


গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার  
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়  
(জনস্বাস্থ্য-৩ অধিশাখা)  
বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা।

নং-৪৫.১৬২.০০১.০০.০০.০০১.২০১৩-১৩২

তারিখঃ ০৭.০৭.২০১৪ খ্রিঃ

বিষয়ঃ মন্ত্রণালয়ের ওয়েব সাইটে প্রতিরোধ নীতির খসড়া প্রকাশ সংক্রান্ত।

উপর্যুক্ত বিষয়ে “ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতি, ২০১৪” সংক্রান্ত বিধিমালার খসড়া এবং বিজ্ঞপ্তি মন্ত্রণালয়ের ওয়েব সাইটে কমপক্ষে ০১(এক) মাস রাখার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণের জন্য নির্দেশক্রমে অনুরোধ করা হলো।

  
০৭/০৭/২০১৪  
(মোঃ আব্দুর রহিম)  
উপসচিব  
ফোনঃ-৯৫৪০৬৫৪

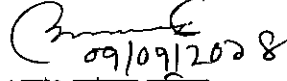
সিস্টেম এনালিস্ট,  
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়  
বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা।

অনুলিপিঃ

- ১। উপসচিব (প্রশাসন-২ অধিশাখা), স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়।
- ২। যুগ্মসচিব (জনস্বাস্থ্য) মহোদয়ের ব্যক্তিগত কর্মকর্তা, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়।

## বিজ্ঞপ্তি

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয় হতে ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতি, ২০১৪ শিরোনামে বিধিমালা প্রণয়ন করা হচ্ছে। সে অনুযায়ী প্রস্তাবিত বিধিমালার খসড়া মন্ত্রণালয়ের ওয়েব সাইটে ([www.mohfw.gov.bd](http://www.mohfw.gov.bd)) রাখা হয়েছে। বিজ্ঞপ্তি প্রকাশের দিন থেকে ২১(একুশ) দিন পর্যন্ত এ বিষয়ে সর্বসাধারণের মতামত আহ্বান করা যাচ্ছে। মতামত [dsph3@mohfw.gov.bd](mailto:dsph3@mohfw.gov.bd) মেইলে এবং মন্ত্রণালয়ের সচিব বরাবর লিখিতভাবে জানানো যাবে।

  
০৭/০৭/২০১৪  
(মোঃ আব্দুর রহিম)  
উপসচিব

# জাতীয় ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতি ২০১৪

## সংশোধিত খসড়া

### প্রস্তাবনাঃ

সাম্প্রতিক গবেষণায় দেখা গেছে যে, জীবনযাপন পদ্ধতির (সঠিক খাদ্যাভাস ও পরিমিত শারিরিক শ্রম) উন্নয়নের মাধ্যমে এক তৃতীয়াংশ ক্ষেত্রে ডায়াবেটিক প্রতিরোধ করা সম্ভব। আর এই সবকিছুর জন্য প্রয়োজন গণসচেতনতা। মহামারী আকারে বিরাজমান ডায়াবেটিক প্রতিরোধে সর্বাঙ্গিক উদ্যোগ গ্রহণ ও কার্যকারী পদক্ষেপ নেওয়ার লক্ষ্যে একটি জাতীয় নীতিমালা থাকা আবশ্যিক।

### প্রেক্ষাপটঃ

পৃথিবী জুড়েই ডায়াবেটিস বেড়ে যাচ্ছে, বর্তমানে মহামারী আকারে এর বিস্তারলাভ ঘটছে। বাংলাদেশসহ দক্ষিণপূর্ব এশিয়ার দেশগুলোতে খুব কম বয়সে টাইপ-২ ডায়াবেটিসে আক্রান্ত হবার হার আতংকজনক হারে বেড়ে যাচ্ছে। এর প্রধান কারণ অতিদ্রুত নগরায়ন। দ্রুত নগরায়নের ফলে পারিবারিক অবস্থা এবং মানুষের জীবনযাত্রার পদ্ধতিও বদলে যাচ্ছে। শারিরিক পরিশ্রমের অভাব, চর্বি ও শর্করা সমৃদ্ধ খাদ্য গ্রহণ, অতিরিক্ত খাওয়া, ক্যালরীয়ুক্ত ফাস্টফুড ও কোমল পানীয় গ্রহণের অভ্যাস গড়ে উঠায় মানুষের মধ্যে মোটা হয়ে যাওয়ার প্রবণতা দেখা দিয়েছে। আর এ ধরনের লোকদেরই ডায়াবেটিস আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেশী। ডায়াবেটিস প্রধানত চার ধরনেরঃ

ক) টাইপ-১

খ) টাইপ-২

গ) গর্ভকালীন ডায়াবেটিস

ঘ) অন্যান্য বিশেষ ধরনের ডায়াবেটিস

অন্যান্য দেশের তুলনায় ব্যতিক্রমভাবে বাংলাদেশে মোট ডায়াবেটিস রোগীর প্রায় ৯৫% টাইপ-২ ডায়াবেটিসে আক্রান্ত। কিন্তু টাইপ-২ ডায়াবেটিসে আক্রান্ত হওয়া এবং ডায়াবেটিস জনিত দীর্ঘকালীন জটিলতা প্রতিরোধ ও হাস করা সম্ভব।

২০০৬ সালের ২০ ডিসেম্বর জাতিসংঘ প্রতি বছর “১৪ নভেম্বর”কে বিশ্ব ডায়াবেটিস দিবস হিসেবে পালনের সিদ্ধান্ত গ্রহণ করে (ইউএন রেজুলেশন ৬১/২২৫)। বাংলাদেশের জন্য এটা অত্যন্ত গৌরবের এ জন্য যে, আন্তর্জাতিক দিবস হিসেবে এ দিবসটির স্বীকৃতি লাভ করার পেছনে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে বাংলাদেশ। বাংলাদেশ ডায়াবেটিক সমিতির অনুরোধে বাংলাদেশ সরকার প্রতি বছর ‘বিশ্ব ডায়াবেটিস দিবস’ পালনের জন্য জাতিসংঘে প্রস্তাব করে। এর ফলে গত ২০০৭ সাল থেকেই জাতিসংঘের সকল সদস্য রাষ্ট্রে প্রতি বছর ১৪ নভেম্বর জাতিসংঘের একটি দিবস হিসেবে ‘বিশ্ব ডায়াবেটিস দিবস’ পালিত হচ্ছে। জাতিসংঘের রেজুলেশন অনুযায়ী জাতিসংঘের প্রতিটি সদস্য রাষ্ট্রকে ডায়াবেটিস প্রতিরোধে গণসচেতনতা সৃষ্টির জন্য একটি জাতীয় নীতিমালা (ন্যাশনাল পলিসি) গ্রহণের নির্দেশ দেয়া হয়েছে। ২০১১ সালের সেপ্টেম্বর মাসে অসংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধের বিষয়ে জাতিসংঘের শীর্ষ সম্মেলনে যে ঘোষণা গৃহীত হয়েছে সেখানেও অন্যতম অসংক্রামক রোগ ডায়াবেটিস প্রতিরোধে জাতীয় পর্যায়ে কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহণের সুপারিশ করা হয়েছে।

বাংলাদেশে বর্তমানে ৮৪ লক্ষেরও বেশী লোক ডায়াবেটিসে আক্রান্ত বলে ধারণ করা হয়। এ অবস্থায়, এ রোগ সম্পর্কে গণসচেতনতা বৃদ্ধির জন্য বিভিন্ন কর্মসূচি গ্রহণ করা একান্ত প্রয়োজন। সারা বিশ্বে ডায়াবেটিস বেড়ে যাওয়ার অন্যতম কারণ নগরায়ণ। এর ফলে ডায়াবেটিস ছাড়াও উচ্চ রক্তচাপ, হার্ট এটাক ও স্ট্রোকসহ নানা রোগের প্রকোপ দেখা দিয়েছে। সাধারণত শরীর মোটা হয়ে গেলে ইনসুলিনের কার্যকারিতা কমে যায়। এ অবস্থায় ডায়াবেটিসের কবল থেকে ভবিষ্যৎ প্রজন্মকে বাঁচাতে এখনই প্রয়োজনীয় কর্মসূচি ও উদ্যোগ গ্রহণ জরুরী।

**উদ্দেশ্য:****জাতীয় ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতির সুনির্দিষ্ট****উদ্দেশ্যসমূহ নিম্নরূপ:**

১. মহামারী আকারে ধাবমান ডায়াবেটিসকে প্রতিরোধের ক্ষেত্রে জনসচেতনতা সৃষ্টি করা
২. ডায়াবেটিসকে যে প্রতিরোধ করা যায় এ ব্যাপারে সকলকে অবহিত করা
৩. ডায়াবেটিস প্রতিরোধের উপায় উদ্ভাবন ও কৌশল নির্ধারণ
৪. কৌশল বাস্তবায়নে সরকার ও বেসরকারী খাতে সমন্বিত উদ্যোগ গ্রহণ
৫. ডায়াবেটিস প্রতিরোধ ও সীমিতকরণের জন্য অধিকার ও মর্যাদার ভিত্তিতে ব্যক্তিগত ও সমষ্টিগত উদ্যোগ গ্রহণে অবকাঠামো ও পরিবেশ সৃষ্টি করা

**জাতীয় ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতির মূল লক্ষ্য**

**প্রথমঃ** বাংলাদেশে ডায়াবেটিসের ব্যাপকতা নির্ধারণে প্রয়োজনীয় সরকারী ও বেসরকারী উদ্যোগ গ্রহণ।

**দ্বিতীয়ঃ** সমাজের সর্বস্তরের মানুষকে ডায়াবেটিস মহামারী আকারে বিস্তারের কারণ এবং এর ভয়াবহতা সম্পর্কে অবহিত করে তাদেরকে ডায়াবেটিস প্রতিরোধে স্বউদ্যোগী করে তোলা

**তৃতীয়ঃ** জনসাধারণ, বিশেষ করে গ্রাম ও শহরের ধনী দরিদ্র নির্বিশেষে সকলের জীবন যাপন পদ্ধতি প্রক্রিয়ায় গুনগত পরিবর্তন এনে ডায়াবেটিস প্রতিরোধে এগিয়ে আসা নিশ্চিত করা

**চতুর্থঃ** ডায়াবেটিস এর ব্যাপারে আগাম সতর্কতা অবলম্বনের সুবিধার্থে নিয়মিত রক্তসহ আনুসঙ্গিক পরীক্ষা নিরীক্ষার সুযোগ সৃষ্টি করা

**পঞ্চমঃ** ডায়াবেটিস প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণে পরামর্শ তথা চিকিৎসা সেবা প্রাপ্তি নিশ্চিত করা।

**ষষ্ঠঃ** ডায়াবেটিস প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণে পরামর্শ তথা চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত করার লক্ষ্যে ইউনিয়ন থেকে জাতীয় পর্যায়ের প্রতিনিধি স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানে ডায়াবেটিস কর্নার প্রতিষ্ঠান করা। জাতীয়ভাবে ডায়াবেটিস রোগীর সমন্বিত সেবা প্রদানের লক্ষ্যে একটি সরকারী বিশেষায়িত হাসপাতাল স্থাপনের উদ্যোগ গ্রহণ।

**জাতীয় ডায়াবেটিস প্রতিরোধ নীতির লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য অর্জনের মূল নীতি ও কর্মকৌশল সমূহ****নীতি ও কর্মকৌশল****১। শিশু কিশোরদের মধ্যে স্বাস্থ্যপ্রদ জীবন যাপন সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি**

ভবিষ্যতের নাগরিক শিশু কিশোরদের মধ্যে ডায়াবেটিসসহ অন্যান্য অসংক্রামক রোগ ব্যাধি সম্পর্কে সচেতন করে তুলতে প্রাথমিক ও মাধ্যমিক পর্যায়ের পাঠ্য-পুস্তকে স্বাস্থ্য সচেতনতা এবং ডায়াবেটিস প্রতিরোধ সম্পর্কে সচেতনতামূলক রচনা বা নিবন্ধ অন্তর্ভুক্ত করার জন্য সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে নির্দেশ দেয়া।

**২। ফাস্ট ফুড ও কোমল পানীয় ব্যবহার নিরুৎসাহিত করণ**

ফাস্টফুড ও কোমল পানীয়ের প্রতি আগ্রহ আসক্তির ক্ষতিকর দিকে দৃষ্টি আকর্ষণার্থে ক্যালরিবহুল ফাস্টফুড ও কোমল পানীয়ের গায়ে যাতে এগুলোর খাদ্যমান (বিশেষ করে, ট্রান্সফ্যাট) উল্লেখ থাকে তার জন্য সংশ্লিষ্ট কোম্পানিগুলোকে নির্দেশ দেয়া। শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের কেন্দ্রিনে এসব খাবারের সরবরাহ নিরুৎসাহিত করার জন্য শিক্ষা মন্ত্রণালয় থেকে নির্দেশ দেয়া।

**৩। ধূমপান নিয়ন্ত্রণ**

ধূমপান ডায়াবেটিসকে ডেকে আনে। বাংলাদেশে ধূমপানের ক্ষতি সম্পর্কে জনগণকে সচেতন করার লক্ষ্যে সরকারের গৃহীত কর্মসূচির বাস্তবায়ন জোরদার করা।

**৪। সচেতনতামূলক প্রচার প্রচারণা**

সচেতনতামূলক শ্লোগান সম্পন্ন সাইনবোর্ড, বিলবোর্ড ইত্যাদি বিভিন্ন খোলা/উন্মুক্ত জায়গায় স্থাপন করা এবং রেডিও ও টিভি চ্যানেলের মাধ্যমে সচেতনতামূলক অনুষ্ঠান ও শ্লোগান প্রচারের ব্যবস্থা করার জন্য সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে নির্দেশ দেয়া।

**৫। বিদ্যায়তনে শরীর চর্চার সুযোগ সুবিধা**

নতুন স্কুল-কলেজ প্রতিষ্ঠার অনুমতি দেয়ার সময় স্কুল-কলেজগুলো যাতে খেলার মাঠের ব্যবস্থা রাখে সে ব্যাপারে বাধ্যবাধকতা আরোপ করার জন্য সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে নির্দেশ দেয়া। এ ছাড়া, যেসব স্কুল বা কলেজের খেলার মাঠ নেই সেসব স্কুল-কলেজ এককভাবে না পারলেও কয়েকটি স্কুল-কলেজ যাতে সম্মিলিতভাবে ছাত্রছাত্রীদের জন্য একটি খেলার মাঠের ব্যবস্থা করতে পারে সে জন্য সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষের দৃষ্টি আকর্ষণ করা।

## ৬। হেলথ ক্লাব

জনগণের মধ্যে সুস্বাস্থ্য অর্জনে আগ্রহী করে তোলার লক্ষ্যে এলাকাভিত্তিক ওয়াকিং ক্লাব, সুইমিং ক্লাব, জগিং ক্লাব বা স্পোর্টস ক্লাব গড়ে তোলার ব্যাপারে উৎসাহিত করা এবং এ ব্যাপারে তাদেরকে সহযোগিতা করার জন্য স্থানীয় সরকার বিশেষ করে জেলা প্রশাসকদেরকে নির্দেশ দেয়া।

## ৭। নগর পরিকল্পনা

শহরের রাস্তাগুলো যাতে লোকজনের হাঁটাচলার উপযোগী থাকে সে জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে নির্দেশ দেয়া। এছাড়া, হাউজিং কোম্পানীগুলোকে নতুন প্লটের অনুমতি দেয়ার সময় লোকজন যাতে সেখানে সচ্ছন্দে হাঁটাচলা করতে পারে সে জন্য পর্যাপ্ত রাস্তা তৈরির বিধান রাখা।

## ৮। হাসপাতাল ও ক্লিনিকে স্বাস্থ্য-শিক্ষা

হাসপাতাল ও ক্লিনিকগুলো যাতে রোগীদেরকে স্বাস্থ্য-শিক্ষা দেয়ার ব্যবস্থা রাখে সে জন্য তাদেরকে প্রয়োজনীয় নির্দেশ দেয়া।

## ৯। ধর্মীয় উপাসনালয়ের ভূমিকা

বিভিন্ন ধর্মীয় উপাসনালয়ে (যেমন মসজিদে খুতবার সময়) যাতে ডায়াবেটিস প্রতিরোধ ও সুস্বাস্থ্য রক্ষা সংক্রান্ত সচেতনতামূলক বক্তৃতা করা হয় সে ব্যাপারে সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে (বিশেষ করে, মসজিদের ইমাম, গির্জা যাজক ও মন্দিরের পুরোহিতদের) উৎসাহিত করা।

## ১০। মুঠোফোনের মাধ্যমে

বাংলাদেশে বর্তমানে প্রায় ৭ কোটি লোক মোবাইল ফোন ব্যবহার করেন। মোবাইল ফোনের গ্রাহকদেরকে এ ব্যাপারে সচেতন করে তুলতে মোবাইল অপারেটরদের ব্যবহার করা যেতে পারে। সপ্তাহে অন্তত ৩০ সেকেন্ড সময় যাতে তারা ডায়াবেটিস সংক্রান্ত সচেতনতামূলক বক্তব্য এসএমএস-এর মাধ্যমে মোবাইল ব্যবহারকারীকে পাঠানোর ব্যবস্থা রাখে তার জন্য প্রয়োজনীয় নির্দেশ দেয়া।

## ১১। জনসমাগম পরিবেশে তথ্যকেন্দ্র

নিত্য জনসমাগম হয় এমন স্থানে বিশেষ করে, বিমানবন্দর, বাস স্টেশন, লঞ্চঘাট, রেলওয়ে স্টেশন ইত্যাদি জায়গায় ডায়াবেটিস প্রতিরোধ ও ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণ সংক্রান্ত তথ্যকেন্দ্র স্থাপনের উদ্যোগ নেয়া।

## ১২। জাতীয় পুরস্কার প্রবর্তন

স্বাস্থ্য সচেতনতা ও ডায়াবেটিস প্রতিরোধে সচেতনতা সৃষ্টিতে সারা বছর ভূমিকা রাখতে বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানকে উৎসাহিত করার লক্ষ্যে এ ক্ষেত্রে অবদান রাখার জন্য জাতীয় পুরস্কার প্রদানের বিধান রাখা।

## ১৩। চলচ্চিত্র পুরস্কার

চলচ্চিত্র একটি জনপ্রিয় মাধ্যম। প্রতি বছর এ মাধ্যমে জাতীয় পুরস্কার দেয়া হয়। চলচ্চিত্র পুরস্কারের ক্ষেত্রে অন্যান্য বিবেচনার পাশাপাশি জনস্বাস্থ্য সচেতনতা ও ডায়াবেটিস প্রতিরোধে সচেতনতা সৃষ্টির বিষয়টি যুক্ত করা।

## ১৪। মাতৃপুষ্টি

গর্ভবতী মায়েদের অপুষ্টি রোধে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নেয়া। গর্ভবতী মায়েদের অপুষ্টি থাকলে তাদের সন্তানদের ভবিষ্যতে ডায়াবেটিস হবার ঝুঁকি অনেক বেশি।

## ১৫। গর্ভকালীন ডায়াবেটিস

গর্ভকালীন অবস্থায় প্রথম ডায়াবেটিস ধরা পড়লে তা ঠিক মত নিয়ন্ত্রণে না রাখলে মা ও শিশুর মৃত্যু কিংবা শিশুর বিকলাঙ্গ হওয়াসহ মায়েদের প্রসবকালীন নানান জটিলতা সৃষ্টি হতে পারে। এছাড়া ভবিষ্যতে মা ও শিশুর ডায়াবেটিস হওয়ার সম্ভাবনাও অনেক বেড়ে যায়। তাই গর্ভকালীন সময়ে ডায়াবেটিস নির্ণয় ও নিয়ন্ত্রণে জনসচেতনতা সৃষ্টি করা।

## ১৬। বিশ্ব ডায়াবেটিক দিবস জাতীয়ভাবে উদযাপন

১৪ নভেম্বর বিশ্ব ডায়াবেটিক দিবসকে জাতীয় ভাবে উদযাপনের নির্দেশনা দেওয়া।

## ১৭। কমিউনিটি ক্লিনিকের ভূমিকা

কমিউনিটি ক্লিনিকগুলোকে ডায়াবেটিস প্রতিরোধ বিষয়ে সচেতনতা বৃদ্ধিতে বিশেষ ভূমিকা পালনের নির্দেশ দেয়া।

## ১৮। সমন্বিত প্রতিরোধ ও চিকিৎসা ব্যবস্থা

বিভিন্ন সরকারী এবং বেসরকারী স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানসমূহের সমন্বয়ে ডায়াবেটিস এবং ডায়াবেটিসের ঝুঁকিপূর্ণ আচরণসমূহের নিয়মিত Surveillanceও সমীক্ষা করে একটি সমন্বিত ডায়াবেটিস-প্রতিরোধ ও চিকিৎসা ব্যবস্থা প্রণয়ন করা।