



Public Health
England

THE
TRUTH
ABOUT
TB



درباره معالجه شما برای سل نهفته

سل چیست؟

سل (TB) یک مریضی است که توسط باکتری ایجاد می شود. هنگامی که فرد مبتلا به سل در ریه های خود سرفه یا عطسه می کند، باکتری سل را به هوا می فرستد. اگر شما این باکتری ها را تنفس کنید، یکی از این سه اتفاق می افتد:

- بدن شما باکتری سل را از بین می برد، بنابراین آنها نمی توانند در حال حاضر یا در آینده به شما آسیب برسانند.
- باکتری سل شما را مریض می کند - که به آن **سل فعال** می گویند.
- باکتری سل در بدن شما در خواب باقی می ماند - به این مریضی **سل نهفته** می گویند.

درباره سل فعال

وقتی مردم در مورد سل صحبت می کنند، به معنای "سل فعال" هستند. اگر مبتلا به سل فعال هستید، باکتری ها شما را مریض می کنند و ممکن است سل را به افراد دیگر منتقل کنید. سل فعال می تواند برای سلامتی شما بسیار مضر باشد، اما با یک دوره استفاده از دوا قابل معالجه است.

در مورد سل نهفته

اگر مبتلا به سل نهفته هستید، باکتری سل در بدن شما «خواب» است. شما مریض نیستید و نمی توانید سل را به دیگران منتقل کنید. با این حال، باکتری ممکن است در آینده "بیدار شود" و شما را مبتلا به سل فعال کند. خبر خوب این است که سل نهفته را می توان برای جلوگیری از این اتفاق **معالجه کرد**.

چگونه بفهمم که سل نهفته دارم؟

اگر سل نهفته داشته باشید، هیچ علامتی نخواهید داشت. تنها راه برای تشخیص ابتلا به سل نهفته، انجام آزمایش خون یا آزمایش پوست است. اگر مبتلا به سل نهفته هستید، دوره استفاده از دوا که اکنون به شما پیشنهاد می شود، باکتری ها را قبل از اینکه فرصت بیدار شدن و آسیب رساندن به شما را داشته باشند، از بین می برد.

آیا من به سل فعال مبتلا خواهم شد؟

تا 10 درصد (از هر ده نفر یک نفر) از افراد مبتلا به سل نهفته در آینده به سل فعال مبتلا خواهند شد. هیچ راهی برای دانستن اینکه آیا شما یکی از آنها خواهید بود وجود ندارد. ممکن است سال ها پس از تنفس باکتری سل، به سل فعال مبتلا شوید. به همین دلیل نظریه خوبی است که با معالجه سل نهفته در حالی که صحتمند هستید و قبل از بیدار شدن باکتری ها، خیال خود را راحت کنید.

وقایه بهتر
از معالجه
است

حتی اگر
واکسن BCG
دریافت کرده باشید،
می توانید سل نهفته
یا فعال داشته
باشید.



چه معالجه‌ی برای سل نهفته نیاز داریم؟

آزمایش و
معالجه سل نهفته
رایگان و محرمانه
است



یک دوره آنتی بیوتیکی، سل نهفته را معالجه می‌کند. ممکن است به مدت سه ماه ریفامپیسین و ایزونیازید (که احتمالاً با هم در یک دوايي به نام ریفینه باشد) یا ایزونیازید به تنهایی به مدت شش ماه به شما داده شود.

داکتر یا پرستار متخصص سل معالجه را برای شما توضیح می‌دهد و به هر سوالی که ممکن داشته باشید جواب می‌دهد. مطمئن شوید که در مورد هر دواي که در حال حاضر مصرف می‌کنید، از جمله دوا های ضد بارداری، به آنها بگویید، زیرا ممکن است در زمانی که دواي سل مصرف می‌کنید، این دواها چندان خوب عمل نکنند.





LATENT TB

کتابچه یاداشت های معالجه

انجام معالجه سل نهفته می تواند چالش برانگیز باشد، اما به زودی تمام روزهای معالجه را در یادداشتهای معالجه خود خواهید نوشت. سپس خواهید دانست که از سلامتی خود و خانواده و دوستانتان محافظت کرده اید.

از دکتر یا پرستار خود بخواهید که تاریخ هایی را که برای معالجه خواهید داشت مشخص کند. پس از آن می توانید هر روز را که دوی خود را مصرف می کنید علامت بزنید. همچنین می توانید زمان وقت ملاقات های کلینیک خود را بنویسید.

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



در مورد معالجه سل نهفته چه چیزی باید بدانم؟

دوای خود را به طور منظم مصرف کنید و تمام دوره را کامل کنید. بهترین شانس برای اثر نمودن این معالجه، مصرف تمام دواهای تجویز شده است.

- دوا های خود را هر روز سر ساعت معین مصرف کنید.
- زمانی که دوا های خود را مصرف می کنید، در اخیر هر روز کتابچه یادداشت معالجه را در این جدول علامت بزنید.
- همیشه دواهای خود را در یک مکان نگه دارید: از یک نسخه هفتگی (یک بکس دوزت) استفاده کنید.
- یک زنگ هشدار تنظیم کنید تا به شما یادآوری کند که دوا ی خود را مصرف کنید.
- از یکی از اعضای خانواده یا دوست خود بخواهید که به شما یادآوری کند که هر روز دوا ی خود را مصرف کنید.

دوای خود را بین وعده های غذایی مصرف کنید و از الکل خودداری کنید. سعی کنید دوا ی سل خود را حداقل یک ساعت قبل از غذا یا دو ساعت بعد از آن مصرف کنید. شما می توانید هر چیزی که دوست دارید بخورید، اما باید از نوشیدن الکل خودداری کنید.

عوارض جانبی را یادداشت کنید و به داکتر یا پرستار خود در مورد آنها بگویید زیرا می توانند به شما در مقابله با آنها کمک کنند. تمام دواها، ممکن است عوارض جانبی داشته باشد. برخی از آنها خفیف هستند، در حالی که برخی دیگر ممکن است جدی تر باشند. بسته گی به معالجه ی که دریافت می کنید، ممکن است عوارض جانبی زیر را تجربه کنید:

ایزونیازید	ریفینه (ریفامپسین و ایزونیازید به صورت ترکیبی)	Side effects
	Y	رنگ نارنجی به اشک، بزاق، ادرار و سایر مایعات بدن - این مضر نیست اما ممکن است لنزهای تماس را لکه دار کند
	Y	علائم مشابه به آنفولانزا
	Y	اختلالات حیض
	Y	کاهش اثر دواهای ضد بارداری هورمونی
Y	Y	سوزن سوزن شدن یا بی حسی
Y	Y	گزک و خارش
Y	Y	مریضی یا اسهال

به ندرت دوا می تواند باعث زردی شود که منجر به زردی پوست یا چشم می شود. ایزونیازید و ریفینه ممکن است بینایی شما را تحت تأثیر قرار دهند، اما این نیز نادر است. با این حال، اگر متوجه هر یک از این عوارض شدید، مصرف دوا ی سل خود را متوقف کنید و فوراً با داکتر یا پرستار صحبت کنید.

اطمینان حاصل کنید که تمام ملاقات های کلینیک خود را حفظ کرده اید و با داکتر یا پرستار خود در تماس باشید. داکتر و پرستار شما برای کمک به شما هستند. اگر یک نوبت را فراموش کردید یا نیاز به کمک داشتید، به آنها اطلاع دهید و برای آنها در باره معالجه خود یادآوری نمایید. شما می توانید کتابچه یادداشت معالجه را در این جدول پر کنید و همچنین مواردی را که می خواهید به داکتر یا پرستار خود ذکر کنید، یادداشت کنید.

آیا وقتی معالجه‌م را تمام کنم، برای همیشه از سل رهایی خواهم داشت؟

اگر معالجه خود را طبق دستور کامل کنید، خطر ابتلا به سل فعال در شما بسیار کمتر است. همیشه این احتمال وجود دارد که در آینده دوباره باکتریای سل را تنفس کنید. احتمال این امر برای اکثر افراد کم است، اما دانستن علائم عام سل فعال مفید است و به داکتر مراجعه نماید در صورت داشتن هر یک از آنها:

- سرفه ای که سه هفته یا بیشتر طول بکشد
- تب (درجه حرارت بالا)
- تعریق شبانه
- کاهش وزن
- بی اشتها
- خستگی

یادداشت های معالجوی شما

هر سوال یا نظری که ممکن است داشته باشید را در اینجا یادداشت کنید. ممکن است بخواهید عوارض جانبی، احساسات خود در یک روز خاص یا هر نکته ای را که برای تکمیل معالجه مفید می دانید یادداشت کنید:

از کجا می توانم مشاوره و پشتیبانی دریافت کنم؟



به خاطر
داشته باشید که
پرستار متخصص
سل شما برای کمک و
راهنمایی شما موجود
هست.

پرستار متخصص سل شما:

داکتر شفاخانه شما:

شماره تماس:

ایمیل:

برای کمک به زبان شما
از داکتر یا پرستار خود پرسید که آیا از خدمات ترجمه یا ترجمه محلی به کمک نیاز دارید.

سایر منابع اطلاعاتی و مشاوره دهی

انتخاب های NHS

www.nhs.uk

TB Alert

هشدار سل

www.tbalert.org

www.thetruthabouttb.org/latent-tb

