आरोग्य प्राप्ति

यदि आपको फेफड़े या गले की टीबी की बीमारी है तो आपको अलग रहने की आवश्यकता होगी। दवा लेने के कुछ हफ़्तों के बाद आप अलग-थलग रहना बंद कर सकते हैं और अपनी सामान्य दैनिक गतिविधियों पर वापस लौट सकते हैं। जब तक आप निर्देश के अनुसार दवा लेते हैं, तब तक आप बीमारी को दूसरों तक पहुँचाने के खतरे में नहीं होंगे।

यदि आपके शरीर के अन्य भागों में टीबी की बीमारी है, या आपको अव्यक्त टीबी संक्रमण है, तो आपको अलग होने की आवश्यकता नहीं है और आप अपनी सामान्य दैनिक गतिविधियों को जारी रख सकते हैं। आपको केवल अपनी सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स के निर्देशानुसार अपनी दवा लेने की आवश्यकता है।

—

निकट संपर्क

जो लोग फेफड़ों या गले के टीबी रोग वाले किसी व्यक्ति के निकट संपर्क में रहे हैं, उन्हें इस बीमारी की चपेट में आने का खतरा हो सकता है।

यदि आपको परीक्षण करवाने की आवश्यकता है तो एक सार्वजनिक स्वास्थ्य पेशेवर आपसे संपर्क करेगा।

निकट संपर्कों के लिए परीक्षण

सार्वजनिक स्वास्थ्य पेशेवर द्वारा संदर्भित लोगों के लिए टीबी परीक्षण निःशुल्क है।

परीक्षण किसी की उम्र के आधार पर भिन्न होता है:

- छोटे बच्चों का मंटौक्स परीक्षण होता है। इसमें एक छोटा इंजेक्शन लेना शामिल है, जिसे तीन दिन बाद चेक किया जाता है।
- बड़े बच्चों और वयस्कों का एक रक्त परीक्षण होता है, जिसे क्वांटिफेरॉन कहा जाता है।

आपके परीक्षण के बाद आपको पब्लिक हेल्थ नर्स से और जानकारी मिलेगी कि आपको आगे क्या करना है।

अधिक जा नकारी के लिए

क्षयक्षरोगक्ष(टीबी)क्ष-क्ष RPH:
https://www.rph.org.nz/public-health-topics/illness-and-disease/tuberculosis-tb/

बीसीजीक्षटीकाकरणक्ष-क्षएआरपीएचएस:
https://www.rph.org.nz/health-professionals/immunisation/

क्षयक्षरोगक्ष(टीबी)क्ष-क्षहेक्षक्षनेविगेटर:
www.healthnavigator.org.nz/health-a-z/t/tuberculosis

Te Whatu Ora
Health New Zealand

WELLINGTON REGION PUBLIC HEALTH
T: 04 570 9002

Hindi

क्षय रोग (टीबी)

Te Whatu Ora
Health New Zealand

टीबी एक गंभीर बीमारी है जो एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकती है।

जबकि यह कुछ लोगों को बहुत बीमार कर सकता है, इसका उपचार भी किया जा सकता है और इसे ठीक किया जा सकता है।

टीबी के प्रकार

टीबी के कीटाणुओं में सांस लेने वाला हर व्यक्ति अस्वस्थ या संक्रामक नहीं होता है, क्योंकि हर किसी की प्रतिरक्षा प्रणाली (जो आपके शरीर की सुरक्षा है) अलग-अलग तरीकों से प्रतिक्रिया करती है।

अव्यक्त टीबी संक्रमण

कुछ लोगों का शरीर टीबी के कीटाणुओं को नियंत्रित कर सकता है और उन्हें 'नींद' में डाल सकता है। यदि ऐसा होता है तो आपके शरीर ने टीबी के कीटाणुओं को नष्ट नहीं किया है, लेकिन वे आपको बीमार नहीं कर सकते हैं और आप दूसरों के लिए संक्रामक नहीं होंगे। इसे अव्यक्त टीबी संक्रमण कहते हैं। लगभग 10 में से 3 लोग जो टीबी के कीटाणु में सांस लेते हैं, उन्हें अव्यक्त टीबी संक्रमण हो जाता है।

टीबी रोग

कुछ लोग जो टीबी के कीटाणु में सांस लेते हैं वे टीबी के कीटाणु को नियंत्रित नहीं कर पाते हैं और बीमार हो जाते हैं। इसे टीबी रोग कहते हैं।

यदि आपको लेटेंट टीबी संक्रमण है और आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर है, तो आप टीबी की बीमारी भी विकसित कर सकते हैं, जिससे टीबी के कीटाणु 'जाग' जाते हैं।

यदि टीबी के कीटाणु आपके फेफड़ों या आपके गले को संक्रमित करते हैं तो आप टीबी के कीटाणुओं को दूसरों तक पहुंचा सकते हैं।

यदि टीबी के कीटाणु आपके शरीर के अन्य भागों को संक्रमित करते हैं, लेकिन आपके फेफड़े या गले को नहीं, तो आप अन्य लोगों को टीबी से बीमार नहीं कर सकते। सभी प्रकार के टीबी रोग के उपचार की आवश्यकता होती है।

टीबी कैसे फैलता है

आपको केवल उसी व्यक्ति से टीबी हो सकता है जिसे फेफड़े या गले की टीबी की बीमारी हो। जब वे दूसरों के पास खांसते, छींकते या गाते हैं तो वे कीटाणु फैला सकते हैं।

एक ही घर में रहने वाले लोगों को टीबी रोग होने का सबसे अधिक खतरा होता है।

टीबी आसानी से नहीं फैलता है और किसी ऐसे व्यक्ति से इसे पकड़ने में घंटों लग जाते हैं जिसे टीबी की बीमारी है।

लक्षण

यदि आपको टीबी की बीमारी है तो आप अनुभव कर सकते हैं:

- वजन घटना
- भूख में कमी
- बुखार
- पसीना आना (विशेषकर रात में)
- हर समय कमजोरी या थकान महसूस होना
- गर्दन की ग्रंथियां सूजी हुई हों
- उनके शरीर के उन हिस्सों में दर्द जो संक्रमित हैं

यदि टीबी की बीमारी आपके फेफड़ों या गले में है तो आप:

- तीन सप्ताह या उससे अधिक समय से लगातार खांसी हो
- खाँसी या थूक में खून आना
- सीने में दर्द या सांस लेने में तकलीफ का अनुभव करें

यदि आपको अव्यक्त टीबी संक्रमण है तो आपको कोई लक्षण नहीं होगा।

यदि आपको चिकित्सा सलाह की आवश्यकता है तो अपने डॉक्टर से संपर्क करें, या 0800 611 116 पर किसी भी समय हेल्थलाइन को मुफ्त में कॉल करें।

जिन लोगों को टीबी रोग विकसित होने का अधिक खतरा है

कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली वाले लोगों में टीबी रोग विकसित होने का खतरा अधिक होता है।

इसमें निम्न शामिल हो सकते हैं:
- शिशुओं और छोटे बच्चों में
- बुज़ुर्ग
- मधुमेह, गुर्दे की विफलता, कैंसर या एचआईवी जैसी अंतर्निहित स्वास्थ्य स्थितियों वाले लोग
- प्रतिरक्षा कम करने वाली दवाएं लेने वाले लोग
- जो लोग धूम्रपान करते हैं या शराब के आदी हैं

उपचार

टीबी के कीटाणुओं को मारने वाली विशेष एंटीबायोटिक्स लेकर टीबी का इलाज किया जा सकता है। ये न्यूजीलैंड में रहने वाले किसी भी व्यक्ति के लिए निःशुल्क हैं। एक पब्लिक हेल्थ नर्स ये आपको प्रदान करेगी, उन्हें लेने का तरीका बताएगी, और नियमित रूप से आपकी जांच करेगी। आपकी टीबी स्वास्थ्य विशेषज्ञ के साथ नियमित मुलाकात भी होगी।

टीबी के कीटाणुओं को मारने के लिए आपको अपनी सभी दवाएं लेनी चाहिए। यदि आप लगातार अपनी दवा लेना छोड़ देते हैं तो टीबी के कीटाणु प्रतिरोधक बन सकते हैं। इससे इलाज करना कठिन हो जाता है और आप फिर से बीमार हो सकते हैं।

टीकाकरण

न्यूजीलैंड में टीबी का टीका शिशुओं और पांच वर्ष से कम उम्र के छोटे बच्चों के लिए मुफ्त में उपलब्ध है, जिन्हें टीबी होने का अधिक खतरा है। इसे बीसीजी वैक्सीन कहा जाता है। यह छोटे बच्चों को बीमारी के कुछ सबसे खतरनाक रूपों से बचाता है। अधिक जानने के लिए देखें: www.arphs.health.nz/bcg