क्षयरोग (टि.बि) संसर्ग अनुसन्धान

टि.बि संसर्ग अनुसन्धान भनेको के हो ?
जब कसैलाई टि.बि लाग्छ, तब अन्य व्यक्तिमा यो रोग फैलिएको छ /छैन पत्ता लगाउन जरूरी छ | जब जन स्वस्थ्य कार्यकर्ताले यो रोग फैलिएको छ वा छैन भनेर हेर्छन्, त्यो प्रक्रियालाई संसर्ग अनुसन्धान भनिन्छ |

टि.बि लागेको एक व्यक्तिले यो रोग थाहनै नपाई फैलाउन सक्छ | यदि टि.बि अन्य मानिसमा सरेमा बिरामी नहुन उनीहरुले औषधि सेवन गर्नुपर्छ|

टि.बि संसर्ग अनुसन्धानमा स्वस्थ्य कार्यकर्तालाई तपाईले दिनुभएको सूचना गोप्य राखिन्छ | तपाईको गोपनीयताको संधै सुरक्षा गरिन्छ |

टि.बि संसर्ग अनुसन्धानमा के हुन्छ?
जन स्वस्थ्य कार्यकर्ताले तपाई कहिले देखि खोक्न सुरु गर्नुभयो र कहिले देखि बिरामी हुनुभयो भनेर सोध्छन् | तपाईले समय बिताउनुभएको सबै मानिसहरुलाई सम्झिन प्रयास गर्नुहोस् जस्तै, तपाईको घरमा बस्ने मानिसहरु, पाहुनाहरु , साथी, संगै काम गर्ने मान्छेहरु, संगै पढ्ने साथिहरु र बच्चा हेर्ने मानिसहरु | तपाई बिरामी हुन सुरू भएको र खोक्न शुरु हप्ता वा महिना सम्म पछाडीको समयलाई सम्झनुहोस् | त्यसपछि स्वस्थ्य कार्यकर्ताले कुन व्यक्तिले टि.बि को परिक्षण गर्ने हो, सो कुराको निश्चित गर्नेछन् |

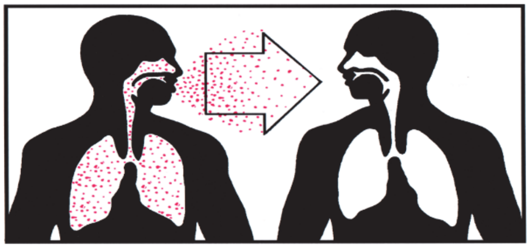
तपाईले स्वास्थ्य कार्यकर्तालाई भन्ने कुरा <u>व्यक्तिगत हुन्</u> | तपाईले स्वीकृति नदिए सम्म स्वस्थ्य कार्यकर्ताले कसैलाई पनि तपाईको नाम वा अन्य सूचना दिदैनन् | यसको मतलब, तपाई स्वस्थ्य कार्यकर्तासंग इमान्दारिता पुर्वक कुरा गर्नसक्नुहुन्छ |

तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्ताले तपाईको घरमा र तपाईले समय बिताउने अन्य स्थानमा हावाको बहाव पनि परिक्षण गर्न सक्नेछन् | यसले कसलाई टि.बि को परीक्षण गर्न पर्छ भनेर निश्चित गर्न मदत गर्छ |

तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्ताले अन्य व्यक्तिहरुलाई टि.बि को परिक्षणको व्यवस्था गर्नेछन, तर तिनीहरुले कसलाई टि.बि भएको हो भनेर खुलाउने छैनन् | तपाईसंग सबै भन्दा धेरै समय बिताउने व्यक्तिहरुको पहिला परिक्षण गरिनेछ |

टि.बि संसर्गको अनुसन्धान गर्न समय लाग्छ | तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्ताले चाहन्छन् कि जस-जसलाई यो परीक्षण आवश्यक छ उनीहरुले यो परीक्षण गर्न पाउन | यसै कारणले तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्ताले तपाईलाई एक भन्दा बढी चोटी प्रश्न गर्न सक्छन् | उनीहरुले पछि केहि फरक प्रश्न सोध्न सक्छन् | यो उनीहरुले सबै सूचनालाई बुझ्न गरेका हुन् | **सम्झाना राख्नुहोस् , तपाईले तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्तालाई भनेको कुराहरु <u>निजि सुचनाहरु हुन्</u>** |

मानिसहरुलाई क्षयरोग (टि.बि) कसरी लाग्छ ?
जो कोहिलाई पनि टि.बि लाग्न सक्छ | जब फोक्सोमा टि.बि भएका बिरामी मानिसहरुले खोक्छन वा हाच्छिउँ गर्छन, उनीहरुले टि.बि का साना किटाणुहरुलाई वातावारणमा फैलाउछन् |



यदी तपाई फोक्सोमा टि.बि ले संक्रमित मानिससंग समय बिताउनु हुन्छ, तपाईले उनीहरुको टि.बि को किटाणु स्वाशको माध्यमबाट लिन सक्नु हुन्छ | यसरी तपाईलाई टि.बि लाग्छ |

हात मिलाएर, लुगा बाट, खाना, भाँडाकुँडा वा कसैलाई छोएर तपाईलाई टि.बि लाग्दैन |

LTBI र जारि टि.बि को उपचार गर्न राम्रा औषधि उपलब्ध छन् |

सुशुप्त टि.बि र सक्रिय टि.बि मा के फरक छ ?
जब टि.बि को किटाणु शरीरमा प्रवेश गर्छ सामान्यतया ति किटाणु हरु "निष्क्रिय हुन्छन्" यसलाई **सुशुप्त अवस्था वा LTBI भनिन्छ** | "निष्क्रिय" टि.बि का किटाणुहरुले तपाईको शरीरलाई हानी पुर्याउँदैनन र तपाईलाई विमारी पार्दैनन् | सुशुप्त टि.बि वर्षौ सम्म जारी रहनसक्छ | "मंतोक्स" को टेस्टले तपाईको शरीरमा टि.बि को किटाणु छ कि छैन भनेर बताउन सक्छ |

"**सक्रिय टि.बि**" भनेको टि.बि को किटाणु "जागृत हुन्छ" र हुर्कन थाल्छ अनि तपाईको शरीरलाई पिडा दिन्छ | सक्रिय टि.बि लागिरहेको व्यक्ति धेरै बिरामी पर्न सक्छ | जादै नजाने कफ, तौल घट्नु, खान रुची नहुनु, राती पसिना आउनु, ज्वरो आउनु, र छातीमा पिडा हुनु, टि.बि लागेको लक्षणहरुमा पर्दछ | यदि टि.बि छातीमा छ भने अन्य व्यक्तिमा पनि सर्न सक्नेछ |

करिब १० % सुशुप्त टीबी भएका ब्यतिहरुमा सक्रिय टि.बि मा विकास हुन्छ | यदि तपाइलाई स्वस्थ्य सम्वन्धी अन्य समस्या छ भने, टि.बि को खतरा अझै बढी हुनसक्छ |

यदि मलाई सक्रिय टि.बि लागेको छ भने, मैले कसरी मेरो साथी र परिवारलाई बचाउन सक्दछु ?

तपाईले गर्नुपर्ने चार प्रमुख कुराहरु :

1. निर्देशन दिइएको अनुसार टि.बि को औषधि खानुहोस् जब तपाईले टि.बि को औषधि शुरु गर्नुहुन्छ, तब औषधिले तपाईलाई कस्तो असर गरिरहेको छ भनेर तपाईको डाक्टरले टेस्ट गर्नुहुनेछ | जब औषधिले सबै टि.बि को किटाणु मारिसक्छ, तपाईले औषधि जारीनै गर्नुपर्नेछ, तर अब तपाईले कसैलाई टि.बि सार्नुहुने छैन |
2. टि.बि पुरै निको नभएसम्म, कफ/ खोकी आउँदा सधै एउटा टिस्युले मुख **छोप्नुहोस् |**
3. तपाईको स्वास्थ्य सेवा प्रमुखले तपाईलाई अरुलाई टिबी सर्न बाट रोक्न अन्य के कुराहरु गर्न सकिन्छ भन्नुहुनेछ |
   - तपाई सार्वजनिक स्थान जस्तै कार्यालय, र स्कुलबाट टाढा रहनुहोस् |
   - घरमा आउने पाहुनाहरुलाई पनि तपाईले टाढा नै राख्नु पर्न सक्छ |
4. **तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्तालाई टि.बि संसर्ग अनुसन्धान मा सहयोग गर्ने |** तपाईको स्वस्थ्य कार्यकर्ताले तपाईको परिवार र साथीहरुलाई टि.बि बाट सुरक्षित राख्न चाहन्छन |

मैले चिनेको कोहि मानिसलाई फोक्सोको टि.बि लागेको छ। मैले के थाहा पाउनु पर्छ?

यदी तपाईले टि.बी रोग लागेको कोहि व्यक्तिसंग धेरै समय बिताउनु भएको छ भने, तपाईले स्वाशको माध्यमबाट टि.बि को किटाणु आफ्नो शरीरमा प्रवेश गराउनु भएको हुनसक्छ। तपाईले आफुलाई टि.बि को परीक्षण गर्न जरूरी छ।

तपाईको जनस्वस्थ्य कार्यालयले तपाईलाई चाहाना भए नि:शुल्क मंतोक्स दिलाउन सक्छन्।

यदी तपाईको मंतोक्स परीक्षण **"नकारात्मक",** (सामान्य) रहे तपाईको शरीरमा सम्भवतः टि.बि को किटाणु छैन। यस बारेमा ढुक्क हुन केहि हफ्ता पछि पुनः अर्को परीक्षण गर्न पर्न सकिन्छ।

यदी तपाईको मंतोक्स परीक्षण **"सकारात्मक",** भए तपाईको शरीरमा टि.बि को किटाणु छ। तपाईले डाक्टरलाई भेट्नु पर्छ र तपाईलाई सुशुप्त आवस्थाको टि.बि छ वा सक्रिय टि.बी छ भनेर बताउन छाती को एक्स-रे लिनुपर्छ। यदी तपाईलाई सुसुप्त आवस्थाको टि.बि भए सो को किटाणुलाई मार्न तपाईले औषधि सेवन गर्न ज्यादी जरूरी हुन्छ।

साना बच्चा हरु, वा एच.आइ.भी भएका वा केहि स्वस्थ्य समस्या भएका मानिसहरुमा सक्रीय टि.बी विकास हुने बढी सम्भावना हुन्छ। तिनीहरुले मंतोक्स परीक्षण नकारात्मक भए पनि औषधि सेवन गर्नपर्ने हुन सक्छ।

यदी तपाईलाई टि.बी को लक्षण (निको नहुने खोकी, तौल घट्ने, राती पसिना आउने, खाना रुची नहुने, ज्वोरो, छाती दुख्ने) छ भने मंतोक्स परीक्षण नकारात्मक भए पनि डाक्टरलाई भेट्नुहोस्।

यदी पहिले नै मेरो मंतोक्स परीक्षण सकारात्मक आएको भए मैले के गर्नपर्छ ?

यदी तपाईसंग सकारात्मक मंतोक्स परीक्षणको लिखित नतिजा (रेकर्ड) छ भने तपाईले अर्को परीक्षण गर्न पर्दैन| यदी तपाईसंग रेकर्ड छैन भने, तपाईले अहिले अर्को परीक्षण गर्न पर्छ। यसले तपाईलाई हानी गर्दैन।

BCG खोप लगाएको भए के हुन्छ ?

BCG खोपले संधै तपाईलाई टि.बि बाट जोगाउँदैन। BCG ले संधै सकारात्मक मंतोक्स छाला परीक्षण नतिजा दिदैन। एदी तपाईले BCG को खोप लगाउनु भएको भए, तपाई को लागी मंतोक्स छाला परिक्षण सुरक्षित हुन्छ

Oregon Health Authority

PUBLIC HEALTH DIVISION
HIV,STD and TB Section

श्रोतः मिनेसोटा स्वस्थ्य बिभाग, टि.बि रोकथाम तथा नियन्त्रण कार्यक्रमबाट साभार