প্রবীণদের জীবনও গুরুত্বপূর্ণ
Older Peoples Lives Matter

প্রবীণ কণ্ঠ

করোনা মহামারী বিশেষ সংখ্যা

জুলাই, ২০২০

করোনা মহামারী সংকটকালে প্রবীণ জীবনও গুরুত্বপূর্ণ

বাংলাদেশের স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় করোনা ভাইরাস মহামারীর আগে থেকেই প্রবীণ জীবনের স্বাস্থ্য সম্পর্কে গুরুত্ব কমই ছিল। স্বাধীণতা পূর্ব বাংলাদেশে সাবেক পূর্ব পাকিস্তানে বসবাসরত বাঙালীদের গড় আয়ু ছিল ৪৯ বছর, বর্তমান বাংলাদেশের নাগরিকদের গড় আয়ু ৭২ বছর এবং সেই সাথে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর সংখ্যাও ১ কোটি ২৬ লাখে পৌঁছেছে (সুত্র: dmpnews.org/বাংলাদেশে-প্রবীণ-নাগরিকে)। এ প্রবীণ জনসংখ্যার মাঝেই আমাদের রাষ্ট্রীয়, সামাজিক, অর্থনৈতিক অগ্রজরা রয়েছেন। কাজেই একজন প্রবীণের এক দিনের বেশী বেঁচে থাকাও অনেক গুরুত্বপূর্ণ; কারণ অগ্রজদের কাছ থেকে আমরা বাস্তব অভিজ্ঞতা ও জ্ঞানের দিক নির্দেশনা পাই। সরকার রাষ্ট্র ও সমাজকে গড়ে তুলতে প্রবীণ বান্ধব স্বাস্থ্য ব্যবস্থা অপরিহার্য। প্রবীণ বান্ধব স্বাস্থ্য ব্যবস্থার মূল কথা হচ্ছে, "প্রতিটি প্রবীণের জীবনই গুরুত্বপূর্ণ"। করোনা মহামারীর সংকট আমাদেরকে কঠিনভাবে দেখিয়ে দিয়েছে, বাংলাদেশের বর্তমান স্বাস্থ্য ব্যবস্থা প্রবীণদের প্রতি কতটা অসচেতন ও বৈরী। এ স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় শুধু সাধারণ প্রবীণই নয়, প্রভাবশালী ও বিত্তশালী প্রবীণদেরও জীবনের মূল্য নেই।

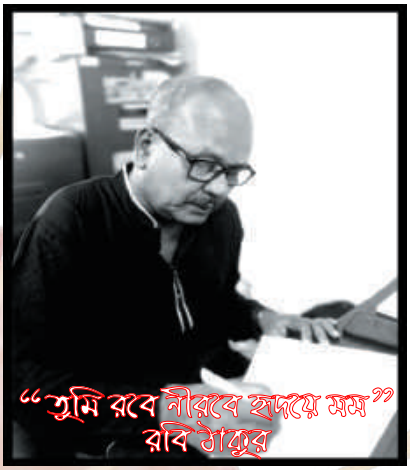
করোনা মহামারীকালের সংকট থেকে শিক্ষা নিয়ে আগামীতে প্রবীণ স্বাস্থ্য ব্যবস্থাকে ঢেলে সাজাতে হবে, যেখানে প্রতিটি প্রবীণের জীবনকে গুরুত্ব দেয়া হবে। প্রবীণ জীবন বাচাঁতে যথাযথ পদক্ষেপ নিতে হবে। এই সংস্কারের উদ্যোগ নেবার কথা এখনই ভাবতে ও পরিকল্পনা করতে হবে যাতে ভবিষ্যতে প্রবীণদের জীবন বিপন্ন না হয়।

বাংলাদেশে করোনাকে জয় করতে প্রবীণদের মৃত্যু হার হ্রাস এবং ঝুঁকিমুক্ত করতে হবে

বাংলাদেশে মোট জনসংখ্যার প্রায় ৭% প্রবীণ এবং এক কোটি ছাব্বিশ লক্ষ প্রবীণ রয়েছেন। এ প্রবীণ জনগোষ্ঠীর সংখ্যাগরিষ্ঠ অংশই ষাট থেকে সত্তর বছরের মধ্যে। তবে প্রত্যাশিত গড় আয়ু বাড়ার সাথে সাথে সত্তর ও আশি বছরের উর্ধ্বে উল্লেখযোগ্য সংখ্যার প্রবীণ রয়েছে। বাংলাদেশ পরিসংখ্যান ব্যুরো, স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়ের বিভিন্ন জরিপে ও ক্ষুদ্র কয়েকটি গবেষণায় দেখা গেছে বাংলাদেশে প্রবীণ জনসংখ্যার অর্ধেকেরও বেশী নানা রকম দীর্ঘমেয়াদী রোগ যেমন ডায়বেটিস, উচ্চরক্তচাপ, হৃদরোগ, শ্বাসকষ্ট, ক্যান্সার, কিডনীর জটিলতা, ডিমেনশিয়া ইত্যাদি রোগে ভুগছেন।

বাংলাদেশে কোভিড-১৯ সংক্রমনের পূর্ব থেকেই দরিদ্র ও নিম্ন আয়ের প্রবীণরা এ ধরণের দীর্ঘমেয়াদী রোগের কোন চিকিৎসা পাচ্ছেন না। ফলে তারা আগে থেকেই স্বাস্থ্য ঝুঁকির মধ্যে ছিলেন। কোভিড-১৯ সংক্রমনের ফলে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর মধ্যে স্বাস্থ্য ঝুঁকির মাত্রার চিত্র ও তথ্য আমাদের কাছে স্পষ্ট নয়, জাতীয় স্বাস্থ্যনীতি ও সরকারী কর্মসূচীতে প্রবীণদের স্বাস্থ্য ঝুঁকি কমাবার কোন কার্যকর পদক্ষেপ ছিলনা। কাজেই স্বাভাবিকভাবে বিপুল সংখ্যক করোনা ভাইরাসের সংক্রমন প্রবীণদেরকে মৃত্যুর ঝুঁকির মধ্যে ফেলেছে। কিন্তু এ ঝুঁকি মোকাবেলা করার জন্য বেশীরভাগ প্রবীণকে ব্যক্তিগত ও পারিবারিক সক্ষমতার উপর নির্ভর করতে হচ্ছে। করোনা সংক্রমনের উচ্চতর মাত্রা ও গভীরতর পর্যায়ে ব্যক্তিগত ও পারিবারিক পর্যায়ে সুরক্ষা নিশ্চিত করা সম্ভব নয়। তাই করোনা মহামারীতে প্রবীণদের মৃত্যুর হার ক্রমশ বাড়ছে এবং অনেক ক্ষেত্রে তাদের মৃত্যুও নথিভুক্ত হচ্ছেনা।

আমরা শোকাহত



আমরা গভীর দুঃখের সাথে জানাচ্ছি যে, আমাদের দীর্ঘদিনের প্রিয় সহকর্মী, ১৯৯২ সন থেকে রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এ কর্মরত আব্দুর রশিদ (উপ-মহাব্যবস্থাপক), মস্তিষ্কে রক্তক্ষরণজনিত কারনে ঢাকার একটি হাসপাতালে চিকিৎসারত অবস্থায় ১৮ জুন, ২০২০ (বৃহস্পতিবার), দুপুর ০১ঃ৩০ মিঃ এ ইন্তেকাল করেন (ইন্নালিল্লাহে ওয়া ইন্না ইলাইহে রাজেউন)। মৃত্যুকালে তাঁর বয়স হয়েছিল ৫৫ বছর ৬ মাস। তিনি ১৯৬৪ সালে পাবনা জেলায় জন্মগ্রহণ করেন। ছাত্র জীবন থেকেই তিনি বাম ধারার রাজনীতির সাথে যুক্ত ছিলেন এবং স্বৈরাচারবিরোধী আন্দোলনের সাথে জড়িত ছিলেন।

তাঁর এই অকাল মৃত্যুতে রিক পরিবার একজন নিবেদিতপ্রাণ কর্মকর্তা হারালো যা সংস্থার জন্য এক অপুরণীয় ক্ষতি। তাঁর এই অকাল মৃত্যুতে আমরা সকলে গভীরভাবে শোকাহত ও মর্মাহত। তিনি রিকের প্রবীণ কর্মসূচির মূল স্তম্ভদের একজন ছিলেন, নব্বই দশকের গোঁড়ার দিকে নরসিংদীর পলাশের জিনারদিতে রিকের প্রবীণ কর্মসূচির সূচনাকালীন সময় থেকেই তিনি জড়িত ছিলেন, প্রবীণদের মধ্যে অংশগ্রহণমূলক পিআরএ, গবেষণা পদ্ধতি নিয়ে তিনি কাজ করেন। কর্মজীবনের শেষভাগে তিনি রিকের কক্সবাজারের রোহিঙ্গা সহায়তা কর্মসূচিতে যুক্ত ছিলেন। সেখানেও প্রবীণ রোহিঙ্গাদের নিয়ে কাজ করেছেন। তিনি একজন কবি ও লেখক ছিলেন; উন্নয়ণ ক্ষেত্রে বিশেষ করে দূর্যোগ ব্যবস্থাপনার উপর তার অনেক প্রকাশনা রয়েছে।

আমরা তাঁর বিদেহী আত্মার মাগফেরাত কামনা করছি এবং তাঁর শোক-সন্তপ্ত পরিবার-পরিজনের প্রতি গভীরভাবে সহমর্মিতা ও সমবেদনা জ্ঞাপন করছি, যাতে তাঁর শোকাহত পরিবার এই অপূরণীয় ক্ষতি কাটিয়ে উঠতে পারে। মৃত্যুকালে তিনি স্ত্রী, ২ কন্যা সন্তান ও অনেক গুণগ্রাহী রেখে গেছেন।

এ সংখ্যায় থাকছে.....

- সম্পাদকীয়– ১
- করোনাভাইরাস মহামারী পরিস্থিতিতে নাগরিক সমাজের প্রতিনিধি রিকের নির্বাহী পরিচালক আবুল হাসিব খানের বিশ্লেষণাত্মক সাক্ষাৎকার– ২
- বাংলাদেশে করোনা ক্রান্তিকালে প্রবীণদের সমস্যাসমূহ ও বেঁচে থাকার চ্যালেঞ্জ– ৬
- করোনাভাইরাস পরিস্থিতিতে প্রবীণদের জন্য করণীয়– ৮
- করোনা মহামারীকালে প্রবীণদের দুঃখগাঁথা– ১১
- করোনাভাইরাস মহামারীকালে রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর কার্যক্রম– ১৩
- করোনা মহামারী কালে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা ও সর্বজনীন সামাজিক ভাতা– ১৪
- কোভিড-১৯ বৈশ্বিক সংকটে প্রবীণদেরকে সামনে রেখে বৈশ্বিক সংস্থাগুলো কে কি করছেন– ১৫
- করোনা সংক্রমন থেকে প্রবীণদের সুরক্ষায় দক্ষিণ এশিয়ার দেশগুলো কে কি করছে– ১৬
- ইন্টারনেট দুনিয়ায় করোনা সম্পর্কিত তথ্য– ১৬
- করোনাকালে প্রবীণদের উপর রিকের প্রস্তাবিত সাতটি গবেষণায় যুক্ত হবার আহ্বান– ১৭

করোনাভাইরাস (COVID-19) মহামারী সংক্রমণ প্রতিরোধে প্রবীণদের জীবন সুরক্ষায় অগ্রাধিকার প্রতিষ্ঠিত না করতে পারলে বিশ্বব্যাপী জনমিতিক (Demographic) ভারসাম্য হারাতে পারে। সম্প্রতি বিশ্ব ও বাংলাদেশে করোনাভাইরাস মহামারী সংক্রমনে যে পরিসংখ্যান পাওয়া যাচ্ছে, তাতে সামগ্রিকভাবে প্রবীণদের মৃত্যুর হার অসমানুপাতিক অর্থাৎ প্রবীণদের মৃত্যুর হার অনেক বেশী। করোনাভাইরাস মহামারী সংক্রমনে উচ্চমাত্রায় প্রবীণদের মৃত্যু হারের পিছনে সুস্পষ্টভাবে প্রতীয়মান হয় যে, পরিবার, সমাজ এবং রাষ্ট্রীয় পর্যায়ে সর্বস্তরে অবহেলা রয়েছে।

বাংলাদেশের করোনা ভাইরাস মহামারী সংক্রমনের পরিসংখ্যানের দিকে তাকালেও পশ্চিমা বিশ্বের মত একই চিত্র দেখতে পাই। ৩১ শে মে ২০২০, প্রথম আলোর প্রকাশিত পরিসংখ্যান থেকে দেখা যায় মোট সংক্রমনের ৭% হচ্ছে ৬০ বছরের উর্ধ্বে প্রবীণ জনগোষ্ঠী, কিন্তু মোট মৃত্যুর ৪২% হচ্ছে বাংলাদেশে করোনা সংক্রমণ ও মৃত্যুর হার চীন ও পশ্চিমা দেশের তুলনায় কিছুটা আলাদা বৈশিষ্ট্য রয়েছে; এ বৈশিষ্ট্যের অন্যতম দিক হচ্ছে, কোভিড-১৯ এ প্রবীণ ছাড়া অন্যান্য বয়সীরা উচ্চহারে সংক্রমিত হচ্ছে। এর একটা কারণ হতে পারে এদের ঘরের বাইরে চলাফেরা বেশী ও সামাজিক দুরত্ব না মানা। কিন্তু প্রবীণদের ক্ষেত্রে একটা সুবিধা রয়েছে, অন্য বয়সীদের তুলনায় তাদের চলাফেরা কম এবং সামাজিকভাবে তারা অনেকটাই বিচ্ছিন্ন। এ বিচ্ছিন্নতাই তাদের সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখায় সহায়ক। অন্যদিকে যথাযথ সতর্কতার অভাবে প্রবীণরা পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের মাধ্যমে সংক্রমিত হচ্ছেন এবং কোন সেবা ও চিকিৎসার অভাবে মৃত্যুমুখে পতিত হচ্ছেন। এ অবস্থার পরিবর্তন সম্ভব; প্রথমত কম্যুনিটি পর্যায়ে দীর্ঘমেয়াদী রোগ যেমন ডায়বেটিস, উচ্চরক্তচাপ, হৃদরোগ, ক্যান্সার, হাঁপানী ইত্যাদি রোগে আক্রান্ত প্রবীণদের চিহ্নিত করা এবং তাদের সুরক্ষা পরিবারের উপর ছেড়ে না দিয়ে সরকার ও কম্যুনিটির উদ্যোগে কর্মসূচী প্রণয়ন করা প্রয়োজন। শুধু সচেতনতা, তথ্য ও প্রচারণা নয়, সিদ্ধান্তের প্রতিটি পর্যায়ে করোনা মহামারীর সংক্রমন থেকে প্রবীণদের রক্ষায় সুনির্দিষ্ট উদ্যোগ প্রয়োজন। গ্রামাঞ্চলে কম্যুনিটি ক্লিনিক এবং শহরে সিটি কর্পোরেশনের স্বাস্থ্য ক্লিনিকের কর্মীদেরকে দুঃস্থ ও রোগাক্রান্ত প্রবীণদের সাথে যোগাযোগ গড়ে তোলা, প্রয়োজনীয় সহায়তা ও রেফারেল ব্যবস্থা প্রচলন করা। এভাবেই কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত প্রবীণদের সংখ্যা কমিয়ে আনা, যাতে প্রবীণদের মৃত্যু হার কমে আসতে পারে। প্রবীণদের সুরক্ষায় আমরা যদি একটি সমন্বিত উদ্যোগ গড়ে তুলতে পারি, তবে আমাদের জন্য করোনা মহামারীকে মোকাবেলা ও তার সাথে সহাবস্থান সহজ হবে। প্রবীণ সুরক্ষায় সমন্বিত উদ্যোগে প্রধান অস্ত্র হতে পারে আন্তঃ প্রজন্ম সংহতি অর্থাৎ করোনা মহামারী সংক্রমনের হাত থেকে প্রবীণদের সাথে অন্যান্য বয়সীরাও সমানভাবে এগিয়ে আসবে; তাহলেই একই সংগে প্রবীণদের করোনা জয় ও প্রবীণ সুরক্ষার দুটি উদ্দেশ্যই পুরণ হবে।

করোনাভাইরাস মহামারী পরিস্থিতিতে নাগরিক সমাজের প্রতিনিধি রিকের নির্বাহী পরিচালক আবুল হাসিব খানের বিশ্লেষণাত্মক সাক্ষাৎকার

প্রবীণ। কাজেই এ থেকে সুস্পষ্ট প্রবীণরা এ মহামারী সংক্রমনে যথাযথ সেবা সহায়তা ও সুরক্ষা পাচ্ছে না, ফলে তাদের মোট মৃত্যুতে প্রবীণদের শতকরা হার ক্রমশ বাড়ছে। এ পরিপ্রেক্ষিতে বাংলাদেশের প্রবীণদের বিষয়ে তৃণমূল পর্যায়ে কর্মসূচি বাস্তবায়নে অগ্রণী সংগঠন রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর নির্বাহী পরিচালক, প্রবীণ মঞ্চের পক্ষ থেকে আবুল হাসিব খান এর একটি বিশ্লেষণাত্মক সাক্ষাৎকার গ্রহণ করা হয়। এ সাক্ষৎকারে আবুল হাসিব খান প্রশ্নের উত্তরে বিশ্লেষণ ভিত্তিক সাক্ষাৎকার প্রদান করেছে, এ সাক্ষাৎকার গ্রহণ কয়েকটি পর্বে গ্রহণ করা হয়েছে, প্রতি পর্বে দুটি থেকে তিনটি প্রশ্ন নিয়ে বিশ্লেষণ করেছেন ও তার ভিত্তিতে উত্তর দিয়েছেন এবং এসব উত্তর দিতে গিয়ে বিভিন্ন ধরণের তথ্য সুত্র থেকে বিশ্লেষণের উপকরণ সংগ্রহ করেছেন। প্রয়োজনে রিকের উর্ধ্বতন কর্মকর্তাদের সাথে বিষয়টি নিয়ে আলোচনা করেছেন। রিকের বাইরেও প্রবীণ বিষয়ে জাতীয় পর্যায়ে বিশেষজ্ঞদের সাথে অনেক বিষয়ে সহায়তা নিয়েছেন, কিন্তু এ সাক্ষাৎকারে যা কিছু বলেছেন সেটা তার একান্ত ব্যক্তিগত বিশ্লেষনী মতামত। সাক্ষাৎকারটি নিম্নে তুলে ধরা হলো,

প্র.ম. ১. বিশ্বব্যাপী ও বাংলাদেশে করোনাভাইরাস (COVID-19) মহামারী সংক্রমনের ফলে প্রবীণদের যে ঝুঁকি তৈরী হয়েছে তার পরিপ্রেক্ষিতে আপনার মতামত বিশ্লেষণ করুন।

জনাব খান ঃ করোনাভাইরাস মহামারীর আগে থেকেই বাংলাদেশে প্রবীণদের স্বাস্থ্য অধিকার বা সুবিধা নিশ্চিত ছিলনা। বিশেষজ্ঞ পর্যায় থেকে বলা হয় নাই COVID-19 এর আগে থেকেই পৃথিবীর প্রবীণদের স্বাস্থ্য সংকটের প্রধান বৈশিষ্ট্য ছিল অসংক্রামক রোগ বা Non-Communicable Disease (NCD) যেমন ডায়বেটিস, হৃদরোগ, উচ্চরক্তচাপ, ক্যান্সার, হাঁপানী ইত্যাদি। আমাদের দেশে এবং বিশ্বে প্রবীণরাই এ ধরনের রোগে বেশী আক্রান্ত। এছাড়া স্মৃতিভ্রষ্টতা, পক্ষাঘাত ও অন্যান্য শারীরিক, মানসিক প্রতিবন্ধীতা অনেক প্রবীণের মধ্যে

দেখা যায়। কিন্তু এ ধরণের অবস্থা থেকে প্রবীণদের মুক্ত করতে রাষ্ট্র, সামাজিক ও পারিবারিক ক্ষেত্রে উদ্যোগের অভাব ছিল। তবে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, জাতিসংঘ এর জনসংখ্যা তহবিল অধিদপ্তরকে ব্যতিক্রম বলা যেতে পারে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থাই প্রবীণদের জন্য কর্মময় বার্ধক্য বা Active Ageing এর বিশ্লেষণী কাঠামো তুলে ধরে। এ সংস্থা প্রবীণ বয়সে সুস্থ থাকার ধারণাকে প্রতিষ্ঠিত করার উদ্যোগ নেয়। আমরা অনেকেই হয়তো জানি না বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ২০২০-২০৩০ পর্যন্ত Healthy Ageing এর দশক বলে ঘোষণা করে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এ ঘোষণার মাধ্যমে সদস্যদের মাধ্যমে পুরো দশক জুড়ে প্রবীণদের স্বাস্থ্যের জন্য কাজ করতে চেয়েছিল। ২০১৯ সালে নভেম্বর মাসে চীনের হুবেই প্রদেশের উহান শহরে COVID-19 এর সূচনা হয়। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার ইউরোপ অঞ্চলের পরিচালক ২রা এপ্রিল, ২০২০ এ আনুষ্ঠানিক এক বিবৃতির মাধ্যমে COVID-19 সংক্রমণে প্রবীণদের ঝুঁকির বিষয়ে দৃষ্টি আকর্ষণ করেন। ২০ শে মার্চ, ২০২০ বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা প্রবীণ সুরক্ষা বিষয়ে একটি অন্তর্বর্তীকালীন একটি গাইড লাইন তৈরী করেন। এ ছাড়াও জাতিসংঘের মহাপরিচালক বিশ্বব্যাপী প্রবীণদের প্রভাব বিষয়ে একটি ব্রিফিং পেপার, এর সদস্য রাষ্ট্র গুলোর মধ্যে প্রচার করেন। কিন্তু এসব উদ্যোগ থেকে প্রবীণরা বাস্তবে খুব বেশী উপকৃত হতে পারেনি। পশ্চিমা নার্সিং হোম বা কেয়ার হাউসগুলোতে COVID-19 সংক্রমনে একধরণের গণহত্যার মত ঘটনা সংঘটিত হয়েছে। এসব কেয়ার নার্সিং হোমে ৭০-৮০ ভাগ প্রবীণ বাসিন্দারাই করোনা সংক্রমণে মৃত্যুবরণ করেছে। পশ্চিমা দেশে যেমন আমেরিকা, কানাডা, বৃটেন, স্পেন, ফ্রান্স, ইটালী ইত্যাদি দেশে কেয়ার হাউসে বসবাসরত অধিকাংশ প্রবীণরাই দীর্ঘমেয়াদী অসংক্রামক রোগে আক্রান্ত ছিল। তাদের সুরক্ষায় যে বিশেষ প্রতিরোধ ব্যবস্থার প্রয়োজন ছিল, তা করা হয়নি। উপরোন্ত প্রবীণদের মৃত্যু সম্পর্কে যথাসময়ে তথ্য প্রকাশ করা হয়নি; সেখানে স্বচ্ছতা, জবাবদিহিতার অভাব ছিল। অন্যদিকে তুলনামূলকভাবে বাংলাদেশ ও উন্নয়নশীল দেশগুলোর চিত্র ভিন্ন ছিল। পশ্চিমা দেশগুলোর মতো এসব দেশে নার্সিং হোম কেয়ারে বসবাসরত প্রবীণের সংখ্যা নেই বললেই চলে। তবে এসব রাষ্ট্রে প্রবীণদের স্বাস্থ্য সুরক্ষায় কোন সুরক্ষানীতি এবং কর্মসুচী নেই; যেমন, বাংলাদেশের প্রবীণদের স্বাস্থ্য রক্ষার বিষয়টি জাতীয় স্বাস্থ্য নীতির মূলধারার কর্মসূচির সাথে যুক্ত নয়। আমরা রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর পক্ষ থেকে বিভিন্ন সময় সরকারী নীতি নির্ধারকদের রাজি করানোর চেষ্টা করেছি, কিন্তু আশানরূপ সফলতা পাইনি। বাংলাদেশের জাতীয় স্বাস্থ্য নীতিতে প্রবীণদের স্বাস্থ্য গুরুত্ব পায়নি। প্রবীণ স্বাস্থ্য উন্নয়নে কোন বাজেট বরাদ্ধ নেই এবং

প্রবীণদের যত্ন

কোন গবেষণা নেই; কাজেই এ পটভূমিতে করোনার সংক্রমণ প্রবীণদের জীবনকে আরো বিপদাপন্ন করেছে। কিন্তু করোনা সংক্রমণ থেকে প্রবীণদের রক্ষায় তেমন কিছুই করা হচ্ছে না।

প্র.ম. ২. করোনাভাইরাস মহামারী সংক্রমণে প্রবীণদের মৃত্যুর হার বাড়ার মূল কারণ কি হতে পারে? এ বিষয়ে বিশেষজ্ঞ মত সম্পর্কে আপনার ব্যাখ্যা কি?

জনাব খান ঃ আন্তর্জাতিক ও জাতীয় পর্যায়ে বিশেষজ্ঞরা করোনা ভাইরাস মহামারী সংক্রমণে প্রবীণদের উচ্চ মৃত্যুর হারের মূল কারণ মনে করেন প্রথমত; দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা এবং দ্বিতীয়তঃ দীর্ঘ মেয়াদী রোগে আক্রান্ত হওয়া। বিশেষজ্ঞদের এসব মতের সাথে দ্বিমত না করেই বলব এসব কারণ যুক্তিসংগতভাবেই অসম্পূর্ণ। প্রবীণদের উচ্চমৃত্যু হারের আরেকটি দিক রয়েছে যা জনস্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞরা উপেক্ষা করেছেন সেটা হচ্ছে স্বাস্থ্য বিষয়ে প্রবীণদের প্রতি অবহেলা ও বৈষম্য। রাষ্ট্রীয়ভাবে বেশীরভাগ সরকারী নীতিতে প্রবীণদের স্বাস্থ্য রক্ষায় কোন নীতি বা কৌশল নেই এবং রোগ প্রতিরোধে প্রবীণদের স্বাস্থ্য ক্ষমতা বাড়ানোর সচেতনতামূলক আচার আচরণ, পরিবর্তনে কোন কার্যকর ভূমিকা নেই। করোনা মহামারীকালে প্রবীণদের স্বাস্থ্য অনেকটাই ভঙ্গুর। এ বিষয়টি উল্লেখ না করলে প্রবীণদের করোনা সংক্রমনে উচ্চমৃত্যু হারের কারণ বিশ্লেষন সম্পুর্ন হবেনা।

প্র.ম. ৩. করোনা ভাইরাস মহামারী প্রতিরোধে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার দেয়া পদক্ষেপগুলি ও সরকারের নেয়া বিভিন্ন পদক্ষেপ গুলিতে প্রবীণদের স্বাস্থ্য ও জীবন সুরক্ষার বিষয় কতটা গুরুত্ব পাচ্ছে ?

জনাব খান ঃ বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা করোনাভাইরাস মহামারী মোকাবেলায় সরাসরি সেবা কার্যক্রম গ্রহণ করছেনা, তারা সদস্য রাষ্ট্রগুলিকে নীতি ও বিশেষজ্ঞ পরামর্শ সেবা সহায়তা দিচ্ছেন। কিন্তু এ পরামর্শে প্রবীণদের স্বাস্থ্য ও জীবন সুরক্ষায় বিষয়টি উল্লেখ থাকা সত্ত্বেও বিভিন্ন পর্যায়ে সুনির্দিষ্ট গাইডলাইন নাই, ফলে সদস্য রাষ্ট্রগুলো সহজেই প্রবীণদের স্বাস্থ্য রক্ষার পরামর্শকে উপেক্ষা করছে। আমরা করোনা মহামারী মোকাবেলায় সরকারের পরামর্শ অনুসরন করি; তবে বিচ্ছিন্নভাবে জীবন রক্ষার জন্য হাত ধোয়া, সামাজিক দুরত্ব ও রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানো এবং বিদ্যমান রোগের চিকিৎসার বিষয়টি কোন কোন ক্ষেত্রে উল্লেখ থাকলেও কোন সুনির্দিষ্ট কর্মসূচী নেই; ফলে স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, চিকিৎসক বা হাসপাতালগুলোর জন্য ৭৪ টি গাইডলাইন তৈরী করেছে। এ গাইডলাইন গুলোতে শারিরীক প্রতিবন্ধী সহ বিভিন্ন প্রান্তিক গোষ্ঠী করোনা সংক্রমনে করণীয় নির্দেশনা থাকলেও প্রবীণদের বিষয়ে এ ধরণের কোন নির্দেশনা নেই।

প্র.ম. ৪. উন্নত পশ্চিমা দেশগুলো যেমন যুক্তরাষ্ট্র, যুক্তরাজ্য, ইটালী, ফ্রান্স করোনা মহামারী সংক্রমনে প্রবীণদের মৃত্যুর হার কমাতে কেন ব্যর্থ হচ্ছে?

জনাব খান ঃ উন্নত পশ্চিমা দেশগুলো সাধারণভাবেই করোনা প্রতিরোধে ব্যর্থ হয়েছে। তাদের স্বাস্থ্য ব্যবস্থা বৈশ্বিক এই মহামারী প্রতিরোধে প্রস্তুত ছিলনা। এ অপ্রস্তুত অবস্থাই পশ্চিমা দেশগুলোতে করোনা মহামারীর উচ্চ মৃত্যু হারের কারন। কিন্তু প্রবীণদের মৃত্যুর হার সাধারণ গড় মৃত্যুর

রিকের পক্ষ থেকে প্রবীণদের এক হাজার টাকা করে ৬৫০ জন প্রবীণকে সহায়তা

হারের তুলনায় অনেক বেশী। এর কারণ হচ্ছে পশ্চিমা দেশগুলোতে সাধারণভাবে গড় আয়ু বাড়ার কারণে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর সংখ্যা অনেক বেশী ও সেই সাথে পরিবেশগত কারণে শক্তিশালী ভাইরাসের বিরুদ্ধে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা অনেক দূর্বল। এ কারণগুলি উচ্চ মৃত্যুর হারের জন্য যথেষ্ট নয়। অন্যতম প্রধান কারন হচ্ছে বৈশ্বিক মহামারীতে স্বাস্থ্য ঝুঁকি সর্ম্পকে অসচেতনতা, কর্মসূচিগত অসচেতনতা ও সিদ্ধান্ত গ্রহণে ব্যর্থতা। এসব কারণে পশ্চিমা দেশগুলোর কেয়ার হোমে প্রবীণরা করোনা সংক্রমণে গণহারে মৃত্যুর শিকার হন।

প্র.ম. ৫. আমরা সার্কভূক্ত দক্ষিন এশিয়ার দেশগুলো পশ্চিমা দেশগুলোর ব্যর্থতা থেকে কি শিক্ষা গ্রহণ করছি, করলে কিভাবে করছি, না করলে কেন করতে পারছি না?

জনাব খান ঃ দক্ষিণ এশিয়ার বড় দেশগুলো পশ্চিমা দেশগুলোর ব্যর্থতা থেকে কোন শিক্ষা গ্রহণ করেনি, প্রবীণদের সুরক্ষায় তারা কোন সুনির্দিষ্ট নীতি বা কর্মসূচি গ্রহণ করেনি, কারণ এসব দেশে প্রবীণরা পরিবারের সাথে রয়েছেন; তাই রাষ্ট্র বা সরকার প্রবীণের সুরক্ষায় পরিবারই দায়িত্ব নেবেন বলে হয়তো ভেবেছেন এবং দরিদ্র ও স্বল্প আয়ের প্রবীণদের পরিবারের সীমাবদ্ধতায় করোনা মহামারী সংক্রমণে প্রবীণদের সুরক্ষা দিতে কোন সহায়তা কর্মসূচি গ্রহণ করেনি। তাছাড়া নীতি নির্ধারক পর্যায়ে প্রবীণদের বিষয়ে সচেতনতা ও সতর্কতার অভাব রয়েছে।

প্র.ম. ৬. করোনাভাইরাস মহামারী পরিস্থিতির আগে বাংলাদেশে প্রবীণদের জন্য স্বাস্থ্য সেবার অবস্থা কি ছিল এবং এ মহামারীর সংক্রমন প্রবীণদের ঝুঁকির বিপদ কিভাবে বেড়েছে?

জনাব খান ঃ করোনা ভাইরাস মহামারী পূর্ব বাংলাদেশে প্রবীণদের স্বাস্থ্য অবস্থা এমনিতেই নাজুক ছিল। ৬০% প্রবীণরাই একাধিক দীর্ঘমেয়াদী অসংক্রামক রোগে ভূগছেন। কাজেই ১ কোটিরও বেশী প্রবীণ এ মহামারীর ঝুঁকিতে রয়েছেন। এ মৃত্যুর ঝুঁকি হ্রাস করার জন্য সরকার অগ্রাধিকার দেয়নি। করোনা পরীক্ষায় প্রবীণদের অবহেলা করা হয়েছে। সবচেয়ে দুঃখজনক ও অমানবিক বিষয়টি হচ্ছে যেসব প্রবীণ অসংক্রামক দীর্ঘমেয়াদী রোগ যেমন ডায়বেটিস, হাইপারটেনশন, উচ্চ রক্তচাপ, শ্বাসকষ্টে ভুগছেন তাদের কোন চিকিৎসা হচ্ছে না। তাই করোনা রোগী নয় কিন্তু অন্য সাধারণ রোগে আক্রান্ত প্রবীণরা বিনা চিকিৎসায় মারা যাচ্ছেন।

প্র.ম. ৭. করোনা ভাইরাস মহামারী মোকাবেলায় হাত ধোয়া, সামাজিক দুরত্ব, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বজায় রাখা ইত্যাদি আচরণ বা উদ্যোগ প্রবীণদের ক্ষেত্রে কতটা ভূমিকা রেখেছে?

জনাব খান ঃ আমাদের দেশে প্রবীণরা ঘরের বাইরে তেমন যাওয়া আসা করেন না ফলে এ মহামারীতে তারা কিছুটা সামাজিক দুরত্বের সুবিধা পাচ্ছেন ঠিকই কিন্তু হাত ধোয়া ও রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানোর সহায়তার কোন কর্মসূচি নেই ফলে তারা সংক্রমণের ঝুঁকি হ্রাসের উদ্যোগ থেকে বিচ্ছিন্ন।

প্র.ম. ৮. করোনা মহামারী পরিস্থিতিতে প্রবীণদের সুরক্ষায় বাংলাদেশ সরকার, স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়, স্থানীয় সরকার, বেসরকারী হাসপাতাল, সামাজিক সংগঠন, এনজিও, ডাক্তার কে কি ভূমিকা পালন করছে?

জনাব খান ঃ প্রবীণদের সুরক্ষায় কোন সুপরিকল্পিত নির্দেশিত উদ্যোগ/পদক্ষেপ নেই। ষ্টেক হোল্ডার যথা বাংলাদেশ সরকার, স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়, স্থানীয় সরকার, বেসরকারী হাসপাতাল, সামাজিক সংগঠন, এনজিও, ডাক্তার বিচ্ছিন্নভাবে প্রবীণদের বিষয়ে কেউ কেউ সংবেদনশীল আচরণ করলেও এগুলোর কোন সামগ্রিক ধারাবাহিকতা নেই। প্রবীণেরা কারো কাছ থেকে কোন সহোযোগিতা পাচ্ছে না।

প্র.ম. ৯. আপনি ৩০ বছর ধরে প্রবীণদের জন্য কাজ করেছেন, আমরা যতটা জানি আপনি হেল্পএইজ নেটওয়ার্ক, এফআরই'বি এবং রিকের নিজস্ব উদ্যোগে কাজ করে চলেছেন। বর্তমান করোনা ভাইরাস মহামারী সংকটের প্রেক্ষাপটে প্রবীণদের জন্য কি ধরণের কাজ করেছেন?

জনাব খান ঃ বিশ্বে এ মহামারীকালে, সমস্ত অর্থনৈতিক, সামাজিক, রাষ্ট্রীয় কর্মকাণ্ড থেমে যাওয়ায় কার্যকর সহায়তা কার্যক্রম অনেকটাই স্থবির। রিকের নিজস্ব তহবিল ও রিক কর্মী পরিবারের সদস্যদের সহায়তায় চলমান প্রবীণ কার্যক্রম এলাকায় অতি দরিদ্র ৬৫০ জন প্রবীণদের আর্থিক সহায়তা প্রদান করা হয়েছে।

প্র.ম. ১০. করোনাভাইরাস মহামারী পরিস্থিতিতে প্রবীণদের জন্য কর্মকাণ্ডের বাঁধা বা সমস্যাগুলি কি কি? এ সমস্যাগুলো দুরীকরণের জন্য বাংলাদেশ সরকার, স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়, স্থানীয় সরকার, বেসরকারী হাসপাতাল, সামাজিক সংগঠন, এনজিও, ডাক্তার, প্যারামেডিকরা কে কি করতে পারেন?

জনাব খান ঃ বাংলাদেশে প্রবীণদের অনেক সমস্যা ও বাঁধা রয়েছে, প্রথমত মনোসামাজিক সমস্যা- বাংলাদেশের সংস্কৃতিতে প্রবীণদের আলাদা জনগোষ্ঠী বিবেচনা করা হয় না, তাদের যে বিশেষায়িত সেবা, চলাফেরা, জীবন যাপনের প্রয়োজন সেটা বর্তমান বাজার অর্থনীতিতে একেবারেই উপেক্ষিত।

উঠতি সমাজের ধারণা প্রবীণদের কাজের ক্ষমতা কমে গিয়েছে, তাদের আয় কমে যাবে, তারা তাদের জন্য বোঝা, তাদের অবদানের মূল্যায়নকে কৃপণতা করা হয়, এ মানসিকতাই প্রবীণদের বড় বাধা।

প্রবীণ বয়সে সহায়তার দরকার হয়, করোনা মহামারীকালে এ সহায়তা অত্যন্ত প্রয়োজন, যেমন ঃ

সরকার, সহায়তায় প্রবীণদের অগ্রাধিকার দিতে পারেন, ভাতা উত্তোলন সহায়তা সহজ করতে পারেন, সরকারী-বেসরকারী সেবাদানের ক্ষেত্রে প্রবীণবান্ধব নীতি নির্দেশনা জারি করতে পারেন, প্রশাসনের প্রতি স্তরে প্রবীণ বান্ধব পরিবেশ তৈরীতে সহায়তা করতে পারেন।

স্বাস্থ্য বিভাগ চিকিৎসা ক্ষেত্রে প্রবীণদের অগ্রাধিকার দিতে পারেন। কোথায়, কিভাবে, কত সহজে চিকিৎসা নেয়া যেতে পারে সে বিষয়ে জ্ঞান বিতরন, প্রচারণা চালাতে পারেন। চিকিৎসা ও পরীক্ষা করাতে যাতে হয়রানির শিকার না হন সে বিষয়ে স্বাস্থ্য বিভাগ সতর্ক থাকতে পারেন। স্বাস্থ্য বিভাগ প্রবীণদের সাথে মানবিক আচরনের জন্য স্বাস্থ্য কর্মীদের বিশেষ নির্দেশ দিতে পারেন।

স্থানীয় সরকারের সাথে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিরা যেমন উপজেলা প্রশাসন, চেয়ারম্যান, মেম্বর প্রবীণ বিষয়ে সচেতন হবেন, তাদের অধিকার রক্ষায় এগিয়ে আসবেন। সরকারী সবধরণের সহায়তায় সহজে তাদের অগ্রাধিকার দেবেন। বেসরকারী হাসপাতাল প্রবীণ চিকিৎসায় অগ্রাধিকার, যত্ন, চিকিৎসার খরচে সহায়তা দেবার চেষ্টা করবেন।

সামাজিক সংগঠনগুলো অক্ষম অসহায় প্রবীণদের মানসম্মত হোমকেয়ার সেবা স্বেচ্ছাসেবা বা বানিজ্যিক ভিত্তিতে দিতে পারেন। পাশাপাশি প্রবীণ সুরক্ষায় এগিয়ে আসতে পারেন।

স্বাস্থ্য কর্মীরা (ডাক্তার, নার্স, প্যারামেডিক, টেকনিশিয়ান) সম্মুখ সারির লড়াকু সৈনিকের মনোভাব নিয়ে প্রবীণদের প্রতি সহৃদয় দৃষ্টি নিয়ে এগিয়ে আসবেন। নিজেদের সক্ষমতা ও অক্ষমতার কথা অত্যন্ত বিনীত ভাবে বলুন।

প্র.ম. ১১. করোনাভাইরাস মহামারী পরিস্থিতিতে প্রবীণদের প্রতি অতি অমানবিক আচরণ দেখতে পাচ্ছি, পারিবারিক পর্যায়ে সন্তানেরা মা'র কাছ থেকে সম্পত্তি লিখে নিয়ে রাস্তায় ফেলে রেখে যাচ্ছে, আপনার মতে এ ধরনের আচরণের কারণ ও প্রতিকার সম্পর্কে কিছু বলবেন।

জনাব খান ঃ বিষয়টি একটু জটিল, মানুষের এসব আচরণের অনেকগুলো কারণ রয়েছে, তন্মধ্যে শিক্ষা, অর্থনৈতিক, মানসিক ও শারিরীক অক্ষমতায় প্রবীণদের মূল্যায়ন কমে যাওয়া প্রধান কারণ। যারা এ ধরণের কাণ্ড ঘটাচ্ছেন তারা অনেকেই শিক্ষিত হয়েও তীব্র মানবিক শিক্ষার সংকটে ভুগছেন, আবার অনেক অশিক্ষিত ব্যক্তিও মানবিক শিক্ষায় শিক্ষিত ব্যক্তির চেয়েও উত্তম। বর্তমানে আমাদের শিক্ষা কার্যক্রমে পূর্বের তুলনায় এ মানবিক শিক্ষা অনেক কমিয়ে দেয়া হয়েছে, জোর দেয়া হচ্ছে জীবিকায়ন ভিত্তিক বানিজ্যিক শিক্ষা ব্যবস্থা, ফলাফল মানবিকতার সংকট।

অন্যদিকে অতি আত্মকেন্দ্রিক মানসিকতা এসব ঘটনার জন্ম দিয়ে থাকে. এটা শিক্ষা ও প্রচারণার মাধ্যমে কমাতে হবে।

আবার দেশে আর্থিক ও অবস্থানগত পার্থক্যের কারণে স্থাবর ও অস্থাবর সম্পত্তির মূল্য অনেকটাই বেড়ে গেছে, যা প্রবীণদের উত্তরাধিকারীদের মনে এক ধরণের তীব্র আকাংক্ষার জন্ম দেয়, তার ফলে সম্পত্তি লিখে নেবার প্রবণতা বাড়ছে।

প্রবীণদের মানসিক ও শারিরীক অক্ষমতা পরিবার ও সমাজের নিকট বোঝা বলে মনে হচ্ছে, নিম্নমানের আকাশ সংস্কৃতির কারণে সামাজিক অবক্ষয় দ্রুত বাড়ছে, পরিবার-সমাজ-সরকার-রাষ্ট্রের ঔদাসীন্য ও সীমাবদ্ধতা সব মিলিয়ে প্রবীণদের অবস্থান ক্রমাগত নিম্নগামী এবং ব্যবস্থা না নিলে এ ধরনের ঘটনা আরো বাড়বে।

প্রবীণরা ঘরে এধরণের সহজ ব্যায়াম করতে পারেন

বর্তমান সামাজিক, অর্থনৈতিক ও কাঠামোগত কারণে এর কার্যকর প্রতিকার করাটা একটু কঠিন, জাতীয় প্রবীণ নীতিমালা ২০১৩ পাশ হয়েছে, কিন্তু এর কার্যকর বাস্তবায়ন সামান্যই। দক্ষিণ এশিয়ার অনেক প্রতিবেশী দেশের তুলনায় আমরা অনেক পিছিয়ে।

মা-বাবার ভরণ-পোষণ নিশ্চিত করা এবং তাদের সঙ্গে সন্তানের বসবাস বাধ্যতামূলক করার বিধান করে সরকার ২০১৩ সালে পিতা-মাতার ভরণ-পোষণ আইন পাস করে।

এ আইনের ২০১৩-এর ৩ ধারায় প্রত্যেক সন্তানকে তার মা-বাবার ভরণ-পোষণ নিশ্চিত করতে হবে। এ ছাড়া এ আইনে আরো আছে যে, কোনো সন্তান তার পিতা-মাতার ইচ্ছার বিরুদ্ধে আলাদাভাবে বাস করতে বাধ্য করতে পারবে না। সন্তানেরা পিতামাতার সমস্ত মৌলিক চাহিদার দ্বায়িত্ব নিতে বাধ্য। পিতামাতার প্রতি কর্তব্য পালনে যদি কেউ বাঁধা দেয় তবে তারাও এ আইনের আওতায় শাস্তি প্রাপ্ত হবেন। এতে পিতামাতার অবর্তমানে উর্ধ্বতন প্রপিতামহেরও দ্বায়িত্ব নেবার কথা বলা হয়েছে।

কোনো আদালত এ আইনের অধীনে সংঘটিত অপরাধ সংশ্লিষ্ট সন্তানের বাবা বা মায়ের লিখিত অভিযোগ ছাড়া আমলে নেবে না। এতে আপস-নিষ্পত্তির ধারাও সংযুক্ত করা হয়েছে। এ ধারাটি একটু অস্বচ্ছ, শারিরীক ও মানসিক অক্ষমতা জনিত কারণে পিতামাতারা কি করবেন এ বিষয়ে বিষদ ব্যাখ্যা নেই। হত দরিদ্র সন্তানেরা ভরণ পোষণ কিভাবে করবেন সে ব্যাখ্যাও নেই।

আইন অমান্যে, উক্ত আইনে সন্তানের এক লাখ টাকা জরিমানা অনাদায়ে তিন মাসের কারাদণ্ডের বিধান রাখা হয়েছে।

এ ধরণের ঘটনা হ্রাসে ভৌগোলিক এক কেন্দ্রিক অর্থনৈতিক উন্নয়ন পরিকল্পনার পরিবর্তে বিকেন্দ্রীকরণ অর্থনৈতিক উন্নয়ন পরিকল্পনা প্রণয়ন করা উচিৎ যাতে যৌথ পরিবার ব্যবস্থাটা আবার কিছুটা ফিরে আসতে পারে বা সন্তানেরা কাছাকাছি থাকায় পিতামাতার দেখাশোনাও ভাল হতে পারে। পাশাপাশি এটা দেশের সামগ্রিক উন্নয়নে ব্যাপক ভূমিকা রাখবে।

তারপরও সম্পত্তি বেহাতের ঘটনা প্রতিরোধে সরকারী-বেসরকারী-কম্যুনিটি নজরদারী ব্যবস্থাপনায় প্রবীণের জীবন সুরক্ষা ও মৌলিক চাহিদা নিশ্চিয়তার বিনিময়ে প্রয়োজনের তাগিদে সম্পত্তি হস্তান্তর করতে পারেন, এর মূল লক্ষ্য হতে হবে আমৃত্যু প্রবীণরা অসহায় না হয়ে পড়েন।

প্র.ম. ১২. সম্প্রতি জাতীয় পর্যায়ের বেশ কিছু স্বনামধন্য প্রবীণ সাধারণ বার্ধক্য জনিত কারণে মৃত্যুবরণ করেছেন, বর্তমান মহামারীর পরিস্থিতিতে তাদের সাধারণ চিকিৎসা মারাত্মকভাবে বিঘ্নিত হয় এবং এতে তাদের মৃত্যুও ত্বরান্বিত হয়, এ বিষয়টিকে প্রবীণ অধিকারের প্রেক্ষিতে কিভাবে দেখছেন?

জনাব খান ঃ এটি অত্যন্ত দুঃখজনক ঘটনা, মৃত্যু কারোই কাম্য নয়। বিনা চিকিৎসায় বা অবহেলায় মৃত্যু খুবই মর্মান্তিক; অত্যন্ত দুঃখজনক হলেও সত্য করোনা মহামারী আমাদের চিকিৎসা ব্যবস্থাপনার চুড়ান্ত দৈন্যদশা দেখিয়ে দিয়েছে, নিকট অতীতে দঃ এশিয়ায় আমরা আমাদের স্বাস্থ্য ব্যবস্থা নিয়ে গর্বিত ছিলাম, আমাদের চিকিৎসকেরা অনেক উন্নতমানের চিকিৎসা সেবা দিয়েছেন; কিন্তু বর্তমান পরিস্থিতি একেবারেই ভিন্ন; চিকিৎসকেরা নিজস্ব নিরাপত্তার অপ্রতুলতার কারণে আতংকিত হয়ে সেবাদানে বিরত হয়ে পড়েছেন, যা আমাদেরকে আরো অসহায় করে তুলেছে। এমনিতেই আমাদের দেশ প্রবীণ বিষয়ে তেমন সচেতন নয়; এটা যেন মড়ার উপর খাড়াঁর ঘা।

বাংলাদেশ স্বাস্থ্য খাতে দঃ এশিয়ার দেশগুলোর মধ্যে বাজেটে সবচেয়ে কম খরচ করে, জিডিপির প্রায় ১%। বর্তমান স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপনা পুরোপুরিই ঢেলে সাজাতে হবে এবং সেই সাথে প্রবীণ স্বাস্থ্য সুরক্ষা ব্যবস্থাপনার আধুনিকায়ন ও তৃণমূল পর্যায়ে পৌছানোর ব্যবস্থা করতেই হবে।

প্র.ম. ১৩. লকডাউন অবস্থায় প্রবীণদের বিশেষ সমস্যাগুলি কি? এগুলোকে হ্রাস করার জন্য কি পদক্ষেপ নেয়া প্রয়োজন।

জনাব খান ঃ সাধারণত যারা মানসিক ও শারিরীক ভাবে সক্ষম তাদের তেমন কোন সমস্যা হবার কথা নয়। তবে যেসব প্রবীণ শারিরীক ও মানসিকভাবে অক্ষম তাদের বেলায় লকডাউন খুব অসুবিধাজনক, তাদের দেখা শোনার জন্য কেউ না থাকলে, তাদের ওষুধ, খাবার, দৈনন্দিন কর্মকাণ্ড করা কঠিন। তাদের জীবনটা একঘেঁয়ে ও বিরক্তিকর হতে পারে, পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের সাথে মানিয়ে চলতে কষ্ট হতে পারে।

এ অবস্থার পরিপ্রেক্ষিতে প্রবীণেরা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ও সরকারী নির্দেশনা অনুযায়ী স্বাস্থ্য সুরক্ষা বিধি মেনে চলুন। শরীর ভাল রাখার স্বার্থে ঘরের ভেতরে যে ব্যায়ামগুলো করা যায়, সেগুলো করতে হবে, যেমন বাড়ীর মেঝে বা ছাদে একই জায়গায় বারবার হাটতে পারেন। খালি হাতে যে ব্যায়াম গুলো করা যায় তা করতে পারেন। যাদের হৃদরোগ, ডায়বেটিস বা অন্যান্য রোগ রয়েছে তাদের বাড়তি যত্ন নিতে হবে। দৈনন্দিন যে ওষুধ রয়েছে তার প্রতি বিশেষ নজর দিতে হবে যেন তার যে রোগ রয়েছে তা যেন আর না বাড়তে পারে। বাড়ির লোকজনের সংগে সময় কাটান যতটা সম্ভব। টেলিফোনে বা ভিডিও কনফারেন্সে দূরের আত্মীয়, বন্ধুবান্ধবদের সঙ্গে যতটা পারেন কথা বলুন। সব রকমের জটলা এড়িয়ে চলার চেষ্টা করা যেতে পারে। নিজেকে আলাদা ও একটা ঘরে বন্দী করে রাখবেন না। এই সময় আপনি ঘরে বসে হাতের কাজ, ছবি আঁকা, বই পড়া বা গান শোনার মতো পুরনো শখগুলি নিয়ে মেতে থাকতে পারেন। বাড়ীর অন্য সদস্যদের সাথে ঘরোয়া খেলা যেমন ক্যারম, লুডু, দাবা, সাত ঘুটি, বাঘ বন্দী ইত্যাদি খেলতে পারেন।

টিভি রেডিও দেখতে ও শুনতে পারেন। যাদের লেখালেখির অভ্যাস রয়েছে, তারা লেখালেখির কাজ করতে পারেন। যাদের সোশ্যাল মিডিয়ায় যুক্ত থাকার সুযোগ রয়েছে তারা সোশ্যাল মিডিয়ায় যুক্ত থাকতে পারেন, তবে উত্তেজনা সৃষ্টি করে এমন খবর বা সোশ্যাল মিডিয়ার পোস্ট এড়িয়ে চলুন এবং কোনও বিভ্রান্তিকর খবর ছড়াবেন না। গ্রামে বসবাসকারী প্রবীণেরা বাড়ীর আশে পাশে গাছ লাগিয়ে, বাগান পরিচর্যা করে সময় কাটাতে পারেন।

অনেক দিন ধরে আপনার কোনও মানসিক অসুস্থতা থাকলে মনোবিদের সহায়তা নিতে পারেন। প্রবীণদের মানসিকভাবে চাঙ্গা রাখতে হবে। বার্ধক্যে মাথায় সবসময় মৃত্যু চিন্তা ঘুরে; এ চিন্তা তাদের মানসিক যন্ত্রণা বাড়িয়ে দেয়, তাই তাকে বুঝতে দেয়া যাবে না সে একা।

প্র.ম. ১৪. বর্তমান করোনা ভাইরাস মহামারী পরিস্থিতিতে হত দরিদ্র প্রবীণরা কতটা ত্রাণ পাচ্ছেন? না পেলে কেন পাচ্ছেন না এবং তাদের ত্রাণ সহায়তা কিভাবে নিশ্চিত করা যায়?

জনাব খান ঃ সরকারী ভাষ্যমতে দেশের প্রায় সাতকোটি মানুষ নানাভাবে সরকারি সহায়তার আওতায় এসেছে। মোবাইল ফিনান্সিয়াল সার্ভিসের মাধ্যমে জন প্রতি আড়াই হাজার টাকা করে দেয়া হয়েছে। এসব ত্রাণ কার্যক্রমে বয়স ভিত্তিক পরিসংখ্যান তেমন একটা পাওয়া যায়না, ফলে কতজন প্রবীণ ত্রাণ পেয়েছেন তা জানা বেশ কঠিন। তবে দেশের প্রায় ৪০ লক্ষ প্রবীণ বয়স্কভাতা কার্যক্রমের সাথে যুক্ত। রিক তার কর্মীদের দেয়া নিজস্ব তহবিল ব্যবহার করে ৬৫০ জন হতদরিদ্র প্রবীণকে করোনা ভাইরাস মহামারীকালে সহায়তা দিয়েছে।

দূর্নীতি ও অস্বচ্ছতার কারণে সরকারী ত্রাণ বিতরণ সবসময় প্রশ্নের সম্মুখীন হয়েছে, ফলে স্বচ্ছতার সাথে কতজন প্রবীণ সরকারী ত্রাণ পেয়েছেন এ বিষয়ে বিশ্বাসযোগ্য সঠিক পরিসংখ্যান পাওয়া দুরূহ। মাঠ পর্যায়ের অভিজ্ঞতা থেকে দেখা যায় যে, বেশীরভাগ ক্ষেত্রে দুর্নীতির কারণে হতদরিদ্র প্রবীণরা ত্রাণ পান না। এ দুর্নীতি প্রতিরোধে প্রযুক্তির সহায়তা নেয়া যেতে পারে, বর্তমান করোনা মহামারীকালে মোবাইল ফিনান্সিয়াল সার্ভিস ব্যবহার করে দরিদ্রদের মধ্যে অনেকটা দূর্নীতিমুক্ত ভাবে নগদ টাকা বিতরণ করা সম্ভব হয়েছে বলে সংশ্লিষ্ট মহল দাবী করেছে।

প্র.ম. ১৫. সরকার ৩১ শে মে, ২০২০ থেকে লকডাউন তুলে নিচ্ছে, এ পরিস্থিতিতে সাধারণভাবে প্রবীণদের সংক্রমন ও মৃত্যুহার হ্রাসে কি ধরনের উদ্যোগ নেয়া প্রয়োজন।

জনাব খান ঃ এ পরিস্থিতিতে করোনা সংক্রমন প্রতিরোধ একটু জটিল পরিস্থিতিতে পড়বে। তা স্বত্ত্বেও কিছু পদক্ষেপ নেয়া জরুরী যেমন আইন করে বাধ্যতামূলক মাস্ক ও ব্যক্তিগত শারিরীক সুরক্ষা বিধান, সামাজিক দুরত্ব বাস্তবায়নে ব্যাপক প্রচেষ্টা ও সে সাথে অবিরাম প্রচারণা চালাতে হবে।

প্রবীণদের মৃত্যু হ্রাসে স্বাস্থ্য বিভাগকে আরো কার্যকরী ভুমিকা পালন করতে হবে, বিদ্যমান সেবা ব্যবস্থায় স্বাস্থ্য কর্মীদের প্রবীণদের প্রতি মানবিক আচরন করার জন্য বলা যেতে পারে, কোথায়, কিভাবে সেবা পাওয়া যেতে পারে সে বিষয়ে ব্যাপক প্রচারণা চালানো। যেহেতু প্রবীণ জনগোষ্ঠী দেশের মোট জনসংখ্যার প্রায় ৮%, সে হিসেবে এ জনগোষ্ঠীকে প্রযুক্তির ছাতার তলায় আনা যায় কিনা সে বিষয়ে চিন্তা ভাবনা করা।

প্র.ম. ১৬. করোনা ভাইরাস মহামারী উত্তর পরিস্থিতিতে প্রবীণদের সামাজিক সুরক্ষা ও স্বাস্থ্য ব্যবস্থা পুনর্গঠন বা পুর্নবিন্যাস আপনার মতে কি হতে পারে?

জনাব খান ঃ উভয় ক্ষেত্রে পুরো ব্যবস্থাটাই ঢেলে সাজাতে হবে, সংগে অব্যবস্থাপনা ও দুর্নীতি প্রতিরোধে প্রযুক্তির সমন্বয় ঘটাতে হবে। জাতীয় বাজেটে স্বাস্থ্য খাতে বরাদ্ধ বাড়াতেই হবে, করোনা মহামারী আমাদেরকে আঙ্গুল দিয়ে দেখিয়ে দিয়েছে, স্বাস্থ্যই ভবিষৎ রাষ্ট্রের রক্ষাকবচ ও প্রধান প্রতিরক্ষা।

বাংলাদেশে করোনা ক্রান্তিকালে প্রবীণদের সমস্যাসমূহ ও বেঁচে থাকার চ্যালেঞ্জ

ভূমিকা ঃ বাংলাদেশে করোনা ক্রান্তিকালে প্রবীণরা যেসব সমস্যায় পড়েছেন তা বিচ্ছিন্ন কোন ঘটনা নয়, এটা করোনা পূর্ব প্রবীণদের স্বাস্থ্য সংকটের সাথে যুক্ত। এ সংকট প্রবীণদের স্বাস্থ্য ঝুঁকির আরো একটি নতুন মাত্রা যোগ করেছে। COVID-19 এর সংক্রমণ বাংলাদেশে সংখ্যাগরিষ্ঠ প্রবীণদের মৃত্যু ঝুঁকি তৈরী করেছে। এ মৃত্যু ঝুঁকির একটি বিশ্লেষণী কাঠামো তুলে ধরলে স্পষ্ট হবে। করোনা ভাইরাস সংক্রমণে প্রবীণদের মৃত্যু ঝুঁকি পাঁচটি দিক থেকে দেখা যায়।

১. স্বাস্থ্য ঝুঁকি
২. অর্থনৈতিক নিরাপত্তা
৩. সহায়তা ও সহযোগিতা
৪. পরিবারে ও সমাজে প্রবীণদের মূল্যায়ন
৫. মানসিক স্বাস্থ্যের নিরাপত্তা

১. প্রবীণদের স্বাস্থ্য ঝুঁকির বিশ্লেষন ঃ COVID-19 সংক্রমনে প্রবীণরা সরাসরি মৃত্যু ঝুঁকির সাথে যুক্ত। প্রবীণদের স্বাস্থ্য ঝুঁকির ৩ টি ধরণ রয়েছে। প্রথম ধরণে আছেন শয্যাশায়ী প্রবীণরা যারা করোনা ভাইরাস মহামারীর পূর্বেই মৃত্যুর ঝুঁকিতে ছিলেন। দ্বিতীয়ত: হচ্ছেন রোগাক্রান্ত প্রবীণ, এ ধরণের প্রবীণরা দীর্ঘমেয়াদী নানাবিধ রোগে আক্রান্ত কিন্তু চলাফেরা ও দৈনন্দিন কাজকর্ম চালিয়ে যেতে পারেন। তৃতীয়ত হচ্ছেন সেইসব প্রবীণ যাদের এখনো দীর্ঘমেয়াদী রোগ নির্ণয় হয়নি, যারা শারিরীকভাবে সক্ষম ও নিয়মিত আয়মূলক কাজে জড়িত রয়েছেন। স্বাভাবিকভাবেই COVID-19 সংক্রমনে প্রথম দুই ধরনের প্রবীণরা বেশী মৃত্যুর ঝুঁকির মধ্যে পড়েন।

সাধারণত শয্যাশায়ী প্রবীণরা সেবাদান

কারীদের (Caregiver) উপর নির্ভরশীল ছিলেন। COVID-19 এর সংক্রমণ এ নির্ভরতাকে আরো ঝুঁকিপূর্ণ করে তুলেছে। শয্যাশায়ী প্রবীণদের জীবনরক্ষায় কেয়ার গিভারদের পরিপূর্ণ দ্বায়িত্ব রয়েছে কিন্তু করোনা সংক্রমণের ফলে এ কেয়ার গিভারদের মাধ্যমে শয্যাশায়ী প্রবীণরা সংক্রমণের বিরাট ঝুঁকিতে রয়েছেন। বাংলাদেশে শয্যাশায়ী প্রবীণদের জন্য কোন বিশেষায়িত নার্সিং হোম নেই; সাধারণত পারিবারিক পরিমণ্ডলে তাদের সেবা দেয়া হয়। হাতেগোনা ঢাকা শহরের কয়েকটি উচ্চবিত্ত পরিবারকে বাদ দিলে শয্যাশায়ী প্রবীণরা পরিবার ও স্বল্পশিক্ষিত কেয়ারগিভারদের সেবার মধ্যেই থাকেন। COVID-19 সংক্রমণের পর এ কেয়ারগিভাররা হাতধোয়া, শয্যাশায়ী প্রবীণের দৈনন্দিন ব্যবহার্য জিনিষপত্র জীবাণুমুক্ত রাখার প্রয়োজনীয়তা তৈরী হয়। রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) থেকে ক্ষুদ্র পরিসরে ৪০ জন প্রবীণের খোঁজ খবর নেওয়া হয়েছে ও সংক্ষিপ্ত সাক্ষাৎকার গ্রহণ করা হয়েছে। এ ৪০ জনের মধ্যে ২০ জন গ্রামে ও বাকী ২০ জন শহরে বসবাস করেন। এসব সাক্ষাৎকার থেকে জানা যায় শয্যাশায়ী ৪০ জন প্রবীণের মধ্যে ৩৮ জনকেই করোনা মহামারী স্বাস্থ্যবিধি ভঙ্গ করে সেবা দেয়া হচ্ছে। ঢাকা শহরে বসবাসকারী ২ জন প্রবীণকে সেবাদানের জন্য শিক্ষিত নার্স নিয়োগ দেয়া হয়েছে, তারা আংশিকভাবে করোনা স্বাস্থ্য বিধি নিশ্চিত করেছেন। আংশিক এ কারণে প্রশিক্ষিত হওয়া স্বত্ত্বেও করোনা প্রতিরোধে তারা ১০০% নিয়ম অনুসরণ করছেন না। এ ৪০ জন শয্যাশায়ী প্রবীণের মধ্যে আবার ১০ জন রয়েছেন দরিদ্র পরিবারে। তাদের কোন নিয়মিত সেবাদানকারী নেই। তারা করোনা ঝুঁকিকে আমলে নিচ্ছেন না, সেবা ও চিকিৎসার অভাবে অনেকটা মানবেতর জীবন যাপন করছেন। শয্যাশায়ী প্রবীণদের বেশীরভাগই বেচেঁ আছেন ডাক্তার ও ঔষধের উপর। উপসর্গ পরিবর্তনে তাদের সাপ্তাহিক ও মাসিক ভিত্তিতে চেক আপ ও ঔষধ ব্যবস্থায় পরিবর্তন আনা প্রয়োজন। কিন্তু COVID-19 সংক্রমণের পর লকডাউনের কারণে চিকিৎসা ও ডাক্তারী পরামর্শ থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে পড়েছেন, ফলে তাদের অবস্থার আরো অবনতি হচ্ছে। এ অবস্থায় শয্যাশায়ী প্রবীণরা COVID-19 সংক্রমণের কোন সতর্কতাই অবলম্বন করতে পারছেন না। শয্যাশায়ী প্রবীণদের করোনার লক্ষণ দেখা দিলে পরিবারের সদস্যরা পরীক্ষার জন্য নিয়ে যেতে চান না বা অনাস্থা প্রকাশ করেন। ৪০ জন উত্তরদাতাদের সকলেই মনে করেন বাড়ী থেকে সন্দেহজনক করোনার নমুনা সংগ্রহ করা সম্ভব নয়; যতই ফোন করা হোক না কেন কেউ আসে না। ৪০ জন শয্যাশায়ী প্রবীণদের মধ্যে ১১ জন বলেছেন তাদের বিভিন্ন সময়ে করোনার উপসর্গ দেখা দিয়েছিল কিন্তু কেউ টেষ্ট করান নি, চিকিৎসার জন্য হাসপাতালেও যাননি। তারা নিজেদেরকে ভাগ্যের উপর ছেড়ে দিয়েছেন।

রোগাক্রান্ত প্রবীণ যারা দীর্ঘমেয়াদী অসংক্রামক রোগে ভুগছেন, চলাফেরা ও দৈনন্দিন ক্রিয়াকলাপ করতে পারছেন, এ ধরণের প্রবীণদের করোনা ভাইরাস মহামারী মোকাবেলায় সবল ও দূর্বল দিকে রয়েছেন। সবল দিক হলো, এসব প্রবীণদের নিজেদের চলাফেরার ক্ষমতা থাকায় এরা অনেকটা নিজেদের মতো করে সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। করোনা সংক্রমণের স্বাস্থ্য বিধি মেনে চলতে পারেন। নিজেদের উদ্যোগে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে পুষ্টিকর খাদ্য গ্রহণ ও ব্যায়াম চর্চা করতে পারেন। অন্যদিকে করোনা উপসর্গ দেখা দিলে ডাক্তারের পরামর্শের জন্য যোগাযোগ করতে পারেন এবং সেই সাথে পরিবারের সদস্যদের সাথে পরামর্শক্রমে পদক্ষেপ নিতে পারেন। করোনা সংক্রমণ প্রতিরোধে এসব প্রবীণদের দূর্বলতা হচ্ছে, পুরোনো অভ্যাসের কারণে সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখেন না, ঘরের বাইরে যান ফলে এদের মধ্যে সংক্রমণের হার বেশি। প্রবীণ সংগঠণের নেটওয়ার্ক ব্যবহার করে আমরা এ ধরণের ৪০ জন প্রবীণের টেলিফোনে সংক্ষিপ্ত সাক্ষাৎকার নেয়া হয়েছে। এদের মধ্যে ২ জন প্রবীণ এর করোনা টেষ্ট পজিটিভ বলে জানা যায়। এদের একজন ঢাকার মুগদা জেনারেল হাসপাতালে চিকিৎসাধীন এবং অন্যজন বাসায় থেকে চিকিৎসা নিচ্ছেন। সাক্ষাৎকারে এরা বলেছেন করোনায় তারা অনেক কষ্ট পাচ্ছেন। কষ্টের কারণ হচ্ছে, প্রথমত তারা কোন চিকিৎসাই পাচ্ছেন না, দ্বিতীয়তঃ ডাক্তারের পরামর্শের অভাবে তাদের ব্যবস্থাপত্রও মেয়াদ উত্তীর্ণ হয়ে পড়েছে। তাই তারা করোনাপূর্ব দীর্ঘমেয়াদী অসংক্রামক রোগের অসুস্থতার অবনতিতে আতংকিত। এ প্রবীণরা করোনার স্বাস্থ্যবিধি হাত ধোয়া, সামাজিক দুরত্ব রাখা সম্পর্কে অবহিত রয়েছেন ঠিকই, কিন্তু সঠিকভাবে অনুশীলন করছেন না।

দ্বিতীয় দলের প্রবীণরাই অনেকটা সুস্থ আছেন, এদের বয়স ৬০-৭০ বছরের কোঠায়; এ দলের প্রবীণদের দীর্ঘমেয়াদী অসুখ না থাকায় তারা করোনা ভাইরাস মহামারীর ঝুঁকি আমলেই নিচ্ছেন না। প্রবীণ বয়সের কারণে তাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার সীমাবদ্ধতা রয়েছে; তারা সেটা উপেক্ষা করেছেন। রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর পক্ষ থেকে এ দলের ১০ জন প্রবীণের সাক্ষাৎকার নেয়া হয়েছিল; তাদের ৭ জনই বলেছেন প্রবীণ হওয়া স্বত্ত্বেও তারা দীর্ঘমেয়াদী রোগে আক্রান্ত নয়; তাদের মধ্যে ডায়বেটিস, হৃদরোগ ইত্যাদির লক্ষণ থাকলেও এসব রোগ প্রতিরোধে ও চিকিৎসা নেয়াতে কেউ কোন উদ্যোগ নেয়নি। তন্মধ্যে ৩ জন বলেছেন করোনার লকডাউন এর কারণে দৈনন্দিন জীবনাচরনে (Lifestyle) পরিবর্তন এনেছেন। ঘরে থাকা ও সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখাকে তারা গুরুত্ব দিচ্ছেন। বাকী ৭ জন করোনা স্বাস্থ্যবিধি আংশিক মানছেন।

২. অর্থনৈতিক নিরাপত্তাঃ অর্থনৈতিক ও জীবিকার কারণে স্বাস্থ্যবিধি সম্পূর্ণ মানা সম্ভব নয়। ফলে করোনা সংক্রমণ প্রতিরোধে ইচ্ছা থাকা স্বত্ত্বেও অগ্রাধিকার দিতে পারছেন না। এ বিষয়ে আমরা মোবাইলফোনে কয়েকজন প্রবীণের সাথে সংক্ষিপ্ত কথা বলি। ৮০ জন প্রবীণই বলেছেন তারা এ মহামারীর লকডাউনে অর্থনৈতিকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছেন। বেশিরভাগ প্রবীণই (৬০ জন) বলেছেন তাদের পারিবারিক আয় মারাত্মকভাবে হ্রাস পেয়েছে। ফলে পরিবার থেকে অর্থনৈতিক সহায়তা ও সক্ষমতা হ্রাস পেয়েছে। ২০ জন প্রবীণ বলেছেন তাদের ব্যক্তিগত আয় কমে গেছে। সব উত্তরতাদাতা প্রবীণই বলেছেন অর্থনৈতিক নিরাপত্তার অভাবে করোনা মোকাবেলায় তারা শক্তি ও সাহস হারাচ্ছেন কারণ টাকার অভাবে ঔষধ কিনতে পারছেন না, জরুরী অবস্থায় চিকিৎসার উদ্যোগ নিতে পারছেন না। অন্যদিকে অর্থনৈতিক অনিরাপত্তার কারণে পরিবারে খাদ্যের যোগান মারাত্মকভাবে কমে যাওয়ায় অন্যান্যদের সাথে সাথে প্রবীণদের খাদ্যের মান কমে যাওয়ায় প্রবীণরা প্রয়োজনীয় পুষ্টির চাহিদা থেকেও বঞ্চিত হচ্ছেন। ৫ জন শয্যাশায়ী প্রবীণের পরিবারের প্রধান বলেছেন আগ্রহ থাকা স্বত্ত্বেও করোনাকালে আয় কমে যাওয়ায় শয্যাশায়ী প্রবীণদের প্রয়োজনীয় ব্যয় করতে পারছেন না।

৩. সহায়তা ও সহযোগিতাঃ ৮০ জন প্রবীণের সবাই একবাক্যে বলেছেন করোনা মহামারী সংক্রমণের পর তারা পরিবার এবং অন্য জায়গা থেকে সহায়তা পাচ্ছেন না। প্রথমেই তারা বলেছেন পরিবারের সদস্য বা শুধু নিজেরা স্বাস্থ্য ঝুঁকির মধ্যে রয়েছেন। পরিবারের সকলেরই অর্থনৈতিক ও জীবিকার ঝুঁকি বেড়েছে, ফলে তারা আত্মকেন্দ্রিক ও স্বার্থপর হয়ে পড়েছে। এর মধ্যে ৩০ জন প্রবীণ সমালোচনা সত্ত্বেও বলেছেন তাদের পরিবারের উপর এখনো আস্থা রয়েছে পরিবারের সদস্যরা তাদের পাশে দাঁড়াবেন; করোনায় আক্রান্ত হলে তাদের সবকিছু নিয়ে চিকিৎসার ব্যবস্থা করবেন। বাকীরা বলেছেন বর্তমান বাস্তবতায় তারা সন্তুষ্ট হতে পারছেন না।

৪. পরিবার ও সমাজে প্রবীণদের মূল্যায়নঃ টেলিফোন সাক্ষাৎকারে প্রবীণদের জিজ্ঞাসা করা হয়েছিল করোনার পরে পরিবার ও সমাজে মূল্যায়ন কমেছে; নাকি একই রয়েছে। এ বিষয়ে ৮০ জনের মধ্যে ৬০ জন কোন মন্তব্য করতে চাননি। বাকী ২০ জন বলেছেন করোনার ক্রান্তিকালে একটি বিষয় স্পষ্ট হয়ে গেছে, সমাজ ও পরিবারে প্রবীণদের কোন স্থান নেই। তারা প্রবীণদের বাচাঁতে কোন

খরচের দায় স্বীকার করতে প্রস্তুত নয়।

৫. মানসিক স্বাস্থ্যের নিরাপত্তা ঃ বাংলাদেশে সামাজিক কাঠামোতে সাধারণ মানুষের মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে তেমন কোন জোরদার চিন্তা ভাবনা হয়না, তাই প্রবীণদের নিয়ে পরিবার সাধারণত এ বিষয়ে ভাবতে চাননা। পাশ্চাত্যের মতো এদেশে মানসিক স্বাস্থ্যের নিরাপত্তা নিয়ে তেমন কোন অবকাঠামো নেই। করোনা মহামারীকালে এ বিষয়টি আরো দুরূহ হয়ে পড়েছে। তবে বর্তমানে রাজধানী কেন্দ্রিক মানসিক স্বাস্থ্য সেবা গড়ে উঠছে, সেখানে প্রবীণদের তুলনায় নবীনদের আধিক্যই বেশি।

করোনা সংক্রমনে প্রবীণদের বেঁচে থাকার চ্যালেঞ্জঃ প্রথমত: করোনায় স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে প্রবীণদের আচার আচরণ ও দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন প্রয়োজন। অধিকাংশ প্রবীণই এটাকে কঠিন বলে মনে করেছেন। যেসব বিষয় করোনা পূর্বকালে স্বাভাবিক ছিল তার পরিবর্তন সহজে মানতে পারছেন না। আর যারা বেশীরভাগ সময় ঘরে থাকতেন তাদের পক্ষে সামাজিক দুরত্ব মানা কিছুটা সহজ হচ্ছে। তবে ঘন ঘন হাতধোয়া, মুখে মাস্ক পরা তাদের কাছে এখনো কঠিন।

দ্বিতীয় বাধাঁ হচ্ছে উপসর্গের ভিত্তিতে করোনা টেষ্ট করা, চিকিৎসার দ্রুত সিদ্ধান্ত ও উদ্যোগ নেয়া।

তৃতীয় সমস্যা হচ্ছে করোনা ভাইরাস মহামারী প্রতিরোধে পরিবারের সদস্যদের পাশাপাশি প্রবীণদেরকেও এ স্বাস্থ্য কর্মসূচির আওতায় সুরক্ষা দেয়া। প্রবীণদেরকে করোনা থেকে সুরক্ষা দিতে ব্যক্তিগত সংবেদনশীলতা যথেষ্ট নয়; দরকার সরকারী বেসরকারী স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় সেবাদানকারীদের (চিকিৎসক, নার্স, টেকনিশিয়ান, স্বাস্থ্য সহকারী) আচরণগত পরিবর্তন আনা, তাদের ব্যবহার অতি অবশ্যই রোগী বান্ধব হতে হবে। স্বাস্থ্য শিক্ষায় রোগীদের প্রতি ব্যবহারের প্রশিক্ষণ যুক্ত করতে হবে। এছাড়াও সেবা গ্রহণ সহজীকরণ করতে হবে। বর্তমান বাজেটে স্বাস্থ্য ব্যয় বরাদ্ধ বাড়ানোর বিকল্প নেই; পাশাপাশি স্বাস্থ্য সেবার প্রশাসনিক বিকেন্দ্রীকরণ, বেসরকারী পর্যায়ে বিনিয়োগে উৎসাহ প্রদান, সেবার মান নিয়ন্ত্রণে শক্তিশালী পরিবীক্ষণ ব্যবস্থা চালু করতে হবে। শিশু স্বাস্থ্যের মতো স্বাস্থ্য খাতে প্রবীণ স্বাস্থ্য খাত চালু করা একান্তই জরুরী।

বর্তমান বাস্তবতায় প্রবীণদের স্বাস্থ্যে নীতি নির্ধারকদের ঔদাসীন্য খুবই বেদনাদায়ক। প্রবীণরা এ খাতে একরকম বছরের পর বছর ধরে উপেক্ষিত হয়ে আসছেন। এ কারণেই স্বাস্থ্যসেবার মুল স্রোতে প্রবীণদের আনা একান্তই জরুরী।

করোনা ভাইরাস পরিস্থিতিতে প্রবীণদের জন্য করণীয়

গত সাত মাসে নোভেল করোনাভাইরাস বা কোভিড-১৯-এ যাঁরা সংক্রমিত হচ্ছেন বা যাদের মৃত্যু হচ্ছে, দেখা গিয়েছে, তাদের বেশির ভাগই প্রবীণ; বয়স ৬০ বছর বা তারও বেশি। ফলে, করোনা সংক্রমণ রুখতে তাদের কিছু সতর্কতামূলক ব্যবস্থা নেওয়ার প্রয়োজন হয়ে পড়ছে। না হলে, বাংলাদেশ সহ গোটা বিশ্বেই আরও বেশি সংখ্যায় আক্রান্ত হবেন প্রবীণরা। আরও বেশি সংখ্যায় তাঁদের মৃত্যু হবে। তাই এই সঙ্কটজনক পরিস্থিতিতে দেশের প্রবীণদের সুস্থ রাখতে কী কী করণীয় আর তাঁদের কী কী করা উচিত নয়, সে সব নিয়ে আমাদের এই ক্ষুদ্র প্রকাশনা।

জনসংখ্যার নিরিখে বাংলাদেশে প্রবীণের সংখ্যা খুব কম নয়, প্রায় ১ কোটি ২৬ লক্ষ। তবে ২০১১ সনের পরিসংখ্যান অনুযায়ী ৬০-৬৪ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ৩৯৩৪০১৪ জন, ৬৫-৬৯ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ২১১৩৪৯০ জন, ৭০-৭৪ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ২২৩১৭১২ জন; ৭৫-৭৯ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ৮৭৪৭২৭ জন; ৮০-৮৪ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ৮৮০০৭৯ জন; ৮৫-৮৯ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ২৬২৬১১

জন, ৯০-৯৪ বছরের বয়সীদের সংখ্যা ২৫০১৮৯ জন, পঁচানব্বই উর্ধ্ব বয়সীদের সংখ্যা ২২২৬৭৮ জন। আমরা ধরে নিতে পারি আশি উর্ধ্ব প্রবীণেরা সাধারণত পরিবারের উপর নির্ভরশীল।

কোন্ কোন্ প্রবীণ রোগীদের নিতে হবে বাড়তি সতর্কতা

কোন্ কোন্ রোগে দীর্ঘ দিন ধরে ভুগলে এখন বাড়তি সতর্কতা নেওয়া উচিত প্রবীণদের। কারণ, বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে আমাদের দেহের স্বাভাবিক রোগ প্রতিরোধক্ষমতা কমে যায়। ফলে, সংক্রমিত হওয়ার আশঙ্কা বাড়ে।প্রবীণরা যদি এই সব অসুখে দীর্ঘ দিন ধরে ভোগেন, তা হলে নিয়মিত ভাবে তাঁদের ওষুধগুলি চালিয়ে যাওয়া উচিৎ। নিয়মে কোনও ব্যাতিক্রম ঘটানো উচিৎ হবেনা এবং বাড়তি 'ডোজ'-এর ওষুধ নেয়াও উচিৎ হবে না, কারণ, তাতে হিতে বিপরীত হতে পারে।

বাড়িতে থাকার সময় প্রবীণরা কী ভাবে চলবেন? প্রবীণদের অনেকেই নিয়মিত হাঁটাচলা করেন। তাঁদের নিয়মিত বাজারে যাওয়ারও অভ্যাস রয়েছে। আবার এমন অনেক প্রবীণ রয়েছেন, যাঁরা অন্যের উপর নির্ভর না করে এক পা-ও হাঁটতে পারেন না।

হাঁটাচলা করতে পারেন এমন প্রবীণদের কী কী করণীয়

করণীয়

- সারা দিন বাড়িতে থাকুন
- বাড়িতে অতিথি এলে যথাসম্ভব ভদ্রতার সাথে তাঁদের এড়িয়ে চলুন।
- ৬ ফুট/২ মি. দূরত্ব রেখে সকলের সাথে কথা বলুন।
- একা থাকলে সুস্থ প্রতিবেশীকে প্রয়োজনীয় জিনিস দিয়ে যেতে অনুরোধ করুন।
- যেকোন জটলা এড়িয়ে চলুন, সর্বত্রই সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখুন।
- যতটা সম্ভব বাড়িতেই কাজ করুন, হাঁটাচলা করুন এবং হাল্কা ব্যায়াম করুন।
- খাওয়ার আগে, পরে এবং বাথরুমের পর খুব ভাল ভাবে দু'হাত ধুয়ে ফেলুন।
- সাবান, পানি দিয়ে অন্তত ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধুয়ে নিন।
- চশমা ও মোবাইলের মতো যে সব জিনিস সব সময় ব্যবহার করেন, ভাল ভাবে সেই সব পরিষ্কার করে নিন।
- হাঁচি, কাশির সময় টিস্যু পেপার/রুমাল ব্যবহার করুন এবং ব্যবহৃত টিস্যু পেপার মুখবন্ধ পাত্রে ফেলে দিন।
- হাঁচি, কাশির পর রুমাল ধুয়ে ফেলুন, হাতও ধুয়ে নিন।
- বাসি খাবার খাবেন না, গরম খাবার খাবেন।
- বেশি পানি খাবেন, ফলের রস বার বার খাবেন।
- যে ওষুধগুলি খান, নিয়মিত খাবেন।
- জ্বর, সর্দি, কাশি, শ্বাসকষ্ট, কফ হলেই ডাক্তারের পরামর্শ নিন।
- নিঃসঙ্গতা কাটাতে দূরে থাকা আত্মীয়, বন্ধুবান্ধবীদের সঙ্গে মোবাইল ফোনে কথা বলুন।
- গরমে পানিশুন্যতা বা ডিহাইড্রেশন এড়াতে বেশি পানি খাবেন, তবে হৃদরোগ/কিডনির অসুখ থাকলে মেপে পানি খাবেন।
- ইসলাম ধর্মবলাম্বীরা রমজানে রোজা রাখার ব্যাপারে ডাক্তারের পরামর্শ নিন।
- ইসলাম ধর্মবলাম্বীরা বাড়িতেই অজু পূর্বক পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ পরার চেষ্টা করুন। অন্যান্যরা বাড়িতেই প্রার্থনা করার চেষ্টা করুন।

বর্জণীয়

- জ্বর, সর্দি, হাঁচি, কাশি হয়েছে, এমন কারও কাছে যাবেন না।
- ঘনিষ্ট ও অঘনিষ্ট কারো সাথে করমর্দন ও জড়িয়ে ধরা থেকে অবশই বিরত থাকবেন।
- পার্ক, বাজার, মসজিদে বা ধর্মস্থানে যাওয়া স্থগিত রাখুন।
- মৃতের জানাজা বা শোকসভায় একান্ত জরুরী না হলে যাবেন না; গেলেও স্বাস্থ্য নিরাপত্তার নিয়মাবলী মেনে ও সামাজিক দুরত্ব বজায় রেখে যাবেন।
- হাঁচি, কাশির সময় হাত দিয়ে নাক, মুখ মুছবেন না ও চোখ, মুখ, নাকে হাত ছোঁয়াবেন না, দস্তানা ব্যবহারই উত্তম।
- নিজে বেছে নিয়ে বাক্স খুলে ওষুধ খাবেন না।
- হাসপাতালে রুটিন চেক-আপে যাবেন না, টেলিফোনেই পরামর্শ নিন।
- সময় কাটাতে আত্মীয়, বন্ধুদের বাড়িতে আমন্ত্রণ জানাবেন না।

অন্যের উপর নির্ভরশীল প্রবীণদের করণীয়

করণীয়

- বাড়ির অন্য প্রবীণকে কোনও কাজে সাহায্য করতে গেলে হাত ভাল ভাবে ধুয়ে নেবেন।
- অন্য প্রবীণের কাছে যাওয়ার সময় কাপড়/টিস্যু পেপার দিয়ে নাক, মুখ ঢেকে রাখুন।
- ওয়াকার, ছড়ি, হুইলচেয়ার, বেডপ্যান ভাল ভাবে পরিষ্কার রাখুন।
- হাত ধুতে বাড়ির আরও প্রবীণদের সাহায্য করুন।
- পানি ও খাবার শরীর বুঝে মেপে খান।
- বাড়ির অন্য প্রবীণের উপরেও নজর রাখুন।

বর্জণীয়

- জ্বর, সর্দি, হাঁচি, কাশি হয়েছে, এমন কারও কাছে যাবেন না।
- ঘনিষ্ট ও অঘনিষ্ট কারো সাথে করমর্দন ও জড়িয়ে ধরবেন না।
- শুধুই বিছানায় শুয়ে থাকবেন না।
- হাত না ধুয়ে বাড়ির অন্য কাউকে ছোঁবেন না।

গৃহবন্দি হওয়ায় মানসিক অবসাদ কাটাতে করণীয়

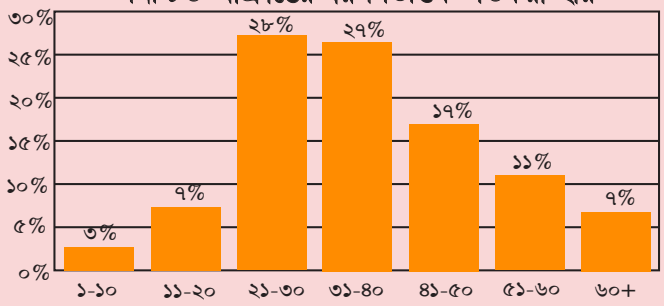
- বাড়ির লোকজনের সাথে সময় কাটান যতটা সম্ভব।
- সামাজিক দুরত্ব বজায় রেখে বাড়ির সবার সংগে মিশতে পারেন।
- একটা ঘরে নিজেকে বন্দি করে রাখবেন না।
- বাড়িতে শান্তি বজায় রাখুন।
- এই সময় ছবি আঁকা, গল্প করা, হাল্কা ব্যায়াম, বই পড়া বা গান শোনার মতো পুরনো শখগুলি নিয়ে মেতে থাকতে পারেন। গ্রামের প্রবীণরা বাড়িতে বাগান করা বা একটি বাড়ী একটি খামার করতে পারেন।
- মোবাইল ফোনে দূরের আত্মীয়, বন্ধুবান্ধবদের সঙ্গে যতটা পারেন কথা বলুন।
- ইন্টারনেট ব্যবহার করতে জানলে সোশ্যাল মিডিয়ায় যুক্ত হতে পারেন, পছন্দের সিনেমা উপভোগ করতে পারেন, ভিডিও কনফারেন্সির মাধ্যমে বন্ধু বান্ধবের সাথে অনলাইন আড্ডা চালাতে পারেন।
- অনলাইনে প্রচুর শিক্ষণীয় বিষয় রয়েছে, তা শিখে অনলাইনে আয় করতে পারেন।
- উত্তেজনা সৃষ্টি করে এমন খবর বা সোশ্যাল মিডিয়ার পোস্ট এড়িয়ে চলুন। নিজেও সোশ্যাল মিডিয়ায় কোনও বিভ্রান্তিকর খবর ছড়াবেন না।
- খবরাখবর পাওয়ার জন্য একমাত্র বিশ্বাসযোগ্য সূত্রের উপরেই ভরসা রাখবেন।
- অবসাদ বা একাকীত্ব কাটাতে ধূমপান, মদ্যপান বা অন্য কোনও মাদক সেবন করবেন না।
- বাড়ীতেই ধর্মীয় কর্মকাণ্ড বাড়াতে পারেন।
- অনেক দিন ধরে আপনার কোনও মানসিক অসুস্থতা থাকলে মোবাইলফোনে মনোবিদের সহায়তা নিতে পারেন।

তথ্যসুত্র ঃ আনন্দ বাজার, ইন্টারনেট

করোনা মহামারীর পরিসংখ্যানে প্রবীণরা

বর্তমান বিশ্বে করোনা মহামারী আরো দ্রুত বাড়ছে, দেড় কোটিরও কাছাকাছি লোক এ মহামারীতে আক্রান্ত হয়েছে। মৃত্যু ছ'লাখেরও বেশী। গবেষণায় দেখা গেছে বিশ্বের উন্নত দেশগুলিতে প্রবীণরাই বেশী আক্রান্ত হয়েছেন ও মারা গেছেন। বাংলাদেশেও প্রায় কাছাকাছি চিত্র দেখা গেলেও সংক্রমণের দিক থেকে তরুনদের তুলনায় অনেকটা কম। এ থেকে বাংলাদেশে প্রবীণদের বার্ধক্যের জীবন চক্রে সম্পর্কে নতুন ধারনা পাওয়া যায়।

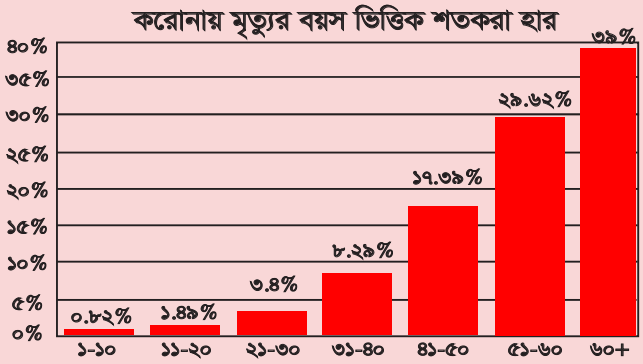
নিশ্চিত আক্রান্তের বয়স ভিত্তিক শতকরা হার



বাংলাদেশ সরকারের রোগতত্ত্ব, রোগ নিয়ন্ত্রণ, গবেষণা ইউনিট-আইইডিসিআর এর ওয়েবসাইটে দেয়া তথ্যে দেখা যায় করোনা আক্রান্তের মাত্র ১১% ৫১-৬০ বছর বয়সী, এবং ৭% হচ্ছে ষাটোর্ধ্ব প্রবীণ। যা পাশ্চাত্যের বিপরীত। এর মধ্য দিয়ে প্রবীণ সম্পর্কে নতুন মুল্যায়ন করা যায়।

বাংলাদেশে গড় আয়ু বাড়ার কারণে প্রবীণদের সংখ্যা ধীরে ধীরে বেড়েছে। বৈশ্বিক মানদণ্ড অনুযায়ী ষাটের পরে বয়স স্তর ধরে পরিকল্পনা করা হয়। কভিড-১৯ এর মৃত্যু হার দেখে মনে হচ্ছে আমাদের দেশে ৫০ বছরের পরেই আমাদের জীবন চক্রে বার্ধক্যের বৈশিষ্ট্য দেখা যাচ্ছে; পঞ্চাশের আগেই দেহে দীর্ঘমেয়াদী অসংক্রামক রোগের প্রাদুর্ভাব দেখা দিচ্ছে যেমন স্থুলতা, ডায়বেটিস, হৃদরোগ, উচ্চরক্তচাপের মতো দীর্ঘমেয়াদী রোগের শিকার হন। এটার কারণ হলো জীবনাচরন (Lifestyle)। প্রবীণ বয়সের প্রস্তুতি, জ্ঞান, স্বাস্থ্য শিক্ষা ও অনুশীলনের অভাব। কাজেই আমরা দেখি ৫১-৬০ বছরের মানুষদের মৃত্যুর হার ২৯.৬২%, অন্যদিকে অপেক্ষাকৃত তরুন বয়সের মৃত্যুর হার ১৭.৩৯% দেখি; আবার ষাটোর্ধ্ব প্রবীণদের মৃত্যু ৩৯%। এ পরিসংখ্যানে অনুমিত হয় যে, আমাদের জীবনচক্রে প্রবীণ বয়সের জন্য কৌশল, পরিকল্পনা বা প্রস্তুতির চেষ্টা নেই। ব্যক্তিবিশেষ নয়, জাতীয় পর্যায়ে স্বাস্থ্যনীতি ও স্বাস্থ্য কর্মসূচিরই ঘাটতি রয়েছে।

করোনায় মৃত্যুর বয়স ভিত্তিক শতকরা হার



তথ্য সুত্রঃ https://iedcr.gov.bd/

করোনা মহামারীকালে প্রবীণদের দুঃখ গাঁথা

করোনাভীতি: সুষ্ঠু চিকিৎসার অভাবে বৃদ্ধের মৃত্যু

করোনাভাইরাস (কোভিড-১৯) ভীতিতে সুষ্ঠু চিকিৎসার অভাবে সিলেট নগরীতে ২৫ শে মার্চ, ২০২০ গিয়াস উদ্দিন (৬৫) নামে এক বৃদ্ধের মৃত্যু হয়েছে। স্থানীয়রা জানান, তিনি দীর্ঘদিন ধরে কিডনি জটিলতায় ভুগছিলেন এবং নিয়মিত ডায়ালাইসিস করাচ্ছিলেন। যুক্তরাজ্য প্রবাসী তার ছেলে সে সময় দেশে ফেরেন। গিয়াস উদ্দিনের শ্বাসকষ্ট দেখা দেওয়ায় চিকিৎসকরা তাকে হোম কোয়ারেন্টিনে থাকতে বলেন এবং এ অবস্থায় ঘরেই তার মৃত্যু হয়। সিলেট সিটি কর্পোরেশনের স্থানীয় কাউন্সিলর বলেন, 'তিনি দীর্ঘদিনের কিডনি রোগী। শ্বাসকষ্ট নিয়ে সিলেট কিডনি ফাউন্ডেশনে গেলে তারা তাকে গ্রহণ করেনি, সম্প্রতি তার ছেলে বিদেশ থেকে দেশে ফিরেছেন বলে। এরপর সিলেট শহরের কোন হাসপাতাল-ক্লিনিকই তাকে চিকিৎসার জন্য গ্রহণ করেনি, এমনকি নির্ধারিত ডায়ালাইসিস করানোর তারিখেও ওই হাসপাতালে তার ডায়ালাইসিস করানো হয়নি।' তিনি আরো বলেন, 'সবাই করোনাভাইরাসের ভয় পাচ্ছিল তার বিদেশফেরত ছেলের কারণে, অথচ বাসায় তার ছেলে, তার স্ত্রী এবং প্রায় ৯০ বছর বয়সী শাশুড়িও সুস্থ আছেন এখনো। কিন্তু তিনি কিডনির সমস্যায় ভুগে বিনা চিকিৎসায় ঘরেই মারা গেলেন।'

এ বিষয়টি জেনে জেলা প্রশাসক বলেন, 'চিকিৎসা পাওয়া সবার অধিকার। করোনাভীতির কারণে বিনা চিকিৎসায় মৃত্যুর বিষয়ে প্রতিবাদ সমাজের সচেতন মানুষ হিসেবে করা উচিত। কারণ প্রতিবাদ না হলে অনেক সাধারণ মানুষ বিনা চিকিৎসাতেই মারা যাবেন।'

সুত্র: ডেইলী ষ্টার, ২৬ শে মার্চ, ২০২০

অসুস্থ হবার টাইম এটা না

শিরোনামটি প্রয়াত সাবেক মন্ত্রিপরিষদ সচিব সা'দত হুসাইনের পুত্র সাহজেব সা'দতের ফেসবুক স্ট্যাটাসের প্রথম লাইন।

স্ট্যাটাসটিতে তিনি একই সঙ্গে বাবা ও মা উভয়ের অসুস্থ হওয়ার পর বিভিন্ন হাসপাতালে নিজের অভিজ্ঞতার বিবরণ দিয়ে অন্যদের সতর্ক করেছেন। তদবির না করলে আইইডিসিআর থেকে সহজে নমুনা সংগ্রহ করতে কেউ আসে না। নমুনা পরীক্ষার ফল না আসা পর্যন্ত সব হাসপাতালের ডাক্তাররা রোগীকে করোনা রোগী মনে করেন। ফলে মূল রোগের পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও চিকিৎসা বিলম্বিত হয়। কোভিড ছাড়া অন্য কোনো কারণে রোগীর শ্বাসকষ্ট হলে বেসরকারি হাসপাতালগুলো তাঁকে ভর্তি করাতে গড়িমসি করে। তাঁর মায়ের ক্ষেত্রে এটা ঘটেছিল। এ ছাড়া পিপিই ও অন্যান্য অযাচিত খরচের ধাক্কা, বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের অনুপস্থিতি ও অন্যান্য বিষয় উল্লেখ করে তিনি সবাইকে রোগ প্রতিরোধক্ষমতা বাড়াতে, হাসপাতাল ও চিকিৎসকদের কাছ থেকে এ সময় শত হস্ত দূরে থাকার পরামর্শ দিয়েছেন।

ডা. সুস্মিতা আইচের আক্ষেপ

সুস্মিতার বাবা সরকারের সাবেক অতিরিক্ত সচিব গৌতম আইচের কিডনির সমস্যা ছিল। ল্যাবএইডে ডায়ালাইসিসের সময় সমস্যা দেখা দিলে তারা রোগীকে আইসিইউ সাপোর্ট দিতে পারবে না জানিয়ে ভর্তি করতে অস্বীকৃতি জানায়। সুস্মিতা তাঁর বাবাকে নিয়ে নানা সরকারি-বেসরকারি হাসপাতালে ঘুরে ভর্তি করাতে ব্যর্থ হয়ে অবশেষে কুর্মিটোলা জেনারেল হাসপাতালে ভর্তি করান। শুক্রবার সন্ধ্যা সাতটা থেকে তাঁর বাবার অক্সিজেনের ঘাটতি শুরু হয়। তাঁর বেডের কাছে কোনো ডাক্তার যাননি। তাঁরা সুস্মিতাকে ওষুধ বুঝিয়ে দেন, মেয়ে বাবাকে ওষুধ খাওয়ান; সুস্মিতার ভাই অক্সিজেন দেন। সুস্মিতার অভিযোগ, বারবার বলা সত্ত্বেও তাঁর বাবার কোভিড-১৯ পরীক্ষা করা হয়নি, এমনকি রোগী মারা যাওয়ার পরও। তিনি আইসিইউ সাপোর্টও পাননি।

চিকিৎসকের বাবা শুধু নয়, কয়েকজন চিকিৎসকও রোগাক্রান্ত হয়ে চিকিৎসা পাননি। সিলেট এম এ জি ওসমানী মেডিকেল কলেজ হাসপাতালের সহকারী অধ্যাপক মো. মঈন উদ্দিন কোভিডে আক্রান্ত হয়ে নিজের হাসপাতালেই চিকিৎসা পাননি বলে অভিযোগ আছে। তাঁকে ঢাকায় আনার পরও তিনি যথাসময়ে চিকিৎসাসেবা না পেয়ে মারা গেছেন। মেডিকেল কলেজের প্রিন্সিপাল ফরেনসিক মেডিসিনের প্রফেসর ম. আনিসুর রহমানও আইসিইউ পাননি।

সুত্রঃ প্রথম আলো, ১৯ শে মে, ২০২০

ক্যান্সারে আক্রান্ত মনিরুজ্জামান নেত্রকোনা থেকে এসেছেন বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিক্যালে চিকিৎসার জন্য। কর্তৃপক্ষ করোনা টেস্ট ছাড়া ভর্তি করাবে না। তাই মুগদা জেনারেল হাসপাতালে করোনা টেস্টের জন্য অপেক্ষা। বিএসএমএমইউতেই করোনা পরীক্ষার ব্যবস্থা ছিল, তবু কেন এ প্রবীণের হয়রানি, কেউ কি এগিয়ে আসেনি, প্রবীণ মানেই অভিশাপ!

সুত্র : মঞ্জুরুল করিম ও কালের কণ্ঠ

করোনাকালের বিয়োগান্তিক প্রস্থান

বাগেরহাট জাহানাবাদ উচ্চ বালিকা বিদ্যালয়ের শিক্ষিকা লতিফা খাতুন, আমার মা। প্রিন্টিং ব্যবসায়ী বাবা ও আমাদের একমাত্র ভাইয়ের অকাল মৃত্যুর পর অবসর জীবনটা মা আমার কাছেই কাটাচ্ছিলেন। বয়স বাড়ার সাথে মা দীর্ঘমেয়াদী রোগ যেমন বহুমুত্র, উচ্চরক্তচাপ এ আক্রান্ত হলেন ও তার প্রভাবে চোখ, হৃদপিণ্ড ও রেচনযন্ত্রের কার্যক্ষমতা ক্রমেই কমে যেতে থাকল। ২০১৯ সালের শেষার্ধে মাকে ডায়ালাইসিসে যেতে হতো। তীব্র শারিরীক কষ্ট! কিন্তু এটাই তখন একমাত্র বাঁচার উপায়। চাকরীর পাশাপাশি দুই সন্তান, সংসার, মা কে নিয়ে বিভিন্ন ডাক্তারের কাছে ছোটাছুটি, সপ্তাহে দু'দিন ডায়ালাইসিস। সংসার-অফিস সকলেরই সহযোগিতার কারণে কখনোই জীবনকে কঠিন মনে হয়নি। এর মধ্যে মায়ের রক্তে হেপাটাইটিস সি ভাইরাস ধরা পড়ল ও তীব্রভাবে আক্রমনের কারণে কোমর ব্যথায় একেবারে শয্যাশায়ী হয়ে পড়লেন। একাধারে কিডনীর সমস্যা ও অন্যদিকে কোমর ব্যথা, মেগাসিটি ঢাকা শহরে কোথাও সমন্বিত চিকিৎসা ব্যবস্থা পেলাম না; না সিআরপিতে; না কিডনি ফাউণ্ডেশন হাসপাতালে। অগত্যা বাসায়ই হোম

সার্ভিস থেরাপীর ব্যবস্থা করলাম এবং ডায়ালাইসিস চলল পাশাপাশি। হুইল চেয়ার এবং এ্যাম্বুলেন্স হয়ে গেল সঙ্গী। মা'র চিকিৎসা ও চলাচলের সুবিধার্থে আমরা বাসা বদল করলাম।

এই বিপর্যয়ের মধ্যেই ৮ই মার্চ ঢাকায় প্রথম করোনা রোগী সনাক্ত হয়, শুরু হলো করোনাকালীন সতর্কতার এক ভয়াবহ সময়। এ্যাম্বুলেন্সে চড়া খুব ঝুঁকিপূর্ণ হয়ে গেল..... কত রকম রোগী বহন করে এরা। লকডাউন এর মধ্যেও ঝুঁকি নিয়ে ডায়ালাইসিস এ নিয়ে যাচ্ছিলাম। শেষ ডায়ালাইসিস এর পরে মা ঘোরের মধ্যে চলে গেলেন। শুধু আমাকে চিনতেন। এর মধ্যে ডাক্তাররা করোনা আতংকে পড়লেন, করোনা নেই এ মর্মে সনদ লাগবে; হাসপাতালে ভর্তি করে চিকিৎসা দেয়া দরকার তখন। করোনার কারণে তাঁর নাজুক শরীরের জন্য হাসপাতাল ভীষন বিপদজনক! করোনা যদি তাঁকে বা আমাদের কারো একজনের শরীরে ঢুকে পড়ে তাহলে তো সবার জন্যই বিপদ! আমি প্রচণ্ড অসহায় ও হতাশাগ্রস্ত হয়ে পড়লাম!!!! আমি কোন দিকে যাব??? আমরা ভয়াবহ কিংকর্তব্যবিমূঢ় অবস্থায় প্রতিটা মূহুর্ত কাটাচ্ছি। অন্যদিকে লকডাউনের কারণে আমার বোনেরা, পরম আত্মীয়রা ঢাকায় আসতে পারছেনা। সামান্য সমস্যায়ও দৌড়ে মাকে হাসপাতালে নিতাম! এ মহামারির কারনে পৃথিবীর জীবনযাত্রায় নতুনভাবে বদলে গেল, সেই সাথে আমাদেরও সবকিছু.. অসহায়ের মত তাকিয়ে দেখা ছাড়া আর কিছুই করার নেই!!!???

১৩ এপ্রিল রাত বারোটার কিছু পরে ঘুমের মধ্যেই দুটা হাত শুধু ঢলে পড়ল। শেষ হলো আমার যুদ্ধ, আমার মায়ের যুদ্ধ ... অসহায়ত্ব। মা স্কুলে খুবই জনপ্রিয় শিক্ষক ছিলেন, সন্তানের মতো তার ছাত্রীরা তাকে শেষ দেখা দেখতে চেয়েছিল, করোনা তাও হতে দেয়নি।

আক্রান্ত সন্দেহে ফেলে যাওয়া বৃদ্ধ ও বৃদ্ধাকে উদ্ধার

ঢাকার সাভারে পৃথক পৃথক স্থান থেকে এক বৃদ্ধা ও বৃদ্ধকে উদ্ধার করে উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্সে ভর্তি করা হয়েছে। উপজেলা প্রশাসন শনিবার (১৮-০৪-২০) রাতে জয়নাবাড়ি ও পৌর এলাকার মাঝিপাড়া থেকে তাঁদের উদ্ধার করে। স্বজনেরা তাঁদের করোনাভাইরাসে আক্রান্ত সন্দেহে এসব স্থানে রেখে গেছেন বলে ধারণা করা হচ্ছে। তবে তাঁরা করোনাভাইরাসে আক্রান্ত কি না, তা নিশ্চিত করতে পারেনি প্রশাসন।

সুত্রঃ প্রথম আলো, ২০ শে এপ্রিল, ২০২০

করোনা আক্রান্ত বাবাকে রেখে পালালেন ছেলেরা ঃ হাসপাতালে বাবার মৃত্যু

পঞ্চগড়ের বোদা উপজেলার সাকোয়া ইউনিয়ন পরিষদের সাবেক চেয়ারম্যান আমিনুর রহমান প্রধানের (৬৫) করোনা শনাক্ত হলে গত রবিবার রাতে বিশেষ ব্যবস্থাপনায় জেলা স্বাস্থ্য বিভাগ তাঁকে ঢাকা মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালে পাঠানোর উদ্যোগ নেয়। তা ছাড়া তিনি কিডনি সমস্যাসহ বিভিন্ন রোগে ভুগছিলেন। প্রথমে তাঁর ছেলেরা ঢাকা যেতে রাজি না হলেও পরে সবার অনুরোধে রাজি হন। গত রবিবার রাতে স্বাস্থ্য বিভাগের তত্ত্বাবধানে অ্যাম্বুল্যান্সে করে ঢাকায় নেওয়া হচ্ছিল তাঁকে। কিন্তু রংপুর পৌঁছাতেই তাঁর ছোট ছেলে আরিফ তাঁকে রংপুর ডেডিকেটেড করোনা আইসোলেশন হাসপাতালে নিয়ে যান। অবস্থা আশঙ্কাজনক দেখে সেখানকার চিকিৎসকরা তাঁকে ঢাকায় নিয়ে যেতে বললেও ছেলেরা রাজি হননি। পরে তাঁরা হাসপাতালে আমিনুর রহমানকে ভর্তি করেই পালিয়ে যান। গতকাল মঙ্গলবার সকালে ওই হাসপাতালে চিকিৎসাধীন অবস্থায় মারা যান আমিনুর রহমান। সন্তানদের অবহেলার কারণেই তাঁর মৃত্যু হয়েছে বলে দাবি করে হাসপাতাল কর্তৃপক্ষ। এমনকি শুরুতে সন্তানরা তাকে বাড়িতে না নিয়ে রংপুরেই দাফন করার দাবি জানান। ছেলেরা বাবার দায়িত্বের ব্যাপারে নানা রকম কথা বললেও অ্যাম্বুলেন্স ড্রাইভার হাসপাতাল কর্তৃপক্ষের কথাই সমর্থন করেন।

সুত্রঃ কালের কণ্ঠ, ২০ শে মে, ২০২০

বাবার ঠাঁই গাছতলায়

অবসরপ্রাপ্ত পুলিশ সদস্য আবদুল মান্নান ভুঁইয়া (৮৭) উপজেলা পরিষদের বারান্দায় চারদিন না খেয়ে পড়ে ছিলেন তিনি। তার তিন ছেলে ও এক মেয়ে, কিন্তু কেউ তার খোঁজ রাখেন না। চাকরি থেকে অবসরে যাওয়ার কয়েক বছর পর সন্তানেরা তাকে বাড়ি থেকে বের করে দেন। এ অবস্থায় সাত বছর আগে ধামরাইয়ের ধনাঢ্য এক ব্যক্তি তাকে থাকা-খাওয়া সহ আশ্রয় দেন। অজানা কারণে সেখান থেকে তিনি চলে আসেন। এরপর পেনশনের তিন হাজার টাকায় চলতেন। থাকতেন মসজিদে মসজিদে। গত শুক্রবার রাতে অসুস্থ অবস্থায় তাকে উপজেলা পরিষদের বারান্দায় পাওয়া যায়। তাকে উদ্ধার করে থানায় নিয়ে যাওয়া হয় ছেলেদের বিরুদ্ধে ভরণপোষণ আইনে মামলা করানোর জন্য, কিন্তু তিনি সঠিক তথ্য দিতে না পারায় মামলা করা সম্ভব হয়নি। সুস্থ হওয়ার পর তাকে মিরপুরে সরকারি আশ্রয়কেন্দ্রে পাঠানো হবে। আশ্রয়কেন্দ্রে রেখে একটি বৃদ্ধাশ্রমে দেওয়ার চেষ্টা করা হবে।

সুত্রঃ প্রথম আলো, ২৩ শে জুন, ২০২০

পরবর্তীতে প্রশাসনের সহায়তায় আব্দুল মান্নান তার সন্তানের বিরুদ্ধে মামলা দায়ের করেন।

সুত্রঃ প্রথম আলো, ২৭ শে জুন, ২০২০

কেন কান ধরে এই ওঠবস, সদুত্তর নেই প্রশাসনের সহকারী কমিশনারের

সাইয়েমা হাসান নামে প্রশাসনের একজন সহকারী কমিশনার যশোরের মনিরামপুর উপজেলার চিনেটোলা বাজারে প্রবীণ দুই ব্যক্তিকে কান ধরে ওঠবস করাচ্ছেন। পেছনে দুই পুলিশ সদস্য ও আরও একাধিক ব্যক্তি। তিনি নিজেই আবার ওই ঘটনার ছবি তুলছেন। এমন এক ছবি শুক্রবার (২৭-০৩-২০) সামাজিক যোগাযোগমাধ্যমে ভাইরাল হয়ে আলোড়ন তোলে। প্রশাসনের দায়িত্বশীল সূত্র বলেছে, এমন কাণ্ড ঘটানোর বিষয়ে কোনো সদুত্তর দিতে পারেননি ওই কর্মকর্তা।

করোনাভাইরাস রোধে চলাচল সীমিত রাখার সরকারি আদেশ পালন করতে গিয়ে গতকাল বিকেলে তিনি দুই বৃদ্ধ ভ্যান চালককে কান ধরে ওঠবস করান। যশোরের জেলা প্রশাসক বলেন, প্রশাসনের কর্মকর্তাদের বলা হয়েছিল, মানুষ যেন ঘরে থাকে, সে ব্যাপারে তাঁরা যেন উদ্বুদ্ধ করেন। তাঁদের বিরুদ্ধে শাস্তিমূলক ব্যবস্থা নেওয়ার কোনো নির্দেশ দেওয়া হয়নি।

সুত্রঃ প্রথম আলো, ২৮ শে মার্চ, ২০২০

করোনা ভাইরাস মহামারী সংকটকালে রিকের কর্মসূচিগত উদ্যোগ

করোনা ভাইরাস মহামারী সংকটকালে দুই স্তরের প্রবীণ জনগোষ্ঠীর সাথে রিক কর্মসূচিগত সংযোগ রক্ষা করে চলেছে। মুন্সীগঞ্জ ও পিরোজপুরের উল্লেখযোগ্য প্রবীণ রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর করোনা সহায়তা কর্মসূচির সাথে যুক্ত ছিলেন। রির্সোস ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) পল্লী কর্মসহায়ক ফাউণ্ডেশন (পিকেএসএফ) এর সহায়তায় পিরোজপুরের ১৩ টি ইউনিয়নে ১৮ টি সামাজিক কেন্দ্র পরিচালনা করছিল, যেখানে প্রবীণরা একত্রিত হতেন এবং সাংগঠনিক সুরক্ষা কার্যক্রম পরিকল্পনা বাস্তবায়ন ও পর্যালোচনা সিদ্ধান্ত নিতেন।

বাংলাদেশে ৮ই মার্চ, ২০২০ এ প্রথম করোনা ভাইরাস সনাক্ত হবার পর লকডাউন ঘোষণার পূর্ব পর্যন্ত এ কেন্দ্রগুলি সক্রিয় ছিল। লকডাউন ঘোষণার পর সরকার ঘোষিত স্বাস্থ্য বিধি পালনের লক্ষ্যে এ কেন্দ্রগুলি বন্ধ করে দেয়া হয়। বন্ধ করার আগে রিক ও প্রবীণ কমিটি সম্মিলিতভাবে কর্মসূচিগত নীতি গ্রহণ এবং বাস্তবায়নের উদ্যোগ নেন।

যেমন **প্রথমত:** সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখতে সকল প্রবীণ সদস্যরা ঘরে থাকবেন ও সামাজিক কেন্দ্রে আসবেন না।

দ্বিতীয়ত: রিকের প্রবীণ কর্মসূচি ইউনিয়ন পর্যায়ের সংগঠণ, কমিউনিটি, সাধারণ প্রবীণ নারী পুরুষ, স্বাস্থ্য সেবা দাতা ও স্থানীয় প্রশাসনের সাথে লকডাউনের সময় যোগাযোগ ও সমন্বয় রক্ষা করবেন।

তৃতীয়ত: প্রতি ইউনিয়নের রিক কর্মীর মোবাইল ফোন নম্বরকে সংশ্লিষ্ট ইউনিয়নের প্রবীণ কর্মসূচির হটলাইন হিসেবে বিবেচনা করা হয়। প্রবীণদের যে কোন জরুরী বিষয়ে হটলাইনে ফোন দেয়া যাবে। ফোনে যোগাযোগ না করতে পারলে পরিবার, আত্মীয় বা অন্যকারো সহায়তায় মুঠোফোনে মেসেজ দেয়া হবে।

চতুর্থত: স্থানীয় রিক অফিস প্রবীণদের সংকটে উক্ত পদক্ষেপ নেবার জন্য সংক্ষিপ্ত ডাটাবেস তৈরী করবে। এ ডাটাবেস থেকে যারা অসুস্থ ও যাদের জরুরী স্বাস্থ্যসেবা প্রয়োজন হতে পারে তাদের সাথে যোগাযোগ, দীর্ঘমেয়াদী ও একাধিক রোগে আক্রান্ত প্রবীণদের সাথে সমন্বয় সাধন করা।

পঞ্চমত: এই ডাটাবেস এর নিঃসঙ্গ, হতদরিদ্র প্রবীণ নারী ও পুরুষের ঠিকানা ও যোগাযোগ নম্বর রাখা হবে যাতে সংকটকালে খাদ্য ও ত্রাণ সহায়তা দেয়া যায়। রিকের কর্মসূচি এলাকায় এভাবে করোনা সংকটে সমন্বয় কাঠামো গড়ে তোলা হয়; যার মধ্যদিয়ে প্রবীণদের সমস্যা অনেকটাই কমিয়ে আনা সম্ভব হয়।

ষষ্ঠত: রিকের দ্বিতীয় ধারার কর্মসূচিগত কৌশল হচ্ছে রিকের সহায়তায় তৈরী আত্মনির্ভরশীল দল প্রবীণ সংগঠনের সাথে যুক্তরাও তাদের নিজস্ব উদ্যোগে বাস্তবায়নের পরামর্শ দেয়া হয়। এ দ্বিতীয় ধারার কৌশলে গাজীপুরের পুবাইল, নরসিংদীর পলাশ, ঢাকা জেলার নবাবগঞ্জ এবং কক্সবাজারের মহেশখালীতে প্রায় ২০ টি আত্মনির্ভরশীল প্রবীণ সংগঠনের করোনা মহামারীকালে প্রবীণদের সুরক্ষা ও সক্রিয়তা বজায় রাখার চেষ্টা করা হয়েছে।

বেশীরভাগ ক্ষেত্রে স্থানীয় প্রশাসনের সহায়তায় গ্রামের অসহায় দুঃস্থ, নিঃসঙ্গ প্রবীণদের চিকিৎসা, সহায়তা ও ত্রাণ কার্যক্রমে অন্তর্ভূক্ত করতে পেরেছেন। এছাড়া এসব এলাকায় কম্যুনিটি এবং স্থানীয় সরকার প্রবীণদের সমস্যার বিষয়ে অবহিত এবং সমাধানে উদ্যোগী হয়েছেন। এ কারণে এসব এলাকায় পারিবারিক পর্যায়ে প্রবীণেরা অনেক বেশী ভাল অবস্থানে ছিল। কোথাও কোন প্রবীণদের প্রতি অবহেলা, নির্যাতনের ঘটনা ঘটলে প্রবীণ কমিটির সভাপতি, সাধারন সম্পাদক ও নেতৃস্থানীয় প্রবীণেরা সে বিষয়ে সাথে সাথে পদক্ষেপ নিতেন। বিষয়টি স্থানীয় সরকারের ইউনিয়ন পরিষদের চেয়্যারম্যান ও মেম্বরদের জানানো হতো এবং সংশ্লিষ্ট প্রবীণের পরিবারে সদস্যদেরকে ফোন করে সতর্ক করা হতো। এ কার্যক্রম গাজীপুরের পুবাইল, নরসিংদীর পলাশে ও কক্সবাজারের মহেশখালীতে প্রবীণদের সক্রিয় সংগঠনগুলো যোগাযোগের মাধ্যমে অনেক ধরণের সমস্যার সমাধান করেছেন ও প্রবীণ সুরক্ষাকে উন্নত করেছেন।

করোনায় ক্ষতিগ্রস্তদের প্রবীণ কমিটির ত্রাণ সহায়তা

এছাড়া করোনা মহামারী পূর্ব রিকের ২টি কর্মসূচিতে প্রবীণরা এ মহামারীকালে উপকৃত হয়েছেন। এর একটি হচ্ছে, রিকের নিজস্ব অর্থায়নে প্রবীণ কল্যাণ কর্মসূচি ও অন্যটি হলো কক্সবাজারে রোহিঙ্গা শরণার্থীদের সাথে প্রবীণ বান্ধব এলাকা (Age Friendly Space)। করোনা ভাইরাস মহামারী পূর্ব সময়ে প্রবীণ কল্যাণ কর্মসূচির আওতায় চক্ষু শিবির ও ফিজিওথেরাপী দেয়া হতো। করোনা মহামারী সময়ে এ কর্মসূচির ধারাবাহিকতায় চক্ষু সেবার জন্য মোবাইল ফোনের মাধ্যমে পরামর্শ সেবা দেয়ার ব্যবস্থা করা হয়। অন্যদিকে কক্সবাজারের এজ ফ্রেণ্ডলি স্পেস করোনা বিষয়ে সচেতনতা তৈরীতে প্রবীণদের সামাজিক দুরত্ব, হাত ধোয়া ইত্যাদি COVID-19 প্রতিরোধমূলক আচরণের বিষয়ে প্রশিক্ষিত করার উদ্যোগ নেয়া হয়। হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার পৌঁছাবার উদ্যোগেও রিক সম্মিলিত ভূমিকা পালন করে।

প্রবীণ বান্ধব এলাকা (Age Friendly Space)

করোনা ভাইরাস মহামারীর সংকটে বাংলাদেশের প্রবীণদের সুরক্ষায় রিকের নেটওয়ার্কিং, অ্যাডভোক্যাসি ক্যাম্পেইন

এসব কর্মসূচির আওতায় রিক নিম্নলিখিত পদক্ষেপ গ্রহণ করে।

১. করোনা মহামারী সংকটে রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) ও হেল্প এইজ ইন্টারন্যাশনাল একত্রে কিছু উদ্যোগে যুক্ত হয়েছে। সমাজ কল্যাণ মন্ত্রণালয়ে সর্বজনীন ভাতার নীতি অনুসরণ করে COVID-19 এ ক্ষতিগ্রস্ত সকল প্রবীণকে নগদ সহায়তা দেবার জন্য রিক-হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল যৌথ ভাবে সুপারিশ করেছে। এই উদ্দেশ্যে রিক-হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল অন্য অংশীদারদের/পার্টনারদের সাথে একত্রে একটি আবেদন জমা দিয়েছে। আবেদনটি বিবেচনায় রয়েছে।

২. UNFPA প্রবীণদের উপর COVID-19 এর প্রভাব নিয়ে গবেষণা, পরিবীক্ষণ (Monitoring) করার উদ্যোগ নিয়েছে। এ গবেষণার লক্ষ্য হচ্ছে প্রবীণদের উপর মহামারীর প্রভাব শুধু স্বাস্থ্যগত নয়, আর্থিক সামাজিক ও বেঁচে থাকার অন্তরায় গুলিকে চিহ্নিত করা। ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের জনবিজ্ঞান (Population Sciences) বিভাগ, রিক -হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল ও অন্যান্য সদস্যরা এ গবেষণায় সহযোগিতা করবে।

৩. রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর নিজস্ব উদ্যোগ, পরিকল্পনা COVID-19 এর ভয়াবহতা প্রতিরোধের জন্য প্রবীণদের জ্ঞান, অভিজ্ঞতা, দৃষ্টিভঙ্গি, কর্মকাণ্ড (Practices) পরিবর্তন অত্যন্ত জরুরী। এ পরিবর্তনের মধ্য দিয়েই প্রবীণরা

COVID-19 এর সংগে সহাবস্থান করে নিরাপদে থাকতে পারবেন। এ উদ্দেশ্যেই রিক নিজস্ব KAP-Knowledge, Attitudes, Practices ষ্টাডি চূড়ান্ত করেছে। এ গবেষণার প্রাপ্ত ফলাফল অনুযায়ী, নিজস্ব কর্ম এলাকায় প্রবীণদেরকে আচরণগত পরিবর্তন, যোগাযোগ শক্তিশালী করতে পারবেন। জাতীয় স্বাস্থ্য খাতে প্রবীণদের অর্ন্তভূক্তির একটি নীতিগত ও কর্মসূচিগত প্রস্তাবনা সরকারের কাছে পেশ করার উদ্যোগ গ্রহণ করবে।

৪. রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) GAROP নামে প্রবীণ বিষয়ক একটি জোটের সাথে যুক্ত। এ GAROP পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে প্রবীণ বিষয়ে সক্রিয় এনজিওদের সাথে যুক্ত রয়েছে। বাংলাদেশে বর্তমানে করোনা মহামারীর সংকটের সময় প্রবীণদের মানবাধিকার লংঘিত হচ্ছে; তারা স্বাস্থ্য অধিকার হারাচ্ছেন। একই সঙ্গে দরিদ্র প্রবীণরাও তাদের মৌলিক অধিকারের নূন্যতম খাদ্য ও চিকিৎসা সেবা পাচ্ছেন না। এছাড়াও এ দূর্যোগের সময়ে তারা পারিবারিক সদস্যদের দ্বারা নিগৃহীত হচ্ছেন। রিক এসব বিষয়গুলিকে জাতীয় মানবাধিকার কমিশনে উপস্থাপন করার পরিকল্পনা করেছে।

করোনা মহামারী কালে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা ও সর্বজনীন সামাজিক ভাতা

করোনা মহামারী কালে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা (Universal Health Services) ও সর্বজনীন সামাজিক ভাতা (Universal Social Pension) না থাকায় বাংলাদেশের প্রবীণরা অস্তিত্বের সংকটে ভুগছে। করোনা মহামারীর সংকটে সর্বজনীন সামাজিক ভাতা সরকারী অবসরপ্রাপ্ত কর্মচারী ব্যতীত বিপুল সংখ্যক প্রবীণরা আর্থিক নিরাপত্তা বেষ্টনীর বাইরে রয়েছেন। গবেষণা প্রতিষ্ঠান সেন্টার ফর পলিসি ডায়ালগ- সিপিডি' এর সাম্প্রতিক গবেষণায় দেখা গেছে মোট প্রবীণের একটি

সবার জন্য সামাজিকভাতা

উল্লেখযোগ্য অংশই সামাজিক সুরক্ষা পাচ্ছেন না। যারা পাচ্ছেন তাদের মধ্যে প্রবীণ হিসেবে ৬% সরকারী অবসরপ্রাপ্ত কর্মচারী, ৯% দরিদ্র প্রবীণ বয়স্কভাতা পাচ্ছেন; ১০% প্রবীণ ব্যক্তিগত খাতের অবসরকালীন সুবিধা স্ব স্ব প্রতিষ্ঠানের নিয়মানুযায়ী পাচ্ছেন। সব মিলিয়ে বাংলাদেশের প্রবীণদের ৬০% কোন না কোন ভাবে সহায়তা পাচ্ছেন এবং সহায়তা পাবার বড় অংশই ৩৯.৯% এর ভাতা নিয়ে প্রশ্ন উঠছে। ভাতার পরিমান ও বিতরণে স্বচ্ছতা ও জবাবদিহিতার অভাব রয়েছে। শুরুতে এই ভাতাকে সামাজিক সুরক্ষার দৃষ্টান্তকে ইতিবাচক হিসেবে গ্রহণ করা হলেও ক্রমেই এর গলদ বেরিয়ে আসছে। এই ভাতা দরিদ্র প্রবীণদের জন্য নির্দিষ্ট বৈশিষ্ট্য হবার কারণে দূর্নীতি হচ্ছে।

মুদ্রাস্ফীতির কারণে বর্তমান বাস্তবতায় ভাতার পরিমান খুবই সামান্য, এ সামান্য ভাতা প্রবীণদের জীবনে কোন প্রভাব ফেলতে পারছে না। সবচেয়ে অসহায় ও সংকটে আছেন যেসব প্রবীণ, তারা প্রথমে কিছুটা খুশী হলেও কালের পরিক্রমায় এ ভাতার অপ্রতুলতার জন্য কষ্ট পেয়ে থাকেন। ব্যক্তিগত খাত থেকে যে ১০% প্রবীণ অর্থনৈতিক সুবিধা পান, তা সবসময় অনিশ্চিত থাকে। অনেকে ভাতা পাবার বিভিন্ন জটিলতার কারণে তুলতেই পারেন না। এর তাৎপর্য হচ্ছে বাংলাদেশের করোনা পূর্ব পরিস্থিতিতে যেসব প্রবীণরা ভাতা পেতেন ও যারা পেতেন না, উভয় শ্রেণীর প্রবীণরা সংকটে ছিলেন। যে ৪০% প্রবীণ কোন প্রকার ভাতার সহায়তা পান না, তারা রাষ্ট্রীয় সামাজিক সুরক্ষার সম্পূর্ণ বাইরে এবং এদের জন্য করোনা শুধু স্বাস্থ্যগত আঘাত নয়, আর্থিকভাবেও ক্ষতিগ্রস্ত করেছে। আর এ ক্ষতি কাটিয়ে উঠায় সামাজিক, রাষ্ট্রীয় কোন সহায়তা নেই।

বাংলাদেশে প্রবীণদের সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা: বাংলাদেশে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবার অভাবে করোনা মহামারীকালে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর কষ্ট অনেক হবে। এ দেশে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবার অর্থই হচ্ছে সব প্রান্তিক অংশকে জাতীয় সেবার অন্তর্ভূক্ত করা এবং প্রত্যেক নাগরিককে তাদের স্বাস্থ্য সুরক্ষা নিশ্চিত করা। কোন নাগরিকই সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা থেকে বাদ পড়বে না। এ সেবা থেকে সবচেয়ে উপকৃত হবেন এ দেশের জ্যেষ্ঠ নাগরিক তথা প্রবীণ জনগোষ্ঠী। প্রবীণদের জীবনে স্বাভাবিক স্বাস্থ্য সেবা খুবই কঠিন। স্বাস্থ্য সেবার উপর তাদের জীবনের কল্যাণ নির্ভর করে। করোনা পূর্বেই প্রবীণদের জন্য সরকারী স্বাস্থ্য সেবা তেমন কার্যকর ছিলনা। বেশীরভাগ ক্ষেত্রে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য সেবার উপর নির্ভর করতে হতো, ফলে দরিদ্র এমনকি স্বল্প ও মধ্যম আয়ের পরিবারের খানা প্রধানরা প্রবীণদের জন্য নিয়মিত ডাক্তার, ঔষধ, পরীক্ষার খরচ বহন করতে পারতেন না।

অন্যদিকে স্বাস্থ্য সচেতন করার জন্য প্রবীণদেরকে শারিরীক ব্যায়াম, খাদ্য ও অন্যান্য প্রতিরোধ মুলক বিষয়গুলো তাদের কাছে পৌছানোর উদ্যোগ রাষ্ট্রিয়, সামাজিক ও পারিবারিক পর্যায়ে ছিলনা। করোনা পূর্বেই প্রবীণদের স্বাস্থ্য সেবায় ধ্বস নেমেছিল। এসবের কারণ হচ্ছে প্রবীণদের প্রতি পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্রীয় সর্ব পর্যায়ে ক্রমবর্ধমান সামাজিক অবহেলা ও বৈষম্য। অন্যদিকে মানসম্মত সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবার অনুপস্থিতির কারণে প্রবীণরা বর্তমান স্বাস্থ্যসেবার কোথাও স্থান করে নিতে পারেনি। কাজেই করোনাকালে প্রবীণরা বর্তমান স্বাস্থ্যসেবায় আরো নাজেহাল হয়ে পড়েন। কারণ করোনা সংকটের সময়ে সবাই প্রবীণদের দায় ও বোঝা হিসেবে গন্য করে। এই অমানিবকতা থেকে সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবা প্রবীণদেরকে বাঁচাতে চেষ্টা করে, কিন্তু জাতীয় সর্বজনীন স্বাস্থ্য সেবার বাস্তবায়ন বিষয়ে জাতীয় ঐক্যমত তৈরী হয়নি। এটাই প্রবীণদের করোনা মহামারীকালের সংকটের মূল কারণ।

বাংলাদেশে কোভিড-১৯ এ প্রবীণ নারী ও পুরুষের মৃত্যুর মধ্যে পার্থক্য এত বেশী কেন

পুরুষ ও নারীর গড় মৃত্যুর হার নিয়ে অমর্ত্য সেন গবেষণায় দেখিয়েছিলেন যে, পূর্বে পুরুষের তুলনায় নারীদের মৃত্যুর হার বেশী ছিল; স্বাভাবিক বা সামাজিক বৈষম্যই এ উচ্চ নারী মৃত্যু বা মাতৃ মৃত্যুর জন্য দায়ী। বর্তমান কোভিড -১৯ কারণে নারীর মৃত্যুহার পুরুষের তুলনায় কম হবার সাধারণ কারণ সাধারণ কারণ হতে পারে নারীর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বেশী, চলাফেরা কম হবার কারণে পুরুষের চেয়ে মৃত্যু অনেক কম। তারা স্বাভাবিকভাবেই কোভিড-১৯ সংক্রমণের বড় শিকার, কিন্তু সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখা ও চলাফেরা কম থাকায় নারীরা আরো বেশী সুবিধায় আছেন। এ চর্চার জন্য তাদের কোন অভ্যাস করতে হচ্ছে না, এ কারণে তাদের মধ্যে সংক্রমণের হার যথেষ্ট কম। এদেশে বেশীরভাগ নারীরা তাদের পরিবারের সদস্যদের মাধ্যমে সংক্রমিত হচ্ছেন।

কোভিড-১৯ বৈশ্বিক সংকটে প্রবীণদেরকে সামনে রেখে বৈশ্বিক সংস্থাগুলো কে কি করছেন

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার ইউরোপ আঞ্চলিক অফিস ২রা এপ্রিল, ২০২০ কোভিড-১৯ এ প্রবীণদের উচ্চ ঝুঁকি সম্পর্কে বিবৃতি দেন। ষাট বছরের প্রবীণরা ৯৫% ঝুঁকিতে আছেন ও আশি বছরের প্রবীণরা ৫০% ঝুঁকিতে আছেন। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার গাইড লাইন অনুযায়ী প্রবীণদের মৃত্যুহার কমাতে হলে সাধারণ সংক্রমণের পাশাপাশি কম্যুনিটি সংক্রমণ অবশ্যই কমাতে হবে। প্রবীণ বয়সে দেহে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাওয়ায় প্রবীণরা এসব রোগের ঝুঁকিতে সহজেই পড়ে যান কিন্তু অল্প বয়সীদের এ রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বেশী থাকায় বেশীর ভাগই বেঁচে যান। অন্যদিকে সংক্রমিত হলে বেশীরভাগ প্রবীণই মৃত্যু বরণ করেন। প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্য কর্মীরা যথাযথভাবে স্বাস্থ্য সেবা দিলে এসব মৃত্যুর হার কমানো সম্ভব।

দ্বিতীয় হচ্ছে বিচ্ছিন্ন একাকী বাস করা প্রবীণদের সহায়তায় কম্যুনিটিকে এগিয়ে আসতে হবে, ইউরোপ, আমেরিকায় নার্সিং হোমে বসবাসরত প্রবীণরা কোভিড-১৯ এ গণহারে মারা যাবার বিষয়টি তাদের ঝুঁকির আলোচনায় উঠে এসেছে।

জাতিসংঘের একটি বিশেষায়িত সংস্থা UNDESA পর্যায় ক্রমে UNAgeing কোভিড-১৯ সংক্রমনের পরে তাদের কার্যক্রমের ধারাবাহিকতা অক্ষুন্ন রাখে। নিউইয়র্কের জাতিসংঘের সদর দপ্তরে ১২ই ফেব্রুয়ারী, ২০২০ ব্রিফিং সেশনে একটি সভায় কোভিড-১৯ এর সংক্রমণ ও প্রবীণদের উপর এর প্রভাব সম্পর্কে আলোচনা হয় এবং সেই সাথে প্রবীণদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা তৈরীর বিষয়টি গুরুত্ব পায়। জাসিংঘের Open Ended Working Group (OEWG) এর ১১ তম অধিবেশনে কোভিড-১৯ মহামারির বিষয়ে দিক নির্দেশনা পাওয়া যায়। ২৭ শে মার্চ ভিয়েনায় জাতিসংঘের স্বাধীন স্বাস্থ্য বিষয়ক বিশেষজ্ঞরা করোনা মহামারীর সংকটে প্রবীণদের মানবিক সংকটে একটি বিবৃতি দেয়। এ বিবৃতিতে উন্নত দেশগুলোতে প্রবীণদের গণহারে মৃত্যুকে সম্পূর্ণ অগ্রহণযোগ্য হিসেবে তুলে ধরে, এটাকে রাষ্ট্রীয় ব্যর্থতা হিসেবে চিহ্নিত করে। পৃথিবীর সকল সদস্য রাষ্ট্রকে করোনা সংকটে জীবন রক্ষাকে সর্বাধিক গুরুত্ব দেবার আহ্বান করে। জাতিসংঘের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ উদ্যোগ প্রবীণদের উপর কোভিড-১৯ এর ফলাফল তুলে ধরে জাতিসংঘ মহাসচিবের একটি পলিসি ব্রিফ প্রকাশ করা। এ পলিসি ব্রিফ এ কোভিড-১৯ এ প্রবীণদের অবস্থার বিশ্লেষণ ও প্রভাবকে চিহ্নিত করে এবং জীবন সুরক্ষায় কয়েকটি সুপারিশ তুলে ধরে। এ সুপারিশে জাতীয় সরকারগুলোকে অর্থনৈতিক ও কল্যাণমুখী জীবন ধারায় মানসিক সেবার বিষয়গুলোকে অগ্রাধিকারের উদ্যোগ নেয়া। জাতিসংঘ মহাসচিবের পলিসি ব্রীফকে ১৪৬ টি দেশ সমর্থন দেয়। বাংলাদেশ সরকারও পলিসি ব্রীফে স্বাক্ষর করেছে। যদিও এতে স্বাক্ষরের পরে প্রবীণদের কোভিড-১৯ মহামারী সংক্রমণ প্রতিরোধে অগ্রাধিকারের কর্মসূচি প্রণয়ন করেনি।

প্রবীণদের মানবাধিকার রক্ষায় GAROP সরব রয়েছে। বিশ্বের ৩৫০ টি সংগঠন প্রবীণদের অধিকার রক্ষায় GAROP এর সাথে যুক্ত রয়েছে। এ সংগঠনগুলোর নীতি নির্দেশনা ও মানবাধিকারের বিষয়টি গুরুত্ব দিয়ে একটি বৈশ্বিক নেটওয়ার্কিং কর্মসূচি তৈরী করে। GAROP সদস্যরা জাতিসংঘ মহাসচিবের কাছে চিঠি লেখেন ও জাতীয় পর্যায়ে জাতীয় মানবাধিকার কমিশনে যোগাযোগ রেখে প্রবীণদের সুরক্ষার উদ্যোগ নেয়।

হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনালঃ সম্ভবত প্রবীণদের নিয়ে এটিই একমাত্র বৈশ্বিক সংগঠন যারা করোনা মহামারি নিয়ে পরিকল্পনা ও কৌশল বাস্তবায়নের কাজ করছে। এটি ১৪৪ টি সদস্য দেশে প্রবীণদের অধিকার বাস্তবায়নে কাজ করে আসছেন। এই নেটওয়ার্ক আফ্রিকা, ইউরোপ, এশিয়া, উত্তর ও দক্ষিণ আমেরিকা, ক্যারিবীয় ও মধ্যপ্রাচ্য অঞ্চলে স্থানীয় সংগঠনসমূহের সাথে করোনা মহামারীকালে প্রবীণ বিষয়ে কাজ করে চলেছে। এ সংকটকালে বাস্তবতা অনুযায়ী প্রবীণদের কল্যাণে কাজ করেছে। হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল নিম্নোক্ত বিষয়গুলোর উপর গুরুত্ব দিয়েছে :

১. অ্যাডভোক্যাসিঃ হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল প্রবীণদের অনুকুলে আন্তর্জাতিক ও জাতীয় পর্যায়ে নীতি প্রণয়ন, সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য নীতি নির্ধারকদের সংবেদনশীল করে তোলার চেষ্টা করছে। তাদের কাছে সংশ্লিষ্ট দেশের অংশীজনী (Partner) সংগঠনের প্রস্তাবনা উত্থাপন করছে।

২. প্রচারণা (Campaign): হেল্পএইজ তাদের সম্পদের সীমাবদ্ধতা অনুযায়ী কোভিড-১৯ এর সংক্রমণে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর সুরক্ষাকে কেন্দ্র করে বিশ্বব্যাপী প্রচারণা তৈরী করার উদ্যোগ নিচ্ছে। এ উদ্যোগে একটি জাতীয় ও আন্তর্জাতিক উভয় ক্ষেত্রেই হেল্পএইজ করোনা সংকটের প্রচারণায় এজ ডিমান্ড একশন (অ্যাডা) এর প্রচারণার অভিজ্ঞতাকে কাজে লাগাতে চাইছে। অ্যাডা'র যোগাযোগ ও উপাদান (Contact & Tools) ব্যবহার করে করোনা সংকটে প্রবীণদের সুরক্ষার বিষয়টি তুলে ধরার চেষ্টা করছে।

৩. সহায়তাঃ করোনা সংকটে দুঃস্থ, নিঃসঙ্গ বিশেষ করে উন্নয়নশীল দেশগুলির প্রবীণদের জন্য খাদ্য সহায়তা গুরুত্বপূর্ণ। খাদ্য সহায়তা ও বিতরণের কর্মসূচিকে সহায়তা করার চেষ্টা সংস্থাটি করছে।

৪. হাইজিন, পিপিই ও ঔষধ বন্টন করাঃ হেল্প এইজ ইন্টারন্যাশনাল তার অংশীজনদের সাথে বর্তমান করোনা সংকটে প্রবীণদের স্বাস্থ্যেরই সমস্যাকে প্রাধিকার দিচ্ছে, কাজেই হাইজিন, ঔষধ ও পিপিই প্রবীণদের জন্য জরুরী। কাজেই এ ক্ষেত্রে অংশীজনদের সহায়তায় অগ্রাধিকার রয়েছে।

৫. সচেতনতামূলক প্রচারণা (Awareness)ঃ কোভিড-১৯ সম্পর্কে তথ্য ও করণীয় সম্পর্কে সচেতন করা। প্রাসঙ্গিক তথ্য ও সচেতনতার বিষয়গুলো চিহ্নিত করা। এসব ক্ষেত্রে অন্যান্যদের কোন উদ্যোগ দেখা যায়না। হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল এসব বিষয়ের উপর তথ্য, সচেতনামুলক বস্তু, নিয়মাবলী, প্রচারণামূলক উপকরণ বিশ্বের বিভিন্ন ভাষায় অনুবাদ করে দিয়েছে, যাতে বিশ্বের সবাই করোনা সংকটে প্রবীণ সুরক্ষায় প্রচারণার কাজে ব্যবহার করতে পারে।

৬. প্রবীণদের জন্য মনোসামাজিক সহায়তার জন্য টেলিফোনে যোগাযোগঃ হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল তার অংশীজনদের মাধ্যমে প্রবীণদের সাথে টেলিযোগাযোগকে গুরুত্ব দিচ্ছে কারণ এ করোনা সংকটে লকডাউন ও ঝুঁকির কারণে প্রবীণদের সাথে সরাসরি যোগাযোগ ও বাইরে যাওয়া কঠিন। তাই টেলিফোনের মাধ্যমে যোগাযোগ করে প্রবীণদের মনোসামাজিক অবস্থা সম্পর্কে অবহিত হওয়া, টেলিফোনের মাধ্যমে কাউন্সেলিং করাকে অগ্রাধিকার দিচ্ছে।

হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল সর্বশেষ যে বিষয়ে উদ্যোগ নিয়েছে তা হচ্ছে প্রবীণদের কল্যাণ এবং সমাজের সাথে সম্পৃক্ততা। করোনা সংকটকালে প্রবীণের কল্যাণ ও বেঁচে থাকার সুরক্ষাকে গুরুত্ব দেয়া। এ সুরক্ষা শুধু ব্যক্তি বা পরিবার পর্যায়ে নয়; সকল কম্যুনিটির সংযুক্তি মাধ্যমে এ ধরণের মহামারীর সংকটে জীবন রক্ষার পদক্ষেপ নেয়া।

প্রবীণ কল্যাণে একটি সমন্বিত উদ্যোগ

অসহায় প্রবীণদের পাশে আমরা আছি
আপনিও তাঁদের পাশে দাঁড়ান
আপনার সহায়তা আমরা পৌঁছে দিচ্ছি
অসহায় প্রবীণদের কাছে

আপনার আর্থিক সহায়তা সরাসরি নিম্নের ব্যাংক হিসাবে পাঠাতে পারেন
ন্যাশনাল ব্যাংক লিমিটেড, ধানমন্ডি ব্রাঞ্চ
হিসাব শিরোনাম: রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার-ওডব্লিওএফ
হিসাব নং: ০০০৬৩৩৬০০১২৬৩

অন্যান্য সহায়তার জন্য যোগাযোগ করুন
রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক)
বাড়ী # ২০ (নতুন), রোড # ১১ (নতুন), ৩২ (পুরাতন)
ধানমণ্ডি আ/এ, ঢাকা-১২০৯, ফোন # ৮৮০২৫৮১৫২৪২৪
ই-মেইল ঃ ricdirector@yahoo.com
ওয়েব ঃ www.ric-bd.org

করোনা সংক্রমণ থেকে প্রবীণদের সুরক্ষায় দক্ষিণ এশিয়ার দেশগুলো কে কি করছে

করোনা সংকটে দক্ষিণ এশিয়ার কোন সরকারই আলাদাভাবে প্রবীণ সুরক্ষায় তেমন কিছুই করে নি। তবে বেসরকারী পর্যায়ে ত্রাণ বিতরণ তৎপরতা রয়েছে। কোভিড-১৯ মহামারীতে দক্ষিণ এশিয়ার দেশগুলোর বিভিন্ন স্বেচ্ছাসেবী বেসরকারী সংগঠণ প্রবীণদের সহায়তায় এগিয়ে এসেছে, এদের কয়েকটির কার্যক্রম সংক্ষিপ্তাকারে তুলে ধরা হলো ঃ

নেপালঃ এইজিং নেপাল ও নেপান (NEPAN) এ দুটি সংস্থা কোভিড-১৯ এর সময় নেপালে সীমিত আকারে কাজ করছেন। এইজিং নেপাল মূলত নেপালী প্রবীণদের জন্য অ্যাডভোক্যাসী ও প্রচারণার কাজ করছে। নেপান প্রবীণদের কুম্যনিটি নেটওয়ার্ক প্রতিষ্ঠা ও স্বাস্থ্য বিষয়ে কাজ করছে।

ভারত ঃ ভারতে সরকার আগে থেকেই প্রবীণ সুরক্ষা, ভাতা এবং স্বাস্থ্য বিষয়ক কিছু উদ্যোগ নিয়েছিল। তবে সেসব উদ্যোগ প্রবীণদের জন্য যথেষ্ট ছিলনা। বেসরকারী ও নাগরিক পর্যায়ে কিছু সংগঠণ যেমন হেল্প এইজ ইণ্ডিয়া এবং রাজস্থানের গ্রাভিড (GRAVID) প্রবীণ বিষয়ক কর্মকাণ্ডে সবচেয়ে অগ্রণী।

হেল্পএইজ ইণ্ডিয়া সম্পূর্ন আভ্যন্তরীণ উৎস থেকেই অর্থ সংগ্রহ করে বেশীরভাগ কর্মকাণ্ড পরিচালনা করে। এ সংস্থাটি ভারতে করোনা পূর্বকাল থেকেই মোবাইল হেল্প সার্ভিস চালু করেছে, অর্থাৎ গাড়িতে করে পূর্ণাঙ্গ স্বাস্থ্যকর্মীদের দল নিয়ে দেশের প্রত্যন্ত অঞ্চলে প্রবীণদের স্বাস্থ্য সেবা দিচ্ছে। করোনা মহামারীকালে লকডাউনের কারণে এসব স্বাস্থ্য সেবা স্থগিত থাকলেও স্থানীয়ভাবে সমন্বয় করে প্রবীণদের জন্য স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিত করার চেষ্টা করছে। জাতীয় পর্যায়ে বিভিন্ন ষ্টেকহোল্ডার যুক্ত করে প্রবীণদের সহায়তায় কাজ করে চলেছে, যেমন ভারতে শিক্ষিত মধ্যবিত্তের মধ্যে জনপ্রিয় ইলেক্ট্রনিক গণমাধ্যম চ্যানেল এনডিটিভি (NDTV) এর সাথে পার্টনারশীপে প্রবীণদের বিষয়ে কাজ করার জন্য তহবিল সংগ্রহ করতে প্রচারণা চালাচ্ছেন।

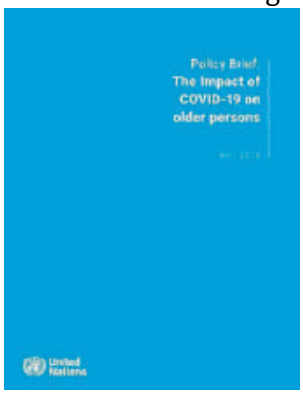
শ্রীলংকা ঃ হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল শ্রীলংকা সরকারের সহায়তায় করোনা সংক্রমনের অনেক আগে থেকেই স্বাস্থ্য অবকাঠামো তৈরি করে ফেলেছে। এর মধ্যে প্রবীণদের জন্য বিশেষায়িত চক্ষু হাসপাতাল তৈরি করে ছিল; করোনার সংক্রমণের লকডাউনের কারণে বন্ধ ছিল, কিন্তু হাসপাতালের ডাক্তাররা যোগাযোগের ভিত্তিতে রোগীদের পরামর্শ দিয়েছে। এছাড়া সংকটাপন্ন রোগীদের বিভিন্ন জায়গায় রেফারেল সার্ভিস দিয়েছে।

বাংলাদেশ ঃ হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল, বাংলাদেশ অফিস; রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) এর সহায়তায় রোহিঙ্গাদের সহায়তা প্রদান করছে। রিক ছাড়া হেল্প এইজ ইন্টারন্যাশনাল অন্তর্ভূক্ত বেশীরভাগ অংশীজনই (Partner) দাতাদের অর্থ সহায়তায় প্রকল্প ভিত্তিক কার্যক্রমের সাথে যুক্ত। মাঠ পর্যায়ে রিক নিজস্ব অর্থায়নে প্রবীণদের সহায়তা করে চলেছে।

এসব সংগঠনগুলো ধারাবাহিকতা রক্ষা করে এখন একটি সুংসহত কর্মসূচি বাস্তবায়ন করতে সফল হচ্ছেন।

করোনা সময়ে প্রবীণ বিষয়ের উপর প্রকাশনা, ডকুমেন্টেশন ও প্রচারণা

করোনা মহামারীকালে প্রবীণ বিষয়ের উপর সবচেয়ে বেশী প্রকাশনা করেছে হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল। এর নিজস্ব ওয়েবসাইটে প্রবীণদের জন্য করোনা সংক্রমনের প্রচারণা তৈরী করছে, কৌশল ও নীতিগত বিষয়ে প্রবন্ধ রয়েছে দুটি। যেমন ১. হেল্পএইজ ইন্টারন্যাশনাল ও এইজ ইন্টারন্যাশনাল যৌথ প্রয়াসে "Older people and COVID-19 in low- and middle-income countries and humanitarian settings" নামক একটি প্রকাশনা করছে। ২. জাতিসংঘ মহাসচিবের পলিসি ব্রীফ, "Policy Brief: The Impact of COVID-19 on older persons. May 2020"



ইন্টারনেট দুনিয়ায় করোনা সম্পর্কিত তথ্য

তথ্যের মহাসমুদ্র হচ্ছে ইন্টারনেট, মানব জীবনের সকল প্রকার তথ্যই এখন ইন্টারনেটে পাওয়া যায়। এখানে এমন কিছু ওয়েব সাইটের নাম দেয়া হয়েছে যাতে করোনাভাইরাস সম্পর্কিত তথ্য পাওয়া যাবে।

১. হেল্প এইজ ইন্টারন্যাশনাল- করোনাভাইরাস:
https://www.helpage.org/what-we-do/coronavirus-covid19/

২. উন্নয়নশীল দেশে করোনাভাইরাস এবং প্রবীণদের সম্পর্কে তথ্য, উপাত্ত ও নীতি সমুহ:
https://www.corona-older.com/

৩. একীভূত মানবিকতার মানদণ্ড- প্রবীণ ও প্রতিবন্ধীতার জন্য ন্যূনতম মানবিকতার মানদণ্ডের কার্যকরণ:
https://www.helpage.org/newsroom/latest-news/age-anddisabilityinclusive-humanitarian-response-minimum-standards-launched/

৪. নতুন করোনাভাইরাসের জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার প্রস্তুতির কৌশলগত ও কার্যকরণের পরিকল্পকনা- আন্তর্জাতিক সম্প্রদায় ও যোগাযোগ কার্যক্রম:
https://www.who.int/publications-detail/strategic-preparedness-and-response-plan-for-the-newcoronavirus

৫. কোভিড ১৯ এর জন্য যোগাযোগ ঝুঁকি ও কম্যুনিটির সংযুক্তির কার্যক্রমের জন্য বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থার নির্দেশিকা:
https://www.who.int/publications-detail/risk-communication-and-community-engagement-(rcce)- action-plan-guidance

৬. মন ও করোনাভাইরাস এবং আপনার কল্যাণ:
https://www.mind.org.uk/informationsupport/coronavirus-and-your-wellbeing/

৭. করোনাকালে আলঝেইমার্স ডিজিজ ইন্টারন্যাশনাল- ডিমেনশিয়া বা স্মৃতিভ্রষ্টতা রোগের জন্য পরামর্শ ও সহায়তা:
https://www.alz.co.uk/news/adi-offers-advice-and-support-during-covid-19

বাংলাদেশের বেশ কিছু সাইট যাতে দেশের করোনা ভাইরাস সম্পর্কিত তথ্য রয়েছে:

৮. করোনার সরকারী সাইট: https://corona.gov.bd/
৯. আইইডিসিআর: https://iedcr.gov.bd/
১০. ডি.নেট: https://covid19.dnet.org.bd/
১১. https://coronainbangladesh.com/
১২. স্বাস্থ্য অধিদপ্তর:
http://103.247.238.81/webportal/pages/covid19.php
১৩. কোভিড ট্র্যাকার :
http://covid19tracker.gov.bd/
১৪. করোনা অ্যাপ: https://corona.priyo.com/
১৫. করোনাকালীন সময়ে অনলাইন বানিজ্য:
http://ekshop.gov.bd/

করোনাকালে প্রবীণদের উপর রিকের প্রস্তাবিত সাতটি গবেষণায় যুক্ত হবার আহ্বান

গবেষণাগুলি হচ্ছে

১. কোভিড-১৯ এর সংকটে বাংলাদেশে প্রবীণদের স্বত্ত্বাধিকার (entitlement) ভিত্তিক পরিস্থিতি চিহ্নিত করা

২. করোনা সংকটে প্রবীণদের রোগ প্রতিরোধমূলক ও নিরাময়মুলক স্বাস্থ্য আচরণ (Health Seeking Behaviour) ঃ প্রতিবন্ধকতা ও উত্তরণের উপায়সমূহ

৩. করোনা মহামারীর সংকটকালে প্রবীণদের মানবাধিকার পরিস্থিতি ঃ সহায়তা ও উপেক্ষা

৪. করোনা সংকটকালে বাংলাদেশে প্রবীণদের স্বাস্থ্য বিষয়ে জ্ঞান, দৃষ্টি ভঙ্গি ও বাস্তব অনুশীলন (KAP- Knowledge, Attitudes and Practices) ঃ প্রতিবন্ধকতা ও সুযোগ

৫. করোনা সংকটকালে বাংলাদেশে প্রবীণদের মনোসামাজিক অবস্থা (Psychosocial Situation) ঃ সহায়তা ও উপেক্ষা

৬. বাংলাদেশে সর্বজনীন সামাজিক ভাতা বাস্তবায়নে ও চাহিদার ক্ষেত্রসমূহঃ রাজনৈতিক নীতি নির্ধারকদের প্রভাবিত করার সুযোগ ও অন্তরায়

৭. বাংলাদেশে সর্বজনীন চিকিৎসা সেবা বাস্তবায়নে চাহিদার ক্ষেত্রসমূহ ঃ রাজনৈতিক নীতি নির্ধারকদের প্রভাবিত করার সুযোগ ও অন্তরায়

ভূমিকা ঃ বাংলাদেশে প্রবীণ জনগোষ্ঠীর মানবাধিকার বাস্তবায়ন ও জীবন জীবিকা, সুরক্ষার জন্য এই সাতটি গবেষণার উদ্যোগ গ্রহণ করা হয়েছে। এসব গবেষণার উদ্দেশ্য হচ্ছে করোনা সংকটকালে ও সংকট উত্তর পরিস্থিতিতে প্রবীণদের স্বাস্থ্য ব্যবস্থা ঢেলে সাজাতে প্রয়োজনীয় বিশ্লেষন ও দিক নির্দেশনা উপস্থাপন করা।

পদ্ধতি ও এলাকা ঃ সাধারণভাবে এ গবেষণায় Rapid Assessment Approach ব্যবহার করা হবে। উদ্দেশ্যমূলকভাবে (Purposive) নমূনা চিহ্নিত করে টেলিফোনে আধাকাঠামোগত প্রশ্নপত্রের মাধ্যমে সাক্ষাৎকার গ্রহণ করা হবে। এছাড়াও Key Informant Interview (KII), ষ্টেকহোল্ডারদের টেলিফোন সাক্ষাৎকার গ্রহণ করা হবে। Rapid Assessment Approach অনুযায়ী রিকের বর্তমান কর্মসূচি এলাকা থেকে যোগাযোগের ভিত্তিতে এ সাক্ষাৎকার গ্রহণ করা হবে। লক্ষ্যিত প্রধান গবেষণা এলাকাগুলো হলো- পিরোজপুর, মুন্সীগঞ্জ, গাজীপুর, নরসিংদী, নওগাঁ, কক্সবাজার। গবেষণার ফলাফল থেকে প্রবীণদের সুরক্ষায় নিম্নোক্ত কর্মসূচি প্রণয়নে সহায়তা করা হবে।

গবেষণার উদ্দেশ্য সমূহ ঃ

১. করোনা সংকটকালে প্রবীণদের স্বত্ত্বাধিকার (entitlement) সুনিশ্চিত করতে সহাযতা করা।

২. প্রবীণদের প্রতিরোধ ও নিরাময়মূলক স্বাস্থ্য আচরণের প্রতিবন্ধকতা দূর করার কৌশল ও কর্মসূচি প্রণয়ন করা।

৩. প্রবীণদের মানবাধিকার লংঘনের বিষয়ে সচেতনতা বাড়ানো এবং প্রবীণদের জন্য রাষ্ট্রের পদক্ষেপকে শক্তিশালী করার সহায়তা করা।

৪. KAP Study এর মাধ্যমে প্রবীণদের স্বাস্থ্য বিষয়ে জ্ঞান, দৃষ্টিভঙ্গি ও আচরণ চিহ্নিত করা এবং পরিবর্তনের আচরণগত কৌশল ও কর্মসূচি প্রণয়ন করা।

৫. প্রবীণদের মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে তথ্য প্রমাণ উপস্থাপন করা এবং কর্মসূচি প্রণয়নে সহায়তা করা।

এ গবেষণায় যুক্ত হবার আবেদন

রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক) সাতটি গবেষণার উদ্যোগ ও পরিকল্পনায় আরো অংশগ্রহণমূলক ও ব্যাপক ভিত্তিক বিস্তৃতি করতে চায়। এ উদ্দেশ্যে অগ্রণী উন্নয়ন কর্মী, গবেষক ও সচেতন নাগরিক যুক্ত হবার আহ্বান করছি। যারা যুক্ত হতে চান, তাদের আগ্রহ অনুযায়ী কোড উপস্থাপন করা হলো। নিম্নোক্ত কোডগুলোর যেকোন একটিতে আগ্রহ সম্পর্কে আমাদেরকে সংশ্লিষ্ট ই-মেইলে (ricageingteam@gmail.com) অবহিত করতে পারেন। কোডগুলি হচ্ছে;

১. গবেষণা প্রক্রিয়ায় শুধু অবহিত/মতামত দিতে চাই
২. তথ্য সংগ্রহে সহযোগিতা করতে চাই
৩. আর্থিক সহায়তা করতে চাই
৪. মাঠ পর্যায় থেকে প্রাপ্ত তথ্য পর্যালোচনা ও মতামত দিতে চাই
৫. তথ্য বিশ্লেষণের প্রতিবেদন লিখতে সহায়তা ও অংশগ্রহণ করতে চাই।
৬. কম্পিউটারের মাধ্যমে সহায়তা করতে চাই
৭. ডাটা এন্ট্রিতে সহায়তা করতে চাই
৮. প্রবন্ধ মূল্যায়ন ও সংকলনে সহযোগিতা করতে চাই
৯. গবেষণার ফলাফল ও তা বিতরণে সহায়তা করতে চাই।

আপনি যে নির্দিষ্ট বিষয়ে যুক্ত হবার আগ্রহ প্রকাশ করেছেন, সে বিষয়ে যুক্ত হবার পিছনে কারণ সমূহ ই-মেইলে উল্লেখ করবেন। (**ricageingteam@gmail.com**)

সূত্র: ফ্রেন্ডশিপ ইন্টারন্যাশনাল

সম্পাদনা পরিষদ

সম্পাদক আবুল হাসিব খান
সার্বিক তত্ত্বাবধানে তোফাজ্জেল হোসেন মঞ্জু
সম্পাদকীয় সদস্যমণ্ডলীঃ কাজী রোজানা আখতার
শামসীর শরীফ
আবু রিয়াদ খান
দীপক রঞ্জন চক্রবর্তী
ফেরদৌসি বেগম (গীতালি)
গ্রন্থনা ও পরিকল্পনায় মোঃ শামীম জাফর
সম্পাদকীয় যোগাযোগ
ricageingteam@gmail.com

রিসোর্স ইন্টিগ্রেশন সেন্টার (রিক)
বাড়ী ঃ ২০, রোড ঃ ১১ (নতুন), ৩২ (পুরাতন)
ধানমণ্ডি আ/এ, ঢাকা-১২০৯
টেলিফোন ঃ + ৮৮০২৫৮১৫২৪২৪
ফ্যাক্স ঃ + ৮৮০২৫৫০২৬৬১০
ই-মেইলঃ **ricdirector@yahoo.com**
ওয়েব ঃ **www.ric-bd.org**