হয়।

এই পৃষ্ঠায় আছে

অ্যারিথমিয়ার ব্যাখ্যা

অ্যারিথমিয়ার লক্ষণ

কখন চিকিৎসা সহায়তা নিতে হবে

অ্যারিথমিয়া হওয়ার কারণ

অ্যারিথমিয়া রোগ নির্ণয় [ডায়াগনোসিস]

অ্যারিথমিয়ার চিকিৎসা

অ্যারিথমিয়া নিয়ে জীবনযাপন

অ্যারিথমিয়ার ব্যাখ্যা

অ্যারিথমিয়া হলো হার্টের একটি অস্বাভাবিক ছন্দ। আপনার হার্ট একটি পরিবাহী সিস্টেম দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়, যা বৈদ্যুতিক ক্ষণস্থায়ী তরঙ্গ প্রেরণ করে। এই কারণে হার্ট স্পন্দিত হয়।

এই পরিবাহী সিস্টেমে কোন সমস্যা হওয়ার কারণে অ্যারিথমিয়া হয়, যার ফলে আপনার হৃদস্পন্দন খুব ধীর, খুব দ্রুত বা অনিয়মিতভাবে হতে পারে।

বিভিন্ন ধরনের অ্যারিথমিয়া রয়েছে, সবচেয়ে সাধারণ ধরণগুলো হলো:

- অ্যাট্রিয়াল ফাইব্রিলেশন হল সবচেয়ে সাধারণ অনিয়মিত অ্যারিথমিয়া। এর ফলে হার্টের স্পন্দন দ্রুত হয়।
- সুপারভেন্ট্রিকুলার ট্যাকিকার্ডিয়া (এসভিটি) হলো একটি খুব দ্রুত হার্টের ছন্দ। বিভিন্ন ধরনের এসভিটি [SVT] রয়েছে। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে কারণ হলো, বৈদ্যুতিক ক্ষণস্থায়ী তরঙ্গ হার্টের উপরের প্রকোষ্ঠ [চেম্বার] থেকে হার্টের নীচের প্রকোষ্ঠে স্বাভাবিকভাবে ভ্রমণ করে না।

- অ্যাট্রিয়াল ফ্লাটার সাধারণত দ্রুত হার্টের ছন্দ, যেক্ষেত্রে হৃদপিণ্ডের উপরের প্রকোষ্ঠ নিম্ন প্রকোষ্ঠের তুলনায় খুব দ্রুত হারে সংকুচিত হয়। এটি উপরের প্রকোষ্ঠকে অত্যন্ত দ্রুত হারে স্পন্দিত করতে পারে, মাঝে মাঝে প্রতি মিনিটে 300 টি পর্যন্ত স্পন্দন (bpm) হয়।
- ট্যাকিব্র্যাডি সিনড্রোম (সিক সাইনাস সিনড্রোম) খুব দ্রুত বা ধীর হৃদস্পন্দনের সময়কাল ঘটায়।
- হার্টের উপরের এবং নীচের প্রকোষ্ঠগুলোর মধ্যে পরিবাহী ব্যবস্থায় বিলম্ব বা বাধা হওয়ার কারণে হার্টে ব্লকগুলো হয়, যার ফলে হৃদস্পন্দন ধীর হতে পারে।

আপনার হৃদস্পন্দন কী দ্রুত বা ধীর লয়ে হয়?

সাইনাস ট্যাকিকার্ডিয়া হল যখন আপনার হৃদস্পন্দন নিয়মিতভাবে এবং প্রতি মিনিটে 100 -এর চেয়েবেশী দ্রুত স্পন্দিত হয়।

সাইনাস ট্যাকিকার্ডিয়া হল যখন আপনার হৃদস্পন্দন নিয়মিতভাবে এবং প্রতি মিনিটে 60 -এর চেয়েবেশী দ্রুত স্পন্দিত হয়।

আপনার যদি সাইনাস ট্যাকিকার্ডিয়া বা সাইনাস ব্র্যাডিকার্ডিয়া থাকে, তার মানে এই নয় যে, আপনার হার্টে কোন সমস্যা আছে এবং এজন্য আপনার চিকিৎসার প্রয়োজন নাও হতে পারে। মাঝে মাঝে এটি কোন অন্তর্নিহিত রোগের কারণে হতে পারে। এজন্য আপনার চিকিৎসার প্রয়োজন হতে পারে, তাই আপনার ডাক্তার আপনার অসুখ সম্পর্কে আরও জানতে আপনাকে অধিকতর পরীক্ষার জন্য পাঠাতে পারেন।

অ্যারিথমিয়ার লক্ষণ

আপনার লক্ষণগুলোর নির্ভর করে, আপনার কী ধরণের অ্যারিথমিয়া রয়েছে তার উপর। সবচেয়ে সাধারণ লক্ষণগুলোর মধ্যে রয়েছেঃ

- বুক ধড়ফড় করা (আপনার বুকে ধক্‌ধকানি বা কম্পন অনুভূতি)
- মাথা ঘোরা
- মনে হচ্ছে যেন আপনি মূর্ছা যাবেন
- শ্বাসকষ্ট
- বুকে অস্বস্তি লাগা
- ক্লান্তি বোধ করা

কখন চিকিৎসা সহায়তা নিতে হবে

আপনার যদি নিম্নোক্ত লক্ষণ থাকে, তবে আপনার জিপির সাথে কথা বলা উচিতঃ

- আপনার বুক ধড়ফড়ানি যদি দীর্ঘ সময় স্থায়ী হয়, উন্নতি না হয় বা আরও খারাপ হয়

- আপনার হার্টের সমস্যার ইতিহাস থাকে
- আপনি বুক ধড়ফড়ানি নিয়ে উদ্বিগ্ন থাকেন।

আপনার যদি নিম্নোক্ত সমস্যা হয়, তবে অ্যাম্বুলেন্সের জন্য আপনার ৯৯৯ নম্বরে ডায়াল করা উচিতঃ

- বুক ধড়ফড়ানি করার সাথে সাথে, আপনি শ্বাসকষ্ট অনুভব করতে শুরু করেন, বুকে ব্যথা অনুভব করেন বা অজ্ঞান বা মাথা ঘোরা অনুভব করেন।

অ্যারিথমিয়া হওয়ার কারণ

অন্তর্নিহিত কিছুরোগ রয়েছেস, যার কারণে অ্যারিথমিয়া হতে পারেঃ

- হার্ট অ্যাটাক [হৃৎপিণ্ডের ক্রিয়া বন্ধ হয়ে যাওয়া]
- হার্ট ফেইলিউর [হার্ট শরীরের অভ্যন্তরে সর্বত্র সঠিকভাবে রক্ত সঞ্চালন করতে অক্ষম]
- কার্ডিওমায়োপ্যাথি
- করোনারি হৃদরোগ।

উত্তরাধিকারসূত্রে প্রাপ্ত সমস্যার কারণে হার্টের কিছু অস্বাভাবিক ছন্দ হতে পারে, যেমন লং কিউটি সিন্ড্রোম, ব্রুগাডা সিন্ড্রোম, ক্যাটেকোলামিনার্জিক পলিমরফিক ভেন্ট্রিকুলার ট্যাকিকার্ডিয়া (সিপিভিটি) এবং প্রগ্রেসিভ কার্ডিয়াক কন্ডাকশন ডিফেক্ট (পিসিসিডি)।

আপনার ক্ষেত্রে যদি এরূপ কোনো সমস্যা থাকে, তবে আপনার ডাক্তার আপনার পরিবারের সদস্যদের পরীক্ষা করার বিষয়ে আপনার সাথে কথা বলবেন। যদিও এটি শুনতে ভীতিকর লাগে, তবুও এটি তাদের ক্ষেত্রে বর্তমানে বা ভবিষ্যতে তাদের কোনো চিকিৎসার প্রয়োজন রয়েছে কিনা, তা জানতে সাহায্য করবে।

অ্যারিথমিয়ার অন্যান্য সাধারণ কারণগুলোর মধ্যে রয়েছেঃ

- ভাইরাস-ঘটিত রোগ
- বিনোদনমূলক মাদক
- মদ
- ধূমপান
- ক্যাফিন
- ওষুধ (প্রেসক্রিপশন ছাড়া সরাসরি ফার্মেসি থেকে কেনা ও প্রেসক্রিপশনের ওষুধ)।

অ্যারিথমিয়া রোগ নির্ণয় [ডায়াগনোসিস]

আপনার জিপি আপনাকে যেসব পরীক্ষার জন্য রেফার করতে পারেন, তার মধ্যে রয়েছেঃ

- ইসিজি করা
- ইকোকার্ডিওগ্রাম

- ইলেক্ট্রোফিজিওলজিকাল (ইপি) গবেষণা।

ইসিজিতে বিভিন্ন পরীক্ষা রয়েছে, যেমন 24 ঘন্টার ইসিজি, ব্যায়াম করার সাথে ইসিজি এবং ইমপ্লান্টেবল লুপ রেকর্ডার এই পরীক্ষাগুলো ইসিজির অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

অ্যারিথমিয়ার চিকিৎসা

আপনার অ্যারিথমিয়ার ধরণের উপর আপনার চিকিৎসা নির্ভর করবে। সাধারণ চিকিৎসা হলোঃ

- ওষুধ সেবন
- কার্ডিওভারসন
- ক্যাথেটার আব্লেশন
- ইমপ্লান্টেবল কার্ডিওভারটার ডিফিব্রিলেটর (ICD) বা পেসমেকার ঢোকানো।

অ্যারিথমিয়া নিয়ে জীবনযাপন

বেশিরভাগ অ্যারিথমিয়া নিয়ন্ত্রণযোগ্য এর অর্থ হলো, আপনার রোগ নির্ণয়ের আগে আপনি যেভাবে জীবনযাপন করতেন, সঠিক চিকিৎসার মাধ্যমে আপনি সেভাবেই জীবনযাপন করতে পারবেন।

হার্টের অস্বাভাবিক ছন্দ নিয়ে জীবনযাপন করা আপনার ও আপনার পরিবারের জন্য মানসিকভাবে চ্যালেঞ্জিং হতে পারে। উদ্বেগ ও মানসিক চাপ নিয়ন্ত্রণ রাখা জরুরী, এজন্য প্রয়োজনবোধে আপনার জিপি বা প্রিয়জনের কাছ থেকে পরামর্শ নিন।

আপনার অ্যারিথমিয়া রোগ ধরা পড়ার পর, আপনার গাড়ি চালানো, ছুটি কাটাতে যাওয়া এবং কাজে ফিরে যাওয়ার মতো ব্যবহারিক বিষয়গুলো নিয়ে আপনাকে হয়তো ভাবতে হবে।

আপনার গাড়ি চালানোর ক্ষমতা যদি প্রভাবিত হয়, তাহলে আপনাকে অবশ্যই আপনার বীমা কোম্পানি এবং DVLA কে জানাতে হবে। আপনার এটি করা দরকার কিনা, সে বিষয়ে আপনার জিপি পরামর্শ দিতে পারবেন।

আপনার কর্মক্ষেত্রে যদি পেশাগত স্বাস্থ্য বিভাগে থাকে, এবং আপনি যদি আপনি মনে করেন যে, আপনার কাজের ভূমিকা আপনার আরও ভালভাবে মানিয়ে চলার জন্য পরিবর্তন করতে হবে, তবে সংশ্লিষ্ট ডিপার্টমেন্টের সাথে কথা বলুন ।

আপনি আমাদের স্বাস্থ্য সম্পর্কিত তথ্য বিশ্বাস করতে পারেন

উল্লেখিত বিষয়বস্তু নির্ভরযোগ্য, নির্ভুল ও বিশ্বাসযোগ্য হওয়া নিশ্চিত করার জন্য আমরা আটটি-ধাপের প্রক্রিয়া [এইট-স্টেপ প্রসেস] অনুসরণ করেছি।

bhf.org.uk

© ব্রিটিশ হার্ট ফাউন্ডেশন 2024, ইংল্যান্ড ও ওয়েলসে (225971) এবং স্কটল্যান্ডে (SC039426) নিবন্ধিত চ্যারিটি সংস্থা

ব্রিটিশ হার্ট ফাউন্ডেশনের সাথে অংশীদারিত্বের ভিত্তিতে রয়্যাল মেইল এই অনুবাদ কাজটি করতে সহায়তা করেছে।