PUNJABI

NHS
Greater Glasgow
and Clyde

ਟੀਬੀ

ਟੀਬੀ-ਵਿਰੋਧੀ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

(ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)

ਸਲਾਹ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਟਿਊਬਰਕਿਊਲੋਸਿਸ (ਟੀ.ਬੀ.)

ਟਿਊਬਰਕਿਊਲੋਸਿਸ (ਟੀ.ਬੀ.) ਇੱਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਕੀਟਾਣੂ) ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸਹੀ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣਾ ਉਦੋਂ ਹੀ ਬੰਦ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਟੀਬੀ (TB) ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇ।

ਟੀਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਪਵੇਗੀ, ਕਈ ਵਾਰ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੀ।

ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਟੀਬੀ (TB) ਦਾ ਇਲਾਜ 3 ਜਾਂ 4 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਕੀ ਸਮੇਂ ਲਈ ਘਟਾ ਕੇ 2 ਜਾਂ 3 ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਟੀਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ (ਸਵੇਰ ਦੇ ਨਾਸ਼ਤੇ ਤੋਂ 30 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ) ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਸਵੇਰੇ ਇੱਕੋ ਵਾਰ (ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਵਜੋਂ) ਇਕੱਠੀਆਂ ਲਵੋ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾ ਛੱਡੋ। (ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣਾ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਵੋ)।
- ਗੋਲੀਆਂ ਖਤਮ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ; ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਵੀਂ ਸਪਲਾਈ ਲੈ ਲਵੋ।

ਬਚੋ

ਟੀ.ਬੀ. (TB) ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਸਨ ਬੈੱਡ' (sun beds) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਤੇਜ਼ ਧੁੱਪ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਵੇ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉੱਚੇ ਫੈਕਟਰ ਵਾਲੀ ਸਨ-ਕਰੀਮ (sun cream) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। (ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਗੋਲੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।)

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ, ਪਸੀਨਾ, ਹੰਝੂ ਲਾਲ ਜਾਂ ਸੰਤਰੀ ਰੰਗ ਦੇ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਇਹ ਇੱਕ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। (ਨਰਮ ਸੰਪਰਕ ਲੈਂਸ ਦਾ ਰੰਗ ਫਿੱਕਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ)।

- ਟੀਬੀ (ਤਪਦਿਕ) ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀਆਂ ਅਤੇ ਗਰਭ-ਰੋਕਣ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਅਸਰਦਾਰਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ-ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ 'ਬੈਰੀਅਰ' ਤਰੀਕੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਡੋਮ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਗਰਭ-ਰੋਕਣ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਟੀਬੀ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵੱਚਿ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। (ਵਾਰਫਰੀਨ, ਐਂਟੀ-ਕਨਵਲਸੈਂਟਸ, ਸਟੀਰੌਇਡ ਅਤੇ ਮੈਥਾਡੋਨ ਇਸ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਚਿ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨਗੇ)।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. (TB) ਵਰਿੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਵੱਚਿ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕੋਈ ਖੁਰਾਕ ਛੱਡੋ। ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਟੀ.ਬੀ. ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦੱਤਿੇ ਗਏ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ (side effects) **ਵੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਲਾਹ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਟੀਬੀ** (TB) **ਨਰਸ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:**

- ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ
- ਬੁਖ਼ਾਰ
- ਦੇਖਣ ਵੱਚਿ ਦੱਕਿਤ
- ਲਗਾਤਾਰ ਰਹਣਿ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਖੁਜਲੀ
- ਉਂਗਲਾਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਵੱਚਿ ਝਰਨਾਹਟ

ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਲਿਾਂ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ।

ਬਹਿਤਰ ਮਹਸਿੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਦਵਾਈ ਜਲਦੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਲਚ ਵੱਚਿ ਨਾ ਪਵੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਦਵਾਈ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਲਿਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦੰਿਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਧਦੇ ਰਹਣਿਗੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ **ਹੋਰ ਮੁਸ਼ਕਲ** ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ **ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ** ਹੋਰ ਗੋਲੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਉਿਂਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਕਿ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਤੀ **ਰੋਧਕ ਬਣ** ਗਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਕਿਸ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਖਤਮ ਨਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਟੀ.**ਬੀ.** (TB) **ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ** ਤੁਹਾਡੇ **ਪਰਵਿਾਰ**, ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ **ਫੈਲਣ ਦਾ ਖਤਰਾ** ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਨਿ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀ ਸਮਾਂ ਬਤਿਾਉਂਦੇ ਹੋ।

ਟੀਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਵਰਤੀ ਗਈ:

ਜਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਇੱਕੋ ਗੋਲੀ ਵਿੱਚ 2-3 ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਨੂੰ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Voractiv (ਵੋਰਾਸਿਟੀ)		
Rifater (ਰਿਫਾਟਰ)		
Rifinah (ਰਿਫਿਨਾਹ)		
Ethambutol (ਈਥਾਮਬੁਟੋਲ)		

ਟੀਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

Rifampicin (ਰਿਫਾਮਪਿਸਿਨ)		
Isoniazid (ਆਈਸੋਨਿਆਜ਼ਿਡ)		
Pyrazinamide (ਪਾਈਰਾਜ਼ੀਨਾਮਾਈਡ)		
Pyridoxine (vitamin B6) (ਪਾਈਰੀਡੋਕਸਿਨ (ਵਿਟਾਮਿਨ B6)		

ਯਾਦ ਰੱਖੋ:

- ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਟੀ.ਬੀ. (TB) ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਕਹਿਣ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਆਪਣੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ
- ਕਲੀਨਿਕ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ (ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ) 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ