নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন নির্দেশিকা ২০১৭

মানবসম্পদ অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন নির্দেশিকা ২০১৭

মানবসম্পদ অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

Canada Foreign Affairs, Trade and Development Canada Affaires, étrangères, Commerce et Développment Canada cowater INTERNATIONAL INC. Plan CASN ACESI McMaster University

নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন নির্দেশিকা ২০১৭

মে ২০১৭

মানবসম্পদ অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
নার্সিং কলেজ (শিক্ষা ভবন)
শের-ই-বাংলা নগর, ঢাকা ১২০৭

হিউম্যান রিসোর্সেস ফর হেলথ্ প্রজেক্ট ইন বাংলাদেশ
প্রজেক্ট অফিস
হাউজ-৩৬ (ফ্ল্যাট ই-১), রোড-১৮
ব্লক-জে, বনানী, ঢাকা-১২১৩
বাংলাদেশ

ডিজাইন ও প্রোডাক্শন ● কমিউনিকেটর

ভূমিকা

যথাযথ স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিতকরণে নার্স ও মিডওয়াইফরা গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে থাকেন। স্বাস্থ্য সেবা খাতের সাফল্য অনেকাংশে তাদের কাজের ওপর নির্ভরশীল। হাসপাতালে আগত একজন রোগীর পরিপূর্ণ চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত করতে সংশ্লিষ্ট চিকিৎসকদের পাশাপাশি তাদের ভূমিকাও অনস্বীকার্য। তবে, কাজের ধরন ও পারিপার্শ্বিকতার কারণেই অনেক সময়ই তাদেরকে বিভিন্ন ধরনের নিরাপত্তা ও স্বাস্থ্য সংক্রান্ত ঝুঁকির সম্মুখীন হতে হয়। কর্মক্ষেত্রে স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকালে নার্স ও মিডওয়াইফরা যদি আহত হয় বা কোন স্বাস্থ্য সমস্যার সম্মুখীন হয়, তখন গুণগত মানের স্বাস্থ্য সেবা প্রদানে ব্যাঘাত ঘটে। তাই সুরক্ষিত ও নিরাপদ কর্মক্ষেত্র, কাঙ্ক্ষিত মানের নার্সিং সেবা নিশ্চিতের অন্যতম পূর্বশর্ত।

বাংলাদেশে স্বাস্থ্য সেবা খাতের সকল পর্যায়ে কর্মরত নার্স ও মিডওয়াইফরা কর্মক্ষেত্রে স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তাজনিত ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকেন এবং তাদেরকে কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্য ঝুঁকিমুক্ত রাখতে কখন কোন পদ্ধতি ও নিয়ম অনুসরণ করতে হবে, তা বিবেচনায় রেখেই এই নির্দেশিকা প্রণয়ন করা হয়েছে।

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয় এর মানবসম্পদ অধিশাখা এবং নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর এর সাথে যৌথভাবে বাংলাদেশের নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন নির্দেশিকা প্রণয়নের উদ্যোগ গ্রহণ করার ক্ষেত্রে গ্লোবাল অ্যাফেয়ার্স কানাডার বাংলাদেশে পরিচালিত হিউম্যান রিসোর্সেস ফর হেলথ প্রকল্পের মাধ্যমে প্রয়োজনীয় কারিগরী ও আর্থিক সহায়তাসহ বাংলাদেশে নার্সিং শিক্ষা ও সেবার মানোন্নয়নে অব্যাহত সহযোগিতা প্রদানের জন্য বিশেষ কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি।

আন্তরিক ধন্যবাদ জানাই স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের মানবসম্পদ অধিশাখা-কে; মূলত নার্স ও মিডওয়াইফরা কর্মক্ষেত্রে কোন ধরনের সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য সংশ্লিষ্ট সমস্যার সম্মুখীন হয়ে থাকেন, তা চিহ্নিত করার পাশাপাশি প্রয়োজনীয় পদক্ষেপসমূহ নির্ধারণ করাসহ এই নির্দেশিকা প্রণয়নে সকল কর্মকাণ্ডের সমন্বয়ের দায়িত্ব পালন করার জন্য।

আমি আশা প্রকাশ করছি, এ নির্দেশিকা নার্স ও মিডওয়াইফরা কর্মক্ষেত্রে যে সকল সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য সংশ্লিষ্ট ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকেন, সে ব্যাপারে তাদেরকে আরো সচেতন হতে সাহায্য করবে এবং কাঙ্ক্ষিত স্বাস্থ্য সেবা প্রদানে সহায়ক হবে। একই সাথে আমি মনে করি, সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ এই নির্দেশিকা সঠিক বাস্তবায়নে কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহণ ও কাঙ্ক্ষিত স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিতে নার্স ও মিডওয়াইফদের নিরাপদ ও সুরক্ষিত কর্ম-পরিবেশ সৃষ্টিতে প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করবেন।

(তন্দ্রা শিকদার)
অতিরিক্ত সচিব
মহাপরিচালক, নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

মুখবন্ধ

নার্সিং একটি ক্রমবর্ধিষ্ণু এবং চাহিদাসম্পন্ন গতিশীল পেশা। কাজের ধরন ও পরিবেশের কারণে কর্মক্ষেত্রে নার্স ও মিডওয়াইফদের প্রতিনিয়ত বিভিন্ন ধরনের স্বাস্থ্য ঝুঁকি ও সুরক্ষাজনিত সমস্যার সম্মুখীন হতে হয়, অনেক ক্ষেত্রেই মারাত্মকভাবে আহত হওয়ার আশঙ্কা থাকে, যা তাদের কাঙ্ক্ষিত দায়িত্ব পালনে বাধার সৃষ্টি করে। কর্মক্ষেত্রে সৃষ্ট স্বাস্থ্য সমস্যা নার্স ও মিডওয়াইফদের শারীরিক ক্ষতির পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্যের ওপরও বিরূপ প্রভাব ফেলে, এমনকি অনেকেই অক্ষমও হয়ে পড়তে পারেন। অনেক দেশই স্বাস্থ্য সেবা খাতে জড়িত স্বাস্থ্যকর্মীদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য ঝুঁকির বিষয়টি গুরুত্বের সাথে বিবেচনা করে এ সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় নির্দেশিকা প্রণয়ন করেছে।

সঙ্গত কারণেই বাংলাদেশে নার্স ও মিডওয়াইফরা যাতে একটি সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্য ঝুঁকিমুক্ত পরিবেশে সঠিকভাবে তাদের দায়িত্ব পালন করতে পারে সেটি গুরুত্বের সাথে বিবেচনা করে স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের মানব সম্পদ অধিশাখা এবং নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর এই নির্দেশিকা প্রণয়ন করেছে। গ্লোবাল অ্যাফেয়ার্স কানাডার অর্থায়নে পরিচালিত হিউম্যান রিসোর্সেস ফর হেল্‌থ (এইচআরএইচ) প্রকল্প এই নির্দেশিকা প্রণয়নে কারিগরি ও আর্থিক সহায়তা প্রদান করেছে।

এই নির্দেশিকায় বাংলাদেশে সকল পর্যায়ে কর্মরত নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্য ঝুঁকিমুক্ত থাকতে কখন কোন পদ্ধতি ও নিয়ম অনুসরণ করতে হবে, সে সম্পর্কে বিস্তারিত পরামর্শ ও নির্দেশনা প্রদান করা হয়েছে।

নির্দেশিকা প্রণয়ন সংক্রান্ত প্রয়োজনীয় কারিগরি সহযোগিতা প্রদানের জন্য এইচআরএইচ প্রকল্পের জেন্ডার সেনসেটিভ হিউম্যান রিসোর্স টাস্ক টিম (জিএসএইচআরটিটি)-কে আন্তরিত ধন্যবাদ জানাচ্ছি। আরও ধন্যবাদ জানাচ্ছি মানব সম্পদ অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ, জিএনএসপিইউ, এইচএইউ, নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর এবং এইচআরএইচ প্রকল্পের প্রতিনিধিদের সমন্বয়ে গঠিত ওয়ার্কিং কমিটির সদস্যদের, যাদের ঐকান্তিক প্রচেষ্টায় একাধিক পরামর্শ সভার মাধ্যমে এই নির্দেশিকা প্রণীত হয়েছে। নির্দেশিকাটি তৈরি করার ক্ষেত্রে সহকর্মী নাহিদ সুলতানা মল্লিক, উপ-সচিব, ব্যবস্থাপনা অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ-কে তার নিরলস ও আন্তরিক প্রচেষ্টার জন্য ধন্যবাদ জানাচ্ছি।

আমি অত্যন্ত আশাবাদী যে, এই নির্দেশিকা নার্স ও মিডওয়াইফরা কর্মক্ষেত্রে যে সকল নিরাপত্তাহীনতা ও স্বাস্থ্য সংশ্লিষ্ট ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকেন, সে ব্যাপারে তাদের সচেতনতা বৃদ্ধির পাশাপাশি নিরাপদভাবে দায়িত্ব পালনে প্রয়োজনীয় পদ্ধতি অনুসরণে উৎসাহিত করবে। আমি আশা করছি, সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ এই নির্দেশিকাটি সঠিক বাস্তবায়ন ও কাঙ্ক্ষিত স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিতে নার্স ও মিডওয়াইফদের নিরাপদ ও সুরক্ষিত কর্ম-পরিবেশ সৃষ্টিতে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ গ্রহণ করবে।

(ফয়েজ আহম্মদ)
অতিরিক্ত সচিব (প্রশাসন) ও লাইন ডিরেক্টর
মানবসম্পদ অধিশাখা, স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন নির্দেশিকা ২০১৭

সূচি

অধ্যায় ১

১.১ ভূমিকা ৮
১.২ বাংলাদেশে পরিচর্যা সেবা পরিস্থিতি ৯
১.৩ স্বাস্থ্যসেবা নিশ্চিতকরণে একজন নিবন্ধিত নার্সের দায়িত্ব ও কর্তব্য ১০
১.৪ নির্দেশিকা প্রণয়নের উদ্দেশ্য ১১

অধ্যায় ২

২.১ নার্সিং ও মিডওয়াইফারি পেশা সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্য ও সুরক্ষা ঝুঁকিসমূহ ১২
২.২ নার্স হিসেবে কাজ করার ফলে শরীরের ওপর দীর্ঘমেয়াদি যে সব বিরূপ প্রভাব পড়ে থাকে ১৪

অধ্যায় ৩

৩.১ সাধারণ স্বাস্থ্য সুরক্ষায় নার্স ও মিডওয়াইফদের করণীয় ১৫
৩.২ টিকা প্রদানের মাধ্যমে নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ব্যবস্থা ১৬
৩.৩ প্রশিক্ষণ ও শিক্ষার মাধ্যমে সুরক্ষা প্রদানে গৃহীত পদক্ষেপ ১৯
৩.৪ অতিরিক্ত নিরাপত্তামূলক ব্যবস্থা ১৯

পরিশিষ্ট

হাত ধোয়া ২০
নিয়মিত পালনীয় বিষয়সমূহ ২১
জুতা বা স্যান্ডেল ব্যবহার ২৪
সুচালো বা ধারালো বস্তু থেকে আঘাতমুক্ত থাকা ২৫
একাকী রোগীকে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে করণীয় ২৬
কর্মক্ষেত্রে সহিংসতা ২৬
সহিংসতা রোধে প্রশাসনিক পর্যায়ে করণীয় বিষয়ে কিছু পরামর্শ ২৬
হিংস্র প্রকৃতির রোগীর সাথে করণীয় কিছু পরামর্শ ২৭
বাড়িতে গিয়ে কোনো রোগীকে স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে করণীয় বিষয়সমূহ ২৮

তথ্যসূত্র ৩০

অধ্যায়

১

১.১ ভূমিকা

স্বাস্থ্য সেবায় নার্সিং বিষয়টি অবিচ্ছেদ্য অংশ। কমিউনিটি ক্লিনিক থেকে শুরু করে জাতীয় পর্যায়ের বিশেষায়িত স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্র সমূহে আগত রোগীদের যথাযথ চিকিৎসা সেবা নিশ্চিতকরণে এর গুরুত্ব সর্বাধিক। শারীরিক কিংবা মানসিক রোগী তিনি যে বয়সেরই হোন না কেন, রোগ প্রতিরোধ থেকে শুরু করে স্বাস্থ্য সেবার সার্বিক মানন্নোয়নে সঠিক পরিচর্যার কোনো বিকল্প নেই। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার নার্সিং বিষয়ক কমিটির বিশেষজ্ঞগণ নার্সিং সেবাকে সংজ্ঞায়িত করতে গিয়ে বলেছেন যে, "নার্সিং সেবা হচ্ছে স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানের মূল লক্ষ্যের একটি অবিচ্ছেদ্য অঙ্গ- যা রোগ প্রতিরোধ থেকে শুরু করে স্বাস্থ্য খাতের সার্বিক মানন্নোয়নে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে থাকে। একটি স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানের সঠিক চিকিৎসা সেবা ও সুনাম রক্ষায় নার্সিং সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে চিকিৎসক থেকে শুরু করে স্বাস্থ্য সেবা সংশ্লিষ্ট বিভিন্ন ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠানের সাথে অত্যন্ত ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করতে হয়।" *(এনইএসওপি, এইচপিএনএসডিপি, জুলাই ২০১১-জুন ২০১৬)*

একটি বহুমাত্রিক ও ক্রমচাহিদা সম্পন্ন পেশা হিসেবে নার্সিং ও মিডওয়াইফারি বিদ্যার রয়েছে শত শত বছরের ঐতিহ্য ও পেশাগত নিশ্চয়তা। একইসাথে এটাও লক্ষ্যণীয় যে, সময়ের সাথে সাথে নার্সিং পেশাকে একটি অত্যন্ত সম্মানের এবং স্থানীয় পর্যায়ে বিশেষ গুরুত্ব সহকারে মূল্যায়ন করা হয়। এছাড়া দলবদ্ধ হয়ে কাজ করার ফলে এই পেশায় নিয়োজিতদের রয়েছে বিশেষ মানসিক সক্ষমতা। পেশাগত কারণেই নার্সিং ও মিডওয়াইফদের প্রতিনিয়ত নানা ধরনের নিরাপত্তা ও স্বাস্থ্যজনিত ঝুঁকির সম্মুখীন হতে হয়। (এনএসডব্লুউ[১] নার্সেস অ্যান্ড মিডওয়াইভ্স' অ্যাসোসিয়েশন, যা নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসনে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদান করে থাকে, মে ২০১৩)। ইতোমধ্যেই বিশ্বের অনেক দেশ স্বাস্থ্য সেবায় নিয়োজিত চিকিৎসক, নার্স, মিডওয়াইফ ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গের সুরক্ষা নিশ্চিত ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসনের প্রয়োজনীয়তা উপলব্ধি পূর্বক নীতিমালা প্রণয়ন করেছে।

> *একজন অসুস্থ মানুষকে তখনই একজন নার্স সর্বোচ্চ সেবা দিতে সক্ষম হয়, যখন সে কর্মক্ষেত্রে সর্বোচ্চ সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্যের প্রতি ঝুঁকিপূর্ণ বিষয়সমূহ থেকে নিজেকে নিরাপদ মনে করতে পারেন। আর এক্ষেত্রে নিয়োগকারী প্রতিষ্ঠানকে প্রয়োজনীয় নীতিমালা প্রণয়নসহ বাস্তবায়নের বিষয়টি যথাযথ পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে কর্মরত ব্যক্তিবর্গের সুরক্ষা নিশ্চিত করা মৌলিক দায়িত্ব। একইসাথে কর্তব্যরত কর্মী যাতে সুরক্ষা সংশ্লিষ্ট বিষয় ও কাজের ধরন সম্পর্কে সঠিক ধারণা লাভ করতে পারে তা নিশ্চিত করা। এরপরেও পেশাগত দায়িত্ব পালনের ফলে যদি কোনো স্বাস্থ্যকর্মী কোনো ধরনের শারীরিক বা মানসিক রোগে আক্রান্ত কিংবা ক্ষতিগ্রস্ত হন, সেক্ষেত্রে নিয়োগদানকারী প্রতিষ্ঠানের পক্ষ থেকে আর্থিক ক্ষতিপূরণসহ প্রয়োজনীয় চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত করতে হবে।"*
>
> সিঙ্গাপুর নার্স অ্যাসোসিয়েশন

১.২ বাংলাদেশে পরিচর্যা সেবা পরিস্থিতি

বাংলাদেশে নার্স ও মিডওয়াইফদের প্রশিক্ষণ, শিক্ষা ব্যবস্থা ও তারা যাতে গুণগত সেবা প্রদানে সক্ষম হন, তা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়ের অধীনে নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর (ডিজিএনএম) এবং বাংলাদেশ নার্সিং অ্যান্ড মিডওয়াইফারি কাউন্সিল (বিএনএমসি) গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করছে।

প্রায় ১৫ কোটি ৬০ লাখ জনসংখ্যার (বিবিএস ২০১৪) বিপরীতে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত নার্স ও মিডওয়াইফদের সংখ্যা খুবই নগণ্য হওয়ায় প্রয়োজন অনুযায়ী যথাযথ স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করা সম্ভব হচ্ছে না; বিশেষ করে গ্রামীণ জনপদে এ সমস্যা প্রকট আকার ধারণ করেছে। বর্তমানে দেশে নিবন্ধিত নার্সদের সংখ্যা ৪১,৯০১ জন (বিএনএমসি, ৩১ মার্চ ২০১৭)[২] অর্থাৎ প্রতি এক হাজার জনের বিপরীতে মাত্র ০.২৯ জন নার্স, যা দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়ার দেশগুলোর মধ্যে সর্বনিম্ন পর্যায়ের। অথচ দেশে নিবন্ধিত চিকিৎসকের সংখ্যা হচ্ছে ৭৮,৫৭২ জন (বিএমডিসি, ২৪ জুলাই ২০১৬)[৩], সে হিসাবে বর্তমানে চিকিৎসক ও নার্স-এর আনুপাতিক হার হচ্ছে ২:১.২ অর্থাৎ নার্সদের তুলনায় চিকিৎসকের সংখ্যা অনেক বেশি। অথচ ওয়ার্ল্ড হেল্থ অর্গানাইজেশন এর মতে আদর্শ স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিত করতে হলে চিকিৎসক ও নার্স-এর নির্ধারিত অনুপাত হবে ১:৩ জন[৪]। আর তাই চিকিৎসকদের তুলনায় নার্সদের সংখ্যা খুবই নগণ্য হওয়ায় কর্মরত নার্সদের ওপর অত্যাধিক চাপ পড়তে বাধ্য। একজন চিকিৎসক যে সকল দায়িত্ব পালন করে থাকেন তার প্রায় প্রত্যেকটি ক্ষেত্রেই একজন নার্সকে সহযোগিতা করতে হয় তাছাড়া রোগীদের সার্বিক দেখভাল করার দায়িত্বভার পড়ে মূলত নার্সদের ওপর। স্বাভাবিকভাবেই প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত নার্সদের অভাবে যথাযথ স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিত করা সম্ভব হচ্ছে না, যা স্বাস্থ্য খাতের সার্বিক মানোন্নয়নের অন্যতম প্রধান অন্তরায়।

জাতীয় পর্যায় থেকে শুরু করে স্থানীয় পর্যায় পর্যন্ত মানুষের স্বাস্থ্যসেবা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে দেশব্যাপি বিস্তৃত আকারের স্বাস্থ্য সেবা প্রদান সংশ্লিষ্ট অবকাঠামো বিদ্যমান। আটটি প্রশাসনিক বিভাগে বিভক্ত বাংলাদেশের মোট জেলা ৬৪টি এবং উপজেলা সংখ্যা ৪৮৫টি। এসব উপজেলাসমূহ আবার ৪,৫০১টি ইউনিয়নে বিভক্ত, যার ওয়ার্ড সংখ্যা হচ্ছে চল্লিশ হাজার পাঁচশত নয়টি। আর তাই স্থানীয় প্রশাসনিক কাঠামো এবং প্রয়োজনীয়তা বিবেচনা করেই বর্তমানে তিনটি স্তরের মাধ্যমে স্বাস্থ্যসেবা নিশ্চিত করা হচ্ছে: উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে সাধারণত প্রাথমিক স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করা হয়; জেলা পর্যায়ের হাসপাতালসমূহে মধ্যম পর্যায়ের এবং বিশেষায়িত ও জাতীয় পর্যায়ের হাসপাতালসমূহে উন্নত চিকিৎসা সেবা প্রদান করা হয়।

[১] নিউ সাউথ ওয়েলস নার্সেস অ্যান্ড মিডওয়াইভস' অ্যাসোসিয়েশন (এনএসডব্লুউএনএমএ) ১৯৩১ সালে নার্স ও মিডওয়াইফদের সমন্বয়ে গঠিত ট্রেড ইউনিয়ন

[২] বাংলাদেশ নার্সিং ও মিডওয়াইফারি কাউন্সিল, এপ্রিল ২০১৭

[৩] Health Bulletin 2016 (2nd edition 13 January 2017), ম্যানেজমেন্ট ইনফরমেশন সিস্টেম (এমআইএস), সেবা পরিদপ্তর (ডিজিএইচএস), স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

[৪] ওয়ার্ল্ড হেলথ অর্গানাইজেশন, "World Health Statistics 2012, Indicator compendium," 2012

প্রশাসনিক গঠন কাঠামো অনুযায়ী বিদ্যমান স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানসমূহ (স্বাস্থ্য, জনসংখ্যা ও পুষ্টি) (সরকারি ও বেসরকারি)			
নং	পর্যায়	মোট সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠান	যে ধরনের স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করা হয়
১	জাতীয়	৩৮	স্নাতকোত্তর ডিগ্রি প্রদানকারী ইন্সটিটিউট ও হাসপাতাল: ৩৩ বিকল্প ধারার মেডিকেল হাসপাতাল [২ (ডিজিএইচএস) + ৩ (ডিজিএফপি)]
২.	বিভাগ- ৮	১৩৮	মেডিকেল কলেজ: ৯৬ [সরকারি: ৩১, বেসরকারি: ৬৫ (ডিজিএইচএস)] অন্যান্য হাসপাতাল: ২৮ (ডিজিএইচএস), মডেল ক্লিনিক: ১৪ (ডিজিএফপি)
৩.	জেলা- ৬৪	৫৮৭	জেলা হাসপাতাল: ৬৩ (ডিজিএইচএস), এমসিডব্লিউসি: ৯৭
৪.	উপজেলা- ৪৮৫	৪৮৪	৫০ শয্যা বিশিষ্ট উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স: ২৮৭ (ডিজিএইচএস-২০১৪) ৩১ শয্যা বিশিষ্ট হাসপাতাল: ১৪১ ৩০ শয্যা বিশিষ্ট হাসপাতাল: ১ ২০ শয্যা বিশিষ্ট হাসপাতাল: ৩০ ১০ শয্যা বিশিষ্ট হাসপাতাল: ২০ ট্রমা সেন্টার: ৫
৫.	ইউনিয়ন- ৪, ৫০১	৫,২৮৬	ইউনিয়ন সাব সেন্টার: ১৩৬২ (ডিজিএইচএস) ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র: ৩, ৯২৪ (ডিজিএফপি)
৬.	ওয়ার্ড- ৪০, ৫০৯	১৩,৪৪৩	কমিউনিটি ক্লিনিক: ১৩, ৪৪৩ (ডিজিএইচএস)

সূত্র: এইচআরএইচ ডাটা শিট ২০১৪, মানব সম্পদ ব্যবস্থাপনা ইউনিট, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

স্বাস্থ্য জনসংখ্যা ও পুষ্টি খাত উন্নয়ন প্রকল্প (এইচপিএনএসডিপি) ২০১১-২০১৬ সালে সঠিক স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিতকরণে নার্স ও মিডওয়াইফদের মৌলিক ভূমিকা রয়েছে এরকম দু'টি বিষয়ের ওপর গুরুত্বারোপ করেছে:

১. স্বাস্থ্য সেবার মানোন্নয়ন
২. স্বাস্থ্য সেবা পদ্ধতিকে শক্তিশালীকরণে গুরুত্ব অনুযায়ী নিম্নলিখিত মৌলিক সেবাসমূহের নিশ্চিতকরণ:
   ক. মাতৃত্বকালীন, নবজাতক, শিশু, রিপ্রোডাকটিভ ও বয়ঃসন্ধিকালীন স্বাস্থ্য সেবা, খ. জনসংখ্যা ও পরিবার পরিকল্পনা সেবাসমূহ, গ. পুষ্টি ও খাদ্য নিরাপত্তা, ঘ. সংক্রামক ও অসংক্রামক রোগ-ব্যাধি, ঙ. জলবায়ু পরিবর্তন ও স্বাস্থ্য সুরক্ষা, চ. রোগ বা ব্যাধি পরিবীক্ষণ, ছ. বিকল্প চিকিৎসা সেবা (এএমসি) এবং, জ. অভ্যাস পরিবর্তনমূলক যোগাযোগ (বিসিসি) সম্পর্কিত প্রকল্পসমূহ *(স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, ২০১১)*

১.৩ স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিতকরণে একজন নিবন্ধিত নার্সের দায়িত্ব ও কর্তব্য

প্রচলিত স্বাস্থ্যসেবা অবকাঠামো অনুযায়ী নার্স ও মিডওয়াইফরা সাধারণত শুশ্রূষামূলক সেবা প্রদান করছে। উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স থেকে শুরু করে জেলা হাসপাতাল, মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল এবং বিশেষায়িত হাসপাতালসমূহে তারা দায়িত্ব পালন করছে। আর এক্ষেত্রে পেশাগত দায়িত্ব পালন করতে গিয়ে তাদেরকে বিভিন্ন পদে যেমন: নার্সিং সুপারিনটেনডেন্ট, ডেপুটি নার্সিং সুপারিনটেনডেন্ট, নার্সিং সুপারভাইজার, সিনিয়র স্টাফ নার্স এবং স্টাফ নার্স হিসেবে কাজ করতে হয়। আর এক্ষেত্রে পদ অনুযায়ী তাদেরকে ভিন্ন ভিন্ন দায়িত্ব পালন করতে হয় যা পরবর্তী পৃষ্ঠায় আলোচনা করা হলো।

- সেবা প্রদানকারী দলের একজন সদস্য হিসেবে একজন সেবা গ্রহীতার প্রয়োজনীয়তা যাচাই, পরিকল্পনা প্রণয়ন, বাস্তবায়ন এবং মূল্যায়ন কাজে সম্পৃক্ত থাকা
- একজন রোগীর চিকিৎসার সাথে সম্পৃক্ত নির্দেশনাসমূহ সঠিকভাবে পালন করা
- অসুস্থ ব্যক্তির প্রয়োজনীয় ও গুণগত সেবা নিশ্চিত করা
- চিকিৎসকের পরমর্শ অনুযায়ী অসুস্থ ব্যক্তিকে প্রয়োজনীয় ওষুধ সেবন করানো ও আনুষঙ্গিক চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত করা
- সঠিকভাবে রোগ নির্ণয়ের স্বার্থে নির্দেশ মোতাবেক প্রয়োজনীয় পরীক্ষা ও যাচাই পদ্ধতি যথাযথভাবে সম্পন্ন করা
- নিয়মিত বা নির্দেশনা অনুযায়ী রোগীর শারীরিক অবস্থার পরিবর্তন পর্যবেক্ষণ, লিপিবদ্ধ ও রিপোর্ট করা
- রোগীর পরিধেয় পোশাক পরিবর্তনের ক্ষেত্রে যথাযথ পদ্ধতি অনুসরণ ও সংক্রামণ বন্ধে কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহণ করা
- নির্দেশনা অনুযায়ী চিকিৎসা যন্ত্রপাতি ব্যবহার ও পর্যবেক্ষণ করা
- অপারেশনসহ অন্যান্য চিকিৎসা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা করা
- চাহিদা অনুযায়ী ওয়ার্ডের নির্ধারিত ওষুধ, যন্ত্রপাতি, সরঞ্জাম ও অন্যান্য প্রয়োজনীয় জিনিসের যথাযথ সংরক্ষণ ও ব্যবহার নিশ্চিত করা
- জরুরি ও জীবন রক্ষাকারী ঔষধ নিরাপদ স্থানে সংরক্ষণ ও তার যথাযথ ব্যবহার নিশ্চিত করা
- ব্যবহৃত যন্ত্রপাতিসমূহ জীবাণুমুক্ত করতে সহযোগিতা করা
- সেবা সম্পর্কিত যাবতীয় তথ্য-উপাত্তের নথিভুক্তকরণ ও সংরক্ষণ নিশ্চিত করা এবং সংশ্লিষ্ট পদস্থ কর্মকর্তাকে যথাসময়ে জানানো বা সরবরাহ করা
- যথাযথ পরিচর্যা সেবা নিশ্চিত করতে নিয়মিতভাবে রোগী পরিদর্শন করা
- নার্সিং সহকারী ও অধীনস্থ অন্যান্য নার্সদের কাজের নিয়মিত তত্ত্বাবধান করা
- জীবাণুমুক্ত পদ্ধতিতে রোগীর ক্ষত পরিষ্কার নিশ্চিত করা
- স্বীকৃত পদ্ধতি অনুসরণ করে চিকিৎসা বর্জ্য ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত ও হাসপাতাল পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখার ক্ষেত্রে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদান ও নির্দেশনা মেনে চলা
- হাসপাতালে রোগ সংক্রামক প্রতিরোধে কার্যকর ব্যবস্থা নিশ্চিত করা
- রোগীর সাথে আগত ব্যক্তি এবং পরিবারের সদস্যদের সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি সম্পর্কে যথাযথ ধারণা প্রদান করা
- ব্যক্তিগতভাবে রোগী যাতে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকতে পারে সে ব্যাপারে সহযোগিতা প্রদান করা
- তত্ত্বাবধায়ক ও কর্তৃপক্ষের নির্দেশনা অনুযায়ী প্রয়োজনীয় অন্যান্য দায়িত্ব পালন করা

১.৪ নির্দেশিকা প্রণয়নের উদ্দেশ্য

একজন নার্স বা মিডওয়াইফ যে পর্যায়েই কাজ করুক না কেন তিনি যাতে সুরক্ষিত ও নিরাপদভাবে কোনো ধরনের স্বাস্থ্য ঝুঁকি ছাড়াই তার দায়িত্ব পালন করতে পারেন তার নিশ্চয়তা প্রদান করা জরুরি। আর তাই বাংলাদেশে স্বাস্থ্য সেবায় নিয়োজিত সেবিকা ও ধাত্রীগণ তা তিনি যে পর্যায়েই বা স্থানে কর্মরত থাকুন না কেন তিনি যাতে নিরাপদ ও সুরক্ষিত থেকে স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করতে পারেন তার নিশ্চয়তা বিধানে এই নির্দেশিকা প্রণয়নের মূল উদ্দেশ্য।

অধ্যায়

২

২.১ নার্সিং ও মিডওয়াইফারি পেশা সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্য ও সুরক্ষা ঝুঁকিসমূহ

ঝুঁকিপূর্ণ কর্মক্ষেত্র এর তালিকায় হাসপাতাল অন্যতম (ওএসএইচএ, ২০১৩)। হাসপাতাল বা চিকিৎসা সেবায় নিয়োজিত ব্যক্তিবর্গের স্বাস্থ্য ঝুঁকি নিরসন ও সুরক্ষা নিশ্চিতের গুরুত্ব তুলে ধরে অকুপেশনাল সেফটি অ্যান্ড হেলথ অ্যাডমিনিস্ট্রেশন (ওএসএইচএ) সংশ্লিষ্ট অংশীজন ও ব্যবস্থাপনার সাথে জড়িত ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠানের সাহায্যার্থে প্রয়োজনীয় দিক-নির্দেশনা ও তথ্য-উপাত্ত সম্বলিত একটি পুস্তিকা প্রণয়ন করেছে। যেখানে হাসপাতালে কর্মরত ব্যক্তিবর্গের সুরক্ষায় পর্যাপ্ত বিনিয়োগ কীভাবে দীর্ঘমেয়াদি ইতিবাচক ফলাফল বয়ে আনে এবং প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে বাস্তবভিত্তিক সমাধান কী হতে পারে সে ব্যাপারে আলোচনা করা হয়েছে।

একজন নার্স বা মিডওয়াইফ যখন তার পেশাগত দায়িত্ব পালনকালে কোনো ধরনের শারীরিক ক্ষতি বা ঝুঁকির সম্মুখিন হন, তা শুধু সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির শারীরিক বা মানসিক ক্ষতির কারণের মধ্যেই সীমাবদ্ধ থাকে না। এর ফলে একদিকে যেমন সে সর্বোচ্চ সেবা দিতে পারে না অন্যদিকে একজন অসুস্থ ব্যক্তিকে তার প্রয়োজনীয় সেবা প্রদান করাও সম্ভব হয় না। সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্য ঝুঁকি মুক্ত পরিবেশে একজন নার্স বা মিডওয়াইফ তার যোগ্যতা ও দক্ষতা অনুযায়ী রোগীকে সঠিক সেবা প্রদানে সক্ষম হন। *(সিঙ্গাপুর নার্স অ্যাসোসিয়েশন এর ঘোষণাপত্র)*

নার্স ও মিডওয়াইফ সাধারণত পেশাগত দায়িত্ব পালনকালে কী ধরনের সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকেন সে ব্যাপারে ইন্টারন্যাশনাল নার্সিং কাউন্সিল (আইসিএন) ২০০৬ সালে এক ঘোষণাপত্রে নিম্নলিখিত বিষয়ের ওপর গুরুত্ব আরোপ করেছে:

- *রোগীর মল-মূত্রসহ স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকালে সৃষ্ট চিকিৎসা বর্জ্য দ্বারা পরিবেশ সংক্রামিত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে*
- *বিভিন্ন রাসায়নিক দ্রব্য, জীব-জন্তু, শারীরিক সংস্পর্শ, শোরগোল, তাপ বিকিরণ, হস্তচালিত যন্ত্রপাতির ব্যবহার, একই যন্ত্র নিয়মিত ব্যবহার ও চিকিৎসা যন্ত্রপাতি ব্যবহার সম্পর্কে পর্যাপ্ত ধারণার অভাব এবং যথাযথ ব্যবস্থাপনার অভাব*
- *সুরক্ষা প্রদানকারী যন্ত্রপাতি ও বস্ত্রের অভাব এবং সহজলভ্য না থাকা*
- *পালাক্রম অনুযায়ী কাজের ধরন ও দৈনন্দিন জীবন যাপনে তার নেতিবাচক প্রভাব*
- *বিভিন্ন ধরনের রাজনৈতিক, সামাজিক, অর্থনৈতিক, সাংস্কৃতিক সর্বোপরি চিকিৎসা কাঠামোর মধ্যে একজন নার্স ও মিডওয়াইফকে কাজ করতে হয়, যা তার মানসিক স্বাস্থ্য, আবেগ ও আধ্যাত্মিক চিন্তা ভাবনাকে ভীষণভাবে প্রভাবিত করে থাকে।*
- *যৌন হয়রানিসহ বিভিন্ন ধরনের সহিংস ঘটনা*
- *পেশাগত দক্ষতার অভাব, যন্ত্রপাতির ত্রুটিপূর্ণ নির্মাণ কৌশল ও পর্যাপ্ত সুযোগ সুবিধার অভাব*
- *সম্পদের অপর্যাপ্ত বরাদ্দ এবং*
- *নিঃসঙ্গভাবে কাজ করা*

ইন্টারন্যাশনাল কাউন্সিল অব নার্সেস, ২০০৬

ঘোষণাপত্র

অকুপেশনাল হেলথ অ্যান্ড সেফটি ফর নার্সেস, জেনেভা

চিকিৎসা সেবায় সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গ নিম্নে উল্লিখিত ছয়টি স্বাস্থ্য ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকেন

সূত্র: কানাডিয়ান সেন্টার ফর ওকুপেশনাল হেলথ অ্যান্ড সেফটি, www.ccohs.ca

১. বায়োলজিকাল

কর্মক্ষেত্রে নার্সগণ বিভিন্নভাবে সংক্রামিত হতে পারেন যেমন: বায়ুবাহিত (যক্ষ্মা), রক্তবাহিত- এইডস, হেপাটাইটিস বি ও সি এবং সরাসরি সংক্রামক ব্যাধি (টিটিনাস বা ধনুষ্টংকার)। এছাড়া বিভিন্ন ধরনের ওষুধ ব্যবস্থাপনা ও নিয়মিত সংস্পর্শের ফলে নানারকম জীবাণু যেমন- মাল্টি-ড্রাগ রেজিস্ট্যান্ট টিউবারকুলোসিস (এমডিআর-যক্ষ্মা), মেথিসিলিন রেজিসটেন্ট স্টাফাইলোকক্কাস ওরিয়াস (এমআরএসএ) সহ অন্যান্য জীবাণুর সংস্পর্শে আসার ঝুঁকি থাকে। এছাড়া নার্সগণ বার বার হাত ধোয়ার ফলে এক পর্যায়ে দীর্ঘমেয়াদী চর্ম রোগের শিকার হয়। এছাড়া নিয়মিত সুচ ব্যবহারের ফলে সুচের আঘাতজনিত অসুস্থতার ঝুঁকি থেকে যায়।

২. রাসায়নিক দ্রব্য

হাসপাতালে কর্মরত অবস্থায় নার্সগণ নানা ধরনের রাসায়নিক দ্রব্যের সংস্পর্শে আসেন, যেমন-

- পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা ও চিকিৎসা সরঞ্জামাদি জীবাণুমুক্ত করার কাজে ব্যবহৃত রাসায়নিক দ্রব্যসমূহ
- পরিত্যক্ত ও ব্যবহৃত সংজ্ঞানাশক ওষুধের গ্যাস
- বিভিন্ন ধরনের ওষুধ
- গ্লাভ্স ও মেডিকেল যন্ত্রপাতিতে ব্যবহৃত জীবাণুমুক্তকরণ রাসায়নিক পদার্থ

৩. শারীরিক

অনেক ক্ষেত্রেই বল প্রয়োগ, পুনরাবৃত্তি, বিশেষ ভঙ্গি এবং দীর্ঘ সময় ধরে কাজ করার প্রয়োজন পড়ে। যেমন-

- দীর্ঘ সময় ধরে হাঁটা-চলা বা দাঁড়িয়ে থাকা
- ভারি সরঞ্জাম উত্তোলন
- মাত্রাতিরিক্ত পরিশ্রম (সরঞ্জামাদিতে নাগাল পাওয়া, বহন করা ইত্যাদি)

৪. বিকিরণ

নার্সগণ স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে নিম্ন উল্লিখিত শারীরিক ক্ষতির সম্মুখীন হয়ে থাকেন-

- তাপ বিকিরণ : এক্সরে ও অন্যান্য নিরীক্ষণ যন্ত্রপাতি থেকে নির্গত/উৎসারিত বিকিরণ
- লেজার

৫. নিরাপত্তা

চিকিৎসা কেন্দ্রে বা হাসপাতালে বিভিন্ন স্থানে নানা ধরনের যন্ত্রপাতি ও জিনিসপত্র রাখা থাকে, মেঝেতে তরল জাতীয় দ্রব্য পড়ে থাকতে পারে, এর ফলে কাজ করার সময় অসাবধানতাবশত পড়ে গিয়ে বা ধাক্কা লেগে আহত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। এছাড়া অনেক সময়ই চিকিৎসা সামগ্রী জীবাণুমুক্ত করতে গিয়ে ছেঁড়া-কাটা সহ শরীর পুড়ে যাওয়ার মতো ঘটনা ঘটে। কখনো কখনো ধারালো যন্ত্রপাতি ব্যবহারের ফলে হাত-পা ছিদ্র হওয়া থেকে শুরু করে শরীর কেটে যাওয়ার মতো ঘটনা ঘটে থাকে।

৬. মানসিক

একাকী কাজ করার সময় বা একা যখন রোগীর পাশে থাকে তখন অনেক সময়ই নার্সগণ সহিংস ঘটনার সম্মুখীন হয়ে থাকেন। জরুরি মুহূর্তে রোগীকে যখন সেবা প্রদান খুবই দরকার হয়ে পড়ে অথচ আশেপাশে সংশ্লিষ্ট কাউকে পাওয়া যায় না, দীর্ঘ সময় ধরে একাধিক গুরুত্বপূর্ণ রোগীকে সেবা প্রদান ও আনুষঙ্গিক বিষয়সমূহ সামলানোর ফলে নার্সদের ওপর চাপ বাড়তে থাকে। এছাড়া বিশেষ পরিস্থিতিতে ভয়ঙ্কর কোনো অভিজ্ঞতার ফলে তাদের ওপর মানসিক চাপ বাড়তে থাকে। দীর্ঘ সময় ধরে জরুরি চিকিৎসা প্রদানসহ নিয়মিতভাবে রোগীর সেবা করার ফলে তাদের মনের ওপর এর বিরূপ প্রভাব বাড়তে থাকে। অনেক নার্সকেই কোনোরকম বিরতি ছাড়াই পালাক্রমে এবং দীর্ঘ সময় ধরে রোগীর প্রয়োজনীয় সেবা নিশ্চিত করতে হয়, যা তার শরীরের ওপর বিরূপ প্রভাব ফেলে।

২.২ নার্স হিসেবে কাজ করার ফলে শরীরের ওপর দীর্ঘমেয়াদি যে সব বিরূপ প্রভাব পড়ে থাকে

দীর্ঘদিন ধরে বিভিন্ন রাসায়নিক দ্রব্যের সংস্পর্শের ফলে শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ মারাত্মকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে, যেমন : শ্বাসযন্ত্র, স্নায়ুতন্ত্র, প্রজনন স্বাস্থ্য, ত্বক ও রক্ত কণিকা সৃষ্টি জনিত। উদাহরণ হিসেবে বলা যায় যে, আন্তর্জাতিক ক্যান্সার গবেষণা সংস্থা (আইএআরসি) ইথালিন অক্সাইডকে মানব শরীরে ক্যান্সার সৃষ্টির অন্যতম উপাদান হিসেবে চিহ্নিত করেছে (গ্রুপ-১)।

- দীর্ঘকালীন সময় বিভিন্ন ধরনের ওষুধ, জীবাণুমুক্তকরণ রাসায়নিক দ্রব্য ও চেতনানাশক গ্যাসের সংস্পর্শে আসার ফলে সেবিকাদের শরীরের ওপর বিরূপ প্রভাব পড়ে।
- অবসন্ন এবং শরীরের পেছনের অংশ ব্যথা
- হেপাটাইটিস ও যক্ষ্মা রোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা
- বার বার হাত পরিষ্কার করতে গিয়ে জীবাণু মুক্তকরণ রাসায়নিক দ্রব্য, ডিটারজেন্ট ও সাবান ব্যবহারের ফলে চুলকানি ও চর্ম রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকে।
- এলার্জি

সূত্র : নার্স, জেনারেল (ইনস্টিটিউশনাল), ইন্টারন্যাশনাল হ্যাজারড ডাটাশিট অন অকুপেশনস, ইন্টারন্যাশনাল অকুপেশনাল সেফটি অ্যান্ড হেল্‌থ ইনফরমেশন সেন্টার (সিআইএস)।

অধ্যায়

৩

৩.১ সাধারণ স্বাস্থ্য সুরক্ষায় নার্স ও মিডওয়াইফদের করণীয়

স্বাস্থ্যসেবায় নিয়োজিত সকল নার্স ও মিডওয়াইফদের স্বাস্থ্য সুরক্ষায় নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ মেনে চলার উপদেশ দেওয়া হল : *সূত্র : কানাডিয়ান সেন্টার ফর অকুপেশনাল হেল্‌থ অ্যান্ড সেফটি (সিসিওএইচএস)*

- রক্তবাহিত রোগ (এইডস, হোটাইটিস বি ও সি) সংক্রমণ থেকে নিরাপদ থাকার জন্য প্রতিবারই হাত ধোয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এছাড়া ত্বক শুকিয়ে যাওয়া রোধে নিয়মিত আর্দ্রতা রক্ষাকারী লোশন বা ক্রিম ব্যবহার করা।
- সুচ ব্যবহারজনিত আঘাত থেকে সুরক্ষা থাকার প্রয়োজনীয় কৌশল আয়ত্ব করা
- কর্মক্ষেত্রে সর্বদা সঠিক সুরক্ষা প্রদানকারী যন্ত্র (পিপিই) এবং প্রয়োজনীয় বস্ত্র পরিধান করা। ক্ষেত্রবিশেষে গ্লাভ্‌স যথাযথ সুরক্ষা নিশ্চিতে যথেষ্ট নাও হতে পারে (এক্ষেত্রে বিশেষ রাসায়নিক দ্রব্য দ্বারা হাত পরিষ্কার করা)
- যথাযথ জুতা ব্যবহার করা (চলাফেরা ও দাঁড়িয়ে থাকার ক্ষেত্রে এবং মেঝেতে পড়ে থাকা বিভিন্ন জিনিস-পত্র থেকে আহত হওয়া প্রতিরোধে)
- কীভাবে নিরাপদভাবে রোগীকে তুলতে হয় তা ভালভাবে আয়ত্ব করা
- বিশেষ পরিস্থিতিতে বিপদজনক অবস্থায় কাজ করার ক্ষেত্রে (কাঁধ বরাবর থেকে উপরের দিকে হাত রেখে কাজ করার সময়) প্রয়োজনীয় বিরতি নেওয়া
- পালাক্রম অনুযায়ী কাজ করার ক্ষেত্রে নির্দেশনাসমূহ মেনে চলা এবং পর্যায়ক্রমে একাধিক শিফটে কাজ করার ক্ষতিকর প্রভাব সম্পর্কে সচেতন থাকা
- দীর্ঘ সময় ধরে চাপের মধ্যে কাজ করার ফলে মনের ওপর যে বিরূপ প্রভাব পড়ে তা থেকে মুক্ত হতে বিশেষ উদ্বুদ্ধকরণ সেশনের আয়োজন করা
- কর্তৃপক্ষ বা ঊর্ধ্বতন পর্যায়ে নিরাপদ ও সুরক্ষিত কর্মক্ষেত্র সৃষ্টির লক্ষ্যে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ ও কার্যকর ব্যবস্থাপনার জন্য অনুরোধ করা
- ওয়ার্ড ও করিডোরের হাঁটাচলার রাস্তায় যত্রতত্র পড়ে থাকা ময়লা আবর্জনা পরিষ্কার ও জিনিসপত্র সরিয়ে রাখা
- হাসপাতালের অভ্যন্তরে যাতে পর্যাপ্ত আলো বাতাস প্রবেশ করতে পারে তার ব্যবস্থা ও সংরক্ষণ করা
- কর্তৃপক্ষ ও বিশেষজ্ঞ নির্দেশনা অনুযায়ী তাপ বিকিরণের মাত্রা যথাসম্ভব কম রাখা এবং সুরক্ষা প্রদানকারী পোশাক ও আনুষঙ্গিক যন্ত্রপাতি ব্যবহার করা
- নিউক্লিয়ার মেডিসিন বিভাগে কর্মরত বা সংশ্লিষ্ট বিভাগে যদি কোনো রোগীর পরীক্ষা-নিরীক্ষার প্রয়োজন

হয় সেক্ষেত্রে যারা এ ধরনের কাজের সাথে সম্পৃক্ত থাকবে তাদের অবশ্যই তাপ বিকিরণজনিত ক্ষতিকর প্রভাব থেকে কীভাবে সুরক্ষিত থাকতে হবে সে ব্যাপারে প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ ও ধারণা প্রদান করতে হবে

- নিরাপদ ও সুরক্ষিত থেকে কীভাবে পেশাগত দায়িত্ব পালন করা যায় সে সম্পর্কিত তথ্য উপাত্ত সহজলভ্য হতে হবে।

নার্স ও মিডওয়াইফ কর্মক্ষেত্রে কোন ধরনের ঝুঁকির সম্মুখীন হয় এবং ঝুঁকি এড়াতে করণীয় কি তা জানতে হবে

- রক্তবাহিত রোগের ঝুঁকি (এইডস, হেপাটাইটিস বি ও সি)
- হাত ধোয়া
- প্রাত্যহিক চর্চা / কাজ (রুটিন প্র্যাকটিসেস)
- নিজস্ব সুরক্ষায় প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি (পারসোনাল প্রোটেকটিভ ইকুপমেন্ট-পিপিই) ও দ্রব্য সঠিকভাবে বেছে নেওয়া, যথাযথ সংরক্ষণ, ব্যবহার ও সঠিক ব্যবস্থাপনা নিশ্চিত করা
- শ্বাসযন্ত্রের সুরক্ষায় যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণ
- সঠিক জুতা নির্বাচন করা
- সুচের আঘাত থেকে সুরক্ষিত থাকা
- নিরাপদভাবে রোগীর সেবা করা
- পালাক্রম অনুযায়ী কাজ করার সঠিক তথ্য
- অবসাদ বা ক্লান্তি দূর করার সঠিক পদ্ধতি সম্পর্কিত তথ্য
- কর্মক্ষেত্রে সহিংসতা (কর্মক্ষেত্রে নার্স ও মিডওয়াইফদের ওপর সংঘটিত সহিংসতা ও যৌন হয়রানি রোধ এবং সুরক্ষা প্রদান নীতিমালা)
- একা কাজ করার ক্ষেত্রে কোন পদ্ধতি অনুসরণ করতে হবে (সাধারণ তথ্য) এবং একা কোনো রোগীকে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে কোন ধরনের নিয়ম মেনে চলা উচিৎ
- কমপ্রেসড গ্যাস এর সাহায্যে কোন কাজ করার ক্ষেত্রে কোন ধরনের সুরক্ষামূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করা দরকার।

৩.২ টিকা প্রদানের মাধ্যমে নার্স ও মিডওয়াইফদের কর্মক্ষেত্রে সুরক্ষা প্রদান ব্যবস্থা

অসুস্থ ব্যক্তি এবং তার ব্যবহৃত জিনিসপত্র থেকে নার্স ও মিডওয়াইফগণ অনেক ক্ষেত্রেই রোগ-ব্যাধিতে সংক্রামিত হতে পারে। এছাড়া টিকা গ্রহণের মাধ্যমে যে সব ব্যাধি থেকে মুক্ত থাকা যায় এমন অনেক অসুখেও তারা আক্রান্ত হতে পারে। যদিও প্রচলিত টিকাদান কর্মসূচির আওতায় অনেক রোগেরই টিকা বিনামূল্যে প্রদান করা হয়, তারপরেও অনেক ক্ষেত্রেই যথাযথভাবে এ সংক্রান্ত তথ্য-উপাত্ত সংরক্ষিত না থাকায় এ ধরনের ব্যাধি মহামারি আকারে ছড়িয়ে পড়লে কর্মরত নার্স ও মিডওয়াইফদের সম্পর্কে সঠিক তথ্য জানার সুযোগ থাকে না। তাই কর্মক্ষেত্রে অধিকতর সুরক্ষিত থাকতে নার্স ও মিডওয়াইফরা পূর্বসতর্কতার অংশ হিসেবে এসব ব্যাধির টিকা গ্রহণ করা উচিৎ।

যে সব রোগের টিকা গ্রহণের পরামর্শ দেওয়া হল

যদিও নার্স ও মিডওয়াইফরা তাদের শৈশবে বাংলাদেশে প্রচলিত সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচির আওতায় (ইপিআই) বিশেষ কিছু রোগের টিকা গ্রহণ করেছে, তারপরেও প্রাপ্তবয়স্ক নার্স ও মিডওয়াইফদের নিম্নলিখিত নিয়ম ও বয়স অনুযায়ী হেপাটাইটিস বি ও ইনফ্লুয়েঞ্জার টিকা গ্রহণের পরামর্শ প্রদান করা যাচ্ছে[৫]।

টিকা	১৯-৬৫ বছর
ইনফ্লুয়েঞ্জা	বছরে ১টি
হেপাটাইটিস-বি	৩টি

সূত্র : প্রাপ্তবয়স্ক টিকাদান সময়সূচি ২০১৬, সেন্টারস ফর ডিজিস কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন'স (সিডিসি), ইউএস ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ অ্যান্ড হিউম্যান সার্ভিসেস

ইনফ্লুয়েঞ্জার টিকা

১৯ বছর পার হলে বছরে ১টি টিকা গ্রহণ করতে হবে।

- ছয় মাসের বেশি যে কেউ এমনকি গর্ভবতী নারী ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা (IIV) গ্রহণ করতে পারে।
- ১৮ বছর থেকে ৬৪ বছর বয়স্ক যে কেউ ইনটাডারমাল IIV গ্রহণ করতে পারে
- লাইভ অ্যাটেনিউটেড ইনফ্লুয়েঞ্জা ভ্যাকসিন (এলএআইভি/ফ্লুমিস্ট) ২ থেকে ৪৯ বছর বয়স্ক যে কোনো সুস্থ মানুষ এবং গর্ভবতী নয় এমন নারী গ্রহণ করতে পারে
- ১৮ বছর বয়সের কম যে কেউ রিকমবিনেন্ট ইনফ্লুয়েঞ্জা ভ্যাকসিন (আরআইভি/ফ্লুব্লক) টিকা গ্রহণ করতে পারে
- আরআইভি ১৮ বছর বয়স পার করেছে এমন যে কেউ, যার ডিম বা অন্য কিছুতে এলার্জি আছে সেও গ্রহণ করতে পারে। তবে বাড়তি সতর্কতা হিসেবে যাদের ডিম খেলে এলার্জি সমস্যা হয় তারা আইআইভি গ্রহণ করবে।
- বিশেষ রোগে আক্রান্ত বা দুরারোগ্য ব্যাধিতে আক্রান্ত রোগীর সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে বাড়তি সতর্কতা হিসেবে আইআইভি বা আরআইভি টিকা গ্রহণ করা দরকার। এছাড়া যেসব নার্স ও মিডওয়াইফ এলএআইভি টিকা গ্রহণ করবে তারা টিকা গ্রহণের পরবর্তী সাত দিন সংক্রামক ব্যাধিতে আক্রান্ত রোগীর সেবা করা থেকে দূরে থাকবে।

হেপাটাইটিস-বি টিকা

নার্স ও মিডওয়াইফসহ স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী যে কোনো ব্যক্তি যার রক্ত বা শরীরের অন্যান্য তরল বাহিত রোগের সংক্রামণ হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে তাদের জন্য হেপাটাইটিস বি এর তিনটি টিকা গ্রহণ করতে হবে। এছাড়া নিম্নলিখিত ক্ষেত্রে সংশ্লিষ্ট প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিদেরকে হেপাটাইটিস বি এর টিকা গ্রহণ করার পরামর্শ প্রদান করা যাচ্ছে।

- **যৌনবাহিত রোগ/এসটিডি-এর চিকিৎসা সেবা প্রদান:** এইচআইভি পরীক্ষা ও চিকিৎসা সুবিধা, মাদকাসক্তদের চিকিৎসা এবং প্রতিরোধমূলক সেবা, ইনজেকশনের সাহায্যে মাদক গ্রহণ করে এমন ব্যক্তিদের চিকিৎসা সেবা, ক্রোনিক হেমোডায়ালাইসিস রোগীদের চিকিৎসা সেবা প্রদান এবং বিশেষ সহযোগিতা সম্পন্ন রোগীদের সেবা প্রদানের সাথে সংশ্লিষ্ট।
- **হেপাটাইটিস-বি টিকার ডোজ:** হেপাটাইটিস বি এর টিকা একাধারে তিনটি ডোজ শেষ করতে হবে। এক্ষেত্রে একটি টিকা গ্রহণ করার পর নির্ধারিত সময়ে পরবর্তী ডোজ গ্রহণ করতে হবে। দুই ডোজের মাঝে কোনোভাবেই নির্ধারিত সময়ের চেয়ে বেশি বিরতি গ্রহণ করা যাবে না বা একটি গ্রহণ করার পর বেশ কিছু দিন পর দ্বিতীয় ডোজ গ্রহণ করা যাবে না। আর তাই প্রথম ডোজ টিকা গ্রহণ করার পর ঠিক ১ মাস পরে পরবর্তী টিকা গ্রহণ করতে হবে এবং দ্বিতীয় টিকা গ্রহণের ঠিক ২ মাস পরে তৃতীয় ডোজ গ্রহণ করতে হবে। অর্থাৎ প্রথম ডোজ ও তৃতীয় ডোজের মধ্যে সময়ের ব্যবধান হবে ৪ মাস।

[৫] প্রাপ্ত বয়স্ক টিকাদান সময়সূচি ২০১৬, যা সেন্টারস ফর ডিজিস কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন'স (সিডিসি), অ্যাডভাইজরি কমিটি অন ইমুনাইজেশন প্রাকটিসেস (এসিআইপি), দি আমেরিকান অ্যাকাডেমি অব ফ্যামিলি ফিজিশিয়ানস (এএএফপি), দি আমেরিকান কলেজ অব ফিজিশিয়ান (এসিপি), দি আমেরিকান কলেজ অব অবসট্রেটিশিয়ানস অ্যান্ড গাইনোকোলোজিস্ট (এসিওজি) এবং দি আমেরিকান কলেজ অব নার্স-মিডওয়াইভস (এসিএনএম) কর্তৃক স্বীকৃত।

টিটেনাস টক্সাইড (টিটি)

সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচি (ইপিআই) এর আওতায় ১৫ থেকে ৪৯ বছর বয়সের সকল নারীকে টিটি টিকা দেওয়া হয়। কোনো কারণে যদি কোনো নার্স ও মিডওয়াইফের টিটি দেওয়া না থাকে, সেক্ষেত্রে নিম্নলিখিত পদ্ধতি ও সময়সূচি অনুসারে টিটি টিকা গ্রহণের পরামর্শ প্রদান করা যাচ্ছে:

টিকায় ব্যবহৃত উপাদান	টিকার নাম	প্রতি ডোজের পরিমাণ	ডোজ	টিকা গ্রহণের নির্ধারিত বয়সসীমা/টিকা গ্রহণের যৌক্তিক বিরতিসীমা	শরীরের যে স্থানে টিকা দিতে হবে	টিকা প্রদানের নির্ধারিত রুট
টিটিনাস	টিটিনাস টোক্সাইড	০.৫ মিলি	টিটি ১	১৫ বছর পূর্ণ হলে	বাহুর উপরের অংশের মাঝখানে	পেশির ভিতরের অংশে (আই/এম)
			টিটি ২	টিটি ১ গ্রহণের কমপক্ষে চার সপ্তাহ পরে		
			টিটি ৩	টিটি ২ গ্রহণের কমপক্ষে ৬ মাস পরে		
			টিটি ৪	টিটি ৩ গ্রহণের কমপক্ষে ১ বছর পরে		
			টিটি ৫	টিটি ৩ গ্রহণের কমপক্ষে ১ বছর পরে		

- টিটি টিকা গ্রহণের উল্লিখিত সময়সীমা সর্বোচ্চ কম হিসেবে বলা হয়েছে, সর্বোচ্চ সময়সীমা উল্লেখ করা হয়নি
- টিটি'র পাঁচটি টিকা ধনুষ্টংকারজনিত কারণে মা ও নবজাতকের মৃত্যু ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করে
- প্রাপ্তবয়স্ক সকল নারীকে বাংলাদেশ সরকার বিনামূল্যে টিটি টিকা প্রদান করছে
- এ জাতীয় টিকা স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠান ছাড়াও সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচির জন্য নির্ধারিত স্থান ও এর বাইরের কোনো স্থানে, সিটি কর্পোরেশন ও মিউনিসিপ্যালিটি'র নির্ধারিত স্থানে, বেসরকারি প্রতিষ্ঠানসমূহের নির্ধারিত স্থানে এবং ব্যক্তি মালিকানাধীন প্রতিষ্ঠানসমূহের নির্ধারিত স্থানে প্রদান করা হয়।

সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচি (ইপিআই) কর্তৃক সুপারিশকৃত ৭টি টিকা

১. বিজিসি (যক্ষ্মা)
২. ওপিভি (পোলিও)
৩. পেন্টাভ্যালেন্ট (ডিপথেরিয়া, পার্টুসিস, টিটেনাস, হেপাটাইটিস-বি, হেমোফাইলাস ইনফ্লুয়েঞ্জা)
৪. পিসিভি (নিউমোনিয়া)
৫. এমআর (মিজেল্‌স্ ও রুবেলা)
৬. মিজেল্‌স্ (মিজেল্‌স্)
৭. টিটি (টিটেনাস)

সূত্র : সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচি (ইপিআই), স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

৩.৩ প্রশিক্ষণ ও শিক্ষার মাধ্যমে সুরক্ষা প্রদানে গৃহীত পদক্ষেপ

হাসপাতাল, স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী যে কোনো প্রতিষ্ঠান, নার্সিং ইন্সটিটিউট ও কলেজসমূহে নার্স ও মিডওয়াইফসহ স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের সাথে সংশ্লিষ্ট সকল ব্যক্তি যাদের পেশাগত দায়িত্ব পালন করতে গিয়ে সংক্রামক ব্যাধিসহ নানাভাবে স্বাস্থ্য ঝুঁকির মধ্যে কাজ করতে হয়, তাদের সচেতন করতে প্রত্যেককে সংশ্লিষ্ট প্রতিষ্ঠানের পক্ষ থেকে প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা ও যথাযথ ধারণা প্রদান করতে হবে। এক্ষেত্রে সামগ্রিক বিষয়ের ওপর আলোকপাত করে প্রশিক্ষণ সহায়িকা প্রস্তুত করতে হবে।

- স্বাস্থ্য ঝুঁকি ও সুরক্ষা সংশ্লিষ্ট বিষয়ে সচেতন করতে নার্সদের জন্য নিয়মিত প্রশিক্ষণের আয়োজন করা (নিরাপদভাবে চিকিৎসা সামগ্রির ব্যবহার, সেবিকাদের অধিকার, ঝুঁকি সম্পর্কিত সচেতনতা)
- স্বাস্থ্য সেবায় নিয়োজিত ব্যক্তিবর্গ বিশেষ করে নার্স ও মিডওয়াইফদের স্বাস্থ্য ঝুঁকি ও সুরক্ষা সংশ্লিষ্ট বিষয়ের ওপর জ্ঞান ও অভিজ্ঞতা প্রশিক্ষণ ও শিক্ষার আয়োজন করা যাতে করে তারা কর্মক্ষেত্রে স্বাস্থ্য ঝুঁকির মতো বিষয়সমূহ সহজেই চিহ্নিত, মূল্যায়ন ও নিয়ন্ত্রণের মাধ্যমে এ জাতীয় প্রতিবন্ধকতা দূর করতে সক্ষম হয়।
- স্বাস্থ্য সেবা সংশ্লিষ্ট নিরাপত্তা ও নীতিমালা সম্পর্কে সঠিক ধারণা আছে এমন বিশেষজ্ঞকে প্রশিক্ষণ ও শিক্ষা কার্যক্রমে সম্পৃক্ত করা।
- নার্স ও মিডওয়াইফদের শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য ঠিক রাখতে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ গ্রহণসহ তাদের জন্য কল্যাণমূলক কর্মকাণ্ড আয়োজনে উৎসাহ ও প্রয়োজনে সহায়তা প্রদান করা।
- নার্স ও মিডওয়াইফদের ব্যক্তিগত, পেশাগত ও আধ্যাত্মিক/মানসিক প্রশান্তি ও উন্নয়নে পর্যাপ্ত সুযোগ প্রদান করা।

সূত্র : Workplace Health, Safety and Well-being of the Nurse Guideline, রেজিস্টার্ড নার্সেস অ্যাসোসিয়েশন অব ওন্টারিও (আরএনএও), ২০০৮

৩.৪ অতিরিক্ত নিরাপত্তামূলক ব্যবস্থা

নার্স ও মিডওয়াইফদের বিভিন্ন পরিবেশে কাজ করতে হয়। এর ফলে তারা নানা ধরনের স্বাস্থ্য ঝুঁকির সম্মুখীন হয়ে থাকে। আর তাই যদি কোনো নার্স ও মিডওয়াইফ কর্মক্ষেত্রে কোনো ধরনের স্বাস্থ্য ঝুঁকির সম্মুখীন হয়, তাহলে তাৎক্ষণিকভাবে নিম্নলিখিত ব্যক্তি বা কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগ করার পরামর্শ প্রদান করা যাচ্ছে।

- তত্ত্বাবধায়ক বা প্রশাসক/ব্যবস্থাপক
- চিকিৎসক বা সংশ্লিষ্ট যে কেউ
- স্বাস্থ্য ও সুরক্ষা কমিটির সদস্য বা প্রতিনিধি
- সমাজকল্যাণ বিভাগ

পরিশিষ্ট

হাত ধোয়া

সঠিকভাবে হাত পরিষ্কার করতে নিম্ন উল্লিখিত বিষয়সমূহ অনুসরণ করা যেতে পারে

- হাতে আংটি বা কোনো অলঙ্কার থাকলে খুলে রাখা
- পানি দিয়ে সম্পূর্ণ হাত ভিজিয়ে নেওয়া
- সাবান (১-৩ মিলি) এবং জীবাণুনাশক দ্রব্য ব্যবহার করা
- হাত, আঙুলের মাঝের স্থান, কব্জি এবং কনুই থেকে কব্জির মাঝের স্থান অন্তত ১৫ সেকেন্ড সাবান মেখে ঘষে ঘষে পরিষ্কার করা
- নখের নিচ ভালো করে ঘষে পরিষ্কার করা
- সম্পূর্ণ হাত ভালোভাবে পরিষ্কার করা
- একবার ব্যবহার উপযোগী তোয়ালে দিয়ে হাত ভালোভাবে মুছে শুকিয়ে ফেলা
- পেপার তাওয়েল এর সাহায্যে পানির কলটি বন্ধ করা
- বাথরুম থেকে বের হবার পর নোংরা বস্তু থেকে হাত নিরাপদ রাখা

অন্যান্য পরমর্শসমূহ

- হাত কেটে গেলে বা ছিঁড়ে গেলে ক্ষতস্থান ব্যান্ডেজ কাপড় দিয়ে ভালোভাবে মুড়িয়ে এরপর গ্লাভ্স্ পরিধান করা (ক্ষতস্থানের মাধ্যমেই রোগ সংক্রামণের মাত্রা বেশি)
- কৃত্রিম নখ বা এ জাতীয় কোনো কিছু ব্যবহার করলে ভালোভাবে পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে
- হাত ধোয়ার আগে কোনোভাবেই চোখ, মুখ ও নাকে হাত না দেওয়া
- মানবদেহ থেকে নির্গত যে কোনো ধরনের তরল পদার্থের ব্যাপারেই সাবধানতা অবলম্বন করা
- তরল সাবান ব্যবহার করতে পারলে ভালো, যদি না থাকে তাহলে প্রচলিত সাবান ব্যবহার করা যেতে পারে, সেক্ষেত্রে সাবানের সাইজ ছোট হলে ভালো, যাতে করে এটা সহজেই শেষ হয় অথবা নতুন সাবান ব্যবহার করার সুযোগ তৈরি হয়।

পানি ছাড়া হাত পরিষ্কার করা

পানি ও সাবান যদি না থাকে সেক্ষেত্রে ওয়াটারলেস হ্যান্ড স্ক্রাব ব্যবহার করা যেতে পারে। এ জাতীয় জিনিসে

সাধারণত ইথাইল অ্যালকোহল ও হাত নরম রাখার জন্য বিশেষ রাসায়নিক দ্রব্যসহ অন্যান্য প্রয়োজনীয় উপাদান ব্যবহার করা হয়। সাধারণত তরল ও টিস্যু দুই ধরনের ওয়াটারলেস হ্যান্ড স্কার্বার পাওয়া যায়। হাত ধোয়ার সুযোগ না থাকলে এ ধরনের জিনিসের সাহায্য হাত পরিষ্কার করা যায়। কিন্তু অত্যাধিক জীবাণুযুক্ত, রক্ত অথবা মানবদেহের জন্য ক্ষতিকর কোনো বস্তু থেকে হাতকে সুরক্ষা প্রদান করতে এ জাতীয় দ্রব্য খুব বেশি কার্যকরী নয়।

নিয়মিত পালনীয় বিষয়সমূহ

নিয়মিত পালনীয় বিষয় বলতে স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকালে রোগ সংক্রামক জীবাণু থেকে সুরক্ষিত থাকতে 'চিকিৎসা বিধি নির্দেশিত কৌশল ও পদ্ধতি' অনুসরণ করা বুঝায়। সাধারণত রোগীর মল-মূত্র, হাঁচি-কাঁশি, কফ অথবা শরীর নির্গত পুঁজ, রক্ত, শ্লেষ্মা বা শরীরের ক্ষতসহ অন্যান্যভাবে সংশ্লিষ্ট রোগের জীবাণু অন্যের শরীরে প্রবেশ করতে পারে। নিয়মিত পালনীয় বিষয়সমূহকে পাঁচটি পর্যায়ে ভাগ করা যায়, যেমন: ঝুঁকি যাচাইকরণ, হাত পরিষ্কার করা, ব্যক্তিগত সুরক্ষা, রক্ষাকারী জিনিসপত্র, পরিবেশ ও প্রশাসনিক নিয়ন্ত্রণ।

ক. ঝুঁকি যাচাইকরণ

কোনো বিশেষ রোগের সেবা দিতে গিয়ে সর্ব প্রথম রোগটি অন্যের শরীরে কীভাবে ছড়িয়ে পড়ে বা সংক্রামিত হয় সে সম্পর্কে সঠিক ধারণা নেওয়া ও যাচাই করা। আর এক্ষেত্রে নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ মনে রাখা জরুরি:

- কাজটি সম্পন্ন করতে কতটুকু সময় লাগবে
- রোগীর শরীর থেকে কোন ধরনের তরল পদার্থ নির্গত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে এবং স্বাস্থ্যকর্মী কীভাবে এর সংস্পর্শে আসতে পারে
- শরীর নির্গত তরল পদার্থে কোন ধরনের ক্ষুদ্রাতিক্ষুদ্র জীবাণু থাকতে পারে
- এসব জীবাণু কীভাবে অন্যের শরীরে প্রবেশ করতে পারে
- সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্যকর্মীদের জন্য এটা কতটুকু ক্ষতির কারণ হতে পারে
- কোন ধরনের পরিবেশে স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করা হচ্ছে

খ. হাত পরিষ্কার করা

হাতের চামড়ার সুস্থতা ও জীবাণু থেকে শরীরের সুরক্ষা নিশ্চিতে ভালোভাবে হাত ধোয়ার কোনো বিকল্প নেই। রাসায়নিক হ্যান্ড র‍্যাব বা সাবান ও পানির সাহায্যে হাত জীবাণুমুক্ত করা যায়। তবে হাত ধুয়ে ফেলা সবচেয়ে নিরাপদ।

গ. ব্যক্তিগত নিরাপত্তা সামগ্রী (পিপিই)

গ্লাভ্স, গাউন, ল্যাব কোট, সু-কভারস, গগল্স, মাস্ক ও কৃত্রিম শ্বাস-নিঃশ্বাস গ্রহণ করার ব্যাগ প্রভৃতি পিপিই এর অন্তর্গত। সাধারণত রোগীর শরীর থেকে কোনো রক্ত, তরল পদার্থ, কফ, থুথু ছিটে গায়ে লাগলে এবং রোগীর শরীরের টিস্যু বা ক্ষত স্থানের সংস্পর্শে আসা থেকে শুরু করে চিকিৎসা সেবায় ব্যবহৃত বিভিন্ন সামগ্রী অথবা মেঝে পড়ে থাকা জীবাণুযুক্ত কোনো বস্তু থেকে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিবর্গ সংক্রামিত হতে পারে। এক্ষেত্রে পিপিই এ ধরনের ক্ষতিকারক পদার্থ থেকে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করে।

গ্লাভ্স: একজোড়া গ্লাভ্স শুধু একবার একজন রোগীর জন্য ব্যবহার করতে হয়। রোগ সংক্রামণের হাত থেকে রক্ষা পেতে শুধু একবার ব্যবহারের পরেই ফেলে দিতে হয় এ ধরনের গ্লাভ্স ব্যবহার করা উচিৎ। তাই প্রত্যেক রোগীর জন্য এবং নোংরা জিনিস থেকে পরিষ্কার জিনিস ধরার ক্ষেত্রে প্রতিবারেই নতুন করে গ্লাভ্স পরিবর্তন করতে হবে। এক্ষেত্রে সুরক্ষিত থাকতে নির্দেশনা অনুযায়ী সঠিকভাবে 'গ্লাভ্স টু গ্লাভ্স'ও 'স্কিন টু স্কিন' পদ্ধতি অনুসরণ করা উচিৎ।

তবে গ্লাভ্স ব্যবহার কোনোভাবেই হাত ধোয়ার বিকল্প নয়। কারণ অনেক ক্ষেত্রেই দেখা যায় যে, চিকিৎসা সেবা প্রদান করতে গিয়ে রোগীর শরীর থেকে নির্গত তরল পদার্থের কারণে গ্লাভ্স ব্যবহার করার পরেও হাত ভিজে ওঠে, এর ফলে রোগ জীবাণু হাতে লেগে যায়। তাই গ্লাভ্স পরিধানের পূর্বে ও খুলে ফেলার পরে ভালোভাবে হাত ধুয়ে ফেলতে হবে। এছাড়া ভিন্ন ভিন্ন কাজে ও প্রতিবার গ্লাভ্স পরিবর্তনের পর ভালো ভালে হাত ধুয়ে ফেলতে হবে।

গাউন: সাধারণত দুই ধরনের গাউন পাওয়া যায়-একাধিকবার ও একবার ব্যবহার উপযোগী। গাউন খোলা ও পরিধানের ক্ষেত্রে নিম্নলিখিত পদ্ধতি অনুসরণ করা উচিৎ-

গাউন পরিধান করার নিয়মাবলী

- ভালোভাবে হাত ধুয়ে নিন
- পেছনের অংশ খোলা রেখে গাউন পরিধান করুন
- কোমর ও ঘাড়ের কাছের ফিতা ভালোভাবে বেঁধে নিন।

গাউন খুলে ফেলার নিয়মাবলী

১. ফিতা খুলে ঘাড়ের দিক থেকে প্রথমে গাউন খোলা
২. কোমরের পেছনের অংশে হাত ঢুকিয়ে হালকা টানে বাঁধন খুলে ফেলা
৩. এক হাতের সাহায্যে অন্য হাত গাউনের ভিতর থেকে আস্তে বের করে আনা
৪. নোংরা অংশ খেয়াল করে আস্তে আস্তে ভাঁজ করে গাউন গুটিয়ে ফেলা (ঝাঁকি না দেওয়া)
৫. নির্দিষ্ট ঝুঁড়িতে ফেলা
৬. ভালোভাবে হাত পরিষ্কার করা

মুখমণ্ডলের সুরক্ষা: রোগীর শরীর থেকে ছিটে আসা রক্ত বা অন্য কোনো তরল পদার্থ থেকে চোখ, নাক ও মুখের সুরক্ষার্থে মুখমণ্ডলের সুরক্ষা করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। বিভিন্নভাবে মুখমণ্ডলের সুরক্ষা নিশ্চিত করা যায়, যেমন : নিরাপত্তা গগলস বা চশমাসহ মাস্ক, বিশেষভাবে তৈরি মাস্ক (গগলস বা চশমাসহ) অথবা গগলস বা চশমা সংযুক্ত ঢাকনাসহ মাস্ক ব্যবহার করে।

এন-৯৫ মাস্ক: বিশেষ রোগীদের সেবা প্রদান করার ক্ষেত্রে স্বাস্থ্যকর্মীদের শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে সংক্রামক ব্যাধি থেকে সুরক্ষিত থাকতে 'এন-৯৫' ব্যবহার করার পরামর্শ দেওয়া হয়। যক্ষ্মা, শ্বাসনালী পর্যবেক্ষণ যন্ত্রের ব্যবহার, রোগীর শরীরের অভ্যন্তরে নল ঢুকানো, লালা ও থুথু পরীক্ষা, ফুসফুসে জমে থাকা তরল বা পানি বের করা, মরদেহ পরীক্ষা বা ময়নাতদন্ত এবং যক্ষ্মা আক্রান্ত রোগীর বক্ষ সার্জারি প্রভৃতিসহ অন্যান্য বায়ুতাড়িত রোগে সংক্রামিত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে, এমন ক্ষেত্রে বাতাস বিশুদ্ধকরণ যন্ত্র ব্যবহার করা জরুরি। এছাড়া বদ্ধ পরিবেশে যেখানে উল্লিখিত ব্যাধিতে আক্রান্ত বা সংক্রামিত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে সেক্ষেত্রেও বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্র ব্যবহার করা উচিৎ। আর এক্ষেত্রে এন-৯৫ যা ইউনাইটেড স্টেট সেন্টারস ফর ডিজেস কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন/ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট ফর অকুমেশনাল সেফটি অ্যান্ড হেলথ (সিডিসি/এনআইওএসএইচ) অথবা এফএফপি-২ এর নির্দেশিত মান অনুযায়ী এবং সিই কর্তৃক সনদপ্রাপ্ত যন্ত্র ব্যবহার করতে হবে।

নির্দিষ্ট বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্রের ব্যবহার (এন-৯৫ মাস্ক)

- বিভিন্ন ধরনের এবং আকারের বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্র এবং যাচাইকরণ কিটস বাছাই ও ক্রয় করা
- এমডিআর- যক্ষ্মা, ডিএসটি পরীক্ষাগার ও টিবি কালচারসহ এ ধরনের ঝুঁকিপূর্ণ স্থানে কর্মরত কর্মীদের সনাক্ত করার পাশাপাশি তাদের প্রয়োজন অনুযায়ী বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্রের ব্যবস্থা করা

- সংশ্লিষ্ট বিশেষজ্ঞদের মতামত গ্রহণ ও স্বীকৃত পদ্ধতি অনুযায়ী বছরে একবার বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্রগুলোর কার্যকারিতা পরীক্ষা করানো
- কার্যকারিতা পরীক্ষা করার জন্য দক্ষ কর্মীকে দায়িত্ব দেওয়া
- পরীক্ষার মাধ্যমে প্রাপ্ত ফলাফল লিপিবদ্ধ করে রাখা
- অধিক ঝুঁকি সম্পন্ন জায়গাসমূহের প্রবেশমুখে বিশেষ চিহ্ন দেওয়া, যাতে করে সংশ্লিষ্ট কর্মীগণ এ ধরনের জায়গায় প্রবেশের পূর্বে বায়ু বিশুদ্ধকরণ যন্ত্র পরিধান করে
- সংশ্লিষ্ট কর্মী ও রোগীকে বায়ুবিশুদ্ধকরণ যন্ত্র ও মাস্ক ব্যবহারের উপযোগিতা ও কারণ সম্পর্কে যথাযথভাবে অবহিত করা
- পুনরায় ব্যবহারের উদ্দেশ্যে নিরাপদ, শুকনো ও পরিচ্ছন্ন স্থানে সংরক্ষণ করা

সূত্র : ন্যাশনাল গাইডলাইনস ফর টিউবারকুলোসিস ইনফেকশন কন্ট্রোল, প্রথম সংস্করণ, সেপ্টেম্বর ২০১১, জাতীয় যক্ষা নিয়ন্ত্রণ প্রকল্প স্বাস্থ্য সেবা অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, ঢাকা, বাংলাদেশ।

ব্যক্তিগত সুরক্ষা প্রদানকারী সামগ্রী খোলার ক্ষেত্রে অনুসরণীয় নিয়মাবলী: জীবাণু ও রোগীর শরীর থেকে নির্গত বিভিন্ন তরল পদার্থ যুক্ত পিপিই শরীর থেকে নিরাপদভাবে খুলে ফেলার ক্ষেত্রে অনেক সময়ই সঙ্কটাপন্ন পরিস্থিতির সৃষ্টি হয়। তাই পিপিই শরীর থেকে খুলে ফেলার ক্ষেত্রে নিম্নলিখিত পর্যায়সমূহ অনুসরণ করা উচিৎ-

ধাপ **১.** প্রথমে গ্লাভ্স খোলা
ধাপ **২.** এরপর গাউন খোলা
ধাপ **৩.** ভালোভাবে হাত পরিষ্কার করা
ধাপ **৪.** চোখ সুরক্ষাকারী যন্ত্র সরিয়ে ফেলা
ধাপ **৫.** এরপর মাস্ক খুলে ফেলা
ধাপ **৬.** আবার ভালোভাবে হাত পরিষ্কার করা

ঘ. পরিবেশ নিয়ন্ত্রণ

একটি নির্দিষ্ট স্থানে রোগ জীবাণুর উপস্থিতি সহনীয় মাত্রায় নিয়ে আসা বা নিয়ন্ত্রণ করাই হচ্ছে পরিবেশ নিয়ন্ত্রণ। পরিবেশ নিয়ন্ত্রণ নিশ্চিত করতে নিম্নলিখিত পদক্ষেপসমূহ গ্রহণ করতে হবে-

- নির্দেশনা অনুযায়ী অবশ্যই চিকিৎসা সামগ্রী ও নির্দিষ্ট স্থান জীবাণুমুক্ত ও পরিচ্ছন্ন রাখাসহ ব্যবহৃত বস্ত্র সামগ্রী নিয়মমাফিক ও নির্দিষ্ট সময়ে পরিষ্কার করা
- ধারালো, মুনষ্য-চিকিৎসা বর্জ্য ও রোগ-নির্ণায়ক বর্জ্য নির্দিষ্ট পাত্রে ফেলা
- সহজে আলো ও বাতাস প্রবেশের ব্যবস্থাসহ অন্যান্য কারিগরি বিষয়সমূহ নিয়ন্ত্রণ করা
- ভিন্ন ভিন্ন বর্জ্য ফেলার জন্য আলাদা পাত্রসমূহ এমন জায়গায় রাখা যেখানে সহজেই বর্জ্য ফেলা সম্ভব হয় এবং হাত পরিষ্কার করার আনুষঙ্গিক সামগ্রীসমূহ নির্দিষ্ট স্থানে সংরক্ষণ করা ও হাত পরিষ্কারের জন্য সিঙ্ক নির্দিষ্ট করে রাখা
- সম্ভাব্য সংক্রামক বিস্তারকারী রোগী ও পদার্থ অবশ্যই নির্দিষ্ট ও আলাদা জায়গায় রাখা। যেমন : এ ধরনের রোগীকে আলাদা কক্ষে রাখা এবং তার জন্য আলাদা টয়লেটের ব্যবস্থা করা। এছাড়া সংক্রামক পদার্থ নিয়ে যেখানে কাজ করা হয় বা সংরক্ষণ করা আছে সেই জায়গাটি বিশেষভাবে চিহ্নিত করে রাখা। যাতে করে যে কেউ সহজেই সেটা বুঝতে পারে।

ঙ. প্রশাসনিক নিয়ন্ত্রণ

প্রশাসনিক নিয়ন্ত্রণ বলতে সাধারণত পর্যাপ্ত সংখ্যক কর্মী, প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা, তত্ত্বাবধান সক্ষমতা, টিকাদান, কাশি দেওয়ার নিয়ম-কানুন, কর্মক্ষেত্রের নীতিমালা ও নিয়মাবলীসমূহ যথাযথভাবে প্রতিপালন হচ্ছে কি না তা নিশ্চিত করা। নিয়মানুযায়ী কর্মকর্তা ও কর্মচারীগণ তাদের ওপর অর্পিত দায়িত্ব সঠিকভাবে পালন করছে কি না, তা নির্ভর করে মূলত প্রশাসনিক নিয়ন্ত্রণ কতটুকু কার্যকর তার ওপর।

অতিরিক্ত পালনীয় বিষয়সমূহ

- বিশেষ আবাসন ব্যবস্থার সুযোগ ও যথাস্থানে নির্দেশনামূলক চিহ্নসমূহ যথাযথভাবে থাকা
- সুরক্ষা রক্ষাকারী পোশাক পরিধান করা (বিশেষভাবে পিপিই)
- পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করতে প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি ও সামগ্রীর পর্যাপ্ত পরিমাণ মজুদ থাকা
- রোগীকে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে যথাসম্ভব কম আনা নেওয়া করা
- বিভিন্ন বিভাগ ও ইউনিটের মধ্যে ভালো যোগাযোগ বা হৃদ্যতাপূর্ণ সম্পর্ক বিরাজ করে তার কার্যকর ব্যবস্থা গ্রহণ করা।

জুতা বা স্যান্ডেল ব্যবহার

চিকিৎসা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে অনেক সময়ই দীর্ঘ সময় ধরে দাঁড়িয়ে থাকতে হয়। অথচ গঠনাকৃতির দিক থেকে মানুষের পা দুটি এক স্থান থেকে অন্য স্থানে চলাচলের উপযোগী করে বানানো হয়েছে। আর তাই দীর্ঘ সময় ধরে শরীরের উপরের অংশের ভার বহন করে এক স্থানে দাঁড়িয়ে থাকাটা খুবই ক্লান্তিকর। দীর্ঘদিন ধরে ঘণ্টার পর ঘণ্টা দাঁড়িয়ে থাকার ফলে এক ধরনের ব্যাথার সৃষ্টি হয় যা পরবর্তী সময়ে স্থায়ীভাবে মাংসপেশী ও শরীরের সংযোগস্থানের ব্যথায় পরিণত হয়। এছাড়া সুচালো বস্তু, কোনো কিছুর সাথে চাপ লাগা, মচকে যাওয়া, কেটে বা ছিঁড়ে যাওয়াসহ পড়ে গিয়ে এবং পিছলানোর ফলে পায়ে আঘাত লাগতে পারে। তাই পায়ে আঘাত লাগার সম্ভাবনা কমিয়ে আনতে সঠিক জুতার ব্যবহার খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

ভালো জুতার নিম্নলিখিত গুণাবলী থাকতে হবে

- জুতা বা স্যান্ডেলের ভিতরের অংশ গোঁড়ালি থেকে বৃদ্ধাঙুল পর্যন্ত অবশ্যই সরলাকৃতির হতে হবে
- জুতার ক্ষেত্রে গোঁড়ালির উঁচু অংশ অবশ্যই শক্তভাবে আটকে থাকতে হবে
- জুতার সামনের অংশ একটু প্রশস্ত হতে হবে যাতে পায়ের আঙুলগুলো স্বাচ্ছন্দ্যে নাড়াচাড়া করা যায়
- জুতা বা স্যান্ডেলের ভিতরের অংশ এমনভাবে তৈরি করা যাতে হাঁটাচলার সময় পা পিছলিয়ে না যায়
- জুতা বা স্যান্ডেলের গোঁড়ালি অংশ অবশ্যই নিচু ও প্রশস্ত হতে হবে। তবে সমতলবিশিষ্ট জুতা বা স্যান্ডেল পরিধান করার সুপারিশ করা হলো।

এছাড়াও

- আঙুলের মাঝের ফাঁকা স্থানসহ নিয়মিত সাবান ও জীবাণুনাশক রাসায়নিক দ্রব্য দিয়ে পরিষ্কার করা
- খুব ছোট না করে পায়ের নখ সোজাসুজি খাটা এবং নখের কোনা থেকে না কাটা
- পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন মোজা একদিনের বেশি ব্যবহার না করা

অনুশীলন

কর্মক্ষেত্রে সুযোগ পেলেই পায়ের বিশ্রাম দেওয়া এবং নিয়মিতভাবে একটি অনুশীলন করা। যেমন- পর্যায়ক্রমে দু'পায়ের ওপর ভর দেওয়া এবং মাংসপেশী, হাঁটুর গিরা, গোঁড়ালি মাঝে মাঝে বাঁকা ও সোজা করে রাখা। এছাড়া সুযোগ পেলেই কোনো ধরনের বাহন ব্যবহার না করে যথেষ্ট পরিমাণে হাঁটাচলা করা।

- কর্মক্ষেত্রের ব্যায়মাগার ব্যবহার করা বা সম্ভব হলে নিয়মিত ব্যায়াম করা

সুচালো বা ধারালো বস্তু থেকে আঘাতমুক্ত থাকা

কর্মক্ষেত্রে অসাবধানতাবশত সুচের খোঁচা লেগে আঘাত লাগতে পারে। স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে যখন তখন ইনজেকশন পুশ করাসহ হর-হামেশা বিভিন্ন কাজে সুচের ব্যবহার অপরিহার্য, এর ফলে যে কোনো সময় সুচের আঘাত লাগার সম্ভাবনাও অনেক বেশি। আর তাই প্রতিবারই যদি নির্দেশিত উপায়ে সুচ ব্যবহার ও যথাযথভাবে নির্দিষ্ট পাত্রে ফেলে দেওয়া না হয়, তাহলে পরবর্তী সময়ে অন্য যে কেউ অপ্রত্যাশিতভাবে আঘাত পেতে পারে। সুচ ছাড়াও অনেক বস্তু আছে যেমন- হালকা ছুরি, দুই ধারি সুচালো ছুরি, ধারালো ব্লেড, কাঁচি, লোহার তার, ক্লাম্পস, পিন, স্ট্যাপেলস্, কাটার, কাঁচভাঙা প্রভৃতির দ্বারা চামড়া কেটে যেতে পারে। তাই এই সব বস্তু নির্দিষ্ট স্থানে ফেলা।

সুচালো ও ধারালো বস্তুর মাধ্যমে রক্তবাহিত রোগ বিশেষ করে এইচআইভি ভাইরাস যা এইডস রোগের কারণ এবং হেপাটাইটিস-বি ও সি সংক্রামিত হতে পারে।

দুর্ঘটনাবশত জীবাণুযুক্ত সুচের দ্বারা চামড়া ছিদ্র হয়ে একজন সুস্থ মানুষের শরীরের সংশ্লিষ্ট রোগ-জীবাণু খুব সহজেই প্রবেশ করতে পারে। যদিও টিকা বা ইনজেকশনের মাধ্যমে অনেক রোগ-ব্যাধি থেকেই মুক্ত থাকা যায়। কিন্তু জীবাণুবাহিত রক্ত বা তরল জাতীয় পদার্থের সংস্পর্শে খুব সহজেই সংশ্লিষ্ট রোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা অনেক বেশি। এক্ষেত্রে খুব সামান্য পরিমাণের জীবাণুযুক্ত তরল পদার্থই দেহের অভ্যন্তরে কার্যকরভাবে বিস্তার ঘটাতে পারে। সাধারণত ধারালো বস্তুর সংস্পর্শে শরীরের চামড়া কেটে যাওয়ার ফলে খুব সহজেই দূষিত ও জীবাণুযুক্ত রক্ত ও তরল পদার্থ দেহের অভ্যন্তরে প্রবেশ করে রোগের সংক্রমণ ঘটাতে সক্ষম হয়।

আর তাই স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকালে রোগী ও স্বাস্থ্যকর্মীসহ সংশ্লিষ্ট সকলকে সুচ ও ধারালো বস্তু ব্যবহারের ক্ষেত্রে নিম্নলিখিত পরামর্শসমূহ মনে রাখার অনুরোধ করা হলো। (পিএইচএসি[৬] কর্তৃক পরামর্শ)

- একটি সুচ দ্বিতীয়বার ব্যবহার না করা। ব্যবহৃত সুচ নির্দেশিত নিয়মানুযায়ী নির্ধারিত পাত্রে ফেলা, যাতে করে ভুলবশত কেউ আঘাত না পান।
- স্বাস্থ্যকর্মীদের হাত ও বাহুর খোলা ও ক্ষতস্থান অবশ্যই ব্যান্ডেজ কাপড় দিয়ে সার্বক্ষণিক পেঁচিয়ে রাখতে হবে। তবে রোগীর সেবা করার ক্ষেত্রে হাত অবশ্যই পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে। আর তাই হাত ঢেকে বা বেঁধে রাখার কারণে হাত পরিষ্কার না করে রোগীর ক্ষত পরিষ্কার করতে হয়। সেক্ষেত্রে অবশ্যই বিশেষজ্ঞ পর্যায়ের পরামর্শ গ্রহণ করতে হবে।
- রোগীর শরীর থেকে যদি রক্ত বা অন্য কোনো তরল পদার্থ ছিটকে বের হওয়ার সম্ভাবনা থাকে তাহলে অবশ্যই চোখ, নাক ও মুখ ভালোভাবে ঢেকে নিতে হবে।
- কর্মক্ষেত্রে রোগীর রক্ত বা শরীর নির্গত অন্য কোনো তরল পদার্থের সংস্পর্শে আসার সম্ভাবনাই বেশি। তাই সার্বক্ষণিকভাবে প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম হাতের কাছে রাখা। এ ধরনের ঘটনা ঘটলে তাৎক্ষণিকভাবে ঊর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষকে তা জানানো এবং নির্দেশিত নিয়মানুযায়ী পরীক্ষা করানো।
- প্রাথমিক চিকিৎসা সেবা গ্রহণের ক্ষেত্রে যা করণীয়
  - **ক.** পানি দিয়ে আলতোভাবে ক্ষত স্থান ধুয়ে ফেলা এবং সম্ভব হলে সাবান দিয়ে ধোয়া
  - **খ.** চোখ, নাক ও মুখে পানির ঝাপটা দেওয়া
  - **গ.** চামড়া কেটে, ফেটে বা ছিঁড়ে গেলে আলতোভাবে পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলতে হবে

[6] *Public Health Agency of Canada (PHAC)*

একাকী রোগীকে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে করণীয়

নিম্নলিখিত কারণে কারো সাহায্য ছাড়াই রোগীকে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে কিছু ঝুঁকির সম্মুখীন হতে হয়-

- চিকিৎসার স্বার্থে বিশেষ করে পরীক্ষা-নিরীক্ষা করার সময় কারো সাহায্য ছাড়াই রোগীর সাথে কাজ করতে হয়।
- নির্দিষ্ট কিছু চিকিৎসা পদ্ধতির কারণেই রোগী অস্বস্তি বোধ বা ক্ষিপ্ত হয়ে যেতে পারে ।
- দূরবর্তী কোনো স্থানে (হাসপাতাল বা ক্লিনিক) চিকিৎসা সেবা প্রদানকালে বিশেষ করে রোগীর বাড়ি বা দুর্ঘটনা কবলিত স্থানে।
- জরুরি প্রয়োজনে হাসপাতাল, ক্লিনিক ও ফার্মেসিতে ওষুধ না থাকাসহ পরিবহন ব্যবস্থা না থাকলে।
- হাসপাতাল ও ক্লিনিকের বেশিরভাগ স্থানেই সাধারণের অবাধ যাতায়াত থাকলে
- অনেক হাসপাতাল এবং ক্লিনিক দিন রাত ২৪ ঘণ্টা খোলা থাকতে দেখা যায়, এ কারণে রোগী বিরক্ত হতে পারে (এমনকি রোগীর জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ মুহূর্ত যেমন- খুব সকাল এবং গভীর রাত অবধি সাধারণ মানুষের চলাচল লক্ষ্যণীয়, যা রোগীর জন্য খুবই ক্ষতির কারণ)

কর্মক্ষেত্রে সহিংসতা

স্বাস্থ্য সেবাকেন্দ্রসমূহ নানা ধরনের সহিংস ঘটনার সম্মুখীন হতে পারে-

- কাঙ্ক্ষিত মাত্রার সেবা বা যোগাযোগের অভাবে রোগীর আত্মীয় ও বন্ধু-বান্ধব দ্বারা সহিংস ঘটনা ঘটতে পারে।
- অত্যাধিক ব্যথা অনুভব, ভারসাম্য হারিয়ে ফেলা, অক্ষমতা, সঠিক ধারণার অভাব প্রভৃতি কারণে রোগী সেবিকাদের প্রতি সহিংস হয়ে উঠতে পারে।
- অত্যাধিক ভিড় ও আবেগতাড়িত হয়ে জরুরি বিভাগসমূহে সহিংস ঘটনা ঘটে থাকে। তাছাড়া জরুরি বিভাগে সেবা নিতে আসা অনেক রোগীই অপরাধমূলক কর্মকাণ্ডসহ অস্ত্র ও সহিংসা ঘটনার সাথে জড়িত থাকতে পারে, যা সংশ্লিষ্ট বিভাগের কর্মীদের এক ধরনের ঝুঁকির সম্মুখীন করে।
- এছাড়া অনেক ক্ষেত্রেই তত্ত্বাবধায়ক, সহকর্মী বা সংশ্লিষ্ট অন্যান্য ব্যক্তিবর্গ কর্তৃক সহিংস ঘটনার সম্মুখীন হতে পারে।

সহিংসতা রোধে প্রশাসনিক পর্যায়ে করণীয় বিষয়ে কিছু পরামর্শ

- রোগীর পক্ষ থেকে কর্তব্যরত স্বাস্থ্যকর্মীদের ওপর সহিংস ঘটনা রোধে রোগীর সামাজিক অবস্থান, মাদকাসক্তি বা মদ্যপানের অভ্যাস আছে কী না, মানসিকভাবে অসুস্থ কী না এবং পূর্বে সহিংস ঘটনায় জড়ানো বা আচরণের কোনো প্রবণতা আছে কী না প্রভৃতি সম্পর্কে যথাসম্ভব তথ্য সংগ্রহ করা। আর এক্ষেত্রে রোগীর ব্যক্তিগত তথ্য জানাজানি হওয়া ও সংশ্লিষ্ট কর্মীদের নিরাপত্তা বিষয়ের মধ্যে অবশ্যই ইতিবাচক ভারসাম্য রক্ষা করতে হবে।
- সহিংস প্রবণ রোগীর ক্ষেত্রে অপেক্ষাকৃত দক্ষ ও অভিজ্ঞ কর্মীকে দায়িত্ব প্রদান করা, যাতে করে সে সহজেই পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণ করতে পারে।
- এক্ষেত্রে কাউন্সিলিং ও রোগীর কক্ষে প্রবেশ ও বের হওয়ার জন্য দুটি সহজ চলাচল উপযোগী দরজার ব্যবস্থা রাখতে হবে।
- কোন পরিস্থিতিতে রোগীকে ওষুধ প্রয়োগের মাধ্যমে শান্ত করতে হবে সে সম্পর্কে সঠিক ধারণা থাকা।
- ক্ষেত্র বিশেষে কখন রোগীকে শান্ত করতে বল প্রয়োগ করতে হবে সে সম্পর্কে সঠিক ধারণা থাকা।
- অধিক ঝুঁকি সম্পন্ন রোগী সম্পর্কে প্রয়োজনীয় তথ্য যাচাই, শনাক্ত ও পর্যবেক্ষণ করার কার্যকর ব্যবস্থা থাকা।
- সুনির্দিষ্ট ওষুধ যথাযথভাবে সংরক্ষণের উদ্দেশ্যে নিরাপদ স্থানের সু-বন্দোবস্ত থাকা
- সকল কর্মীদের যথাযথ শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ নিশ্চিত করা। বিশেষ পরিস্থিতি সম্পর্কে সকলকে অবহিত করতে 'ইমার্জেন্সি কল সিস্টেম' স্থাপন করা।
- হুমকিসহ কর্মক্ষেত্রে সংঘটিত যে কোনো ধরনের সহিংস ঘটনা যাতে কর্মীরা সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে নির্দ্বিধায় জানাতে পারে সে ব্যাপারে উৎসাহ প্রদান করা।

হিংস্র প্রকৃতির রোগীর সাথে করণীয় কিছু পরামর্শ

- রোগীর কাছে যাবার আগেই তার সম্পর্কে প্রয়োজনীয় তথ্য-উপাত্ত ভালোভাবে পর্যালোচনা করা। প্রয়োজন অনুসারে নোট নেওয়া সম্ভাব্য সহিংসতা রোধে প্রতিরোধমূলক কার্যকর ব্যবস্থা গ্রহণ করা (প্রয়োজনে অন্য কাউকে সাথে নিয়ে এ ধরনের রোগীর সাথে দেখা করতে যাওয়া)
- রোগীর প্রতি সহানুভূতিশীল ও সম্মান প্রদর্শন করা
- সঠিক সময়ে সঠিক তথ্য জানিয়ে দিতে হবে। কোনো অবস্থাতেই রোগীর আত্মীয়-স্বজন বা পরিবারের সদস্যদের সাথে আলোচনার সময় অযথা চিকিৎসা শাস্ত্রে ব্যবহৃত বিশেষ শব্দের ব্যবহার ও চিকিৎসা সম্পর্কিত অপ্রয়োজনীয় তথ্য না জানানো।
- চিকিৎসা পদ্ধতি ও কোন ধরনের ওষুধ প্রয়োগ করা হচ্ছে তা সে সম্পর্কে আগে ভাগেই রোগীকে ধারণা প্রদান করা। উদাহরণ হিসেবে বলা যেতে পারে-
  - ✓ কী করা হচ্ছে বা কোন ধরনের ওষুধ ব্যবহার করা হচ্ছে
  - ✓ কতটুকু সময় লাগবে
  - ✓ এর ফলে রোগী কতটুকু কষ্ট পেতে পারে ইত্যাদি
- নিরাপদ মনে না করলে, কোনো অবস্থাতেই রোগীর ব্যাপারে কোনো ধরনের আন্তরিক হওয়ার চেষ্টা বা পরীক্ষা নিরীক্ষা না চালিয়ে প্রয়োজনে অন্য একজন সহকর্মীকে সাথে নিয়ে রোগীর কক্ষে প্রবেশ করা বা বিপদে সহকর্মী এসে আপনাকে উদ্ধার করতে পারে এ রকম দূরত্বে তাকে অবস্থানের অনুরোধ করা।
- প্রয়োজনে দরজা খোলা রাখা যেতে পারে, যাতে করে কোনো ধরনের অপ্রীতিকর ঘটনা ঘটার সম্ভাবনা দেখলে সহকর্মীদের ডাক দেওয়া বা ইঙ্গিতে আসতে বলা যায়।
- কোনো ধরনের অপ্রীতিকর ঘটনা ঘটলে তৎক্ষণাৎ লিপিবদ্ধ করা যাতে প্রতিবেদন তৈরির ক্ষেত্রে বিষয়টি তুলে আনা যায়।
- সম্ভব হলে অপেক্ষাকৃত বেশি সহিংস প্রবণ রোগীকে অধিক নিরাপদ ও সুরক্ষিত স্থানে স্থানান্তরিত করা।
- প্রতিবেদনসমূহ অনুসন্ধান করে দেখা। প্রয়োজনে সঠিক পদক্ষেপ গ্রহণ ও প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা পর্যালোচনা করা।
- সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষেত্রে সংশ্লিষ্ট আইন, বিধি ও নীতিমালাসমূহ যথাযথভাবে অনুসরণ করা।
- স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকালে কোনো রোগী উত্তেজিত বা সহিংস হয়ে উঠলে যা করণীয়
  - ✓ সম্ভব হলে তৎক্ষণাৎ কাজ বন্ধ করা
  - ✓ রোগীর কাছে তার সমস্যা সম্পর্কে জানতে চাওয়া
  - ✓ সম্ভব হলে সমস্যার সমাধান করা অন্যথায় রোগীকে বুঝিয়ে বলা কেন সম্ভব হচ্ছে না
- রোগীর আত্মীয়-স্বজন বা বন্ধু-বান্ধবের কাছ থেকে অসৌজন্যমূলক আচরণ বা ব্যবহার লক্ষ্য করলে যা করণীয়
  - ✓ ভদ্র ভাষায় সহজ করে তাদের কাছ থেকে কোন ধরনের ব্যবহার প্রত্যাশিত তা বুঝিয়ে বলা
  - ✓ এরপরেও যদি তারা একই ধরনের আচরণ করতে থাকে সেক্ষেত্রে তাদেরকে অতিথি কক্ষে গিয়ে বসার অনুরোধ করা
  - ✓ আর যদি তাদের আচরণ নিরাপত্তার জন্য হুমকি হিসেবে মনে হয় তাহলে নিরাপত্তারক্ষীর সাহায্য নেওয়া

বাড়িতে গিয়ে কোনো রোগীকে স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে করণীয় বিষয়সমূহ

কোনো রোগীকে তার বাড়িতে গিয়ে স্বাস্থ্যসেবা প্রদানের ক্ষেত্রে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো সম্পর্কে ধারণা নেয়া জরুরি-

- সহিংসতা প্রতিরোধের ওপর পর্যাপ্ত প্রশিক্ষণ থাকা এবং কারো সাহায্য ছাড়া নিরাপদভাবে রোগীকে সেবা প্রদান করা যায় সে ব্যাপারে যথেষ্ট ধারণা থাকা
- রোগীর সামনে প্রথমেই নিজেকে কীভাবে উপস্থাপন করবেন সে সম্পর্কে যথাযথ ধারণা থাকা
- আপনি কী করতে চান বা কেন এসেছেন সে ব্যাপারে রোগীকে ধারণা প্রদান
- রোগী সম্পর্কিত যাবতীয় তথ্য-উপাত্ত সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে অবহিত করা।

যা কিছু করণীয়

- রোগীকে কারো সাহায্য ছাড়াই সেবা প্রদান করার ক্ষেত্রে পূর্বেই রোগী সম্পর্কে সঠিক ধারণা নেওয়া, রোগীর সামনে নিজেকে কীভাবে তুলে ধরবেন সে ব্যাপারে পূর্বেই প্রস্তুতি নিয়ে ফেলা এবং পরিবেশ পরিস্থিতি সঠিকভাবে মূল্যায়ন করা।
- নির্দিষ্ট সময়ের আগেই আনুষঙ্গিক বিষয়সমূহ ভালোভাবে পর্যালোচনা করা। রোগী সম্পর্কে যাচাই করার অর্থ হলো তার বাড়ির অবস্থান (ভবন নং, ব্যক্তিমালিকানাধীন বাড়ি না কি অবসর গ্রহণ করেছেন এমন কর্মকর্তা কর্মচারিদের জন্য তৈরি বাড়ি), পরিস্থিতি, পাকিং সুবিধা, পোষা প্রাণীর সঠিক সংখ্যা ও প্রকৃতি ইত্যাদি বিষয় সম্পর্কে আগে থেকে জেনে নেওয়া।
- কর্মক্ষেত্রের ভৌগলিক অবস্থানের কারণে সম্ভাব্য যে ধরনের ঝুঁকি রয়েছে সে সম্পর্কে ভালোভাবে জানতে হবে।
- পরিস্থিতি অনুযায়ী পোশাক পরিধান করা। যদি এমন হয় যে, ইউনিফর্ম পড়ার কারণে বাড়তি সুবিধা পাওয়া যেতে পারে অথবা বাড়তি ঝুঁকির কারণ হতে পারে, এ ব্যাপারে পরিস্থিতির সঠিক মূল্যায়নের মাধ্যমে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা।
- আপনি যে স্থানে বা এলাকায় সেবা দিতে যাচ্ছেন সেখানে আপনার গাড়িতে পেশাগত পরিচয় প্রকাশকারী বিশেষ কোনো চিহ্নের কারণে আপনি কি বাড়তি কোনো সুবিধা পাবেন, নাকি ঝুঁকির সম্মুখীন হবেন- সে ব্যাপারে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা।
- ঝুঁকিপূর্ণ স্থানে যাওয়া এবং আসার আপনার পরিচিত ব্যক্তিকে জানাবেন না কি জানাবেন না, ভেবে-চিন্তে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করুন।
- ইতিবাচক ভাবে নিজেকে উপস্থাপন করুন
- রোগী ও আপনার মধ্যে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখুন, যাতে রোগীর যে কোনো ধরনের আচরণের প্রেক্ষিতে আপনি কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহণের সুযোগ পান।
- আপনার চারপাশ সম্পর্কে সঠিক ধারণা রাখুন, বিশেষ করে কক্ষ থেকে বের হবার দরজা ও অন্য কোনো পথ আছে কী না, তা আগে থেকেই জেনে নেওয়া।
- যথাসম্ভাব দিনের বেলা পরিদর্শনে রোগীর বাড়ি যাওয়া, বিশেষ করে প্রথম বার অবশ্যই দিনের বেলায় যাওয়া।
- সাথে করে ঘটনা লিপিবদ্ধকরণ ফরম নিয়ে যাওয়া, যাতে করে কোনো কিছু ঘটলেই তাৎক্ষণিকভাবে তা লিপিবদ্ধ করে রাখা সম্ভব হয়। এতে করে রোগী সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য-উপাত্ত সহজেই মনে রাখা সম্ভব হবে।

যা করবেন না

- সাথে করে দামি অলঙ্কার ও বড় অঙ্কের নগদ অর্থ না নেওয়া
- অনুমতি ব্যতীত অন্যের জিনিস না ধরা
- আপনার নিরাপত্তা বিঘ্নিত হতে পারে বা সম্ভাবনা রয়েছে এমন মনে হলে সেখানে না গিয়ে সহযোগিতার জন্য অফিসের সাথে যোগাযোগ করা অথবা সংশ্লিষ্ট বিষয় বা পরিস্থিতি সম্পর্কে অধিক তথ্য উপাত্ত জানতে চাওয়া।

(সিসিওএইচএস কর্তৃক প্রণীত Violence in the Workplace Prevention Guide এর সহযোগিতা নেওয়া হয়েছে)

তথ্যসূত্র

- Canadian Centre for Occupational Health and Safety (CCOHS), www.ccohs.ca, http://www.ccohs.ca/oshanswers/occup_workplace/nurse.html
- Defining Nurses, def. Nursing is……, Royal College of Nursing, April 2003, p7, http://www.rcn.org.uk/__data/assets/pdf_file/0008/78569/001998.pdf
- Directorate of Nursing Services, Job Description, June 2008, Human Resource Management, Planning and Development Unit, Ministry of Health and Family Welfare, Government of the Peoples' Republic of Bangladesh.
- Immunization of Health-Care Personnel, Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), MMWR / November 25, 2011 / Vol. 60 / No. 7
- Work Health and Safety Essentials for Nurses and midwives- May 2013, New South Wales (NSW) Nurses and midwives' Association.http://www.nswnma.asn.au/wp-content/uploads/2013/06/NSWNMA-Work-Health-and-Safety-Essentials-for-Nurses-and-Midwives-2013.pdf
- Nurse, general (institutional) From: *International Hazard Datasheets on Occupations*, International Occupational Safety and Health Information Centre (CIS).
- Nursing Education and Services Operational Plan (NESOP), Health Population and Nutrition Sectoral Development Plan (HPNSDP), July 2011-June 2016
- *Caring for Our Caregivers*- "Facts About Hospital Worker Safety" September 2013, Occupational Safety and Health Administration (OSHA), U.S. Department of Labor. www.osha.gov. https://www.osha.gov/dsg/hospitals/documents/1.2_Factbook_508.pdf
- Singapore Nurses Association, Position Statements file:///K:/NM%20Safety%20and%20Health%20Samples/Workplace%20Violence/Singapore%20Nurses%20Association%20-%20Position%20Statements.htm
- Summary of the Recommendations for Workplace, Health Safety and Well-being of the Nurse Guideline, International Affairs and Best Practice Guidelines, Registered Nurses Association of Ontario (RNAO), 2008 http://rnao.ca/sites/rnaoca/files/storage/related/3090_RNAO_BPG_Health_Safety_summary.pdf
- *Expanded Programme for Immunization (EPI) in Bangladesh Schedule 2015*, Directorate General of Health Services (DGHS), Ministry of Health and Family Welfare (MOHFW)
- *Recommended Adult Immunization Schedule, United States 2016*, Centers for Disease Control and Prevention's (CDC), US Department of Health and Human Services http://www.cdc.gov/vaccines/schedules/downloads/adult/adult-combined-schedule-bw.pdf

প্রণয়নে যারা অংশগ্রহণ করেছেন

জ্যেষ্ঠতার ভিত্তিতে নয়

মো. আবু মমতাজ সাদ্‌উদ্দিন আহমেদ
উপসচিব, জিএনএসপি
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

নাহিদ সুলতানা মল্লিক
উপসচিব, মানব সম্পদ অধিশাখা
স্বাস্থ্য সেবা বিভাগ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

শাহানা শারমিন
ডিডি (উপসচিব)
এইচইইউ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

মো. লুৎফর রহমান
সিনিয়র অ্যাসিসটেন্ট সেক্রেটারি, নার্সিং
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

মো. সাইদুর রহমান খান
সিনিয়র অ্যাসিসটেন্ট চিফ
জিএনএসপিইউ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

ড. আয়েশা আফরোজ চৌধুরী
সিনিয়র অ্যাসিসটেন্ট
জিএনএসপিইউ
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

ফিরোজা সরকার
অ্যাসিসটেন্ট চিফ এবং ডিপিএম
মানব সম্পদ উন্নয়ন ইউনিট
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

নাসিমা পারভীন
পরিচালক
নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর

মোসা. সালমা খাতুন
উপপরিচালক (প্রশাসন)
নার্সিং ও মিডওয়াইফারি অধিদপ্তর

অ্যান্থোনিও-ডি-কস্তা
অধ্যক্ষ
কলেজ অব নার্সিং, মহাখালী

আরতি রাণী দাশ
ডেপুটি রেজিস্ট্রার
বাংলাদেশ নার্সিং ও মিডওয়াইফারি কাউন্সিল

ফরিদা বেগম
এনপিও-মিডওয়াইফারি
ইউএনএফপিএ

ডা. মনিরা পারভীন
সি.এফ.এম
এইচআরএইচ প্রকল্প
কোওয়াটার ইন্টারন্যাশনাল আইএনসি

ডা. এ. বি. এম. জাহাঙ্গীর আলম
এইচআরডিএমএ
এইচআরএইচ প্রকল্প
কোওয়াটার ইন্টারন্যাশনাল আইএনসি

শিরিন খান
এলজিএস
এইচআরএইচ প্রকল্প
কোওয়াটার ইন্টারন্যাশনাল আইএনসি