

Urdu 2009 Contact Tracing and Screening for Tuberculosis (TB)

معلومات برائے مریضاں

اپنے خاندان اور دوستوں کی TB سے حفاظت کریں – اپنی TB کی تمام دوا لیں.

یاد رکھیں TB نرس آپ کی مدد کرنے اور آپ کو آپ کے پورے علاج کے دوران مشورہ دینے کے لئے یہاں پر مو جود ہے۔ اگر آپ كر علاج سر آپ كى طبيعت خراب محسوس بو، يا آپ اپنى دوا كر بارے میں پُر یقین نہ ہوں، تو براہ مہربانی اپنی نرس سے رابطہ کریں۔

آپ کی TB نرس ہے:

آپ کے ہسپتال کا ڈاکٹر ہے:

رابطہ نمبر:

ای میل:

TB Alert ایک منفر د خیراتی ادارہ ہے، جو دنیا بھر کی تپ دق (TB) کے متعلق یُو کے میں بیداری پیدا کرر ہا ہے۔ ہم یو کے اور ترقی پذیر ممالک میں ایسے منصوبوں کی اعانت کرتے ہیں جو اس بات کو یقینی بنائیں کہ زیادہ مریضوں کو مناسب معلومات اور علاج میسر ہو۔ آپ کی مدد سے ہم دنیا بھر میں تپ دق (TB) پر ایک مثبت اثر ڈال کر زیادہ جانیں بچا سکتے ہیں۔

a!ērt

TB Alert, Community Base, 113 Queens Road, Brighton BN1 3XG تْيلىغون: 234030 01273

مزید معلومات یا اس ورقچے کی نقل کے لئے، براه مهرباني رابطم كرين 770 234 01273 (فقط اوقاتِ كار).

ایک عطیہ دینے یا TB Alert کی مدد کے لئے رضاکار بننے کے لئے، براه مهرباني رابطم كرين 784 234 01273 (فقط اوقاتِ كار).

یا ہماری ویب سائٹ www.tbalert.org پر جائیں

اس ورقچے میں دی گفی تپ دق کے ٹیمشوں اور تشخیص سے متعلق معلومات کا مقصد موضوع کے بارے میں عمومی معلومات دنیا ہے۔ اس کا مقصد آپ کی نرس/ڈاکٹر یا صحت کے دیگر پیشہ ور ماہرین کے علم، مہارت اور بصیرت کے متبادل کے طور پر دینا نہیں ہے۔ اس ورقچے میں شامل کسی بھی معلومات کا مقصد تشخیص یا علاج کے لئے استعمال کرنا نہیں ہے۔ تشخیص اور علاج سے متعلقہ سوالات اور تفکرات کے لئے صحت کے ایک پیشہ ور ماہر سے رجوع کرنا چاہئے۔

اصل تیاری کا کام از شمال مغربی لندن TB نیث ورک

a!ert رابطے کا سُراغ لگانا اور جانچ برائے

تپ دق (TB)



NHS

TB الرٹ ایک منفرد خیراتی ادارہ ہے، جو دنیا بھر کی تپ دق کے

ایک تعارف TB Alert

متعلق یُو کے میں بیداری پیدا کرر ہا ہے۔ ہم یو کے اور ترقی پذیر ممالک میں ایسے منصوبوں کی اعانت کرتے ہیں جو اس بات کو یقینی بنائیں کہ زیادہ مریضوں کو مناسب معلومات اور علاج میسر ہو۔ ان کی مدد سے دنیا بھر میں تب دق پر ایک مثبت اثر ڈال کر زیادہ سے زیادہ جانوں کو بچایا جا سکتا ہے۔

اگر آپ TB میں مبتلا ہیں اور اس کے بارے میں مزید کچہ جاننا

The Tuberculosis Survival Handbook نامی ایک کتاب از یال میبو Paul Mayho (دوسرا ایڈیشن) موجود ہے۔ کتاب کی قیمت £14.95 ہے یہ کتابوں کی مقامی دکانوں، غزال خدماتِ کتب اور www.amazon.co.uk یا براه راست ناشرین Merit Publishing International ، ويب سائث

merituk@aol.com یا ای میل www.meritpublishing.com کے ذریعے دستیاب ہے۔ کتاب کا آرڈر دینے کے لئے حوالہ نمبر -_ ISBN 1 873413 14 9

ویب سائٹ: www.tbsurvivalproject.org



تپ دق (TB) کیا ہوتی ہے؟

تپ دق (TB) ایک جراثیمی (بیکٹیریل) انفیکشن ہے، جو زیادہ تر پھپپھڑوں میں پائی جاتی ہے لیکن جسم کے کسی حصے کو بھی متاثر کر سکتی ہے۔ TB دوائیوں کے کورس کے ذریعے قابل علاج ہے جو کم از کم چه ماہ تک کھانی ہوتی ہیں۔ فقط پھیپھڑوں یا گلے کی TB متعدی ہو سکتی ہے اور زیادہ تر لوگ درست دوا لینا شروع کرنے کے دو ہفتے کی مدت کے اندر متعدی نہیں رہتے۔

یہ کیسے لگ جاتی ہے؟

پھیپھڑوں یا گلے کی TB میں مبتلا کوئی شخص جب کھانستا یا چھینکتا ہے، تو جراثیم چھوٹے چھوٹے قطروں کی صورت میں ہوا میں شامل ہو جاتے ہیں اور جب دوسرے لوگ ان میں سانس لیتے ہیں تو ان لوگوں کے TB میں مبتلا ہونے کا زیادہ امکا ن ان لوگوں کا ہوتا ہے ، جنہوں نے TB کے حامل شخص کے ساتہ کافی وقت گذارا ہوتا ہے۔ (عموماً ساتھی اور اسی گھرانے کے دوسرے لوگ، یا شاذو نادر قریبی رفقائے کار)۔ اس بات کا امکان کم ہی ہوتا ہے کہ کسی کو بس یا ٹرین جیسی جگہ سے TB لگ جائے، کیونکہ TB کے خطرے کی زد میں آنے کے لئے عموماً کسی متعدی شخص کے ساتہ کئی گھنٹوں کے لئے رابطہ ضروری ہوتا ہے۔ TB تھوکنے یا ساتہ کئی گھنٹوں کے لئے رابطہ ضروری ہوتا ہے۔ TB تھوکنے یا اشیاء میں ایک دوسرے کو شریک کرنے سے نہیں پھیلتی۔

رابطے کا سراغ اور جانچ کیا ہے؟

کبہی آپ متعدی TB میں مبتلا کسی شخص کے ساتہ رابطے میں رہیں اور وہ آپ کے قریب رہ کر کافی کھانستے ، چھینکتے رہیں ، تو آپ کو یہ معلوم کرنے کے لئے ایک چیک آپ کی ضرورت ہے آیا آپ ایک تعدی کا شکار ہوئے ہیں یا TB کے مرض کی علامتیں ظاہر کرتے ہیں۔ یہ ضروری ہے، کیونکہ اس سے درست مشورہ دیا جا سکتا ہے۔ اس سے اگر ضروری ہو، تو علاج شروع کیا جا سکتا ہے۔ اس سے، اگر ضروری ہو، تو لوگوں کا جلد علاج کرکے TB کو مزید پھیلنے سے روکا جاتا ہے۔

چیک اپ (معائنہ):

یہ معلوم کرنے کا نام ہے، آیا آپ کو TB کی کوئی علامات ہیں، کیا آپ نے پہلے BCG کی ویکسین لگوائی ہے (جو TB کے خلاف کچہ حفاظت مہیا کرتی ہے) اور آیا آپ TB میں مبتلا ہوگئے ہیں لیکن ابھی تک آپ میں علامات پیدا نہیں ہوئیں۔

آپ کے ایک یا زائد ٹیسٹ کئے جا سکتے ہیں جیسے:

- Mantoux ٹیسٹ نامی جلد کا ایک ٹیسٹ ۔ بعض اوقات اس ٹیسٹ کو 8-6 ہفتے کے بعد دوربارہ کرنا پڑتا ہے۔
 - خون كا ايك ٹيسٹ
 - ⊙ چھاتی کا ایک ایکس رے

ان ٹیسٹوں کے نتائج سے آپ کے لئے بہترین مشورہ یا علاج طے کرنےمیں مدد ملے گی۔

آپ کو حیران نہیں ہونا چاہئے اگر ایک ہی خاندان یا گروپ کے مختلف افراد کا علاج ابالکل یکساں طریق سے نہ کیا جائے۔

دهیان رکھنے والی علامات

- ⊙ تین بفتے سے زائد عرصے تک رہنے والی کھانسی، جو عام دواؤں سے ٹھیک نہیں ہوتی بلکہ مزیدابتر ہوتی جاتی ہے
 - ⊙ بُخار (بلند درجہ حرارت)
- رات کو اتنا زیادہ پسینہ آنا کہ بستر کی چادریں بدلنے کی ضرورت پیش آ سکتی ہے۔
 - 💿 کسی وجہ کے بغیر وزن میں کمی
 - ⊙ اضمحال (توانائي كي كمي يا انتہائي زيادہ تهكاوث)
 - سوجے ہوئے غدود
 - عدم اشتہاء (بھوک کا نہ ہونا)
- ⊙ کھانسی کے ساته خون کا آنا (یہ انتہائی شاذونادر صورتوں میں ہوتا ہے، لیکن فوری طبی مشورے کا متقاضی ہوتا ہے)

یہ تمام علامتیں دیگر مسائل کے اشارے بھی ہو سکتے ہیں۔اگر آپ کو ان علامات میں سے تین یا زائد علامات ہوں اور آپ پریشان ہوں، تو آپ کو اپنی مقامی سرجری یا کلینک پر ڈاکٹر یا نرس سے بات کرنی چاہئے۔

اگر میں متعدی TB میں مبتلا کسی شخص کے ساتہ رابطے میں رہاہوں، تو مجھے کیا کرنا چاہئے؟

اگرآپ متعدی TB میں مبتلا کسی شخص کے ساتہ رابطے میں رہے ہوں، تو آپ کی مقامی صحت سنٹر کی جانب سے کوئی فرد آپ سے رابطہ کرکے آپ کے چیک اپ کے لئے آپ سے اپوائنٹمنٹ طے کرے گا۔ اگر آپ سے رابطہ قائم نہ کیا جائے اور آپ پریشان ہوں، تو اپنے مقامی چیسٹ کلینک یا GP سے رابطہ کریں، اگر ضروری خیال کیا گیا، تو آپ کے لئے ایک اپوائٹمنٹ کا انتظام کر دیا جائے گا۔

کیا میں اپنی روز مرہ کی سرگرمیوں کو جاری رکه سکتا ہوں؟

اپنی روزمرہ کی خدمات کو روک دینے کی کوئی وجہ نہیں ہے۔ اگرچہ آپ متعدی TB کے مریض کے رابطے میں رہے ہوں، تو بھی آپ میں TB کی انفیکشن یا بیماری پیدا ہونے کا بہت کم امکان ہے اور دوسر لوگوں کو منتقل کی جانے والی بیماری پیدا ہونے کا امکان اور بھی کم ہے۔ کام یا اسکول سے چھٹی کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے تا وقتیکہ آپ کو چند ہفتوں سے رہنے والی کھانسی نہ ہو یا آپ کی طبیعت ناساز نہ ہو۔ اگر آپ کے متعدی TB میں مبتلاہونے کا ایک قوی امکان ہو ، تو آپ کو ایک ماہرانہ مشورہ دیا جائے گا۔

URDU_63796 Contact Tracing.indd 2 6/16/2009 2:53:28 PM