Department of Health
TB & Chest Service

衞生防護中心
Centre for Health Protection

ٹیوبر کلوسس کے متعلق مزید جانیں

ٹی بی اینڈ چیسٹ سروس ٹیلی فون ہاٹ لائن:
2572 6024

ویب سائیٹ پر خوش آمدید:
http://www.info.gov.hk/tb_chest

衞生署
Department of Health

ٹیوبر کلوسس کیا ہے؟

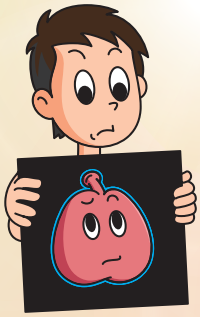
ٹیوبر کلوسس (ٹی بی) ہوا کے ذریعے پھیلنے والی ایک وبائی بیماری ہے جو کہ ٹیوبرکل بیکلس کے باعث لگتی ہے۔ یہ بیکٹریا عام طور پر پھیپھڑوں پر حملہ آور ہوتا ہے جو کہ پھیپھڑوں کی ٹی بی کا باعث بنتا ہے، مگر اس کے ساتھ ساتھ یہ جسم کے دیگر اعضاء جیسے لمفی غدوں، دماغ، گردوں، جلد، ہڈیوں یا جوڑوں پر بھی حملہ کر سکتا ہے۔

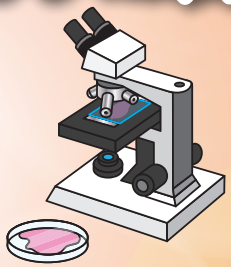
منتقلی کا طریقہ

جب ٹی بی کا ایک متاثرہ مریض کھانستا یا چھینکتا ہے تو، بیکٹریا کے حامل چھوٹے قطرے پیدا ہوتے ہیں اور ہوا میں پھیل جاتے ہیں۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ ہر وہ فرد جو کہ ٹی بی کے مریض کا سامنا کرے، اس مرض کا شکار ہو جائے ، اور وہ افراد جن میں یہ انفیکشن داخل ہو جائے، یہ لازم نہیں ہے کہ ان میں بیماری پھلے پھولے۔ انفیکشن اور بیماری کی وقوع پذیری، بالخصوص حملے کی شدت، اور ہر فرد کی قوت مدافعت سمیت مختلف عناصر پر منحصر ہوتی ہے۔ دس میں سے تقریباً ایک مریض میں یہ بیماری زندگی کے لیے خطرے کی علامت بن سکتی ہے۔ یہ مرض انفیکشن کے بعد ہفتوں، مہینوں، سالوں یا حتیٰ کہ دہائیوں کے بعد نمودار ہو سکتا ہے۔ جب تک کہ بیماری زور نہ پکڑ جائے، تب تک انفیکشن سے متاثرہ فرد صحت مند دکھائی دیتا ہے اور دوسرے صحت مند افراد کی طرح انفیکشن سے پاک معلوم ہوتا ہے۔

پھیپھڑوں کی ٹی بی کی علامات کیا ہیں؟

پھیپھڑوں کی ٹی بی کی تشخیص کیسے ہوتی ہے؟





1- چھاتی کے ایکسرے کا معائنہ

ٹی بی کے مریض کی چھاتی کے ایکسرے میں اوپاسائیٹیز یا کیویٹیشن دکھائی دے سکتی ہے۔

2- تھوک کا معائنہ

- براہ راست سمیئر – ٹیوبرکل بیکلی مائیکروسکوپی کے تحت خصوصی رنگائی کےبعد دکھائی دے سکتے ہیں۔
- کلچر – ٹی بی کا جرثومہ لیبارٹری کے خصوصی کلچر میڈیا میں نشوونما پا سکتا ہے۔

تھوک کا معائنہ اس بات کی معلومات فراہم کرتا ہے کہ آیا تھوک میں ٹیوبرکلی بیکلی موجود ہے، بیماری کی شدت کیا ہے، اور یہ کہ مریض کے معالجے کی پیش رفت کیا ہے۔ سمیئر کے معائنے کے نتائج چند دنوں میں دستیاب ہو سکتے ہیں، جب کہ کلچر نتائج کے لیے عام طور پر 2 یا 3 ماہ کے انتظار کی ضرورت پڑتی ہے۔

ٹی بی کا علاج کیا ہے؟

ٹی بی کے مریض کی جلد تشخیص اور علاج ہونا چاہیے۔ ان دنوں، ٹی بی کا علاج نہایت موثر ہے۔ ادویات کے ذریعے علاج کے عام کورس کی مدت 6 ماہ تک ہوتی ہے جس میں کئی ادویات ملا کر دی جاتی ہیں۔ ٹی بی کے مریضوں کی بڑی اکثریت باقاعدگی سے دوا کے ذریعے علاج سے صحت یاب ہو سکتی ہے۔ ٹی بی کے مریضوں کی اکثریت علاج کی مدت کے دوران اپنا کام یا دیگر روزمرہ امور کو جاری رکھ سکتی ہے۔

تدارک - ٹی بی ادویات سے علاج کے متعلق قابل غور نکات :

- مقررہ وقت پر درست مقدار میں دوا لیں۔ بے قاعدگی سے دوا لینا جسم میں ادویات کے خلاف مزاحمت کرنے والے بیکٹریا کے نمودار ہونے کی راہ ہموار کرے گا، جو کہ علاج کے عمل کو پیچیدہ بنا دیں گے اور مکمل صحت یابی مزید مشکل ہوتی جائے گی۔
- ادویات سے معالجے کی عمومی مدت کم از کم 6 ماہ یا زائد تک رہتی ہے۔ مخصوص صورت حال کے تحت، ڈاکٹر انفرادی طور پر مریضوں کی مخصوص ضروریات کی مناسبت سے ادویات سے معالجے کے حوالے سے ردوبدل کر سکتا ہے۔
- اگر درج ذیل علامات نمودار ہوں تو طبی مشورہ طلب کریں مثلا کھجلی، جلد کی رگڑ، بخار، قے، کان بجنا (کانوں میں گھنٹیاں بجنا)، بصری دشواریاں یا کوئی اور جسمانی بے آرامی کے شبہات۔ مریض کو بے آرامی یا ذیلی اثرات محسوس ہوں تو اسے نرس کو مطلع کرنا چاہیے۔

ٹی بی کے مکمل علاج اور اس پر موثر طور پر قابو پانے کے لیے، ہانگ کانگ کے محکمہء صحت نے 1970 کی دہائی سے ڈی او ٹی (ڈائریکٹلی اوبزروڈ ٹریٹمنٹ) کا نفاذ کر رکھا ہے۔ مریضوں کے لیے ضروری ہوتا ہے کہ کلینک کی نرسوں کی براہ

راست نگرانی میں ادویات لیں۔ ڈی او ٹی کو عالمی ادارہ صحت کی طرف سے ایک موثر حکمت عملی کے طور پر استعمال کی سفارش کی جاتی ہے تاکہ مستقل مزاجی سے ادویات لیے جانے کو فروغ دیا جا سکے اور ٹی بی پر قابو پایا جا سکے۔ یہ تدارک- ٹی بی ادویات کے خلاف مزاحمت کی نمودار ی کا مقابلہ کرنے کے حوالے سے مریضوں کے بچاؤ میں معاونت کرتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ، نرسیں کسی بھی طرح کے ذیلی اثرات کی صورت میں مریضوں کا قریبی معائنہ کر سکتی ہیں اور جب ضروری محسوس ہو تو مشورہ دے سکتی ہیں یا فوری کاروائی کر سکتی ہیں۔

روزمرہ سرگرمیوں کے حوالے سے قابل غور نکات

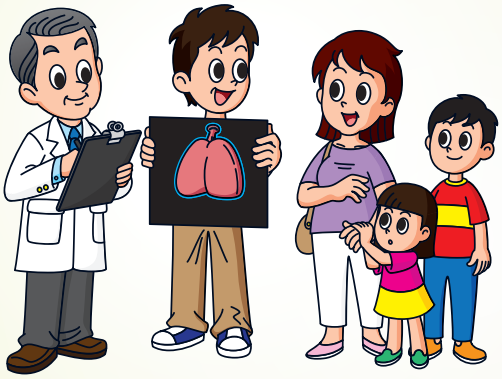
- مریضوں کو انفیکشن کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے شخصی سطح پر حفظانِ صحت کے اصولوں کو برقرار رکھنا چاہیے۔ چونکہ انفیکشن بنیادی طور پر ہوا کے ذریعے منتقل ہوتا ہے، اس لیے مریضوں کو چھینکتے یا کھانستے ہوئے، اپنے منہ اور ناک کو ٹشو پیپر یا رومال کے ذریعے ڈھک کر رکھنا چاہیے، اور تھوک کو فلش کر دینا چاہیے یا ردی کی ٹوکری میں تلف کرنے سے قبل اسے ٹشو پیپر میں لپیٹ دینا چاہیے۔

- عام طور پر، ٹی بی کے مریضوں کے اندر انفیکشن معالجے کے آغاز کے فوری بعد تیزی سے کم ہو جاتا ہے۔ پس، انتہائی قسم کی علیحدگی اختیار کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ تاہم، ٹی بی کے مریضوں کو شیر خوار بچوں اور چھوٹے بچوں کے ساتھ ربط سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ ان کے جسم میں قوت مدافعت نسبتاً کم ہوتی ہے۔

- ایک صحت مندانہ طرز زندگی اپنانا چاہیے جس میں مناسب آرام اور نیند، متوازن غذا اور موزوں ورزش شامل ہوتی ہے تاکہ جسم کی قوت مدافعت میں بہتری لائی جا سکے۔ ایک صاف اور ستھرا ماحول برقرار رکھنا چاہیے۔ کھڑکیوں کو کھلا رکھنا چاہیے تاکہ ہوا کی آمد و رفت کو یقینی بنایا جائے تاکہ انفیکشن کے خدشے کو کم کیا جا سکے۔

ٹی بی سے بچاؤ

بچاؤ کی تدابیر :



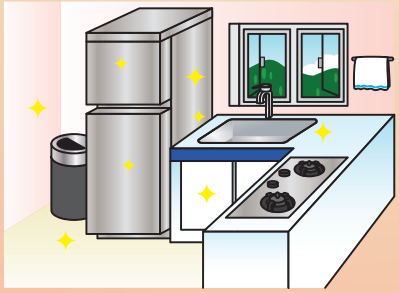
بچاؤ کی تدابیر:

1. ٹی بی کے مریضوں کو انفیکشن کے پھیلاؤ سے محفوظ رہنے کے لیے جلد معالجے کا عمل شروع کرنا چاہیے۔

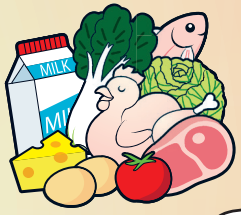
2. ٹی بی کے مریضوں سے قریبی روابط کے حوالے سے، ابتدائی سکریننگ کر لینی چاہیے۔ وہ جانچ اور معائنے کے لیے چھاتی کلینک سے رجوع کر سکتے ہیں جس میں ٹیوبر سکن جانچ اور/یا چھاتی کے ایکسرے کا معائنہ شامل ہو سکتا ہے۔

3. صحت مندانہ طرز زندگی اپنانا جسم کے قوت مدافعت کی تشکیل میں معاونت کرتا ہے۔ اس میں شامل ہیں:

- مناسب آرام اور نیند
- سگریٹ نوشی اور شراب نوشی سے گریز
- متوازن خوراک
- موزوں ورزش
- خوشگوار مزاج برقرار رکھنا
- بہتر شخصی او ماحولیاتی حفظانِ صحت رکھنا
- تازوہ ہوا میں سانس لینا اور گھر کے اندر ہوا کی آمد و رفت کا بہتر انتظام کرنا



4. بی سی جی (بیکلائی کلمیٹی- گورِن) ویکسینیشن
   - نوزائیدہ اور 15 سال سے کم عمر کے بچوں کی بی سی جی ویکسینیشن جن کو اس سے پہلے کبھی بسی سی جی نہ ملی ہو۔

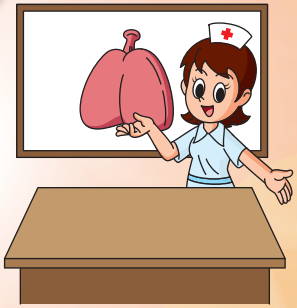


5. تدارک ٹی بی مہمات اور صحت سے متعلقہ شعوری سرگرمیاں

- ٹی بی سے متعلق عوامی بیداری کو اجاگر کرنا، اور بیماری کے خلاف مقابلے کے لیے کمیونٹی سپورٹ حاصل کرنا۔

6. ٹی بی کی علامات رکھنے والے مشتبہ افراد کو خاندانی معالجین یا چھاتی کے شفاخانے سے رجوع کر کے پہلی فرصت میں طبی مشورہ طلب کرنا چاہیے۔

چھاتی کے شفاخانوں کی طرف سے فراہم کردہ خدمات کا سکوپ :



- ٹی بی کے تصدیق شدہ یا مشتبہ افراد کو مفت طبی خدمات فراہم کرنا، بشمول چھاتی کے ایکسرے کا معائنہ، طبی مشاورت، جانچ پرکھ اور ادویات سے معالجہ۔
- پبلک ہیلتھ نرسوں کے ذریعے ٹی بی کے مریضوں کو انفرادی بنیاد پر صحت سے متعلقہ انٹرویو اور صحت سے متعلقہ مشاورت فراہم کرنا تاکہ معالجے کی کامیابی کو یقینی بنایا جا سکے۔

- بہتر شخصی حفظان صحت کو مدنظر رکھتے ہوئے صحت سے متعلقہ آگاہی فراہم کرنا تاکہ انفیکشن کے پھیلاؤ سے بچا جا سکے، اور بیماری کے حوالے سے بہتر سمجھ بوجھ بشمول اس کی وجوہات، منتقلی کا طریقہ، علامات، معالجے کا دورانیہ اور باقاعدگی سے معالجے کی ادویات لینے کی اہمیت کے بارے میں جان کاری مل سکے۔
- کوئی فرد جس کو ٹیوبر کلوسس سے متعلق سوالات کرنے ہوں، کلینک نرس سے رابطہ کر سکتا ہے یا ٹی بی اینڈ چیسٹ سروس کی ویب سائیٹ ملاحظہ کر سکتا ہے:
http://www.info.gov. hk/tb_chest

کُل وقتی چھاتی شفاخانے

• **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**
• **Shaukeiwan Chest Clinic** 2/F, Shaukeiwan 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**

جزو وقتی چھاتی شفا خانے

• **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**

Published by the Department of Health
Printed by the Government Logistics Department

(8/2019)
(URDU)