তৃতীয় অধ্যায়
স্বাস্থ্যবিজ্ঞান পরিচিতি ও স্বাস্থ্যসেবা

পাঠ সম্পর্কিত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়াদি

- **এইচআইভি ও এইডসের ধারণা :** এইডস এক ধরনের ভাইরাসজনিত রোগ। এই ভারাসটির নাম এইচআইভি। বিভিন্ন উপায়ে এই ভাইরাস মানবদেহে প্রবেশ করে দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয়। এইচআইভি সংক্রমণের সর্বশেষ পর্যায় হলো এইডস।
- **এইচআইভি ও এইডস এর প্রভাব :** এইডস এর প্রভাব মানব জীবনের সকল ৰেত্রে বিপর্যয় ডেকে আনে। স্বাস্থ্যব্যবস্থায় যেমন এইচআইভি ও এইডস এর ৰতিকর প্রভাব রয়েছে তেমনি পারিবারিক, সামাজিক ও অর্থনৈতিক ৰেত্রে এইচআইভি বিস্তারের মারাত্মক ৰতিকর প্রভাব রয়েছে।
- **এইচআইভি যেভাবে মানবদেহে সংক্রমিত হয় :** এইচআইভি ভাইরাস সাধারণত মানবদেহের কয়েকটি তরল পদার্থে যেমন : রক্ত, বীর্য, মায়ের বুকের দুধে থাকে। ফলে মানবদেহের এই তরল পদার্থগুলোর আদান–প্রদানের মাধ্যমে এইচআইভি ছড়ায়।
- **এইডসের লৰণসমূহ :** এইডসের লৰণসমূহ হলো– শরীরের ওজন দ্রবত হ্রাস পাওয়া। অজানা কারণে দুই মাসের অধিক সময় জ্বর থাকা। দীর্ঘদিন ধরে শুকনো কাশি থাকা। দুই মাসের অধিক সময় ধরে পাতলা পায়খানা হওয়া।
- **এইচআইভি ও এইডস সংক্রমণের ঝুঁকি :** এইডস একটি ঘাতক ব্যাধি। এই রোগ সম্পূর্ণরূ পে নিরাময়ের ওষুধ এখনও আবিষ্কার হয়নি। এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহে প্রবেশ করে দেহের নিজস্ব রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে ধ্বংস করে দেয় বলে এর একমাত্র পরিণতি মৃত্যু।
- **এইচআইভি ও এইডস প্রতিরোধে করণীয় :** অপরীৰিত রক্ত গ্রহণ করা যাবে না। অন্যের ব্যবহৃত সিরিঞ্জ, বেৰড বা রেজার ব্যবহার করা যাবে না। অনৈতিক, অনিরাপদ ও অনিয়ন্ত্রিত শারীরিক সম্পর্ক করা যাবে না। অপারেশনে বিশুদ্ধ যন্ত্রপাতি ব্যবহার করতে হবে।

অনুশীলনীর বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১. এইডস সর্বপ্রথম কত সালে সনাক্ত হয়?
ক ১৯৮০ ● ১৯৮১ গ ১৯৮২ ঘ ১৯৮৩

২. এইচআইভি কী?
ক রোগ ● ভাইরাস গ ব্যাকটেরিয়া ঘ আয়োডিন

৩. সর্বপ্রথম এইডস সনাক্ত হয় কোন দেশে?
● আমেরিকা খ ভিয়েতনাম গ ভারত ঘ কম্পোডিয়া

৪. এইডস আক্রান্ত মায়েদের শিশুর এইডস হতে পারে–
i. মায়ের দুধ পান করলে
ii. মায়ের শ্বাস–প্রশ্বাসের মাধ্যমে
iii. মায়ের রক্ত গ্রহণের মাধ্যমে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii ● i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৫. এইডস–এর ৰেত্রে–
i. এর নির্দিষ্ট কোন লৰণ নেই
ii. এটি একটি নীরব ঘাতক
iii. সঠিক নিয়মে ওষুধ খেলে এটি ভালো হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৬. এইডস প্রতিরোধে সর্বাপেৰা গুরবত্বপূর্ণ কোনটি?
ক চিকিৎসকদের এইডস সম্পর্কে প্রশিৰণ প্রদান
খ এইডস আক্রান্ত ব্যক্তিদের সঠিক চিকিৎসা করা
● এইডস সম্পর্কে সকলকে সচেতন করা
ঘ এইডস আক্রান্ত লোকদের চিহ্নিত করা

নিচের উদ্দীপকটি পড়ে ৭ ও ৮ নং প্রশ্নের উত্তর :
সড়ক দুর্ঘটনায় আহত আকাশের জরবরি রক্তের প্রয়োজন হলে তৎৰনাৎ অপরিচিত একজনের রক্ত আকাশকে দেওয়া হয়। সুস্থ হওয়ার কিছুদিন পর আকাশ এক রোগে আক্রান্ত হয়। এতে তার একটানা জ্বর, কাশি এবং লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়ার লৰণ দেখা যায়।

৭. আকাশ নিচের কোন রোগে আক্রান্ত হয়েছে?
ক ক্যান্সার খ নিউমোনিয়া ● এইডস ঘ জন্ডিস

৮. আকাশের রোগটিতে আক্রান্ত হওয়ার কারণ–
i. সড়ক দুর্ঘটনায় আহত হওয়া
ii. পরীৰা ছাড়া রক্ত গ্রহণ
iii. রোগটি সম্পর্কে অসচেতনতা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i খ i ও ii ● ii ও iii ঘ i, ii ও iii

উদ্দীপকটি পড়ে ৯ ও ১০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
করিম একটি ফার্মে চাকুরি করেন। দুইমাস ধরে তার জ্বর এবং কাশি থাকায় তার ঘনিষ্ঠ সহকর্মী জামান তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়। ডাক্তার করিমের রক্ত পরীৰা করে জামানকে জানায় করিম এইডস রোগে আক্রান্ত। ভয়ে জামান করিমকে ডাক্তারখানায় রেখেই বাড়ি চলে গেল। খবরটি শুনে করিমের বাড়ির সবাই কেমন যেন আচরণ করতে থাকে। এতে করিম মানসিকভাবে ভেঙ্গে পড়ল।

৯. করিমের এই মানসিক অবস্থার জন্য দায়ী–
i. পরিবারের অসহযোগিতা
ii. ভাগ্যের নির্মম পরিহাস
iii. রোগটি ছড়ানোর ভয়
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii ● i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

১০. জামানের এরূ প আচরণ পরিবর্তনে সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন কোনটি?
● রোগ সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা থাকা
খ আবেগ প্রশমনের ব্যবস্থা করা
গ ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চলা
ঘ এইডসের ঝুঁকি এড়িয়ে চলা

গুরুত্বপূর্ণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১১. এইচআইভি কয়টি উপায়ে ছড়ায়?
ক ৩ খ ৪ ● ৫ ঘ ৬

১২. নিচের কোনটি অনৈতিক সম্পর্ক?
ক পত্রিকায় বিজ্ঞপ্তি প্রচার
খ মেয়েদের বিশেষ শারীরিক বৈশিষ্ট্য
গ এইডস সম্পর্কে জ্ঞানের অভাব
● এইডস আক্রান্ত নারী পুরবষের শারীরিক সম্পর্ক

১৩. AIDS-এর পূর্ণরূ প হলো–
● Acquired Immune Deficiency Syndrome
খ Acquired Immune Deficit Syndrome

ⓖ Acquired Immuno Deficiency Sydrome
ⓗ Acquired Immuno Deficiency Symptom

১৪. মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে কত সালে সর্বপ্রথম এইডস শনাক্ত হয়?
ⓚ ১৯৮০ সালে ● ১৯৮১ সালে ⓖ ১৯৮২ সালে ⓗ ১৯৮৩ সালে

১৫. ১৫–২৪ বছরের মেয়েদের অধিক পরিমাণে এইডস ঝুঁকিতে থাকার কারণ—
i. দারিদ্র্য ii. জ্ঞানের অভাব iii. দুর্বল অবস্থান
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

১৬. বাংলাদেশে এইডস হওয়ার প্রধান কারণ—
i. এইডস আক্রান্ত রোগীর রক্ত সুস্থ ব্যক্তির দেহে পরিসঞ্চালন করলে
ii. আক্রান্ত ব্যক্তির জামা কাপড় সুস্থ ব্যক্তি পরিধান করলে
iii. শিশু যদি আক্রান্ত মায়ের দুধ পান করে
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ● i ও iii ⓖ ii ও iii ⓗ i, ii ও iii

১৭. ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান কোনটি?
i. না বলা ii. গোপনে ডাকা
iii. দৃঢ় হওয়া iv. সরাসরি না বলা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও iii ⓚ i ও ii ⓖ i, ii ও iii ● i ও iv

১৮. এইডস রোগের লৰণ হলো—
i. অজানা কারণে দুই মাসের অধিক সময় জ্বর থাকা
ii. লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া
iii. শরীরের ওজন দ্রবত বেড়ে যাওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii ⓚ i ⓖ ii ⓗ i ও iii

অতিরিক্ত বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

ভূমিকা

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১৯. মানবদেহের সমস্যা সমাধানের জন্য কী প্রয়োজন? (অনুধাবন)
ⓚ নিয়মিত ডাক্তারের নিকট যাওয়া
● দৈহিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে ধারণা থাকা
ⓖ নিয়মিত ব্যায়াম অনুশীলন করা
ⓗ প্রাথমিক চিকিৎসা সম্পর্কে ধারণা থাকা

২০. প্রাণঘাতী রোগের প্রাদুর্ভাব বাড়ছে কেন? (অনুধাবন)
ⓚ মানুষকে সচেতন করার জন্য
ⓚ চিকিৎসা বিজ্ঞানের উন্নতির জন্য
● মানুষের জীবন ধ্বংসের জন্য
ⓗ মানুষের জ্ঞানের পরিধি বাড়ানোর জন্য

২১. সারাবিশ্বে আশঙ্কাজনকভাবে কোন রোগটি বিস্তার লাভ করছে?
[বিদ্যাময়ী গভ. গার্লস হাই স্কুল, ময়মনসিংহ; বন্ধু–বার্ড উচ্চ বিদ্যালয়, সিলেট]
ⓚ কলেরা ● এইডস ⓖ গলগন্ড ⓗ যক্ষ্মা

২২. কোন রোগের প্রতিষেধক এখন পর্যন্ত আবিষ্কৃত হয়নি? (জ্ঞান)
● এইডস ⓚ বাতজ্বর ⓖ জন্ডিস ⓗ ডিপথেরিয়া

২৩. এইডস কী? [ক্যান্টনমেন্ট বোর্ড আন্ত. বিদ্যালয়; যশোর জিলা স্কুল]
ⓚ মানসিক ব্যাধি ⓚ ছোঁয়াচে রোগ
● ঘাতক ব্যাধি ⓗ পুষ্টিহীন ব্যাধি

২৪. এইডস রোগ প্রতিরোধে কোনটি আবশ্যক? (অনুধাবন)
● আমাদের সবার সচেতনতা ⓚ আমাদের সবার টিকা নেয়া
ⓖ আমাদের সবার চিকিৎসা নেয়া ⓗ আমাদের সবার আলাদা থাকা

২৫. আরমানের দেহে এইচআইভি ভাইরাসের জীবাণু পাওয়া গেছে। আরমানের শেষ পরিণতি কী? (প্রয়োগ)
ⓚ অঙ্গহানি ⓚ অন্ধত্ব ● অকাল মৃত্যু ⓗ দীর্ঘায়ু

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

২৬. প্রাণঘাতী রোগ মোকাবিলায়— (অনুধাবন)
i. রোগের প্রতিষেধক গ্রহণ করতে হয়
ii. রোগের প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হয়
iii. রোগ আক্রান্ত ব্যক্তিকে মেরে ফেলতে হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓗ i, ii ও iii

২৭. বিশ্বে আশঙ্কাজনকভাবে বিস্তার লাভকারী এইডস— (অনুধাবন)
i. একটি ঘাতক ব্যাধি
ii. রোগের কোনো প্রতিষেধক নেই
iii. রোগে আক্রান্ত রোগীর মৃত্যু অনিবার্য
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

পাঠ-১ : এইচআইভি/এইডসের (HIV and AIDS) ধারণা ও প্রভাব

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

২৮. বর্তমান বিশ্বে কোন ঘাতক ব্যাধিতে মানুষ অধিক সংখ্যায় আক্রান্ত হচ্ছে? (জ্ঞান)
ⓚ হুপিংকাশি ⓚ যক্ষ্মা ● এইডস ⓗ ধনুষ্টংকার

২৯. বাংলাদেশে কোন রোগ মহামারী আকারে ছড়িয়ে পড়ার আশঙ্কা রয়েছে? (জ্ঞান)
ⓚ যক্ষ্মা ● এইডস ⓖ জলাতঙ্ক ⓗ হেপাটাইটিস–বি

৩০. বাংলাদেশে এইডস মহামারী আকারে ছড়িয়ে পড়ার আশঙ্কা রয়েছে কেন? (অনুধাবন)
ⓚ ভৌগোলিক ও ধর্মীয় অবস্থার কারণে
● ভৌগোলিক ও আর্থসামাজিক অবস্থার কারণে
ⓖ আর্থসামাজিক ও ধর্মীয় অবস্থার কারণে
ⓗ রাজনৈতিক ও আর্থসামাজিক অবস্থার কারণে

৩১. এইডস কী জনিত রোগ? (জ্ঞান)
● ভাইরাস ⓚ ব্যাকটেরিয়া ⓖ নোমাইসিটি ⓗ ভিরিওডস

৩২. এইডস রোগের ভাইরাস কোনটি? [পুলিশ লাইন্স স্কুল এন্ড কলেজ, রংপুর]
ⓚ HVI ● HIV ⓖ VIH ⓗ AIDS

৩৩. HIV এর পূর্ণরূ প কী? (জ্ঞান)
ⓚ Human Influenza Virus
ⓚ Human Induced Virus
ⓖ Human Immunodeficit Virus
● Human Immune deficiency Virus

৩৪. এইচআইভি সংক্রমণের সর্বশেষ পর্যায় কোনটি? (জ্ঞান)
ⓚ প্যারালাইসিস ⓚ অকাল মৃত্যু ⓖ ধনুষ্টংকার ● এইডস

৩৫. এইডসকে ঘাতক বা মরণব্যাধি বলা হয় কেন? [পাবনা জিলা স্কুল]
ⓚ রোগের লৰণ জানা নেই বলে
● কার্যকর প্রতিষেধক তৈরি হয়নি বলে
ⓖ রোগ ছড়িয়ে পড়ার নির্দিষ্ট উপায় নেই বলে
ⓗ শারীরিক ও মানসিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয় বলে

৩৬. এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহে প্রবেশ করলে কী ধ্বংস করে দেয়? (জ্ঞান)
ⓚ রক্ত ⓚ জীবকোষ
● রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ⓗ ফুসফুসের কার্যৰমতা

৩৭. রৌদ্র একটি বিশেষ রোগে আক্রান্ত যার কোনো প্রতিষেধক এখন পর্যন্ত আবিষ্কার হয়নি। রৌদ্র কোন রোগে আক্রান্ত? (প্রয়োগ)
ⓚ ম্যালেরিয়া ⓚ যক্ষ্মা ⓖ কলেরা ● এইডস

৩৮. এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি কর্মরত থাকলে তাকে কী দেওয়া হয়? [যশোর জিলা স্কুল]
ⓚ প্রমোশন ⓚ চিকিৎসা বাবদ অতিরিক্ত অর্থ

● অব্যাহতি ঘ আলাদা অফিস কৰ

৩৯. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কোন ৰমতা কমে যায়?** (জ্ঞান)
ক দেখার ৰমতা খ শোনার ৰমতা
গ বোঝার ৰমতা ● কর্মৰমতা

৪০. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কর্মৰমতা কমে যাওয়া কোন ধরনের প্রভাব?**
[বিদ্যাময়ী গভ. গার্লস হাই স্কুল, ময়মনসিংহ; যশোর জিলাস্কুল; পাবনা জিলা স্কুল]
ক শারীরিক খ সামাজিক গ ব্যক্তিগত ● অর্থনৈতিক

৪১. **ঢাকা মেডিকেল কলেজে চিকিৎসাধীন থাকা অবস্থায় ফিরোজ আলী বল্লাড ব্যাংক থেকে পরীৰা ছাড়াই রক্ত গ্রহণ করায় তার দেহে মরণব্যাধি ভাইরাস প্রবেশ করে। ভাইরাসটির নাম কী?** (প্রয়োগ)
● এইচআইভি খ রেবিস গ পোলিও ঘ টোবাকো মোজাইক

৪২. **আজাদ হোসেনের দেহে এইচআইভি ভাইরাস আছে একথা জানতে পেরে তিনি খুব মুষড়ে পড়েছেন। তার এরূ প মুষড়ে পড়ার যথার্থ কারণ কী?** (উচ্চতর দৰতা)
ক এইডস আক্রান্ত রোগীকে সবাই এড়িয়ে চলে
খ এইডস আক্রান্ত রোগীকে সবাই ঘৃণা করে
গ এই রোগের চিকিৎসায় প্রচুর অর্থ প্রয়োজন
● এই রোগে আক্রান্ত রোগীর মৃত্যু অনিবার্য

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৪৩. **বাংলাদেশে এইডস ছড়িয়ে পড়তে পারে–** (অনুধাবন)
i. ভৌগোলিক কারণে
ii. রাজনৈতিক কারণে
iii. আর্থসামাজিক কারণে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii ● i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৪৪. **HIV এর মারাত্মক ৰতিকর প্রভাব রয়েছে–** [খুলনা মডেল স্কুল এন্ড কলেজ]
i. পারিবারিক ৰেত্রে ii. সামাজিক ৰেত্রে
iii. অর্থনৈতিক ৰেত্রে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৫. **এইচআইভিতে আক্রান্ত ব্যক্তিকে এড়িয়ে চলে–** (অনুধাবন)
i. স্থানীয় লোকজন ii. পাড়াপ্রতিবেশী iii. মা–বাবা
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৪৬. **পরিবারের উপর এইডসের প্রভাব হলো–** (অনুধাবন)
i. পরিবারে আর্থিক অনটন দেখা দেয়
ii. পরিবারকে সামাজিকভাবে হেয় হতে হয়
iii. পারিবারিক চিকিৎসা খাতে অতিরিক্ত অর্থ ব্যয় হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৭. **এইডস রোগের অর্থনৈতিক প্রভাব হলো–** (অনুধাবন)
i. আক্রান্ত ব্যক্তির কর্মৰমতা কমে যায়
ii. আক্রান্ত ব্যক্তির আয়–রোজগার কমে যায়
iii. সামাজিক ও অর্থনৈতিক স্থবিরতা নেমে আসে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৮. **মানবদেহে একবার এইচআইভি ভাইরাস প্রবেশ করলে তা–** (অনুধাবন)
i. সারা জীবন শরীরের মধ্যে থেকে যায়
ii. বিভিন্ন উপায়ে অন্যের শরীরে ছড়িয়ে পড়ে
iii. স্বাভাবিক স্বাস্থ্যব্যবস্থায় উন্নয়ন ঘটায়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৪৯ ও ৫০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
শাম্মী হঠাৎ করে অসুস্থ হয়ে পড়লে তার বাবা তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়। ডাক্তার শাম্মীর রক্ত পরীৰার রিপোর্ট দেখে জানায় শাম্মী এইডস রোগে আক্রান্ত।

৪৯. **শাম্মীর দেহে কোন ভাইরাস রয়েছে?** (প্রয়োগ)
● এইচআইভি খ নিমডা গ H5N1 ঘ ভ্যারিওলা

৫০. **উক্ত ভাইরাসকে মারাত্মক বলার কারণ–** (উচ্চতর দৰতা)
i. এই ভাইরাস মানুষকে অন্ধ করে দেয়
ii. এই ভাইরাস দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয়
iii. এই ভাইরাস দেহে প্রবেশ করলে আক্রান্ত ব্যক্তির মৃত্যু অনিবার্য
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii ● ii ও iii ঘ i, ii ও iii

পাঠ-২ : এইচআইভি যেভাবে মানবদেহে সংক্রমিত হয়

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৫১. **এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহের কীসে থাকে?** [রাজউক উত্তরা মডেল কলেজ]
ক কোষ ও ত্বকে ● রক্তে গ মস্তিষ্কে ঘ শিরায়

৫২. **মতির মা এইডস রোগে আক্রান্ত। মতি এইডস রোগে আক্রান্ত হবে যদি–** (প্রয়োগ)
ক সে তার মায়ের সাথে একত্রে ঘুমায়
● সে তার মায়ের বুকের দুধ পান করে
গ সে তার মায়ের হাতে খাবার খায়
ঘ সে তার মায়ের পোশাক পরিধান করে

৫৩. **নির্দিষ্ট কোনো লৰণ নেই কোন ব্যাধির?** (জ্ঞান)
ক ডায়াবেটিকস ● এইডস গ ক্যান্সার ঘ পোলিও

৫৪. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কত সময়ের অধিক জ্বর থাকে?** (জ্ঞান)
ক এক সপ্তাহ খ এক মাস ● দুই মাস ঘ এক বছর

৫৫. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির লৰণ কোনটি?** (অনুধাবন)
ক জননঅঙ্গ গ্রন্থি ফুলে যাওয়া
খ হঠাৎ প্রচন্ড বমি ও জ্বর হওয়া
গ শরীরের ওজন অস্বাভাবিক বৃদ্ধি পাওয়া
● দুই মাসের অধিক সময় ধরে পাতলা পায়খানা

৫৬. **শরীরের ওজন দ্রবত হ্রাস পাওয়া কোন রোগের লৰণ?** [যশোর জিলা স্কুল]
● এইডস খ জন্ডিস গ টিউমার ঘ যক্ষ্মা

৫৭. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কোন গ্রন্থি ফুলে যায়?** [ধানমন্ডি গভ. বয়েজ হাইস্কুল]
● লসিকা খ থাইমাস গ পিটুইটারি ঘ অ্যাড্রিনাল

৫৮. **এইডস আক্রান্ত মাহেন্দ্র দীর্ঘদিন ধরে ওষুধ খাওয়ার পরও তার কাশি সারছে না। তার কাশি না কমার যথার্থ কারণ কী?** (উচ্চতর দৰতা)
ক সে সঠিক ওষুধ খাচ্ছে না
খ সে নিয়মিত ওষুধ খাচ্ছে না
● তার রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস হয়ে গেছে
ঘ তার পরিবারের সদস্যরা যথাযথ ব্যবস্থা নিচ্ছে না

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৫৯. **এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহের যে সকল তরল পদার্থে থাকে, তা হলো–**
[ঝিনাইদহ সরকারি উচ্চ বিদ্যালয়; বীণাপানি সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়, গোপালগঞ্জ]
i. বীর্য ii. রক্ত iii. মায়ের বুকের দুধ
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৬০. **এইচআইভি যেভাবে মানবদেহে সংক্রামিত হয়–** (অনুধাবন)
i. অনৈতিক ও অনিরাপদ দৈহিক মিলন করলে
ii. আক্রান্ত মায়ের বুকের দুধ পান করলে
iii. আক্রান্ত ব্যক্তি কর্তৃক ব্যবহৃত সুচ ব্যবহার করলে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৬১. **একজন এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির মাধ্যমে এইডস ছড়াতে পারে যদি তার–** [ধানমন্ডি গভ. বয়েজ হাইস্কুল, ঢাকা]
i. রক্ত অন্য কেউ গ্রহণ করে
ii. কর্নিকা অন্যের চোখে প্রতিস্থাপন করে
iii. হাঁচি–কাশির সংস্পর্শে অন্য কেউ আসে
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৬২. **এইডস রোগের লৰণ হলো–** (অনুধাবন)

i. শরীরের ওজন বৃদ্ধি পাওয়া ii. দীর্ঘদিন শুকনো কাশি থাকা
iii. লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ● ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

৬৩. **জাবিদ অসুস্থ অবস্থায় ঢাকা মেডিকেলে চিকিৎসাধীন আছে। এইডস রোগ প্রতিরোধে তাকে যেসব বিষয়ে সতর্ক থাকতে হবে–** (প্রয়োগ)
i. পরীৰাহীন রক্ত যেন তার শরীরে সঞ্চালন করা না হয়
ii. অন্যের ব্যবহৃত সুচ দিয়ে যাতে তাকে ইনজেকশন দেয়া না হয়
iii. এইডস আক্রান্ত কোনো রোগীর পাশে তাকে রাখা না হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৬৪ ও ৬৫ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
নীতুর মা লৰ করলেন নীতুর ওজন দ্রুত হ্রাস পাচ্ছে। তার শরীরে সবসময় জ্বর থাকে। প্রায়ই শুকনো কাশি এবং পাতলা পায়খানা হয়। পড়াশোনা এবং কাজে কর্মে তার স্পৃহা দিন দিন কমে যাচ্ছে। তিনি নীতুকে দ্রবত ডাক্তার দেখানোর সিদ্ধান্ত নিলেন।

৬৪. **নীতুর অসুস্থতার লৰণগুলো কোন রোগটিকে নির্দেশ করছে?** (প্রয়োগ)
ⓚ যক্ষ্মা ⓚ কলেরা ● এইডস ⓖ ডিপথেরিয়া

৬৫. **নীতু যদি সত্যি সত্যি উক্ত রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকে তাহলে তার মায়ের যা করণীয়–** (উচ্চতর দৰতা)
i. নীতুকে কঠোর শাসন করা ii. নীতুর প্রতি সহানুভূতিশীল হওয়া
iii. নীতুর উপযুক্ত চিকিৎসার ব্যবস্থা করা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ● ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

পাঠ-৩ : এইচআইভি (HIV) ও এইডস (AIDS) সংক্রমণের ঝুঁকি

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৬৬. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি সম্পর্কে কোন তথ্যটি সঠিক?** (অনুধাবন)
● অন্য রোগে সহজে আক্রান্ত হয় ⓚ সঠিক চিকিৎসায় সুস্থ হয়ে ওঠে
ⓖ সুস্থ ব্যক্তির মতো কর্মৰম থাকে ⓖ সমাজের সকলের সহায়তা পায়

৬৭. **এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি অতি সহজেই অন্য যেকোনো রোগে আক্রান্ত হয় কেন?** [খুলনা মডেল স্কুল এন্ড কলেজ]
ⓚ মানসিক শক্তি হারিয়ে ফেলার জন্য
● রোগ প্রতিরোধ ৰমতা হ্রাস পাওয়ার জন্য
ⓖ খাওয়ার প্রতি চাহিদা কমে যাওয়ার জন্য
ⓖ অন্যের এইচআইভি যুক্ত রক্ত গ্রহণের জন্য

৬৮. **কোন দেশে এইডসের বিস্তার সবচেয়ে বেশি?** [পুলিশ লাইন্স স্কুল এন্ড কলেজ, রংপুর]
ⓚ বাংলাদেশে ⓚ যুক্তরাষ্ট্রে ⓖ জার্মানিতে ● আফ্রিকায়

৬৯. **আফ্রিকার কোন অঞ্চলে এইডসের বিস্তার সবচেয়ে বেশি?** (জ্ঞান)
● সাব–সাহারা ⓚ মরৰভূমি ⓖ বনাঞ্চল ⓖ ভূমধ্যসাগরীয়

৭০. **নিচের কোন দেশে এইডস রোগের প্রসার ভীতিকর অবস্থা তৈরি করেছে?** (জ্ঞান)
ⓚ বাংলাদেশ ⓚ সিঙ্গাপুর ● ইন্দোনেশিয়া ⓖ মালয়েশিয়া

৭১. **কত বছরের কম বয়সী তরৰণ–তরৰণীদের মধ্যে এইডস মহামারী আকারে পৌঁছে গিয়েছে?** (জ্ঞান)
ⓚ ১২ ⓚ ১৭ ⓖ ২১ ● ২৫

৭২. **কিশোর–কিশোরীদের মধ্যে এইডস সংক্রমণের ব্যাপকতার কারণ কী?** (অনুধাবন)
● অনিয়ন্ত্রিত মাদকের ব্যবহার
ⓚ অপারেশনে পরিশুদ্ধ যন্ত্রপাতির ব্যবহার
ⓖ ধর্মীয় ও সামাজিক অনুশাসন মেনে চলা
ⓖ অপরিণত বয়সে বিয়ে এবং গর্ভধারণ

৭৩. **এইডস প্রতিরোধে কাদের বিশেষভাবে সচেতন হতে হবে?** (জ্ঞান)
● অল্পবয়সী মেয়েদের ⓚ অল্পবয়সী ছেলেরা
ⓖ যুবকদের ⓖ কিশোরদের

৭৪. **এইডস সংক্রমণে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিপূর্ণ কারা?** (জ্ঞান)
ⓚ অল্পবয়সী ছেলেমেয়েরা ⓚ অল্পবয়সী ছেলেরা
● অল্পবয়সী মেয়েরা ⓖ গর্ভবতী মহিলারা

৭৫. **এইচআইভি আক্রান্তদের মধ্যে প্রায় অর্ধেকের বয়স কত?** [ঝিনাইদহ সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়]
● ১৫–২৪ ⓚ ১৮–২২ ⓖ ২০–২৫ ⓖ ৩০–৩৫

৭৬. **অল্পবয়সী ছেলেদের তুলনায় মেয়েদের এইডস আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেশি কেন?** (অনুধাবন)
ⓚ নারীদের দেহে এইডস ভাইরাস জন্ম নেয়
● সামাজিক কাঠামোতে মেয়েদের দুর্বল অবস্থান
ⓖ নৈতিক এবং নিরাপদ দৈহিক সম্পর্ক স্থাপন
ⓖ এইডস সম্পর্কে জানার আগ্রহ কম

৭৭. **এইডস থেকে রৰা পেতে হলে নিচের কোনটি করা জরবরি?** [খুলনা মডেল স্কুল এন্ড কলেজ]
ⓚ বেশি খেলাধুলা না করা
ⓚ অতিরিক্ত ওষুধ না খাওয়া
ⓖ অধিক সময় না ঘুমানো
● অপরীৰিত রক্ত বা ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ব্যবহার না করা

৭৮. **এইডস একটি মরণব্যাধি, যার কোনো প্রতিকার নেই। এই রোগ প্রতিরোধে আমাদের কী করণীয়?** (উচ্চতর দৰতা)
ⓚ অন্য কারো রক্ত গ্রহণ না করা
ⓚ আক্রান্ত ব্যক্তির কাছাকাছি না থাকা
ⓖ আক্রান্ত ব্যক্তির সিরিঞ্জ পরিষ্কার করে ব্যবহার করা
● শিশুকে আক্রান্ত মায়ের দুগ্ধ পান থেকে বিরত রাখা

৭৯. **এইডসের ঝুঁকি প্রতিরোধে কোনটি পরিহার করতে হবে?** (জ্ঞান)
ⓚ অতিরিক্ত ঘুম ⓚ বাইরের খাবার
● ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ ⓖ অতিরিক্ত শ্রম

৮০. **কিশোর–কিশোরীদের না বলার দৰতা কেন প্রয়োজন?** (অনুধাবন)
● ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখানের জন্য ⓚ অসময়ে খেলাধুলার জন্য
ⓖ বন্ধুত্ব রৰার জন্য ⓖ নিজেকে দৃঢ়চেতা করার জন্য

৮১. **শাকিলা ১৩ বছর বয়সী চঞ্চল এক কিশোরী। বন্ধুত্ব বা আত্মীয়তার সম্পর্ক রৰার্থে ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাবে সে কী করবে?** (প্রয়োগ)
ⓚ সরাসরি 'না' বলবে ● কৌশলে 'না' বলবে
ⓖ সরাসরি 'হ্যাঁ' বলবে ⓖ কৌশলে 'হ্যাঁ' বলবে

৮২. **ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যানের জন্য কোন ৰমতা অর্জন করতে হবে?** [মোহাম্মদপুর মডেল স্কুল এন্ড কলেজ]
ⓚ সত্য বলার ⓚ প্রতিবাদ করার ● না বলার ⓖ হ্যাঁ বলার

৮৩. **ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চললে কোন রোগে আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা কমে যায়?** (জ্ঞান)
ⓚ যক্ষ্মা ⓚ কলেরা ● এইডস ⓖ হেপাটাইটিস–বি

৮৪. **বাংলাদেশের ভৌগোলিক ও আর্থসামাজিক অবস্থার পরিপ্রেৰিতে এইডসের মহামারীরূপ ধারণের আশঙ্কা রয়েছে। তাই এই রোগ সম্পর্কে গণসচেতনতা সৃষ্টিতে আমাদের কী করা উচিত?** (উচ্চতর দৰতা)
ⓚ পত্রপত্রিকার মাধ্যমে রোগের ভয়াবহতা তুলে ধরা
ⓚ বিভিন্ন ইলেকট্রনিক মাধ্যম ব্যবহার করা
● সচেতনতামূলক স্লোগানসহ র‍্যালির আয়োজন করা
ⓖ সবাইকে ধর্মীয় অনুশাসন মানতে বাধ্য করা

৮৫. **এইডস বিষয়ে গণসচেতনতা সৃষ্টিতে কোনটি বেশি কার্যকর?** (উচ্চতর দৰতা)
ⓚ নাটক ● র‍্যালি ⓖ সংগীত ⓖ ইলেকট্রিক মাধ্যম

৮৬. **কোন রঙের পোশাকে সজ্জিত হয়ে র‍্যালিতে অংশ নিলে সহজে দর্শকদের নজর কাড়া যায়?** (জ্ঞান)
ⓚ লাল ⓚ নীল ● একই রঙের ⓖ নানা রঙের

৮৭. **এইডসের ভয়াবহতা সম্পর্কে গণসচেতনতা সৃষ্টির ৰেত্রে কোন উপায়টি অবলম্বন করা অধিক যুক্তিসংগত?** (অনুধাবন)
ⓚ জাতীয় পত্রিকায় প্রচার কার্য চালানো
ⓚ বিভিন্ন ইলেকট্রনিক মাধ্যম ব্যবহার করা
ⓖ নাটক ও সংগীত কার্যক্রম গ্রহণ করা
● সজ্জিত বেশে স্লোগান সহকারে র‍্যালিতে অংশ নেয়া

৮৮. **এইডসের ভয়াবহতা সম্পর্কে গণসচেতনতা সৃষ্টির লৰ্যে আবিদের স্কুল থেকে একটি দল ব্যানার, ফেস্টুনসহ স্লোগান দিতে দিতে পুরো এলাকা ঘুরে এলো। এই কার্যক্রমটির নাম কী?** (প্রয়োগ)
● র‍্যালি ⓚ হাইকিং ⓖ পথ ভ্রমণ ⓖ আন্দোলন

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৮৯. এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহে প্রবেশ করলে— (অনুধাবন)
i. আক্রান্ত ব্যক্তি কোনো চিকিৎসায় ভালো হয় না
ii. আক্রান্ত ব্যক্তি সহজেই অন্যান্য রোগে আক্রান্ত হয়
iii. আক্রান্ত ব্যক্তির রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস হয়ে যায়
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

৯০. বিশ্বের অনেক দেশে ২৫ বছরের কম বয়সী কিশোর–কিশোরীদের মধ্যে এইডস রোগ মহামারী আকারে পৌঁছে গেছে। এইডসের এরূপ বিস্তার লাভের পেছনে যে কারণগুলো অধিক দায়ী— (উচ্চতর দৰতা)
i. অনিয়ন্ত্রিত মাদকের ব্যবহার
ii. এইডস বিষয়ে অধিক সচেতনতা
iii. অনৈতিক ও অনিরাপদ যৌনমিলন
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ● i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯১. বিশ্বের অন্যান্য দেশের মতো বাংলাদেশেও ছেলেদের তুলনায় মেয়েরা এইডস আক্রান্ত হওয়ার ৰেত্রে অধিক ঝুঁকিতে রয়েছে। এরূপ ঝুঁকির মূল কারণ— (উচ্চতর দৰতা)
i. মেয়েদের বিশেষ শারীরিক বৈশিষ্ট্য
ii. এইচআইভি/এইডস সম্পর্কে জ্ঞানের অভাব
iii. আর্থসামাজিক কাঠামোতে মেয়েদের দুর্বল অবস্থান
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

৯২. মোহন ২১ বছর বয়সী একজন সচেতন যুবক। এইডস থেকে রৰা পেতে সে— (প্রয়োগ)
i. অপরীৰিত রক্ত গ্রহণ থেকে বিরত থাকবে
ii. অন্যের ব্যবহৃত কাপড় পরা থেকে বিরত থাকবে
iii. অন্যের ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ব্যবহার থেকে বিরত থাকবে
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ● i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯৩. ১৫ বছর বয়সী সাবিহা পরিবারের আর্থিক অনটনের কারণে শিৰা গ্রহণে সুযোগ পায়নি। তাই তাকে এইডসের মুখে ঠেলে দিতে পারে— (প্রয়োগ)
i. তার অশিৰা ii. তার দারিদ্র্যতা
iii. তার অসচেতনতা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

৯৪. এইচআইভি/এইডস প্রতিরোধের উপায় হলো— (অনুধাবন)
i. ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিহার করা
ii. ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান করা
iii. ধর্মীয় ও সামাজিক অনুশাসন মেনে চলা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

৯৫. কিশোর–কিশোরীরা ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করে— (অনুধাবন)
i. কৌতূহলবশত ii. আবেগের বশবর্তী হয়ে
iii. নিজের ইচ্ছায়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯৬. ধর্মীয় ও সামাজিক অনুশাসন মেনে চললে এইডসে আক্রান্ত হওয়ার সমস্যা অনেক কমে যায়। কারণ কোনো ধর্ম বা সমাজ অনুমোদন দেয় না— (উচ্চতর দৰতা)
i. নেশা করা বা মাদকাসক্ত হওয়াতে
ii. অনৈতিক সম্পর্ক স্থাপন করতে
iii. এইডস বিষয়ে জ্ঞানার্জন করতে
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯৭. এইডসের ভয়াবহতা সম্পর্কে গণসচেতনতা সৃষ্টি করা যায়— (অনুধাবন)
i. র‍্যালির আয়োজন করে ii. রাজনৈতিক সভা ডেকে
iii. ইলেকট্রনিক মাধ্যম ব্যবহার করে
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ● i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯৮. এইডস প্রতিরোধে আমাদের সবার জানতে হবে— (অনুধাবন)
i. এইচআইভি সংক্রমণের উপায়
ii. এইডস রোগ প্রতিকারের উপায়
iii. এইডস আক্রান্তদের চিকিৎসা দেয়ার উপায়
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ● i ও iii ⓖ ii ও iii ⓘ i, ii ও iii

৯৯. সাথী ১৩ বছর বয়সী চঞ্চল এক কিশোরী। তাকে এইডসের ভয়াবহতা থেকে রৰা করতে সাথীর মার করণীয়— (উচ্চতর দৰতা)
i. সাথীকে ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিহারে সাহায্য করা
ii. যে কোনো বিষয়ে সাথীর সাথে খোলামেলা কথা বলা
iii. সাথীকে ধর্মীয় ও সামাজিক অনুশাসন মেনে চলার উপকারিতা বুঝিয়ে বলা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

১০০. জনাব মামুন দায়িত্ব সচেতন একজন শিৰক। তিনি তার ছাত্রছাত্রীদের এইডস বিষয়ে সচেতন করবেন— (প্রয়োগ)
i. র‍্যালির আয়োজন করে
ii. পোস্টার তৈরি করে শ্রেণিকৰে টাঙিয়ে
iii. সচেতনতামূলক নাটকের আয়োজন করে
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

১০১. এইডসের ভয়াবহতা সম্পর্কে মানুষকে সচেতন করতে প্রয়োজন—
[দি বার্ডস রেসিডেনসিয়াল মডেল কলেজ, মৌলিভীবাজার]
i. পত্রিকায় প্রচার ii. নাটক ও সঙ্গীত কার্যক্রম
iii. ইলেকট্রনিক মাধ্যমের ব্যবহার
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

১০২. ছেলেমেয়েদের এইডস থেকে মুক্ত রাখতে প্রয়োজন—
[ক্যান্টনমেন্ট বোর্ড আন্ত. বিদ্যালয়]
i. তাদের শিৰিত করা ii. পরিবারকে সচেতন হওয়া
iii. সমাজকে সচেতন হওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১০৩ ও ১০৪ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
যুঁথীর চাচা দীর্ঘদিন আফ্রিকায় থেকে একটি মরণব্যাধি রোগে আক্রান্ত হয়ে গত মাসে দেশে ফিরেছেন। তিনি যুঁথীর মাকে জানিয়েছেন আমাদের দেশের অল্প বয়সী মেয়েরা এই রোগে আক্রান্ত হওয়ার অধিক ঝুঁকিতে রয়েছে।

১০৩. যুঁথীর চাচা কোন রোগে আক্রান্ত? (প্রয়োগ)
ⓚ যক্ষ্মা ⓨ কলেরা ● এইডস ⓘ ক্যান্সার

১০৪. উক্ত রোগ প্রতিরোধে যুঁথীর মতো মেয়েদের যা করণীয়— (উচ্চতর দৰতা)
i. এ বিষয়ে সচেতন হওয়া
ii. এ বিষয়ে সতর্কতা অবলম্বন করা
iii. অনৈতিক যৌন সম্পর্ক স্থাপনে বাধাদানের ৰমতা অর্জন করা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓨ i ও iii ⓖ ii ও iii ● i, ii ও iii

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১০৫ ও ১০৬ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
মানসিক কারণে হতাশাগ্রস্ত যুবক সম্ভু সম্প্রতি অনিয়ন্ত্রিত মাদক গ্রহণ শুরব করেছে। তার বড় ভাইয়ের পরামর্শে সে ডাক্তারের কাছে যায়। ডাক্তারের পরামর্শে সে এখন আবেগ প্রশমন, ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যানসহ নানা বিষয়ে সচেতন হয়েছে। [খুলনা জিলা স্কুল]

১০৫. সম্ভুর সচেতনতা কোন রোগ প্রতিরোধের সহায়ক? (প্রয়োগ)
ⓚ বসন্ত ⓨ নিউমোনিয়া ⓖ ডায়রিয়া ● এইডস

১০৬. উদ্দীপকে ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব বলতে কী বোঝানো হয়েছে? (প্রয়োগ)
ⓚ রহস্যজনক আচরণ ● অনিরাপদ যৌন সম্পর্ক
ⓖ শিৰকদের সাথে খারাপ আচরণ ⓘ কৌতুকপূর্ণ আচরণ

এ অধ্যায়ের পাঠ সমন্বিত বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১০৭. এইচআইভি ভাইরাস— (অনুধাবন)
i. স্বাস্থ্যব্যবস্থার জন্য মারাত্মক হুমকিস্বরূ প
ii. দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয়
iii. আক্রান্ত ব্যক্তির রক্তের মাধ্যমে ছড়ায়
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

১০৮. এইডস রোগ প্রতিরোধে আমাদের— (অনুধাবন)
i. এইডস রোগের কারণ জানতে হবে
ii. ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান করতে হবে
iii. এইডস রোগীকে এড়িয়ে চলতে হবে
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

১০৯. বর্তমান বিশ্বে এইডস— (অনুধাবন)
i. প্রাণঘাতী রোগ হিসেবে পরিচিত ii. প্রতিকারের চিকিৎসা অত্যন্ত ব্যয়বহুল
iii. আক্রান্ত রোগীর সংখ্যা দিন দিনই বৃদ্ধি পাচ্ছে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii ● i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

১১০. এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ব্যবহার করায় শিমুলের দেহে এইচআইভি প্রবেশ করেছে। এই ভাইরাস— (প্রয়োগ)
i. তার অকাল মৃত্যুর কারণ হবে
ii. তার অজান্তে অন্যের দেহে ছড়িয়ে পড়বে
iii. তাকে সকলের নিকট হেয় প্রতিপন্ন করবে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

১১১. এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তি— (অনুধাবন)
i. স্বাভাবিক কর্মৰমতা হারিয়ে ফেলে
ii. সহজেই বিভিন্ন রোগে আক্রান্ত হয়
iii. ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিহারে সুস্থ হয়ে ওঠে
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

১১২. মালিহার বয়স ১৭ বছর। তার বয়সী মেয়েরা— (অনুধাবন)
i. এইডস রোগে সবচেয়ে বেশি আক্রান্ত হচ্ছে
ii. আবেগের বশে ঝুঁকিপূর্ণ কাজে প্রবৃত্ত হয়
iii. আর্থসামাজিক কাঠামোতে দুর্বল অবস্থানে রয়েছে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১১৩ ও ১১৪ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
মানুষের জীবন ধ্বংস করার জন্য যুগে যুগে বিভিন্ন প্রাণঘাতী রোগের প্রাদুর্ভাব হয়েছে। তবে সমাজ সচেতন মানুষ অত্যন্ত দৰতার সাথে এসব রোগ মোকাবিলা করে আমাদের জন্য সুন্দর জীবন নিশ্চিত করতে সৰম হয়েছে।

১১৩. অনুচ্ছেদের বর্ণনায় কোন রোগটির ইঙ্গিত রয়েছে? (প্রয়োগ)
ক কলেরা খ যক্ষা গ বসন্ত ● এইডস

১১৪. উক্ত রোগের ৰেত্রে যে তথ্যগুলো প্রযোজ্য— (উচ্চতর দৰতা)
i. সারাবিশ্বে আশঙ্কাজনকভাবে বিস্তার লাভ করছে
ii. অল্পবয়সী মেয়েরা অধিক ঝুঁকিতে রয়েছে
iii. মোকাবিলার জন্য কেবল শিৰিত জনগণের সচেতনতা আবশ্যক
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

অনুশীলনীর সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন ও উত্তর

প্রশ্ন ॥ ১ ॥ তরল পদার্থের আদান–প্রদানের মাধ্যমেই এইডস ছড়ায়– ব্যাখ্যা কর।

উত্তর : এইডস এক ধরনের ভাইরাসজনিত রোগ। এই ভাইরাসটির নাম এইচআইভি। এই ভাইরাস সাধারণত মানবদেহের কয়েকটি তরল পদার্থে যেমন : রক্ত, বীর্য, মায়ের বুকের দুধে থাকে। ফলে মানবদেহের এই তরল পদার্থগুলোর আদান–প্রদানের মাধ্যমে এইচআইভি ছড়াতে পারে। এইচআইভি সুনির্দিষ্টভাবে তরল পদার্থের মাধ্যমে যেসব উপায়ে ছড়ায় তা হলো :

১. এইডস আক্রান্ত রোগীর রক্ত কোনো ব্যক্তির দেহে পরিসঞ্চালন করলে।
২. আক্রান্ত ব্যক্তি কর্তৃক ব্যবহৃত সূচ বা সিরিঞ্জ অন্য কোন ব্যক্তি ব্যবহার করলে।
৩. আক্রান্ত মায়ের মাধ্যমে (গর্ভকালীন, প্রসবকালে বা মায়ের দুধ পান কালে) শিশু এই রোগে সংক্রমিত হতে পারে।
৪. অনৈতিক ও অনিরাপদ দৈহিক মিলন ঘটলে।

এভাবেই তরল পদার্থের আদান–প্রদানের মাধ্যমেই এইডস রোগের জীবাণু এক দেহ থেকে অন্য দেহে ছড়ায়।

প্রশ্ন ॥ ২ ॥ সামাজিক সচেতনতা বৃদ্ধি কীভাবে এইডস প্রতিরোধে ভূমিকা রাখতে পারে? ব্যাখ্যা কর।

উত্তর : এইডস একটি আর্থসামাজিক ও জনস্বাস্থ্য সমস্যা। বর্তমান বিশ্বে যে কয়েকটি ঘাতক ব্যাধিতে মানুষ বেশি আক্রান্ত হচ্ছে এইডস তার মধ্যে অন্যতম। বিভিন্ন রোগের প্রতিষেধক বা নিরাময় ব্যবস্থা থাকলেও এইডস সম্পূর্ণরূ পে নিরাময় করতে পারে এমন ওষুধ এখনও আবিষ্কার হয়নি। তাই একমাত্র আমাদের সচেতনতাই আমাদেরকে এ রোগ থেকে মুক্ত রাখতে পারে। কিন্তু আমাদের সমাজের মানুষ এখনও এইডস সম্পর্কে পুরোপুরি সচেতন নয়। তাই তাদেরকে সচেতন করে তুলতে হবে। এৰেত্রে র‌্যালি, প্রচার, ইলেকট্রনিক মাধ্যম, পালাগান, পথ নাটক, সংস্কৃতিক অনুষ্ঠান ইত্যাদি মাধ্যম ব্যবহার করা প্রয়োজন। এসব মাধ্যমে এইডস কী, কীভাবে ছড়ায়, কীভাবে প্রতিরোধ করা যায় ইত্যাদি বিষয়গুলো নিয়মিত প্রচার করা হলে জনগণ এইডস সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা লাভ করবে। তারা এইডস প্রতিরোধে ঝুঁকিমুক্ত থাকার উপায়সমূহ জানতে এবং মেনে চলতে পারবে। অন্যদেরও এ বিষয়ে সচেতন করতে পারবে। ফলে সহজেই আমরা এইডস প্রতিরোধে সৰম হব।

প্রশ্ন ॥ ৩ ॥ কিশোর–কিশোরীদের সচেতনতাই এইডস প্রতিরোধ করতে পারে– মতামত দাও।

উত্তর : জাতিসংঘের এইডস বিষয়ক সংস্থা UNAIDS–এর তথ্য অনুযায়ী পৃথিবীব্যাপী প্রতি বছর নতুনভাবে এইডস রোগে আক্রান্তদের অর্ধেকই হচ্ছে ২৫ বছরের কম বয়সী কিশোর–কিশোরী। আর্থসামাজিক বিভিন্ন কারণ, যেমন : শিৰা ও স্বাস্থ্যসেবার সুযোগের অভাব ও আর্থিক অসামর্থ্য বিশ্বের দরিদ্র দেশসমূহের অল্পবয়সী জনগোষ্ঠীকে এইচআইভি সংক্রমণে ঝুঁকিপূর্ণ করে তোলে। এছাড়াও বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর–কিশোরীদের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তনের ফলে তাদের চিন্তা ও আচরণে অনেক কৌতূহল জন্মে। ফলে অনেকে কৌতূহল মেটাতে মাদকদ্রব্য গ্রহণ করে। কেউ কেউ আবার আবেগ প্রমশন করতে না পেরে অনিরাপদ দৈহিক সম্পর্কে জড়িয়ে পড়ে। এ রকম পরিস্থিতিতে তারা এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকিতে পড়ে যায়। তাই তাদেরকে এ ব্যাপারে সচেতন করতে হবে। তাদেরকে জানাতে হবে এইডস কী, কীভাবে ছড়ায়, কীভাবে প্রতিরোধ করা যায় ইত্যাদি। এৰেত্রে গণমাধ্যম

গুরবত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করতে পারে। কিশোর কিশোরীরা এইডস প্রতিরোধের উপায়সমূহ জানলে এবং সেগুলো মেনে চললে তাদের এইডস আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা হ্রাস পাবে। তাই কিশোর কিশোরীদের সচেতনতাই পারে এইডস প্রতিরোধের প্রচেষ্টা সফল করতে।

প্রশ্ন ॥ ৪ ॥ এইডস আক্রান্ত রোগীর সমস্যা মানে পরিবারেরই সমস্যা– মতামত দাও।

উত্তর : বর্তমান বিশ্বে মানুষ যে সকল ঘাতক ব্যাধিতে অধিক সংখ্যায় আক্রান্ত হচ্ছে এইডস তাদের মধ্যে অন্যতম। তবে এইডস কী, কীভাবে ছড়ায়, কীভাবে প্রতিরোধ করা যায় সে সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা না থাকায় অনেকেই এইডসকে ছোঁয়াচে রোগ মনে করে। তাই এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি জীবিত থাকা অবস্থায় তাকে স্থানীয় লোকজন, পাড়াপ্রতিবেশী এড়িয়ে চলে। তাকে ও তার পরিবারকে সামাজিকভাবে হেয় হতে হয়। এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি কর্মরত থাকলে তাকে কাজ বা চাকরি থেকে অব্যাহতি দেওয়া হয়। কিন্তু এ অবস্থায় তার চিকিৎসার জন্য তার পরিবারকে অতিরিক্ত অর্থ ব্যয় করতে হয়। ফলে পরিবারে আর্থিক অনটন দেখা দেয়। এইচআইভি ভাইরাস দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয় বলে এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি ধীরে ধীরে মৃত্যুমুখে পতিত হয়। আক্রান্ত ব্যক্তি মারা গেলে তার ছেলেমেয়েরা এতিম হয়ে অবহেলা– অনাদরে বড় হতে থাকে। তাদের শারীরিক ও মানসিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয়, এমনকি অর্থাভাবে পড়াশোনা বন্ধ হয়ে যায়। তাই এইডস আক্রান্ত রোগীর সমস্যা মানে পরিবারেরই সমস্যা– এ ব্যাপারে আমি একমত।

প্রশ্ন ॥ ৫ ॥ এইডসের চিকিৎসার পরিবর্তে প্রতিরোধই উত্তম– ব্যাখ্যা কর।

উত্তর : বর্তমান বিশ্বে যে কয়েকটি ঘাতক ব্যাধিতে মানুষ অধিক সংখ্যায় আক্রান্ত হচ্ছে এইডস তাদের মধ্যে একটি। এই ঘাতক ব্যাধি এইডস বর্তমানে সারা বিশ্বে আশঙ্কাজনকভাবে বিস্তার লাভ করে চলেছে। এইডস রোগের কোনো প্রতিষেধক বা সম্পূর্ণরূ পে নিরাময় করতে পারে এমন ওষুধ এখনও আবিষ্কৃত হয়নি। অকালমৃত্যুই এইডস রোগীর শেষ পরিণতি। তাছাড়া আক্রান্ত ব্যক্তি যতদিন বেঁচে থাকে ততদিন তার চিকিৎসার জন্য পরিবারকে প্রচুর অর্থ ব্যয় করতে হয়। অর্থাৎ সে পরিবারের বোঝা হয়ে বেঁচে থাকে। তাই প্রতিকারহীন এই রোগ থেকে মুক্ত থাকর জন্য প্রয়োজন প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করা। মানুষের জীবন ধ্বংসের জন্য যুগে যুগে বিভিন্ন প্রাণঘাতী রোগের প্রাদুর্ভাব হয়েছে। সচেতন মানবসমাজ সেসব রোগের অধিকাংশই প্রতিষেধক গ্রহণ করে মোকাবিলা করতে সৰম হয়েছে। আর যেসব রোগের প্রতিষেধক আবিষ্কার করতে ব্যর্থ হয়েছে সেসব রোগ মোকাবিলায় প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণকেই সর্বোত্তম পন্থা হিসেবে গ্রহণ করেছে। এইডস রোগ যেহেতু কোনো চিকিৎসার মাধ্যমেই পুরোপুরি ভালো হয় না সেহেতু এই রোগ মোকাবিলায় চিকিৎসার পরিবর্তে প্রতিরোধই উত্তম।

গুরুত্বপূর্ণ সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন ও উত্তর

প্রশ্ন ॥ ৬ ॥ এইচআইভি কীভাবে মানবদেহে সংক্রমিত হয়? বর্ণনা কর।

উত্তর : এইচআইভি ভাইরাস মানবদেহের কয়েকটি তরল পদার্থে যেমন : রক্ত, বীর্য, মায়ের বুকের দুধে থাকে। ফলে মানবদেহের এই তরল পদার্থগুলোর আদান–প্রদানের মাধ্যমে এইচআইভি ছড়াতে পারে। এইচআইভি সুনির্দিষ্টভাবে যেসব উপায়ে ছড়ায়, তা হলো :

১. এইচআইভি/ এইডস আক্রান্ত রোগীর রক্ত কোনো ব্যক্তির দেহে পরিসঞ্চালন করলে।
২. আক্রান্ত ব্যক্তি কর্তৃক ব্যবহৃত সুচ বা সিরিঞ্জ অন্য কোনো ব্যক্তি ব্যবহার করলে।
৩. আক্রান্ত ব্যক্তির কোনো অঙ্গ বা দেহকোষ অন্য ব্যক্তির দেহে প্রতিস্থাপন করলে।
৪. আক্রান্ত মায়ের মাধ্যমে (গর্ভধারণকালীন, প্রসবকালে বা সন্তানের মায়ের দুধ পানকালে) তার শিশু এই রোগে সংক্রমিত হতে পারে।
৫. অনৈতিক ও অনিরাপদ দৈহিক মিলন করলে।

প্রশ্ন ॥ ৭ ॥ এইচআইভি বিস্তারে বাংলাদেশের ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থান এবং তা প্রতিরোধে তোমার করণীয় ব্যাখ্যা কর।

উত্তর : এইচআইভি বিস্তারে বাংলাদেশের ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থান : বিশ্বের যে কয়েকটি ঘাতক ব্যধিতে মানুষ অধিক সংখ্যায় আক্রান্ত হচ্ছে তার মধ্যে অন্যতম হচ্ছে এইডস। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে ১৯৮১ সালে সর্বপ্রথম এইডস রোগটিকে শনাক্ত করা হয়। বিভিন্ন রোগের প্রতিষেধক আবিষ্কার হলেও এইডস রোগ সম্পূর্ণভাবে নিরাময় করতে পারে এরূ প কোনো প্রতিষেধক এখন পর্যন্ত আবিষ্কার হয়নি। এইডস হলো এইচআইভি এর সর্বশেষ স্তর। বর্তমানে এইডস সমগ্র বিশ্বে ভয়াবহ আকার ধারণ করেছে। এর বিস্তার আফ্রিকার সাব–সাহারা অঞ্চলে সবচেয়ে বেশি। এশিয়া মহাদেশে ভারত ও মিয়ানমারে এইডসের প্রসার সবচেয়ে বেশি। তবে বর্তমানে বাংলাদেশেও এইডসে আক্রান্ত মানুষের সংখ্যা দিন দিন বৃদ্ধি পাচ্ছে। এর কারণ হলো অনিয়ন্ত্রিত মাদকের ব্যবহার, অসচেতনতা, অশিৰা, অনৈতিকতা, দারিদ্র্যতা ইত্যাদি। ২৫ বছরের কম বয়সী কিশোর–কিশোরীদের মধ্যে এ রোগের সংক্রমণ বেশি দেখা দিচ্ছে। বাংলাদেশ থেকে চীন, থাইল্যান্ড, মায়ানমার, ভিয়েতনাম, কলোম্বিয়া ইত্যাদি দেশে প্রচুর শ্রমিক যাওয়ার কারণে সেই সব দেশেও এখন এইডসের আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেড়ে গেছে। তাই এইডস বিস্তারে বাংলাদেশ এখন অনেক ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থানে আছে।

এইডস প্রতিরোধে আমার করণীয় : এইডস একটি প্রতিকারবিহীন প্রাণঘাতী রোগ। তাই একমাত্র প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করেই আমরা এ রোগের কবল থেকে মুক্ত থাকতে পারি। এইডস রোগ প্রতিরোধে আমার যা করণীয়

১. অপরীৰিত রক্ত গ্রহণ করা থেকে বিরত থাকা।
২. অন্যের ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ব্যবহার না করা।
৩. অন্যের ব্যবহৃত বেরড বা রেজার ব্যবহার না করা।
৪. অনৈতিক, অনিরাপদ ও অনিয়ন্ত্রিত যৌন মিলন থেকে বিরত থাকা।
৫. অপারেশনে পরিশুদ্ধ যন্ত্রপাতি ব্যবহার নিশ্চিত করা।
৬. শিশুকে এইডস আক্রান্ত মায়ের বুকের দুধ খাওয়ানো থেকে বিরত রাখার ব্যবস্থা করা।

প্রশ্ন ॥ ৮ ॥ এইডসকে ঘাতক ব্যাধি বলা হয় কেন? আলোচনা কর।

উত্তর : বিশ্বে যে কয়েকটি প্রাণঘাতী ব্যাধিতে মানুষ বেশি আক্রান্ত হচ্ছে তার মধ্যে এইডস অন্যতম। বিভিন্ন রোগের প্রতিষেধক বা নিরাময় ব্যবস্থা থাকলেও এইডস সম্পূর্ণরূ পে নিরাময় করতে পারে এমন ওষুধ এখনও আবিষ্কার করা যায়নি। ফলে এইডস–এর পরিণাম নিশ্চিত মৃত্যু। এইচআইভি নামক এক প্রকার ভাইরাসের কারণে এইডস রোগ হয়ে থাকে। এইচআইভি একটি অতি ক্ষুদ্র বিশেষ ধরনের ভাইরাস যা কোনো মানুষের শরীরে নির্দিষ্ট কয়েকটি উপায়ে প্রবেশ করে রক্তের শ্বেতকণিকা ধ্বংসের মাধ্যমে তার রোগ প্রতিরোধ ৰমতা নষ্ট করে দেয়। অর্থাৎ দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস হয়ে যায়। তখন সে ব্যক্তি নানা ধরনের রোগ যেমন : ডায়রিয়া, যক্ষা, নিউমোনিয়া প্রভৃতিতে ঘন ঘন আক্রান্ত হয় এবং কোনো চিকিৎসায় এ সমস্ত রোগ ভালো হয় না। এইচআইভি সংক্রমিত কোনো ব্যক্তির এরূ প অবস্থাকে এইডস বলে।

এইচআইভি কোনো ব্যক্তির শরীরে প্রবেশের পর সাথে সাথে কোনো লৰণ দেখা দেয় না। এইডস হিসেবে প্রকাশ পেতে বেশ কিছুদিন সময় লাগে। এ সময়ের মধ্যে এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির অজান্তেই তার দেহ থেকে এইচআইভি ভাইরাস অন্যের দেহে ছড়িয়ে পড়ে এইডস রোগের সংক্রমণ ঘটায়। তাই এইডসকে ঘাতক ব্যাধি বলা হয়।

প্রশ্ন ॥ ৯ ॥ এইচআইভি ও এইডসের প্রভাব আলোচনা কর।

উত্তর : এইচআইভি হলো এইডস রোগের জীবাণুবহনকারী ভাইরাস। এই ভাইরাস নানা উপায়ে মানবদেহে প্রবেশ করে দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয়। মানবের স্বাস্থ্যব্যবস্থায় যেমন এইচআইভি ও এইডসের ৰতিকর প্রভাব লৰ করা যায়, তেমনি পারিবারিক, সামাজিক ও অর্থনৈতিক ৰেত্রেও এইচআইভি বিস্তারের মারাত্মক ৰতিকর প্রভাব রয়েছে। নিচে এইচআইভি ও এইডসের প্রভাব আলোচনা করা হলো−

স্বাস্থ্যব্যবস্থার ওপর প্রভাব : দেহে এইচআইভি ভাইরাস প্রবেশ করলে তা সারাজীবন শরীরের মধ্যে থাকে এবং শারীরিক সম্পর্ক বা একই সিরিঞ্জ ব্যবহারের মাধ্যমে অন্যের শরীরে ছড়ায়। স্বাস্থ্যব্যবস্থার জন্য এটা মারাত্মক হুমকিস্বরূ প। এইডসের কোনো প্রতিষেধক না থাকায় এ রোগে আক্রান্ত হলে চিকিৎসার জন্য প্রচুর অর্থের প্রয়োজন হয়। এতে স্বাভাবিক স্বাস্থ্যব্যবস্থায় অতিরিক্ত চাপ সৃষ্টি হয়।

পরিবারের ওপর প্রভাব : এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তি জীবিত থাকা অবস্থায় তাকে স্থানীয় লোকজন, পাড়াপ্রতিবেশী এড়িয়ে চলে। তাকে ও তার পরিবারকে সামাজিকভাবে হেয় হতে হয়। এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি কর্মরত থাকলে তাকে কাজ বা চাকরি থেকে অব্যাহতি দেওয়া হয়। তার চিকিৎসার জন্য অতিরিক্ত অর্থ ব্যয় করতে হয়। ফলে পরিবারে আর্থিক অনটন দেখা দেয়। এছাড়া আক্রান্ত ব্যক্তি মারা গেলে তার ছেলেমেয়েরা এতিম হয়ে অবহেলা−অনাদরে বড় হয়। শারীরিক ও মানসিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয়, এমনকি অর্থাভাবে পড়াশোনা বন্ধ হয়ে যায়।

অর্থনৈতিক প্রভাব : এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কর্মৰমতা কমে যায়। ফলে সে কাজকর্ম, আয়−রোজগার করতে পারে না। এতে ঐ ব্যক্তির আয়ের ওপর বিরূ প প্রভাব পড়ে। যেসব দেশে এইডসের প্রকোপ বেশি, সেখানে সামাজিক ও অর্থনৈতিক স্থবিরতা নেমে আসে।

প্রশ্ন ॥ ১০ ॥ এইচআইভি/এইডস প্রতিরোধের উপায়গুলো বর্ণনা কর।

উত্তর : এইচআইভি সংক্রমণের কারণগুলো জেনে এ সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টির মাধ্যমে এইডস প্রতিরোধের ব্যবস্থা করা যায়। এইডস প্রতিরোধে যেসব ব্যবস্থা গ্রহণ করা যায় তা হলো −

১. **ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ পরিহার :** এইচআইভি/এইডসের ঝুঁকি প্রতিরোধ করতে হলে ঝুঁকিপূর্ণ আচরণগুলো পরিহার করতে হবে।

২. **আবেগ প্রশমন :** প্রধানত কৌতূহল ও আবেগের বশবর্তী হয়ে কিশোর−কিশোরীরা ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করে। অনেক সময় মা−বাবার শাসনের ফলে রাগ করে বা অভিমান করে তারা ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করে বসে। বড়দের সাথে বিশেষ করে মা−বাবার সঙ্গো খোলামেলা কথা বললে আবেগ প্রশমিত ও কৌতূহল দূর হয় এবং এতে অনেক সমস্যার সমাধান হয়ে যায়।

৩. **ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান :** ঝুঁকিপূর্ণ প্রস্তাব প্রত্যাখ্যানের জন্য 'না' বলার দৰতা অর্জন করতে হবে। কিশোর−কিশোরীরা অনেক ৰেত্রে অনাকাঙ্ক্ষিত বা অনৈতিক প্রস্তাবে চক্ষুলজ্জায় বা ভয়ে সরাসরি 'না' বলতে পারে না। তাই কীভাবে 'না' বলতে হবে তা জানতে ও শিখতে হবে। দৃঢ়চেতা হতে হবে এবং বন্ধুত্ব বা আত্মীয়তার সম্পর্ক রৰা করেই প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান করার 'না' বলার কৌশল গ্রহণ করতে হবে।

৪. **ধর্মীয় ও সামাজিক অনুশাসন ও রীতিনীতি মেনে চলা :** নেশা করা বা মাদকাসক্ত হওয়া, অনৈতিক দৈহিক সম্পর্ক স্থাপন কোনো ধর্ম বা সমাজ অনুমোদন করে না। সামাজিকভাবেও এগুলো অত্যন্ত গর্হিত অপরাধ। তাই ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চললে এইডসে আক্রান্ত হওয়ার আশঙ্কা অনেক কমে যায়।

৫. **এইচআইভি/এইডস সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি :** এইচআইভি / এইডসের ভয়াবহতা সম্পর্কে ব্যাপক গণসচেতনতা সৃষ্টি করা আবশ্যক। এ উদ্দেশ্যে র‍্যালির আয়োজন, পত্রিকায় প্রচার, ইলেকট্রনিক মাধ্যমের ব্যবহার, নাটক ও সংগীত প্রভৃতি কার্যক্রম গ্রহণ করা যেতে পারে। ব্যানার, ফেস্টুন, পোস্টার, একই রঙের পোশাক প্রভৃতিতে সজ্জিত হয়ে স্লোগান সহকারে র‍্যালিতে অংশ নিলে তা সহজেই দর্শকের নজর কাড়ে এবং এইডস বিষয়ে গণসচেতনতা সৃষ্টিতে গুরবত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

প্রশ্ন ॥ ১১ ॥ অল্পবয়সী মেয়েরা এইডস সংক্রমণে ঝুঁকিপূর্ণ কেন?

উত্তর : এইডস একটি প্রাণঘাতী রোগ। শিৰা ও স্বাস্থ্যসেবার সুযোগের অভাব এবং আর্থিক অসামর্থ্যের কারণে দরিদ্র দেশসমূহের লোকজন এই রোগটি দ্বারা বেশি আক্রান্ত হচ্ছে। আর যারা আক্রান্ত হয়েছে তাদের অর্ধেকই ১৫ থেকে ২৪ বছর বয়সী। এই বয়সী মেয়েরা ছেলেদের তুলনায় অধিক ঝুঁকিতে রয়েছে। এর প্রধান কারণগুলো হচ্ছে−

১. আর্থসামাজিক কাঠামোতে মেয়েদের দুর্বল অবস্থান।
২. এইচআইভি বা এইডস সম্পর্কে সঠিক জ্ঞানের অভাব।
৩. নারী−পুরবষের বৈষম্যের কারণে নারীর নিগৃহীত হওয়া।
৪. অনৈতিক ও অনিরাপদ যৌন সম্পর্ক স্থাপনে মেয়েদের বাধাদানের ৰমতার অভাব।
৫. মেয়েদের বিশেষ শারীরিক বৈশিষ্ট্য।
৬. অনৈতিক ও অনিরাপদ দৈহিক সম্পর্ক ইত্যাদি।

অতিরিক্ত সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন ও উত্তর

প্রশ্ন ॥ ১২ ॥ এইচআইভি/এইডসের লক্ষণসমূহ আলোচনা কর।

[খুলনা জিলা স্কুল; ক্যান্টনমেন্ট পাবলিক স্কুল এন্ড কলেজ, রংপুর; রাজউক উত্তরা মডেল কলেজ; ক্যান্টনমেন্ট বোর্ড আন্তঃ বিদ্যালয়]

উত্তর : এইডস একটি ভাইরাসজনিত রোগ। এই ভাইরাসটির নাম এইচআইভি। বিভিন্নভাবে এই ভাইরাস মানবদেহে প্রবেশ করে দেহের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস করে দেয়। এই রোগের কোনো কার্যকর প্রতিষেধক এখনো আবিষ্কৃত হয়নি বলে একে ঘাতক বা মরণব্যাধিও বলা হয়। এইডস রোগের কোনো নির্দিষ্ট লক্ষণ নেই। তবে, এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি অন্য যে রোগে আক্রান্ত হয়, সে লক্ষণগুলোর মধ্যে উল্লেখযোগ্য হচ্ছে−

১. শরীরের ওজন দ্রুত হ্রাস পাওয়া।
২. অজানা কারণে দুই মাসের অধিক সময় জ্বর থাকা।
৩. দীর্ঘ দিন ধরে শুকনো কাশি থাকা।
৪. দুই মাসের অধিক সময় ধরে পাতলা পায়খানা হওয়া।
৫. শরীরের বিভিন্ন অঙ্গে ছত্রাকজনিত সংক্রমণ দেখা দেওয়া।
৬. লসিকা গ্রন্থি ফুলে যাওয়া।

উপরোক্ত লক্ষণসমূহ কোনো ব্যক্তির মধ্যে দেখা দিলেই বলা যাবে না যে সে এইডস আক্রান্ত। তখন বিলম্ব না করে অভিজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে রক্ত পরীৰার ব্যবস্থা করে এইচআইভি সংক্রমণের বিষয়ে তাকে নিশ্চিত হতে হবে।

প্রশ্ন ॥ ১৩ ॥ এইডস সম্পর্কে আলোচনা কর। এইডস প্রতিরোধে আবেগ প্রশমন গুরবত্বপূর্ণ কেন?

উত্তর : এইডস : এইচআইভি ভাইরাসের কারণে একজন ব্যক্তি এইডস রোগে আক্রান্ত হয়। এইডস রোগের লৰণ হলো দীর্ঘদিন জ্বর ও কাশিতে ভোগে এবং শরীরের ওজন দ্রবত হ্রাস পাওয়া। এটা প্রতিকারবিহীন এবং এইডস রোগের পরিণতি ভয়াবহ। তাই এ বিষয়ে বিশেষভাবে সচেতন থাকা দরকার। অপরীৰিত রক্তে এইচআইভি থাকতে পারে এবং এরূ প রক্ত গ্রহণে কেউ এইডস রোগে আক্রান্ত হতে পারে। তাই অপরীৰিত রক্ত গ্রহণ করা সম্পূর্ণ অযৌক্তিক। এ রক্ত অন্যের দেহে সঞ্চালন করলে অন্যের শরীরও এইচআইভি ভাইরাস ছড়ায়। অন্যের ব্যবহৃত সিরিঞ্জ ও রেজার ব্যবহারের মাধ্যমেও এইডস ছড়াতে পারে। এইচআইভি ভাইরাসে আক্রান্ত হলে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ৰমতা ধ্বংস হয়ে যায়। তাই এইচআইভি ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়া মারাত্মক হুমকি যার প্রভাবে মৃত্যু অনিবার্য।

এইডস প্রতিরোধে আবেগ প্রশমনের গুরবত্ব: বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর–কিশোরীদের মধ্যে দ্রবত শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন ঘটতে থাকে। তাই এই বয়সে তাদের মধ্যে ভয়, কৌতূহল ও আবেগ সৃষ্টি হয়। কৌতূহল ও আবেগের বশবর্তী হয়ে তারা বিভিন্ন ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করে এইডস রোগে আক্রান্ত হয়। তাছাড়া অনেক সময় মা–বাবার ওপর রাগ করেও তারা ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করে মৃত্যুমুখে ধাবিত হয়। কিন্তু তারা যদি বড়দের সাথে বিশেষ করে মা–বাবার সঙ্গে খোলামেলা আলোচনা করে তাহলে তাদের কৌতূহল দূর হয়, আবেগ প্রশমিত হয় এবং এইডস আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনাসহ অনেক জটিল সমস্যা সমাধান হয়ে যায়।

প্রশ্ন ॥ ১৪ ॥ স্বাস্থ্যবিজ্ঞান কী? দৈহিক স্বাস্থ্য এবং স্বাস্থ্যসেবা সম্পর্কে ধারণা থাকা বাঞ্ছনীয় কেন?

উত্তর : স্বাস্থ্যবিজ্ঞান : অপরিচ্ছন্ন পরিবেশ কীভাবে স্বাস্থ্যহানি ঘটায়, একজন মানুষের দেহ থেকে কীভাবে সংক্রমণ ব্যাধি অন্য একজন মানুষের শরীরে সংক্রমণ ঘটায় এবং তার প্রতিকারের ব্যবস্থা প্রভৃতি বিষয় সম্পর্কে জ্ঞান লাভ করার উপায়ের নাম হলো স্বাস্থ্যবিজ্ঞান। অর্থাৎ নিজের দেহ ও মনকে সুস্থ ও সবল রাখার বিজ্ঞানসম্মত উপায়গুলোকে জানার নামই হলো স্বাস্থ্যবিজ্ঞান। স্বাস্থ্যের মতো মূল্যবান সম্পদ লাভ করতে হলে স্বাস্থ্যবিজ্ঞান সম্পর্কে জ্ঞান লাভ করতে হবে।

স্বাস্থ্যসেবা সম্পর্কে সুস্পষ্ট ধারণা থাকার প্রয়োজনীয়তা : মানবদেহকে ঘিরে প্রতিনিয়ত যেসব সমস্যার উদ্ভব হয়, সুন্দর জীবনের জন্য সেসব সমস্যা সমাধান করতে হয়। এজন্য দৈহিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে ধারণা থাকা প্রয়োজন। স্বাস্থ্যবিষয়ক জ্ঞানের পাশাপাশি স্বাস্থ্যসেবা সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা থাকা বাঞ্ছনীয়। কারণ মানব শরীর যেসব প্রতিকূল পরিস্থিতির সম্মুখীন হয়, তা থেকে বেঁচে থাকার জন্য যথাসময়ে প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যসেবা গ্রহণ করা প্রয়োজন হয়ে পড়ে। মানুষের জীবন ধ্বংসের জন্য যুগে যুগে বিভিন্ন প্রাণঘাতী রোগের প্রাদুর্ভাব হয়েছে। সচেতন মানবসমাজ তার মোকাবিলা করে সেসব রোগের প্রতিষেধক ও প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করতে সৰম হয়েছে।

প্রশ্ন ॥ ১৫ ॥ এইডস বিষয়ে অন্যকে সচেতন করতে আমাদের কোন বিষয়গুলো জানা দরকার?

উত্তর : প্রাণঘাতী রোগ এইডসের কোনো প্রতিষেধক বা কার্যকর ওষুধ এখনও আবিষ্কৃত হয়নি। তাই এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির শেষ পরিণতি হচ্ছে অকাল মৃত্যু। মানবদেহে এইচআইভি প্রবেশ করার সাথে সাথেই শরীরে এইডসের লৰণ দেখা যায় না। তাই একজন এইডস রোগী নিজের অজান্তেই অন্যদের মধ্যে এই রোগের ভাইরাস ছড়িয়ে দিতে পারে। ঘাতক ব্যাধি এইডস থেকে বাঁচার জন্য আমাদের প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করা প্রয়োজন। আর এইচআইভি/ এইডস প্রতিরোধে আমাদের সচেতনতাই মুখ্য ভূমিকা পালন করতে পারে। তাই এইডস বিষয়ে অন্যকে সচেতন করার জন্য আমাদের নিচের বিষয়গুলো জানা থাকা দরকার।

১. এইচআইভি/ এইডস কী?
২. এইচআইভি কীভাবে ছড়ায় এবং ছড়ায় না?
৩. এইচআইভি /এইডসের লৰণসমূহ
৪. এইচআইভি সংক্রমণের ৰেত্রে উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ কোনগুলো?
৫. এইচআইভি বা এইডস প্রতিরোধের উপায়সমূহ
৬. এইডস আক্রান্তদের চিকিৎসা ও সেবাদানকারী প্রতিষ্ঠানসমূহের ভূমিকা।