

লাইফস্টাইল

গরুর মাংস খেয়ে অ্যালার্জি হলে যা করবেন



প্রতিবেদক: লাইফস্টাইল ডেস্ক

প্রকাশের তারিখ: বুধবার, ১৫ জুলাই ২০২৬, ০৯:০১ PM



কুরবানির ঈদে বাড়ালির ঘরে ঘরে নানা পদের মাংসের আয়োজন থাকে। তবে উৎসবের আমেজে পছন্দের গরুর মাংস খাওয়ার পর অনেকের শরীরেই হঠাৎ অ্যালার্জির তীব্র প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। চিকিৎসকদের মতে, গরুর মাংসের প্রোটিনের কারণে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা অতিসংবেদনশীল হয়ে উঠলে এই সমস্যা হয়। মাংস খাওয়ার কিছুক্ষণের মধ্যে বা কয়েক ঘণ্টার মধ্যে যদি কোনো শারীরিক জটিলতা তৈরি হয়, তবে আতঙ্কিত না হয়ে দ্রুত কিছু পদক্ষেপ নেওয়া জরুরি।

প্রথমেই খেয়াল করতে হবে কী ধরনের লক্ষণ দেখা দিচ্ছে। যদি শরীর চুলকায়, চামড়ায় লালচে ফুসকুড়ি বা র্যাশ ওঠে, তবে বুঝতে হবে অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া শুরু হয়েছে। এমন পরিস্থিতিতে চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী আগে থেকে ঘরে রাখা কোনো অ্যান্টিহিস্টামিন জাতীয় ওষুধ সেবন করা যেতে পারে। এটি সাধারণত প্রাথমিক চুলকানি ও অস্বস্তি কমাতে সাহায্য করে।

তবে কেবল সাধারণ ত্বকীয় সমস্যাই নয়, কোনো কোনো ক্ষেত্রে গরুর মাংসের অ্যালার্জি থেকে মারাত্মক পরিস্থিতি তৈরি হতে পারে। যদি মাংস খাওয়ার পর ঠোঁট, চোখ, জিহ্বা বা গলা ফুলে যায়, তীব্র শ্বাসকষ্ট শুরু হয় কিংবা বুক ধড়ফড় করে মাথা ঘুরে আসে, তবে একে অবহেলা

করার কোনো সুযোগ নেই। চিকিৎসাবিজ্ঞানের ভাষায় একে অ্যানাফিল্যাক্সিস বলা হয়, যা একটি জরুরি স্বাস্থ্যঝুঁকি। এমন লক্ষণ দেখা দিলে ঘরে বসে না থেকে আক্রান্ত ব্যক্তিকে তৎক্ষণাৎ নিকটস্থ হাসপাতালের জরুরি বিভাগে নিয়ে যেতে হবে।

অ্যালার্জির সমস্যা দেখা দিলে আক্রান্ত ব্যক্তিকে প্রচুর পরিমাণে বিশুদ্ধ পানি পান করাতে হবে, যা শরীর থেকে ক্ষতিকর উপাদান বের করে দিতে সাহায্য করে। এ সময় কোনোভাবেই নিজে নিজে কোনো জটিল ইনজেকশন বা ড্রপ ব্যবহার করা যাবে না। বিশেষ করে শিশুদের ক্ষেত্রে এমন লক্ষণ প্রকাশ পেলে বড়দের চেয়েও দ্রুত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়া প্রয়োজন।

কুরবানির ঈদের আনন্দ যেন কোনো শারীরিক বিপর্যয়ে মাটি না হয়, সে জন্য আগে থেকেই সচেতন থাকা ভালো। যাঁদের গরুর মাংসে অ্যালার্জির ইতিহাস আছে, তাঁরা উৎসবের দিনে খাসি, মুরগি বা মাছের মতো নিরাপদ বিকল্প বেছে নিতে পারেন। তবে অসাবধানতাবশত যদি গরুর মাংস খাওয়া হয়েই যায় এবং শরীরে তার নেতিবাচক প্রতিক্রিয়া স্পষ্ট হয়, তবে তাৎক্ষণিক সঠিক সিদ্ধান্ত ও চিকিৎসকের পরামর্শই পারে আপনাকে বড় ধরনের বিপদ থেকে মুক্ত রাখতে।

এ বিভাগের আরও খবর



রাতে ভাত খাওয়া ভালো না ক্ষতি, যা বললেন পুষ্টিবিদ
[মাছে-ভাতে বাঙালি] একথাটি প্রচলিত হলেও শতভাগ সত্যি বলা যায়। বাঙালি বিশ্বের যে গ্রাঞ্জে থাকুক না কেন, তাদের ভাত ছাড়া চলে না যেত সুস্থানু খাবার...



টানা ৯০ দিন চা না খেলে শরীরে কী ঘটে?
দিনের শুরু, অফিসের ব্যস্ততা কিংবা বন্ধুদের আড্ডা—এক কাপ চা অনেকেই নিত্যসঙ্গী। কিন্তু এই অভ্যাস যদি টানা ৯০ দিন বা তিন মাস বন্ধ রাখা হয়, তবে...



মর্নিং সিকনেস: গর্ভাবস্থায় বমি বমি ভাব দূর করার ৬ প্রাকৃতিক উপায়
গর্ভাবস্থার প্রথম দিকে বমি বমি ভাব ও বমি হওয়া খুব সাধারণ বিষয়। চিকিৎসাবিজ্ঞানের ভাষায় একে বলা হয় [মর্নিং সিকনেস]।
নাম [মর্নিং] বা সকাল হলেও...



ডেঙ্গু প্রতিরোধে দেশজুড়ে পরিচ্ছন্নতা অভিযানের ডাক
জনসচেতনতা বাড়াতে শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ও পাড়া-মহল্লায় বিশেষ ক্যাম্পেইন।

Copyright Dhaka Probe

অনলাইন সংস্করণ পড়তে ভিজিট করুন: <https://www.dhakaprobe.com/lifestyle/grur-mangs-kheye-ojararji-hle-ja-krben>