



## تپ دق (ٹی بی) کیا ہے؟

ٹی بی یا تپ دق ایک مہلک بیماری ہے جو پھیپڑوں کو نقصان پہنچاتی ہے۔ پھر بھی علاج کے ذریعے ٹی بی سے بچا جاسکتا ہے۔ ٹی بی سے مکمل شفا یابی بھی ممکن ہے۔



## ٹی بی کے جراثیم کس طرح پھیلتے ہیں؟

ٹی بی کے جراثیم ہوا کے ذریعے پھیلتے ہیں۔ اگر آپ کسی ایسے فرد کے ساتھ طویل وقت گزاریں جو ٹی بی کا مریض ہے، جب مریض کھانے، چھینکے، بات کرے یا نسنے، آپ سانس کے ذریعے ٹی بی کے جراثیم اپنے جسم میں داخل کر سکتے ہیں۔

ٹی بی کے جراثیم صرف ہوا کے ذریعے پھیلتے ہیں۔ یہ ہاتھ ملانے (مصافحہ کرنے) یا دواش روم میں کموڈیٹ پر بیٹھنے سے نہیں پھیلتے۔ ٹی بی کے جراثیم صرف سانس ہی کے ذریعے آپ کے جسم میں داخل ہو سکتے۔

## جب کسی کو ٹی بی ہو تو کیا ہوتا ہے؟

جب ٹی بی کے جراثیم پہلی بار آپ کے پھیپڑوں میں سانس کے ذریعے داخل ہوتے ہیں، تو آپ کا جسم جراثیموں کے گرد ایک دیوار بنا کر آپ کو محفوظ کرتا ہے۔ یہ عمل جراثیموں کو ”سلا“ دیتا ہے اور آپ کے جسم کو نقصان پہنچانے سے روکتا ہے۔ سوتے ہوئے جراثیموں کو ”لیٹنٹ ٹی بی انفیکشن“ (LTBI) یا مخفی ٹی بی کہتے ہیں، اور جن لوگوں کو لیٹنٹ ٹی بی ہو جائے تو کہا جاتا ہے کہ انہیں لیٹنٹ ٹی بی انفیکشن (LTBI) یا مخفی ٹی بی ہوئی ہے۔ لیٹنٹ ٹی بی بہت عرصے تک رہ سکتی ہے، اور کبھی کبھی تا حیات رہتی ہے۔ جن لوگوں کو LTBI ہو وہ خود کو بیمار محسوس نہیں کرتے۔ اور نہ ہی دوسروں میں یہ ٹی بی پھیلا سکتے ہیں۔

حالانکہ، کبھی کبھی ٹی بی کے یہ سونے ہوئے جراثیم ”بیدار“ ہو جاتے ہیں اور پھر آپ کا جسم مدافعت نہیں کر سکتا۔ جب ایسا ہو جائے تو آپ کو ”اکیٹیو ٹی بی“ (متحرک ٹی بی) کی بیماری ہو جاتی ہے۔ اور یہ آپ کو شدید بیماری میں مبتلا کر سکتی ہے۔ پھر آپ دوسروں میں بھی ٹی بی پھیلانے کا باعث بن سکتے ہیں۔

متحرک ٹی بی میں مبتلا لوگوں میں مندرجہ ذیل علامات پائی جاسکتی ہیں:

- ✓ 3 یا زیادہ ہفتوں سے کھانسی ہونا
- ✓ بخار ہونا یا سردی لگنا
- ✓ رات کو پسینے آنا
- ✓ وزن میں کمی ہونا
- ✓ ہر وقت تھکاوٹ کا احساس ہونا۔
- ✓ بھوک نہ لگنا

## کیا ٹی بی (تپ دق) کا کوئی ٹیسٹ ہوتا ہے؟

جی ہاں۔ ٹی بی کے جراثیموں کی موجودگی معلوم کرنے کا ایک سادہ سا ٹیسٹ ہوتا ہے جسے اسکن ٹیسٹ کہتے ہیں۔ یہ کلینک پر کیا جاتا ہے۔ اگر ٹیسٹ کا نتیجہ ”منفی“ ہے، تو بہت ممکن ہے کہ آپ کے جسم میں ٹی بی کے جراثیم نہیں ہیں۔ اگر نتیجہ مثبت ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے جسم میں ٹی بی کے جراثیم موجود ہیں۔ پھر آپ کو چھٹ ایکس رے اور میڈیکل چیک اپ (طبی معائنہ) کی ضرورت ہوگی تاکہ معلوم کیا جاسکے کہ آیا کہ آپ کو مخفی ٹی بی (Latent TB) ہے یا متحرک ٹی بی (active TB)۔

## کیا مجھے ٹی بی اسکن ٹیسٹ کرانا چاہیے؟

صورت حال پر منحصر ہے۔ کچھ لوگوں کو اسکن ٹیسٹ کرانے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ جبکہ دیگر لوگ جنہیں تپ دق (ٹی بی) کا شدید خدشہ ہو، انہیں ٹی بی اسکن ٹیسٹ ضرور کرانا چاہیے۔

## آپ کو اسکن ٹیسٹ کرانا چاہیے اگر:

- ✓ آپ میں متحرک ٹی بی (active TB) کی علامات ہوں
- ✓ آپ نے کسی متحرک ٹی بی کے مریض کے ساتھ طویل وقت گزارا ہو
- ✓ آپ امریکہ حال میں کسی ایسے ملک سے آئے ہوں جہاں ٹی بی بہت زیادہ ہوتی ہے۔
- ✓ آپ کو دائمی بیماری ہو جیسے ذیابیطس یا ناکارہ گردے۔
- ✓ آپ نے بے گھروں کی پناہ گاہوں، جیل یا دیگر ایسے گروپ میں کام یا قیام کیا ہو۔
- ✓ آپ کو ایچ آئی وی (HIV) / ایڈز (AIDS) ہو۔

## اگر میں بی سی جی BCG ویکسین لگوا چکا ہوں تو کیا ہوگا؟

بی سی جی ویکسین عام طور پر لوگوں کو ٹی بی کے خلاف تحفظ نہیں دیتی۔ لہذا آپ کو مخفی ٹی بی (Latent TB) یا متحرک ٹی بی (active TB) ہونے کا امکان ہے۔ اگر آپ بی سی جی کا ٹیکہ لگوا بھی چکے ہوں تب بھی آپ کو ٹی بی کے اسکن ٹیسٹ کی ضرورت پڑے گی۔

## ٹی بی سے بچاؤ ممکن ہے

## کیا متحرک ٹی بی سے شفا یابی ممکن ہے؟

جی ہاں۔ متحرک ٹی بی کا باثباتی علاج دواؤں سے کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کو متحرک ٹی بی ہے تو آپ لازماً کم از کم 6 ماہ تک دوا لیں گے۔ اس سلسلے میں ڈیپارٹمنٹ آف ہیلتھ (محکمہ صحت) ایک پروگرام پیش کرتا ہے جسے ڈاٹ (Directly Observed Therapy) یعنی ”براہ راست مشاہدہ و علاج“ کہتے ہیں۔ ڈاٹ (DOT) آپ کو دواؤں کے حصول میں آسانیاں فراہم کرتا ہے۔

## مجھے طویل وقت تک ٹی بی کی دوائیاں لینا کیوں ضروری ہے؟

متحرک ٹی بی سے شفا یاب ہونے کا ایک ہی طریقہ ہے کہ آپ کم از کم چھ ماہ تک اپنی تمام دوائیاں باقاعدگی سے استعمال کریں۔ ٹی بی کے جراثیم مردہ ہونے میں ایک طویل وقت لیتے ہیں لہذا صبر سے علاج کیجئے۔ چند ہفتوں بعد چاہے آپ بہتر طبعیت محسوس کریں، مگر علاج باقاعدگی سے جاری رکھیے۔ اگر آپ ایسا نہیں کریں گے تو طبیعت ٹھیک ہونا رک جائیگی اور ہو سکتا ہے آپ اور زیادہ بیمار ہو جائیں۔

## اگر میں ٹی بی کی دوا لے رہا ہوں تو کیا پھر بھی میں ٹی بی کے جراثیم پھیلانے کا باعث بن سکتا ہوں؟

نہیں۔ علاج کے چند ہفتوں بعد بیشتر لوگ ٹی بی کے جراثیم نہیں پھیلاتے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کو بتائے گا کہ کب آپ کیلئے اپنے دوستوں اور خاندان والوں کے ساتھ رہنا محفوظ ہے۔ دوا لینے کے دوران آپ گھر میں رہ سکتے ہیں اور کام پر بھی جاسکتے ہیں۔ لیکن آپ دوا لینا نہ چھوڑیں، اگر آپ چھوڑ دیں گے تو شاید آپ دوبارہ تپ دق (ٹی بی) کے جراثیم پھیلانا شروع کر دیں گے۔

## ٹی بی کی بیماری میں کیا محکمہ صحت میری کوئی مدد کر سکتا ہے؟

جی ہاں۔ ہمارے ہاں 10 کلینک ہیں جو ٹی بی کیلئے خدمات فراہم کرتے ہیں۔

ہمارے کلینکس پر علاج کیلئے آپ کو کسی ہیلتھ انشورنس کی ضرورت نہیں۔ بلا معاوضہ تمام خدمات مہیا ہیں۔ آپ کو ایمگریشن سے متعلق کوئی فکر کرنے کی ضرورت نہیں۔ آپ سے آپ کے آئیٹیس کے متعلق کوئی بھی سوال نہیں کیا جائے گا۔ ہمارے ہاں انتہائی معیار کی توجہ دی جاتی ہے۔ ہمارے عملے کے افراد کئی زبانیں بولتے ہیں۔ ٹی بی سے متعلق ہم آپ کے سوالوں کے جواب دے سکتے ہیں۔ ہم ٹی بی کی شفا کر سکتے ہیں۔