

# আনন্দবাজার পত্রিকা



## শ্বেতী, সানবার্ন থেকে খুসকি: ত্বক ও চুলের বিভিন্ন সমস্যার সমাধান



মহাবারসে ত্বককে কমনীয় ও লম্বাছোপ দূর করে সুন্দর করে তুলতে, চুল পড়া বন্ধ করতে, ত্বক ও চুলের বিভিন্ন সমস্যা ও রোগ নিয়ে বিভিন্ন ছাত্রের উত্তর দিলেন এসএসকেএম হাসপাতালের ত্বক বিভাগের প্রাক্তন প্রধান ও কর্ণিয়া এমবিএ হাসপাতালের কনসাল্ট্যান্ট ডার্মাটোলজিস্ট ডা. প্রফেসর তথাভ্রন্যথ দত্ত।

**প্রশ্ন :** সব দাগ ছোপ দূর করে রোগে পোড়া কালো ত্বককে কি আবার স্বাভাবিক করে তোলা সম্ভব?



**প্রফেসর দত্ত :** বছরের পর বছর ধরে সোল্যুসের অভাবে ত্বকে কালো দাগ দেখা দেয়, হরমোনের ভারসাম্যের অভাবেও দাগ, ছোপ বা মেচোটো

সিবাম নামের একটি তৈরীকৃত পদার্থ জমে গেলে রূপ হয়। সাধারণভাবে রূপের জন্য চিকিৎসার প্রয়োজন নেই। কিন্তু গ্রন্থ বাত্যাঘটির পর্যায়ে পৌঁছে গেলে বা ত্বকতে ইনফেকশন হলে অবশ্যই চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া উচিত। অনেক ক্ষেত্রেই অতিরিক্ত রূপের ক্ষুধি হিসাবে গ্যালে ছোটখাট ক্ষতচিকিৎসা থেকে বেচে পাবে। এই ধরনের ক্ষত, ব্যসজনিত বমিরেখা, পেটে প্রেণ্যাপির স্ট্রেকমার্ক ইত্যাদি সব ধরনের দাগই দূর করা যায় ডার্মারোলার বা ডার্মিশেশনের মতো প্রসিদ্ধিভরের সাহায্যে। রক্তপির জন্যও লেসার থেরাপি খুবই কাজ দেয় স্ক্র্যাপশনাল কার্বন-ডাই-অক্সাইড লেসার এই চিকিৎসার অন্য খুবই ফলপ্রসূ।

**প্রশ্ন :** শ্বেতী হলে ত্বক কি আবার স্বাভাবিক হতে পারে?

**প্রফেসর দত্ত :** শ্বেতীর প্রাথমিক পর্যায়ে যত দ্রুত সম্ভব ত্বক বিশেষজ্ঞের কাছে সঠিক চিকিৎসা আরম্ভ করা উচিত। অন্যদিকে শ্বেতীর বিস্তার বন্ধ হলে ও শরীরে খুব বেশী ছড়িয়ে না পড়লে ট্রিস্টার হ্রাসটিব, মাইক্রোসার্জারি বা

সেখা নিতে পারে। আজকের কসমেটিক ডার্মাটোলজির অত্যাধুনিক চিকিৎসায় কেমিক্যাল পিলাং-এর করেকটি সিটিং নিলেই এই সব দাগ মিলিয়ে যেতে শুরু করবে। লেসার চিকিৎসাও এ বিষয়ে খুবই কার্যকরী। কিছু সুইচড এনভি ইয়ান লেসার এবিধয়ে উল্লেখযোগ্য ভূমিকা নিয়ে থাকে। দগ্ধ চিকিৎসকের কাছে কেমিক্যাল পিলাং ও লেসার থেরাপি একসঙ্গে করলে দ্রুত খুব ভাল ফল পাওয়া যায়। ত্বক শুশু কমনীয় ও সুন্দর নয়, উজ্জ্বলও হয়ে ওঠে।

**প্রশ্ন :** রূপ হলে কি চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া উচিত?

**প্রফেসর দত্ত :** ব্যসজনিতে হরমোনের অতিসক্রিয়তায় ত্বকে সিবোসা গ্রন্থির মুখে



মাইক্রোপিগমেন্টেশন পদ্ধতিতে বধ পুরান শ্বেতীতেও ত্বকে স্বাভাবিক রূপ ফিরে আসতে পারে। অন্যদিকে আধুনিক মেলানোসাইট ট্রান্সফার পদ্ধতিতে শরীরের স্বাভাবিক ত্বক থেকে বস্তুনিষ্ঠরক রঞ্জক মেলানিম নিয়ে সাদা অংশে নিলে ত্বক আবার স্বাভাবিক হয়ে ওঠে।



**প্রশ্ন :** সেরিয়ামিস কি সারে?

**প্রফেসর দত্ত :** জার্মাটিন বা হাইপার টেনশনের মতোই সেরিয়ামিসও সারে না, কিন্তু সঠিক চিকিৎসার ও কিছু নিয়ম মেনে চললে সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণে থাকে। রোগলক্ষণ দেখা না দিলে এই ধরনের অন্য অসুখওটির



মতো নিয়মিত ওষুধ খেতেও হয় না।

**প্রশ্ন :** ছুলির কি চিকিৎসা আছে?

**প্রফেসর দত্ত :** এক ধরনের ফাদাল ইনফেকশন থেকে ছুলি হয়। ছুলি থেকে মুক্তি পেতে অবশ্যই সুতীর জামা কাপড় ব্যবহার করতে হবে। ত্বক বিশেষজ্ঞের কাছে যথাযথ চিকিৎসায় ছুলি সেরে যায়।

**প্রশ্ন :** খুসকি থেকে রেছাই-এর কোন উপায় আছে?

**প্রফেসর দত্ত :** খুসকি থেকে মাথাকে বঁচাতে হলে খুসকির জন্য নিরিবি কিছু শ্যাম্পু নিয়মিত ব্যবহার করুন। প্রয়োজনে ডার্মাটোলজিস্ট-এর সঙ্গে কনসাল্ট করতে পারেন। রাসের আগে মাথার তালুকে আব্দুল দিয়ে মাসোজ করুন। তবে সাবধানে না থাকলে সেহর আবার পরেও খুসকি ফিরে আসে।

**প্রশ্ন :** চুল পড়ে যাচ্ছে। কি করব?

**প্রফেসর দত্ত :** প্রকৃতির নিয়মে চুল পড়ে নতুন চুল গজায় কিন্তু চুল পড়ার হার বেড়ে গেলে ত্বক বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিতে হবে। আজকের অত্যাধুনিক চিকিৎসা ব্যবস্থায় ব্যসপগত টাকের ক্ষেত্রে চুল পড়া বন্ধ হয়, নতুন চুল গজায়, 'সিক পোকা' বা অ্যান্ড্রোপেথিরা আয়রিয়োটোতে নতুন চুল গজাতে প্রয়োজনে ইজেকশন দেওয়া হয়।

বিভিন্ন অসুখে, অপরীতে ও কয়েকটি ওষুধের সাইড এফেক্ট-এও চুল পড়ে। সেক্ষেত্রে কারণ দূর হলে চুল পড়া বন্ধ হয়। চুল পড়া বন্ধ ও নতুন চুল গজানোর ক্ষেত্রে চিকিৎসার সঙ্গে সর্বম ত্রয়োটি, পর্যাপ্ত জলপান ও আধারে ডিঙ্ক ও বায়োটিনের মতো মাইক্রোনিউট্রিয়েন্টও প্রয়োজন।

যোগাযোগ :  
9153319842, 9748170820