

THE  
TRUTH  
ABOUT  
TB



ਲੁਕਵੀਂ ਟੀਬੀ (TB) ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

## ਟੀਬੀ ਕੀ ਹੈ?

ਤਪਦਿਕ (TB) ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ TB ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਣ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ TB ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਖੰਘਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਿੱਛ ਮਾਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ TB ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਹੋਏਗੀ:

- ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏ, ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
- TB ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ - ਇਸ ਨੂੰ 'ਸਰਗਰਮ TB' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- TB ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਸਿਥਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ - ਇਸ ਨੂੰ 'ਲੁਕਵੀਂ TB' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### ਸਰਗਰਮ TB:

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਗਰਮ TB ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਵਧ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ TB ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿਚ ਖੰਘ, ਬੁਖਾਰ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਵਜ਼ਨ ਘਟਣਾ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਥਕੇਵਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਨਾਲ ਸਰਗਰਮ TB ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਲੁਕਵੀਂ TB:

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੁਕਵੀਂ TB ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ TB ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ TB ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ 'ਸਿਥਲ' ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸਿਲਸਿਲਾ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਹੇਠ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 'ਜਾਗ' ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਬਹੁਤੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸਿਲਸਿਲਾ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਇਲਾਜ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਟਿਕਾਣਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਯੂਕੇ ਵਿਚ ਟਿਕਾਣਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਆਏ ਹੋ, ਜਿੱਥੇ TB ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਆਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੁਕਵੀਂ TB ਦੀ ਟੈਸਟਿੰਗ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸੱਦਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਕੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸੱਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੀਜ਼ੇ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਇਹ ਸੱਦਾ ਪ੍ਰਵਾਣ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ।

## ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਬਿਨਾ ਇਲਾਜ ਦੇ 10 ਵਿਚੋਂ 1 ਵਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਲੁਕਵੀਂ TB ਸਰਗਰਮ TB ਬਣ ਜਾਏਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ BCG ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ TB ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ - BCG 100% ਅਸਰਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।

TB ਦੇ ਛਾਤੀ ਦੇ

ਐਕਸਰਿਆਂ

ਨਾਲ ਸਿਰਫ

ਫੇਫੜਿਆਂ

ਵਿਚਲੀ

ਲਰਗਰਮ TB

ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ

ਸਕਦਾ ਹੈ -

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ

ਲੁਕਵੀਂ TB ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੁਕਵੀਂ ਟੀਬੀ ਦੀ ਟੈਸਟਿੰਗ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹੈ



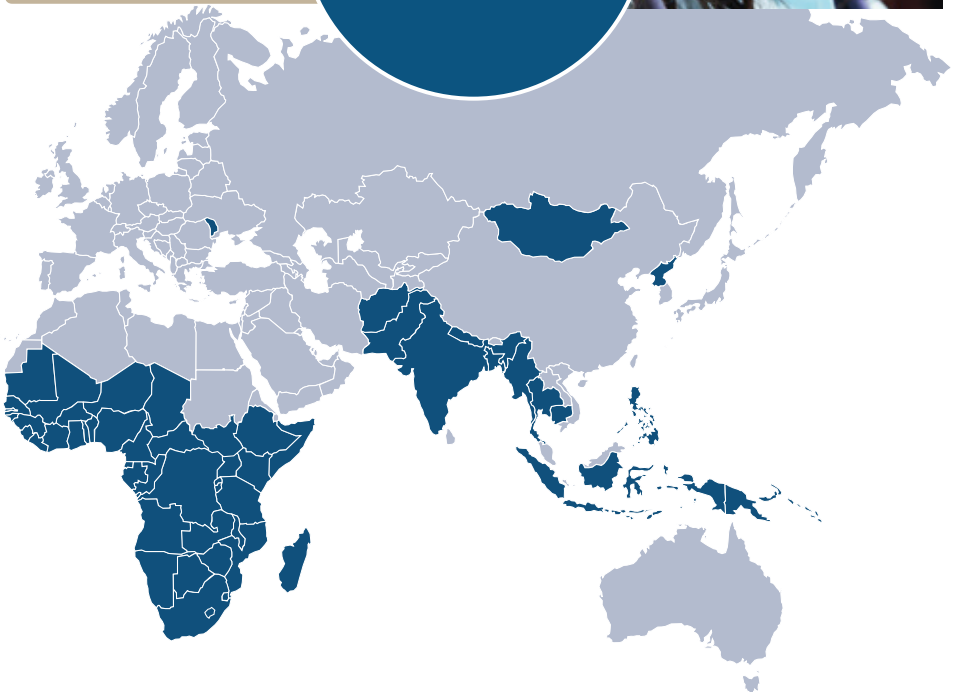
## ਕੀ ਮੈਨੂੰ TB ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ TB ਦਾ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ:

- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ TB ਆਮ ਹੈ (ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਗੂੜ੍ਹੇ ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਵਿਚ)
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਨੂੰ TB ਹੈ ਜਾਂ ਹੈ ਸੀ
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਜਾਂ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਅਜਿਹਾ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸਿਲਸਿਲੇ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਘੱਟ ਹਵਾਦਾਰ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਸੰਭਾਲ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ



ਲੁਕਵੀਂ TB  
ਇਲਾਜ ਨਾਲੋਂ  
ਰੋਕਥਾਮ ਬਿਹਤਰ



## TB ਦੇ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਬਾਰੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ TB ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੁਕਵੀਂ TB ਬਾਰੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ GP ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ GP ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) 'ਤੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। UK ਵਿਚ GP ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ, ਡਾਕਟਰ TB ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੇਗਾ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ TB ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਘੋਖ ਕਰੇਗਾ। ਫਿਰ ਡਾਕਟਰ ਤਿੰਨ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- TB ਦਾ ਚਮੜੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਖੂਨ ਟੈਸਟ – ਟੈਸਟ ਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚੱਲੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਦੀ TB ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਏ ਹੋ।
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਐਕਸਰੇ – ਇਹ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਸਰਗਰਮ TB ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਹਨਾਂ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ TB ਦੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੇਠ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

## TB ਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ

**ਸਰਗਰਮ TB:** ਸਰਗਰਮ TB ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਾਰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਲੁਕਵੀਂ TB:** ਲੁਕਵੀਂ TB ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਸਰਗਰਮ TB ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ TB ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਮਾੜੇ-ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ TB ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਉੱਥੇ ਹੋਣਗੇ।



ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ



**TB Alert – UK ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੀਬੀ ਚੈਰਿਟੀ**  
01273 234029 • [info@tbalert.org](mailto:info@tbalert.org)  
[www.thetruthabouttb.org](http://www.thetruthabouttb.org) • [www.tbalert.org](http://www.tbalert.org)  
<https://healthunlocked.com/tb-alert>  
ਟੀਬੀ (TB) ਬਾਰੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਲਈ  
ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ

**NHS Choices**

[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)  
ਟੀਬੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ  
ਅਤੇ GP ਨਾਲ  
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨ  
ਵਿਚ ਮਦਦ