



প্রিয় বাবা-মায়েরা

PROTECT অধ্যয়নে স্বাগতম!

আমরা হলাম সীমা আর সারা, আপনাদের মতই মা যারা টাইপ ২ ডায়াবিটিস নিয়ে গর্ভধারণের মধ্যে দিয়ে গিয়েছি আর এখন PROTECT গবেষণা দলের সাথে পরামর্শদাতা হিসাবে আছি। টাইপ ২ ডায়াবিটিস থাকা গর্ভবতী মহিলাদের PROTECT কমিউনিটিতে আমরা আপনাকে একজন আবশ্যিক সদস্য হিসাবে আমন্ত্রণ জানাতে চাই। ডাক্তার আর গবেষকদের সাথে একসাথে আমরা মা আর তাদের শিশুদের জীবন উন্নত করার জন্য কাজ করছি।

PROTECT অধ্যয়ন জেনে নেওয়ার চেষ্টা করে যে টাইপ ২ ডায়াবিটিস থাকা গর্ভবতী মহিলাদের ক্রমাগত গ্লুকোজ মনিটরিং (CGM) আঙুলে সূচ ফুটিয়ে পরীক্ষার থেকে বেশি কার্যকরি কি না। যদি আমরা দেখাতে পাই যে গ্লুকোজের মাত্রার পরিচালনার জন্য CGM বেশি ভালো, তাহলে ভবিষ্যতে টাইপ ২ ডায়াবিটিস থাকা গর্ভবতী মহিলাদের NHS এই প্রযুক্তি প্রদান করতে সক্ষম হবে। এই অধ্যয়নে অংশগ্রহণের মাধ্যমে, আমাদের তথ্য পাওয়ায় আপনি এক বিরাট ভূমিকা রাখবেন, যার ফলে এটা সম্ভব হবে।

টাইপ ২ মা হিসাবে আমরা গর্ভধারণের সময় গ্লুকোজের মাত্রা পরিচালনার অসুবিধাগুলি বুঝি, এছাড়া এটাও বুঝি যে আপনার ও আপনার শিশুর সুস্থ থাকা কত গুরুত্বপূর্ণ। অজস্র মা ও শিশুদের জন্য আরো ভালো জীবন দিতে এই অধ্যয়নের যে সম্ভাবনা আছে সে বিষয়ে আমরা উৎসাহ বোধ করি।

আপনার গর্ভধারণের জন্য আমরা আপনাকে

শুভেচ্ছা জানাই। শুভেচ্ছাসহ

সীমা হুসেন



সারা ডাঙ্কলি



বাবা-মায়ের তথ্যের সারসংক্ষেপ

এটা হল PROTECT-এর একটি সারসংক্ষেপ, একটি অধ্যয়ন যা টাইপ 2 ডায়াবিটিস থাকা মায়েরদের কাছে জন্ম নেওয়া শিশুদের সেবায় উন্নতি আনার লক্ষ্য রাখে। দয়া করে এটা সাবধানে পড়ুন আর কিছু স্পষ্ট না হলে তা আমাদের জিজ্ঞাসা করুন।

আমায় এই তথ্য কেন দেওয়া হচ্ছে? আপনার প্রসবপূর্বের ক্লিনিক হল দেশের মধ্যে অনেকগুলোর একটা যারা টাইপ 2 ডায়াবিটিস থাকা মায়েরদের তাদের গর্ভধারণের সময় গ্লুকোজের মাত্রা পরিচালনা করার সেবা উপায় জানার জন্য PROTECT অধ্যয়নে অংশগ্রহণ করছে। এতে জড়িত আছে গর্ভবতী মায়েরা যাদের হয় আঙ্গুলে সূচ ফুটিয়ে নয় ক্রমাগত গ্লুকোজ মনিটরিং-এ নির্দিষ্ট করা হয়।

এই মুহূর্তে কী ঘটবে? আমরা টাইপ 2 ডায়াবিটিস থাকা সব গর্ভবতী মায়েরদের তাদের গ্লুকোজের মাত্রা নিরীক্ষণ করতে বলি। এটা করা হয় নিশ্চিত করার জন্য যে শিশুরা খুব অতিমাত্রায় অতিরিক্ত গ্লুকোজ না পায় কারণ তা জন্মের সময় আর তার পরেও মা আর শিশুর জন্য সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে। বেশির ভাগ ক্লিনিক আঙ্গুলে সূচ ফুটিয়ে গ্লুকোজ নিরীক্ষণ করে, যদিও এর মধ্যে কয়েকটি কিছু মহিলাদের ক্রমাগত গ্লুকোজ মনিটরিং-এর সুযোগ দেওয়া শুরু করেছে।

এই অধ্যয়নের কেন প্রয়োজন আছে? আমরা জানি না যে কোন ধরনের গ্লুকোজ নিরীক্ষণ গর্ভবতী মায়েরদের তাদের গ্লুকোজ লক্ষ্যমাত্রার মধ্যে রাখতে সাহায্য করে। যদি মায়েরা দিনের মধ্যে কয়েকবার আঙ্গুলে সূচ ফুটিয়ে গ্লুকোজের স্তর নিরীক্ষণ করেন সেটা ভালো হয়, না তাদের কাছে সব সময় গ্লুকোজের মাত্রা প্রদান করা একটি কন্টিনিউয়াস গ্লুকোজ মনিটর থাকলে ভালো হয়, শিশুর জন্য এর মধ্যে কোনটা ভালো হয় তা আমরা জানি না।

আঙ্গুলে সূচ ফুটিয়ে গ্লুকোজ নিরীক্ষণ-এ সম্পৃক্ত আছে দিনে অন্তত চার বার এক ফোঁটা রক্ত পেতে মা একটি ছোট সূচ দিয়ে তার আঙুলে ফোটানো (জেগে ওঠার পরে আর প্রত্যেক খাবারের পরে)। রক্ত একটি স্ট্রিপে নেওয়া হয় যা তারপর একটি পড়ার যন্ত্রে রাখা হয়, যা গ্লুকোজের মাত্রা জানায়। এটা একটি ডায়েরিতে রেকর্ড করা হয়, আর তথ্য শুধু মা আর ক্লিনিকাল টিম ব্যবহার করে এই সিদ্ধান্ত নিতে যে গ্লুকোজ লক্ষ্যমাত্রার মধ্যে রাখতে কী চিকিৎসার প্রয়োজন আছে। মার সব সময় তার আঙ্গুলে সূচ ফুটিয়ে গ্লুকোজ মাপার কিটটি সাথে রাখা প্রয়োজন হবে।



ক্রমাগত গ্লুকোজ মনিটরিং (CGM) গ্লুকোজের মাত্রার উপর নজর রাখার একটি আরো নতুন উপায়। এটায় একসাথে দুই সপ্তাহের জন্য বাঁ হাতে একটা ছোট আঠালো সেন্সর (E1-এর একটি মুদ্রার সাইজের) পড়ে থাকতে হয়। এই সেন্সরটি একটি অ্যাপের মাধ্যমে মায়ের স্মার্টফোনের সাথে সংযুক্ত হয়। এটা দিনে এবং রাতে প্রত্যেক মিনিটে গ্লুকোজ মাপে, আর ব্লুটুথের মাধ্যমে মায়ের ফোনে তথ্য পাঠায়। এটা ক্লিনিকাল টিমের সাথে শেয়ার করা হয় এই সিদ্ধান্ত নিতে যে গ্লুকোজ লক্ষ্যমাত্রার মধ্যে রাখতে কী চিকিৎসার প্রয়োজন আছে। সমগ্র গর্ভধারণের সময় 24-ঘণ্টা ধরে সারা দিনে মা আর ক্লিনিকাল টিম দেখতে পারে গ্লুকোজের মাত্রায় কি পরিবর্তন ঘটছে।

দুই সপ্তাহ পরে সেন্সরটি খুলে ফেলে নতুন একটি লাগানো যায়। মাকে সব সময় তার ফোন চার্জ করে রাখতে হবে আর তার সাথে নিয়ে রাখতে হবে।

আমরা কিভাবে জানব যে কোনটা বেশি ভালো? সবচেয়ে নির্ভরযোগ্য উপায় হল ন্যায়ভাবে গর্ভবতী মহিলাদের আঙুলে সূচ ফোটানো বা ক্রমাগত গ্লুকোজ নিরীক্ষণ ব্যবহার করতে নির্দিষ্ট করা।

একটি কম্পিউটার এটা কোনো প্রভাব ছাড়াই করে, তাই অর্ধেক একটা পদ্ধতি ব্যবহার করবে আর অর্ধেক অন্যটা। এটা মহিলাদের নিরীক্ষণের দুটো রূপ পাওয়ার সমান সুযোগ দেয়। আমাদের প্রায় 422 জন মহিলার আর তাদের শিশুদের তথ্য তুলনা করা প্রয়োজন এটা দেখতে যে কোন বিকল্পটা বেশি ভালো।

অন্য তথ্য এই অধ্যয়নে অংশগ্রহণ করে আপনার বা আপনার শিশুর কোনো অতিরিক্ত ঝুঁকি নেই কারণ দুটি গ্লুকোজ নিরীক্ষণের বিকল্পই ইতিমধ্যে সমগ্র NHS-এ ব্যাপকভাবে ব্যবহৃত। আপনার আর আপনার শিশুর সব বিবরণ আমরা গোপনীয় রাখব। আপনার আর আপনার শিশুর তথ্য দেখার অনুমতি থাকা একমাত্র ব্যক্তির হবেন অধ্যয়নে জড়িত টিম এবং সেই কর্তৃপক্ষরা যাদের দায়িত্ব হল মিলিয়ে নেওয়া যে এটা সঠিকভাবে করা হচ্ছে।

এটা পড়ার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ। যদি আপনি অধ্যয়নে অংশগ্রহণ করতে আগ্রহী হন, অনুগ্রহ করে আপনার ক্লিনিকের টিমের সাথে কথা বলুন। আপনার গর্ভধারণের জন্য আমরা আপনাকে শুভেচ্ছা জানাই।