ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন

(DYSPRAXIA FOUNDATION)

ডেভেলপমেন্টাল কো-অরডিনেশন ডিসঅর্ডার সনাক্তকরণ

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ব্যাখ্যা করা হয়েছে

"আমার লেখা অস্পষ্ট

আমার অঙ্কনও

আমি আমার চিত্রকর্ম পছন্দ করি না

আমার ইচ্ছা আমি তোমার মতো হই"

টমের কবিতা, ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত দশ বছর বয়স্ক ছেলে

চ্যালেঞ্জ

"সবাই বলে যে আমি বোকা কিন্তু আমি তা নই। আমার ইচ্ছা, কেউ একজন বুঝুক যে আমার মতো হতে কেমন লাগে। আমি বিরক্ত এবং একাকী বোধ করছি।"

সারাহ, ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত আট বছরের একটি মেয়ে

আশ্চর্যজনকভাবে শিশু এবং বয়স্ক উভয়ের মধ্যেই ডিস্প্র্যাক্সিয়া দেখা যায়। এটি একটি লুকানো অবস্থা, যা এখনও ভালোভাবে বোঝা যায়নি।

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন শিক্ষা এবং চিকিৎসা সেবাদানকারীদের ডিস্প্র্যাক্সিয়া সম্বন্ধে অধিক সচেতন করে তোলা এবং যাদের এই অবস্থা রয়েছে তাঁদেরকে কিভাবে সহায়তা করা যায় সে বিষয়ে বোধগম্যতার উন্নয়নের জন্য প্রতিশ্রুতিবদ্ধ।

ডিস্প্র্যাক্সিয়া কী?

ডিস্প্র্যাক্সিয়া হলো এক ধরনের ডেভেলপমেন্টাল কো-অরডিনেশন ডিসঅর্ডার (DCD) যা শিশু এবং বয়স্কদের মধ্যে স্বল্প এবং/বা বেশি অস্থিসঞ্চালন সমন্বয়ে সমস্যা তৈরি করে। অঙ্গসঞ্চালন সমন্বয়জনিত সমস্যাকে অন্তর্ভুক্ত করতে ডিসিডি (DCD) -কে যেখানে প্রায়শই একটি বৃহত্তর পরিভাষা হিসেবে বিবেচনা করা হয়, সেখানে ডিস্প্র্যাক্সিয়ার মাধ্যমে ঐ সকল লোকদেরকে বোঝানো হয় যাদের দৈনন্দিন বিভিন্ন অবস্থায় সঠিকভাবে পরিকল্পনা করতে, শৃঙ্খলা আনয়ন করতে এবং চলাফেরা করতে অতিরিক্ত সমস্যা রয়েছে। ডিস্প্র্যাক্সিয়া স্পষ্ট উচ্চারণ ও বক্তব্য, অনুধাবন এবং চিন্তার উপরও প্রভাব ফেলতে পারে। যদিও ডিস্প্র্যাক্সিয়া এককভাবেই হতে পারে, তবে প্রায়শই তা অন্যান্য অবস্থা যেমন অ্যাটেনশন ডেফিসিট হাইপার-অ্যাকটিভ ডিসঅর্ডার (Attention Deficit Hyperactive Disorder) (ADHD), ডিসলেক্সিয়া, ভাষাগত সমস্যা, এবং সামাজিক, আবেগসংক্রান্ত এবং আচরণগত সমস্যার সাথে সহাবস্থান করতে পারে। ডিসিডি (DCD)/ ডিস্প্র্যাক্সিয়া মোট জনসংখ্যার প্রায় 5%–এর হতে পারে এবং ছেলেদের আক্রান্ত হওয়ার হার মেয়েদের তুলনায় বেশি।

বচন এবং ভাষা

নবীন বয়সে বক্তব্য অপরিণত বা অস্পষ্ট হতে পারে। ভাষা ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে বা পরিণত হতে দেরি হতে পারে।

কিছু শিশুর ক্ষেত্রে, প্রধান সমস্যা হলো কথা বলার সময় ব্যবহৃত হয় এমন ধরনের কিছু নড়াচড়া করা বা অঙ্গ প্রত্যঙ্গের সমন্বয় সাধন করা, যার ফলে বক্তব্য দেয়ায় অব্যাহত ভাবে চরম সমস্যা হয়। এই অবস্থাকে বলা হয় ডেভেলপমেন্টাল ভার্বাল ডিস্প্র্যাক্সিয়া (developmental verbal dyspraxia): এটি আলাদাভাবে বা সাধারণ অঙ্গসঞ্চালনজাতীয় সমস্যার সাথে হতে পারে।

যদি প্রথম দিকে ডিস্প্র্যাক্সিয়া সনাক্ত করা যায়, তবে শিশুর জন্য প্রয়োজনীয় বিশেষ শিক্ষা এবং সামাজিক প্রয়োজনসমূহ সনাক্ত করা যায়। তাদের পুরো পরিবারের উপর এই অবস্থার প্রভাব হ্রাস করার জন্য তখন ব্যবস্থা নেওয়া যায়।

কারণগুলো কী?

যদিও ডিস্প্র্যাক্সিয়ার সঠিক কারণ অজানা, তবে মনে করা হয় যে, মস্তিষ্ক থেকে শরীরে বার্তা প্রবাহের ক্ষেত্রে প্রতিবন্ধকতার জন্যই তা হতে পারে। এটি কোনো ব্যক্তির স্বাভাবিক ও সুশৃঙ্খল চলাফেরায় প্রভাব ফেলতে পারে। ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির চলাফেরায় সমস্যা ব্যাখ্যা করার জন্য কোনো নিউরোলজিক্যাল কারণ নেই।

কিভাবে বুঝবো যে শিশুর ডিস্প্র্যাক্সিয়া হয়েছে?

প্রি-স্কুল শিশু

- মাইলফলকে পৌঁছাতে প্রায়শই বিলম্ব যেমন হামাগুড়ি দেয়া, বসা, দাঁড়ানো, হাঁটা, এবং কথা বলা।
- দৌড়াতে, লাফ দিতে, বা বল ধরতে বা বলে লাথি দিতে সমর্থ নাও হতে পারে, যদিও তার সমকক্ষরা তা করতে পারে।
- বন্ধু ধরে রাখতে সমস্যা হয়; বা সঙ্গীর সাথে কী আচরণ করতে হবে তা বিচার করতে সমস্যা হয়।
- 'মধ্যে' 'উপরে' 'সামনে' ইত্যাদি বিষয় সম্বন্ধে জ্ঞান সামান্য।
- সিঁড়ি দিয়ে উপরে উঠতে বা নিচে নামতে সমস্যা।
- পোশাক পরিচ্ছদ নোংরা।
- অধিকাংশ কাজে ধীর এবং দ্বিধাদ্বন্দ্বে ভুগে।
- মনে হয় সহজাতভাবে কোনোকিছু শিখতে অসমর্থ কিন্তু অবশ্যই দক্ষতা শেখাতে হবে।
- প্রায়শই পড়ে যায়।
- পেন্সিল ধরতে সমস্যা।
- জিগস বা বিভিন্ন আকৃতির বস্তু নির্বাচনের গেমস ঠিকমত খেলতে পারে না।
- অঙ্কনের হাত অপরিপক্ক।
- প্রায়শই উদ্বিগ্ন হয়ে যায় এবং সহজেই অমনোযোগী হয়।

স্কুলে গমনের উপযুক্ত শিশুর ক্ষেত্রে

- কোনোরূপ উন্নতি ছাড়া বা সামান্য উন্নতিসহ ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত প্রি-স্কুল শিশুর বিদ্যমান সকল সমস্যা থেকে যেতে পারে।
- পিই (PE) এবং খেলাধুলা পরিহার করে

- ক্লাসে খারাপ করে কিন্তু একের-সাথে-এক ভিত্তিতে খুবই ভালো করে।
- কোনোরূপ পার্থক্য না করেই সকল উদ্দীপনায় প্রতিক্রিয়া দেখায় এবং মনোযোগের ব্যাপ্তি ভালো নয়।
- গণিত বা কাঠামোগত গল্প লেখায় সমস্যা থাকতে পারে।
- ব্ল্যাকবোর্ড থেকে দেখে লিখতে খুবই সমস্যা হয়।
- কষ্ট করে ও অপরিণতভাবে লিখে।
- নির্দেশনা মনে রাখতে এবং/বা অনুসরণ করতে অসমর্থ।
- সাধারণভাবে খুবই অগোছালো।

সহায়তার জন্য আমি কোথায় যেতে পারি?

আপনার এলাকায় সহায়তার উৎস খুঁজে পেতে ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন আপনাকে সহায়তা করতে পারে। অবস্থার বিভিন্ন দিক বিবেচনা করে তারা নানা ধরনের লিফলেট, পুস্তিকা এবং বই প্রকাশ করে – কল করুন 01462 454986 নম্বরে।

প্রি-স্কুল শিশুদের জন্য

সাধারণত 5 বছরের পূর্বে ডিস্প্র্যাক্সিয়া সনাক্ত করা যায় না। তবে, যদি আপনার শিশুর বৃদ্ধির ব্যাপারে আপনার কোনো উদ্বেগ থাকে, তবে আপনার জিপি (GP) বা হেলথ ভিজিটরের সাথে কথা বলুন, তিনি আপনার শিশুকে কোনো শিশু-বিশেষজ্ঞ বা অন্য কোনো চাইল্ড ডেভেলপমেন্ট স্পেশালিষ্ট (child development specialists) যেমন মনোবিদ, ফিজিওথেরাপিস্ট, স্পিচ এবং ল্যাঙ্গুয়েজ থেরাপিস্ট এবং/বা অকুপেশনাল থেরাপিস্টের নিকট পাঠাতে পারেন।

স্কুলে গমনের উপযুক্ত শিশুর ক্ষেত্রে

আপনার জিপি (GP), স্কুলের নার্স, স্কুলের ডাক্তার বা স্পেশাল নিড কো-অর্ডিনেটরের সাথে কথা বলুন, যিনি তা নির্ণয়ের জন্য রেফারেল নির্ধারণ করতে পারবেন। বিশেষ পরীক্ষা বা চিকিৎসার জন্য হাসপাতালে রেফার করার প্রয়োজন হতে পারে।

প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য

শিশু বয়সের সমস্যা প্রাপ্তবয়সেও বিদ্যমান থাকতে পারে। প্রাথমিকভাবে আপনার জিপি (GP)-এর সাথে যোগাযোগ করা উচিত, যিনি আপনাকে ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট, কনসালটেন্ট নিউরোলজিস্ট, ফিজিওথেরাপিস্ট বা অকুপেশনাল থেরাপিস্টের নিকট রেফার করতে পারেন। ফাউন্ডেশনের অ্যাডাল্ট সাপোর্ট গ্রুপ (Foundation’s Adult Support Group) আপনাকে সহায়তা করতে সক্ষম হতে পারে – আরও বিস্তারিত জানতে যোগাযোগ করুন 01462 454986 নম্বরে।

ভবিষ্যৎ কী?

যদিও ডিস্প্র্যাক্সিয়া সারা জীবনের রোগ, তবে বয়সের সাথে সাথে অঙ্গসঞ্চালনের উন্নতি হতে পারে। যদি যথোপযুক্ত চিকিৎসা প্রদান করা হয় এবং ডিস্প্র্যাক্সিয়ার কারণে দৈনন্দিন যে সমস্যাবলী হয় তা দমিয়ে রাখতে কার্যকর পদক্ষেপ নেওয়া হয়, তবে শিশু এবং প্রাপ্তবয়স্কদের মধ্যে উপসর্গ কমতে পারে।

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন কী করে?

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন হলো একটি দাতব্য প্রতিষ্ঠান, যা 1987 সালে ডিস্প্র্যাক্সিয়া ট্রাস্ট হিসেবে দু’জন মা কর্তৃক প্রতিষ্ঠিত হয়, যাদের সাক্ষাৎ হয়েছিল গ্রেট অর্মন্ড স্ট্রিট হাসপিটাল ফর সিক চিলড্রেন (Great Ormond Street Hospital for Sick Children)–এ। 1996 সালে চ্যারিটি তার নাম পরিবর্তন করে ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশন রাখে।

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশনের উদ্দেশ্যাবলী হলো:

- ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তি এবং তাঁদের পরিবারকে সহায়তা প্রদান
- ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্তদের উন্নততর রোগ সনাক্তকরণ এবং চিকিৎসা সেবা উন্নীত করণ।
- ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্তদের স্বাস্থ্য এবং চিকিৎসার জন্য এই পেশার সাথে সম্পৃক্ত ব্যক্তিদের সহায়তা প্রদান
- ডিস্প্র্যাক্সিয়া সম্বন্ধে সচেতনতা এবং বোধগম্যতা প্রচার করা।

- প্রতি বছর ফাউন্ডেশন প্রায় 10,000 টি প্রশ্নের উত্তর প্রদান করে এবং অবস্থা সম্পর্কিত 20,000–এর উপর লিফলেট বিতরণ করে। ডিস্প্র্যাক্সিয়া সম্বন্ধে জ্ঞান বৃদ্ধির জন্য ফাউন্ডেশন প্রতিটি সুযোগ গ্রহণ করে, বিশেষ করে স্বাস্থ্য এবং শিক্ষা পেশাজীবীদের মধ্যে।

- ফাউন্ডেশনটি ছয় জনের কম পূর্ণ-কালীন সমকক্ষ পেইড স্টাফ দ্বারা পরিচালিত হয় এবং স্বেচ্ছাসেবীরা খুব বেশি সহায়তা করে থাকেন। এটির কাজ সম্পূর্ণভাবে স্বেচ্ছা অনুদান এবং সদস্যদের প্রদত্ত অর্থের মাধ্যমে পরিচালনা করা হয়।

ফাউন্ডেশন

- পিতামাতা, ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত রোগী এবং এর সাথে জড়িত পেশাজীবীদের জন্য লিফলেট, পুস্তিকা, বই এবং গাইড প্রকাশ করে।

- পিতামাতা, কেয়ারার এবং পেশাজীবীদের জন্য কনফারেন্সের আয়োজন করে এবং ডিস্প্র্যাক্সিয়া ও প্রাসঙ্গিক বিষয় নিয়ে আলোচনা করে।

- সমগ্র যুক্তরাজ্য জুড়ে স্থানীয় গ্রুপের নেটওয়ার্ককে সহায়তা প্রদান করে।

- ডিস্প্র্যাক্সিয়ায় আক্রান্ত প্রাপ্তবয়স্কদের সহায়তা প্রদান করে।

- ফেসবুক এবং অন্যান্য সামাজিক নেটওয়ার্কের মাধ্যমে সহায়তা প্রদান করে।

সদস্যপদ

ডিস্প্র্যাক্সিয়া ফাউন্ডেশনের সদস্যগণ পাবেন:

- একটি লোকাল সাপোর্ট গ্রুপে যোগদানের সুযোগ

- মাসিক হালনাগাদ

- পেশাদার সদস্যগণ একটি বার্ষিক জার্নাল গ্রহণ করেন।

- বার্ষিক প্রতিবেদন

- ফাউন্ডেশনের প্রকাশনা এবং অনুষ্ঠানে উপস্থিতির জন্য মূল্য ছাড়

- ওয়েবসাইটের “কেবলমাত্র সদস্য” এলাকায় প্রবেশাধিকার

সদস্যপদের বিস্তারিত তথ্য আমাদের ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে বা কল করুন 01462 455016 নম্বরে।

Dyspraxia Foundation, 8 West Alley, Hitchin, Herts, SG5 1EG

হেল্পলাইন 01462 454986 (সকাল 9টা – বিকাল 5টা, সোম-শুক্র)

প্রশাসন 01462 455016

ফ্যাক্স: 0844 01462 455052

ওয়েবসাইট www.dyspraxiafoundation.org.uk

ইমেল dyspraxia@dyspraxiafoundation.org.uk

নিবন্ধিত দাতব্য নম্বর 1058352 ইংল্যান্ডে নিবন্ধিত নম্বর 3256733