THE TRUTH ABOUT TB

மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கான உங்களது சிகிச்சை குறித்து

டிபி என்பது என்ன?

காசநோய் (டிபி) என்பது பாக்டீரியாவால் ஏற்படும் ஒரு உடல்நலக்குறைவு ஆகும். தனது நுரையீரலில் டிபி உள்ள ஒருவர் இருமினால் அல்லது தும்மினால், அவர் டிபி பாக்டீரியாவை காற்றில் பரவச் செய்கிறார். நீங்கள் இந்த பாக்டீரியாவைச் சுவாசித்தால், கீழ்வரும் மூன்று நிகழ்வுகளில் ஒன்று நிகழும்:

- உங்களது உடலானது டிபி பாக்டீரியாவைக் கொல்கிறது, எனவே இப்பொழுதோ அல்லது எதிர்காலத்திலோ அது உங்களுக்குத் தீங்கு ஏற்படுத்தாது.
- இந்த டிபி பாக்டீரியா உங்களை நோயுறச் செய்யும் – இது **செயல்படும் டிபி** எனப்படும்
- இந்த டிபி பாக்டீரியா உங்களது உடலில் செயல்படா நிலையில் இருக்கும் – இது **மறைந்திருக்கும் டிபி** எனப்படும்.

செயல்படும் டிபி குறித்து

டிபி குறித்து மக்கள் பேசும்போது, அவர்கள் 'செயல்படும் டிபி' என்று பொருள்கொள்ள முனைகிறார்கள். உங்களுக்கு செயல்படும் டிபி இருப்பின், அந்த பாக்டீரியா உங்களை நோயுறச் செய்யும், மேலும் நீங்கள் மற்றவர்களுக்கு டிபி-ஐ பரப்பக்கூடும். உங்களது உடல் நலனுக்கு செயல்படும் டிபி மிகவும் தீங்காக அமையலாம், ஆனால் மருந்தைக் கொண்டு சிகிச்சையளிப்பதன் மூலம் அதைக் குணப்படுத்த இயலும்.

மறைந்திருக்கும் டிபி குறித்து

உங்களுக்கு மறைந்திருக்கும் டிபி இருக்குமானால், உங்கள் உடம்பிலுள்ள டிபி பாக்டீரியா 'உறங்கிக்கொண்டிருக்கும்'. நீங்கள் நோயுற்று இருக்கமாட்டீர்கள், மேலும் உங்களால் மற்றவர்களுக்கு டிபி-ஐ பரப்ப இயலாது. இருப்பினும், அந்த பாக்டீரியாவானது எதிர்காலத்தில் 'விழித்துக்கொண்டு', செயல்படும் டிபி உங்களை நோயுறச் செய்யக்கூடும். நல்ல செய்தி என்னவென்றால் இவ்வாறு நடப்பதைத் தவிர்க்க மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கு **சிகிச்சையளிக்க இயலும்.**

> நீங்கள் பிசிஜி தடுப்பூசி போட்டிருந்தாலும் கூட, உங்களுக்கு மறைந்திருக்கும் அல்லது செயல்படும் டிபி உண்டாகலாம்.

எனக்கு மறைந்திருக்கும் டிபி இருப்பதை நான் எப்படி அறியலாம்?

மறைந்திருக்கும் டிபி உங்களுக்கு இருக்குமானால், உங்களுக்கு அறிகுறிகள் எதுவும் இருக்காது. மறைந்திருக்கும் டிபி உங்களுக்கு இருப்பதை அறிந்துகொள்வதற்கான ஒரே வழி ஒரு இரத்தப் பரிசோதனை அல்லது சருமப் பரிசோதனை செய்துகொள்வதாகும். மறைந்திருக்கும் டிபி உங்களுக்கு இருக்குமானால் தற்போது உங்களுக்கு அளிக்கப்படும் மருத்துவச் சிகிச்சையானது, பாக்டீரியா விழித்துக்கொண்டு உங்களுக்குத் தீங்கிழைக்கும் வாய்ப்பு கிடைக்கும் முன்னர் அந்த பாக்டீரியாவைக் கொன்றுவிடும்.

> வருமுன் காப்பது நல்லது

எனக்கு செயல்படும் டிபி உண்டாகுமா?

மறைந்திருக்கும் டிபி உடையவர்களில் 10% (பத்தில் ஒன்று) வரை உள்ளவர்களுக்கு எதிர்காலத்தில் செயல்படும் டிபி உண்டாகும். நீங்கள் அவர்களில் ஒருவராக இருக்கக்கூடுமா என அறிந்துகொள்வதற்கான வழி எதுவும் இல்லை. நீங்கள் டிபி பாக்டீரியாவை சுவாசித்துப் பலவருடங்கள் கழித்து செயல்படும் டிபி காரணமாக நீங்கள் நோயுறுவதற்கான சாத்தியம் உண்டு. எனவேதான நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருக்கும் நிலையிலும், பாக்டீரியா விழித்துக்கொள்ளும் முன்னும், மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கு சிகிச்சையளித்து நீங்கள் கவலையின்றி நிம்மதியாக இருப்பது சிறப்பான ஒரு யோசனையாகும்.

> மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கான பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை இலவசமானது மற்றும் இரகசியமானது

மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கு எனக்கு என்ன சிகிச்சை தேவைப்படும்?

ஆன்டிபயாடிக் மருந்துச் சிகிச்சை மூலம் மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கு சிகிச்சையளிக்கலாம். உங்களுக்கு மூன்று மாதங்களுக்கு *ரிஃபாம்பிசின் மற்றும் ஐசோனியாஸிட்* (இவை இரண்டும் சேர்ந்து *ரிஃபினா* என்னும் மாத்திரையாக இருக்கலாம்) அல்லது *ஐசோனியாஸிட்* மட்டும் தனியாக ஆறு மாதங்களுக்கு வழங்கப்படலாம்.

உங்கள் மருத்துவர் அல்லது டிபி-ல் நிபுணத்துவம் பெற்ற ஒரு செவிலி உங்களுக்கு வழங்கப்படும் சிகிச்சையை விளக்கி, உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய ஏதாவது கேள்விகளுக்குப் பதிலளிப்பார். கருத்தடை மாத்திரை உட்பட, நீங்கள் தற்போது உட்கொண்டுவரும் எந்தவொரு மருந்து குறித்தும் அவர்களுக்குச் சொல்வதை உறுதிப்படுத்தவும், ஏனெனில் நீங்கள் டிபி மருந்து உட்கொள்ளும் சமயத்தில் அவை நன்றாகச் செயல்படாமல் போகலாம்.

மறைந்திருக்கும் டிபி சிகிச்சை குறித்து நான் என்ன அறிந்துகொள்ள வேண்டும்?

உங்கள் மருந்தைத் தொடர்ந்து உட்கொண்டு, சிகிச்சையை முழுமையாக நிறைவு செய்யவும். இந்தச் சிகிச்சை வேலை செய்வதற்கான சிறந்த வாய்ப்பு மருந்து முழுவதையும் பரிந்துரைக்கப்பட்டவாறு உட்கொள்வதே ஆகும்.

- உங்களது மாத்திரைகளை தினசரி அதே சமயத்தில் உட்கொள்ளவும்.
- நீங்கள் உங்களது மாத்திரைகளை உட்கொள்ளும் போது இந்தத் துண்டறிக்கையில் உள்ள சிகிச்சை நாட்குறிப்பில் நாட்களுக்குக் குறியிடவும்.
- உங்களது மாத்திரைகளை எப்பொழுதும் அதே இடத்தில் வைக்கவும்.
- வாராந்திர வழங்கு பெட்டி ஒன்றைப் பயன்படுத்தவும் (ஒரு டோசெட் பெட்டி).
- உங்களது மாத்திரைகளை எடுத்துக்கொள்ள உங்களுக்கு நினைவூட்ட ஒரு எச்சரிக்கை மணியை அமைக்கவும்.
- நீங்கள் தினசரி மாத்திரை உட்கொள்ள உங்களது குடும்ப உறுப்பினர் அல்லது நண்பர் ஒருவரை நினைவூட்டும்படி கேட்டுக்கொள்ளவும்.

உணவுக்கு இடையில் மருந்தை உட்கொள்ளவும் மற்றும் மதுவைத் தவிர்க்கவும். நீங்கள் உணவு உண்பதற்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கு முன் அல்லது உணவு உண்டபின் இரண்டு மணி நேரம் கழித்து உங்களது டிபி மருந்தை உட்கொள்ள முயற்சிக்கவும். நீங்கள் விரும்பியவாறு எதை வேண்டுமானாலும் உண்ணலாம், ஆனால் நீங்கள் மது அருந்துவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

பக்கவிளைவுகள் ஏதாவது இருப்பின் குறித்துக்கொண்டு, அது குறித்து உங்களது மருத்துவர் அல்லது செவிலியிடம் கூறவும், ஏனெனில் அவற்றைச் சமாளிக்க அவர்களால் உங்களுக்கு உதவ இயலும். எல்லா மருந்துகளிலும் இருப்பதைப் போன்று, பக்கவிளைவுகள் இருக்கக்கூடும். அவற்றில் சில மிதமாக இருக்கும் அதே சமயம், மற்றவை அதிகத் தீவிரமானவையாக இருக்கலாம். நீங்கள் பெறும் சிகிச்சையைப் பொறுத்து, நீங்கள் பின்வரும் பக்கவிளைவுகளை அனுபவிக்கக்கூடும்:

பக்க விளைவுகள்	**ரி∴பினா** (ரி∴பாம்பிசின் மற்றும் ஐசோனியாஸிட் இணைந்து)	**ஐசோசினியாஸிட்**
கண்ணீர், உமிழ்நீர், சிறுநீர் மற்றும் பிற உடல் திரவங்கள் ஆரஞ்சு நிறமாதல்-இதனால் தீங்கில்லை ஆனால் காண்டாக்ட் லென்ஸ்களில் கறையை ஏற்படுத்தலாம்	Y	
∴ப்ளூ- போன்ற அறிகுறிகள்	Y	
மாதவிடாய் தொந்தரவுகள்	Y	
ஹார்மோன்சார் கருத்தடைகளின் திறன் குறைவு	Y	
கூச்சம் அல்லது மரத்துப்போதல்	Y	Y
தடித்தல் மற்றும் அரிப்பு	Y	Y
நலக்குறைவு அல்லது வயிற்றுப்போக்கு	Y	Y

மிக அரிதாக இந்த மருந்து மஞ்சள் காமாலையை உண்டாக்கலாம், இது சருமம் அல்லது கண்களை மஞ்சள் நிறமாக மாறச்செய்யும். *ஐசோனியாஸிட்* மற்றும் *ரி∴பினா* உங்களது கண்பார்வையை பாதிக்கக்கூடும், ஆனால் அதுவும் அரிதானதே. இருப்பினும், நீங்கள் இந்தப் பக்கவிளைவுகளில் ஏதாவது ஒன்றைக் கண்டாலும், உங்களது டிபி மாத்திரைகளை உட்கொள்வதை நிறுத்திவிட்டு, உடனடியாக ஒரு மருத்துவர் அல்லது செவிலியிடம் பேசவும்.

உங்களது சிகிச்சையக நியமச் சந்திப்புகள் அனைத்தையும் நீங்கள் பின்பற்றுவதை உறுதிப்படுத்தவும் மற்றும் உங்களது மருத்துவர் அல்லது செவிலியிடம் தொடர்பில் இருக்கவும்.

உங்களுக்கு உதவிசெய்ய உங்களது மருத்துவர் மற்றும் செவிலி ஆகியோர் இருக்கின்றனர். நீங்கள் ஒரு மருந்தளவைத் தவறவிட்டால் அல்லது உங்களது சிகிச்சையை எடுத்துக்கொள்ள நினைவூட்ட உதவி தேவைப்பட்டால் அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தவும். இந்தத் துண்டறிக்கையில் உள்ள சிகிச்சை நாட்குறிப்பில் நீங்கள் குறித்துக்கொள்ளலாம், மேலும் உங்களது மருத்துவர் அல்லது செவிலியிடம் நீங்கள் குறிப்பிட விரும்பும் விஷயங்களையும் குறித்துவைக்கவும்.

நான் எனது சிகிச்சையை நிறைவு செய்துவிட்டால், எனக்கு எப்பொழுதும் டிபி வராதா?

நீங்கள் எதிர்காலத்தில் டிபி பாக்டீரியாவை மீண்டும் சுவாசிப்பதற்கான வாய்ப்பு எப்பொழுதும் உண்டு. பெரும்பாலானவர்களுக்கு இதற்கான வாய்ப்புகள் குறைவு, ஆனால் செயல்படும் டிபி-ன் மிகப் பொதுவான அறிகுறிகளை அறிந்துகொள்வது பயனுடையதாக இருக்கும், அவற்றில் ஏதாவது உங்களுக்கு இருந்தால் உங்களது பொது மருத்துவரை சென்று பார்க்கவும்:

- மூன்று வாரங்கள் அல்லது அதற்கும் மேல் நீடித்திருக்கும் இருமல்
- காய்ச்சல் (அதிக உஷ்ணம்)
- இரவில் வியர்த்தல்
- எடை இழப்பு
- பசியின்மை
- சோர்வு

எனக்கு ஆலோசனை மற்றும் உதவி எங்கே கிடைக்கும்?

டிபி-ல் நிபுணத்துவம் பெற்ற உங்களது செவிலி:
உங்களது மருத்துவமனை மருத்துவர்:
தொடர்பு எண்:
மின்னஞ்சல்:

டிபி அலர்ட்: ஐக்கிய இராச்சியத்தின் தேசிய காசநோய் தொண்டு நிறுவனம்

தொடர்பு எண்: 01273 234029

மின்னஞ்சல்: info@tbalert.org

www.tbalert.org • www.thetruthabout**tb**.org

சிகிச்சை நாட்குறிப்பு

நீங்கள் சிகிச்சை பெறக்கூடிய தேதிகளைக் குறித்துக்காட்டுமாறு உங்களது மருத்துவர் அல்லது செவிலியைக் கேட்கவும். அதன்பிறகு ஒவ்வொரு நாளும் நீங்கள் உங்கள் மருந்தை உட்கொண்டு முடித்தவுடன் நீங்கள் ஒவ்வொரு நாளுக்கு குறியிட்டு வைக்கலாம். உங்களது சிகிச்சையக நியமச் சந்திப்புகளுக்கான நேரத்தையும் நீங்கள் எழுதி வைக்கலாம்.

மறைந்திருக்கும் டிபி-க்கான சிகிச்சையைப் பெறுவது சவாலாக இருக்கலாம், ஆனால் விரைவில் நீங்கள் அனைத்து சிகிச்சை நாட்களையும் உங்கள் நாட்குறிப்பில் குறித்திருப்பீர்கள். அச்சமயத்தில் உங்களது உடல்நலம் மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தினர் மற்றும் நண்பர்களின் ஆரோக்கியத்தை நீங்கள் பாதுகாத்துள்ளீர்கள் என்பதை நீங்கள் தெரிந்துகொள்வீர்கள்.

மாதம்	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
மாதம்	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31