জনস্বাস্থ্য সংকটে গণমাধ্যমের যোগাযোগ নির্দেশিকা

BBC
MEDIA ACTION

TRANSFORMING LIVES THROUGH MEDIA AROUND THE WORLD

লেখক

জেনেভিভ হাচিনসন এবং জ্যাকুলিন ডাল্টন

মূল ইংরেজি নির্দেশিকার প্রুফ দেখেছেন

লোর্না ফ্রে

ইংরেজি থেকে অনুবাদ

আবু জাফর

প্রচ্ছদের ছবি
কক্সবাজারে রোহিঙ্গা উদ্বাস্তুদের সাথে
মুখোমুখি আলোচনা

স্বত্ব: বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

বিষয়-সূচি

১. নির্দেশিকার ভূমিকা ৪

২. কীভাবে গণমাধ্যম কার্যকর ভূমিকা রাখতে পারে ৫

৩. জনস্বাস্থ্য সংকট বা জরুরি পরিস্থিতি কী? ৬

৪. কীভাবে জীবন বাঁচাবেন : যোগাযোগের গাইডলাইন ১৪

৫. আরও জানতে তথ্যসূত্র ৩০

১. ভূমিকা

জনস্বাস্থ্য সংকট বা জরুরি অবস্থা হলো এমন একটি পরিস্থিতি, যা শত শত বা হাজার হাজার, কখনও কখনও লাখো মানুষকে অসুস্থ করতে এবং মৃত্যু ঘটাতে সক্ষম।

জনস্বাস্থ্য সংকটে গণমাধ্যম মানুষের জীবন রক্ষা করতে পারে।

কার্যকর যোগাযোগ রোগ ছড়িয়ে পড়া কমাতে বা বন্ধ করতে সাহায্য করতে পারে এবং আক্রান্ত মানুষের স্বাস্থ্য সেবা ও চিকিৎসা পেতে সহায়তা করতে পারে।

স্বাস্থ্য সংকটে গণমাধ্যমকর্মীরা দর্শকশ্রোতাকে কীভাবে সাহায্য করবেন, সে বিষয়ে এই ম্যানুয়ালে কিছু পরামর্শ দেওয়া হয়েছে।

বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশনের লাইফলাইন প্রোডাকশন ম্যানুয়াল, যেখানে মানবিক বিপর্যয়ে আক্রান্ত মানুষের জীবন বাঁচানো ও ভোগান্তি কমানোর জন্য কীভাবে মানুষের সাথে যোগাযোগ করতে হবে, সে বিষয়ে সাধারণ পরামর্শগুলো দেওয়া আছে, ওই ম্যানুয়ালটির সাথে এই ম্যানুয়ালটি একসাথে পড়া যেতে পারে।[1]

জনস্বাস্থ্য সংকট দ্রুত বা খুব ধীরে শুরু হতে পারে। **এই ম্যানুয়ালে মূলত যেসব পরিস্থিতি দ্রুত ছড়ায়, সে বিষয়ে আলোচনা করা হয়েছে।**

ওপরে
আক্রান্ত জনগোষ্ঠীকে জরুরি তথ্য জানাতে রাষ্ট্রীয় রেডিও স্টেশন বাংলাদেশ বেতার অনুষ্ঠান তৈরি করে
স্বত্ব: বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

[1] BBC Media Action (2013), *Lifeline programming for people affected by crises* (online). Available at: https://www.bbc.co.uk/mediaaction/publications-and-resources/brochures/lifeline-programming

২. কীভাবে গণমাধ্যম কার্যকর ভূমিকা রাখতে পারে

কয়েকজন বা কয়েকশ' মানুষ আক্রান্ত হবে নাকি হাজারো বা লাখো মানুষ আক্রান্ত হচ্ছে, এই পার্থক্যটি তৈরি করে দেয় জনস্বাস্থ্য সংকটে তথ্যের যথাযথ আদান-প্রদান।

নাগরিক, বিশেষজ্ঞ এবং জরুরি দুর্যোগ সহায়তাকারীদের যুক্ত করে গণমাধ্যম দ্রুত এবং ব্যাপক মানুষের কাছে পৌঁছে যেতে পারে। কোথায় কী হচ্ছে, কীভাবে নিজেদেরকে রক্ষা করবে এবং কখন ও কীভাবে চিকিৎসা বা সেবা পাবে, সে বিষয়ে গণমাধ্যমই নির্ভরযোগ্য তথ্য দিতে পারে। ছোঁয়াচে রোগ যেন না ছড়ায়, সে জন্য মানুষকে আলাদা করে রাখা হয়, এমন পরিস্থিতিতে জনসচেতনতা তৈরির জন্য স্বাস্থ্যকর্মী এবং কমিউনিটি সংগঠকদের বাইরে যাওয়া হ্রাস করার ক্ষেত্রেও গণমাধ্যম ভূমিকা রাখতে পারে।

জনস্বাস্থ্য সংকটের প্রভাব কমানো গেলে স্বাস্থ্যসেবার ওপরও চাপ কমায়, সেটা আরও বেশি মানুষের জীবন বাঁচাতে পারে।

জরুরি অবস্থায় সঠিক ও নির্ভরযোগ্য তথ্যের অভাবে গুজব এবং ভুল তথ্য ছড়াতে পারে, এর ফলে ভীতি ও বিশৃঙ্খলা ছড়ায়, ভুল চর্চা মানুষকে আরো বেশি ঝুঁকিতে ফেলে এবং/অথবা অসুস্থ মানুষের প্রতি ভীতি তৈরি হয়। এই সবগুলোই মানুষের আক্রান্ত হওয়া অথবা মৃত্যুর ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়। এই বিপজ্জনক ও ভুল তথ্য মোকাবেলায় সঠিক তথ্য দেওয়া ও ভুল তথ্য শুদ্ধ করার মাধ্যমে গণমাধ্যম ভূমিকা নিতে পারে।

এটা প্রমাণিত, জনস্বাস্থ্য সংকটের সময় বারবার আশ্বস্ত করার মাধ্যমে এবং পরিস্থিতি মোকাবেলায় মানুষকে শান্ত থাকা ও সঠিক পদক্ষেপ নেওয়ার জন্য উৎসাহিত করতে গণমাধ্যম কার্যকর ভূমিকা রাখতে পারে।[2]

[2] BBC Media Action (2015). Research report: Humanitarian broadcasting in emergencies – A synthesis of evaluation findings (online). Available at: https://www.bbc.co.uk/mediaaction/publications-and-resources/research/reports/Humanitarian-broadcasting-in-emergencies-synthesis-report-2015

৩. জনস্বাস্থ্য সংকট বা জরুরি পরিস্থিতি কী?

জনস্বাস্থ্য সংকট বা জরুরি অবস্থা হলো এমন একটি পরিস্থিতি, যা বিপুল পরিমাণ মানুষকে বা জনসংখ্যার একটা উল্লেখযোগ্য অংশকে অসুস্থ ও রোগাক্রান্ত করতে পারে, অঙ্গহানি এবং/অথবা মৃত্যুর কারণ ঘটাতে পারে।[3]

জনস্বাস্থ্য সংকট বড় আকারে দেখা দিলে সরকার "জরুরি অবস্থা" ঘোষণা করতে পারে, রাষ্ট্রীয় সংস্থাগুলোর কার্যক্রম পরিবর্তন করে জরুরি কার্যক্রম চালু করতে পারে।[4]

জনস্বাস্থ্য সংকট বা জরুরি অবস্থা হতে পারে কোনো দ্রুতবর্ধনশীল সংকট, যেমন কোনো উদ্বাস্তু শিবিরে কলেরা ছড়িয়ে পড়া, অথবা হতে পারে ধীরে ধীরে ছড়িয়ে পড়া সমস্যা, যেমন অনেক দেশেই মানুষের স্থূলতা এক ধরনের সংকট হিসেবে দেখা দিয়েছে। যেমনটি ভূমিকাতেই বলা হয়েছে, এই ম্যানুয়াল মূলত দ্রুত ছড়িয়ে পড়া জনস্বাস্থ্য সংকট নিয়ে আলোচনা করবে।

রোগ বড় আকারে ছড়িয়ে পড়লে স্বাস্থ্য সেবার ওপর অতিরিক্ত চাপ পড়তে পারে এবং স্বাভাবিক জীবনযাত্রা ব্যাহত হতে পারে এবং এর কোনও সাধারণ ওষুধ বা চিকিৎসা না থাকতে পারে। বর্তমানে আন্তর্জাতিক যোগাযোগের ব্যাপকতার কারণে কোথাও রোগ বা ব্যাধি ছড়ালে যদি সময়মতো, ঠিকঠাক এবং সমন্বিত পদক্ষেপ নেওয়া না হয়, তাহলে তা দ্রুত মহামারিতে রূপান্তরিত হতে পারে।

যেসব রোগব্যাধিগুলো জনস্বাস্থ্য সংকটের কারণ হতে পারে, তার মধ্যে রয়েছে-

কলেরা

দুর্যোগের সময় কলেরা একটা বড় স্বাস্থ্যঝুঁকি হয়ে দাঁড়ায়। ২০১০ সালে হাইতির ভূমিকম্পের ১০ মাস পর সেখানে ৬ লাখ মানুষ কলেরায় আক্রান্ত হয় এবং ২২ মাসে ৭৪৩৬ জন মানুষ মারা যায়। হাইতিসহ বিভিন্ন দেশে কলেরা ছড়িয়ে পড়ার প্রধান কারণ ছিল- ঘনবসতি, পুষ্টির অভাব, বিশুদ্ধ পানির সংকট, পয়ঃনিষ্কাশন না থাকা, চিকিৎসা সেবা সুলভ না হওয়া এবং দারিদ্র।[5]

[3] WHO (2017), *Emergency Response Framework* (online). Available at: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258604/9789241512299-eng.pdf;jsessionid=2C902589AC35344B0A22D5C5868C976E?sequence=1

[4] WHO (undated), *Definitions: emergencies* (online). Available at: https://www.who.int/hac/about/definitions/en/

[5] Townes, D (2018), *Health in Humanitarian Emergencies: Principles and Practice for Health and Healthcare*, Cambridge University Press

ইনফ্লুয়েঞ্জা

ইনফ্লুয়েঞ্জা সাধারণত শীতে হয়, কিন্তু যথাযথ প্রতিরোধক ও সতর্ক পদক্ষেপ না নিলে ইনফ্লুয়েঞ্জা মহামারী আকার ধারণ করতে পারে এবং অল্প কয়েক বছরের মধ্যেই কয়েক লাখ মানুষের মৃত্যুর কারণ হতে পারে।[6] বিশেষ করে যাদের রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা কম, যেমন- গর্ভবতী নারী, বয়স্ক মানুষ এবং পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশুদের জন্য এটা খুবই ঝুঁকিপূর্ণ। প্রচুর সংখ্যক মানুষ আক্রান্ত হয়ে গেলে হাসপাতাল ও সেবাকেন্দ্রগুলোর পাশাপাশি পরিবার ও সমাজও অতিরিক্ত চাপে পড়ে, ফলে যারা অসুস্থ, বা যাদের সেবা প্রয়োজন, তারাও ঝুঁকিতে পড়ে যান। রোগ ছড়িয়ে পড়লে যেহেতু মানুষ কাজে যেতে বা স্কুলে যেতে পারে না, ফলে অনেক সেক্টরের অনেক মানুষকে মাসের পর মাস ভোগান্তি পোহাতে হয়।

টিকা-প্রতিরোধী রোগের প্রকোপ

টিকা সম্পর্কে ভুল তথ্য, মানবিক বিপর্যয়ে টিকাদান কর্মসূচি বাধাগ্রস্ত হওয়া এবং যেসব এলাকায় টিকা কর্মসূচি দুর্বল, সে এলাকা থেকে মানুষের ব্যাপক বাস্তুচ্যুতি বা অভিবাসনের কারণে হাম, পীতজ্বর [ইয়েলো ফিবার] বা পোলিও'র মতো রোগের প্রাদুর্ভাব হতে পারে। প্রতিষেধকের পরিমাণ না বাড়ালে এসব অসুখও জনস্বাস্থ্য সংকটের সৃষ্টি করতে পারে। ২০১৮ সালে নাইজেরিয়া, আফগানিস্তান এবং পাকিস্তানে পোলিও ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে পড়ে। এমনকি সোমালিয়া এবং সিরিয়ার মতো যেসব দেশে পোলিও আগেই নির্মূল হয়েছে, সেখানেও সম্প্রতি পোলিও ছড়িয়ে পড়তে দেখা গেছে। ইউরোপে হামের প্রাদুর্ভাবের কারণ ভুল তথ্যের কারণে টিকা নেওয়ার হার কমে যাওয়া।

ইবোলা ভাইরাস

২০১৪-২০১৬ সালে পশ্চিম আফ্রিকার সিয়েরা লিওন, লাইবেরিয়া এবং গিনিতে ব্যাপকভাবে ইবোলা ভাইরাস ছড়িয়ে পড়ে এবং কয়েক হাজার মানুষের মৃত্যু হয়। যদিও মূলত এই তিনটি দেশেই রোগটির প্রাদুর্ভাব ঘটে, তবে আন্তর্জাতিক ভ্রমণের কারণে মালি ও নাইজেরিয়ার মতো কয়েকটি দেশেও রোগটি ছড়ায়। সিয়েরা লিওন, লাইবেরিয়া এবং গিনিতে ইবোলায় আক্রান্ত হয়ে মৃত্যুর সাথে সাথে অন্যান্য অসুখে চিকিৎসা না পেয়েও অনেক মানুষ মারা যায়। হাসপাতালগুলোতে মানুষের অতিরিক্ত চাপ এবং সেবা না পাওয়ার

[6] WHO (2018), *Influenza* (online). Available at: http://www.who.int/influenza/en/

পাশাপাশি হাসপাতালে গেলে ইবোলা ভাইরাসে সংক্রমিত হওয়ার আশঙ্কায় অনেক ক্ষেত্রে মানুষ হাসপাতাল ও স্বাস্থ্যকেন্দ্রগুলোতে যাওয়া বন্ধ করে দেয়। ইবোলার ব্যাপক সংক্রমণের আরো কয়েকটি কারণ ছিল। যেমন- আক্রান্ত মানুষের শেষকৃত্য অনুষ্ঠানে অনেক মানুষের সমাবেশ, ঘনবসতি এবং আক্রান্ত মানুষের মুক্তভাবে চলাফেরা।

কয়েকটি সংজ্ঞা

অসুস্থতা

রোগ, ব্যাধি এবং শারীরিক অবস্থাসহ যে কোনো কারণে কেউ যদি ভাল না থাকেন।

সংক্রমণ

ভাইরাস, ব্যাকটেরিয়া এবং জীবাণুর মতো যেসব কারণে অসুস্থতা একজনের কাছ থেকে আরেকজনের মধ্যে ছড়াতে পারে।

রোগ

শরীরের কোনো অংশ স্বাভাবিকভাবে কাজ না করার লক্ষণ। সংক্রমণ, বংশগত, আচরণগত বা পরিবেশের কারণে রোগ হতে পারে।

প্রাদুর্ভাব (আউটব্রেক)

কোনো জনগোষ্ঠী, অঞ্চল বা ঋতুতে একটি রোগে যত মানুষ আক্রান্ত হওয়ার কথা তার থেকে বেশি মানুষ আক্রান্ত হওয়া। প্রাদুর্ভাব কয়েকদিন, কয়েক সপ্তাহ বা কয়েক বছর স্থায়ী হতে পারে।

মহামারী (এপিডেমিক)

যখন কোনো একটি সংক্রামক রোগ অল্প সময়ের মধ্যে এক বা একাধিক দেশ বা জনগোষ্ঠীর বিপুল সংখ্যক মানুষের মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে তাকে মহামারি বলা হয়।

বৈশ্বিক মহামারী (প্যানডেমিক)

যখন মহামারী আন্তর্জাতিক সীমানা ছাড়িয়ে অনেক এলাকাজুড়ে বা পৃথিবীব্যাপী ছড়িয়ে পড়ে, তাকে বৈশ্বিক মহামারী বলে।

টিকা-প্রতিরোধী রোগ

যথাযথ টিকা বা প্রতিষেধক নিয়ে সেসব অসুখ প্রতিরোধ করা যায়।

রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা

রোগ প্রতিরোধে শরীরের সক্ষমতা।

জনস্বাস্থ্য সংকটে কারা সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে?

জনস্বাস্থ্য সংকটে অসুস্থ হয়ে পড়ার ঝুঁকি সবারই আছে, কিন্তু কিছু মানুষের অসুস্থ হয়ে পড়ার বা আরও খারাপ কিছু হওয়ার (মৃত্যু বা দীর্ঘমেয়াদী সমস্যা) ঝুঁকি একটু বেশি। এর কারণ-

- তাদের কাজ তাদেরকে ঝুঁকিতে ফেলে (যেমন স্বাস্থ্যকর্মী অথবা পরিবারের যে সদস্য অসুস্থ ব্যক্তির যত্ন নিচ্ছেন)
- তাদের রোগ প্রতিরোধ-ক্ষমতা পুরোপুরি তৈরি হয়নি (যেমন পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশু) অথবা যাদের প্রতিরোধ-ক্ষমতা পরিস্থিতির কারণে দুর্বল হয়ে পড়েছে (যেমন গর্ভবতী নারী অথবা বয়স্ক মানুষ যাদের বর্তমান স্বাস্থ্যই তাদের প্রতিরোধ-ক্ষমতাকে দুর্বল করে দিয়েছে)
- তারা উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ এলাকা ত্যাগে অক্ষম (যেমন যাদের চলাফেরায় শারীরিক বা মানসিক সমস্যা আছে)
- লিঙ্গবৈশিষ্ট্যের কারণেও তারা ঝুঁকিপূর্ণ (যেমন, সাধারণত নারীরা রোগাক্রান্ত মানুষের সেবাযত্ন করে, ফলে তাদের সংক্রমিত হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে)

নিচের টেবিলে এমন কয়েক ধরনের মানুষের কথা তুলে ধরা হয়েছে যারা জনস্বাস্থ্য সংকটে সবচেয়ে বেশি ক্ষতি বা অসুস্থতার ঝুঁকিতে থাকেন, সেই সাথে যে কারণে তারা ঝুঁকিপূর্ণ তাও তুলে ধরা হয়েছে। এটি পূর্ণাঙ্গ তালিকা নয়, কারা সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিপূর্ণ সেটা জনস্বাস্থ্য সংকটের কারণের ওপর নির্ভর করে পরিবর্তিত হতে পারে। কারা, কেন এবং কীভাবে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিপূর্ণ, এটা বোঝার জন্য যতো দ্রুত সম্ভব জরুরি সহায়তাকারীদের সাথে কথা বলুন, কারণ ঝুঁকিতে থাকা মানুষদের জন্যই আপনাকে মূলত কাজ করতে হবে।

ঝুঁকিপূর্ণ মানুষের উদাহরণ	কেন এবং কীভাবে তারা ঝুঁকিপূর্ণ
• স্বাস্থ্যকর্মী • যারা মানব-বর্জ্য ও আবর্জনা পরিষ্কার করেন • যারা মৃতদেহ নিয়ে কাজ করেন • যারা অন্যদের সেবা করেন	যখন তারা সংক্রামিত বা অসুস্থ মানুষের কাছে আসেন, তখন তারাও অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকিতে থাকেন। সশস্ত্র সংঘাতে অনেক সময় স্বাস্থ্য কর্মীদের লক্ষ্যবস্তু করা হয় এবং মানবিক বিপর্যয়ের সময়েও তারা প্রায়ই সবচেয়ে বিপজ্জনক পরিবেশে কাজ করে।
• অসুস্থ মানুষ, যাদের রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল • বয়স্ক মানুষ • গর্ভবতী নারী • শিশু, বিশেষ করে যাদের বয়স পাঁচ বছরের কম এবং দুগ্ধপোষ্য	যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল, তারা সংক্রমণ ও রোগের বিরুদ্ধে খুব বেশি প্রতিরোধ করতে পারে না। কিছু ক্ষেত্রে, স্বাস্থ্যসেবা না থাকার কারণে অসুস্থ বা দুর্বল স্বাস্থ্যের অর্থ হলো এই মানুষদের অসুস্থ হওয়ার ও মৃত্যুর ঝুঁকি অনেক বেশি। পুষ্টি কমে যাওয়াও (আন্ডার নিউট্রিশন) এই গ্রুপের জন্য আরেকটি বড় ঝুঁকি, কারণ শিশু, গর্ভবতী নারী এবং যাদের স্বাস্থ্য সমস্যা আছে, তাদের বেঁচে থাকার জন্য বেশি পুষ্টিকর খাদ্য দরকার। এর বাইরে, বিশেষ করে শিশুদের ক্ষেত্রে, যারা প্রায়শই ডায়রিয়ায় ভোগে, তারাও দুর্বল হয়ে পড়ে, ফলে তাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাও কমে যায়।
• শিশু • বয়স্ক মানুষ • প্রতিবন্ধী ব্যক্তি • যাদের মানসিক অসুস্থতা আছে • নারী	এই মানুষেরা অনেকগুলো অতিরিক্ত চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হয়, যেমন- স্বাস্থ্য ও অন্যান্য সেবা পাওয়ার ক্ষেত্রে অভিগম্যতা, জনস্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত কোনো এলাকা ছেড়ে অন্য কোথাও যাওয়া ইত্যাদি।
• যারা অনিরাপদ বাসস্থানে থাকেন, যেমন মানবিক বিপর্যয়ে আশ্রয় শিবির	নিচের 'মানবিক বিপর্যয়ে রোগ এবং অসুস্থতা' অধ্যায়টি দেখুন

মানবিক বিপর্যয়ে রোগ এবং অসুস্থতা

মানবিক সংকটে রোগ এবং অসুস্থতার খুবই বড় ধরনের ঝুঁকি থাকে, কারণ অনেক সময় অবকাঠামো ধ্বংস হয়ে যায়, অনেক সময় মানুষকে এমন জায়গায় থাকতে হয় যেখানে যথাযথ স্যানিটেশন ব্যবস্থা নেই। আশ্রয়, খাদ্য, বিশুদ্ধ পনি, স্বাস্থ্যসেবা এবং পরিবার ও সমাজের সহযোগিতা মারাত্মকভাবে ব্যাহত হয়। এই সবগুলো বিষয়ই স্বাস্থ্য, জীবনযাত্রা এবং রোগের প্রাদুর্ভাবে মারাত্মক প্রভাব ফেলে।

মানবিক বিপর্যয়ে রোগ ও অসুস্থতার ক্ষেত্রে যে বিষয়গুলো ভূমিকা রাখে তার মধ্যে রয়েছে-

পুষ্টি

যথেষ্ট ও পুষ্টিকর খাবারের স্বল্পতার কারণে পুষ্টি-স্বল্পতা তৈরি হয়। এর প্রথম শিকার সাধারণত দুগ্ধপোষ্য এবং ছোট শিশুরা। পুষ্টির অভাব যেমন-রক্তস্বল্পতা, ওয়াস্টিং [শিশুদের যথাযথ শারীরিক ওজন বৃদ্ধি না হওয়া] এবং স্টান্টিং [শিশুদের যথাযথ শারীরিক উচ্চতা বৃদ্ধি না হওয়া]- এ সব কিছুই পুষ্টিস্বল্পতা পরিমাপে ব্যবহৃত হয়। পুষ্টিস্বল্পতা বা পুষ্টির অভাব রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে দুর্বল করে দেয়, যার ফলে শরীর সংক্রমণ ও অসুখ ঠেকাতে পারে না। এর অর্থ, যে অপুষ্টিতে ভুগছে তার অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা বেশি এবং কলেরা, পানিশূন্যতা (ডায়রিয়া), ইনফ্লুয়েঞ্জা বা নিউমেনিয়ার মতো সংক্রমণে মৃত্যুর ঝুঁকি বেশি। ছয়মাসের কম বয়সী শিশুর ক্ষেত্রে মায়ের দুধ খাওয়ানোই অপুষ্টি দূর করার প্রধান উপায়। কিন্তু এটা নিশ্চিত করতে মাকে পর্যাপ্ত পুষ্টি গ্রহণ করতে হবে। মা যদি অপুষ্টিতে ভোগেন, দুগ্ধপোষ্য শিশুও অপুষ্টিতে ভুগবে।

পানি

বিভিন্ন মানবিক বিপর্যয়ে, পানি-সরবরাহ ও স্যানিটেশন ব্যবস্থা ভেঙ্গে পড়ে, অথবা মানুষকে এমন অস্থায়ী শিবির বা আশ্রয়কেন্দ্রে থাকতে হয়, যেখানে পানি-সরবরাহের অবকাঠামো নেই। এই উভয় ক্ষেত্রেই বিশুদ্ধ পানি, সাবান এবং পরিচ্ছন্নতা উপকরণের সংকট দেখা দেয় বা একেবারেই থাকে না। বর্জ্য ব্যবস্থাপনা যেমন- ময়লা ফেলার নির্দিষ্ট জায়গা, স্যুয়ারেজ লাইন এবং ড্রেন তৈরি হতে কিছুটা সময় লাগে। এবং একেবারের শুরুর দিকে স্বাস্থ্য সেবা বা ওষুধ একদমই পাওয়া যায় না বা পাওয়া গেলেও তা খুবই কম। এ ধরনের অপরিচ্ছন্ন অবস্থায় এবং ভঙ্গুর স্যানিটেশন ব্যবস্থায় কলেরার প্রাদুর্ভাব একটা খুবই সাধারণ ঝুঁকি।

সংক্রামক রোগ

অস্থায়ী আশ্রয়কেন্দ্রগুলোতে নেই বিশুদ্ধ পানি ও যথাযথ পয়ঃনিষ্কাশন এবং এখানে টিকা বা রোগপ্রতিরোধক সাধারণত খুবই কম থাকে, এমন জায়গায় অনেক মানুষের গাদাগাদি করে থাকে, ফলে এখানে সংক্রামক রোগ খুব দ্রুত ছড়িয়ে পড়ে। এর মধ্যে রয়েছে পানিশূন্যতাজনিত রোগসমূহ (যেমন কলেরা), টিকার মাধ্যমে প্রতিরোধযোগ্য রোগ (যেমন পোলিও ও হাম) এবং ইনফ্লুয়েঞ্জা। ম্যালেরিয়া বা ডেঙ্গুর মতো মশা, পতঙ্গ বা পশুপাখির মাধ্যমে ছড়ানো রোগেও অনেক মানুষ আক্রান্ত হয়, কারণ পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থা না থাকা মশা প্রজননের আদর্শ ক্ষেত্র।

ওপরে
বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন, বাংলাদেশ বেতার এবং ইউনিসেফ যৌথভাবে একটি রেডিও আলোচনা অনুষ্ঠান তৈরি করে, যেখানে সাধারণ মানুষ স্থানীয় কর্মকর্তাদের কাছে প্রশ্ন করতে পারে

স্বত্ব: বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য

অনেক মানবিক বিপর্যয়ে যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা পাওয়া যায় না। জন্মনিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ও জরুরি গর্ভনিরোধ উপকরণ সংকট সৃষ্টি হয়, একই সাথে মা ও নবজাতকের স্বাস্থ্যসেবা, প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা এবং এইচআইভি ও অন্যান্য যৌনবাহিত রোগ প্রতিরোধ ও চিকিৎসার সংকট সৃষ্টি হয়।

শিশুস্বাস্থ্য

স্বাস্থ্যসেবা ব্যাহত হওয়া মানে শিশুর স্বাস্থ্য পরীক্ষা, পিতামাতার জন্য প্রয়োজনীয় সাহায্য এবং শিশুর টিকাদানের মতো স্বাস্থ্যসেবাগুলোও ব্যাহত হওয়া। পাঁচ বছর বয়স পর্যন্ত শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা তৈরি হতে থাকে। ফলে পাঁচ বছরের কমবয়সী শিশুর দ্রুত অসুস্থ হয়ে পড়ার ঝুঁকি এবং রোগের প্রাদুর্ভাব বা অপুষ্টিতে মৃত্যুর ঝুঁকি বেশি থাকে।

সহিংসতা

মানবিক বিপর্যয়ে, পারিবারিক সহিংসতা বেড়ে যায়, যাতে নারী এবং শিশুরাই সাধারণত আক্রান্ত হয়। বিশেষ করে নারী ও শিশুদের ধর্ষণ ও যৌন নিপীড়ন বেড়ে যায় এবং এসব ক্ষেত্রে আঘাতের চিকিৎসা, সহানুভূতি ও মানসিক সহায়তা বা অপরাধের বিচার- সবই কমে যায়।

মানসিক স্বাস্থ্য

মানবিক বিপর্যয়ের ক্ষেত্রে নানা ঘটনার মুখোমুখি হওয়া অথবা ঘটনা প্রত্যক্ষ করার কারণে বিপুল সংখ্যক মানুষ মানসিকভাবে অসুস্থ হয়ে পড়েন। একইসাথে নিত্যদিনের সংকটের ধকল, স্বাভাবিক জীবনযাত্রা ব্যাহত হওয়া, পরিবার ও সমাজ থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে পড়া- এসব কারণে মানসিক স্বাস্থ্য ঝুঁকিতে পড়ে যায়। এসব পরিস্থিতিতে পিটিএসডি (পোস্ট ট্রমাটিক স্ট্রেস ডিসঅর্ডার), ডিপ্রেশন, উদ্বেগ এবং সাবস্ট্যান্স মিসইউজ এর মতো মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা তৈরি হয়।

আঘাত

মানবিক বিপর্যয়ের ধরনের ওপর আঘাতের ধরন নির্ভর করে। গভীর ক্ষত, পুড়ে যাওয়া, হাড়ভাঙ্গা, ডুবে যাওয়া, গুলির আঘাত, লাঠির আঘাত ও শরীরের ভেতরে রক্তপাত, ছুরিকাঘাত, অঙ্গহানি ইত্যাদি ক্ষেত্রে জরুরি ভিত্তিতে প্রাথমিক সেবার প্রয়োজন হয়, অনেক ক্ষেত্রে প্রয়োজন হয় নিবিড় ও জটিল অপারেশন। কেউ আহত হলে কী করবে, তাৎক্ষনিকভাবে কী পদক্ষেপ নিতে হবে কিংবা কীভাবে এবং কোথায় স্বাস্থ্যসেবা পাওয়া যাবে, এটা বেশিরভাগ মানুষই জানে না।

দুরারোগ্য ব্যাধি ও প্রতিবন্ধিতা

ছোঁয়াচে নয় এমন অসুখে আক্রান্ত ব্যক্তি, দুরারোগ্য ব্যাধিতে আক্রান্ত ব্যক্তি বা প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে নিয়মিত ওষুধ সেবন করার প্রয়োজন হতে পারে, যা মানবিক বিপর্যয়ে হঠাৎ করে অসম্ভব হয়ে পড়ে। এর অর্থ যারা ডায়াবেটিস, ক্যান্সার, এইচআইভি, আর্থাইটিস, এপিলেপসিতে ভুগছেন বা যাদের চলাফেরা, দৃষ্টিজনিত, শ্রবণ বা স্মৃতিজনিত সমস্যা রয়েছে, তাদের ক্ষেত্রে মৌলিক চাহিদা খাদ্য, বিশুদ্ধ পানি, আশ্রয় ও স্বাস্থ্যসেবার বাইরেও আরো কিছু জরুরি প্রয়োজন আছে।

৪. কীভাবে জীবন বাঁচাবেন : যোগাযোগের গাইডলাইন

সাংবাদিক, সম্পাদক বা অনুষ্ঠান-নির্মাতা হিসেবে আপনি আপনার দর্শক-পাঠক-শ্রোতার জন্য কী করে সবচেয়ে ভালভাবে সাহায্য করতে পারেন, এই অধ্যায়ে সে বিষয়গুলোই মোটাদাগে আলোচনা করা হবে।

ওপরে
কমিউনিটি-ভিত্তিক সমাধানমূলক ভিডিও অনুষ্ঠান 'আঁরার বাহাদুর'-এর মাধ্যমে রোহিঙ্গা উদ্বাস্তুরা একে অন্যকে উৎসাহিত করছেন

স্বত্ব: বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

প্রস্তুতি

জনস্বাস্থ্য সংকটে গণমাধ্যম বা যোগাযোগ সহায়তাকারী হিসেবে সবচেয়ে কার্যকর ভূমিকা রাখার জন্য আপনাকে কাজ করতে হবে দ্রুত। আর দ্রুত কাজ করতে হলে আপনাকে প্রস্তুতি নিতে হবে ভাল করে। জরুরি সেবায় নিয়োজিত ব্যক্তি, স্বাস্থ্যসেবা প্রতিষ্ঠান এবং বিশেষজ্ঞদের সাথে যোগাযোগ বা সম্পর্ক তৈরি করুন, তারাই এ মুহূর্তের সেরা যোগাযোগসূত্র। গণমাধ্যম এবং যোগাযোগ যে জনস্বাস্থ্য সংকট মোকাবেলায় একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ এই সম্পর্কগুলোর চর্চার মধ্য দিয়েই তা নিশ্চিত করা যাবে। এই ম্যানুয়ালে অন্য যেসব পদক্ষেপগুলোর কথা বলা হচ্ছে তা বাস্তবায়ন করার ক্ষেত্রেও এটি জরুরি। কোথাও কোথাও, রেডক্রসের মতো সংগঠনগুলো স্থানীয় জনগোষ্ঠীর সাথে মিলে প্রস্তুতির কাজগুলো করে; যেমন- রোগ পর্যবেক্ষণ ব্যবস্থা গড়ে তোলা এবং রোগ ছড়িয়ে পড়লে কী করা হবে, সেজন্য পরিকল্পনা প্রণয়ন। এই সংগঠনগুলোর সাথে আলোচনা করুন আপনি কী করে তাদের কাজে সর্বোচ্চ সহযোগিতা করতে পারেন।

সম্ভাব্য তথ্যের উৎস

স্বাস্থ্য বিষয়ে বিশেষায়িত সংস্থাসমূহ: মেডিসিন্স সান্স ফ্রন্টিয়ার্স (এমএসএফ), বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, ইউনিসেফ, জাতিসংঘ জনসংখ্যা তহবিল, স্থানীয় স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়, রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র।

জাতীয় ও আন্তর্জাতিক উন্নয়ন সংস্থা (এনজিও): স্থানীয় এনজিওসমূহ এবং রেড ক্রস/রেড ক্রিসেন্ট আন্দোলন।

কমিউনিটি প্রতিনিধি: ধর্মীয় নেতা, কমিউনিটি নেতা, যুব সংগঠনের নেতা, স্থানীয় সরকারের প্রতিনিধি প্রমুখ।

সামনের সারির প্রাথমিক দায়িত্বশীল ব্যক্তিরা (ফ্রন্টলাইন রেসপন্ডার্স): স্বাস্থ্যকর্মী, কমিউনিটি সংগঠক, পুলিশ এবং কখনও কখনও সামরিক বাহিনীর সদস্যরা

বড় ধরনের জনস্বাস্থ্য সংকটের ক্ষেত্রে, ReliefWeb.int এবং humanitarianresponse.info থেকে যোগাযোগের গুরুত্বপূর্ণ সূত্র ও তথ্য পাওয়া যাবে।

গবেষণা করুন

জনস্বাস্থ্য সংকটে সাংবাদিকদের কয়েকটি মৌলিক তথ্য জানা জরুরি- এর প্রতিরোধ, সংক্রমণ এবং চিকিৎসা কী- যদিও সাংবাদিক কোনো বিশেষজ্ঞ নন। যারা সঠিক তথ্য দিতে পারে এবং বিষয়টি সম্পর্কে আপনাকে শেখাতে পারে, তাদের খুঁজে বের করুন।

লক্ষ্য নির্ধারণ করুন

জনস্বাস্থ্য সংকটের সময় আপনি নানা ভাবে আপনার দর্শক-শ্রোতা-পাঠককে সাহায্য করতে পারেন। আপনি কী করতে চান, সেটা যদি আপনি পরিষ্কার হন, তাহলে আপনার কনটেন্টের উদ্দেশ্য সফল হবে। নিচে মোটাদাগে কয়েকটা বিষয় উল্লেখ করা হলো, যেসব কাজগুলো জনস্বাস্থ্য সংকটের সময় গণমাধ্যম করতে পারে।

যেভাবে দর্শক-শ্রোতা-পাঠককে সাহায্য করবেন:

- কী হচ্ছে এবং কীভাবে এই সংকট তৈরি হয়েছে এ বিষয়ে তাদেরকে সঠিক তথ্য দিন
- এ অবস্থায় কী পদক্ষেপ নেওয়া হয়েছে এবং কীভাবে সাহায্য পাওয়া যাবে তা ব্যাখ্যা করুন
- রোগ ছড়ানো বন্ধে করণীয় কী এবং পরিবারের কারো মধ্যে লক্ষণ দেখা গেলে কী করবেন, সে বিষয়গুলো জানান

মানুষ যে চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি তা মোকাবেলায় দর্শক-শ্রোতা-পাঠককে যেভাবে উজ্জীবিত করবেন:

- রোগ মোকাবেলা ও সুস্থ হওয়ার ইতিবাচক স্টোরি প্রচার করে
- জনস্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত অন্যদের অভিজ্ঞতা ও শিক্ষা সবাইকে জানিয়ে
- মানুষকে সরাসরি তাদের চ্যালেঞ্জ মোকাবেলার অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে এবং স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞ বা সংকট মোকাবেলায় দায়িত্বশীল ব্যক্তি বা রাজনৈতিক নেতাদেরকে সরাসরি প্রশ্ন করার জন্য গণমাধ্যমে কিছুটা সময় বরাদ্দ করার মাধ্যমে
- আস্থাভাজন কোনো ব্যক্তিত্বকে গণমাধ্যমে এনে তার কাছ থেকে আশ্বাসবাণী ও করণীয় জানানোর মাধ্যমে

সংকটে আক্রান্ত মানুষের প্রতি ভীতি/অবজ্ঞা [স্টিগমা] দূর করতে যা করবেন:

- কুসংস্কারের পরিবর্তে সঠিক স্বাস্থ্য তথ্যে বিশ্বাস করুন, অন্ধবিশ্বাস দূর করতে সাহায্য করুন
- যারা জনস্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত তাদের প্রতি সমমর্মিতা [এমপ্যাথি] প্রদর্শন করুন, বোঝার চেষ্টা করুন তারা কী অবস্থার মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন
- সেসব মানুষদের সাহায্য করতে উজ্জীবিত হোন যারা আক্রান্ত হয়েছেন কিন্তু আর কোনও ক্ষতি বা ঝুঁকি তৈরি করেননি

স্বাস্থ্য সংকট সম্পর্কে বিপজ্জনক গুজব এবং ভুল ধারণার বিরুদ্ধে যেভাবে লড়াই করবেন:

- নির্ভরযোগ্য ব্যক্তির কাছ থেকে পাওয়া প্রমাণিত তথ্য সরবরাহের মাধ্যম
- ভুল ধারণা ও ভুল তথ্য চিহ্নিত করা এবং সংশোধনের মাধ্যমে
- দর্শকশ্রোতাদের গণমাধ্যমে আমন্ত্রণ করে তাদেরকে জনস্বাস্থ্য সংকট বা রোগ সম্পর্কে নির্ভরযোগ্য বিশেষজ্ঞের কাছে সরাসরি প্রশ্ন করার সুযোগ দেওয়ার মাধ্যমে
- কতোটুকু করা সম্ভব আর কী করা সম্ভব নয়, সে বিষয়টি ব্যাখ্যা করা, এর ফলে পরবর্তীতে হতাশ ও ক্ষুব্ধ হওয়ার আশঙ্কা হ্রাস পায়

জনগণকে স্বাস্থ্য ও সহযোগিতা সেবা পেতে যেভাবে সাহায্য করবেন:

- যেসব বিষয় বা যে জনগোষ্ঠীতে প্রয়োজনীয় সাহায্য পৌঁছেনি, সে বিষয়গুলোতে মনোযোগ আকর্ষণ করে (এবং যারা দায়িত্বশীল তাদেরকে দায়িত্ব পালন ও সমস্যা সমাধানের সুযোগ করে দেওয়ার মাধ্যমে)

জরুরি তথ্যের নমুনা

- §কী হচ্ছে?
- কেন?
- কোথায়?
- কে ঝুঁকিতে আছে?
- বিপদগুলো কী কী?
- কী করে আমি নিজেকে এবং সমাজকে বাঁচাতে পারি?
- কেউ অসুস্থ হয়ে পড়লে আমি কী করবো?
- কী ধরনের সাহায্য ও চিকিৎসা আছে এবং কোথায়, কীভাবে আমি তা পাবো?
- স্বাস্থ্যকেন্দ্রে যাওয়াটা কি নিরাপদ?
- কোনো হটলাইন নম্বর আছে? যদি থাকে, এর কাজ কী?
- কোন কোন সংস্থা সাহায্য করছে? (তাদের লোগোসহ তাদেরকে চেনার উপায় এবং কোন সংস্থা কী সাহায্য করছে, তা জানা)
- বর্জ্য কীভাবে নিষ্কাশন করবো?
- যারা বেঁচে যাবে, তাদের কী হবে?
- আক্রান্ত হয়েও যারা বেঁচে গেছে, তারা কি আমাকে এবং আমার পরিবারকে অসুস্থ করতে পারে?
- নিরাপদ থাকার জন্য কোনো ভ্যাক্সিন বা টিকা আছে কি?
- যদি কেউ বাবা-মাকে হারায়, সেই শিশুদের কে দেখাশোনা করবে?
- কতদিন এই জনস্বাস্থ্য সংকট চলতে পারে?
- আমরা কি আবার আগের জীবনযাপন চর্চায় ফিরে যেতে পারবো নাকি আমাদেরকে কোনও প্রতিরোধক ব্যবস্থা নিতে হবে?
- এই জনস্বাস্থ্য সংকটের পরে কি আরেকটি সংকট আসতে পারে? যদি আসে, আমরা কীভাবে তা প্রতিরোধ করবো?
- কখন আবার অফিস/কর্মক্ষেত্রে/বিদ্যালয়/শপিং সেন্টারে ফিরে যেতে পারবো বা কখন আবার ভ্রমণ শুরু করতে পারবো?
- কোথায় আরও তথ্য পাবো?

সমন্বয় করুন

সময়মতো, যথাযথ এবং নিয়মিতভাবে সমন্বিত তথ্য আদানপ্রদানের জন্য জনস্বাস্থ্য সংকটের সময় গণমাধ্যম এবং স্বাস্থ্যসেবাদানকারীদের একসাথে কাজ করতে হবে। কী হচ্ছে, তা জানতে এবং স্বাস্থ্য সংকটে যারা আক্রান্ত তাদের জন্য জরুরি তথ্য চিহ্নিত করতে অন্যান্য গণমাধ্যম, আন্তর্জাতিক ও দেশীয় সংস্থা একই সাথে সরকারি প্রতিষ্ঠানগুলোর সাথে লিয়াঁজো করে চলতে হবে। যদি সমন্বিত যোগাযোগ ব্যবস্থা ইতিমধ্যেই প্রতিষ্ঠিত থাকে, তাহলে সেখান থেকে সর্বোচ্চ সুবিধা নেওয়ার চেষ্টা করুন, সন্দেহ কমানোর চেষ্টা করুন এবং এই কাজগুলো বার বার করুন।

বাস্তবসম্মত ও বাস্তবায়নযোগ্য তথ্য দিন

সাধারণভাবে স্বাস্থ্য সংকটে গণমাধ্যম পরিস্থিতির সাধারণ দিকটি তুলে ধরে (যেমন- দুর্যোগের ভয়াবহতা বা মৃত্যুর সংখ্যা) এবং নেতিবাচক বিষয়গুলো সামনে আনে (যেমন মানুষ কতোটা কষ্ট করছে, সরকার ও দায়িত্বশীলরা কীভাবে ব্যর্থ ইত্যাদি)। কিন্তু এসব দুর্যোগে যেখানে মানুষ আক্রান্ত বা ঝুঁকিতে আছে সেখানে সবচেয়ে দরকার "এমন সংবাদ যা মানুষের কাজে লাগবে"।

আপনার সংবাদ ও অনুষ্ঠানে এমন বাস্তবসম্মত বিষয়গুলো যুক্ত করুন যে তথ্য মানুষ তার অবস্থার উন্নয়নে কাজে লাগাতে পারবে, যেমন- সংক্রমণ প্রতিরোধ করার জন্য করণীয় কী, কেউ অসুস্থ হয়ে পড়লে কী করবে এবং আরও তথ্য ও সহযোগিতা কোথায় পাবে- এ ধরনের সাধারণ কিছু বিষয়। নিশ্চিত করুন, যারা আক্রান্ত তাদের **জন্য** খবর দিন, তাদের **নিয়ে** খবর নয়।

কেস স্টাডি

নির্ভরযোগ্য কণ্ঠ

২০১২ সালে সোমালিয়ায় পোলিওর প্রাদুর্ভাব হয়েছিল। শ্রোতারা যাতে জেনেবুঝে পোলিওর টিকা বেছে নিতে পারেন, সে জন্য বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন আমাদের রেডিও অনুষ্ঠানে টিকাদানকারী এবং স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞের পাশাপাশি কয়েকজন কবিকেও নিয়ে এসেছিল।

কবিরা পোলিও এবং ভ্যাকসিন সম্পর্কে কবিতা রচনা করেন এবং অনুষ্ঠানে পড়ে শোনান আর স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞরা তথ্য বিশ্লেষণ করেন এবং পোলিও টিকাদানকারীরা জানান, তারা কেন টিকা দেন - এ বিষয়টি কমিউনিটিতে যাওয়ার সময় তাদের আস্থা তৈরি করেছিল।

বিস্তারিত দেখুন: https://www.bbc.co.uk/mediaaction/where-we-work/africa/somalia/polio-vaccination

নির্ভরযোগ্য ব্যক্তির কথা ব্যবহার করুন

মানুষ শুধু তাদের কথা ও পরামর্শই শোনে যাদের তারা বিশ্বাস করে। আর আপনার খবরের ওপর বিশ্বাস ও ভরসা নির্ভর করে খবরটি কোত্থেকে এসেছে তার ওপর। আপনার দর্শক-শ্রোতা-পাঠক আপনাকে তখনই বিশ্বাস করবে যখন আপনি আপনার খবরে বিশ্বাসযোগ্য মানুষকে ('কণ্ঠ') যুক্ত করেছেন। সামাজিক অবস্থা ও প্রেক্ষিতের ওপর ভিত্তি করে এমন নির্ভরযোগ্য কণ্ঠ হতে পারে কোনও সুপরিচিত ব্যক্তিত্ব, কমিউনিটি লিডার, স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞ এবং জনগণের 'নিজের মতো' কেউ - অর্থাৎ যাদের সাথে মানুষ নিজেকে সম্পর্কিত করতে পারে, যারা সঠিক পরামর্শ কাজে লাগিয়েছেন এবং তারা নিজেদের স্বাস্থ্য রক্ষায় সঠিক পদক্ষেপ নিয়েছেন এবং কোনো অনুমোদিত স্বাস্থ্যকেন্দ্রে চিকিৎসা নিয়েছেন।

ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা

সংকটে মানুষের অভিজ্ঞতা এবং অনুভূতিকে স্বাভাবিক করতে এবং নিজেকে একা না ভাবতে এবং সবার মধ্যে সমমর্মিতা তৈরি করতে জনস্বাস্থ্য সংকটে যারা সরাসরি বা পরোক্ষভাবে আক্রান্ত তাদের ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা খুবই গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে। ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা থেকে মানুষ বুঝতে পারে- এই সংকট শুধু সে একা মোকাবেলা করছে না, আরও অনেক মানুষ তার মতোই অনুভব করছে এবং একইভাবে মোকাবেলা করছে। ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতার মাধ্যমে দর্শক-শ্রোতা-পাঠক জানতে পারে কীভাবে মানুষ এই চ্যালেঞ্জ থেকে মুক্ত হয়েছে এবং নতুন পরিস্থিতিকে মানিয়ে নিয়েছে। এটা নিশ্চিত করুন যে, মানুষের যেসব 'ভয়েস' আপনি নিয়েছেন, তা যেন সেইসব কমিউনিটি থেকে হয়, যাদেরকে আপনি টার্গেট করেছেন, যেমন- যারা বাড়িতে সেবা দিচ্ছেন, বা যেসব বেশি অসহায় (ভালনারেবল) মানুষ যেমন বয়স্ক বা প্রতিবন্ধী ব্যক্তি, যারা আড়ালে থেকে যাচ্ছেন।

কথা বলুন

কার্যকর অনুষ্ঠানের ক্ষেত্রে দর্শক-শ্রোতার অংশগ্রহণ খুবই জরুরি। একই সাথে অনুষ্ঠানকে আকর্ষণীয় ও সক্রিয় করে তুলতে, এটি মানুষকে ঐক্যবদ্ধ করে এবং জনস্বাস্থ্য সংকট সম্পর্কে জেনে পরিস্থিতি আরও খারাপ হওয়া প্রতিরোধে পদক্ষেপ নিতে নিজেদের উজ্জীবিত করতে দর্শক-শ্রোতাকে সাহায্য করে।

দর্শক ইন্টারঅ্যাকশন-

- মানুষকে তাদের প্রয়োজন সম্পর্কে মতামত প্রকাশের সুযোগ দেয় এবং তারা তাদের প্রশ্ন বা উদ্বেগগুলো জানাতে পারে
- মানুষকে সমাজের সাথে ঐক্যবদ্ধ থাকার অনুভূতি তৈরি করে
- গণমাধ্যমের সাথে মানুষের অংশিদারিত্ব বোধকে শক্তিশালী করে
- সংকট মোকাবেলায় পদক্ষেপের ঘাটতিগুলো চিহ্নিত করতে এবং দায়িত্বশীলদের জবাবদিহি করতে সাহায্য করে
- ভুল তথ্যগুলো চিহ্নিত করতে ও সংশোধন করতে সাহায্য করে
- বিশেষজ্ঞ ও সাধারণ মানুষের মধ্যে তথ্যের আদানপ্রদানের প্রবাহ বৃদ্ধি করে
- মানুষকে নিজের জ্ঞান ও শিক্ষা অন্যদের জানিয়ে সঠিক পদক্ষেপ নিতে সহযোগিতা করে
- স্বাস্থ্য পরিস্থিতি সম্পর্কে ভীতি দূর করে তাদেরকে স্বাভাবিক করতে এবং পারস্পরিক সমঝোতা ও সমমর্মিতা গড়ে তুলতে সহযোগিতা করে
- আপনার অনুষ্ঠানটিকে আরো মানবিক করে তোলে এবং মানুষ যে গুরুত্বপূর্ণ এই বোধ তাদেরকে আরো বেশি সম্পৃক্ত করে
- আপনাকে আপনার দর্শক-শ্রোতা সম্পর্কে আরও ভাল করে জানতে এবং আপনার তথ্য ও কনটেন্ট তাদের সাথে মানিয়ে নিতে সহযোগিতা করে।

কীভাবে দর্শকের সাথে ইন্টারঅ্যাকশন করবেন

আপনার বর্তমান কর্মক্ষেত্রেই কীভাবে দর্শক-শ্রোতার সাথে ইন্টারঅ্যাকশন এবং সংযোগ তৈরি করবেন তা নিয়ে ভাবুন। এখানে কয়েকটা আইডিয়া দেওয়া হলো-

- কল-ইন শো (অর্থাৎ স্বাস্থ্য সংকট নিয়ে কোনো বিশেষজ্ঞের সাথে প্রশ্নোত্তর পর্ব)
- কোনো বিশেষজ্ঞের সাথে সামাজিক মাধ্যমে (যেমন ফেসবুক) প্রশ্নোত্তর পর্ব
- কুইজ, যেখানে দর্শক-শ্রোতারা টেক্সট মেসেজ বা কলের মাধ্যমে অংশগ্রহণ করতে পারে
- দর্শকশ্রোতাদের নিজের অভিজ্ঞতা বিনিময়
- ভক্সপপ
- "টাউন-হল" ধরনের কোনও লাইভ আলোচনা অনুষ্ঠান
- দর্শকশ্রোতাদের সাক্ষাৎকার

মনে রাখবেন, স্বাস্থ্য সংকট যদি সংক্রামক হয় এবং নিরাপত্তা ঝুঁকি থাকে, সেক্ষেত্রে মানুষকে একসাথে এক জায়গায় আনবেন না, সাক্ষাৎকার বা ভক্সপপ নিজে নেবেন না। পরিবর্তে, ফোনে বা অনলাইনে (যেমন- স্কাইপ বা মেসেজিং অ্যাপ) ইন্টারভিউ নিন। কোনো সম্ভাব্য আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে দেখা করতে যাওয়ার আগে বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিন।

আরও মনে রাখুন-

- আপনার দর্শকশ্রোতা সাধারণভাবে কোন প্রযুক্তি (যেমন- ফোন) ব্যবহার করেন যার মাধ্যমে তারা আপনার সাথে সংযুক্ত হবেন? সবার কাছেই কি সেই প্রযুক্তি আছে নাকি শুধু বিশেষ কিছু মানুষ সেই প্রযুক্তি ব্যবহার করছে (যেমন- শুধু ধনীরা)?
- দর্শকশ্রোতারা যদি সাড়া দেয়, তাদের ম্যানেজ করার মতো যথেষ্ট সামর্থ্য/প্রস্তুতি আপনার আছে? দর্শকের সাথে ইন্টারঅ্যাকশন শ্রম-সাপেক্ষ বিষয়, টেলিফোন ধরার জন্য যেমন লোক লাগবে আবার ভক্সপপ আনতে আপনাকে বাইরে যেতে হবে।
- কী কী নিরাপত্তা ঝুঁকি আপনাকে মনে রাখতে হবে? (যেমন দর্শকশ্রোতাদের বয়স এবং তাদের নিজেদের ঝুঁকি, আবার আপনার টিমের সদস্যদের নিরাপত্তা ঝুঁকি)
- যারা ইন্টারঅ্যাকশন করছে, তাদের পরিচয় গোপন রাখার প্রয়োজন আছে?
- বেশি ঝুঁকিপূর্ণ (ভালনারেবল) মানুষেরাও (অর্থাৎ বয়স্ক, শিশু, কিশোরী ও নারী, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি) যাতে সম্পৃক্ত হতে পারে, অথবা তারা যাতে আপনার অনুষ্ঠানে মর্যাদাপূর্ণভাবে প্রতিনিধিত্ব করতে পারে, তা নিশ্চিত করার কোনও পদ্ধতি আছে কি?

সবচেয়ে ঝুঁকিপূর্ণ ব্যক্তিদের কথা মনে রাখুন

যাদের স্বাস্থ্য সমস্যা আছে এবং যারা নিজেদের পুরোপুরি যত্ন নিজেরা নিতে সক্ষম নয়, যেকোনও জনস্বাস্থ্য সংকটে তারা সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকেন। তৃতীয় অধ্যায়ে আমরা ব্যাখ্যা করেছি, এই ঝুঁকিপূর্ণ দলে আছে শিশু, বয়স্ক, কিশোরী ও নারী (বিশেষ করে গর্ভবতী নারী), প্রতিবন্ধী ব্যক্তি এবং যাদের বর্তমানে অসুখ বা স্বাস্থ্য সমস্যা আছে।

আপনার অনুষ্ঠান পরিকল্পনায়, এই জনগোষ্ঠীর বিশেষ প্রয়োজনের কথা মনে রাখুন। সাধারণত অন্যদের চেয়ে বেশি বা অন্যরকম প্রয়োজন হতে পারে। তাই মনে রাখুন-

- তাদের কী প্রয়োজন?
- এই প্রয়োজনগুলো কীভাবে মেটানো হবে?
- কী ধরনের নিরাপত্তা ও সহযোগিতা তাদের দরকার?
- কে তাদের দেখাশোনা করবে এবং এই দেখাশোনা করার জন্য কী সহযোগিতা প্রয়োজন?

গুজব মোকাবেলা

সংক্রমণন বা রোগের মূল বিষয়গুলো অর্থাৎ এর কারণ, সংক্রমণ, প্রতিরোধ, চিকিৎসা ও জনগণের মধ্যে ভীতি ছড়ানোর মতো মিথ ও ভুল ধারণাগুলোকে সরাসরি চ্যালেঞ্জ করুন।

চিহ্নিত করুন

মানুষের মুখে মুখে বা সামাজিক মাধ্যমে দ্রুত ছড়িয়ে পড়তে পারে এমন গুজব ও ভুল তথ্য খুঁজে বের করুন।

কেস স্টাডি

ইন্টারঅ্যাকটিভ অনুষ্ঠান

২০১৪-২০১৬ সালে পশ্চিম আফ্রিকার ইবোলা প্রাদুর্ভাবের সময়, বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন একটি রেডিও আলোচনা ও কল-ইন শো তৈরি করে। স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞ অতিথির সাথে, শ্রোতারা রোগের প্রাদুর্ভাব, ইবোলা বিস্তার রোধে সনাতন অভ্যাসের কী কী পরিবর্তন করা প্রয়োজন এবং তারা যে গুজব শুনেছিল সে সম্পর্কে ফোনে প্রশ্ন করতে পারে।

যেসব প্রশ্নের উত্তর জানা দরকার, মানুষ এ অনুষ্ঠানে সে প্রশ্নের উত্তর পেয়েছিল, তারা তাদের অভিজ্ঞতা জানায়, ইবোলা ভাইরাস নিয়ে কী হচ্ছে এসব বিষয়ে পরিষ্কার হয় এবং কেন সনাতনী অভ্যাস বদলাতে হবে, সে বিষয়টি বুঝতে পারে।

বিস্তারিত দেখুন:
https://www.bbc.co.uk/mediaaction/where-we-work/africa/sierra-leone/sierra-leone-ebola-response

- **যাচাই করুন**
  যে গুজব বা সন্দেহজনক তথ্য ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে পড়ছে, তা মোকাবেলায় এর সত্যতা যাচাই করুন।

- **বিবেচনা করুন**
  গুজবের প্রতিক্রিয়া কী হবে? প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে এটি কোনো ক্ষতির কারণ হতে পারে?

- **সংশোধন করুন**
  যদি কোনো গুজব ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে পড়লে ক্ষতির কারণ হতে পারে, সঠিক তথ্যের মাধ্যমে এর মোকাবেলা করা আপনার দায়িত্ব। মিথ বা ভুল ধারণাকে চ্যালেঞ্জ করার ক্ষেত্রে এটা যে ভুল তথ্য, শুধু এটুকু বলাই যথেষ্ট নয়। যারা এই গুজব বা ভুল তথ্য বিশ্লেষণ করতে পারেন এবং সঠিক তথ্য সংবেদনশীল ও সম্মানজনকভাবে ব্যাখ্যা করতে পারেন, এমন নির্ভরযোগ্য সূত্র আপনার কাছে থাকতে হবে। দর্শকশ্রোতার সাথে আলোচনা করুন এবং তাদেরকে প্রশ্ন করার জন্য আমন্ত্রণ জানান, যাতে তারা ভবিষ্যতে শুধু সঠিক তথ্যটাই বিশ্বাস করে এবং ভুল তথ্য শনাক্ত করতে পারে।

গুজব মোকাবেলায় আরও তথ্যের জন্য সিডিএসি'র এই ম্যানুয়ালটি দেখুন: http://www.cdacnetwork.org/tools-and-resources/i/20181010155329-iatm5

কেস স্টাডি

গুজব মোকাবেলা

পোলিও টিকা সম্পর্কে মিথ্যা গুজবে সাম্প্রতিক বছরগুলিতে আফগানিস্তানে পোলিওর বিরুদ্ধে লড়াই বাধাগ্রস্ত হয়েছে। দাবি করা হয়েছে যে এটি অবৈধ, এটি প্রাণীর মূত্র থেকে তৈরি এবং এটি শিশুদের ক্ষতি করে, তাদের প্রজনন ক্ষমতা নষ্ট করে দেয়। স্বাস্থ্যসেবা কর্মী এবং কর্তৃপক্ষ স্থানীয় ধর্মীয় নেতাদের সাথে মিলে মানুষকে বোঝাতে সক্ষম হয়, এই টিকাগুলো নিরাপদ। পোলিও'র টিকা যে ইসলাম ধর্মে অবৈধ নয়, এ বিষয়টি সন্দেহে থাকা বাবা-মা'কে বোঝানোর জন্য ধর্মীয় নেতারা ফতোয়া জারি করেন এবং তা প্রিন্ট এবং ইলেক্ট্রনিক মিডিয়াতে প্রচার করা হয়।

বিস্তারিত দেখুন: https://www.irinnews.org/feature/2018/05/10/afghanistan-battles-polio-rumours-mistrust-and-negotiating-taliban

সঠিক যোগাযোগ

আপনার যোগাযোগ ও অনুষ্ঠান অভিগম্য, গঠনমূলক এবং কার্যকর করার জন্য নিচের শর্তগুলো পূরণ করা জরুরি।

- **বোধগম্য:** টার্ম, সংক্ষিপ্ত নাম বা জারগন বর্জন করুন। জনগণ যে ভাষায় বুঝবে সে ভাষায় কথা বলুন। যে টার্ম বা বাক্যাংশ দর্শকশ্রোতা সাথে সাথে বুঝতে পারবে না, তা সবসময় ব্যাখ্যা করে বুঝিয়ে দিন।
- **সঠিক:** ঠিক কথা বলুন! আপটুডেট থাকুন এবং প্রাসঙ্গিক স্বাস্থ্য বিষয় নিয়ে পড়াশোনা করুন। প্রতিরোধ প্রচেষ্টাকে বাধাগ্রস্ত করে এমন কোনও মিথ বা ভুল তথ্য দেবেন না। আপনার দেওয়া তথ্য ভুল বা অপূর্ণাঙ্গ মনে হলে আপনি দর্শকের আস্থা হারাবেন এবং এর ফলে ভালর থেকে ক্ষতি বেশি হতে পারে। যে ওষুধ বা ভ্যাক্সিন কয়েক সপ্তাহ বা কয়েক মাসেও আসবে না, আপনি আশ্বস্ত করছেন তা আগামীকালই আসছে- এর ফলে কী হতে পারে কল্পনা করুন। আপনি যদি কোনও ভুল তথ্য প্রদান করেন, যতো দ্রুত সম্ভব, তা সংশোধন করুন এবং সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে জানান, যাতে তারা এর প্রতিক্রিয়া মোকাবেলা করতে পারে।
- **আস্থাভাজন:** আস্থাভাজন হোন। আপনার তথ্য নির্ভরযোগ্য এটা নিশ্চিত করার পাশাপাশি আপনি আপনার দর্শকের কল্যাণের কথা ভাবেন এবং তাদের সাহায্য করতে চান- এটা প্রকাশ করুন। গুরুত্বপূর্ণ তথ্য আদানপ্রদানের ক্ষেত্রে সমাজের সম্মানীয় ব্যক্তিদের সাথে কাজ করুন। ভোগান্তির গল্পকে সেনসেনশানালাইজ বা এক্সপ্লয়েট করবেন না।
- **ধারাবাহিক:** আপনি যে মানুষকে পরস্পরবিরোধী তথ্য দিচ্ছেন না তা নিশ্চিত করতে অন্য যোগাযোগকর্মী, যেমন- স্থানীয় কর্তৃপক্ষ এবং যারা সামনে থেকে কাজ করছেন, তাদের সাথে সমন্বয় বজায় রাখুন। যদি তথ্যের মধ্যে গরমিল থাকে, তাহলে তা কেন হলো তা খুঁজে বের করুন এবং সেটাকে সংশোধন করার চেষ্টা করুন।
- **সমাধানমূলক:** মানুষকে এই সংকটের সমাধান খুঁজতে সহযোগিতা করুন। এই রোগের প্রতিরোধ ও চিকিৎসায় কী কী বাধা আছে, তা স্বীকার করুন এবং রোগের লক্ষণ আছে এমন মানুষের সম্পর্কে প্রচলিত ভীতি নিয়ে আলোচনা করুন। মানুষের ভীতি নিয়ে কথা বলুন এবং সম্ভাব্য সমাধান খুঁজে বের করুন, যেমন- ঝুঁকিপূর্ণ ঐতিহ্যবাহী আচরণ বা চর্চাগুলোর বিকল্প সামাজিক সমাধান নিয়ে আলোচনা করুন।

ওপরে
আক্রান্ত জনগোষ্ঠীর জন্য অডিও পডকাস্টে তৈরি করতে তাদের কাছ থেকে দৃষ্টিভঙ্গি, মতামত এবং প্রশ্ন সংগ্রহ করা
স্বত্ব: বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

- **বাস্তবসম্মত:** যদি সমাজের মানুষের কাছে সাবান না থাকে বা তারা এটা জোগাড় করতে সক্ষম না হয়, তাহলে মানুষকে সাবান দিয়ে হাত ধুতে বলবেন না। খুঁজে বের করুন, তারা এর বিকল্প কী ব্যবহার করে (যেমন ছাই), তাদেরকে সেটাই ব্যবহার করতে বলুন। সাধারণ এবং বাস্তবসম্মত সমাধান কী হতে পারে যাতে মানুষ মনে করে এই সংকটের নিয়ন্ত্রণ তাদের হাতে আছে?

- **বাস্তবায়নযোগ্য:** স্বাস্থ্যসেবা এবং জরুরি সেবা সহায়তার চাহিদা ও বাস্তবায়ন ব্যবস্থাপনায় সহযোগিতা করুন। খুঁজে বের করুন, কী কী সেবা পাওয়া যাচ্ছে (যেমন- হেল্পলাইন, চিকিৎসাকেন্দ্র, পরীক্ষাকেন্দ্র) এবং নিশ্চিত হোন কী করে মানুষ এই সেবাগুলো পেতে পারে। যেমন, নির্দিষ্ট কিছু লক্ষণের পরীক্ষা করাতে গিয়ে মানুষ কি উপকৃত হচ্ছে নাকি অন্য কোনও নির্দিষ্ট ঝুঁকির মুখে পড়ছে, কিংবা হেল্পলাইন কি শুধুই অফিসটাইমে খোলা থাকছে?

- **সমমর্মী:** আপনার কনটেন্টকে মানবিক করুন। মানুষের অনুভূতিকে নাড়া দিন। তাদেরকে ব্যক্তিগত গল্প বলুন বা স্বাস্থ্য কর্মী, সচেতনতা কর্মীদের গল্প বলুন, যারা স্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত হয়েছে এবং যারা এটা কাটিয়ে উঠেছেন, তাদের গল্প বলুন। অসুস্থ হওয়া অস্বস্তিকর এবং কখনো কখনো ভয়ানক। সুস্থ হয়ে ওঠাও কখনো কখনো ভীতিকর হতে পারে, বিশেষ করে পরিবার ও সমাজ কর্তৃক প্রত্যাখ্যাত হওয়ার ভীতি। একই কথা স্বাস্থ্যকর্মীদের ক্ষেত্রেও প্রযোজ্য, যারা জনস্বাস্থ্য সংকটে কাজ করতে গিয়ে আক্রান্ত হয়েছেন বা মারা গেছেন। মানুষকে তার ভীতির কথা বলতে দিন।
- **সংযোগ:** আপনার অনুষ্ঠানে দর্শকের মনোযোগ টানুন এবং তাদেরকে অংশ নিতে বলুন। তারা নিশ্চয়ই এরই মধ্যে স্বাস্থ্য বিষয়টি নিয়ে হতাশায় ভুগছে, বিশেষ করে যেসব জায়গা এখনো আক্রান্ত হয়নি কিন্তু ঝুঁকি রয়েছে। মানুষ যেন শোনে এবং বিষয়টি নিয়ে কথা বলে, সে জন্য নতুন নতুন পদ্ধতি খুঁজে বের করুন, তবে উত্তেজনা তৈরি করে (সেনসেশনালাইজিং) বা ভয় দেখিয়ে নয়। (নিচের ‘অন্য ফরম্যাটে ভাবুন’ অংশটি দেখুন)
- **ইতিবাচক:** স্বাস্থ্য সংকটে নেতিবাচক বিষয়গুলো নিয়ে ডিল না করার চেষ্টা করুন। ভীতি তৈরি করা খুবই সহজ। যদিও যোগাযোগ বিশেষজ্ঞদের অনেকে বলেন, যোগাযোগ পদ্ধতি হিসেবে ভীতি এবং শকের ব্যবহার করে জনসচেতনতা বাড়ানো যায়, কিন্তু এটা ভীতি এবং প্রত্যাখ্যান আশঙ্কাও বাড়িয়ে দেয়, ফলে স্বাস্থ্য সংকটে আচরণের যে পরিবর্তন দরকার, সেটা বন্ধ হয়ে যায়।

অন্য ফরম্যাট ভাবুন

খবর দেওয়ার জন্য ফরম্যাট বা সেগমেন্ট নিয়ে সৃজনশীল চিন্তা করুন। ধরুন, সংক্ষিপ্ত বিজ্ঞাপনধর্মী স্পটের মাধ্যমে কয়েকটা সাধারণ তথ্য দিয়ে দিতে পারেন, যেমন- “এই লক্ষণগুলো দেখলে এই নম্বরে ফোন করুন”। একই তথ্য বারবার বলে মানুষকে মনে রাখানোর ভাল পদ্ধতি গান।

কী করতে হবে বা কেন এবং কীভাবে করতে হবে তা বোঝার জন্য দীর্ঘ সেগমেন্টগুলো খুব কার্যকর। জটিল, সংবেদনশীল বা নিষিদ্ধ (ট্যাবু) বিষয়গুলো আলোচনার ক্ষেত্রেও এটা কার্যকর। সাক্ষাৎকার, আলোচনা এবং নাটকের মতো ফরম্যাটে আপনি বিষয়ের বিস্তারিত তুলে ধরতে পারেন এবং স্বাস্থ্য সংকটে মানুষের আক্রান্ত হওয়া, সম্পৃক্ত হওয়া এবং সমাধান হওয়ার বিষয়গুলো মানবিকভাবে উপস্থাপন করতে পারেন।

ঠিক মানুষকে ঠিক প্রশ্নটি করুন

অনেক মানুষের কাছে পৌঁছে যাওয়া খুবই শক্তিশালী উপায় গণমাধ্যম, কিন্তু এটা যেমন উপকারি হতে পারে, তেমনি ক্ষতিকরও হতে পারে। আমাদের গণমাধ্যম উপকারের জন্য ব্যবহৃত হচ্ছে, এটা নিশ্চিত করা আমাদের দায়িত্ব। জনস্বার্থে সঠিক আলোচক খুঁজে বের করা আমাদের মৌলিক দায়িত্ব। যথাযথ জ্ঞান, বিশ্বাসযোগ্যতা এবং বিষয় সম্পর্কে বলার সামর্থ্য আছে এমন মানুষ খুঁজে বের করুন। কোনও কোনও ক্ষেত্রে, একজন সিনিয়র রাজনীতিবিদের চেয়ে একজন কমিউনিটি স্বাস্থ্য কর্মী বা যিনি রোগ থেকে সুস্থ হয়ে উঠছেন এমন কেউ বেশি গুরুত্বপূর্ণ হতে পারেন। সেই প্রশ্নটিই করুন, যার উত্তর থেকে পরিষ্কার পরামর্শ বা সমাধান আসবে, মানুষের কোনো কাজে লাগবে না এমন অহেতুক তথ্য জানার কোনও দরকার নেই।

সাক্ষাৎকারের প্রশ্নের উদাহরণ

ইনফ্লুয়েঞ্জা প্রাদুর্ভাবের সময়ে বিশেষজ্ঞদেরকে যেসব প্রশ্ন করা যেতে পারে (অন্যান্য স্বাস্থ্য সংকটে বিষয়গুলো সে অনুসারে বদলে নিন):

- ইনফ্লুয়েঞ্জা কী?
- এটা কীভাবে ছড়ায়?
- কারও ইনফ্লুয়েঞ্জা হয়েছে, এটা সে কীভাবে বুঝবে?
- কেউ নিজে বা পরিচিত কেউ ইনফ্লুয়েঞ্জায় আক্রান্ত হয়েছে মনে করলে সে কী করবে?
- যদি কেউ মনে করে সে ইনফ্লুয়েঞ্জায় আক্রান্ত, তাহলে সে কোথায় এবং কীভাবে সাহায্য পাবে?
- ইনফ্লুয়েঞ্জার কোনও চিকিৎসা আছে?
- ইনফ্লুয়েঞ্জা ছড়ানো প্রতিরোধে আমি কী করতে পারি?
- কেউ ইনফ্লুয়েঞ্জা থেকে সেরে উঠলে আমি কী করে তাকে সহযোগিতা করবো?

ক্ষতি করবেন না

জনস্বাস্থ্য সংকটে, গণমাধ্যম অনেক সময় উপকার করতে গিয়ে বেশি ক্ষতি করে ফেলে। তাই তথ্যের সত্যতা নিশ্চিত করার পাশাপাশি, আপনি কী তথ্য দিতে যাচ্ছেন এবং এটা কীভাবে ব্যাখ্যা করা হতে পারে, তাও বিবেচনা করা দরকার।

যেমন ধরুন, কোনও সংকটে মানুষের নিরাপদ পানির ব্যবস্থা নেই, তাই একটি সাহায্যকারী সংস্থা তাদের মাঝে ক্লোরিন ট্যাবলেট বিতরণ করছে। মানুষকে বলা হচ্ছে, রোগ থেকে বেঁচে থাকতে হলে তাদেরকে এই ট্যাবলেট ব্যবহার করতে হবে। কিন্তু বেশ কয়েকটি জায়গায় দেখা গেছে, **কীভাবে** এই ট্যাবলেট ব্যবহার করবে, তা ব্যাখ্যা না করায়, মানুষ ট্যাবলেটটি পানিতে না মিশিয়ে সরাসরি খেয়ে ফেলছে, যা তার স্বাস্থ্যের জন্য আরও ক্ষতিকর। অর্থাৎ অসম্পূর্ণ তথ্য উপকারের চেয়ে ক্ষতি বেশি করে।

বিভিন্ন টার্ম, বাক্যাংশ বা তথ্য কী করে ভুল ব্যাখ্যা হতে পারে বা মানুষের মধ্যে ভীতি সৃষ্টিতে ব্যবহৃত হতে পারে, সেটা আপনি বোঝেন, এটা নিশ্চিত করুন এবং এগুলো পরিহার করার চেষ্টা করুন। যেমন, ভিকটিম (রোগের শিকার) না বলে আক্রান্ত ব্যক্তি বলুন। মানুষকে রোগ "ছড়ানো"র জন্য দোষারোপ করা পরিহার করুন। বরং "রোগটির সংক্রমণ"-এর মতো ভাষা ব্যবহার করুন। কোনও একটি গোষ্ঠীকে রোগের কারণ বা রোগ ছড়ানোর জন্য সম্পর্কিত করবেন না। কীভাবে রোগটি আক্রমণ করে এবং আক্রান্ত হলে ভীতি না ছড়িয়ে বা বিচ্ছিন্ন না হয়ে কোন্ ধরনের এবং কতোজন মানুষ তার সাথে যোগাযোগ করতে পারবে এই বিষয়টি মানুষ বুঝতে পারে, তা নিশ্চিত করুন।

যদি কারও প্রিয়জন রোগে আক্রান্ত হয়, সহানুভূতিশীল হোন। রোগমুক্তি হোক কিংবা রোগে মৃত্যু হোক, মানুষ এ সময় শারীরিক ও মানসিকভাবে ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থায় থাকে। এ অবস্থায় করণীয় সম্পর্কে নিচে বলা হয়েছে।

আক্রান্ত ব্যক্তির সাক্ষাৎকার কৌশল

মানুষের সাথে প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে কথা বলার আগে-

আপনার যদি জনস্বাস্থ্য সংকটে সরাসরি আক্রান্ত কোনও ব্যক্তির সাথে কথা বলার পরিকল্পনা থাকে, নিজেকে বা অন্য কাউকে ঝুঁকিতে ফেলবেন না। প্রথমে কর্তৃপক্ষ এবং স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞদের সাথে কথা বলে এ কাজে প্রয়োজনীয় নিরাপত্তা এবং আপনার কী কী প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা নেওয়া দরকার, তা জেনে নিন।

সাক্ষাৎকার আয়োজনের সময়, বিষয়গুলো কী এবং জনস্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত ব্যক্তিটি কী ধরনের চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করছে এবং সাক্ষাৎকারের সময় তার সাথে কীভাবে কথা বলতে হবে- এই বিষয়গুলো আপনার সহযোগী কর্মীদের সাথে আলাপ করে তাদেরকে প্রস্তুত করুন।

প্রাক-সাক্ষাৎকার

আলাপ শুরু করা আগে নিশ্চিত করুন, কী কী বিষয়ে আলোচনা হবে, সেটা সাক্ষাৎকারদাতা জানেন এবং এ বিষয়ে কথা বলতে তার আপত্তি নেই।

সাক্ষাৎকারের সময়

সাক্ষাৎকার শুরুর আগে সাক্ষাৎকারের বিষয়, কোথায় কখন প্রচারিত হবে সবকিছু বিস্তারিত জানিয়ে সাক্ষাৎকারদাতার সম্মতি নিন, যাতে সে জানতে পারে কেন তার সাক্ষাৎকার নেওয়া হচ্ছে এবং এই সাক্ষাৎকার কোথায় ব্যবহার করা হবে। সাক্ষাৎকারের সময় মানসিক সহায়তার জন্য সে হয়তো কাউকে সাথে রাখতে চাইতে পারে।

জনস্বাস্থ্য সংকটে আক্রান্ত কারও চাহিদা সাক্ষাৎকার গ্রহণকারীর চাহিদার চেয়ে বেশি গুরুত্বপূর্ণ। যদি সাক্ষাৎকারদাতা ক্লান্ত বা অবসন্ন হয়ে পড়েন বা সাক্ষাৎকার শেষ করে দিতে চান, তার ইচ্ছাকে সম্মান দিন।

বৃত্তের বাইরেও দেখুন

জনস্বাস্থ্য সংকট মানুষের স্বাস্থ্য ছাড়াও আরও অনেক কিছুকে আক্রান্ত করে। মানুষের জীবনযাত্রা, শিক্ষা, দৈনন্দিন রুটিন, খাদ্য ও নিয়মিত চিকিৎসা প্রাপ্তির মতো বিষয়গুলো এই পরিস্থিতিতে মারাত্মকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়। এই বিষয়গুলোও অনুষ্ঠানে অন্তর্ভুক্ত করার চেষ্টা করুন।

যদি মানবিক বিপর্যয়ের সময়ে স্বাস্থ্য সংকট দেখা দেয়, তাহলে অনেকগুলো স্বাস্থ্য সমস্যা নিয়ে কথা বলতে হবে, এর বাইরেও আরও অনেক বিষয় আছে, যা মানুষ প্রত্যক্ষ করেছে (যেমন স্বজন, বসতি, জীবনযাত্রা হারানো, এবং ট্রমায় আক্রান্ত হওয়া)।

৫. আরও জানতে তথ্যসূত্র

The Health Communication Capacity Collaborative (HC3)
https://healthcommcapacity.org/hc3-project-materials/?fwp_health_area=emergency-preparedness

World Health Organization
Emergency resources:
http://www.who.int/emergencies/en/

Communicating in emergencies guidelines:
https://www.who.int/risk-communication/guidance/download/en/

Médecins Sans Frontières (MSF)
https://www.msf.org.uk/issues

The Centers for Disease Control (CDC)
https://www.cdc.gov/

BBC Media Action guides on communication for health and other emergencies
Lifeline:
https://www.bbcmediaactionilearn.com/course/view.php?id=187

The Pulse:
https://www.bbcmediaactionilearn.com/course/view.php?id=138

A synthesis of research findings on broadcasting in emergencies:
https://www.bbc.co.uk/mediaaction/publications-and-resources/research/reports/Humanitarian-broadcasting-in-emergencies-synthesis-report-2015

আন্তর্জাতিক রেড ক্রস এবং রেড ক্রিসেন্ট সোসাইটি ফেডারেশনের জন্য বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন এই প্রকাশনাটি তৈরি করেছে। ব্যুরো অব গ্লোবাল হেলথ, ইউএসএআইডি-এর পিআইও অনুদান জিএইচ-জি-০০-০৮-০০০০৬ এবং এআইডি-জিএইচ-আইও-১৭-০০০০২ এর সহায়তায় মাধ্যমে এই প্রকাশনাটি বাস্তবায়িত হয়েছে। এখানে যেসব মতামত প্রকাশিত হয়েছে, তা সংশ্লিষ্ট লেখকের এবং তা ইউএসএআইডি'র দৃষ্টিভঙ্গির সাথে না-ও মিলতে পারে।

© বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন ২০১৮

আরও তথ্যের জন্য যোগাযোগ:

টেলিফোন +৪৪ (০) ২০ ৭৪৮১ ৯৭৯৭

ফ্যাক্স +৪৪ (০) ২০ ৭৪৮৮ ৯৭৫০

ইমেইল media.action@bbc.co.uk

ওয়েব bbcmediaaction.org

রেজিস্টার্ড অফিস

বিবিসি মিডিয়া অ্যাকশন

ব্রডকাস্টিং হাউস

পোর্টল্যান্ড প্লেস

লন্ডন ডব্লিউআইএ আইএএ

যুক্তরাজ্য

নিবন্ধন দাতব্য নম্বর (ইংল্যান্ড ও ওয়েলস): ১০৭৬২৩৫

BBC MEDIA ACTION
TRANSFORMING LIVES THROUGH MEDIA AROUND THE WORLD

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE