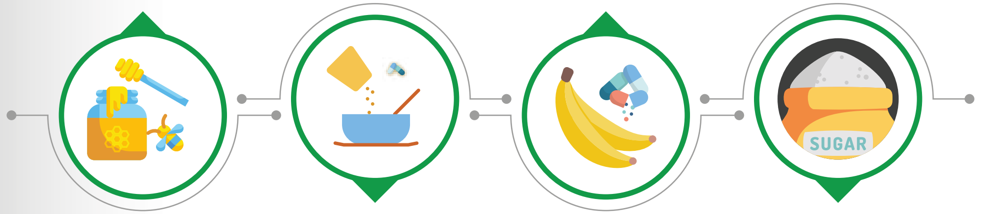
دوا لینے کے آسان طریقے



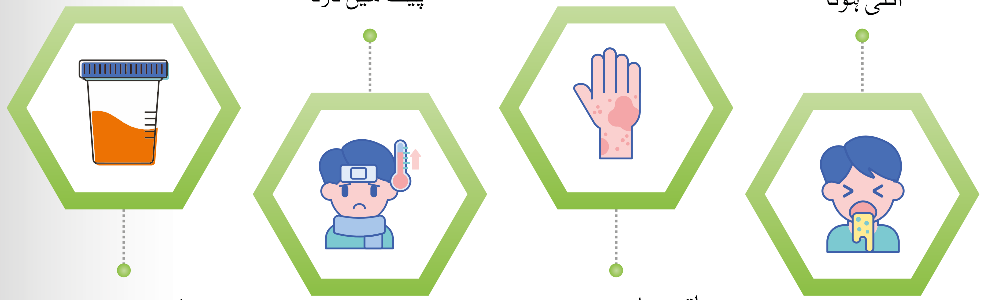
شہد کے ساتھ لے سکتے ہیں

کیلے کے ساتھ دوا لے سکتے ہیں

دوا کو باریک کرکے، اُسے ایک چمچہ
کھانے کے ساتھ لے سکتے ہیں

دوا کو باریک کرکے، اُسے شکر میں
ملا کر لے سکتے ہیں

ٹی بی کے انفیکشن کا علاج کے دوران کبھی کبھی دوا کی وجہ سے کچھ زحمتوں کا شکار ہوسکتے ہیں، جیسے کہ:

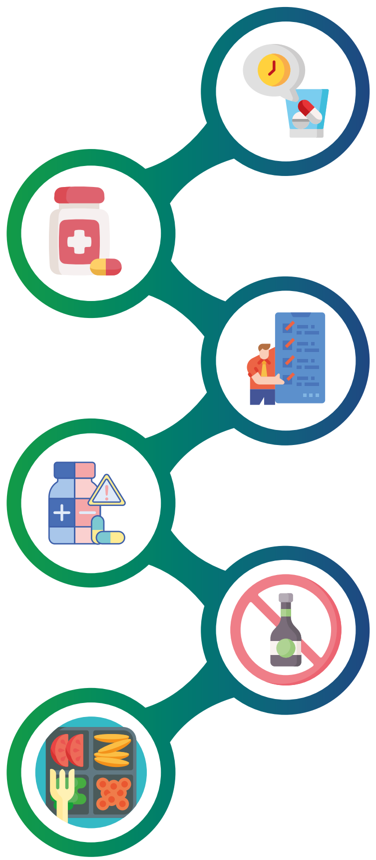


- بغیر کسی وجہ سے بھوک کم لگنا، متلی یا اُلٹی ہونا
- لگاتار کمزوری، تھکان، بخار یا پیٹ میں درد
- ہاتھوں اور پیروں میں لگاتار جھُنجھُنی اور بے حسی
- نارنگی / لال پیشاب اور آنسو

ان سارے مضراثرات کا علاج ممکن ہے اس لئے بغیر رکاوٹ وقت پر دوا لیتے رہیں اور دوا کا کورس پورا کریں۔

ٹی بی ہونے سے پہلے اُسے ہرائیں

بتائی گئی سبھی دوائیں لیں اور اُس کا کورس پورا کریں۔



- اپنی دوا ہر دن ایک ہی وقت پر لیں۔
- اپنی دواؤں کو ٹھنڈی اور خشک جگہ پر سنبھال کر رکھیں۔ ہر گولی کو تب ہی باہر نکالیں جب آپ فوراً اُسے کھانے والے ہوں۔
- گھر کے کسی فرد یا دوست سے کہیں کہ وہ آپ کو ہر دن اپنی دوا لینا یاد دلائے۔
- کچھ مضراثرات ہوسکتے ہیں۔ اگر ہوں تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو اُن کے بارے میں بتائیں۔
- ناشتے یا دوپہر کے کھانے، یا پھر دوپہر اور رات کے کھانے کے بیچ کے وقت میں دوا لیں۔ شراب اور تمباکو نوش کرنے سے علاج میں پریشانی آسکتی ہے۔ ان سے بچیں۔
- ہمیشہ غذائیت سے بھرپور غذا کھانے کی کوشش کریں۔

پروجیکٹ جیت

جیت پروجیکٹ ٹی بی کو جڑ سے ختم کرنے کی ایک متحدہ کوشش ہے۔ ہمارا مقصد ہے ہر ٹی بی مریض کو صحیح جانکاری، جانچ، علاج اور سُجھاؤ اُن کے علاج کی پوری مدت تک ملے۔ پروجیکٹ جیت کے تحت، ٹی بی مریضوں کی دیکھ بھال کے ساتھ ساتھ، اُن کے اہلِ خانہ کو ٹی بی کی بیماری سے بچانے کی کوشش کی جارہی ہے۔ ٹی بی کے انفیکشن اور ٹی بی کے انفیکشن کا صحیح وقت پر علاج کرنے کے بارے میں آگاہی پھیلا کر، ٹی بی کو ہونے سے پہلے ہی ہرایا جاسکتا ہے۔ جیت پروجیکٹ، سرکار کے تعاون سے، مُلک کے کونے کونے میں پہونچ کر ٹی بی اور ٹی بی کے انفیکشن کی جانکاری، جانچ اور علاج میں لاکھوں خاندانوں کی مدد میں کام کررہا ہے۔

خود کو اور اہلِ خانہ کو
ٹی بی سے بچائیں

Joint Effort for Elimination of Tuberculosis

پروجیکٹ جیت کا نمائندہ : ____________________

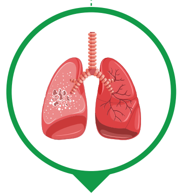
رابطہ نمبر : ____________________

ٹی بی

ٹی بی ایک متعدی مرض ہے جو متاثرہ مریض کے کھانسنے یا چھینکنے سے پھیل سکتا ہے۔

اگر سانس کے ذریعے سے ٹی بی کے بیکٹیریا آپ کے جسم میں داخل ہوتے ہیں تو

آپ کا جسم ٹی بی کے بیکٹیریا کو مار دیتا ہے تاکہ وہ آپ کو ابھی یا مستقبل میں کبھی نقصان نہ پہونچا سکیں؛ یا

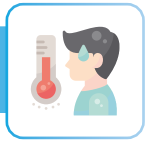


ٹی بی کے بیکٹیریا آپ کو بیمار کرسکتے ہیں یا اسے **فعّال ٹی بی** کہتے ہیں

ٹی بی کے بیکٹیریا آپ کے جسم میں داخل ہوتے ہیں، لیکن غیرفعّال رہتے ہیں۔ اسے **ٹی بی کا انفیکشن** کہا جاتا ہے

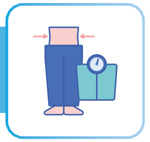
فعّال ٹی بی

اگر آپ کے یا افرادِ خانہ کے کسی ممبر میں درج ذیل علامات دکھائی دیں



کھانسی، بخار

رات کو پسینہ آنا



بلاوجہ وزن گھٹنا،
بچوں کا وزن نہ بڑھنا

بھوک نہ لگنا

تو فوراً ڈاکٹر سے صلاح لیں

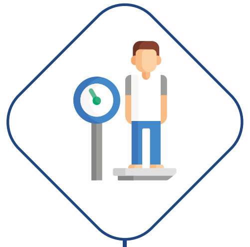
ٹی بی کا انفیکشن

ٹی بی کا انفیکشن ایک ایسی کیفیت ہے جس میں ٹی بی کے بیکٹیریا جسم میں رہتے تو ہیں لیکن صحت مند جسم کی بیماری سے لڑنے کی قوت کی وجہ سے وہ سوئے ہوئے رہتے ہیں یا اپنا کام نہیں کرپاتے ہیں۔ مستقبل میں کسی بھی وجہ سے بیماری سے لڑنے کی قوت کمزور ہونے پر یہ بیکٹیریا جسم میں فعّال ہو کر فرد کو بیمار کرسکتے ہیں۔

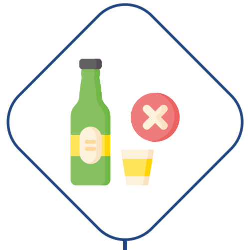
بے خوف رہیں۔ ٹی بی کے انفیکشن کا علاج کرکے اسے ٹی بی میں بدلنے سے روکا جاسکتا ہے۔

ٹی بی کے انفیکشن سے ٹی بی پنپنے کے زیادہ جوکھم پر رہنے والے افراد

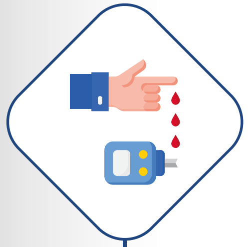
5 سال سے کم عمر کے بچے



حسب معمول سے کم وزن کے لوگ



شراب اور تمباکو نوش کرنے والے لوگ



ذیابیٹس، کڈنی کے مریض، ایچ آئی وی سے انفیکٹیڈ لوگ

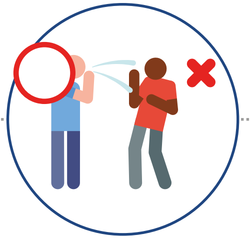
اگر آپ یا آپ کا کوئی عزیز ٹی بی سے انفیکٹیڈ فرد کے رابطے میں رہا ہے، تو اس سے آپ کو اور اُن میں بھی ٹی بی ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔

ٹی بی کے انفیکشن کی تشخیص کرنا

اگر آپ ٹی بی کے انفیکشن میں مبتلا ہوں

آپ بیمار نہیں ہیں

آپ میں ٹی بی مرض کی کوئی علامات نہیں ہوں گی



آپ کو دوسروں کو ٹی بی سے انفیکٹیڈ نہیں کرسکتے

لیکن آپ کو ٹی بی ہونے کا خطرہ ہے

ڈاکٹر ٹی بی کے انفیکشن کی جانچ خون یا جِلد کی جانچ سے کرسکتے ہیں

دوا کے کورس سے ٹی بی کے بیکٹیریا کو ہلاک کیا جاسکتا ہے اس سے پہلے کہ بیدار ہوں اور فعّال ٹی بی میں بدل جائیں۔

ٹی بی کے انفیکشن کا علاج :

علاج کی مدت **6 مہینوں تک**

ٹی بی کے انفیکشن سے اپنے اور اپنے عزیزوں کا مستقبل ٹی بی سے آزاد رکھیں!