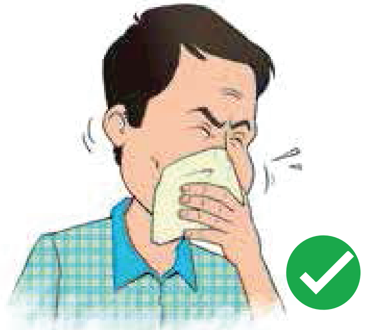
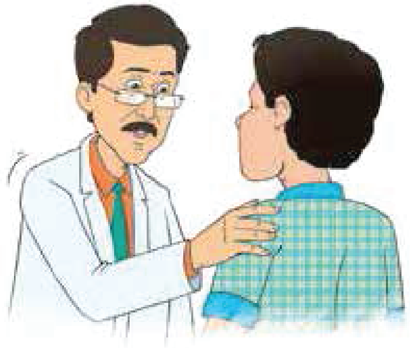
صحیح جانکاری ہے ٹی بی سے راحت



ٹی بی کو پھیلنے سے روکنے کیلئے
مریض ہمیشہ رومال سے منہ ڈھنک کر
کھانسیں اور چھینکیں۔

ادھر اُدھر نہ تھونکیں۔



علامات دکھائی دینے پر ڈاکٹر کی صلاح
لے کر جانچ کروائیں۔

ٹی بی کے علاج کے دوران بیماری سے
لڑنے کی قوت کیلئے صحت مند غذا لیں۔

ٹی بی کیلئے صحت مند غذا لیں : دالیں، اناج، دودھ اور
دودھ سے بنی مصنوعات، تیل اور گھی، روٹی،
چاول، مونگ پھلی، امرود اور کیلے جیسے پھل، وغیرہ۔

نِکشیہ غذائی یوجنا

نِکشیہ غذائی یوجنا کے تحت حکومتِ ہند ٹی بی کے مریضوں کو صحت مند غذا کیلئے **-/500 ₹** فی ماہ کی مالی حوصلہ افزائی کرتی ہے۔ یہ مدد علاج پورا ہونے تک جاری رہتی ہے۔

اس یوجنا سے فائدہ اُٹھانے کیلئے مریض کا حکومت کے **نِکشیہ** یوجنا کا ممبر ہونا ضروری ہے۔ **نِکشیہ** کا ممبر ہونے کے نیچے لِکھی پوری جانکاری اپنے ڈاکٹر / جیت ٹیم کو دستیاب کرائیں۔

اس یوجنا کا فائدہ لینے کیلئے برائے مہربانی نیچے دی گئی جانکاری دستیاب کرائیں :

- **مریض کا نام اور فون نمبر**
- **مریض کا بینک اکاؤنٹ نمبر**
- **بینک کا نام، بینک کا پتا**
- **بینک کا IFSC کوڈ**

تصدیق کیلئے اپنی بینک پاس بُک ضرور دکھائیں۔

بینک پاس بُک اور آدھار کارڈ (یا کوئی اور ID پروف) کی فوٹو کاپی

Joint Effort for Elimination of Tuberculosis | عوامی مُفاد میں جاری

ٹی بی کو بہتر جانیں

Joint Effort for Elimination of Tuberculosis | عوامی مُفاد میں جاری

کیا ھے ٹی بی کی بیماری؟

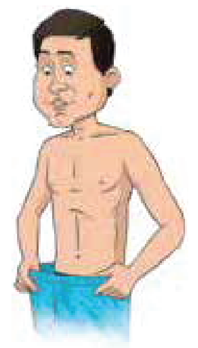
ٹی بی بیکٹیریا سے پھیلنے والا متعدی مرض ہے جس کا شکار کوئی بھی ہوسکتے ہے۔ ٹی بی کے جراثیم مریض کے کھانسنے یا چھینکنے سے ہوا میں مل جاتے ہیں اور دوسروں کو متاثر کرسکتے ہیں۔ گھبرائیے نہیں، ٹی بی سے بچا بھی جاسکتا ہے اور ٹی بی کو ہرایا بھی جاسکتا ہے۔ ٹی بی کی علامات دکھائی دینے پر فوراً ڈاکٹر کی صلاح لیں۔

ٹی بی کی خاص علامات

2 ہفتے سے زیادہ کھانسی۔

کھانستے ہوئے منھ سے خون آنا۔

بخار آنا۔

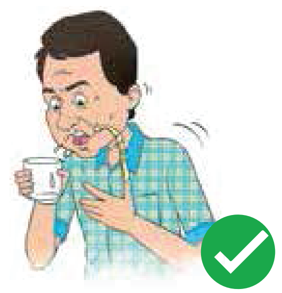


وزن کم ہونا۔

کھانسی کے ساتھ بلغم آنا۔

بھوک کم ہونا۔

ٹی بی کی جانچ میں دیر نہ کریں



ٹی بی کی جانچ کیلئے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ بلغم کی جانچ سے ٹی بی کا پتا لگایا جاسکتا ہے۔
دھیان رہے، صحیح جانچ کیلئے ٹھیک سے کھانس کے بلغم دیں، تھوک نہیں۔

ٹی بی کا علاج

ٹی بی کا علاج ہوسکتا ہے۔
دوا 6 سے 8 مہینے
یا زیادہ وقت تک
لگاتار چلتی ہے۔

دوا جتنے وقت تک
کہا جائے اُتنے وقت تک
پوری لیں۔ ڈاکٹر کی صلاح
پر ہی دوا بند کریں۔

علاج درمیان چھوڑنے سے یا
دوا حسبِ معمول طور سے
نہ لینے سے ٹی بی لاعلاج اور
جان لیوا ہوسکتا ہے۔

علاج کے دوران دھیان رکھیں

ٹی بی کے علاج کے دوران
تمباکو، بیڑی، سگریٹ،
ہُکّا، شراب جیسی کسی بھی
نشہ آور چیز سے پرہیز کریں۔

ٹی بی کی دوا لینے پر کچھ اثر ہوسکتے ہیں جیسے کہ
دل مچلنا، اُلٹی آنا، پیشاب ۔ لار ۔ آنسوؤں کا رنگ نارنگی یا
لال ہونا، پیٹ درد ہونا۔ ان سے گھبرائیں نہیں، تکلیف بڑھنے
پر ڈاکٹر کی صلاح لیں لیکن اپنے آپ دوا بند نہ کریں۔