{k;jkx D;k g \

तपेदिक या टी॰ बी॰ ऐसा रोग है जिसमें व्यक्ति के मुख्यतः फेफडों व अन्य शारीरिक भाग बुरी तरह क्षतिग्रस्त होतें है। हर आयु, राष्ट्रीयता, व आर्थिक वर्ग के लोगों को टी॰ बी॰ हो सकती है। लेकिन आज के आधुनिक युग की दवाईयों से तपेदिक रोग का इलाज संभव हो गया है।

rifnd dl Qyrk g \

जब संक्रमित व्यक्ति किसी के बहुत नजदीक नित्य आता है, और उसका संक्रमण सक्रिय हो एवं उपचार न चल रहा हो। इसके रोगाणु हवा के माध्यम से फैलतें हैं, जो फेफडों व गले से खाँसी अथवा छींक व बातें करते समय बाहर निकलतें हैं। इसी कारण जो संक्रमित व्यक्ति के साथ ज्यादा समय बितातें हैं, वे इससे प्रभावित होतें हैं। जैसे :– परिवार के सदस्य, मित्र, व साथ में नौकरी करने वाले लोग। आपको किसी संक्रमित व्यक्ति के सड़क व ढाबों और भोजनालय में खाँसने से इसके रोगाणु नहीं लगेंगे। इसलिए बर्तन, चादरों और कपड़े से तपेदिक का संक्रमण नहीं फैलता।

..........gok d ek/;e l gh rifnd dk lØe.k Qyrk gA

rifnd lØe.k dk eryc D;k g \

अगर किसी व्यक्ति के शरीर में तपेदिक के रोगाणु हैं तो वह तपेदिक ग्रस्त कहा जाता है। शरीर की सुरक्षा प्रणाली उन रोगाणुओं के चारों ओर एक दिवार बनाके उन्हें कैद रखती है, व असक्रिय कर देती है। रोगाणु इस सुप्त अवस्था में सालों शरीर में रह सकतें हैं। इस अवस्था में वे कोई हानी नहीं पहुंचा सकते और न ही दूसरों को संक्रमित कर सकतें हैं, यहाँ तक की इस अवस्था में रोगी को पता भी नहीं होता की वह रोगाणुओं से ग्रसित है। करोड़ो लोग तपेदिक रोगाणुओं के प्रभाव में होतें हैं। ज्यादातर रोगाणु हमेशा असक्रिय ही रह जातें हैं।

----------rk or'eku e rifnd d vlfØ; jkxk.k vkidk udlku ugh igpk ldrA

rifnd jkx D;k g \

सक्रिय तपेदिक रोगाणुओं के द्वारा गंभीर रोग होतें हैं। शरीर की कमजोर सुरक्षा तन्त्र के कारण, बहुत जल्दी तपेदिक रोगाणु शरीर में घुसते ही प्रभावी हो जातें हैं। यहाँ तक की लम्बे समय तक असक्रिय रहने के बाद भी वे सक्रिय हो जातें हैं। इसका कारण है, बढ़ती आयु, गम्भीर बीमारी, नशा और अधिक शराब या एच॰ आई॰ वी॰ की वजह से शरीर के कमजोर होते ही शारीरिक सुरक्षा तन्त्र कमजोर हो जाता है, सुरक्षा परत कमजोर होते ही रोगाणु सक्रिय होकर उस दीवार को तोड़ कर तेजी से बढ़ते और फिर मुख्यतः फेफडों और शरीर के दूसरे भागों को क्षति पहुँचाना शुरू कर देतें हैं। फिर ऐसे लोग गम्भीर रोगी बन जातें हैं, अगर सही तरह का इलाज न हो और दवाइयों पर ध्यान न देने से उनकी मृत्यु भी हो जाती है। जबकि अच्छे उपचार और देखभाल से तपेदिक पूरी तरह ठीक हो सकता है।

----------tc 'kjhj dk lj{kkrU= detkj iM tk, lIr rifnd d jkxk.k lfØ; gkdj lj{kk ?kj dk rkM Mkyr gA

nok çfrjk/kh rifnd D;k g \

जब चिकित्सकों द्वारा लिखी गई दवाइयों के प्रति तपेदिक रोगाणु उसके आदी होकर प्रतिरोधक बन जातें हैं तो वह प्रतिरोधक तपेदिक कही जाती है। यदि सक्रिय तपेदिक रोगाणु वाले रोगी तय समय अवधि से पहले ही दवाइयों को लेना बन्द कर दें या फिर उन्हें तपेदिक की गलत दवाइयां लिख दी गईं हों। इस प्रकार की तपेदिक या क्षय रोग का उपचार भी विभिन्न दवाइयों के मिश्रण या मिलान द्वारा किया जाता है और उपचार में फिर अधिक समय भी लगता है। दवा प्रतिरोधी तपेदिक से पीड़ित व्यक्ति फिर दवा प्रतिरोधी तपेदिक के ही रोगाणु फैलाता है।

rifnd d y{k.k D;k g \

तपेदिक में मुख्य तौर पर फेफड़े ही निशाना बनतें हैं। जबकि शरीर के दूसरे हिस्से भी आक्रमण के दायरे में होतें हैं। तपेदिक ग्रसित लोगों के लक्षण होतें हैं :–

- लगातार खांसी (अग्रीम रूप में बलगम के साथ खून के थक्के)
- बुखार
- वजन घटना
- रात में पसीना आना
- लगातार थकावट रहना
- खाने में अरुचि

सक्रिय तपेदिक में बहुत थोड़े लक्षण भी हो सकते हैं इसलिए रोगी अपने संक्रमण से अनभिज्ञ ही उसको फैलाता रहता हैं।

rifnd dh tkp fdl djkuh pkfg, \

- जिनमें तपेदिक के लक्षण हों।
- जो लोग नित्य संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आतें हों (ये मित्र, पारिवारिक सदस्य या सहपाठी हो सकतें हैं)
- जिनकी एच॰ आई॰ वी॰ संक्रमण के चलते या कड़ी दवाइयों के कारण प्रतिरोधक क्षमता कम हो गई हों।
- कोई भी व्यक्ति जिन्हें संदेह हो की वे तपेदिक प्रभावित लोगों के संपर्क में आ चुकें हैं। और उन्हें अपने सुप्त रोगाणुओं के संवाहक होने का अन्देशा हो।

D;k rifnd jkxh nljk dk lØfer djr g \

कुछ चिकित्सकिय परीक्षण के बाद एक चिकित्सक निर्णय लेता है कि रोग सहज रूप से फैलने वाला है या नहीं। ज्यादातर रोगियों का एक या दो हफ्तों के सही और प्रभावी दवाइयों के सेवन के बाद ही रोगाणुओं का फैलना बन्द हो जाता है जबकि लम्बी अवधी तक दवाइयों का सेवन घर पर ही रह कर करते हुए वे सामान्य जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

ge rifnd l dl yM ldr g \

जिन व्यक्तियों को आवश्यकता है उन्हें समय पर लगातार दवाइयों का सेवन सुनिश्चित करना ही सबसे बेहतर और कारगर तरीका है। इसके अलावा :– जो लोग तपेदिक से ग्रसित हैं और उनके रोगाणु सक्रिय होने के कारण वे दूसरों को भी संक्रमित कर सकते हैं। इसलिए वे केवल निर्देशित दवाइयाँ बगैर छोड़े लगातार तय समय तक खाने से ही ठीक हो सकते हैं।

- जो लोग संक्रमित होते हुए भी बीमार नहीं है उनके सुप्त रोगाणु सुरक्षा परत के घेरे में होने के कारण ऐसा है, परन्तु बाद में रोगाणु सक्रिय होकर उन्हें बीमार कर सकते हैं, इसलिए उन्हें जैसा चिकित्सक निर्देश दे नित्य इसके बचाव के लिए दवाइयाँ खानी चाहिए। यही उनके तपेदिक के रोगाणुओं से पीछा छुड़ाने और हमेशा रोग मुक्त रहने के लिए सबसे उत्तम उपाय है। कुछ रोगियों को उनकी अवस्था व चिकित्सकिय कारणों से बचाव वाली दवाइयाँ नही दी जा सकतीं हैं।
- आयु की परवाह किए बगैर भी उन व्यक्तियों को चिकित्सकों द्वारा निर्देशित दवाइयाँ इससे बचाव के लिए खाना चाहिए जो संक्रमित व्यक्ति के नजदीकी संपर्क में रहता हो।

D;k rifnd Bhd gk ldrh g \

जी हाँ। आधुनिक दवाइयों के कारण हर अवस्था की तपेदिक का सफलतापूर्वक इलाज पूरी तरह संभव है। इसमें चिकित्सक के द्वारा निर्देशित दवाइयों का सेवन लगभग छः महीने लगातार बगैर छोड़े करना पड़ता है। जो लोग एच॰ आई॰ वी॰ से पीड़ित होतें हैं, उन्हे अधिक लम्बे समय तक दवाइयाँ लेनी पड़तीं हैं। इसके रोगाणुओं को नियंत्रित और ठीक करने में, दवा प्रतिरोधक तपेदिक और अधिक लम्बा समय लेती है। क्योंकि इसमें रोगाणु इन दवाइयों के आदी हो चुके होतें हैं। प्रयोगशाला परीक्षण के द्वारा ही चिकित्सक दवा प्रतिरोधक तपेदिक के बारे में बताने में समर्थ हो पातें हैं। तपेदिक की दवाइयाँ सुरक्षित हैं, किन्तु कभी–कभी इनके दुसरे प्रभाव भी पड़ते हैं। इसलिए स्वास्थ्य व शारिरिक संरचना में कोई भी बदलाव यदि दवाइयों के बाद महसूस करें, तो तुरंत चिकित्सक अथवा नर्स को बताएं। अधिकाश लोगों को इन दवाइयों से कोई परेशानी नहीं होती है।

nokb;k dk ckn D;k cnyko gk ftu ij e>k /;ku nuk pkfg, \

- चमड़ी का पीलापन
- गाड़ा मूत्र
- उल्टियाँ
- खाने से रूचि हट जाना
- मतली या उबकाई
- दृष्टि में बदलाव
- बगैर कारण के बुखार
- बगैर कारण के थकावट
- पेट में मरोड़ या ऐंठन

yEch vof/k rd esa nokb;ksa dk lsou D;ksa d:¡ \

क्योंकि तपेदिक के रोगाणु बहुत शक्तिशाली होतें हैं इसलिए वे पूरी तरह खत्म होने में ज्यादा समय लेतें हैं। इसलिए अच्छी देखभाल के साथ, ठीक दवाइयाँ भी चिकित्सक परामर्श के बाद बगैर एक भी दिन छोड़े लगातार लम्बे समय तक लेने से तपेदिक के रोगाणु पूरी तरह शरीर से खत्म हो जातें हैं।

esa csgrj eglwl dj jgk gw¡ fQj D;ksa nokb;k¡ ysrk jgw¡ \

सही मात्रा में दवाइयों की खुराक पूरी अवधि तक लगातार लेते रहना चाहिए, चाहे थोड़े समय बाद ही सब कुछ ठीक लगने लगे, फिर भी खुराकों की अवधि पूरा होने तक बन्द नहीं करना चाहिए। क्योंकि बहुत सारे सक्रिय तपेदिक रोगाणु शरीर में बचे रहतें हैं। जो कि खुद को कई गुणा बढ़ा के आपको दुबारा बीमार कर देंगे। दवा प्रतिरोधक तपेदिक तभी बनती है जब रोगी समय से पहले ही दवाइयाँ खाना बन्द कर देता है। फिर दवा प्रतिरोधक तपेदिक से ग्रसित रोगी, दवा प्रतिरोधक तपेदिक के ही संक्रमण फैलाता है। le; ij vkSj yxkrkj nokb;ksa dh [kqjkdsa yus ls gh vki Bhd gksxsA

esa dSls risfnd dks QSyus ls jksd ldrk gw¡ \

- अगर आप दवाओं को निर्देशानुसार लें, तो दवाइयाँ आपके रोगाणुओं को कुछ ही हफ्तों में फैलने से रोक देंगी। पर याद रखें vki vHkh Hkh Bhd ugha gq, gSa। सबसे जरूरी बात है की निर्देशित दवाइयों को लेते रहें और चिकित्सक जब तक न कहे तब तक उसे लेना बन्द न करें।
- हमेशा खाँसते समय अपने मुँह को ढकें।
- जिन लोगों के साथ आप ज्यादा समय व्यतीत करतें हैं उन्हें चिकित्सकिय जाँच के लिए कहें। ये जाँच बच्चों और एच॰ आई॰ वी॰ से पीड़ित लोगों के लिए बहुत जरूरी है। क्योंकि वे जल्दी ही तपेदिक से बीमार हो सकतें हैं।

D;k esa igys tSlk thou 0;rhr dj ldrk gw¡ \

अगर सही प्रकार की स्वच्छता, सेहतमन्द खाना, ढेर सारी ताज़ी हवा और सबसे जरूरी चिकित्सक निर्देशित सभी दवाएं रोगी लगातार लेता रहे, तब वे अपना पूर्व सामान्य जीवन व्यतीत कर सकतें हैं। इलाज के दौरान शुरू के कुछ हफ्तों में चिकित्सक रोगियों का दूसरे व्यक्तियों से सम्पर्क और कुछ गतिविधियों पर रोक लगातें हैं। जब तक की उनके परीक्षण परिणाम उनके संक्रमक न होने की पुष्टि करें।

;kn j[kus ;ksX; rF;

१) तपेदिक खतरनाक लेकिन उपचार द्वारा ठीक होने वाली बिमारी है।
२) अगर आपमें इसके लक्षण हों तो तुरन्त अपने चिकित्सक अथवा स्वास्थ कार्यकर्ताओं से सम्पर्क करें।
३) परीक्षण ही संक्रमण की घातकता की पुष्टि करतें हैं। इसके द्वारा ही आपके परिजनों एवं सगे–सम्बन्धियों को सुरक्षा कवच प्रदान होता है।
४) यदि परीक्षण से पता चले की आप रोग संक्रमित हैं तो अपने सगे–सम्बन्धियों व परिजनों को भी परीक्षण के लिए कहें।
५) स्वस्थ भोजन, सही स्वच्छता और साफ हवा उपचार में सहयोगी हैं। किन्तु तपेदिक के रोगी को केवल दवाइयाँ ही ठीक करतीं हैं।
६) हमेशा चिकित्सक निर्देशित दवाइयाँ उचित देखभाल के साथ बगैर छोड़े लगातार खाएं।
७) बेहतर महसूस करना आपके ठीक हो जाने को प्रमाणित नहीं करता। तपेदिक के रोगाणु शक्तिशाली होतें हैं, इसलिए पूरी तरह खत्म होने में लम्बा समय लेतें हैं। समय पर चिकित्सक के पास जातें रहें, और निरंतर दवाइयों का सेवन करें, यह महत्वपूर्ण है।
८) दवाइयों को समय से पहले रोकने से दवा प्रतिरोधक तपेदिक होती है। फिर यह पहले से भी अधिक समय ठीक होने में लेती है।
९) किसी भी दवाई का कुप्रभाव हो तो तुरन्त इसकी सूचना अपने चिकित्सक को दें।
१०) केवल सम्पूर्ण इलाज, प्रयोगशाला परीक्षण और आपका चिकित्सक ही आपकी तपेदिक ठीक करने और एक सामान्य स्वस्थ जीवन व्यतीत करने में सहायता कर सकता है।

{k;jksx

(TUBERCULOSIS)

¼risfnd½

dN rF; tks vkidks irk gksuk pkfg,A

bykt lss vPNk cpko gSA

यह पर्चा जन कल्याण के लिए निर्मित किया गया है।

गावेलॉन

पोस्ट बॉक्स नम्बर २८६
देहरादून जी.पी.ओ. २४८००१
उत्तराखण्ड
भारत