تپ دق

سے آپ کو افاقہ ہو جائے گا

URDU

TB کیا ہے؟

تپ دق (TB) ایک مرض ہے جو جرثومه کی وجه سے ہوتا ہے۔ جرثومے ایک چھوٹے سے، غیر مرئی اجسام ہوتے ہیں جو ہر جگه، بشمول انسان کے جسم کے اندر بھی پائے جاتے ہیں۔ زیادہ تر جرثومے غیر مضرت رساں، اور یہاں تک که مفید ہوتے ہیں۔ لیکن کچھ جرثومے مضرت رساں ہوتے ہیں اور ایسے امراض کا باعث ہوسکتے ہیں جنہیں ہم انفیکشن (تعدی) کہتے ہیں۔ TB کا سبب بننے والے جرثومے اسی قسم کے جرثومے ہوتے ہیں۔ اگر یه جرثومه خود کو جسم کے اندر کسی حصے سے منسلک کرلیتا ہے اور بڑھتا جاتا ہے، اور جسم بذات خود اس کی مدافعت کا انتظام نہیں کرپاتا تو، آپ کو TB کا مرض لاحق ہوسکتا ہے۔

پھیپھڑوں میں TB ہوجانا سب سے عام ہے، لیکن یه آپ کے جسم کے دیگراجزاء میں (مثلا پنجر، لمفی غدود، یا دماغ میں) بھی ہوسکتا ہے۔

- **TB ایک قابل علاج مرض ہے**
- **TB کی دوائیں ناروے میں رہنے والے سبھی افراد کے لئے مفت ہیں**

آپ TB کا علاج کیسے کرتے ہیں؟

TB کا علاج دواؤں عموماً ٹیبلیٹ (گولیوں) سے کیا جاتا ہے۔ ناروے میں، یه دوائیں مفت ہیں۔ زیادہ تر مریضوں کو دوائیں چھ ماه تک روزانه لینی ہوتی ہیں، لیکن کبھی کبھی یه علاج اس سے طویل تر ہوتا ہے۔ عام طور پر، ایک ہیلتھ ورکر (صحت سے متعلق کارکن) روزانه آکر آپ کو دوائیں دے گا۔ معالجه مکمل ہوجانے کے بعد آپ کو TB سے چھٹکارا مل جائے گا۔

TB کس کو ہوسکتی ہے؟

ہر ملک میں TB سے متاثره افراد موجود ہیں۔ TB ایشیاء، افریقه، لاطینی امریکه، اور مشرقی یوروپ میں سب سے زیاده عام ہے؛ لہذا اس سے متاثر ہونے اور بیمار پڑنے والے افراد کی اکثریت دنیا کے انہیں حصوں سے آتی ہے۔

اسی وجه سے ایسے ممالک سے آنے والے افراد کو جہاں TB ایک عام مرض ہے، ناروے میں اپنی آمد کے فورا بعد TB کا معائنه روانا چاہیے۔ یه معائنے آپ کے قیام والے بلدیه میں موجود صحت کارکنان کے ذریعے ہوتے ہیں۔

بہت سارے لوگ TB سے خوفزده کیوں ہیں؟

لوگوں کے TB سے خوفزده ہونے کی وجه عام طور پر یه ہوتی ہے که لوگوں کو اس مرض کے بارے میں کافی معلومات نہیں ہو تی ہیں۔ جن لوگوں کو کافی معلومات نہیں ہوتیں وه اپنے ہی تصوارت پر انحصار کرتے ہیں یا خود اپنی وضاحتیں کرتے ہیں۔ مثلا، بہت سارے افراد اس وجه سے TB سے متاثر ہوجانے سے خوفزده ہوتے ہیں که انہیں یه معلوم ہی نہیں ہوتا که جو مریض اپنی دوائیں روزانه لیتے ہیں وه اپنا مرض دوسروں کو منتقل نہیں کرسکتے ۔

اسی وجه سے، TB کے بہت سارے مریض خوفزده ہوتے ہیں اور اپنے مرض کو دوسروں سے چھپاتے ہیں۔ انہیں یه خوف ہوتا ہے که جن لوگوں کو معلوم ہوجائے که انہیں TB ہے وه ان سے دور بھاگیں گے، ان کے ساتھ کھانے پینے سے انکار کریں گے، وغیرہ۔ جن افراد میں TB کی علامات ہوتی ہیں وه بھی اس سے خوفزده ہوتے ہیں، اور یه خوف انہیں اس امر کا پته لگانے کے لئے ڈاکٹر کے پاس جانے سے روک سکتا ہے جس سے وه دوچار ہو رہے ہیں۔

جب لوگوں کو TB کے بارے میں معلوم ہوجاتا ہے اور وه یه جان لیتے ہیں که مریض اگر TB کی مؤثر دوائیں لے رہے ہیں تو ان سے۔ دوسروں کو انفیکشن نہیں ہوسکتا ، تب انہیں تحفظ کا احساس ہوگا۔ وه TB میں مبتلا افراد کو بہتر نگہداشت اور تعاون بھی فراہم کرسکیں گے۔

کیا آپ TB کے بارے میں مزید معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں؟ نارویجین انسٹی ٹیوٹ آف پبلک ہیلتھ کی ویب سائٹ (www.fhi.no) یا LHL کی ویب سائٹ (www.lhl.no) ملاحظه کریں۔

ویب صفحه www.lhl.no/no/Om-LHL/Stopp-tuberkulosen/Helsekommunikasjon پر آپ کو متعدد زبانوں میں اس پرچے کا ایک تفصیلی ورژن بھی مل سکتا ہے۔

Oslo kommune
Utdanningsetaten

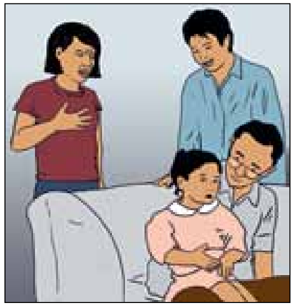
Oslo Voksenopplæring

Postboks 4375 Nydalen, 0402 Oslo
ملاقات کیلئے پتہ: Sandakerveien 99, Oslo
فون: 22 79 93 00
ای میل: post@lhl.no
URL: www.lhl.no

دی نارویجین ہارٹ اینڈ لنگ پیشنٹ آرگنائزیشن

آپ TB سے کس طرح متاثر ہوتے ہیں؟

TB چھوٹے چھوٹے قطرات کی شکل میں (جنہیں آپ دیکھ نہیں سکتے ہیں) ہوا کے توسط سے پھیلتا ہے۔ یہ قطرات ایسے فرد کی ناک اور منھ سے خارج ہوتے ہیں جسے تعدی زا TB ہوتی ہے، اور جب وہ فرد کھانستا، چھینکتا یا بات چیت کرتا ہے تو یہ ہوا میں شامل ہوجاتے ہیں۔ TB کے جرثومے انہیں میں سے کچھ قطرات میں موجود ہوتے ہیں۔ جب کوئی دوسرا فرد اسی ہوا میں سانس لیتا ہے، تو TB کے جرثومے والے بعض قطرات ان کے جسم میں داخل ہوسکتے ہیں اور ان کے پھیپھڑوں میں پہنچ سکتے ہیں۔



TB کا جرثومہ آسانی سے نہیں پھیلتا ہے، لہذا انفیکشن عموما انہیں افراد کے مابین ہوتی ہے جو ایک ساتھ رہتے ہیں۔ صرف پھیپھڑے کا TB اور گلے میں TB کی شاذ و نادر شکل ہی دوسروں میں پھیل سکتی ہے۔ آپ کو کسی ایسے فرد سے انفیکشن نہیں ہوسکتا   جس نے 2–3 ہفتوں تک TB کی مؤثر دوا استعمال کی ہے۔

انفیکشن کی زد میں آنے والے صرف بعض افراد ہی بیمار پڑتے ہیں۔

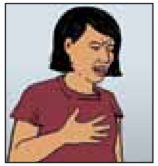
TB کے جرثومے سے متاثر ہونے والے افراد لازمی طور پر بیمار نہیں پڑتے ہیں۔ اندازہ یہ ہے کہ دنیا کی قریب 1/3 آبادی اپنے جسموں میں TB کے جرثومے لیے پھرتی ہے، لیکن صرف بعض افراد میں یہ مرض فروغ پاتا ہے۔ انفیکشن کی زد میں آنے والے بعض افراد کے بیمار پڑنے کی وجہ یہ ہے کہ ان کی مامونیت میں کمی آگئی ہوتی ہے۔ یہ تخفیف شدہ مامونیت دیگر امراض، تناؤ، موسم کی تبدیلی، ناقص تغذیہ، خوراک کی تبدیلی، یا دیگر وجوہات کے چلتے ہوسکتی ہے۔کسی فرد کے اس انفیکشن کی زد میں آنے کے بعد اس مرض کے پھوٹ پڑنے میں سالوں کا وقفہ لگ سکتا ہے۔

اگر آپ اس جرثومے کے انفیکشن کی زد میں آجاتے ہیں، لیکن بیمار نہیں پڑتے ہیں تو، ڈاکٹر آپ کو کچھ وقت (عموما تین یا چھ ماہ) تک کے لئے TB کی دوائیں لینے کا مشورہ دے سکتا ہے۔ یہ آپ کو آگے چل کر بیمار پڑنے سے روکنے کے لئے ہے۔ اس طرح کے معالجے کو TB کا تدارکی معالجہ کہا جاتا ہے۔ یہ معالجہ رضاکارانہ ہے۔ TB کا تدارکی معالجہ اختیار کرنے والے افراد بیمار نہیں پڑتے ہیں، اور ان سے دوسروں کو انفیکشن نہیں ہوسکتا ہے۔

آپ کو کیسے معلوم ہوگا کہ آپ کو TB ہے؟

کوئی ایسا فرد جس کو 2–3 ہفتے یا زیادہ عرصے سے کھانسی ہے اس کے پھیپھڑے میں TB ہوسکتی ہے۔ پھیپھڑے کے TB کی انتہائی عمومی علامات درج ذیل ہیں:

- کھانسی کے ساتھ پھیپھڑوں کے اندر سے بلغم خارج ہونا،کبھی کبھی خون کے ساتھ
- سینے میں درد



کھانسنا

TB – پھیپھڑے کا TB اور جسم کے دیگر اجزاء میں TB دونوں ہی کی دیگر عمومی علامات ہیں:

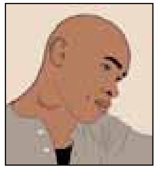
بھوک نہ لگنا

وزن گھٹنا

کمزور اور تھکا ماندہ محسوس کرنا

کچھ عرصہ بخار رہنا

رات میں پسینہ آنا



گلے پر، بازو کے نیچے، یا جانگھ میں سوجن

یہ کچھ دیگر امراض کی بھی عمومی علامات ہیں۔ لہذا، یہ یقین کرنے کے لئے کہ یہ TB ہی ہے، آپ کو مختلف جانچیں کروانی ہوتی ہیں۔ جس فرد کو ان میں سے ایک یا زیادہ علامات درپیش ہوں اسے ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے!

TB کے حامل کسی فرد میں بیشتر اوقات یہ ساری علامات نہیں بھی ہوتی ہیں۔ کچھ افراد میں معمولی علامات ہوتی ہیں۔

اگر آپ کو شبہہ ہوتا ہے کہ آپ کو TB ہے تو آپ کو کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ کو شبہہ ہوتا ہے کہ آپ کو TB ہے تو، آپ کو اپنے ڈاکٹر، ایمرجنسی روم (legevakten) یا اپنے معاشرے میں موجود خدمات صحت کے پاس، حتی الامکان جلد سے جلد تشریف لے جانا چاہیے۔ جتنی جلدی آپ علاج شروع کریں گے، اتنی ہی جلدی آپ کو افاقہ ہوجائے گا۔

یہ پتہ لگانے کے واسطے کہ آیا کسی فرد کو TB ہے، متعدد جانچیں کی جائیں گی۔ پھیپھڑے کا ایکسرے، جلد کی جانچ (جسے مینٹاؤکس کہا جاتا ہے)، اور / یا خون کی جانچ سب سے زیادہ عمومی جانچیں ہیں۔ اگر ان جانچوں سے پتہ چلتا ہے کہ آپ TB کے جرثومے سے متاثر ہوگئے ہیں تو، آپ کو ہسپتال میں کسی ماہر خصوصی کے پاس بھیجا جائے گا۔