



এটি সম্পর্কে আপনার যা জানা উচিত: দীর্ঘস্থায়ী কিডনির রোগ, কিডনির ব্যর্থতা, এবং প্রতিস্থাপন নিয়ে বসবাস

আপনি নিজেই আপনার শরীরের পর্যবেক্ষক হোন!

নিজেকে সুস্থ রাখায় সহায়তা
করার জন্য আপনার
Medicaid সুবিধাগুলি
ব্যবহার করুন।

CKD সম্পর্কে আরও জানতে, দেখুন:

- National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases “কিডনি ডিজিজ” ওয়েব পেজ¹
- National Kidney Foundation Inc.²

কিডনির প্রতিস্থাপন সম্পর্কে আরও জানতে, দেখুন:

- U.S. Department of Health and Human Services “অর্গ্যান প্রোকায়োরমেন্ট অ্যান্ড ট্রান্সপ্লান্টেশন নেটওয়ার্ক” ওয়েব পেজ³
- National Kidney Foundation Inc. “ট্রান্সপ্লান্টেশন” ওয়েব পেজ⁴

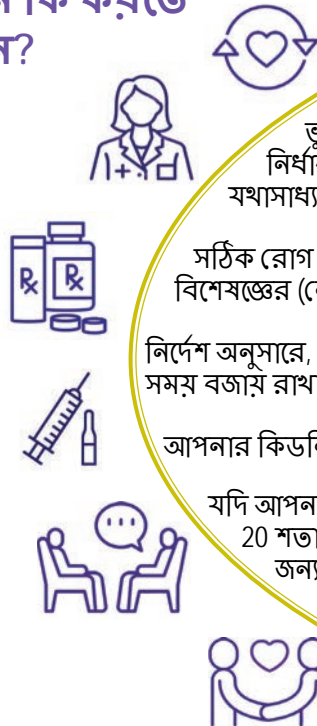
দীর্ঘস্থায়ী কিডনির রোগ (Chronic Kidney Disease, CKD), কিডনির ব্যর্থতা, এবং প্রতিস্থাপন সম্পর্কে জ্ঞান

আপনি কি জানেন...?

- US-এর জন্মসংখ্যার 15 শতাংশ CKD দ্বারা আক্রান্ত হন। অনেক নিউ ইয়র্কারদের কিডনির রোগ থাকে এবং তাঁরা এমনকি তা জানেনও না!
- কিডনির ব্যর্থতার সবচেয়ে সাধারণ কারণগুলি হল ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ এবং স্থূলতা।
- কিডনির রোগের অন্যান্য কারণগুলির মধ্যে অটোইমিউন রোগ এবং জিনগত অবস্থা যেমন পলিসিস্টিক কিডনির রোগ অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।
- ফেনায়ুক্ত প্রস্রাব এবং প্রস্রাবে প্রোটিন কিডনির রোগের প্রাথমিক লক্ষণ হতে পারে।
- রক্ত ও প্রস্রাব পরীক্ষা, এবং কখনও কখনও একটি আল্ট্রাসাউন্ডের মাধ্যমে কিডনির স্বাস্থ্য পরীক্ষা করা হয়।
- আপনার রক্তের ক্রিয়েটিনিন কিডনির কার্যকারিতা চিহ্নিতকারী হিসাবে কাজ করে। এটি আপনার গ্লোমেরুলার ফিল্ট্রেশন রেট (glomerular filtration rate, GFR) নির্ণয় করতে ব্যবহৃত হয়; একটি স্বাভাবিক GFR হল 100।
- কিডনি রোগের অগ্রগতিকে ধীর করে দিতে পারে এমন ওষুধ রয়েছে।
- আপনার কিডনি ব্যর্থ হওয়ার আগে, কিডনি বিশেষজ্ঞের (নেফ্রোলজিস্ট) কাছে আপনার চিকিৎসা নেওয়া উচিত।
- আপনার কিডনি ব্যর্থ হলে, ডায়ালিসিস বা কিডনি প্রতিস্থাপনের চিকিৎসা রয়েছে।
- ডায়ালিসিস শুরু করার আগে আপনাকে মূল্যায়ন করা হতে পারে এবং একটি প্রতিরোধমূলক প্রতিস্থাপনের ওয়েটিং লিস্টে রাখা হতে পারে।

কীভাবে ভাল অনুভব করা অব্যাহত রাখা যায়

আপনি কি করতে পারেন?



যদি আপনি বা পরিবারের কোন সদস্য কিডনির রোগ, উচ্চ রক্তচাপ এবং/অথবা ডায়াবেটিসে আক্রান্ত হন, তাহলে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলতে ভুলবেন না, নিয়মিত পরপর দেখা করার তারিখ ও সময় নির্ধারণ করুন, এবং এই অবস্থাগুলি নিয়ন্ত্রণ করার জন্য আপনি যথাসাধ্য চেষ্টা করুন।

সঠিক রোগ নির্ণয় ও চিকিৎসার জন্য অবিলম্বে একজন কিডনি বিশেষজ্ঞের (নেফ্রোলজিস্ট) কাছে যান।

নির্দেশ অনুসারে, প্রতিদিন নির্ধারিত ওষুধ খান এবং নিয়মিত ব্যায়ামের সময় বজায় রাখার চেষ্টা করুন।

আপনার কিডনির রোগ থাকলে, আপনার ক্রিয়েটিনিন এবং GFR মাপুন!

যদি আপনার কিডনির কার্যকারিতা 20 GFR, বা স্বাভাবিকের থেকে 20 শতাংশের কম থাকে, তাহলে কিডনির প্রতিস্থাপনের মূল্যায়নের জন্য সুপারিশ সম্পর্কে আপনার ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলুন।

আপনার কিডনি ব্যর্থ হলে, কিডনি প্রতিস্থাপনের জন্য জীবিত দাতা খোঁজার বিষয়ে আপনার বন্ধু এবং পরিবারের সঙ্গে কথা বলুন।

আপনার সুবিধাগুলির ব্যবহার সম্পর্কে আপনার যদি কোন প্রশ্ন থাকে, তবে
আপনার Medicaid কার্ডের পেছনে তালিকাভুক্ত ফোন নম্বরটিতে কল করুন।

