BRITISH COLUMBIA
Ministry of Health

BCHealthFiles

Punjabi - Number 51a
September 2007

ਤਪਦਿਕ (ਟੀ.ਬੀ.) ਰੋਗ
Tuberculosis (TB) Disease

ਤਪਦਿਕ (ਟੀ.ਬੀ.) ਕੀ ਹੈ?

ਤਪਦਿਕ (ਟੀ.ਬੀ.) ਉਹਨਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹਵਾ ਵਿਚ ਉਦੋਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸੰਕ੍ਰਾਮਕ ਟੀ.ਬੀ. ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਖੰਘਦਾ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਨੇੜੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਹਵਾ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦਾ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਟੀ.ਬੀ ਦੇ ਇਹ ਜਰਾਸੀਮ ਫੇਫੜਿਆਂ 'ਤੇ ਹੱਲਾ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਵੀ ਇਹ ਜਰਾਸੀਮ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਟੀ.ਬੀ. ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ, ਹੱਡੀਆਂ, ਜੋੜ, ਗੁਰਦੇ ਅਤੇ ਸੰਤਾਨ ਉਤਪਤੀ ਅੰਗ। ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੋਂ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਸੰਕ੍ਰਮਣ (ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ) ਜਾਂ ਰੋਗ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਲੈ ਗਏ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਅਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਤੋਂ ***ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ*** ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ, ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ।

ਲੇਕਨ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਲੈ ਗਏ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੇ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ***ਬੀਮਾਰੀ*** ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਕਰੋ, *ਲੇਕਨ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।*

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਕੁੱਝ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿਚ ਭੁੱਖ ਦਾ ਘੱਟ ਲੱਗਣਾ, ਭਾਰ ਦਾ ਘੱਟ ਜਾਣਾ, ਥਕੇਂਵਾ, ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਤਰੇਲੀਆਂ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ *ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ* ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀਨੇ ਦੀ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਦਾ ਫੁਲਣਾ ਜਾਂ ਖਾਂਸੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਟੀ.ਬੀ. ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਲੱਛਣ ਇਸ ਤੋਂ ਹੱਟ ਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਟੀ.ਬੀ. ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਿੱਥੋਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਹੈਲਥ ਯੁਨਿਟ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਵੈਨਕੂਵਰ ਚੈਸਟ ਕਲੀਨਿਕ
655 West 12th Avenue
ਵੈਨਕੂਵਰ, ਬੀ. ਸੀ.
ਫੋਨ: 604-660-6108

ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਿਨਸਟਰ ਟੀ.ਬੀ. ਕਲੀਨਿਕ
#100 – 237 E Columbia Street
ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਿਨਸਟਰ, ਬੀ. ਸੀ.
ਫੋਨ: 604-660-8826

ਟੀ.ਬੀ. ਕਲੀਨਿਕ
1902 Fort St.
ਵਿਕਟੋਰੀਆ, ਬੀ. ਸੀ.
ਫੋਨ: 250-519-1510

ਉਹ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਇਕ ਚਮੜੀ ਦਾ ਤਪਦਿਕ ਟੈਸਟ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਟੈਸਟ ਹੈ। ਇਸ ਟੈਸਟ ਦੇ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਹਨ। ਇਕ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸੱਭ ਤੋਂ ਉੱਪਰਲੀ ਪਰਤ ਹੇਠਾਂ, ਜਾਂਚ ਲਈ ਇਕ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਖ਼ਤਰਾ ਬਹੁਤ ਮਾਮੂਲੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਅਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਟੈਸਟ ਮਗਰੋਂ 15 ਮਿਨਟ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਠਹਿਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਵੱਜੋਂ, ਸੂਈ ਲੱਗਣ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਥੋੜਾ ਉਭਾਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਖੁਰਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਖੁਰਕੋ *ਨਾ*। ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਠੰਡੀ ਚੀਜ਼ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕ ਬਰਫ ਦੀ ਟੁਕੜੀ) ਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਜਾਂਚ ਦਾ ਦੂਜਾ ਹਿੱਸਾ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਬਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕੇ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੇ ਮਾਪੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਵਾਪਸ ਜਾਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦਾ X-ਰੇ ਜਾਂ ਥੁੱਕ ਦਾ ਸੈਂਪਲ।

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ (ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ) ਦਾ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਬਣਣ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਤੋਂ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਇਸਦਾ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਬਣਣ ਦੀ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਤੋਂ ਦੱਸ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਲੇਕਨ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੀ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਜਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਣ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਬਾਰਾਂ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਬਚਾਓ ਉਪਚਾਰ ਰਾਹੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੇ ਟੀ.ਬੀ. ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਟੀ.ਬੀ. ਠੀਕ ਹੋ ***ਸਕਦੀ*** ਹੈ, ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ *ਲਾਜ਼ਮੀ* ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ – ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ *ਅਤੇ* ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਓ।

ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਦਾ ਛੇ ਤੋਂ ਨੌਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਖਾਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਨਿਰੀਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕਈ X-ਰੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਥੁੱਕ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਲਏ ਜਾਣਗੇ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ 6 ਤੋਂ 9 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ?

ਜੀ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ *ਸੱਚਮੁੱਚ* ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ *ਸਾਰੀਆਂ* ਗੋਲੀਆਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਲਵੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਸਾਰੀ ਦਵਾਈ ਮੁੱਕ ਨਾ ਜਾਵੇ, ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਟੀ.ਬੀ. ਵਾਲੇ ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਤਬੀਅਤ ਬਿਹਤਰ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੇਕਨ, ਇਸਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਟੀ.ਬੀ. ਠੀਕ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਤੋਂ ਖਹਿੜਾ ਛੁਡਾਉਣਾ ਕਾਫੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਸਿਰਫ ਕੁੱਝ ਹਫਤਿਆਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ, ਜਰਾਸੀਮ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿਚ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਦਵਾਈ ਦੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ, ਫਿਰ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ, ਆਪਣੀਆਂ *ਸਾਰੀਆਂ* ਗੋਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ, ਇਸਦੀ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮ ਦਵਾਈ ਤੋ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ।

ਜੇਕਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ, ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਬੇਹਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ *ਸਾਰੀਆਂ* ਗੋਲੀਆਂ ਖ਼ਤਮ ਕਰੋ, *ਹਰ ਰੋਜ਼,* ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਮੈਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਵਾਂ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਰਾਸੀਮ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਦੋ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਹਫਤਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. ਹੋਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹੇਠ ਲਿੱਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖੀਆਂ ਜਾਣ:

- ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ ਅਤੇ ਹੱਸਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਢੱਕਿਆ ਜਾਵੇ;
- ਖੰਘਣ ਵੇਲੇ, ਵਰਤਣ ਉਪਰੰਤ ਸੁੱਟੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨੈਕਸ ਵਰਗੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੂੜੇ ਦੀ ਟੋਕਰੀ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ;
- ਚੰਗੇ ਹਵਾਦਾਰ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿਚ ਰਿਹਾ ਜਾਵੇ;
- ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮ ਫੈਲਾਏ ਹਨ?

ਟੀ.ਬੀ. ਇਕ ਸੰਕ੍ਰਾਮਕ ਰੋਗ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਾਸੀਮ ਅਚੇਤ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਏ। ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓਗੇ ਉਸਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਕਿੱਤੇ ਉਹ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨਾਲ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਿਆ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਚਾਉ ਲਈ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

ਬੀ.ਸੀ. ਹੈਲਥਫਾਈਲ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਵੇਖੋ **www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm**, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਜਾਓ।

ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਹਰ ਰੋਜ਼ **24**-ਘੰਟੇ ਖੁੱਲੀ ਬੀ.ਸੀ. ਨਰਸਲਾਈਨ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੰਬਰਾਂ ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- ਗ੍ਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿਚ, 604-215-4700 ‘ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
- ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਟੋਲ-ਫਰੀ ਨੰਬਰ 1-866-215-4700 ‘ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
- ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ, 1-866-889-4700 ‘ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨ
- ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ ਉਪਲਬਧ
- ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ‘ਤੇ ਤਰਜਮੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਜ਼ੁਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

www.bchealthguide.org‘ਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਹੈਲਥ ਗਾਈਡ ਆਨਲਾਈਨ ਵੇਖੋ – ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ‘ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।