এবার পূজায় আবার ফিরে পেতে পারেন সেই উজ্জ্বল ত্বক

মধ্যবয়সে এসে ছোটবেলার পুজোর রঙিন দিনগুলির কথা আমাদের সকলেরই মনে পড়ে, মনে পড়ে সেদিনের সৌন্দর্যের কথা। তবে মন খারাপের কিছু নেই, আধুনিক চিকিৎসা বিজ্ঞানের আশীর্বাদে আপনি ইচ্ছা করলেই আবার ফিরে পেতে পারেন উজ্জ্বল আর কমনীয় ত্বক। আশ্বাস দিলেন এসএসকেএম হাসপাতালের প্রাক্তন প্রধান ও কলম্বিয়া এশিয়া হাসপাতালের কনসালট্যান্ট ডার্মাটোলজিস্ট **ডা. প্রফেসর রথীন্দ্রনাথ দত্ত**।

প্রশ্ন : মধ্যবয়সেও কি ত্বকে যৌবনের উজ্জ্বলতা ফিরে পাওয়া সম্ভব?

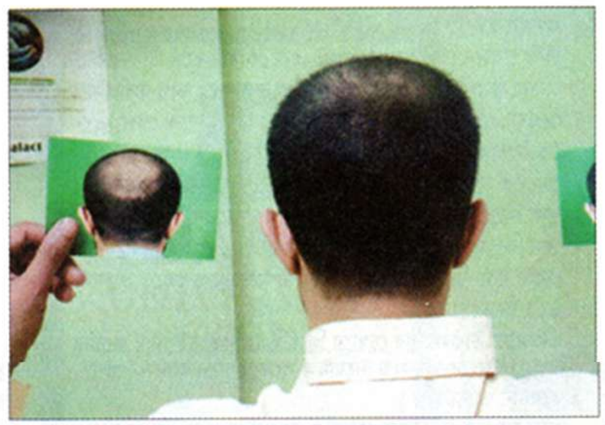
প্রফেসর দত্ত : বয়সের সঙ্গে সঙ্গে ত্বকের উজ্জ্বলতা ও কমনীয়তা কমে যায়, দেখা দেয় বলীরেখা। আসলে হরমোনের সক্রিয়তা কমে যাওয়ায় ও সূর্যালোকের আল্ট্রাভায়োলেট রশ্মিগুচ্ছের প্রভাবে ধীরে ধীরে আমাদের ত্বকের বয়স বাড়ে। অনেকেই এজন্য যৌবনের অস্তবেলায় এই বর্ণবিপর্যয় ঢাকতে কিনে আনেন বিভিন্ন ক্রিম, লোশনে ভরা কসমেটিক্সের সম্ভার। কিন্তু একবার কালো দাগ হয়ে গেলে আর কসমেটিক্সে দূর হয় না প্রয়োজন হয় একজন কসমেটিক ডার্মাটোলজিস্টের পরামর্শের। কেমিকেল পিলিং-এর কয়েকটি সিটিং-এই ত্বকের কমনীয়তা ফিরতে শুরু করে, কালচে ছোপ হয়ে আসে ফিকে। এ বিষয়ে কসমেটিক লেসার ট্রিটমেন্টও খুবই উপকারী। সাধারণত এক্ষেত্রে কিউ স্যুইচড এনডি ইয়াগ লেসার ব্যবহার করা হয়। লেসার থেরাপি ও কেমিকেল পিলিং-এর মতো প্রসিডিওর একসঙ্গে করলে দ্রুত ভাল ফল পাওয়া যায়।

প্রশ্ন : কিন্তু মুখে ছোটবেলার স্মৃতি ব্রণর চিহ্ন, পেটে প্রেগনেন্সির স্ট্রেচমার্ক বা কপালের বলিরেখা কী করে দূর করবেন?

প্রফেসর দত্ত : শুধু এই সব রিঙ্কল, স্ট্রেচমার্ক বা ক্ষত চিহ্ন নয়, ছোটখাট আঁচিল ইত্যাদি সবই দূর করে ডার্মারোলার বা ডার্মাব্রেশানের মতো প্রসিডিওরের সাহায্যে ত্বককে আবার সুন্দর, উজ্জ্বল ও কমনীয় করে তোলা যায়। এ বিষয়ে লেসার থেরাপির সাহায্য নিতে পারেন। ফ্র্যাকশনাল কার্বন ডাই অক্সাইড লেসার এক্ষেত্রে খুবই ভাল ফল দেয়। এখানেও সাধারণ প্রসিডিওর ও লেসার ট্রিটমেন্ট একত্রে করলে ত্বক দ্রুত হয়ে ওঠে সুন্দর, উজ্জ্বল ও কমনীয়।

প্রশ্ন : কসমেটিক ডার্মাটোলজির সাহায্যে কি শ্বেতীর সাদা দাগে আবার স্বাভাবিক বর্ণ ফিরে আসতে পারে?

প্রফেসর দত্ত : পুরান শ্বেতী যদি সারা শরীরে ছড়িয়ে গিয়ে থাকে তবে কিছু করার থাকে না। সেই জন্য প্রাথমিক পর্যায়ে শ্বেতীতে শরীরে সাদা দাগ দেখলেই বিশেষজ্ঞরা ডাক্তারবাবুর কাছে নিয়ে আসতে বলেন। যত দ্রুত সম্ভব এক্ষেত্রে শ্বেতীর চিকিৎসা আরম্ভ করা জরুরী। শ্বেতীর বিস্তার বন্ধ হলে ও প্রায় একবছর শ্বেতীর অবস্থান প্রায় একই থাকলে মাইক্রো পিগমেন্টেশন, ব্লিস্টার গ্রাফটিং ইত্যাদি প্রসিডিওরের সাহায্যে শ্বেতীর বর্ণ স্বাভাবিক করে তোলা যায়। শ্বেতী আসলে একটি অটোইমিউন ডিজিজ। এক্ষেত্রে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা বা ইমিউন সিস্টেম ত্বকের বর্ণ নির্ধারক কোষ ও বর্ণনির্ধারক রঞ্জক মেলানিনকে ধ্বংস করে ফেললে বর্ণের অভাবে ত্বক সাদা হয়ে শ্বেতী হয়। অত্যাধুনিক মেলানোসাইট ট্রান্সফার পদ্ধতিতে ত্বকের স্বাভাবিক অংশ থেকে মেলানিন নিয়ে শ্বেতীর সাদা ত্বকে ইনজেক্ট করা হয়। ধীরে ধীরে সাদা ত্বক আবার স্বাভাবিক হয়ে ওঠে।



প্রশ্ন : ব্রণ হলেই কি ডাক্তারবাবুর পরামর্শ নিতে হবে?

প্রফেসর দত্ত : বয়ঃসন্ধিতে ব্রণ একটি স্বাভাবিক ঘটনা। তবে অতিরিক্ত ব্রণ হলে বা ব্রণতে সংক্রমণ হলে দেরী না করে অবশ্যই একজন ত্বক বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নেওয়া প্রয়োজন।

প্রশ্ন : সোরিয়াসিস কি সারে?

প্রফেসর দত্ত : ডায়বেটিস বা হাইপারটেনশনের মতো ত্বকের এই ক্রনিক ডিজিজও সারে না। কিন্তু সঠিক চিকিৎসায় রোগকে সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণে রেখে সোরিয়াসিস নিয়েও আপনি সুস্থ ও স্বাভাবিক জীবনযাপন করতে পারেন। চিকিৎসকের পরামর্শ মতো চললে ও কয়েকটি সাধারণ নিয়ম মেনে চললে সোরিয়াসিস সাধারণত আর ফিরে আসে না। এজন্য সারা জীবন ওষুধও খেতে হয় না।

প্রশ্ন : একটা বয়সে শুধু ত্বকই খারাপ হয় না, চুলও পাতলা হয়ে আসে। আবার কি চুল গজাতে পারে?

প্রফেসর দত্ত : অপুষ্টি, অ্যানিমিয়া, টাইফয়েডের মতো অসুখে বা কিছু ওষুধের সাইড এফেক্টে বা ক্যানসারের কেমোথেরাপিতে চুল পড়ে যায়। এক্ষেত্রে সঠিক কারণটি চিহ্নিত করে চিকিৎসা করলে চুল পড়া বন্ধ হয়। আজকের উন্নত চিকিৎসা ব্যবস্থায়, বংশগত টাক অ্যালোপেশিয়া এন্ড্রোজেনেটিকাতেও চুল পড়া বন্ধ হয়, নতুন চুল গজায়। অ্যালোপেশিয়া অ্যারিয়েটা বা আংশিক টাকেও চুল গজাতে অনেক সময় ওষুধ ইনজেক্ট করা হয়। আবার চুল গজানোর ক্ষেত্রে পিআরপি থেরাপি, ডার্মারোলারের মতো প্রসিডিওর খুব কাজ দেয়। তবে ত্বক ও চুল ভালো রাখতে চিকিৎসার পাশাপাশি সুষম ব্যালেন্সড ডায়েট এবং পর্যাপ্ত জলপান জরুরী। তাই চিন্তা করবেন না, সুস্থ থাকুন, ভালো থাকুন। এবারের পুজোয় দারুণ আনন্দ করুন।

যোগাযোগ ঃ
9153319842, 9748170820