অতিমারি ও নার্সদের সামাজিক অবস্থা: একটি সমাজতাত্ত্বিক গবেষণা

BURDWAN UNIVERSITY

অতিমারি ও নার্সদের সামাজিক অবস্থা: একটি সমাজতাত্ত্বিক গবেষণা

NAME - DOLAN DAS

SUBJECT- SOCIOLOGY HONOURS

SEMESTER - 6TH

PAPER - DSE-4

COLLEGE- GOVERNMENT GENERAL DEGREE COLLEGE,SINGUR

UNIVERSITY ROLL NO - 190142000052

UNIVERSITY REGISTRATION NO - 201901056587 of 2019-20

YEAR - 2022

CERTIFICATE

This is to certify that Ms. Dolan Das carried out a research work entitled "অভিসারী ও নাপিতের সামাজিক অবস্থা : একটি সমাজতাত্ত্বিক সমীক্ষা". This is an original work,submitted by her for the partial fulfilment of the requirement of the degree of Bachelor of Arts in sociology under the University of Burdwan.Neither this dissertation nor any part of it has been submitted elsewhere for any degree/diploma.

S. Ghosh

Head

Department of sociology

Government General Degree College, Singur

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

এটা অবশ্যই স্বীকার করতে হবে যে,আমরা আশেপাশের মানুষদের সাহায্য এবং সহযোগিতা ছাড়া এই গবেষণাটি করা কখনোই সম্ভব নয়। গবেষণা পত্র রচনা করার ক্ষেত্রে আমার পরম তত্ত্বধায়ক এবং গভারমেন্ট জেনারেল ডিগ্রী কলেজ, সিঙ্গুর-এর সমাজতত্ত্ব বিভাগের সহকারী অধ্যাপিকা ডা: চন্দ্রিমা বিশ্বাস মহাশয়য়া-কে, এই বিষয়ের উপর গবেষণা করার অনুমতি প্রদানের জন্য এবং ওনার মূল্যবান নির্দেশিকা ও গুরুত্বপূর্ণ উপদেশ দিয়ে গবেষণাটি সফল ভাবে শেষ করতে সহায়তা করার জন্য আমি আন্তরিকভাবে ওনাকে কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন করছি।

এছাড়াও আমি কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি,গভারমেন্ট জেনারেল ডিগ্রী কলেজ, সিঙ্গুর-এর সমাজতত্ত্ব বিভাগীয় প্রধান অধ্যাপিকা ডা: সুমনা গোস্বামী মহাশয়া এবং সমাজতত্ত্ব বিভাগের আর এক সহকারী অধ্যাপিকা ডা: তিতাসা সিনহা মহাশয়য়া-কে। সর্বদা আমাদের পাশে থেকে সহায়তা করার জন্য।

আমি কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি, সিঙ্গুর গ্রামীণ হাসপাতাল এবং সিঙ্গুর ট্রমা কেয়ার সেন্টারের সেইসব নার্সদের যারা তাদের মূল্যবান কাজের সময় ব্যয় করে, তাদের ডিউটি সম্পর্কিত ব্যক্তিগত অনুভূতি প্রকাশ করে গবেষণার কাজে আমাকে সহায়তা করার জন্য।

এছাড়াও আমি কৃতজ্ঞতা জানাতে চাই,আমার পরিবার এবং সহপাঠীদের যারা এই কাজটি করার ক্ষেত্রে সবসময় আমাকে উৎসাহ দিয়েছে এবং সার্বিকভাবে সহায়তা করেছে।

স্বাক্ষর

সূচিপত্র

অধ্যায়	বিষয়	পৃষ্ঠা
প্রথম অধ্যায়	ভূমিকা	1-2
দ্বিতীয় অধ্যায়	সাহিত্য পর্যালোচনা	3-6
তৃতীয় অধ্যায়	পদ্ধতিবিদ্যা	7
চতুর্থ অধ্যায়	তথ্য বিশ্লেষণ	8-10
পঞ্চম অধ্যায়	উপসংহার	11-12

Appendices - (1) গ্রন্থপঞ্জি

(2) গবেষণা প্রশ্নাবলী

প্রথম অধ্যায়

ভূমিকা

নভেল করোনা ভাইরাস রোগ চীনের হুবেই প্রদেশ 2019 সালের ডিসেম্বরে সূচনা হওয়ার পর থেকে স্থানীয় এবং আন্তর্জাতিক উভয় ক্ষেত্রে দ্রুত ছড়িয়ে পড়ে (Li et al.,2020; Zhu et al.,2020)| মাত্র এক মাসের ব্যবধানে ভাইরাস দ্বারা সৃষ্ট রোগটি কে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা একটি জনস্বাস্থ্য জরুরি অতিমারি হিসেবে বিবেচনা করেছিল (WHO,2020)| এটি মানব ইতিহাসের সবচেয়ে মরণঘাতী একটি বৈশ্বিক অতিমারিতে পরিণত হয়েছিল |

এই প্রাদুর্ভাব কেবল সাধারন মানুষকে প্রভাবিত করেনি, তার পাশাপাশি ডাক্তার, নার্স, ফ্রন্টলাইনে স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের উপর বিরাট প্রভাব ফেলেছিল | কারন তারাই সরাসরি কোভিড রোগীদের রোগ নির্ণয় এবং চিকিৎসার সাথে জড়িত ছিলেন | তাদের মানসিক স্বাস্থ্যও উল্লেখযোগ্য চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হয়েছিল | এই অতিমারি চলাকালীন নার্সদের যা যা সামাজিক সমস্যার সম্মুখীন হতে হয়েছিল সেটাই এই অধ্যয়নের মূল উদ্দেশ্য |

বর্তমান অতিমারির চাপে নার্সদের প্রতিক্রিয়া অবশ্যই পেশাগত স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তার দৃষ্টিকোণ থেকে দেখা উচিত | অতিমারি চলাকালীন মুখে মাস্ক ও PPE সহ দীর্ঘক্ষন কাজে চরম ক্লান্তি,শারীরিক অস্বস্তি,অনিদ্রা,সংক্রমনের ভয় এবং সর্বোপরি পর্যাপ্ত ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম(PPE) -এর অভাব, কার্যকর ওষুধের অভাব এরকম বেশ কয়েকটি কারণ নার্স বা স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের জীবনে চাপ বাড়ায় | তদুপরি, 2020 সালের গোড়ার দিকের মহামারীতে প্রচুর সংখ্যক নার্স সংক্রমিত হয়েছিল | ফলস্বরূপ তাদের প্রিয়জনদের থেকে তাদের বিচ্ছিন্নতা বজায় রাখতে হয়েছিল | পরিবারের লোক তাদের সংস্পর্শে আসার ফলে সংক্রমিত হবে এটা ভেবে তারা ভীত এবং উদ্বিগ্ন হয়ে পড়েছিলেন | এছাড়াও উপসর্গবিহীন রোগী এবং Covid-19- এর সেরকম কোনো নিরাময় নেই, এই বিষয়টিও উদ্বেগকে আরো বাড়িয়ে তোলে | শারীরবৃত্তীয় হুমকির পাশাপাশি এই ধরনের জরুরি অবস্থা নার্সদের মানসিকতাকে প্রভাবিত করে | যার মধ্যে রয়েছে পেশাদারী চাপ এবং অসহায় বোধ (O' Boy lec,Robertson C et al.,2006)|

পূর্ববর্তী গবেষণার পরিপ্রেক্ষিতে মহামারী স্কেল এবং আক্রান্ত দেশের সংখ্যা সকলকে এই ধারণা দিয়ে রেখেছে যে,'কেউ নিরাপদ নয়'| মহামারী সম্পর্কে মিডিয়া রিপোর্টিং বারবার নার্সদের মৃত্যুর সংখ্যা এবং স্বাস্থ্য ও সামাজিক যত্ন সুবিধার মধ্যে রোগের বিস্তারের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করেছে যা নার্সদের ওপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলেছে (Johannes H. De Kock,Helen Ann Latham et al.,2021)|

এটা জানা যায় যে সামাজিক সমর্থন চাপ প্রতিরোধ করে,চাপের ঘটনা সম্পর্কে ধারণা পরিবর্তন করে, চ্যালেঞ্জিং পরিস্থিতিতে ব্যক্তিদের সাহায্য করে এবং তাদের মোকাবিলার ক্ষমতা বাড়ায় (Xiao H,Zhang Y,Kong Det et al.,2020)| যদিও সামাজিক সমর্থনের সুবিধাগুলি

ব্যক্তিদের স্বাস্থ্য এবং সুখের ওপর ইতিবাচক প্রভাবের পরিপ্রেক্ষিতে দীর্ঘদিন ধরে গ্রহণযোগ্যতা অর্জন করেছে | বিশেষত তাদের শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতির মাধ্যমে সামাজিক সমর্থন

অনুভূত হয় (Ardahan M,2006)| বিভিন্ন গবেষণার উপসংহারে দেখা গেছে যে, সামাজিক সমর্থন মানসিক স্থিতিস্থাপকতা বাড়ায় যার ফলে চাপ কমে যায় এবং শারীরবৃত্তীয় ও মনস্তাত্ত্বিক স্বাস্থ্য বৃদ্ধি পায় (Cam O, Buyukbay Ram A,2017) |

কিন্তু এই সংকটকালীন মুহূর্তে নার্সরা সেভাবে কোনো সামাজিক সহায়তা পাননি | বরং, সমাজের উপেক্ষা,প্রতিবেশীদের খারাপ আচরণ,কলঙ্ক,ভূমিকার দ্বন্দ্ব ইত্যাদি নানা সমস্যা তাদের গ্রাস করেছিল | এমতাবস্থায় তারা সমাজে একেবারে কোণঠাসা হয়ে পড়েছিলেন এবং একাকীত্বে ভুগেছিলেন | গবেষণার ব্যবধানটি সমাধান করার চেষ্টা করা হয়েছে যাতে নার্সদের অভিজ্ঞতা, বিশ্বাস,মতামত,আচরণ এবং অনুভূতি সম্পর্কে আরো গভীর জ্ঞান লাভ করা যায় |

এই গবেষণার প্রশ্নটি হল:- অতিমারি এবং নার্সদের সামাজিক অবস্থা : একটি সমাজতাত্ত্বিক অধ্যয়ন |

দ্বিতীয় অধ্যায়ঃ

সাহিত্য পর্যালোচনা

বর্তমান পর্যালোচনা থেকে বোঝা যাচ্ছে যে, স্বাস্থ্যকর্মীরা Covid-19 অতিমারির কারণে যথেষ্ট পরিমাণে চাপ,উদ্বেগ,বিষণ্ণতা,অনিদ্রার সম্মুখীন হয়েছেন | করোনা ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত রোগীদের সাথে কাজ করার সময় নার্সদের সংখ্যার ঘাটতি হয়েছে(Tang et al.,2018) |

চিকিৎসকের শারীরিক নিরাপত্তার জন্য উপযুক্ত PPE অ্যাক্সেস সর্বোপরি গুরুত্বপূর্ণ | পর্যাপ্ত PPE সহ নার্সরা সংক্রমণ থেকে আরও সুরক্ষিত বোধ করেন,যা প্রিয়জনকে সংক্রমিত হওয়ার ভয় কমাতে পারে | তদুপরি, নার্স এবং অন্যান্য স্বাস্থ্যকর্মীরা উভয়ই দুশ্চিন্তা,অনিদ্রা এবং বিচ্ছিন্নতার অনুভূতি সহ দুশ্চিন্তা এবং নেতিবাচক স্বাস্থ্যের ফলাফলের জন্য সংবেদনশীল | নার্সদের বিষন্নতার অন্য একটি কারণ হলো তাদের পরিবার এবং তাদের সন্তানের নিয়ে উদ্বেগ | এই উদ্বেগের কিছু বাহ্যিক কারণ রয়েছে যেমন- প্রতিবেশী এবং আত্মীয়দের খারাপ আচরণ এবং কটু কথা, যা স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদের উপর মানসিক চাপ সৃষ্টি করেছে |

Covid-19 এর জন্য স্টাফিং উন্নত করার প্রস্তাবিত সমাধানে সমস্ত বিশেষজ্ঞদের,অবসরপ্রাপ্ত নার্স বা স্টাফ নার্স যাদের প্রয়োজনীয় জ্ঞান,দক্ষতা এবং দৃষ্টিভঙ্গি রয়েছে,তাদের সংক্রমিত রোগীদের সামগ্রী যন্ত্র প্রদানে সহায়তা করার জন্য আহ্বান জানানো হতো |

অপর্যাপ্ত যোগাযোগ এবং তথ্যের অভাব

উর্দ্ধতন কর্তৃপক্ষের কাছ থেকে নার্সদের সাথে সঠিক যোগাযোগের অভাব এবং সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থার বিষয়ে দ্রুত পরিবর্তিত নির্দেশিকার অনিশ্চয়তা,আশঙ্কা,পর্যাপ্ত জ্ঞানের অভাব পরিস্থিতিকে অনিয়ন্ত্রিতার দিকে নিয়ে যেতে পারে | এগুলো নার্স এবং স্বাস্থ্য কর্মীদের মধ্যে মানসিক-শারীরিক স্বাস্থ্য সমস্যাগুলি বিকাশের জন্য দায়ী | ভুল তথ্য বা গুজব অতিমারির সময় প্রায়ই দেখা যেত | প্রয়োজনীয় তথ্য যদি পর্যাপ্তভাবে স্পষ্ট না করা হয় তবে তা স্বাস্থ্যকর্মীদের চাপ বাড়ায়(N Z Med J, 2009)|

সামাজিক দূরত্ব স্থাপন

আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগ বা সামাজিক যোগাযোগ এড়িয়ে চলা সংক্রামক প্রাদুর্ভাবের মোকাবিলা করার জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ পরিমাপক হিসেবে বিবেচিত হয় | ফলস্বরূপ, নার্সদেরও তাদের সহকর্মীদের থেকে কর্মক্ষেত্রে এবং বাইরে উভয় ক্ষেত্রেই দূরত্ব বজায় রাখা বাধ্যতামূলক | আবার তাদের পরিবারের সদস্যদের এবং উল্লেখ্য আরও অন্যদের থেকে সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার
ফলে মানসিক সমর্থনের অভাব দেখা দেওয়ায় মানসিক সমস্যা ও স্বাস্থ্য সমস্যা বাড়ায়(Philos Trans R Soc Lond B Biol sci 2004)|

কাজের চাপ ও পেশাগত চাপ

সংক্রমণ বা নিজেদের স্বার্থগত কারণে বিভিন্ন হাসপাতাল ও স্বাস্থ্যসেবা ইনস্টিটিউটে কর্মচারীর অভাব দেখা দিয়েছিল | | এরূপ পরিস্থিতিতে স্বাস্থ্যসেবা কর্মচারী বা নার্সদেরকে সীমিত সংস্থান,দীর্ঘ কর্মঘন্টা এবং ঘন ঘন ডিউটি পরিবর্তনের সাথে কাজ করার ফলে তাদের অনেক সমস্যার মুখে পড়তে হয়েছিল | উর্দ্ধতন কর্মচারীদের থেকে পাওয়া আদেশ অনুসারে নার্সরা অতিমারি চলাকালীন একাধিক জায়গায় কাজ না করতে চাইলে তাদের আর্থিক অসুবিধার সম্মুখীন হতে হয়েছিল(Philos Trans R Soc Lond B Biol sci 2004)।

PPE সংক্রান্ত সমস্যা

নার্সদের ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম(PPE) এর সীমিত সরবরাহের সাথে কাজ করতে হতো | এরকম পরিস্থিতি নার্সদের ভয় এবং আতঙ্কের দিকে নিয়ে যায় | আবার অন্যদিকে PPE(বিশেষ করে মাস্ক)-এর বিধিনিষেধের অধীনে কাজ করাও নার্সদের সমস্যার একটি প্রধান কারণ বলে দেখা যাচ্ছে | গবেষণা পর্যালোচনায় দেখা যাচ্ছে যে, PPE নার্সের সাথে রোগীর এবং তার সহকর্মীদের সঠিক যোগাযোগের ক্ষেত্রে বাধা হয়ে দাঁড়িয়েছিল | উপরন্তু, PPE- এর সাথে দীর্ঘসময় কাজ করাও নার্সদের উল্লেখযোগ্যভাবে Burn-out-এর দিকে পরিচালিত করেছিল(Nickell LA, Crighton EJ, Tracy CS, et al.,2004)।

কলঙ্ক

নার্সদের মধ্যে অনুভূত কলঙ্ক অতিমারির সময়কালে তাদের সমস্যার আরেকটি উল্লেখযোগ্য কারণ | গবেষণা পর্যালোচনা করে দেখা যাচ্ছে যে,নার্সদের অনুভূত কলঙ্ক স্ট্রেস,মানসিক স্বাস্থ্য,Burn-out এবং Post-traumatic stress disordered (PTSD)- এর স্কোরের সাথে সম্পর্কযুক্ত(Park JS ,Lee EH,Park NR,et al.,2018)।

আইসোলেশন/কোয়ারেন্টাইন

অতিমারির মধ্যে সংক্রমণ কমাবার জন্য আইসোলেশন/কোয়ারেন্টাইন একটি গুরুত্বপূর্ণ ব্যবস্থা | নার্সদের প্রায় বিচ্ছিন্ন ওয়ার্ডে কাজ করতে হয়েছিল সেখানে তারাই রোগীদের একমাত্র যত্ন প্রদানকারী(NZ Med J, 2009) | অনেক প্রয়োজনীয় আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগ এবং সামাজিক সহায়তার অভাবে নার্সরা অলসতা অনুভব করেছিলেন এবং আত্মনিয়ন্ত্রণের অভাব অনুভব করেছিলেন | উপরন্তু, প্রায়শই সংক্রমনের সংস্পর্শে আসা বা সংক্রমিত হওয়ার কারণে তাদের কোয়ারেন্টাইন-এ থাকতে হতো (McMahon S A, Ho Ls,Brown H, et al...,2016) |

ভূমিকার দ্বন্দ্ব

পর্যালোচনায় দেখা যাচ্ছে,অনেক সময় নার্সরা ভূমিকার দ্বন্দ্ব অর্থাৎ স্বাস্থ্য পেশাদার হিসেবে তাদের ভূমিকা এবং পিতা-মাতা বা পরিবারের কর্মী হিসেবে তাদের ভূমিকা এই দুইয়ের মধ্যে ভুগতেন | তারা প্রায়শই তাদের পরিবারের সদস্যদের জন্য একটি সংক্রামক হওয়ার ভয়ে সশঙ্কিত থাকতেন(Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci,2004) | আবার যেসব নার্সদের সন্তান রয়েছে তারা উদ্বেগ,বিষণ্নতা এবং মানসিক যন্ত্রণার উচ্চমাত্রায় থাকতেন।

| এটি পরিহার করার কৌশল তাদেরকে কর্মক্ষেত্রে অনুপস্থিতির দিকে চালিত করেছিল, যা একটি প্রতিষ্ঠানের কর্মক্ষমতাকে বিরূপভাবে প্রভাবিত করেছিল(Robertson E, Hershenfield K, Grace SL,et al.,2004)|

ভুল তথ্য

Covid-19 সম্পর্কিত Myth বা গুজব (যেমন- গরুর মূত্র পান করা,অ্যালকোহল গ্রহণ করা Covid-19 নিরাময় করে,হলুদ ব্যবহার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায়,মাংস খেলে সংক্রমণ হওয়া ইত্যাদি) এড়াতে কিছু পদক্ষেপ নেওয়া দরকার | এবং জনসাধারণের কাছে সঠিক তথ্য ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে দেওয়ার পাশাপাশি ভুল তথ্য সংশোধন করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ | অন্যথায় এগুলি সাধারণ জনগণের মধ্যে Covid সংক্রান্ত উদ্বেগকে বাড়িয়ে তুলবে(Huremovie D, Ny USA ,2019) |

উন্নত তথ্য এবং ই-রিসোর্স সিস্টেম

এটি একটি পাবলিক হেলথ ইনফরমেশন সিস্টেম যা প্রামাণিক এবং ব্যাপক প্রচারের সাথে তুলে ধরা হয় যা উল্লেখযোগ্য ভাবে নার্স এবং জনসাধারণের মানসিক স্বাস্থ্যের উপর ভুল তথ্যের মানসিক প্রভাব কমাতে পারে(Hure movie D, NY USA,2019) | বিচ্ছিন্নতা বা সামাজিক দূরত্বের সময় ইন্টারনেট একটি প্রধান প্ল্যাটফর্ম হিসেবে কাজ করে,যার মাধ্যমে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য এবং সম্পদ সামগ্রী(পাঠ্য,অডিও,ভিডিও) অ্যাক্সেস করা যেতে পারে,যা ইতিবাচক মানসিক স্বাস্থ্য অর্জন এবং বজায় রাখতে সাহায্য করতে পারে(Huang J, Liu F, Teng Z, et al.,2020) |

কম সামাজিক গ্রহণযোগ্যতা

পর্যালোচনায় দেখা গেছে, নার্সরা মাঝারি থেকে অত্যন্ত গুরুতর বিষন্নতার মুখোমুখি হয়েছিলেন এবং মাঝারি থেকে অত্যন্ত গুরুতর যন্ত্রণার সম্মুখীন হয়েছিলেন(Chew NWS, Lee GKH, Tan BYK,et al.,2020) | এর পাশাপাশি সমাজে কম গ্রহণযোগ্যতা নার্সদের মানসিক সমস্যার একটি কারণ | Covid-19 চলাকালীন নার্সদের জন্য সামাজিক কলঙ্ক ছিল আরেকটি চ্যালেঞ্জ | কিছু নার্সদের ক্ষেত্রে তাদের প্রতিবেশীরা তাদের সাথে সহানুভূতি এবং ভদ্র ব্যবহার করলেও,অনেকের ক্ষেত্রে প্রতিবেশীরা তাদের একটি উপদ্রব হিসেবে উপলব্ধি করতেন এবং সংক্রমণের ভয়ে সাধারণত যোগাযোগ এড়িয়ে যেতেন | কিছু ক্ষেত্রে বাড়িওয়ালারা তাদের মাসিক ভাড়া বাড়িয়েছেন,কখনো আবার সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার ক্ষেত্রে নিষ্ঠুর হয়ে উঠেছিলেন | সোশ্যাল মিডিয়ার পোস্টে তাদের কিছু সম্মান দেখানো হলেও বাস্তব জগতে তাদের প্রতি কোনো সম্মান নেই | সংক্রমনের সময় কর্মরত এইসব নার্সদের সমাজ নিচু চোখে দেখলেও তাদের পরিবার

এবং অভিভাবকরা তাদেরকে সম্পূর্ণরূপে সহায়তা করেছেন(Shaharior Rahman Razu, Tasnuva Yasmin, 2021) |

মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা

চিকিৎসাখাতে কর্মরত নার্সরা যেকোনো চিকিৎসার জরুরি পরিস্থিতিতে অবিচলভাবে চিন্তা করতে এবং কাজ করার জন্য প্রশিক্ষিত | এই প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত উত্তরদাতারা উল্লেখ করেছেন যে তাদের Covid-19 অতিমারি চলাকালীন উদ্বেগ,হতাশা,অনিদ্রা এবং আকস্মিক মৃত্যুর ভয় সহ বিভিন্ন মনস্তাত্ত্বিক মোকাবিলা করতে হয়েছিল | নার্সরা তাদের সহকর্মীদের আকস্মিক মৃত্যু দেখে অসহায় অনুভব করেছিলেন | যার ফলে তাদের অনেককেই অনিদ্রার সম্মুখীন হতে হয়েছিল(Shaharior Rahman Razu, Tasnuva Yasmin, 2021) |

ইন্সেন্টিভের অভাব

কর্মরত নার্সরা অতিরিক্ত সময় কাজ করার সত্ত্বেও তাদের কোনো অতিরিক্ত আয় ছিল না | সরকারের পক্ষ থেকে বাড়তি কিছু দেওয়ার প্রতিশ্রুতি দেওয়া হয়েছিল যেমন,সংক্রমণের ক্ষেত্রে চিকিৎসার খরচ প্রদান, নিরাপত্তা নিশ্চিত করার জন্য একটি বিচ্ছিন্ন কক্ষ প্রদান করা | কিন্তু বাস্তবে এর কোনোটাই বাস্তবায়িত হয়নি উপরন্তু, করোনা পরিস্থিতিতে বাড়িওয়ালাদের বাড়তি ভাড়া দিতে হয়েছিল | এছাড়া সরকারি যানবাহন বন্ধ থাকার কারণে বাড়তি যাতায়াত খরচও বৃদ্ধি পেয়েছিল | সরকারি নার্সদের জন্য কর্তৃপক্ষ কর্তৃক প্রদত্ত সুবিধা সন্তোষজনক না হলেও বেসরকারি প্রতিষ্ঠানে কর্মরত নার্সদের অবস্থা আরও করুণ | বেসরকারি প্রতিষ্ঠানে কর্মরত নার্সদের কোনো আর্থিক সুবিধা ছিল না | উত্তরদাতারা সরকারি এবং বেসরকারি প্রতিষ্ঠানের কর্মীদের মধ্যে এই বৈষম্য সম্পর্কে হতাশ ছিলেন(Shaharior Rahman Razu, Tasnuva Yasmin, 2021) |

মোকাবিলা কৌশল

উত্তরদাতারা সকলেই ব্যক্ত করেছেন যে,ঈশ্বরের প্রতি তাদের দৃঢ় বিশ্বাস ছিল | পরিবারের সদস্যদের এবং সহকর্মীদের কাছ থেকে সমর্থনও একটি অপরিহার্য মোকাবেলা প্রক্রিয়া ছিল | নার্সরা সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে সহকর্মীদের সাথে নিয়মিত কথোপকথন বজায় রেখেছিলেন এবং কর্মক্ষেত্রে একে অপরের উপকারী হওয়ার চেষ্টা করেছিলেন | এই সহায়ক পরিবেশ তাদের মানসিক চাপ কমাতে অনেক সাহায্য করেছিল | তারা তাদের পবিত্র শপথের কথা মাথায় রেখে সব সময় তাদের সুস্থতার চেয়ে রোগীদের নিয়ে বেশি চিন্তিত থাকতেন | নার্সরা এই সংকটে একটি বৃহত্তর শক্তিতে বিশ্বাস রাখে এবং নিজেদেরকে মনে করিয়ে দেয় যে তারা মানবতার কল্যাণের জন্য কাজ করেন(Shaharior Rahman Razu, Tasnuva yasmin,2021)|

তৃতীয় অধ্যায়

পদ্ধতিবিদ্যা

এই অধ্যায়নটি ভারতবর্ষের একটি ছোট্ট রাজ্য পশ্চিমবঙ্গের হুগলি জেলার সিঙ্গুরে অবস্থিত দুটি হাসপাতাল 'সিঙ্গুর গ্রামীণ হাসপাতাল' এবং 'সিঙ্গুর ট্রমা কেয়ার সেন্টার'-এর 20 জন নার্সদের নিয়ে পরিচালিত করা হয়েছিল 2022 সালের মে মাসে | গবেষণায় অংশগ্রহণকারীরা প্রত্যেকেই হাসপাতালে পূর্ণকালীন কর্মচারী ছিলেন | গবেষণায় গুণগত বর্ণনামূলক প্রশ্নাবলী পদ্ধতির ব্যবহার করা হয়েছে | গবেষণাটি উদ্দেশ্যমূলক নমুনা পদ্ধতির মাধ্যমে করা হয়েছে,যেটি একটি সম্ভাবনা অ-নির্ভর নমুনার পদ্ধতি | এখানে মুক্ত প্রান্ত ও বদ্ধ প্রান্ত উভয় ধরনের প্রশ্নের মাধ্যমেই তথ্য সংগ্রহ করা হয়েছে |

সম্ভাব্য উত্তরদাতাদের সাথে প্রাথমিক যোগাযোগ করার আগে প্রার্থীদের সুপারিশ করার জন্য দুটি হাসপাতালের প্রধান নার্সের সাথে যোগাযোগ করা হয়েছিল | অনুমতি পাওয়ার পর 20 জন নার্সের মধ্যে 2 জনের সাথে টেলিফোন সাক্ষাৎকার এবং বাকিদের সাথে মুখোমুখি সাক্ষাৎকারের মাধ্যমে তথ্য সংগ্রহ করা হয়েছিল | এছাড়া Google এবং Google Scholar ডেটাবেসের সাহায্যে প্রাপ্ত তথ্য গুলির অনুসন্ধান করে উপস্থাপন করা হয়েছে |

এই অধ্যায়নটিকে তথ্যের প্রাথমিক উৎস হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে |

চতুর্থ অধ্যায়ঃ

তথ্য বিশ্লেষণ

কেস স্টাডি-1 :-

26 বছর বয়সী এই মহিলা হুগলির গুড়াপ-এর বাসিন্দা | ইনি সিঙ্গুর গ্রামীণ হাসপাতালে কর্মরত একজন নার্স | এখানে তিনি দিনে 6-12 ঘন্টা ডিউটি করতেন | দীর্ঘ এই কর্মঘন্টার প্রায় পুরো সময়টাই PPE পড়ে থাকতে হতো | দীর্ঘক্ষন PPE পরার ফলে তিনি শারীরিকভাবে অসুস্থ বোধ করতেন | প্রচন্ড ঘাম,Dehydration এবং দীর্ঘক্ষন অভুক্ত থাকার ফলে ওনার খুবই করুণ পরিণতি হয়েছিল | এরকম পরিস্থিতিতে অসাবধানবশত সংক্রমক রোগীর সংস্পর্শে এসে তিনি কোভিড আক্রান্ত হন | ডাক্তারি পরামর্শ মেনে প্রয়োজনীয় ওষুধ খেয়ে এবং কোয়ারেন্টাইনে থেকে তিনি সুস্থ হন | পরিবারের লোক এবং আত্মীয়রা করোনা পরিস্থিতিতে ওনার সাথে খুবই সাধারণ ব্যবহার করতেন এবং প্রয়োজনীয় সহায়তা করতেন | ইনি PPE পরে বিভিন্ন প্রটোকল মেনে রোগীর দেখাশোনা করতেন | ইনি সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সাধারণ মানুষকে সচেতন করে নিজের দায়িত্ব-কর্তব্য পালন করতেন |

কেস স্টাডি-2 :-

সিঙ্গুরের 34 বছর বয়সের এই মহিলা সিঙ্গুর গ্রামীণ হাসপাতাল-এ বহুদিন ধরে কর্মরত | কোভিড অতিমারির সময়ে তিনি 6 ঘন্টা বা কখনো 12 ঘন্টা ডিউটি করতেন | এই সময় তিনি 2-¾ ঘন্টা PPE পড়ে রোগীর সামগ্রীক যত্ন প্রদানের মাধ্যমে তাদের দেখাশোনা করতেন | রোগীর সংস্পর্শে আসার ফলে সংক্রমনের ভয় ওনার মধ্যে প্রকট ছিল | লকডাউন চলাকালীন যানবাহন (পাবলিক বাস,ট্রেন,অটো প্রভৃতি) বন্ধ থাকার কারণে নিজে ব্যক্তিগতভাবে গাড়ি ভাড়া করে হাসপাতালে যেতেন | তাই সেই সময়ে ওনার কোনো বাড়তি আয়ের এর বদলে বাড়তি খরচই বেশি হত | দীর্ঘক্ষন PPPE ব্যবহারের ফলে তিনি খুবই ক্লান্ত বোধ করতেন | প্রচন্ড গরম,ঘাম এবং দীর্ঘ সময় জলপান না করার ফলে শরীর জলশূন্য হয়ে পড়তো এবং দীর্ঘ সময় শৌচকর্ম না করতে পারায় শরীরে নানা অস্বস্তির সৃষ্টি হত | রোগীদের পরিষেবা দেওয়াকালিন ইনি একবার কোভিড আক্রান্ত হয়েছিলেন |

কেস স্টাডি-3 :-

সিঙ্গুর ট্রমা কেয়ার হাসপাতালে কর্মরত 56 বছর বয়সি এই নার্স পূর্ব মেদিনীপুর জেলার বাসিন্দা | কর্মসূত্রে ইনি সিঙ্গুরের একটি ফ্ল্যাটে থাকেন | অতিমারির সময়ে ট্রমা সেন্টারের কোভিড রোগীদের অতি যত্নের মাধ্যমে দেখাশোনা করতেন এবং তাদের মনের জোর বাড়ানোর চেষ্টা করতেন | সেখানে ওনাকে সাধারণ কাজের সময়ের থেকে বেশিক্ষণ কাজ করতে হত এবং তার মধ্যে টানা 4-6 ঘন্টা PPE ব্যবহার করতে হত | দীর্ঘক্ষন PPE এবং মাস্ক ব্যবহারের ফলে তিনি শারীরিকভাবে দুর্বল হয়ে পড়েছিলেন | প্রচন্ড ঘাম এবং দীর্ঘ সময় জল খেতে না পেরে উনি নানা রোগের কবলে পড়েন এবং দীর্ঘ সময় মাস্ক পরে কাজ করার জন্য উনি এখন হার্টের সমস্যায় ভুগছেন | ওনার পাড়ার লোক,আত্মীয়স্বজন এবং পরিবারের লোক ওনার সাথে খুব সহায়তা করতেন অথচ ওনার বাড়িওয়ালা ওনাকে ভাড়া বেশি দেওয়ার জন্য জোর করতেন | ইনি সরকারের কোনো সুবিধা বা সম্মান না পাওয়ার জন্য মনে মনে রুষ্ট ছিলেন | কোভিড রোগী ছাড়া বাকিদেরও তিনি মাস্ক,স্যানিটাইজার হ্যান্ডওয়াশ ব্যবহারের পরামর্শ দিতেন এবং সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখতে বলে সচেতন করতেন | সর্বশেষে বলা যায়, নার্সরা কোভিড রোগীদের যত্ন ও সহায়তার ক্ষেত্রে অনেক তৎপর ছিলেন |

পঞ্চম অধ্যায়

উপসংহার

বর্তমান গবেষণায় দেখা যাচ্ছে যে,Covid-19 অতিমারি চলাকালীন নার্সদের অনেক ধরনের সমস্যার সম্মুখীন হতে হয়েছিল |Covid-19 স্বাস্থ্য সংকট নার্স এবং তার সহকর্মীদের বিরুদ্ধে সহিংসতা বাড়িয়ে তুলেছিল | বর্তমান মহামারীর বিরুদ্ধে লড়াইয়ে নার্সরা অপ্রত্যাশিত ভূমিকা পালন করেছিল | অতিমারি চলাকালীন এই প্রথম কোভিড সংক্রান্ত উচ্চ Burn-out- এর সন্ধান পাওয়া গেছে | উদ্বেগ,বিষন্নতা,শারীরিক ক্লান্তি,Burn-out,পর্যাপ্ত PPE-এর অভাব,কাজের চাপ,ভুল তথ্য,সামাজিক উপেক্ষা,সংক্রমনের ভয় নার্সদের প্রতিকূলতার মধ্যে ফেলেছিল | এছাড়াও তাদের প্রাথমিক যেসব জৈবিক চাহিদা রয়েছে যেমন- ক্ষুধা-তৃষ্ণা নিবৃত্তি,শৌচকর্ম এগুলি সময়মতো করতে না পারা এবং দীর্ঘক্ষন PPE পরার ফলে প্রচন্ড ঘাম,অস্বস্তি ও হাঁপানির মতো রোগ তাদের ওপর প্রচণ্ড চাপের সৃষ্টি করেছিল |

Covid-19 প্রাদুর্ভাব স্বাস্থ্যসেবা খাতকে অভূতপূর্ব চ্যালেঞ্জের মধ্যে ফেলেছিল | সমাজের এই খারাপ সময়ে সমাজের গুরুত্বপূর্ণ সম্পদ সংরক্ষণ করার জন্য নার্সদের সুস্থতা নিশ্চিত করা অপরিহার্য | নার্সদের শারীরিক এবং মানসিক উভয় স্বাস্থ্যের জন্য পর্যাপ্ত সংস্থান দিয়ে সমর্থন করা দরকার | অনুমান করা যায় যে, ব্যক্তিগতকৃত পদ্ধতিতে মনস্তাত্ত্বিক স্থিতিস্থাপকতাকে শক্তিশালী করা সামাজিক যত্ন কর্মীদের প্রতিকূল মানসিক স্বাস্থ্যের ফলাফল থেকে রক্ষা করতে কার্যকর হতে পারে | সংক্রমনের ভয় দূর করতে সরকারকে নার্সদের সুরক্ষা নিশ্চিত করা প্রয়োজন | নার্সদের পর্যাপ্ত PPE সরবরাহ করা হলো একটি প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা যা নার্সদের নিরাপদ রাখতে এবং তাদের সংক্রমিত হওয়ার ভয় কমাতে সাহায্য করতে পারে | তাদের কাজের চাপ কমানোর জন্য একে অপরকে সমর্থন করা এবং অতিমারি চলাকালীন কর্মক্ষেত্রে অভিযোজনের পরামর্শ প্রদান করা উচিত |

এটি মনে করা হয় যে,কর্মীদের সামাজিক এবং সাংগঠনিক প্রতিশ্রুতিগুলি কার্যত প্রশিক্ষণ ক্লাস বা জাতীয় ও আন্তর্জাতিক মিডিয়া যেমন-রেডিও,টেলিভিশন এবং সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে বাড়ানো উচিত | ভবিষ্যতে এরকম স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সমস্যার মোকাবিলা করার জন্য আরো ভালো বিকাশ,প্রস্তুতি এবং প্রতিক্রিয়া ব্যবস্থার জন্য নার্সদের অভিজ্ঞতাগুলি অন্বেষণ করার জন্য আরো গবেষণা প্রয়োজন |

সীমাবদ্ধতা:-

- সাক্ষাৎকার গ্রহণকারীদের কাছে গবেষণার বিষয়বস্তুর কথা জানাবার পর অনেকে সাক্ষাৎকার দিতে অনিচ্ছা প্রকাশ করেছেন |
- দিনের বেশিরভাগ সময়ে নার্সরা কাজে ব্যস্ত থাকার দরুন যখন-তখন গবেষণাটি করা যায়নি |
- খুব সীমিত সময়ের জন্য গবেষণাটি বেশি বিস্তৃত করতে পারা সম্ভব হয়নি |
- গবেষণাটি খুবই স্বল্প স্থানের মধ্যে করার ফলে এটি বেশি বিস্তার লাভ করেনি |

- পরিবারের আর্থিক অবস্থা দুর্বল হওয়ার ফলে গবেষণাটি খুব কম খরচে করতে হয়েছে।

সুপারিশ:-

গবেষণাটি সিঙ্গুরে অবস্থিত দুটি হাসপাতালের 20 জন নার্সদের নিয়ে সংগঠিত করা হয়েছিল। যদি এই গবেষণাটি সিঙ্গুর ছাড়া বাইরের আরো কোনো বড় হাসপাতালের বেশি সংখ্যক নার্সদের নিয়ে করা যেত তাহলে গবেষণার ক্ষেত্রে আরও বেশি তথ্য সংগ্রহ করা যেত। অর্থাৎ সিঙ্গুর ছাড়া অন্য জায়গার নার্সদের উপর কোভিড-এর কি সামাজিক প্রভাব পড়েছিল সে সম্পর্কে অপেক্ষাকৃত বেশি তথ্য লাভ সম্ভব হতো।

এছাড়াও যদি শুধুমাত্র নার্স ছাড়া সমাজের সাধারণ নাগরিকদের মধ্যেও এই গবেষণাটি করা হতো তাহলে তাদের মনে নার্সদের প্রতি কিরকম মানসিক ধারণা রয়েছে সে সম্পর্কে তথ্য লাভ করা সম্ভব হতো।

Appendices

Bibliography

1. Mamidipalli Sai Spoorthy, Sree Karthik Pratapa,Suproya Mahant, 2020, *Asian Journal of psychiatry* .
2. Ruchira W Khasne, Bhagyashree S Dhakulkar, [...], and Atul P Kulkarni, 2020, *Indian Journal of Critical Care Medicine.*
3. Shaharior Rahman Razu, Tasnuva Yasmin, Taimia Binte Arif et al.,2021, Challenges Faced by Healthcare Professionals During the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Inquiry From Bangladesh of *ORIGINAL RESEARCH article* :Bangladesh.
4. Harley Windo Setiawan, Ika Nur Pratiwi, Lai Latun Nimah,2021,*The Journal of Health Care Organization , Provision and Financing* : Indonesia.
5. De Kock,J.H , Latham, H.A, Leslie, S.J et al.,2021, A rapid review of the impact of Covid-19 onthe mental health of health care workers.
6. Khanal P, Devkota N, Dahal M et al., 2020, Mental health impacts among health workers during Covid-19 in a low resource setting .
7. Resin F, Havlioglu S, Gur SC ,2021, Mental wellbeing and social support perception of nurses working in a Covid-19 pandemic hospital. Psychiatry Care.
8. Giovanni Sotgiu, Claudia C.Dobler, 2020, *European Respiratory Journal.*
9. Karthikeyan P Iyengar, Vijay Kumar Jain,Raju Vaishya,2020, *Postgraduate Medical Journal* : New Delhi.
10. Al Thoboity A.a.,Alshammari F.b.,2020. *Dubai Medical Journal* : Dubai.

11. Kutoane M, Brysiewicz P, Scott T, 2021, Interventions for managing professional isolation among health professionals in low resource environments: A scoping review. *Health Science Reports.*
12. Judith E. Arnetz, Courtney M. Goetz,[...],and Eamon Arble,2020, *International Journal of Environmental Research and Public Health.*
13. O'Donnell,CA, JAberdeen,H.& Watt, GC, 2010, Practice nurses workload, Career intentions and the impact of professional isolation: A cross sectional survey .
14. R.M., El-Shafei, D.A., 2021 Occupational stress, job satisfaction, and intent to leave: nurses working on front lines during COVID-19 pandemic in Zagazig City, Egypt.
15. Giovanni Sotgiu , Claudia C. Dobler, 2020, Social Stigma in the time of Coronavirus, *European Respiratory Journal* .
16. Tulay Kilinc , Asli sis Celik, 2021, Relationship between the social support and psychological resilience levels perceived by nurses during the Covid-19 pandemic: A study from Turkey.
17. Aghalari Z, Dahms HU, Jafarian S,et al.,2021, Evaluation of organizational and social commitments and related factors during the Coronavirus pandemic of healthcare workers in northern Iran.

গবেষণা প্রশ্নাবলী

1. নাম
2. বয়স
3. ঠিকানা
4. লিঙ্গ- পুরুষ / মহিলা / অন্যান্য
5. বৈবাহিক অবস্থা- বিবাহিত / অবিবাহিত / বিধবা / বিচ্ছেদ
6. শিক্ষাগত যোগ্যতা- মাধ্যমিক পাস / উচ্চমাধ্যমিক পাশ / স্নাতক / অন্যান্য
7. বেতন (যদি আপনি বলতে চান)-
8. পরিবারের সদস্য-
9. কোন হাসপাতালে সঙ্গে যুক্ত-
10. Covid-duty- তে কোনো বাড়তি আয় হতো না? হ্যাঁ / না
11. ভ্যাকসিন দেওয়ার দায়িত্ব কি আপনার ছিল? হ্যাঁ / না
12. নিজেদের শরীর সুস্থ রাখার জন্য কি ওষুধ বা কি protection ব্যবহার করতেন?
13. কোভিড রোগীদের দেখাশোনার দায়িত্ব কি আপনার ছিল? হ্যাঁ / না
14. কিভাবে দায়িত্ব সামলাতেন? (হ্যাঁ হলে)
15. আপনি কিসে করে Duty-তে যেতেন?
16. Covid- এ কাউকে মারা যেতে দেখেছেন?
17. Covid রোগীদের মনের জোর বাড়ানোর জন্য কিছু করতেন?
18. কি করতেন? (হ্যাঁ হলে)
19. আপনি কি PPE KIT পরতেন? হ্যাঁ/ না
20. কতক্ষণ PPE KIT পরতে হতো? (হ্যাঁ হলে)
21. PPE KIT পরার অভিজ্ঞতা কেমন? (হ্যাঁ হলে)
22. দিনে কতক্ষণ Duty করতেন?
23. আপনি কি Covid- এ আক্রান্ত হয়েছিলেন? হ্যাঁ / না
24. কিভাবে সুস্থ হলেন? (হ্যাঁ হলে)
25. পরিবার ও বন্ধুদের থেকে কি নিজেকে দূরে রাখতেন? হ্যাঁ / না
26. আপনার বাড়ির লোক বা আত্মীয়রা আপনার সাথে কেমন ব্যবহার করত?
27. আপনার পাড়াতে আপনাকে কি প্রবেশে বাধা দিত বা Avoid করত? হ্যাঁ / না
28. সরকারি কোন সুবিধা পেয়েছেন? হ্যাঁ / না
29. সরকারি বা বেসরকারি কোন সম্মান পেয়েছেন? হ্যাঁ / না

30. যখন মেডিকেল স্টাফেদের সম্মান জানাতে ফুলছড়া বা থালা বাজানো হয়েছিল তখন আপনার কেমন অনুভূতি হয়েছিল?

31. Covid রোগী ছাড়া অন্য কোন রোগীর পরিষেবা দিতেন? হ্যাঁ/ না

32. বাকিদের কিভাবে সচেতন করতেন?