ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਹੱਲ

ਟੀ.ਬੀ. ਨੂੰ ਫੈਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਮਰੀਜ਼ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਰੁਮਾਲ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਢੱਕ ਕੇ ਖੰਘੇ ਜਾਂ ਛਿੱਕੇ।

ਇੱਧਰ ਉੱਧਰ ਨਾ ਥੁੱਕੋ।

ਲੱਛਣ ਦਿੱਖਣ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਲੜ੍ਹਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਲਓ।

ਟੀ.ਬੀ. ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ: ਦਾਲਾਂ, ਅਨਾਜ, ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪਦਾਰਥ, ਤੇਲ ਅਤੇ ਘਿਓ, ਰੋਟੀ, ਚਾਵਲ, ਮੂੰਗਫਲੀ, ਅਮਰੂਦ ਅਤੇ ਕੇਲੇ ਜਿਹੇ ਫਲ, ਆਦਿ

ਨਿਕਸ਼ਯ ਪੋਸ਼ਣ ਯੋਜਨਾ

ਨਿਕਸ਼ਯ ਪੋਸ਼ਣ ਯੋਜਨਾ ਹੇਠ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਦੇ ਲਈ **₹500** ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਆਰਥਿਕ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣ ਲਈ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਨਿਕਸ਼ਯ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਸਦੱਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਨਿਕਸ਼ਯ ਦਾ ਸਦੱਸ ਹੋਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ/ਜੀਤ ਟੀਮ ਨੂੰ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਓ।

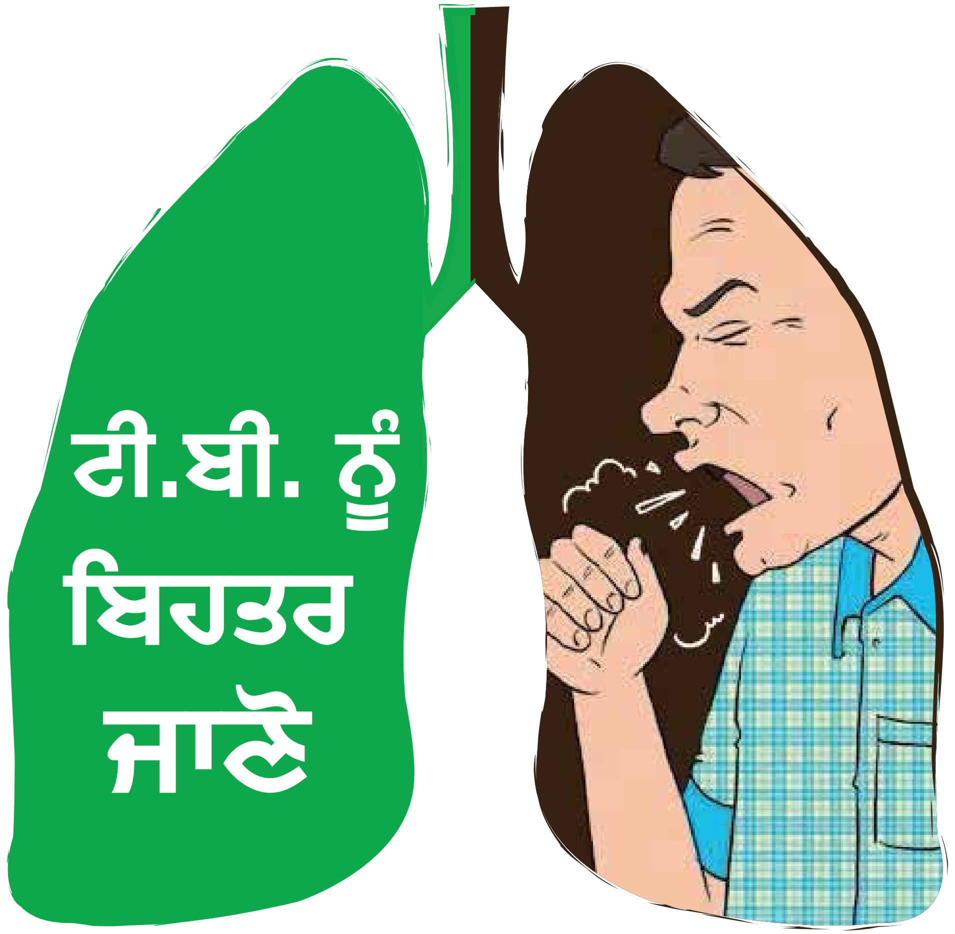
ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਓ:

- **ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ**
- **ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਬੈਂਕ ਅਕਾਉਂਟ ਨੰਬਰ**
- **ਬੈਂਕ ਦਾ ਨਾਮ, ਬੈਂਕ ਦਾ ਪਤਾ**
- **ਬੈਂਕ ਦਾ IFSC ਕੋਡ**

ਵੈਰੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਬੈਂਕ ਪਾਸਬੁੱਕ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿਖਾਓ

ਬੈਂਕ ਪਾਸਬੁੱਕ ਅਤੇ ਆਧਾਰ ਕਾਰਡ (ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ID ਸਬੂਤ) ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ

ਜਨਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ | Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

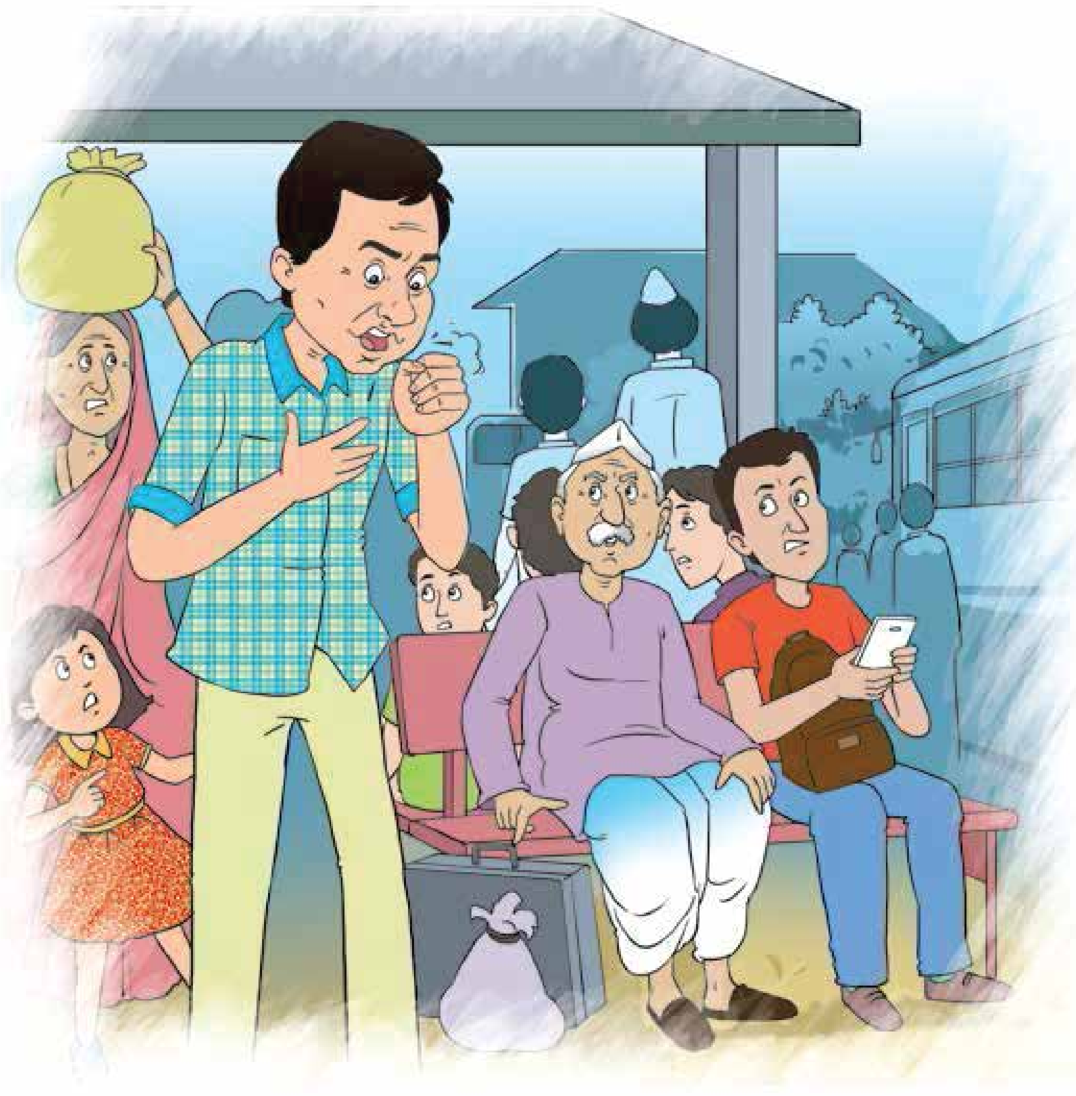


ਟੀ.ਬੀ. ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣੋ

ਜਨਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ | Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

ਕੀ ਹੈ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ

ਟੀ.ਬੀ. ਬੈਕਟੀਰਿਆ ਤੋਂ ਫੈਲ੍ਹਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਰੋਗਾਣੂ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਘਬਰਾਓ ਨਹੀਂ, ਟੀ.ਬੀ. ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟੀ.ਬੀ. ਨੂੰ ਹਰਾਇਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿੱਖਣ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।

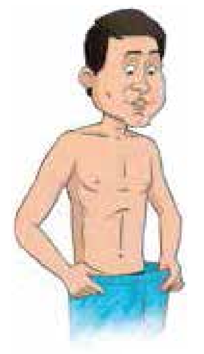


ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਮੁਖ ਲਛੱਣ

2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੰਘ

ਖੰਘਦੇ ਹੋਏ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਖੂਨ ਆਉਣਾ

ਬੁਖਾਰ ਹੋਣਾ

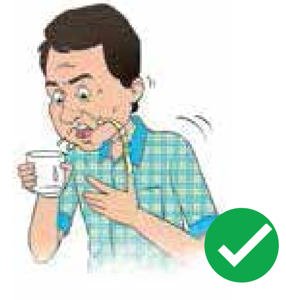


ਵਜਨ ਘੱਟ ਹੋਣਾ

ਖੰਘ ਨਾਲ ਖੂਨ ਆਉਣਾ

ਭੁੱਖ ਘਟਣਾ

ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਾ ਕਰੋ



ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਬਲਗਮ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਰਖੋ ਕਿ ਸਹੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੰਘ ਕੇ ਬਲਗਮ ਦਿਓ, ਥੁੱਕ ਨਹੀਂ।

ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਇਲਾਜ

ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਦਵਾਈ 6 ਤੋਂ 8 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਚਲਦੀ ਹੈ।

ਦਵਾਈ ਜਿਨ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕਹੀ ਜਾਵੇ ਉਨ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਲਓ। ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤੇ ਹੀ ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਕਰੋ।

ਇਲਾਜ ਵਿਚਕਾਰ ਹੀ ਛੱਡ ਦੇਣ ਜਾਂ ਅਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੈਣ ਨਾਲ ਟੀ.ਬੀ. ਲਾਇਲਾਜ ਜਾਂ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਧਿਆਨ ਰਖੋ

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਤੰਬਾਕੂ, ਬੀੜੀ, ਸਿਗਰੇਟ, ਹੁੱਕਾ, ਸ਼ਰਾਬ ਜਿਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਸ਼ੀਲੀ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ ਕਰੋ।

ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਪੇਸ਼ਾਬ,-ਲਾਰ-ਹੰਝੂਆਂ ਦਾ ਰੰਗ ਨਾਰੰਗੀ ਜਾਂ ਲਾਲ ਹੋਣਾ, ਪੇਟ ਦਰਦ ਹੋਣਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਘਬਰਾਓ ਨਹੀਂ। ਤਕਲੀਫ ਵਧਣ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ ਪਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ।