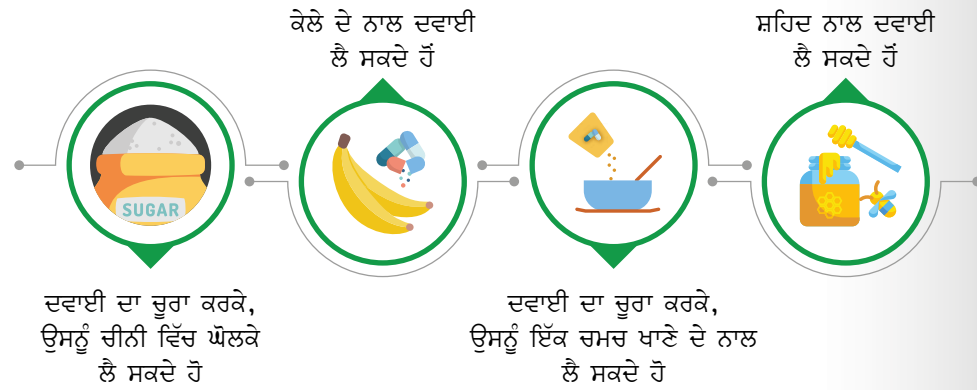
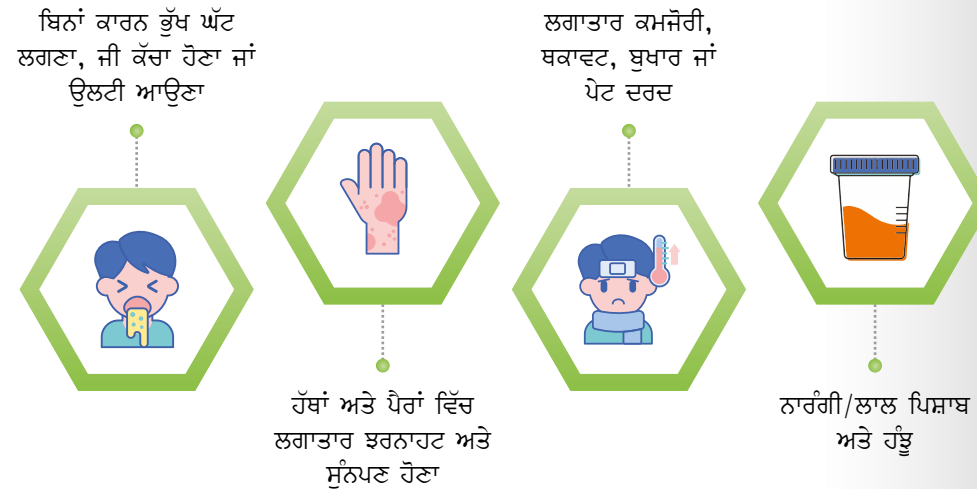


ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਆਸਾਨ ਤਰੀਕੇ



ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਈ ਵਾਰ ਦਵਾਈ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੁਝ ਬੇਆਰਾਮੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:



ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸੰਭਵ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਰੁਕਾਵਟ ਸਮੇਂ ਤੇ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦਾ ਕੋਰਸ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

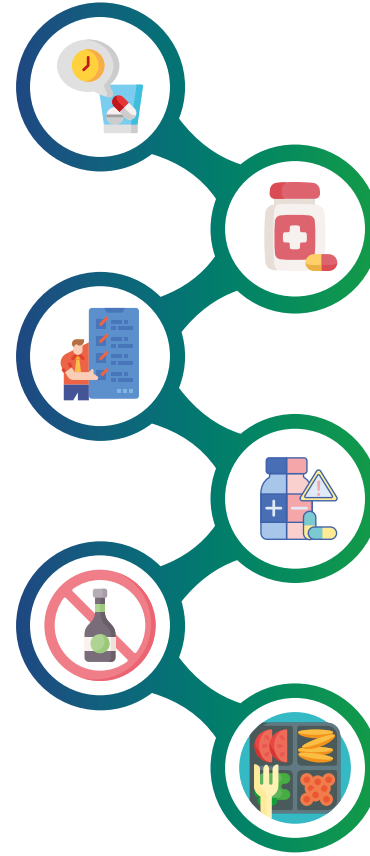
ਟੀਬੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸਨੂੰ ਹਰਾਓ

ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਓ ਅਤੇ ਕੋਰਸ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤੇ ਲਓ

ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਦੱਸ ਜਾਂ ਮਿੱਤਰ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਯਾਦ ਦਵਾਏ

ਨਾਸ਼ਤੇ ਜਾਂ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਖਾਣੇ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਦੁਪਹਿਰ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਦਵਾਈ ਲਓ। ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਤੰਬਾਕੂ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ।



ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਠੰਡੀ ਅਤੇ ਸੁੱਕੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਗੋਲੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਤਾਂ ਹੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸਦਾ ਸੇਵਨ ਤੁਰੰਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਇਹ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।



ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਟੀਬੀ ਤੋਂ ਬਚਾਓ

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਜੀਤ

ਜੀਤ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਟੀਬੀ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹੋ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਯਤਨ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਟੀਬੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂਚ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਇਲਾਜ ਮਿਆਦ ਲਈ ਮਿਲੇ। ਜੀਤ ਦੇ ਅਧੀਨ, ਹੁਣ ਟੀਬੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਟੀਬੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾ ਕੇ, ਅਤੇ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਤੇ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ, ਟੀਬੀ ਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਰਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੀਤ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ, ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੋਨੇ-ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਟੀਬੀ ਅਤੇ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਲਖਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲਗਿਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਜੀਤ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ: _____

ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ: _____



Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

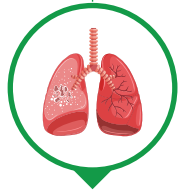
ਟਿਊਬਰਕੁਲੋਸਿਸ (ਟੀਬੀ)

ਟੀਬੀ ਇੱਕ ਲਾਗ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਟੀਬੀ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ



ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਟੀਬੀ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਣ; ਜਾਂ



ਟੀਬੀ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ **ਸਕ੍ਰੀਯ ਟੀਬੀ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ



ਟੀਬੀ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਸੁਪਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ - ਇਸਨੂੰ **ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਸਕ੍ਰੀਯ ਟੀਬੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਦੱਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:



ਖੰਘ, ਬੁਖਾਰ



ਰਾਤ ਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ



ਬਿਨਾਂ ਕਾਰਨ ਭਾਰ ਘੱਟਣਾ, ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਭਾਰ ਨਾ ਵੱਧਣਾ



ਭੁੱਖ ਨਾ ਲਗਣਾ

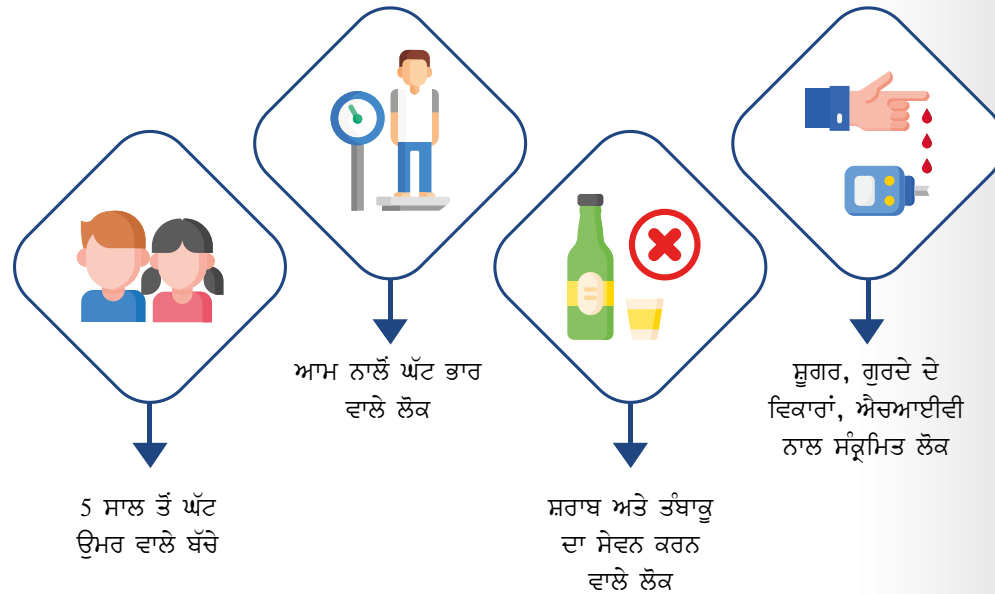
ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲਓ

ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ

ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟੀਬੀ ਦੇ ਜੀਵਾਣੂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਉਹ ਸੁੱਤੇ ਜਾਂ ਅਸਕ੍ਰੀਯ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਤੇ ਇਹ ਜੀਵਾਣੂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸਕ੍ਰੀਯ ਹੋਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਡਰੋ ਨਹੀਂ, ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ, ਇਸਨੂੰ ਟੀਬੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ!

ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ, ਸਕ੍ਰੀਯ ਟੀਬੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਕਿਸੇ ਟੀਬੀ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਟੀਬੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦੀ ਜਾਂਚ

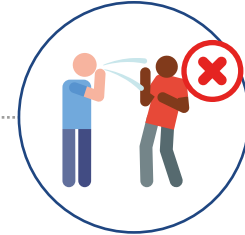
ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ:



ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ



ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਟੀਬੀ ਰੋਗ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ



ਤੁਸੀਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦੇ

ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਬੀ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ:

ਡਾਕਟਰ ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦੀ ਜਾਂਚ ਖੂਨ ਜਾਂ ਤਵੱਚਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ



ਦਵਾਈ ਦੇ ਕੋਰਸ ਨਾਲ ਸੁਪਤ ਟੀਬੀ ਨੂੰ ਟੀਬੀ ਰੋਗ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਸੁਪਤ ਟੀਬੀ ਦਾ ਇਲਾਜ



ਇਲਾਜ ਦੀ ਮਿਆਦ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ

ਟੀਬੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜਾਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਟੀਬੀ ਮੁਕਤ ਕਰੋ!