

यदि आपको अव्यक्त टीबी संक्रमण है तो इसका क्या मतलब है?

इसका मतलब है कि बीमारी का कारण बनने वाला टीबी बैक्टीरिया आपके शरीर में है लेकिन यह निष्क्रिय है और आप किसी भी लक्षण का अनुभव नहीं करते हैं और न ही संक्रमण फैलाते हैं। हालाँकि, यह सक्रिय हो सकता है और एक सक्रिय चरण में प्रगति कर सकता है जब आपके शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर होती है।



आपको अव्यक्त टीबी का संक्रमण कैसे होता है?

तपेदिक (टीबी) बैक्टीरिया हवा के माध्यम से उन बूंदों में फैल सकता है जो एक संक्रमित व्यक्ति के मुँह या नाक से आती हैं जब वे खांसते हैं, छींकते हैं, बात करते हैं या हंसते हैं। जो लोग किसी ऐसे व्यक्ति के साथ बहुत समय बिताते हैं जिसे टीबी है, जैसे परिवार के सदस्य, दोस्त या सहकर्मी, कीटाणुओं को साँस में ले सकते हैं और संक्रमित हो सकते हैं। आवश्यक परीक्षण करके ही आपके संक्रमण की पुष्टि की जा सकती है।

आपको टीबी की जाँच कब करानी चाहिए?

- यदि आपने किसी टीबी रोगी या किसी ऐसे व्यक्ति के साथ लंबा समय बिताया है जिसे टीबी होने का संदेह है।
- यदि आपको एचआईवी संक्रमण या कोई अन्य बीमारी है जो आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली को कमजोर करती है, जिसमें कैंसर, मधुमेह और गुर्दे की बीमारियाँ शामिल हैं।

- यदि आप टीबी के लक्षण दिखा रहे हैं और आपके चिकित्सक ने आपसे परीक्षण कराने का अनुरोध किया है।
- यदि आपके कार्यस्थल पर आपको परीक्षण देने की आवश्यकता है, जैसे कि स्वास्थ्य कार्यकर्ता।
- नए निवास वीजा आवेदक और चिकित्सा फिटनेस जांच के रूप में प्रवासियों के लिए नवीनीकरण।

टीबी परीक्षण क्या हैं?



टीबी त्वचा परीक्षण



टीबी रक्त परीक्षण



छाती का एक्स-रे

छाती का एक्स-रे जो आपके फेफड़ों में टीबी के लक्षण की जांच करता है।

- चेस्ट एक्स-रे जो आपके फेफड़ों में टीबी के संकेत की तलाश करता है।

आपको अव्यक्त टीबी संक्रमण का इलाज क्यों करवाना चाहिए?

- टीबी की दवाएं शरीर में टीबी के कीटाणुओं को मारने का एकमात्र प्रभावी तरीका है।
- यदि आप कीटाणुओं के कारण बीमार हो जाते हैं:
 - आप अपने परिवार और दोस्तों में टीबी फैला सकते हैं।
 - आपको अपने काम को बाधित करना होगा और अपने परिवार और दोस्तों से तब तक दूर रहना होगा जब तक कि आप संक्रामक नहीं हो जाते

अव्यक्त टीबी उपचार विधियाँ क्या हैं?

यदि आपको टीबी संक्रमण का पता चला है, तो बीमारी को फैलने से रोकने के लिए पूर्ण उपचार से गुजरना महत्वपूर्ण है।

- अपने डॉक्टर की सलाह के अनुसार 3 से 6 महीने की अवधि के लिए नियमित रूप से एंटीबायोटिक्स लेना।
- टीबी संक्रमण दवाएं आमतौर पर सुरक्षित होती हैं, हालांकि, दुष्प्रभाव हो सकते हैं जिन्हें कुछ मामलों में चिकित्सा ध्यान और बाद में निलंबन या प्रतिस्थापन की आवश्यकता हो सकती है।

नोट: उपचार अवधि के दौरान मूत्र या आँसू जैसे शरीर के तरल पदार्थों का रंग नारंगी हो सकता है, लेकिन चिंता करने की कोई आवश्यकता नहीं है क्योंकि यह टीबी की एक दवा से अपेक्षित प्रभाव है और उपचार के बाद सामान्य हो जाएगा।

उपचार अवधि के दौरान, आपको चाहिए:

- उपचार शुरू करने से पहले अपने डॉक्टर को निम्नलिखित के बारे में सूचित करें:
 - दवा के बारे में आपके प्रश्न।
 - यदि आप मादक पेय पदार्थों का सेवन करते हैं।
 - यदि आप वर्तमान में कोई अन्य दवा ले रहे हैं।
 - यदि आप एक महिला हैं: अपने डॉक्टर को बताएं कि क्या आप गर्भवती हैं, गर्भ धारण करने की योजना बना रही हैं, या जन्म नियंत्रण दवाएं ले रही हैं।
- जब आप किसी भी कारण से किसी भी स्वास्थ्य सुविधा केंद्र में जाते हैं, तो डॉक्टर को बताएं कि आप टीबी संक्रमण की दवाएं ले रहे हैं।
- अपने डॉक्टर द्वारा निर्धारित सभी दवाओं को नियमित रूप से लेना सुनिश्चित करें।
- निर्देश के अनुसार अपनी सभी क्लिनिक नियुक्तियों को बनाए रखें

निम्नलिखित सुझाव आपके लिए दवा लेने में सहायक हो सकते हैं:

- अपनी दवा हर दिन एक ही समय पर लेना।
- आपको अपनी दवा के समय की याद दिलाने के लिए एक अलार्म सेट करें।
- आप अपने परिवार के किसी सदस्य या मित्र से आपको याद दिलाने के लिए कह सकते हैं।
- डेस्क या रेफ्रिजरेटर पर एक रिमाइंडर नोट रखें।
- दवा को नियमित रूप से लेने के लिए संलग्न खुराक तालिका का उपयोग करें।



समय पर दवा लें

यदि आपको निम्नलिखित में से कुछ समस्या है तो तुरंत कॉल करें या निकटतम स्वास्थ्य संस्थान में जाएं: (क्लिनिक विजिट के दौरान संपर्क नंबर दिया जाएगा)

- भूख न लगना
- पेट में दर्द या बेचैनी
- बुखार
- मतली या उल्टी
- कोला रंग का मूत्र या हल्के रंग का मल
- खरोंच या रक्तस्राव की उपस्थिति
- त्वचा पर चकत्ते या खुजली
- त्वचा या आंखों का पीला पड़ना
- अत्यधिक कमजोरी या थकान
- हाथों या पैरों में दर्द, झुनझुनी या सुन्नता
- चक्कर आना

टीबी संक्रमण की रोकथाम के तरीके क्या हैं?

- भीड़भाड़ वाली जगहों से दूर रहें और उचित वेंटिलेशन सुनिश्चित करें।
- धूम्रपान, विशेष रूप से शीशा और मादक पेय पदार्थ छोड़ दें।
- शारीरिक गतिविधि और स्वस्थ आहार बनाए रखें।
- व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखें और हाथों को अच्छी तरह से धोएं।
- छींकते या खांसते समय मुंह को ढकें और जमीन पर थूकने से बचें।



पूछताछ के लिए या नियुक्ति में शामिल न होने के लिए

कॉल करें.....

अपनी दवाओं पर नज़र रखने को आसान बनाने के लिए, निम्नलिखित तालिका का उपयोग करें। प्रत्येक दिन एक चेकमार्क और तारीख रखें जब आप पूरी अवधि के लिए अपनी दवा लेते हैं:

रेजीमेन 3HR/4R

1 से 30 दिन तक खुराक

तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें 2	खुराक संख्या
	✓/x			✓/x			✓/x	
		1			11			21
		2			12			22
		3			13			23
		4			14			24
		5			15			25
		6			16			26
		7			17			27
		8			18			28
		9			19			29
		10			20			30

31 से 60 दिन तक खुराक

तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या
	✓/x			✓/x			✓/x	
		31			41			51
		32			42			52
		33			43			53
		34			44			54
		35			45			55
		36			46			56
		37			47			57
		38			48			58
		39			49			59
		40			50			60

61 से 90 दिन तक खुराक

तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या
	✓/x			✓/x			✓/x	
		61			71			81
		62			72			82
		63			73			83
		64			74			84
		65			75			85
		66			76			86
		67			77			87
		68			78			88
		69			79			89
		70			80			90

91 से 120 दिन तक खुराक

तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या	तिथि	दवा लें	खुराक संख्या
	✓/x			✓/x			✓/x	
		91			101			111
		92			102			112
		93			103			113
		94			104			114
		95			105			115
		96			106			116
		97			107			117
		98			108			118
		99			109			119
		100			110			120

नोट:

यदि आप अपनी दवा लेना भूल जाते हैं, तो इन दिशानिर्देशों का पालन करें:

- यदि आपको उसी दिन याद है, तो याद आते ही खुराक लें।
- यदि दिन बीत चुका है, तो छूट गई खुराक को छोड़ दें और सामान्य समय पर अगली निर्धारित खुराक लें। अपने इलाज करने वाले चिकित्सक को एक खुराक न मिलने के बारे में सूचित करें।

सावधान रहें! !

- कभी भी एक ही दिन में दवाओं की दो खुराक न लें

हां

हम कर सकते हैं टीबी का अंत

Sponsored by:



www.moh.gov.om



OmaniMOH



OmanHealth



(+968) 24441999



وزارة الصحة
Ministry of Health



अव्यक्त टीबी



"हां"

हम टीबी को खत्म कर सकते हैं"

HINDI