

सम्पर्क रो लागि क्षयरोग (TB) जानकारी

प्रमुख बुदाहरु

- तपाईंको क्षयरोग (TB) भएको व्यक्तिको सम्पर्कमा आउनु भएको छ।
- TB *Mycobacterium tuberculosis* नामक व्याक्टेरीयाको ईन्फेक्सनको कारण हुन्छ।
- TB ले प्रायजसो मानिहरुलाई फोक्सोमा असर गर्दछ, तर शरिरको अन्य भागहरुमा पनि असर गर्न सक्दछ। यसले गम्भिर बिरामी पनि पार्न सक्दछ।
- TB विशेष एन्टीबायोटिक्सले उपचार गर्न सक्दछ।
- हामी यहाँहरुलाई TB को किटाणुले ईन्फेक्टेड हुनु भएको छ छैन जाँचकोलागि प्रहोत्सान दिन चाहान्छौं। यदि जाँच सकारात्मक भएमा, हामी तपाईंलाई उपचार वा फलो-अपको लागि सिफारिस गर्दछौं।

हमीले तपाईंलाई किन सम्पर्क गर्यौं?

तपाईं सरालु TB एको व्यक्तिको सम्पर्कमा पर्नु भएको पहिचान भएको छ। हामी तपाईंलाई TB द्वारा ईन्फेक्टेड हुनु भएको छ छैन भनेर पत्ता लगाउनको लागि सिफारिस गर्दछौं। तपाईंको नतिजा अनुसार चाहे तपाईंको उपचार वा फलो-अपको लागि सिफारिस गर्दछौं।

TB के हो?

सक्रिय TB रोग *Mycobacterium tuberculosis* नामक व्याक्टेरियामा संक्रमण हुनाको कारणले हुन्छ र एन्टिबायोटिक्सले उपचार गर्न सकिन्छ। साधारणतया TB ले फोक्सोमा असर पार्दछ, तर कहिलेकाँहिं शरिरका अन्य भागहरुमा पनि असर पार्न सक्दछन् जस्तै लिम्प नोड, मृगौला र हड्डीहरु। TB संक्रमणको साधारणतया कुनैपनि लक्षण वा संकेत हुँदैन र प्रायजसो क्षणहरुमा TB का किटाणुहरु सक्रिय हुँदैनन् - यसलाई दोरम्याण्ट वा लेटेन्ट TB संक्रमण भनेर चिनिन्छ। लेटेन्ट TB संक्रमण भएको व्यक्ती सरालु हुँदैन र परिवार वा अन्य निकटतम सम्पर्कमा आउनेहरुलाई असर पार्न सक्दैनन्।

मैले TB भएको कसैलाई पनि चिनन्दिन - म कसरी संक्रमित हुन्छु?

TB हावाबाट फैलने हुनाले तपाईंलाई कसले TB को सम्पर्कमा ल्यायो भनेर थाहा नहुन सक्दछ। बिरामीहरुको गोपनियता कायम गर्नकोलागि, हामीले त्यो व्यक्ती को हो भनेर भन्न सक्दैनौं, वा कहाँ सम्पर्कमा आउनुभयो भन्न सक्दैनौं।

मानिसहरु TB बाट कसरी संक्रमित हुन्छन्?

TB का किटाणुहरु हावाद्वारा TB भएको मानिसले फोक्सो वा घाँटीको खोकाई, ह्याच्छूँ, कुरा गर्दा वा गाउँदा हावामा स-साना छिर्काहरु फ्यालेर अरु मानिसहरुमा फैलन्छ। यि छिर्काहरु अन्य व्यक्तीहरुले श्वास फेर्दा लिन सक्दछन्। प्रायजसो मानिसहरुलाई TB उनिहरुले धेरै समय बिताएका मानिसहरु बाट सर्दछ। क्षणिक सम्पर्कमा वा आवकल झुककल सम्पर्कमा आएर TB सर्नु अत्यन्तै अनौठो हो। TB घरायासी सर-सामानहरु जस्तै काँटा चम्चा र भाँडाकुँडा, वा टेलिफोनबाट फैलिदैन।

मलाई बोरामीको अनुभव भएको छैन - मैले कसरी भन्ने की मलाई संक्रमण भएको छैन भनेर?

TB संक्रमणले कुनै पनि लक्षण देखाउँदैन, तसर्थ हामीले TB संक्रमण पत्ता लगाउनको लागि विशेष परिक्षण गर्नु आवश्यक छ।

परिक्षण तपाईंको स्थानिया TB सेवाहरुमा वा उनिहरु संग सम्पर्कमा आएर गर्न सकिन्छ। यस परिक्षणमा निम्न कुराहरु पर्दछन्:

- रगतको परिक्षणलाई ईन्टरफेरोन गामा रिलिज एस्से (interferon gamma release assay) (IGRA वा QuantiFERON TB Gold Plus®) भनिन्छ, जसले तपाईं TB बाट संक्रमणित हुनुभएको छ छैन पत्ता लगाउँदछ।
- ट्युवरकुलिन चर्म परिक्षण (TST or Mantoux testको रुपमा पनि चिनिने) एउटा सानो ईन्जेक्सन हो जुन काखीको तल छाला भित्र दिईन्छ। तपाईं परिक्षण गरेको २ देखी ३ दिन भित्रमा फर्केर आउनुपर्नेछ जसले गर्दा कुनै पनि प्रतिक्रिया(सुन्निने र रातो हुने) जसले TB को संक्रमणको मूल्याङ्कन गर्नेछ।
- छातिको एक्स-रे ले तपाईंको फोक्सोमा कुनै पनि TB छ छैन देखाउने छ। कहिलेकाँहिं छातिको एक्स-रे ले विगतका TB भएको दाग देखाउँदछ, चाहे यदि तपाईंलाई विगतमा कुनै पनि थाहै नभईकन TB भए नभएको देखाउँदछ।

मैले TB को सूई लगाएको छु (Bacillus Calmette-Guérin वा BCG)। के यसले मलाई संरक्षण गर्दैन?

BCG सूईले ५ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरूलाई गम्भिर खालका TB हुनबाट बचाउँदछ, यद्यपि यसले सबै खालका TB बाट भने बचाउन सक्दैन। यदि तपाईंले BCG सूई लगाएता पनि तपाईं TB बाट संक्रमित हुन सक्नुहुनेछ।

यदि मेरो परिक्षणहरू नकारात्मक भएमा के हुन्छ?

यदि तपाईंको पहिलो रगतको परिक्षण वा ट्युबेकुलिन चर्म परिक्षण नकारात्मक आएता पनि, परिक्षण २ देखि ३ महिनाहरूमा दोहोरी रहन सक्दछ। तपाईंको ईम्युन प्रणालीले TBको प्रतिक्रिया गर्नकोलागि रोग लागेको हप्ताँ लाग्न सक्ने हुनाले यसो गर्नु परेको हो। तसर्थ, यदि दोश्रो परिक्षणकोलागि सिफारिस गरिएको भए तपाईंको परिक्षणको लागि आउनु **अन्यतन्तै महत्वपूर्ण** छ। यदि तपाईंको दोश्रो परिक्षण नकारात्मक भएमा, तपाईंलाई कुनै थप परिक्षणको आवश्यकता पर्दैन।

मेरो रगत वा चर्म परिक्षण सकारात्मक भएका के हुन्छ?

यदि तपाईंको परीक्षण सकारात्मक छ भने, तपाईंलाई छातीको एक्स-रे लिनुहुन अनुरोध गरिएको छ, र तपाईंको छातीको एक्स-रे नतिजा र अन्य जोखिम कारकहरूको आधारमा तपाईंलाई एक विशेषज्ञ TB डाक्टरलाई निर्दिष्ट गर्न सकिन्छ।

परीक्षणको सकारात्मक आउँदमा TB भएको व्यक्तिसँग तपाईंको हालसालको सम्पर्कको परिणामको स्वरूपमा तपाईं संक्रमित भएको हुनुहुन्छ भन्ने छैन। यदि तपाईं एक TB सामान्य भएको देशमा रहनुभएको छ भने छ, त्यसोभए तपाईं केहि समय देखिनै संक्रमणित हुनुभएको भएको हुन सक्ने सम्भावना हुन्छ। विश्वको जनसंख्याको लगभग एक चौथाईमा विलुप्त TB संक्रमण छ, यद्यपि यो केवल अष्ट्रेलियामा बसोबास भएका र जन्मेकाहरूलाई हुने सम्भावना दुर्लभनै छ। कहिलेकाहिँ, एक सकारात्मक नतिजा ट्युबुलुलिन छाला परीक्षण BCG सूई लगाएकाहरूलाई देखा पर्दछ वा TB संक्रमण भएको असम्बन्धित अन्य कारणहरूले गर्दा पनि हुन्छ।

असीमित TB संक्रमण भएकोले तपाईंलाई TB रोग भएको छ वा संक्रमणित हुनुहुन्छ भन्ने **होईन**। यद्यपि, यसको अर्थ भनेको तपाईंको जीवनमा सक्रिय TB रोगको विकासको केहि जोखिम भने छ। यो जोखिम धेरै कारकहरू मा निर्भर गर्दछ, हाल तपाईं कसरी संक्रमित भएको हुनुहुन्छ (हालको संक्रमण उच्च जोखिम हुनेछ), तपाईं कति उमेरको हुनुहुन्छ, र तपाईंसँग केहि चिकित्सा समस्याहरू छन् वा छैनन् मा निर्भर गर्दछ। नर्स वा डाक्टरले यो तपाईंसँग थप छलफल गर्नेछ।

के ल्याटेन्ट TB संक्रमण उपचार गर्न सकिन्छ?

भविष्यमा TB रोगलाई रोक्नको लागि ल्याटेन्ट TB संक्रमण उपचार गर्न सकिन्छ। यस उपचारमा सामान्यतया एक वा दुई औषधिहरू समावेश छन् जुन TB रोग लागेकाहरूले ३ देखि ९ महिना सम्मको उपचार गर्न प्रयोग गरिन्छ। प्रायः मानिसहरूमा ल्याटेन्ट TB संक्रमण छ भने TB बीमारी को रोकथाम को लागि यो उपचार प्रभावकारी छ। यो उपचार सामान्यतया युवाहरू युवतीहरूकोलागि सुरक्षित छ। यदि तपाईंको डाक्टरले यो उपचारकोलागि सिफारिस गर्दछ भने, उनिहरूले फाइदाहरू र सम्भावित साइड इफेक्टहरूको बारेमा थप बताउनेछन्।

यदि मलाई ल्याटेन्ट TB संक्रमण छ भने के यहाँ केहि बैकल्पिक उपचारहरू छन्?

छन्। यदि तपाईंको TB रोगको विकासको जोखिम कम छ भने, तपाईंको डाक्टरले “प्रतीक्षा गर्नुहोस् र हेर्नुहोस्” दृष्टिकोण को सिफारिश गर्न सक्छन्। यस अवस्थामा तपाईंसँग नियमित रूपमा छातीको एक्स-रेहरू २ वर्षको लागि, सामान्यतया ६ महिनाको अन्तरालमा गर्नु पर्दछ। TB रोग को लक्षणहरू को बारे मा जान्नु महत्वपूर्ण छ, र यदि तपाईं TB को लक्षणहरू को विकास को संझ्का गर्नु भएमा स्थानीय TB सेवा या डाक्टर कहाँ जानुहोस्।

थप जानकारीकोलागि

- तपाईंको स्थानिय [TB Service](#) मा सम्पर्क गर्नुहोला
- [Tuberculosis Fact Sheet](#) पढ्नुहोला
- NSW स्वास्थ्यको TB वेबसाईट हेर्नुहोला – www.health.nsw.gov.au/Infectious/tuberculosis/