క్షయను ఓడించడానికి ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు ముఖ్యం

వ్యాప్తిచెందకుండా క్షయను నిరోధించడానికి,
రోగి దగ్గుతున్నప్పుడు లేదా తుమ్ముతున్నప్పుడు
ఎల్లవేళలా నోరు మరియు ముక్కును ఒక
చేతిరుమాలుతో కప్పుకోవాలి.

బహిరంగ ప్రదేశాలలో ఉమ్మివేయవద్దు.

లక్షణాలు కనిపిస్తుంటే,
డాక్టరు సలహాతో పరీక్ష చేయించుకోవాలి.

చికిత్స సమయంలో సమతుల్యమైన మరియు
ఆరోగ్యకరమైన భోజనాలను చేయడం వల్ల వ్యాధితో
పోరాడడానికి బలం వస్తుంది.

పప్పులు, కాయధాన్యాలు, పాలు మరియు పాల ఉత్పాదనలు, నూనె
మరియు నెయ్యి, చపాతి, బియ్యం, వేరుశనగ, మరియు జామ మరియు
అరటి మొదలయినటువంటి పండ్లను మీ ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి.

నిక్షయ్ పోషణ్ యోజన

నిక్షయ్ పోషణ్ యోజన క్రింద భారత ప్రభుత్వం ఆరోగ్యకరమైన భోజనం కొరకు, క్షయ రోగులకు నెలకు 500 రూపాయల ఆర్థిక సహాయాన్ని అందజేస్తుంది. చికిత్స పూర్తయేంత వరకూ మద్దతు కొనసాగుతుంది.

ఈ పథకం క్రింద ప్రయోజనాన్ని అందుకోవడానికి, భారత ప్రభుత్వపు నిక్షయ్ పోషణ్ యోజన క్రింద రోగి భర్తీ కావడం తప్పనిసరి. నిక్షయ్‌లో భర్తీ కావడానికి, క్రింద సూచించబడిన పూర్తి సమాచారాన్ని మీ డాక్టరు / జీత్ టీముకు దయచేసి అందజేయండి.

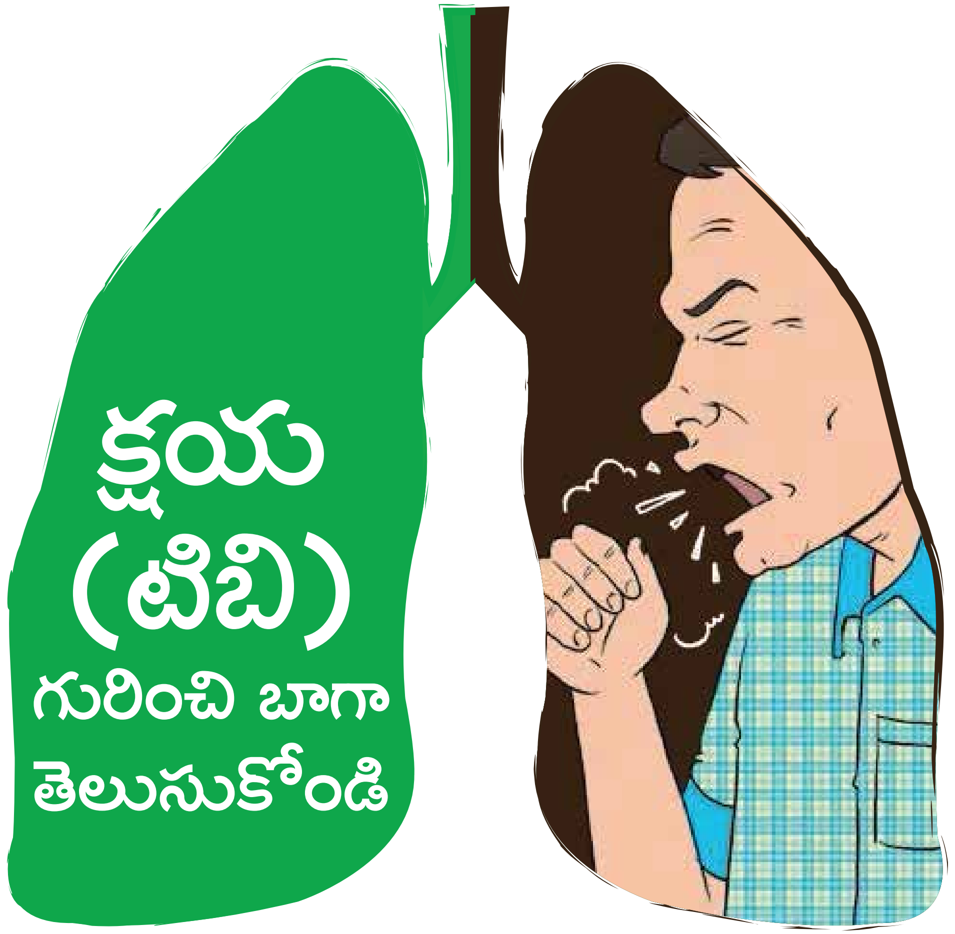
ఈ పథకం క్రింద ప్రయోజనాన్ని అందుకోవడానికి క్రింది సమాచారాన్ని దయచేసి అందజేయండి:

- **రోగి పేరు మరియు ఫోను నంబరు**
- **రోగి బ్యాంకు ఖాతా నంబరు**
- **బ్యాంకు పేరు మరియు చిరునామా**
- **బ్యాంక్ IFSC కోడ్**

తనిఖీకి మీ బ్యాంక్ పాస్‌బుక్‌ని చూపండి

మీ బ్యాంక్ పాస్ బుక్ మరియు ఆధార్ కార్డ్ (లేదా మరే ఇతర ఐడి రుజువు) ఫొటోకాపీలను అవసరమయినప్పుడు చూపడానికి సిద్ధంగా మీ దగ్గర ఉంచుకోండి.

ప్రజాహితార్థం జారీచేసిన వారు | Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

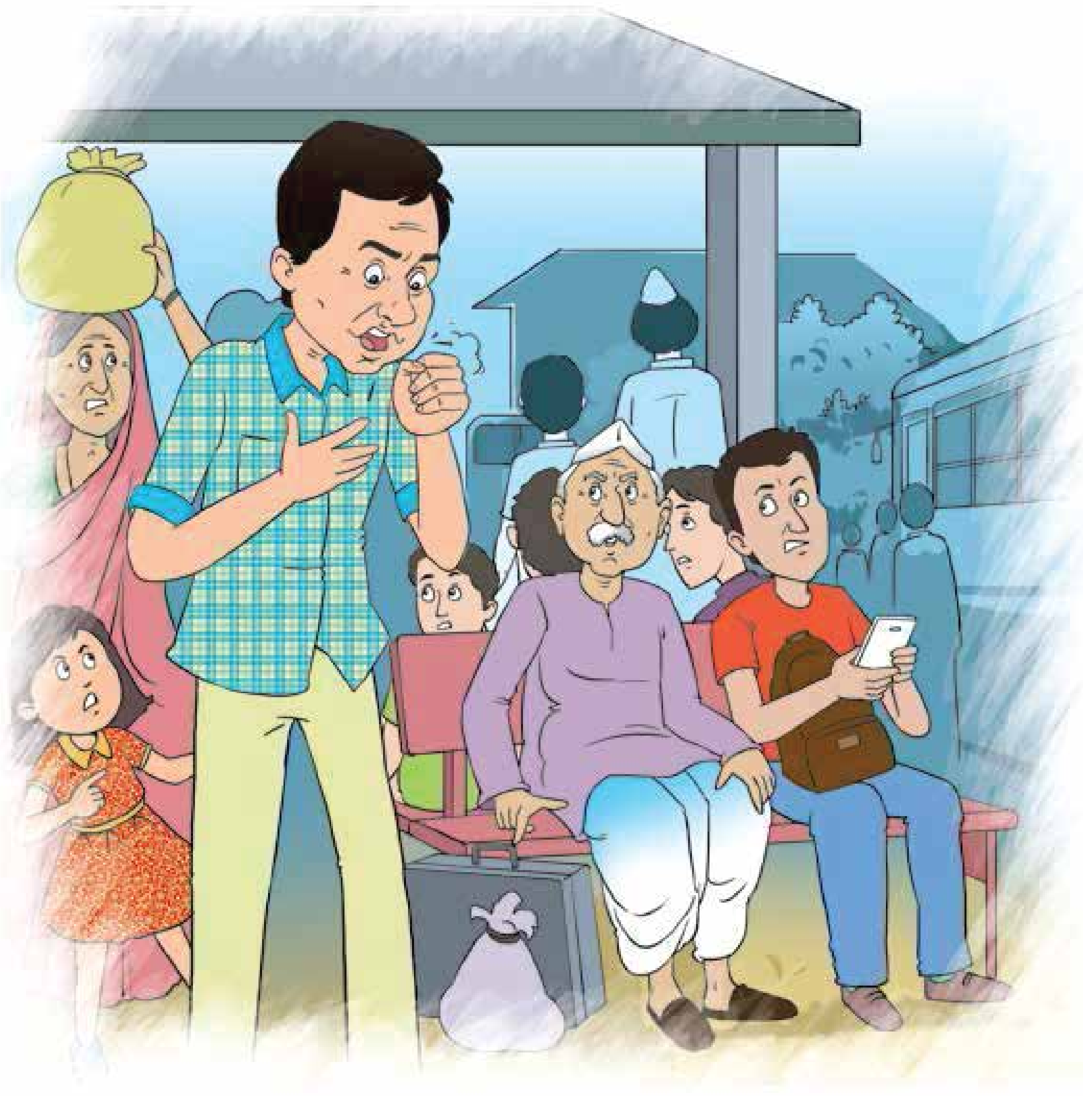


క్షయ (టిబి) గురించి బాగా తెలుసుకోండి

ప్రజాహితార్థం జారీచేసిన వారు | Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

క్షయ (టిబి) అంటే ఏమిటి?

క్షయ అనేది ఒక అంటు వ్యాధి, ఇది బాక్టీరియా ద్వారా వ్యాపిస్తుంది మరియు ఏ వ్యక్తినైనా ప్రభావితం చేయవచ్చును. రోగి తుమ్మడం లేదా దగ్గడం ద్వారా క్షయ క్రిములు గాలిలో కలిసిపోతాయి మరియు ఇవి ఇతరులను ప్రభావితం చేయవచ్చును. దిగులు పడవద్దు. క్షయను నిరోధించవచ్చును మరియు నయం చేయవచ్చును కూడా. క్షయ సంబంధిత లక్షణాలు కలిగితే, వెనువెంటనే డాక్టరు గారిని సంప్రదించండి.



క్షయ లక్షణాలు

2 వారాల కంటే ఎక్కువ సమయానికి దగ్గుతూ ఉండడం

దగ్గినప్పుడు నోటి నుండి రక్త కారడం

జ్వరం

బరువు తగ్గిపోవడం

శ్లేష్మంతో దగ్గు

ఆకలి తగ్గిపోవడం

నయంచేయడానికి మొదటి చర్య, రోగనిర్ధారణ

క్షయ పరీక్షను చేయించుకోవడానికి డాక్టరు గారిని సంప్రదించాలి. శ్లేష్మ పరీక్ష ద్వారా క్షయను కనుగొనవచ్చును.
సరిగా పరీక్ష చేయించుకోవడానికి, సక్రమంగా దగ్గి శ్లేష్మాన్ని ఇవ్వాలి, ఉమ్మిని కాదు.

క్షయ చికిత్స

క్షయను చికిత్స చేయవచ్చును. మందులు తీసుకోవడం 6 నుండి 8 నెలల పాటు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయానికి కొనసాగుతుంది.

సిఫారసు చేయబడిన వ్యవధి అంతటికీ చికిత్సను కొనసాగించాలి. డాక్టరు గారు సలహాపైననే మందును తీసుకోవడం ఆపివేయాలి.

మధ్యలో చికిత్సను ఆపివేయడం లేదా మందులను సక్రమంగా తీసుకోకపోవడం, క్షయ నయం కాకుండా ఉండడానికి లేదా మరణానికి దారితీస్తుంది.

చికిత్స సమయంలో ఈ క్రింది వాటిపై శ్రద్ధ పెట్టాలి

క్షయ చికిత్స సమయంలో, పొగాకు, బీడి, సిగరెట్, హుక్కా లేదా మద్యం లాంటి మత్తు కలిగించే (నార్కోటిక్) పదార్థాలను వినియోగించడం మానుకోవాలి.

వికారం, వాంతి, నారింజ లేదా ఎర్ర రంగులో మూత్రం, ఉమ్మి లేదా కన్నీళ్ళు మరియు కడుపు నొప్పి లాంటి దుష్ప్రభావాలను, క్షయ చికిత్స కలిగించవచ్చును. గాబరాపడవద్దు. సమస్య ముమ్మరమయితే, డాక్టరు గారిని సంప్రదించండి, కాని మీ సొంతంగా చికిత్సను ఆపవద్దు.