लाइलाज नहीं है

टी.बी.

ग्राविस, जोधपुर

हैडकॉन, जयपुर

लाइलाज नहीं है टी.बी.

2018

तकनीकी सहयोग

हैडकॉन

हैल्थ एनवायरनमैन्ट एण्ड डवलपमैन्ट कन्सोर्टियम

67 / 145, प्रताप नगर, सांगानेर, जयपुर, 302022 (राजस्थान)

फोनः 0141–2792994 फैक्स : 0141–2790800

ई–मेल : hedcon2004@yahoo.com

वेबसाइट : www.hedcon.org

संपादक डॉ. प्रकाश त्यागी

काशक

ग्राविस

ग्रामीण विकास विज्ञान समिति,

3 / 458, मिल्कमैन कॉलोनी, पाल रोड, जोधपुर, 342008 (राज.)

फोन : 0291–2785317 फैक्स : 0291–2785116

ई–मेल : email@gravis.org.in

वेबसाइट : www.gravis.org.in

सहयोग :

ISBN 978-81-978288-3-6

मुद्रक :

भालोटिया प्रिन्टर्स, जयपुर

फोन : 0141–2200111

लाइलाज नहीं है टी.बी.

आम भाषा में जिसे हम टी.बी. कहते हैं, उसका असली नाम क्षय रोग या तपेदिक या ट्यूबर कुलोसिस है। यह एक संक्रामक रोग है और किसी भी व्यक्ति को किसी भी उम्र में हो सकता है।

यह सच है कि यह छूत का रोग है और पुराने समय में टी.बी. के रोगियों को हेय दृष्टि से देखा जाता था, परन्तु अब इस रोग का पूर्णतया इलाज संभव है। सही समय पर पूरा उपचार लेने से इस रोग से व्यक्ति पूर्णतः स्वस्थ हो सकता है।

क्षय रोग आमतौर पर दो प्रकार का होता है

- फेफड़ों की टी.बी.।
- फेफड़ों के अलावा शरीर के अन्य अंगों का टी.बी. जैसे मस्तिष्क, पेट, हड्डी, लसिका ग्रंथि, त्वचा एवं जनन तंत्र की टी.बी.।

क्या होता है टी.बी.

टी.बी. या क्षय रोग एक जीवाणु ''माइक्रोबैक्टीरियम ट्यूबर कुलोसिस'' के कारण होता है। आमतौर पर हम में से कई लोगों के शरीर में यह जीवाणु सोई हुई अवस्था में होता है। शरीर के कमजोर होने पर यह जीवाणु सक्रिय हो कर यह रोग उत्पन्न करता है।

कैसे फैलता है टी.बी.

यह रोग हवा के द्वारा फैलता है। टी.बी. के मरीज के खांसते, छींकते एवं बलगम थूकते समय टी.बी. के जीवाणु हवा में फैल जाते हैं और सांस के द्वारा स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर के उसे रोगी बना देते हैं। टी.बी. का एक रोगी एक वर्ष में 10 से 15 स्वस्थ व्यक्तियों को संक्रमित कर देता है।

किन्हें जल्दी होता है टी.बी.

- चार साल तक के बच्चे, बुजुर्ग, गर्भवती महिलाएं, कमजोर एवं बीमार

लोग।

- टी.बी. के रोगी के साथ रहने वाले परिवारजन।
- भीड़–भाड़ वाली गंदी प्रदूषित बस्तियों में रहने वाले लोग।
- छोटे, गैर हवादार एवं अंधकारमय घरों में रहने वाले लोग।
- रक्त कैंसर, डायबिटीज और गुर्दे की बीमारी से पीड़ित मरीज।
- एच.आई.वी. / एड्स से संक्रमित लोग।
- धूल भरे वातावरण में काम करने वाले मजदूर।

कैसे पहचान सकते हैं इस रोग को

इस रोग में होने वाली तकलीफों से इस रोग का पता लगाया जा सकता है। निम्न लक्षणों के आधार पर इस रोग की पहचान की जा सकती है : –

- तीन सप्ताह या अधिक समय से खांसी।
- शाम के समय हल्का बुखार रहना, लम्बे समय तक नियमित बुखार आना।
- खांसी के साथ बलगम आना तथा कभी–कभी बलगम के साथ खून दिखाई देना।

- सांस फूलना, सांस लेने में कठिनाई होना।
- बिना किसी कारण के छाती में दर्द रहना।
- भूख कम लगना।
- वजन का लगातार घटना।
- थकान एवं चिड़चिड़ापन।

फेफड़ों के अलावा शरीर के अन्य अंगों में भी टी.बी. हो सकती है, जिनके लक्षण निम्न प्रकार के होते हैं : –

लसिका ग्रंथि (लिम्फ ग्लैण्ड) की टी.बी. : गर्दन में बिना दर्द की, छोटी गांठों का होना, जिसके ऊपर की त्वचा पर फोड़ा भी बन सकता है।

कमर की हड्डी की टी.बी. : कमर की हड्डी पर सूजन, अकड़न एवं दर्द रहना।

जोड़ों की टी.बी. : जोड़ों जैसे कूल्हे या घुटने में तेज दर्द होना, जकड़न एवं काम करने में कठिनाई।

त्वचा की टी.बी. : त्वचा पर घाव जिनके किनारे चमकदार एवं कटे–फटे हों, जो सूख नहीं रहे हों।

जनन तंत्र की टी.बी. : मूत्र संबंधी समस्याएं एवं महिलाओं में बांझपन।

दिमाग की झिल्ली की टी.बी. (मेनिन्जाइटिस) : बुखार के साथ गर्दन में जकड़न या टेढ़ापन आना, आंखें ऊपर को चढ़ जाना, बेहोशी छा जाना।

महिलाओं में टी.बी. : बांझपन, अनियमित माहवारी, बच्चेदानी में संक्रमण, पेट के निचले हिस्से में दर्द रहना।

क्या करें

ऐसी समस्याएं दिखाई देते ही तुरन्त किसी भी नजदीकी सरकारी अस्पताल में जाकर चिकित्सक को दिखाएं और चिकित्सक की सलाह के अनुसार पूरी जांच कराएं।

कौनसी जांचें हैं आवश्यक

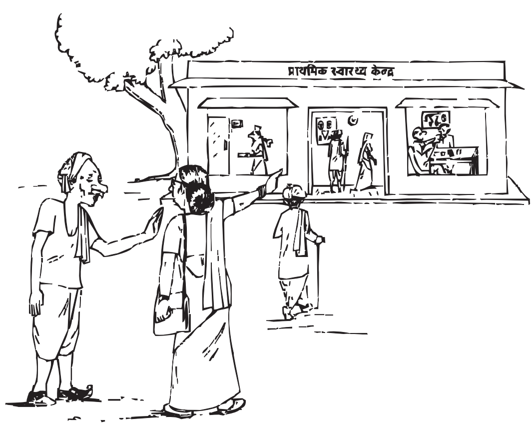
बलगम की जांच : – माइक्रोस्कोप से बलगम में टी.बी. के जीवाणु को देखना।

छाती का एक्स–रे : – फेफड़ों पर टी.बी. के प्रभाव को देखना।

मॉन्टूज टेस्ट : – त्वचा पर टी.बी. की जाँच करना।

यदि टी.बी. की जाँच पॉजीटिव आती है तो क्या हो उपचार

टी.बी. के उपचार के लिये सरकार ''डॉट्स'' नामक कार्यक्रम चला रही है। राजस्थान के सभी जिलों में यह योजना चल रही है। डॉट्स का अर्थ है रोगी को अपने सामने दवाई खिलाना। डॉट्स कार्यक्रम के तहत रोग की जाँच एवं इलाज पूर्णतः निःशुल्क है।



डॉट्स में टी.बी. की जाँच एवं लक्षण के आधार पर इलाज की तीन श्रेणी होती है। प्रत्येक श्रेणी में उपचार के दो चरण होते हैं।

गहन चरण : – गंभीर रोगियों को प्रत्येक खुराक स्वास्थ्य कार्यकर्ता के सामने खिलाई जाती है।

सतत् चरण : – इसमें सप्ताह की प्रथम खुराक स्वास्थ्य कार्यकर्ता के सामने खिलाई जाती है और शेष खुराकें मरीज को घर के लिये दी जाती हैं।

कैसे दी जाती है दवा

- डॉट्स में दवा एक दिन छोड़कर एक दिन दी जाती है, अर्थात् सप्ताह में तीन दिन दवा दी जाती है। रविवार को दवा नहीं दी जाती है।
- मरीज की पूरे समय (6–8 माह) की दवा का एक अलग बॉक्स होता है, इस बॉक्स में से दूसरे रोगी को दवा नहीं दी जाती है।
- दवा की प्रत्येक खुराक स्वास्थ्य कार्यकर्ता की देखरेख में दी जाती है।
- मरीज एवं उसके द्वारा ली गई खुराक का लेखा–जोखा रखा जाता है।
- दवा सुबह खाली पेट दी जाती है।

कहाँ हैं डॉट्स अधिकृत केन्द्र

- स्थानीय सरकारी अस्पताल
- प्राथमिक एवं उप स्वास्थ्य केन्द्र।
- टी.बी. सेनेटोरियम व चिकित्सालय।
- आंगनबाड़ी केन्द्र।
- आयुर्वेद औषधालय केन्द्र।
- कुछ स्थानीय गैर सरकारी संगठन एवं निजी क्लीनिक।

ऐसा हो सकता है दवा लेने पर

- मूत्र लाल रंग का आता है।
- दवा लेने के बाद थोड़ी देर तक घबराहट होती है।

ये लक्षण सामान्य हैं, इनसे परेशान होकर दवा न छोड़ें।

अगर निम्न लक्षण दिखाई दें तो तुरन्त चिकित्सक या स्वास्थ्य कार्यकर्ता से संपर्क करें

- दवा लेते समय उल्टियां होती हों।
- दवा शुरु करने के बाद यदि पीलिया हो जाए।
- चक्कर आए तथा कानों में घूं घूं की आवाज आए।
- जोड़ों में दर्द होने पर।

  ये सभी असामान्य लक्षण हैं, इनका पता चलते ही तुरन्त डॉक्टरी राय अवश्य लेनी चाहिए।

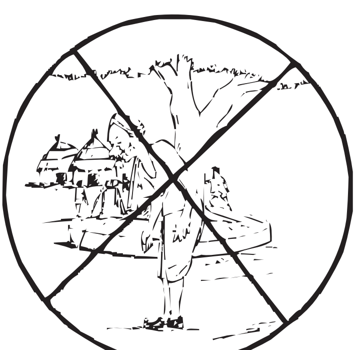
दवा लेते समय ध्यान रखना चाहिए

- इलाज बीच में न छोड़ें।
- धुम्रपान एवं शराब से दूर रहें।
- उचित खान–पान एवं पोषण लें।
- स्वच्छता के नियमों का पालन करें।
- खांसते या छींकते समय मुंह पर रुमाल रखें।
- बलगम को इधर–उधर ना थूकें।
- नियमित जांच करवाते रहें।

बचाव

- बच्चों को जन्म के समय अथवा एक वर्ष की आयु से पहले बी.सी.जी. का टीका लगवाना चाहिए।

- फेफड़ों की टी.बी. के रोगी को खांसते या छींकते समय मुंह पर रुमाल रखना चाहिए।
- स्पुटम पॉजिटिव रोगी को इधर–उधर खुले स्थान में नहीं थूकना चाहिए।
- रोगी के बलगम को फेंकने की बजाय जला देना चाहिए।
- रोगी के साथ रहने वाले घर के अन्य सदस्यों को अपनी जाँच करवानी चाहिए।



- रोगी के साथ रहने वाले 6 वर्ष से छोटे बच्चों को आइसोनियाजाइड की गोली 5 मिग्रा/किग्रा वजन के हिसाब से प्रतिदिन छः महीने तक देनी चाहिए।
- रोगी को हवादार एवं प्रकाशयुक्त कमरे में रखना चाहिए
- सभी को उचित पोषण लेना चाहिए।
- रोग का कोई भी लक्षण दिखने पर तुरन्त चिकित्सक की राय लेनी चाहिए और जाँच करानी चाहिए।
- टी.बी. का उपचार कभी बीच में नहीं छोड़ना चाहिए।

अधिक जानकारी के लिए निकटतम राजकीय अस्पताल या ग्राविस हॉस्पिटल से सम्पर्क करें।

ग्रामीण विकास विज्ञान समिति (ग्राविस) एक गैरसरकारी, स्वैच्छिक संस्था है जो महात्मा गाँधी की विचारधारा से प्रेरित होकर थार मरूस्थल के ग्रामीण क्षेत्रों के विकास हेतु प्रयासशील है। 1983 में स्थापित यह संस्था अब तक 55,000 परिवारों को लाभान्वित कर चुकी है। संस्था का कार्यक्षेत्र लगभग 1000 गाँवों में फैला है तथा ग्राविस ने 2500 से भी अधिक सामुदायिक संगठनों को गठित किया है। अपने गम्भीर प्रयासों, अनुसंधान तथा प्रकाशनों के माध्यम से ग्राविस ने स्वैच्छिक जगत में अपनी एक विशिष्ट पहचान बनाई है।

ग्राविस

3/437, 458, मिल्कमैन कॉलोनी,
पाल रोड़, जोधपुर–342008, राजस्थान, जयपुर
फोन : 91 291 2785 317, 2785 549, 2785 116
फैक्स : 91 291 2785 116
ई मेल : email@gravis.org.in वेबसाइट : www.gravis.org.in