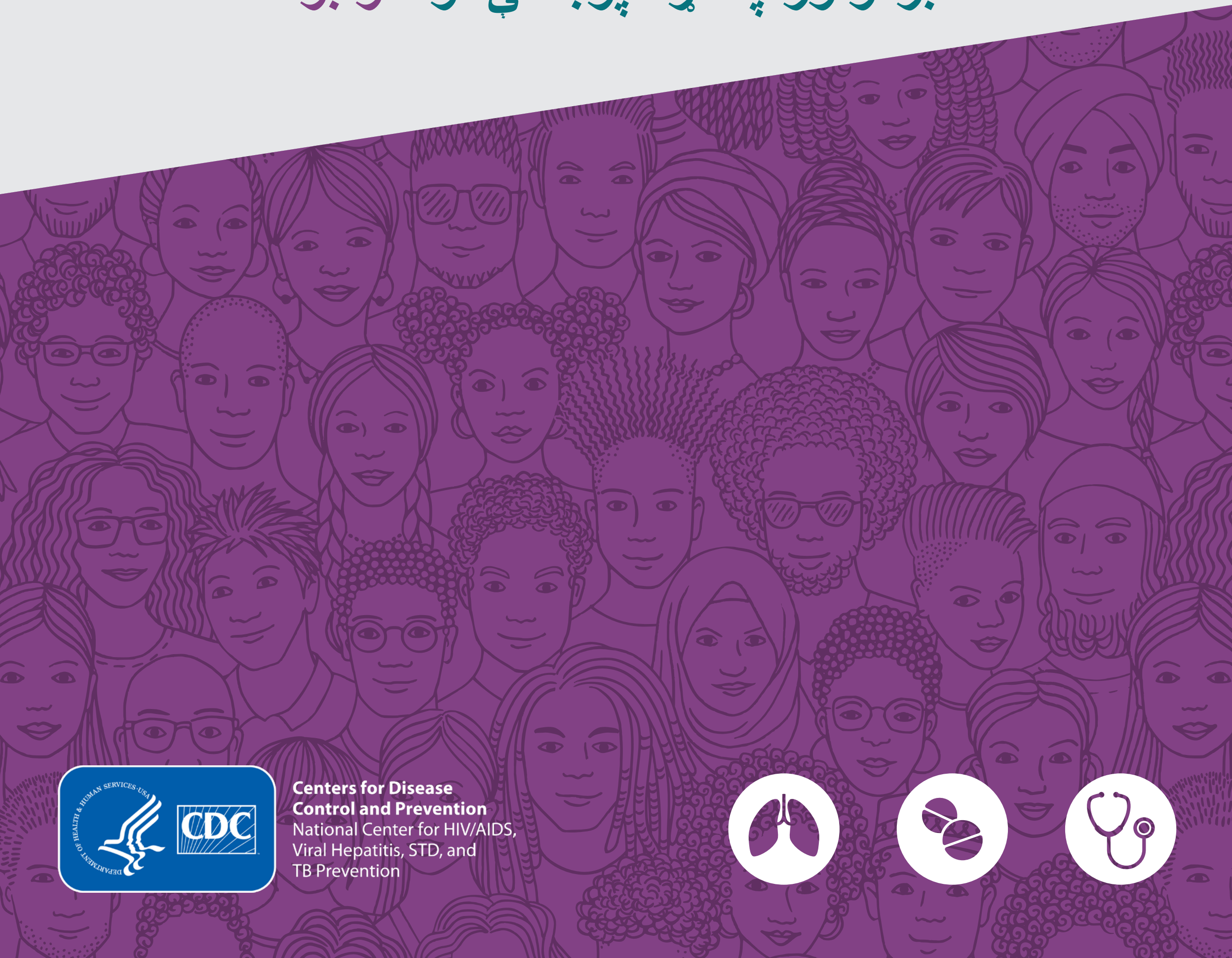
QUESTIONS & ANSWERS ABOUT TUBERCULOSIS

د تبرکولوز په اړه پوښتنې او ځوابونه



Centers for Disease Control and Prevention
National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention

QUESTIONS & ANSWERS ABOUT TUBERCULOSIS

2021

د تبرکولوز په اړه پوښتنې او ځوابونه

د تبرکولوز په اړه پوښتنې او ځوابونو کې د (TB) د درملنې تشخیص او ناروغی په اړه معلومات ړ. دا کتاب هغه خلکو لپاره دی چې د TB ناروغی باندې اخته دي هغه خلک چې ممکن د TB سره یو چا ته کتلي وي شوي وي هغه خلک چې د TB لپاره لوړ خطر لرونکي ناروغانو لپاره خدمات وړاندې کوي لکه اصلاحي افسران، د کور بې کوره کارګران، او بیړني ځواب ورکونکي؛ او همداراز هغه خلک چې غواړي د (TB) په اړه نور معلومات ترلاسه کړي. د (TB) رو معلومات لپاره د CDC وېبپاڼې ته مراجعه وکړی.

د متحده ایالاتو د روغتیا او انساني خدماتو څانګه د ناروغۍ کنټرول او مخنیوي مرکزونه

د HIV/AIDS ملي مرکز،

د ځاري هیپاټایټس،

STD، او د نري رنځ په (TB) د له مینځه وړلو څانګه

فهرست

TB څه ته وايي؟ 4
ولې TB يا تبرکولوز لاهم په متحده ايالاتو کې يوستونزمنه ناروغي ده؟ 4
تبرکولوز يا (TB) څنګه خپور شو؟ 4
څوک د TB ناروغی د اخته کېدو په خطرکي دی؟ 5
(LTBI) او TB څه توپير دی؟ 5
د TB ناروغي څه ته وايي؟ 6
څوک د TB ناروغی خطر لري؟ 7
د TB ناروغی علايم کومي يا څه دي؟ 8
د (LTBI) يا TB تر منځ څه توپيردی؟ 9
ايا زه د TB معاينات وکړم؟ 10
د TB لپاره کوم معاينات موجود دي؟ 10
څه وکړم که چرته زما د TB معاينات مثتب وي؟ 12
څه به پيښ شي چي زه د (bacille) کالميت-ګورين (BCG) سره واکسين وکړم؟ 12
که ه د نري رنځ (LTBI)انتان يا (انفيکشن) ولرم، زه څنګه کولی شم د TB ناروغی خپرېدومخه ونيسم؟ 13
د latent TB infection (LTBI) ناروغی لپاره درمل استفاده کول څه جانبي عوارض لري؟ 14
څه وکړم که زه د HIV انتان ولرم؟ 16
که چرته ما کې (TB) معلوم شي.ايا زه (TB) ناروغي بل چا ته خپرولی شم؟ 16
د TB ناروغی درملنه څنګه کولی شو؟ 17
د TB ناروغی درملو جانبي عوارض څه دي؟ 18
ولې بايد زه د TB درمل د وخت لپاره استفاده کړم؟ 19
د بېلا بېلو درملو مقاومت لرونکي (MDR TB) TB او په پراخه کچه د درملو مقاومت لرونکي (XDR TB) TB څه شی دي؟ . . 19
مستقيم مشاهده شوی درملنه (DOT) څه ته وايي؟ 20
زه څنګه دا په ياد ولرم چي زما د TB درمل استفاده کړم که زه په DOT کې نه يم؟ 21
زه څنګه کولی شم چي د TB ناروغی د خپرېدو څخه مخنيوی وکړم؟ 22
د (TB) ناروغی نوري سرچينی 23

(TB) څه ته وايي؟

د TB ناروغی د *Mycobacterium tuberculosis (M. tuberculosis) باکتریا له امله رامینځته کیږي*. باکتریا یا میکروبونه معمولا په سږو برید کوي. د (TB) مکروب کولی شي د بدن هرې برخې باندې برید وکړي، لکه پښتورګي، نخاع یا مغز.

ښه خبرپه لاره دی هغه خلک چې په TB اخته وي درملنه يې کیدی شي که دوی طبي مرستې او وسایل وکاروي.

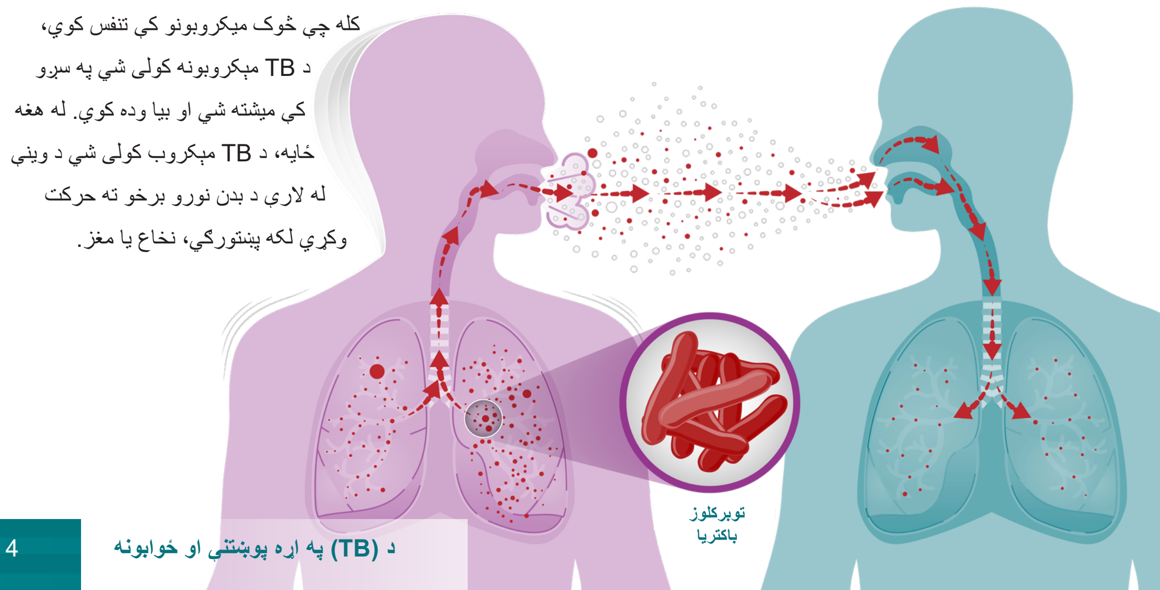
ولې (TB) لاهم په متحده ایالاتو کې یوه ستونزمنه ناروغي ده؟

د TB ناروغي د مخنیوي او درملنې وړ ده مګر د نړۍ ترټولو زیاته وژونکی او ساري ناروغۍ هم ده. ساري ناروغي (TB) درلودل پدې معنی ده چې تاسو نورو ته د TB میکروبونه خپروئ. په تیرو څو کلونو کې، متحده ایالاتو کې تر ټولو کم د TB ناروغي پيښې ثبت شوي دي، خو ډیری خلک لاهم د TB په ناروغی اخته دي. حتی د شمیر په کمیدو سره لا هم د TB ناروغي یوه ستونزه ده پداسې حال کې چې په متحده ایالاتو کې د TB د پيښو شمیر ټیټ شوی، د ځینو اشخاصو په پرتله د توکمیز او توکمیز اقلیت ګروپونو کې د TB کچه لاهم لوړه ده. داځکه چې ځینې نژادي او قومي ګروپونه د TB د خطر فاکتورونو لري چې کولی شي د ناروغۍ پراختیا یه خپرېدو چانس ډیر کړي اوګورى 7 پاڼه

دا کتابچه د TB ناروغی په اړه عام پوښتنې ځوابوي. مهرباني وکړئ له خپل ډاکټر، نرس، یا نورو روغتیا پاملرنې چمتو کونکي څخه پوښتنه وکړئ که تاسو اضافي پوښتنې لرئ.

د TB ناروغي څنکه خپريږي؟

د TB ناروغي د هوا له لارې یو انسان څخه بل انسان ته انتقالیږي. د TB میکروب په هوا کې خپریږي کله چې یو څوک د سږو یا ستوني په ساري ناروغي اخته وي ټوخی کوي، خبرې کوي یا شور کوي. نږدې ممکن عام وکړي د TB میکروبونو کې تنفس وکړي او په ناروغۍ اخته شي.



څوک د (TB) ناروغی په خطر کې دی؟

هر وګړی په تي بي اخته کېدی شي. خو ځيني خلکو ته د د تي بي اخته کېدو ډېرخطر وي.

» په ځانګړي ډول هغه خلک چې د د تی بي ناروغانو سره ډېري اړيکي لري.

» هغه وګړي چې تي بي ناروغی لرونکی هېواد کې زيږيدلي وي يا يې هغو هيوادونو ته سفر کړي وي چيری چې د تي بي ناروغي عامه ده، لکه مکسيکو ، فيليپين ، ويتنام ، هند ، چين ، هيتي ، ګواتيمالا او نور هيوادونه او داسي نور هېوادونه چې د تي بي ناروغی کچه پکي لوړه وي.

» همداراز د روغتيا پاملرنې کارګران او نور وګړي کوم چې تي بي د ژر منتقلېدو ځايونو کې کار يا ژوند کوي ، لکه بې کوره سرپناه ، زندانونه ، او د نرسنګ مرکزونه.

د (TB) انفيکشن يا (LTBI) څه َته وايي؟

ډيری وګړي چې د TB ميکروبونو کې تنفس کوي او په ناروغۍ اخته کيږي، بدن يې د دې وړتيا لري چې د TB ميکروبونو سره مبارزه وکړي او له نورې ودې يې مخه ونيسي. د TB مېکروب غير فعاليږي، مګر دا په بدن کې ژوندي پاتې کيږي او وروسته فعال کيدی شي. دې ته (Latent TB) ويل کيږي او يا LTBI په لنډ ډول.

د LTBI ناروغی لرونکي وګړي

» هيڅ علايم نه لري.

» دوی نه ناروغه کيږي.

» او نه هم د (TB) مېکروب ورڅخه خپريږي.

» معمولا د TB وينې مثبت معاينات لري يا د TB پوټکي مثبت عکس العمل لري.

» ممکن د (TB) ناروغي باندې اخته شي. که دوی د LTBI درملنه ونکړي (13) پاڼه اوګوری.

هغه وګړي چې د (LTBI) نبني ونلري دوی نشي کولی چې نورو ته د (TB) ميکروبونه خپور کړي. خوکه د نري رنځ ميکروبونه په بدن کې فعال شي او تقسيم شي، نو دغه وګړی به د (LTBI) درلودو څخه به د (TB) ناروغۍ باندې اخته شي. نو له همدې امله بايد د (LBTI) ناروغی درملنه ژر وشي تر څو د (TB) ناروغی څخه وژغورل شي. په متحده اياﻻتو کې د TB کنټرول لپاره د LTBI درملنه اړينه ده ځکه چې دا د پام وړ خطر کموي چې LTBI به د TB ناروغی ته وده ورکړي.

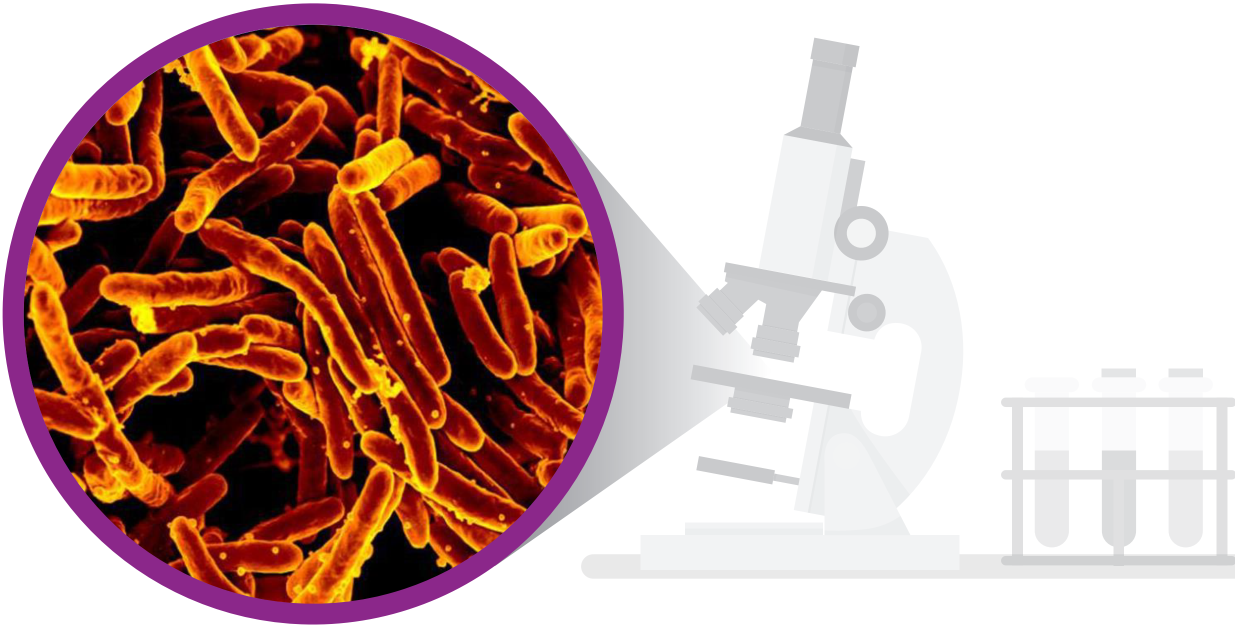
د TB څه ته وايي؟

که چیرې د معافیت سیسټم د (TB) میکروبونو د ودې مخه ونه نیسي، د TB میکروبونه په بدن کې تقسیمیږي او د (TB) ناروغۍ لامل کیږي. د (TB) میکروبونه په بدن برید کوي، او که دا سږو ته لاړ شي، د (TB) میکروب کولی شي په سږو کې سورې وکړي. د ځینو وګړو په بدن (TB) اخته کیدو وروسته په اونیو کې وده کوي مېنګې لدې نه چې د ده بدن د(TB) مېکروبونو سره مبارزه وکړي. هغه وګړي چې د (LTBI) په ناروغۍ اخته وي ممکن کلونه وروسته په (TB) اخته شي، کله چې د دوی د معافیت سیسټم د بل څه له امله ضعیف شوی وي. د (LTBI) درملنه د (TB) مخنیوي لپاره مؤثره تماميږي.

هغه وګړي چې د سږو یا ستوني ټي بي ناروغي لري ښایي دوی د (TB) میکروب خپلې کورنۍ ، ملګرو او نورو شاوخوا خلکو ته انتقال کړي. هغه وګړي چې د بدن نورو برخو کې په (TB) اخته وي، لکه پښتورګي یا نخاع، معمولا نورو خلکو ته نه انتقالیږي.

هغه وګړي چې د (TB) ناروغان وي او نور خلک ورسره ډېروهت تېروي ممکن په دغه ناروغۍ ژر اخته شي. په دې کې د کورنۍ غړي ملګري،همکاران او همصنفیان شامل دي.

کله چې د ټي بي درملنه کوي باید بېلا بېل درمل استفاده کړي. د څو اونیو لپاره د (TB) درملو اخیستو وروسته، ډاکټر د TB ناروغانو ته ویلی شي چې د دوی د (TB) مېکروب نور نورو خلکو ته نه انتقالیږي. ډېرى د (TB) ناروغان باید شپږ میاشتې د (TB) درمل استفاده کړي تر څو و سمه درملنه يې وشي.



د (TB) ناروغۍ خطرات څه دي؟

ډیری وګړي داسي هم شته چي (LTBI) لري.هیڅکله د (TB) ناروغي وده پیکي نه کوي. پداسي حال کي چي د (LTBI) لرونکي وګړي هر وګړی په (TB) نه اخته کیږي. خو نږدې 10-5% پوري وګړي که چرته درملنه ونکړي نو بښايي په (TB) ناروغۍ اخته شي. داسي اټکل کیږي چي په متحده ایالاتو کي 80% پيښي هغه ناروغانو ثبت شوي چي د (LTBI) درملنه يې نده شوي له همدې امله TB ناروغۍ باندي اخته شوي دي. ځيني وګړي چي (LTBI) لري ډېر امکان لري چي په (TB) ناروغۍ باندي اخته شي. هغه وګړي چي د (TB) په ناروغۍ اخته کېدو ډېرخطرلري په دوه کټګوريو ویشل شوي:

1. هغه وګړي چي اوسمهال د (TB) په مېکروبو باند اخته دي
2. هغه وګړي چي داسي ناروغۍ لري چي د معافیت سستم ورته ضعيف يا (کمزوری) کوي لکه:
   - د (HIV) انتان يا (infection)
   - د درملو کارول (لکه د پیچکاری درملو کارول)
   - د (arthritis) (Rheumatoid) يا (Crohn’s) ناروغۍ لپاره تخصصي درملنه
   - د ارګانونه عملیاتونه
   - د پښتورګو جدي ناروغي لرونکي
   - د سر او غاړې سرطان
   - شکر ناروغي
   - طبي درملنه لکه (corticosteroids)
   - سیلیکوسیس يا (Silicosis)
   - کم وزن لرونکي

هغه کوچنیان چي د 5 کالو څخه کم عمر لري ډېر خطر لري چي د (TB) ناروغۍ پکي ژر وده وکړي چي کله پري اخته شي.

د (TB) ناروغی علایم څه کیدای شي؟

د (TB) ناروغی علایم دي پورې اړه لري چې د انسان د بدن په کومه برخه کې د (TB) مېکروب پرمختګ کوي. په سږو کې د (TB) ناروغي ممکن لاندې علایم ولري.

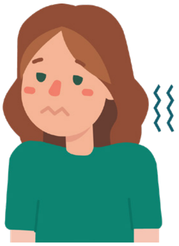
توخی
(د 3 اونیو څخه
ډیر دوام کوي)

د وینې یا بلغم توخی
(د سږو دننه بلغم)

د سینې درد

تبه

خولې



زکام

اشتها ختمېدل

ستړیا او کمزوري

د وزن کمېدل

د بدن په نورو برخو کې د (TB) ناروغی علایم په لاندې ډول دي:

- د پښتورګو (TB) ممکن په ادرار کې د وینو لامل شي.
- د منژیتس (TB) ممکن د سر درد یاروري ګډوډي لامل شي.
- د نخاع (TB)ممکن د ملا درد لامل شي.
- د غشا (TB) ممکن د دروندوالی لامل شي.

نورو معلوماتو لپاره چې د (TB) ناروغی درملنه باید څنګه کیږي وګوری 17 پاڼې.

د (TB) ناروغی او (LTBI) تر منځ څه توپیر دی؟

د (TB) ناروغی او(LTBI) انتان تر منځ ډېرمهم توپیر دی. د (TB) ناروغی او (LTBI) ترمنځ توپیر باندې پوهېدل تاسو سره مرسته کوي. چي تاسو پوه شی چي تاسو په (LTBI) اخته یاست که په (TB). لاندې جدول د دواړو ناروغیو تر منځ توپیرونه یو په یو تشریح کوي.

هغه وګړی چې (LTBI) لري.	هغه وګړی چې (TB) ناروغي لري.
کوم نارینه یا ښځې کې چې د (TB) مېکروب کم وي او ژوندي وي خو فعال نه وي	کوم وګړي کې چې زیات شمېر فعال د (TB) ناروغی مېکروب وي
علایم نه لري	علایم لري لکه » سخت ټوخی لري کوم چې درې اونی دوام وکړي. » د سینې درد لري » په ټوخي کې د بلغم اخراج لري » ستړتیا او کمزورتیا » وزن کمېدل » اشتها نه لري » زکام » تبه » د شپې ډېر خولې کول
د (TB) مېکروب نورو ته نشي انتقالېدی.	ښايي د (TB) مېکروب نورو ته منتقل شي
د ناروغی احساس نه کوي	ښايي د ناروغی احساس وکړي او ځینې علایم هم ولري. لکه ټوخی تبه
معمولا د (TB) پوټکي مثبت معاینات یا د (TB) بلډ یا وینې معاینات د (TB) انتان یا (infection) ښیي	معمولا د (TB) پوټکي مثبت معاینات یا د (TB) بلډ یا وینې معاینات د (TB) انتان یا (infection) ښیي
د سینې اېکسرې معاینات یې نورمال وي او یو منفي (sputum smear) لري	معمولا د سینې د اېکسرې معاینات یې نورمال نه وي او مثبت (sputum smear) لري
باید د (LTBI) درملنه وکړي تر څو د (TB) ناروغی څخه یې مخنیوی وشي	د (TB) د ناروغی درملنې ته اړتیا لري

ایا زه د (TB) معاینات وکړم؟

ته د (TB) معاینات تر سره کړه که چرته:

» تا داسي خلکو سره وخت تېر کړی وي چي د (TB) ساري ناروغي ېې تېره کړي وي او یا هم د (TB) مریض وي.

» که تاسو داسي هېوادونو کي زیږېدلي یاست یا مو سفر کړی وي چیري چي (TB) ناروغي عامه وي، پشمول د مکسیکو، فیلیپین ویتنام، هند، چین، هایتي او ګواتیمالا.

» چرته چي تاسو ژوند کوی.او یا مو ژوند کړی وي. او یا هم داسي ډله کي ناسته کوی چېري چي د(TB) ناروغي عامه وي.لکه زندان،د نرسنګ مرکز او سرپناه ځایونه.

» که تاسو د روغتیا پاملرني کار کونکی یاست چي د (TB) لرونکي ناروغۍ ناروغانو پاملرنه کوي.

» که ته د یو داسي ټولني غړی ېې چي هلته د (LTBI) یا (TB) ناروغیو ناروغان یا مریضان وي او روغتیایي وسایل نه لري،عاید ېې کم وي،او یا د دوایي توکو او الکولو غلط استفاده کیږي.

سربیره پردې هغه کوچنیان چي له 5 کلونو څخه کم عمرلري .د (TB) ناروغی وده ېې په بدن کي زر کیږي کله چي پرې اخته شي. له همدې امله د هغه کوچنیانو د (TB) معاینات ډېر مهم دي کوم چي له داسي وګړو سره پاتي شوی وي چي د (TB) ناروغي پکي راښکاره شوی وي.

د (TB) ناروغی لپاره کوم معاینات ضروري دي؟

د (TB) ناروغی لپاره دوه ډوله معاینات شتون لري: د TB ویني معاینه او د (TB) پوستېکي معاینه. ستاسو د روغتیا پاملرني کارکونکي د (TB) ناروغی لپاره کوم د (TB) معاینات غوره کړي. فاکتورونه چي باید د معایناتو په وخت کي نظر کي ونیول شي. د معایناتو دلیل، د معایناتو شتون او لګښت. د روغتیا پاملرني کارکونکي هڅول کیږي چي د (TB) د ویني نوي معاینات استفاده کړي ترڅو د (TB) معاینه په سمه توګه تر سره شي. عموما دی ته اړتیا نه وي چي یو وګړی دی د (TB) د ویني او پوستکي دواړه معاینات تر سره کړي.

د (TB) ویني معاینه

د (TB) ویني معاینه د دي لپاره تر سره کیږي چي معلوم شي چي ایا ته په (TB) ناروغي اخته ېې که نه. د (TB) د ویني دوه معاینات د متحده ایالاتو د خواړو او درملو اداري لخوا تصویب شوي او په متحده ایالاتو کي اوسمهال شتون لري.

» د-QuantiFERON® (TB) ګولډ پلس (QFT-Plus)

» T-SPOT®.TB معاینات (T-Spot)

تاسو کولی شی چي د (TB) د ويني معاينات روغتيايي مرکز يا د ډاکټر دفتر کي ترسره کړی. د روغتيا پاملرني کارکونکي به له تاسو څخه وينه واخلي يو لابراتوار ته به يې ولیږي او نتیجه به تر لاسه کړی. که ستاسو د روغتيا ځانګه د (TB) د ويني معاينه استعمال کړي، نو يوازې يو وار تګ ته بيا اړتيا لری.

مثبت د (TB) معاينات: معنی دا ده چي تاسو (TB) په ناروغی اخته ياست. تاسو ته د ځينو نورو معايناتو کولو ته هم اړتيا شته. دي معايناتو سره به تاسوته معلوم شي چي ايا تاسو په (LTBI) باندي اخته شوي ياست که يه (TB) ناروغی.

منفي د (TB) د ويني معاينه منفي د (TB) ويني معايني معنی دا ده چي تاسو د (TB) په ناروغی اخته نه ياست.

د (TB) د ويني معاينه د هغو وګړو لپاره وړانديز شوی.

» هغه وګړي چي د (BCG) (TB) bacille Calmette–Guérin واکسين يې کړي وي.

» هغه وګړي چي د (TB) پوستکي معايني ته د عکس العمل موندلو لپاره د دوهم ځل وخت اخيستلو کي مشکلات ورته مواجع شوی وي.

د (TB) د پوستکي معاينه

د (TB) د پوستکي معاينه ښايي د دې لپاره تر سره شي تر څو معلوم کړي چي ايا تاسو ته د (TB) مکروبو خو ندي اخيستي. تاسو خپل د پوستکي معاينات د روغتيا مرکز يا د ډاکترکلينک کي ترسره کولی شی. د روغتيا پاملرني کار کونکی به ستاسو د لاس ښکته برخي پوټکي ته د ازمويني مايع (د توبرکولين يا PPD په نوم ياديږي) داخل کړي. د 2 يا 3 ورځو وروسته، تاسو بايد بيرته راشئ ترڅو ستاسو د پوټکي ازموينه د روغتيا پاملرني کار کونکي لخوا ولولئ. تاسو ممکن پرسوب ولرئ چيرې چي تاسو د (tuberculin) پيچکاری کړی وي. د روغتيا پاملرني کار کونکی به دا پرسوب اندازه کړي او تاسو ته به ووايی چي د معايناتو ته ستاسو عکس العمل مثبت دی که منفي.

مثبت د پوستکي معاينات: دا معنی لري چي دغه بدن ته د (TB) مېکروب وررسېدلي دي. تاسو ته د ځينو نورو معايناتو کولو ته هم اړتيا وي معايناتو سره به تاسوته معلوم شي چي ايا تاسو په (LTBI) باندي اخته شوي ياست که په (TB) ناروغی.

منفي د پوستکي معاينات. دا يدي معنی ده چي د وګړي بدن معايناتو ته عکس العمل ندی ښودلی. او د (LTBI) يا (TB) ناروغي احتمال نلري

که ستاسو د(TB) مېکروبونه وروستي وي ، ستاسو د (TB) پوستکي ازمويني عکس العمل ممکن لاهم مثبت نه وي. ښايي تاسو د (TB) مريض سره وخت تيرېدو وروسته 8 يا 10 اونی وروسته د پوستکي معايني ته اړتيا پيدا شي. دا ځکه چي انتان يا (infection) څخه وروسته څو اونی نيسي چي ستاسود معافيت سيستم د (TB) پوتکي معايني ته عکس العمل و ښايي. که دوهمي معايني ته ستاسو عکس العمل منفي وي.ډېر احتمال دی چي ستاسو د (TB) انتان يا (infection) نشته.

څه وکړم که زما د (TB) انتان معاینات مثبت وي؟

که تاسو د (TB) ویني یا د (TB) پوستټکي معایناتو ته مثبت عکس العمل ولرئ ، نو ستاسو ډاکټر یا نرس به ستاسي نورمعاینات ترسره کړي ترڅو معلوم شي چې ایا تاسو د (TB) ناروغي خو نه لرئ. او دا معاېينه شاید ستاسو د سیني ایکسرې اخیستل وي. شاید ستاسو د توخي بلغمو معاینات هم ترسره کړي. ځکه چې د (TB) مېکروب ممکن ستاسو د سږو پرته بل چیرې وموندل شي، ستاسو ډاکټر یا نرس ممکن ستاسو د (urine) یا ادرارو او د نسج نموني واخلي او یا هم د دې پرته ستاسو نورمعاینات ترسره کړي. که په وخت مو د (LTBI) انتان درملنه ونشي بنایي دا د (TB) په ناروغی بدل شي. که چرته تاسو د (LTBI) انتان سره مخ شی نو باید درملنه یې وکړی ترڅو د (TB) ناروغی مخنیوی وشي.ووګوره (13 پاڼه). که چرته تاسو د (TB) په ناروغی اخته شی نو تاسو باید درمل استفاده کړی ترڅو ستاسو ژر تر ژره دملنه وشي.ووګوری((7) .

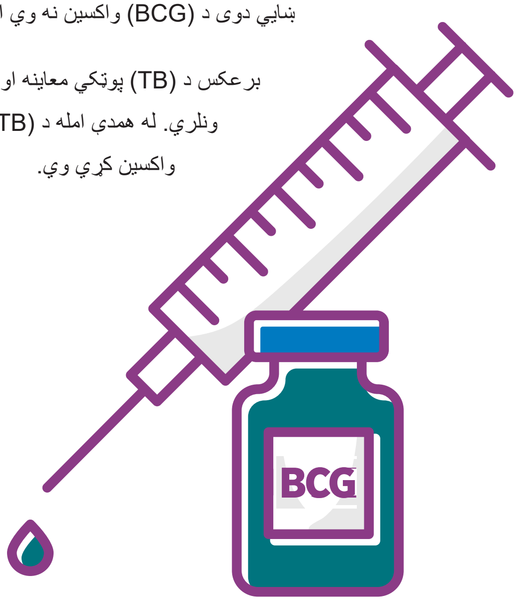
څه به پیښ شي که ما د bacille Calmette-Guérin (BCG) واکسین کړي وي؟

(BCG) د (TB) واکسین دي. خو دا واکسین په متحده ایالاتو کې په پراخه کچه نه استفاده کیږي. او ډېروګړي چې د امریکا څخه بیرون زیږېدلي دي د (BCG) واکسین یې استفاده کړي دي.

دا اکثرا په نورو هیوادونو کې کوچنیانونو ته ورکول کیږي چیرې چې د (TB) ناروغي ډیره عام ده. دا واکسین په ډېرى هېوادونو کې د دي لپاره عامو وګړو ته ورکول کیږي تر څو د (TB) بیلا بېلو ډولونو څخه یې مخنیوی وشي. د (BCG) (TB) واکسین فکر نه کیږي چې عام وګړي په سږو کې د (TB) ناروغی څخه وژغوري .کومه چې په متحده ایالاتو کې ترټولو عامه ناروغي ده.

په ځینو وګړو کې د (TB) (BCG) واکسین ممکن د (TB) پوټکي مثبتې معاینې لامل شي کله چې دوی د (TB) په میکروبونو نه وي اخته. په هرصورت د دې پوهیدو لپاره بله لاره نشته چې د پوټکي مثبت ازمویني عکس العمل د (BCG) واکسین کولو له امله رامینځته شوی او که د (TB) رېښتیني انتان له امله رامینځته شوی. کله چې د پوټکي معاینه ګوری هغه وګړي چې د (BCG) واکسین یې کړي وي او یا هم چا چې د پوټکي ازمعاینه مثبت عکس العمل ولري باید نورهم د (TB) ناروغی لپاره وڅېړل شي.ځکه بنایي دوی د (BCG) واکسین نه وي اخیستي.

برعکس د (TB) پوټکي معاینه او د (TB) ویني معاینه مېنکې د (BCG) واکسین کولو باندې اغیزه ونلري. له همدې امله د (TB) ویني معاینه هغه وګړو لپاره غورل وبلل شي چا چې د (BCG) واکسین کړي وي.



که چرته ما ته (LTBI) انتان شوی وي نو زه څنګه د (TB) ناروغي د ودې څخه ځان ژغورلی شم؟

که په وخت مو د (LTBI) انتان درملنه ونشي ښايي ادا د (TB) په ناروغی بدل شي. که چرته تا ته (LTBI) شوی وي نو باید ته ځیله د (TB) درملنه وکړې حتی که ته مریض هم نه یې. د (LTBI) درملنه د (TB) مخنیوي لپاره اړینه ده ځکه چې ادا د پام وړ خطرکموي چې (LTBI) د (TB) ناروغی باندې بدله کړي.

د (LTBI) درملنه د (TB) ناروغی مخنیوي لپاره مؤثره تماميږي. د (LTBI) درملنې لپاره مونږ سره څو لارې موجودې دي. اوسمهال د (LTBI) درملنې لپاره لږ وخت ته اړتیا ده. کوم چې 9-6 پرځای اوس په 4-3 میاشتو کې کیږي. وړوکی د (LTBI) درملنې کورس اوړدمهاله کورس څخه ډېر محفوظ او موثره دی.

که تاسو (LTBI) لرئ نوتاسو د لوړ خطرلرونکي ډلې کې یاست ووګوره، پاڼه 7 اداخوړا ډیر عاجل دی چې تاسو درمل واخلئ، نو تاسوبه د (TB) ناروغی څخه وژغورل شی. لاندې درمل د (TB) لپاره استفاده کیږي.شاید ځینې نورد(LTBI) لپاره هم وي.

ایسونایزېډ یا Isoniazid (INH)

ریفینټین یا Rifapentine (RPT)

ریفامپین یا Rifampin (RIF)

(CDC) یا تبرکولوز د کنټرولرلرانو ټولنې د (LTBI) لپاره لاندې انتخابونو څخه د یو درملنې وړاندیز کړې.

» درې میاشتې په اونې کې یو وار د ایسونایزېډ Isoniazid یا ریفینټین (3HP) Rifapentine استعمال.

» څلور میاشتې هره ورځ د ریفامپین یا Rifampin استعمال.

» یا هم درې میاشتې هرورځ ایسونایزېډ Isoniazid یا ریفامپین (3HP) Rifampin استعمال

که پورته درملنو څخه کوم دوز ستاسو لپاره انتخاب نه وي، د (LTBI) درملنې مؤثر دوز شتون لري چې یکې 6 یا 9 میاشتې پورې اسونیازیډ (isoniazid) تاسو استفاده کولی شی. کله چې آیسونیازیډ (isoniazid) خبره کیږي. ستاسو ډاکټر ممکن تاسو د خپل درملو سره ویټامین B6 هم توسعه کړي. ستاسو ډاکټر شاید ستاسو د روغتیایي حالاتو ته په کتو سره تر ټولو موثره درملنه غوره کړي. ستاسو درملنه ممکن تعدیل شي که تاسو د هغه چا سره اړیکه کې یې چې د TB ناروغی د میکروبونو له امله رامینځته کیږي چې د اسونیازیډ یا رفیمپین په وړاندې مقاومت لري، د LTBI او TB ناروغی درملنې لپاره دوه خوړا مهم درمل. د دې معنی ادا ده چې دغه درمل شاید نور د (TB) مېکروب نشي مړه کولی.

ځینې وخت د ناروغانو د (LTBI) درملنه کیږي که څه هم د دوی د (TB) د وینې معاینې پایله یا د (TB) پوټکي معاینې عکس العمل منفي هم وي. ادا ډیرې وختونه د کوچنیانو او په (HIV) اخته وګړو سره کیږي کوم چې له پخوا څخه د (TB) ناروغی باندې اخته وګړو څخه د یو چا سره وخت تیر کړی وي. ادا ځکه چې ادا ډول ډلې یا وګړي د (TB) مېکربونو لرلو وروسته د (TB) ناروغی د اخته کیدوخوړا لوړ خطر کې دي.

کله چې خبره ستا د (LTBI) د درملنې شي.نو باید تا ډاکټرهره ورځ وګوري یا معاینه کړي. دا مهمه ده چې تاسو ته توسعه شوي درمل په سمه توګه استفاده شي. ډاکټر یا نرس به وګوري چې تاسواوس څنګه یاست.

د (LTBI) انتان درملنې لپاره استفاده شوي درملو جانبي عوارض څه دي؟

ډیری وګړي کولی شي پرته له کومې ستونزې خپل د (LTBI) انتان درمل واخلي خو بیا هم په ځینې وخت کې جانبي اغیزي لري. ځینې جانبي اغېزې بې ورې وي. د مثال په توګه ریفامپین یا ریفاپینتین درمل ممکن د بدن مایع نارنجي رنګ کولو لامل شي لکه، لعاب، بولې اوښکې، یا خوله، او د مور شیدې. ښایي د بدن څخه نارنجي مایعات وځي خو بې ضرره به وي. دا نورمال دی او رنګ ممکن د وخت په تیریدو سره له منځه ولاړ شي. ډاکټر یا نرس ممکن تاسو ته مشوره درکړي چې نرم لینزیا کالي مه اغوندئ ځکه چې دا ممکن د تل لپاره داغي شي. که چېرې تاسو په دې کې یو جانبي اغېزې ولری نو تاسو باید د درمل استفاده کولو یا اخیستلو ته دوام ورکړي.

که چرته تاسو جدي جانبي عوارض ولری **نو باید ژر تر ژره ډاکټر یا نرس ته مراجعه وکړی**. ښایي تاسو ته وویل شي چې د (LTBI) درمل بند کړی او یا هم د معایناتو تر سره کولو لپاره کلینک ته راشی. جدي جانبي اغېزې په لاندې ډول دي:

» سر دردي یا د سره ګرزېدل
» اشتها له لاسه ورکول
» زکام په څېر علایم
» شدید اسهال یا پیکه رنګه غټې بولې
» د ساه بندي
» د خفګان احساس کول
» تبه
» غیر ارادي وزن له لاسه ورکول
» د بولو رنګ نصواري کېدل (لکه کافي یا کولا په څېر)
» پوستکی او سترګې زیړېدل
» د پوټکي چاودېدل یا خرابېدل
» د لاسونو او پښو دوامداره پړسوب یا د پړسوب احساس
» دوامداره ستړیا یا ضعف 3 یا ډیری ورځې دوام کوي
» د معدې درد
» په اسانی سره وینه بهېدل
» د هډوکو درد
» مغز
» استفراک کول

تاسو باید د اوسني درملو لیست چمتو کړئ چې تاسو یې د خپل روغتیا پاملرني کارکونکو ته ویسی ترڅو د درملو تعاملاتو څخه مخنیوی وشي. ځیني (Contraceptives) (د زیږون کنټرول ګولۍ) ممکن هم کار ونکړي کله چې تاسو د (TB) درمل استفاده کوی. دا ځکه چې د (TB) درمل ځیني وختونه د زیږون کنټرول ګولیو سره مداخله کولی شي او ممکن د زیږون کنټرول ګولی غیر مؤثره کړي. که تاسو د زیږون کنټرول ګولی استفاده کوی، نو د کوم نوي درملو پیل کولو دمخه خپل ډاکټر سره مشوره وکړئ. د (TB) درملو د جانبي اغیزو په اړه نورو معلومات د (CDC) د (TB) [درملنه کي موندلی. د ناوره پیښو پانه].

خبرداری: د الکولي مشروباتو څښل لکه شراب، بیر یا الکول ، پداسي حال کي چې د (TB) درملو واخیستل شي خطرناک ثابتېدایشي. د نورو معلوماتو لپاره خپل ډاکټر یا نرس سره مشوره وکړی.

هرڅوک چې (LTBI) لري باید د (TB) ناروغۍ علایم وپیژني. (وګوری[8 پانه]) که تاسو د (TB) ناروغی علایم لری. نو تاسو باید سمدستي یو ډاکټر ته مراجعه وکړی.

ځیني وختونه د (LTBI) درملو اداره کولو کي مرستي ته اړتیا لري چې دوی یې باید واخلي. CDC د LTBI درملو تعقیب کونکي جوړ کړی ترڅو مریضان وکولی شي چې دوی (LTBI) درمل تنظیم او اداره کړي. پدي درملو تعقیب کونکو کي، د درملني مهالویشونو، درملو اخیستو، او ډاکټر/کلینیک تماس معلوماتو لیکلو لپاره ځای موجود دی. د نښو نښانونویوچک لیست هم شته چې ممکن د (LTBI) درملو اخیستو پرمهال وده وکړي.

د درملو دري تعقیب کونکي لاندي ډول دي.

3	2	1
دري میاشتي درمل هره ورځ ایسونایزید پلس ریفامپین (Isoniazid plus Rifampin) (3HR) د (LTBI) انتان لپاره. چک لسټ *(په انګلیسي کي)*	**4 میاشتو لپاره ریجیمین (4R) د(LTBI) انتان لپاره د درملو تعقیب کونکی - د درملو تعقیبونکی او د نښو چک لیست** *په انګلیسي کي شته.*	**دوزه ریجیمن12 د(LTBI) انتان لپاره د درملو تعقیب کونکی - د درملو تعقیبونکی او د نښو چک لیست** *په انګلیسي، هسپانوي، ټاګالوګ او ویتنامي ژبو کي موجود دي.*

د دې موادو ډاونلوډولو لپاره [مراجعه وکړی. CDC TB دزده کړې مواد پآنه].

د LTBI په اړه د نورو معلوماتو لپاره، د CDC دی ویب پانو ته لاړ شی:

» [د LTBI درملي لپاره (Regimens)]
» [پریکړه وکړی چې کله به د (LTBI) درملنه کوی.]
» [د (LTBI) درملنه د (Regimens) لنډمهاله کورس په واسطه]

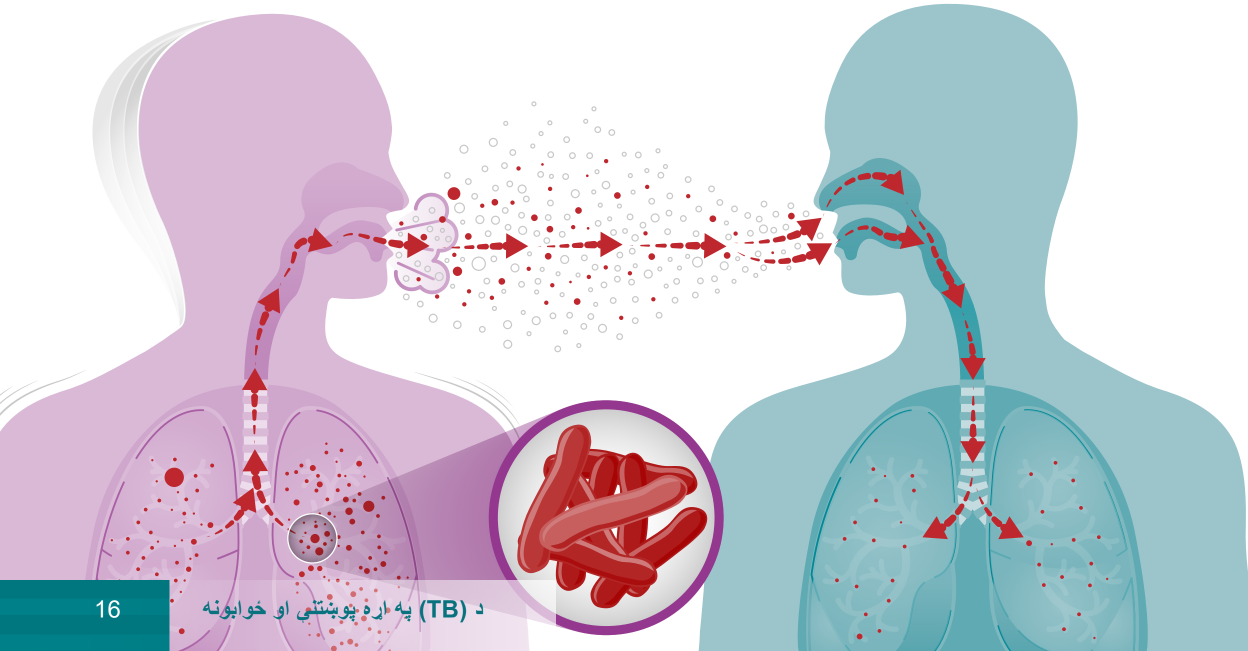
څه وکړم که زه د (HIV) انتان ولرم؟

که چرته تاسو ته د انتان لری نو باید ژر تز ژره بې درملنه وکړه ترڅو د نه بج پاتي شی. که چرته تاسو د (HIV) انتان لری نو باید ژر تز ژره بې درملنه وکړه ځکه لکه څنګه چي LTBI ته ژر منتقل کیږي د دي نه زیات د HIV انتان TB ناروغی باندې بدلیږي. د خلکو په فکر (HIV) (LTBI) انتان (TB) ته تر ټولو زیات وده کونکي دی. ټول وګړي چي (HIV) لري نو ژر باید (LTBI) معاینه ترسره کړي. تر څو ژر تر ژره بې درملنه وشي. (HIV) باندې اخته خلکو لپاره د(LTBI) درملني ډیری اغیزمن رژیمونه شتون لري.

که چرته ما کې (TB) معلوم شي.ایا زه (TB) ناروغي بل چا ته منتقلولی شم؟

که چرته تا د (TB) ناروغي لرونکي وګړي سره وخت تېر کړی وي نو ښایي ته د (TB) مېکروب واخلې خو هماغه وخت به بې بل چا ته خپور نکړې. یوازې د (TB) ناروغی لرونکی کولی شي د(TB) مېکروب نورو وګړو ته خپور کړي. مخکې لدې چې تاسو نورو ته د (TB) میکروبونه خپور کړئ ، تاسو ښآیي د (TB) میکروبونو کې تنفس کړی وی نو. مېکروبونه به ستاسو بدن کې تقسيم شي او د (TB) په ساری ناورغی باندې به اخته شي. او به داسي وخت کې ښايي تاسو د (TB) مېکروبونه نورو ته خپور کړی.

په ځینو وګړو کې چې د (TB) مېکروبونو کې تنفس کوي. نو د دوي بدن د مېکروبونو مقاومت کوي ترڅو نورو خپرېدو نه بچ وساتل شي. مېکروبونه په بدن کې غیر فعال وي او ژوندي پاتي وي.خو وروسته بو وار بیا فعالییت پیلوي. دې ته (LTBI) وایي. هغه خلک چې (TB) (LTBI) مېکروبونه نه خپروي. هغه خلک چې (LTBI) لري درملني بې کېدایشي او د (TB) ناروغی نه بچ کېدی شي.



د (TB) د ناروغی درملنه څنګه تر سره کیږي؟

د (TB) ناوغانو لپاره یو ښه خبر دی! د دې درملنه د درملو په کارولو سره تقریبا هر وخت شونی ده. خو درمل باید د ډاکټ‌ء د هدایت په اساس استفاده شي.

که ته د (TB) ناورغي لري نو باید ببلا ببل د (TB) درمل واخلي. دا ځکه باید ستا بدن کي ټول مېکروب مړه کړي. د (TB) ببلا ببل درمل کارول به ستا بدن کي سم کار وکړي ټول مېکروب به مړه دي کړي او د (TB) درملو مقابل کي به بې مقاومت ته پرېنږدي. مقاومت معنی دا ده چي درمل نور نشي کولی چي مېکروب مړه کړي.

د (TB) ناروغی لپاره عام استفاده شوي درمل په لاندي ډول دي.

- « ایسونایزېډ Isoniazid (INH)
- « ریفامپین Rifampin (RIF)
- « ایتامبټول Ethambutol (EMB)
- « پرېزینماید Pyrazinamide (PZA)

که تاسو د سږو یا ستوني د (TB) ناروغي لرئ ، تاسو شاید ساري یاست. ته باید په کور کي پاتي شی مکتب او کار ته لاړ نشي تر څو د (TB) مېکروب خپاره نکړی. او د درملو اخیستلو نه څو اونی وروسته بنایي جوړ شي او ساري نور هیڅ خپره نکړی. **ستاسو ډاکټر یا نرس به تاسو ته ووایي چي کله مکتب او کار ببرته تګ پیل کړی.**

د (TB) ناروغی باید تاسو د نورمال ژوند تېرولو څخه منع نکړي. عام وګړي کولی شي چي د پخوا په څېر خپل ژوند ته ادامه ورکړي. که ته چرته د ډاکټر یا نرس د لاربښوني پر اساس درمل واخلي نو دا درمل به ژر ستا بدن کي د (TB) مېکروب له منځه ویسي. او دا به تا د بیا مریضېدو څخه وژغوري.

د (TB) درمل څه جانبي اغېزې لري؟

که ته چرته د TB ناروغی درمل اخلي نو باید د ډاکټر په لارښووني عمل وکړې. د (TB) ناروغي شاید جانبي عوارض ولري. ځیني جانبي اغېزې بې ورې وي. خو ځیني نو ر جدي وي. که ته چرته جدي جانبي عوارض لرې**نوسمدستي خپل ډاکټر ته مراجعه وکړی**. ښایي تاسو ته د TB درملو د نه اخیستلو وویل شي او یا درته د کیلینک ته ورتلو وویل شي. **جدي**جانبي عوارض لاندني ډول دي:

- د پوستکي خارښ
- پیکه یا د بدل لید
- د معدې درد
- د بولو نسواري کېدل
- ستړیا
- تبه دري ورځې یا ډېر وخت
- د زکام په څېر علایم
- د اشتها ختمېدل
- مغز
- استفراک کول
- د سترګو او پوټکي زیړېدل
- سر ګرزېدل
- د خولې شاوخوا پړسوب یا بې حسي
- په لاسونو او پښو کې د دوامداره پړسوب احساس
- د هډوکو درد
- په اسانی سره وینه بهېدل

ځیني جانبي عوارض**کمزوري**وي. د مثال په توګه، ریفامپین ممکن د بدن مایع نارنجي رنګ لامل شي لکه بولې، لعاب، اوښکې، یا خوله، او د مور شیدې. ښایي د بدن څخه نارنجي مایعات وځي خو بې ضرره به وي. دا نورمال دی او رنګ ممکن د وخت په تیریدو سره له مینځه لاړ شي. ډاکټر یا نرس ممکن تاسو ته مشوره درکړي چې د نرم شیان مه اغوندی ځکه چې لینز ممکن د تل لپاره داغي شي. که چیرې تاسو په دې کې یو جانبي اغېزې ولری نو تاسو باید د درمل استفاده کولو یا اخیستلو ته دوام ورکړې.

هغه درمل چې د(TB) ناروغی درملنې لپاره وړاندیز شوي ممکن د نورو درملو سره متقابل عمل وکړي. تاسو باید د اوسني درملو لیست چمتو کړئ چې تاسو یې د خپل روغتیا پاملرنې کارکونکو ته ورکړې ترڅو د درملو تعاملاتو څخه مخنیوی وکړئ.

د مثال په توګه د (TB) ناروغی لپاره درمل کولی شي د شفاهي امیندواری (د زیږون کنټرول ګولی) سره متقابل عمل وکړي او ممکن د زیږون کنټرول ګولی ضعیفه کړي. پداسې حال کې چې تاسو د (TB) درمل اخلئ.اود زیږون کنټرول ګولی هم کاروئ نو باید د خپل ډاکټر سره د زیږون بدیل کنټرول په اړه مشوره وکړئ. که تاسو د (TB) درملني پرمهال میتادون (د مخدره توکو اعتیاد درملني لپاره کارول کیږي) اخلئ، تاسو ممکن د وتلو علایم ولرئ. ستاسو ډاکټر یا نرس ممکن ستاسو د میتادون دوز تنظیم کولو ته اړتیا ولري.

تاسو کولی شی چې د تي بي درملني په اړه نورو معلوماتو لپاره [مراجعه وکړی CDC TB: ناوره پېښبو پاڼه].

ولې ما ته د (TB) ناوغوې کې ډېر وخت د درملو اخیستو اړتیا ده؟

د (TB) مېکروب ډېر ورو له منځه ځي. د (LTBI) د انتان درملنه شاید دري میاشتې یا دې نه ډېر وخت ونیسي او ادا په دې اثر لري چې ستاسو (TB) مېکروب څومره وخت نیسي.

د (TB) ناروغۍ درمل عموماً د 6 میاشتو څخه ډېر وخت نیسي چې د ټول د (TB) مېکروب مړه کړي. ښایي ته د درملنې څخه یو څو اونۍ وروسته ښه احساس وکړې خو بیا صبر وکړه! د (TB) مېکروب ستا بدن کې لا هم ژوندي دي حتی که د ښه والي احساس هم وکړې. ته باید خپلو درملو اخیستلو ته ادامه ورکړې حتی که ستا د (TB) مېکروب مړه هم وي او هیڅ علامه هم ونلري.

ته ډېر خطر سره مخ کېدایشې که ته خپل درملو په سمه توګه استفاده نکړې. د (TB) مېکروب به درکې نور هم وده وکړي او ته به د ډېر وخت لپاره د مریضې احساس کوې. ښایي د (TB) مېکروب ستا د درملو مقابل کې مقاومت پیدا کړي. که چرته ستا پخواني درمل کار ونکړي نو ښایي ته ستا د (TB) درمل بدل کړل شي. او نوي درمل شاید د تا ته د ډېر وخت لپاره درکړي کوم چې عموماً ډېر جانبي عوارض لري.

که ستا مرض ساری شي نو ښایي ته ادا خپل خپلوانو ملګرو او نورو هغه خلو ته خپور کړې چې ته ورسره ډېر وخت تېروې. ادا **ډېره مهمه ده** چې ټول درمل استعمال کړې څنګه چې ډاکټر درته خودلې وي.

(multidrug-resistant) (MDR TB) او extensively (XDR TB) (drug-resistant) څه ته وایې؟

بازې وختونو کې د (TB) مېکروبونه د (TB) ناروغۍ لپاره درملو مقابل کې مقاومت کوي. ادا په دې معنی ده چې هغه درمل نور د (TB) درمل نشي مړه کولی.

(MDR TB) د (TB) هغه مېکروبونو له امله رامنځته کیږي کوم چې د دوه مهمو درملو مقابل کې مقاومت کوي لکه isoniazid او rifampin.

(MDR TB) د (XDR TB) یو جدي ډېر ناروغې ده. (XDR TB) د (TB) یو نادر ډول دی چې د نږدې ټولو درملو په وړاندې مقاومت لري کوم چې د (TB) درملنې لپاره کارول کیږي.

که تاسو د خپل ډاکټر یا نرس لخوا توسعه شوي درمل ژر وانه خلی، نو د(TB) مېکروب ممکن د ځینې درملو په وړاندې مقاومت پیدا کړي. همدارازهغه خلک چې د هغه چا سره وخت تیروي چې د(MDR TB) یا(XDR TB) ناروغ وي کولی شي د (MDR TB) مېکروب واخلي.

(MDR TB) هغه خلکو کې ډېر عام دی کوم چې:

» چا چې د (MDR TB) لرونکو خلکو سره وخت ډېر تېر کړی وي.

» څوک چې د ډاکټر یا نرس د هدایت پر اساس درمل نه اخلي.

» (TB) پکې وده وکړي وروسته له هغې نه چې د(TB) درمل بې اخیستي وي.

» د هغه ځای نه راغلي وي کوم ځای کې چې (DR TB) عام وي.

هغه خلک چې (MDR TB) (XDR TB) ولري باید خاص درملو سره بې درملنه وشي. درملنه بې شاید د عام (TB) ناروغی درملنې څخه ډېر وخت واخلي او درمل بې شاید جانبي عوارض ولري. د (XDR TB) او (MDR TB) ناروغی لرونکی ښايي ډېر د مرګ په خطر کې ووسي. د (XDR TB) او (MDR TB) ناروغان ضرور باید د (TB) متخصص سره اوګوري تر څو دوي پوه شي چې ایا دا کار کوي.

(DOT) څه ته وايي؟

د درملو ښه لاره دا ده. چې باید مستقیم (DOT) واخلو دا په ځانګړي توګه (TB) درملنې لپاره یو ریښتینی لار ده. که ته (DOT) واخلې نو ته به د روغتیا پاملرنې کارکونکي هر ورځ وګورې.او یا هم اونې کې څو وارې. تاسو به داسې ځای کې سره وګورئ کوم ځای کې چې تاسو موافق یاستی. او دا به هم الیکترونیکي یا (انلاین) میتود له لارې وي ستاسو شخصي ناسته به هم شاید ستاسو کور کلینیک یا بل مناسب ځای کې تر سره شي. ته به خپل درمل داسې ځای کې واخلې چې ستا د روغتیا پاملرنې کارکونکې به تا ته ګوري. ځینې د (TB) برنامو واله اوس الیکترنیکي میتودونو نه کار اخلي.د (TB) او (LTBI) دواړه ناروغیو لپاره. بریښنایی (eDOT) د شخصي (DOT) لپاره بدیل دی. که ستاسو په سیمه کې(eDOT) شتون ولري او تاسو د(eDOT) لپاره وړ یاست، د روغتیا پاملرنې کار کونکی به تاسو د (TB) درمل په اخیستلوله لرې څخه په سمارټ فون یا نورو ویډیو یا وړ بریښنایی وسیلو له لارې وګوري. (DOT) که په شخصي ډول وي یا د بریښنایی وسیلې کارول، تاسو سره په یاد ساتلو کې مرسته کوي چې خپل درمل واخلئ او خپله درملنه بشپړه کړئ. او دا په دې معنی چې ته به ژر تر ژره جوړ شې.

د روغتیا پاملرنې کارکونکي به هم ډاډ تر لاسه کړي چې ایا د (TB) درمل په سمه توګه کاروی څرنګه چې پکاردي. دغه کس به جانبي عوارض هم وګوري او د هغې پوښتنې ځواب به درکړي چې کومه ته (TB) ناروغی په اړه ورڅخه لرې.

حتی که (DOT) نه هم اخلې نو ته به ستا د درملنې پر مهال په بېلابېلو وختونو کې د ډاکټرانو لخوا روزمره چیک یا وکتل شي تر څو ډاډ تر لاسه شي هر څه په سمه توګه روان دي. دا به تر هغه دوام وکړي تر څو چې ته جوړ شوی نه یې.

زه څنګه یاد ساتلی شم چې زه باید درمل واخلم که زه په (DOT) نه یم.

یوائځینې لار ستا د رغېدو اد ده چې باید دقیق د ډاکټر د هدایت په اساس درمل استفاده کړې. بشپړ اد اسانه نه وي. که ته چرته (LTBI) لري نو دری یا دری میاشتو څخه زیات د (LTBI) درمل واخلې. که ته چرته د (TB) ناروغي لري نو باید 6 میاشتو څخه زیات درمل واخلې.

روټین باندې عمل کول کولی شي تاسو په یاد ساتلو کې مرسته وکړي چې د لاربښوونه پر اساس د (TB) درمل واخلئ. دلته ځینې لارې شتون لري چې تاسو سره د درملو اخیستوا استعمالولو په یاد ساتلو کې مرسته کوي که تاسو د (LTBI) درمل اخلې یا د (TB) ناروغۍ درمل.

« خپلې ګولۍ په خپل وخت ووخوری مثلا تاسو کولی شی چې د سهار چای څښلکو نه مخکې یې واخلې او یا هم د غاښونو برس کولو څخه وروسته.

« خپل د کورنۍ یو غړي ته وواېه چې د ګولی خوړل دریاد کړي.

« هر ه ورځ جنتري کې نښه کوه چې تا ګولی خوړلې دي.

« د یو اونۍ لپاره خپلې ي ګولی خپل باکس کې ګډه کوم چې ته کولی شې په لاس کې ونیسې او یا هم جېب کې واچوې.

« د خپلو ګولیو تنظیم او ادارا کولو لپاره د درملو تعقیبونکې وکاروئ. د (CDC) وېبپاڼه پرېنټ کېدونکې (LTBI) د درملو کنترولونکې لري. د (LTBI) د درملو کنټرولونکې داسې خالي ځای لري چې تاسو کولی شی هلته خپل د درملني نېټې د یو اونۍ لپاره د کولیو شمار او د ډاکټر د کلینیک شمېره یا معلومات ولیکې. د درملو تعقیب کونکي ډاونلوډولو لپاره مراجعه وکړه [CDC TB زدکړې موادو لپاره].

نوټ: په یاد ولره چې ټول درمل د کوچنیانو څخه لرې وساتئ.

که چرته تا یوه ورځ خپل درمل قضاء کړل نو دغه دوز پرېږدئ او یو بل دوز پیل کړه. خپل ډاکټر ته وواېاست چې ما نه یو دوز هېر شوی دی د نورو لاربښوونو لپاره شاید ته خپل ډاکټر یا نرس سره خبره وکړې.

ځنګه کولی شم چې د (TB) ناروغی خپریدو مخنیوی وکړم؟

تر ټولو مهم لاره د دي دا ده چي باید د (TB) درمل د ډاکټر د لارښووني په اساس استفاده کړو. او ته باید د ډاکټرانو څخه وخت واخلې. ستا ډاکټر یا نرس باید تا وګور ي چي اوس ته ځنګه يې؟ دا هر وخت یو بلې د سینې ایکسرې کولو ته اړتیا لري اویا هم ستا د توخې بلغم باید وکتل شي.(بلغم چي د سږو له لاندې څخه توخیږي) معاینات به معلوم کړي چي ایا درمل کار کوي که نه؟ معاینات دا هم معلوموي چي ایا د (TB) مېکروب خپرېدونکي دي که نه. خپل د روغتیا پاملرني کارکونکي هر هغه څه ووایا چي ناسم وي.

که ته چرته دومره د (TB) مریض يې چي شفاخانې ته اړتیا لري نو شاید ته به شفاخانې کې خاص کوټي کې بستر شې. دا کوټې داسې یو هوا کش یا (air vent) لري چي نورو کوټو ته د (TB) مېکروب خپرېدو ته نه پرېږدي. کوم خلک چي دې کوټي کې کار کوي نو هغویي به ماسکونه اچوي تر څو د (TB) ناروفی څخه محفوظ پاتې شی. ته باید په کوټه کې پاتې شي ترڅو د (TB) مېکروبو خپروېدو څخه مخنیوی وشي.

که ته چرته د ساری ناروغه يې نو ته باید په بازې خبرو باندې عمل وکړې کوم چي نورو ته د خپرېدو نه مخنیوی کوي:

- » خپل درمل د لارښووني پر اساس واخله. دا ډېر مهمه ده.
- » همېشه خپله خوله د یو ټیشو په ذریعه پټه کړه کله چي ته توخېږې خاندې یا پرنجی کوې. او دغه ټیشو یا دسمال باید له ځان څخه لرې واچوې.
- » د نور خلکو څخه ځان لرې وساته. د کورنی نورو غړو څخه لرېووده شه. خپل کور کې خلک مه پرېږده چي راشي.
- » مکتب او کار ته هم مه زه.
- » د کوټې یا تعمیر څخه بهر ووځه اوهوا واخله.(که ډېره یخني نه وي) (TB) داسي وړو کوچني ځایونو کې خپرېږي چرته چي هوا نه چلیږي. کوټه یو هوا کش یا اګزاز ولکوه چي هوا بهر راوباسي. ښایي دغه هوا د مېکروبو څخه ډکه وي. که د خپلې کوټي سره نږدې ورسی لرې هغه هم خلاصې کړه. دا به د دې فرصت کم کړي چي مېکروب خپاره شي ځکه دننه کومه هوا چي مېکروب لري او پاتې شوي وي راوځي.

په یاد ولره چي د (TB) ناروغي د هوا له لاري خپریږي. خلک د (TB) مېکروب د لاس ورکولو،په کموډ کېناستلو او یا هم د لوخو تبادلې څخه نه اخلي.

د دوه یا درې اونیو د درملو استعمال څخه وروسته ښایي ته مېکروب خپاره نکړې. **ستا ډاکتر به تا ته ووايي چې کله باید ته کار او مکتب ته لاړ شی.**

په یاد ولره ته به هلته جوړ شې کله چې ته درمل د ډاکتر د لارښوونې پر اساس استعمال کړې.

د هغه خلکو په اړه فکر وکړه چا چې تا سره شاید وخت تېر کړی وي. لکه د کورنۍ غړي، لنډ ملګري او همکاران. ځایي د روغتیا مرکز شاید د دوي د (TB) معاینه هم وکړي. TB)) کوچنیانو او د هغه خلکو لپاره خطر لري چې په (HIV) اخته وي. که چرته دوي په (TB) مېکروبو باندې اخته وي نو دوی باید ژر تر ژره درمل واخلي تر څو د (TB) ناروغی ودې څخه وژغورل شي.

نور د (TB) منبع.

د (LTBI) او (TB) ناروغی په اړه نورو معلوماتو لپاره(TB) (CDC) وبېپاڼې ته رجوع وکړی. دمریض (LTBI) او (TB) ناروغی په اړه مواد په ډیری ژبو کې هم شتون لري په (TB) (CDC) د زدکړې د موادو پاڼه Find TB Resources.

د TB حمایې لپاره ووګوریمونږ TB یو. (CDC) د هغو خلکو شخصي تجربې هم په ګوته کوي چې د (LTBI) او(TB) ناروغی تشخیص او درملنه یې شوې وي، په بیله بیا د TB کنټرول متخصصینو کې کار کړی وي. مراجعه وکړیCDC TB شخصي د قیصو پاڼه د نورو معلوماتو لپاره

د نشرېدو نمبر: 301083

د نورو معلوماتو لپاره

او یا هم د TB موادو راغوښتلو لپاره

خپل ځايي روغتيايي مرکز سره اړيکه کې شی.

د ناروغیو کنټرول مخنیوي مرکز

ملي دHIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, TB مخنیوي مرکز

د تبرکولوزو د ختمېدو ډيويژن

@cdc_TB @CDCTB

www.cdc.gov/tb

Centers for Disease Control and Prevention
National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention