

Department of Health
TB & Chest Service



क्षय रोग के बारे में अधिकि जानें



TB और छाती सेवा टेलीफोन हॉटलाइन:
2572 6024

वेबसाइट पर आपका स्वागत है:
http://www.info.gov.hk/tb_chest



衛生署
Department of Health

क्षय रोग क्या है?

क्षय रोग (TB) एक हवा के माध्यम से फैलने वाला संक्रामक रोग है जो ट्यूबरकल बेसिलस के कारण होता है। बैक्टीरिया आमतौर पर फेफड़ों पर आक्रमण करते हैं जो फेफड़ों-संबंधी TB का कारण है, लेकिन शरीर के अन्य हिस्सों जैसे लसीका ग्रंथि, मस्तिष्क, गुर्दे, त्वचा, हड्डियों या जोड़ों पर भी आक्रमण कर सकते हैं।



संचरण की विधि

जब एक संक्रामक TB रोगी खांसता या छींकता है, तो बैक्टीरिया से युक्त छोटी बूंदें उत्पन्न होती हैं और हवा में फैल जाती हैं। हर कोई TB संक्रमण के स्रोत से अवगत नहीं होता और संक्रमित हो जाता है, और संक्रमित लोग बीमारी को आगे नहीं बढ़ा सकते हैं। संक्रमण और बीमारी की होना कई कारकों पर निर्भर करता है, विशेष रूप से संपर्क की अवधि, और प्रत्येक व्यक्ति की प्रतिरक्षा। दस संक्रमित व्यक्तियों में से लगभग एक व्यक्ति में जीवन के जोखिम के रूप में बीमारी का विकास होता है। संक्रमण के बाद बीमारी हफ्तों, महीनों, वर्षों या दशकों तक विकसित हो सकती है। जब तक रोग विकसित नहीं होता है, संक्रमित व्यक्ति अन्य स्वस्थ व्यक्तियों की तरह अच्छा और गैर-संक्रामक रहेगा।



फेफड़ों संबंधी TB के लक्षण क्या हैं?



लगातार खांसी



वजन घटना



लगातार बुखार



खून से सना हुआ थूक



रात को पसीना
आना आना



अपर्याप्त भूख



फेफड़ों-संबंधी TB का निदान कैसे किया जाता है?

1. छाती का एक्स-रे परीक्षण

TB रोगी की छाती के एक्स-रे में अस्पष्टता या गुहिकायन देखा जा सकती है।



2. थूक का परीक्षण

- प्रत्यक्ष धब्बा - ट्यूबरकल बेसिली को माइक्रोस्कोप के नीचे विशेष धब्बों के बाद देखा जा सकता है।
- पालन - TB रोगाणु प्रयोगशाला में विशेष पालन माध्यम में विकसित हो सकते हैं।

थूक की जाँच से इस बात की जानकारी मिलती है कि क्या थूक में मौजूद ट्यूबरकल बेसिली हैं, जो रोग की गंभीरता, और रोगी की उपचार प्रगति भी हैं। धब्बा परीक्षण के परिणाम कुछ दिनों में उपलब्ध हो सकते हैं, जबकि पालन के परिणामों के लिए आमतौर पर 2 से 3 महीने की आवश्यकता होती है।

टीबी का इलाज क्या है?



TB रोगी का शीघ्र निदान और उपचार होना चाहिए। आजकल, TB के उपचार बहुत प्रभावी हैं। दवा उपचार की सामान्य अवधि कई दवाओं के संयोजन के साथ 6 महीने तक रहती है। TB के अधिकांश रोगियों को नियमित दवा उपचार से पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है। TB के अधिकांश रोगी उपचार की अवधि के दौरान अपने काम या अन्य दैनिक गतिविधियों को जारी रख सकते हैं।

TB विरोधी दवा उपचार के दौरान ध्यान देने योग्य बातें:



- निर्धारित समय पर सही खुराक लें। अनियमित दवा उपचार शरीर के अंदर दवा प्रतिरोधी बैक्टीरिया के उद्भव को उभरेगा, जिससे उपचार जटिल हो जाएगा और पूर्णता ठीक होना अधिक कठिन हो जाएगा।
- दवा उपचार की सामान्य अवधि कम से कम 6 महीने या उससे अधिक समय तक रहती है। कुछ परिस्थितियों में, चिकित्सक को व्यक्तिगत रोगियों की विशेष आवश्यकताओं के अनुरूप दवा उपचार को संशोधित करना पड़ सकता है।
- यदि निम्नलिखित लक्षण होते हैं तो चिकित्सा सलाह लें जैसे कि खुजली, त्वचा पर लाल चकत्ते, बुखार, उल्टी, टिन्निटस (कानों में बजने वाली आवाज), दृश्य गड़बड़ी या संदेह के मामले में कोई अन्य शारीरिक परेशानी। रोगी को असुविधा या दुष्प्रभाव का अनुभव होने पर नर्स को रिपोर्ट करना चाहिए।

TB के पूर्ण इलाज और प्रभावी नियंत्रण को सुनिश्चित करने के लिए, हांगकांग में स्वास्थ्य विभाग ने 1970 के दशक से DTO (प्रत्यक्ष रूप से अवलोकन उपचार) लागू किया है। मरीजों को सीधे क्लिनिक नर्सों के पर्यवेक्षण के तहत दवाईयाँ लेनी चाहिए।

विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा दवा के समर्थन और TB को नियंत्रित करने के लिए एक प्रभावी रणनीति के रूप में DIO की सिफारिश की जाती है। यह TB प्रतिरोधक दवाओं के प्रतिरोध को विकसित करने से रोकने में रोगियों की मदद करता है। इसके अलावा, नर्स किसी भी उपचार के दुष्प्रभावों के लिए रोगियों की बारीकी से निगरानी कर सकती है और आवश्यक होने पर सलाह दे सकती है या त्वरित क्रिया कर सकती है।



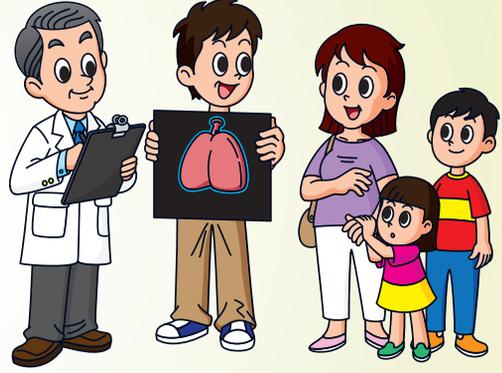
दैनिक गतिविधियों के लिए नोट करने के लिए अंक:

- संक्रमण के प्रसार को रोकने के लिए मरीजों को अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखना चाहिए। चूंकि संक्रमण मुख्य रूप से हवा के माध्यम से फैलता है, मरीजों को छींकते या खांसते समय अपने मुँह और नाक को टिशू पेपर या रूमाल से ढंकना चाहिए, और थूक को फ्लश कर देना चाहिए या टिशू पेपर में लपेट कर कूड़ा करकट-डिब्बे में डाल देना चाहिए।
- सामान्य तौर पर, उपचार शुरू होने के बाद TB रोगियों की संक्रामक क्षमता में तेजी से कमी आएगी। इस प्रकार, सख्त अलगाव आवश्यक नहीं है। हालांकि, TB रोगियों को शिशुओं और छोटे बच्चों के साथ निकट संपर्क से बचना चाहिए क्योंकि उनके पास अपेक्षाकृत कम शारीरिक प्रतिरोध होता है।
- एक स्वस्थ जीवन शैली जिसमें पर्याप्त आराम और नींद शामिल है, शरीर के प्रतिरोध को बनाने के लिए संतुलित आहार और पर्याप्त व्यायाम को अपनाना चाहिए। एक साफ़ और स्वच्छ वातावरण बनाए रखा जाना चाहिए। संक्रमण की संभावना को कम करने के लिए अच्छे वायु-संचार को सुनिश्चित करने के लिए खिड़कियों को खुला रखा जाना चाहिए।



TB की रोकथाम

निवारक उपाय:



1. TB रोगियों को संक्रमण के प्रसार को रोकने के लिए जल्द उपचार प्राप्त करना चाहिए।
2. TB रोगियों से करीबी संपर्क, आमतौर पर घरेलू संपर्क, की शुरुआती जाँच होनी चाहिए। वे मूल्यांकन और परीक्षण के लिए छाती क्लिनिक में जा सकते हैं जिसमें ट्यूबरकुलिन त्वचा परीक्षण और/या छाती एक्स-रे परीक्षण शामिल हो सकता है।
3. एक स्वस्थ जीवन शैली को बनाए रखने से शारीरिक प्रतिरोध बनने में मदद मिलती है। इसमें शामिल है:

- पर्याप्त आराम और नींद लेने
- धूम्रपान और शराब से बचने
- संतुलित आहार
- पर्याप्त व्यायाम करें
- एक खुशनुमा माहौल बनाए रखें
- अच्छी व्यक्तिगत और पर्यावरणीय स्वच्छता बनाए रखें
- ताजी हवा में साँस लेना और अच्छा अंदरूनी वायु-संचार बनाए रखें



4. BCG (बेसिल कालमेट-ग्युरिन) टीकाकरण
 - नवजात शिशुओं और 15 वर्ष से कम उम्र के बच्चों को BCG टीकाकरण जिन्होंने पहले



कभी BCG प्राप्त नहीं किया है।

5. TB विरोधी अभियानों और स्वास्थ्य शिक्षा गतिविधियों को बढ़ावा देना

- TB के बारे में सार्वजनिक जागरूकता बढ़ाने के लिए, और बीमारी से लड़ने के लिए सामुदायिक समर्थन को सुरक्षित करना।

6. TB के संदिग्ध लक्षणों वाले व्यक्तियों को परिवार के डॉक्टरों से या छाती के क्लिनिक में जल्द चिकित्सकीय सलाह लेनी चाहिए।



छाती क्लिनिक द्वारा प्रदान की गई सेवाओं का पैमाना:

- छाती की एक्स-रे जाँच, चिकित्सकीय परामर्श, जाँच और दवा उपचार सहित TB की पुष्टि या संदेह वाले लोगों को मुफ्त चिकित्सा सेवाएँ प्रदान करें।
- उपचार की सफलता सुनिश्चित करने के लिए सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्सों द्वारा TB रोगियों को व्यक्तिगत स्वास्थ्य साक्षात्कार और स्वास्थ्य परामर्श प्रदान करें।
- संक्रमण के प्रसार को रोकने के लिए अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता पर स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करें, और इसके कारणों, संचरण के तरीके, लक्षण, उपचार पाठ्यक्रम और नियमित रूप से दवा उपचार प्राप्त करने के महत्व सहित रोग की बेहतर समझ होनी चाहिए।
- क्षय रोग के बारे में जानने के लिए कोई भी व्यक्ति क्लिनिक नर्स से संपर्क कर सकता है या TB और छाती सेवा वेबसाइट पर जा सकता है: http://www.info.gov.hk/tb_chest



पूर्णकालिक छाती के क्लीनिक

• Wanchai Chest Clinic 1/F, Wanchai Polyclinic, 99 Kennedy Road, Wanchai, Hong Kong	2591 1195
• Sai Ying Pun Chest Clinic 2/F, Sai Ying Pun Jockey Club Polyclinic, 134 Queen's Road West, Hong Kong	2859 8227
• Shaueiwan Chest Clinic 2/F, Shaueiwan Jockey Club Clinic, 8 Chai Wan Road, Hong Kong	2560 4522
• Kowloon Chest Clinic G/F, 147A Argyle Street, Kowloon	2711 2086
• Yaumatei Chest Clinic 2/F, Yaumatei Jockey Club Polyclinic, 145 Battery Street, Kowloon	2388 5939
• Shek Kip Mei Chest Clinic 1/F, Shek Kip Mei Health Centre, 2 Berwick Street, Kowloon	2777 4535
• East Kowloon Chest Clinic G/F, East Kowloon Polyclinic, 160 Hammer Hill Road, Kowloon	2352 0077
• Yung Fung Shee Chest Clinic 1/F, Yung Fung Shee Memorial Centre, 79 Cha Kwo Ling Road, Kowloon	2727 8250
• Yan Oi Chest Clinic 2/F, Yan Oi Polyclinic, 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun, New Territories	2404 3740
• South Kwai Chung Chest Clinic G/F, 310 Kwai Shing Circuit, Kwai Chung, New Territories	2419 1721
• Yuen Chau Kok Chest Clinic 1/F, 29 Chap Wai Kon Street, Sha Tin, New Territories	2647 6445
• Tai Po Chest Clinic 1/F, Tai Po Jockey Club Clinic, 37 Ting Kok Road, Tai Po, New Territories	2689 5600

अंशकालिक छाती के क्लिनिक

• Sheung Shui Chest Clinic 1/F, Shek Wu Hui Jockey Club Clinic, 108 Jockey Club Road, Shek Wu Hui, Sheung Shui, New Territories	2670 0211 ext. 20
• Yuen Long Chest Clinic G/F, Yuen Long Jockey Club Health Centre, 269 Castle Peak Road, Yuen Long, New Territories	2443 8540
• Sai Kung Chest Clinic G/F, Mona Fong Clinic, 23 Man Nin Street, Sai Kung, New Territories	2792 2601
• Cheung Chau Chest Clinic G/F, St John Hospital, Cheung Chau Hospital Road, Tung Wan, Cheung Chau	2986 2201
• Tung Chung Chest Clinic 1/F, Tung Chung Health Centre, 6 Fu Tung Street, Tung Chung, Lantau Island	3575 8393