Minnesota Department of Health (मिनेसोटा स्वास्थ्य विभाग)

सम्भावित सङ्क्रमणकारी क्षयरोग हुने बिरामीका लागि श्वासप्रश्वासका घरेलु सावधानीहरू

बिरामीको नाम: ______________________________ **जन्म मिति:** ____/____/____

स्थानीय जन स्वास्थ्य निकाय: ______________________________ **फोन:** (_____)________________

TB चिकित्सक: ______________________________ **फोन:** (_____)________________

तपाईंको चिकित्सकसँग अर्को TB एपोइन्टमन्ट: ______________________________

बिरामीसँग जानकारीहरूको समीक्षा गर्ने ______________________________ **(मिति)** ____/____/____

तपाईंको जाँच अनुसार तपाईंलाई अरू मानिसहरूमा सर्न सक्ने प्रकारको क्षयरोग (TB) भएको देखिएको छ। तपाईं अहिले नै अस्पताल बस्नु पर्दैन। तपाईंको चिकित्सकले TB को उपचार गर्ने औषधि लेखिदिएको हुनसक्छ। तपाईंको घरमा आउँदा स्वास्थ्य कर्मीहरू आफ्नो सुरक्षाको लागि मास्क लगाउन सक्छन्।

तपाईं शिशु, साना बच्चाहरू अथवा HIV वा क्यान्सर जस्ता रोगको कारणले रोग प्रतिरोध क्षमता कमजोर भएका मानिसहरूको छेउछाउमा बस्नु हुँदैन। किनभने उनीहरूलाई सङ्क्रमण विरुद्ध लड्न मुश्किल पर्छ। तपाईंको घरका 5 वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चाहरू भए कुनै चिकित्सकद्वारा उनीहरूमा TB को जाँच गराएर TB रोग लाग्नबाट बचाउने औषधिहरू सेवन गर्दै तपाईंको साथमा बस्न सक्छन्।

आफ्नो TB का कीटाणुहरू अन्य मानिसहरूमा सर्न नदिन तपाईंले गर्नु पर्ने जरुरी कुराहरू यस प्रकार छन्:

- तपाईं खोक्दा वा छिँक्दा सधैं आफ्नो मुख वा नाक छोप्नुहोस्। कोही मानिसहरूलाई गरम तरल पदार्थ पिउँदा खोकी कम लाग्ने गर्छ।
- घरमा हुँदा, अरूले प्रयोग गर्ने कोठा जस्तै बाथरुम वा भान्सामा कम समय बिताउनुहोस्। सँगै घरमा बस्ने परिवारका सदस्यहरूको नजिक तपाईंले मास्क लगाउनु पर्दैन।
- स्वास्थ्य कर्मीहरू बाहेक अन्य मानिसहरूलाई घरमा न ल्याउनुहोस्। अरूलाई भेट्न नजानुहोस्।
- सक्नुहुन्छ भने, घरमा पङ्खाको प्रयोग गर्नुहोस् वा झ्याल खुल्ला राख्नुहोस्। यसबाट हावा वारपार हुन सहायता पुग्छ। तपाईं आफ्नो मास्क नलगाइ घर बाहिर खुल्ला हावामा जान सक्नुहुन्छ।
- प्रत्यक्ष देखरेखमा हुने औषधि उपचार (DOT) तपाईंको TB को उपचार गर्ने सर्वोत्तम उपाय हो। तपाईंको चिकित्सक तथा जन स्वास्थ्य नर्सले तपाईंलाई DOT बारे भन्नेछन्। एकजना स्वास्थ्य कर्मी तपाईंकहाँ आएर आफ्नो अगाडि TB औषधि खुवाउनेछन्। आफ्नो TB को औषधिका बारेमा कुनैपनि समस्या अथवा प्रश्नहरू भए स्वास्थ्य कर्मीलाई भन्न नबिर्सनुहोस्।
- काम, विद्यालय, पूजा गर्ने ठाउँ, पुस्तकालय, अथवा किराना पसल वा हुलाक कार्यालय जस्ता सार्वजनिक स्थलमा नजानुहोस्।
- बस, ट्याक्सी, रेल, तथा हवाईजहाज जस्ता सार्वजनिक यातायातको प्रयोग नगर्नुहोस्।
- चिकित्सकलाई भेट्ने आफ्नो सबै एपोइन्टमन्टहरूमा तपाईं जानुपर्छ। तपाईंको चिकित्सकले तपाईंको जाँच गरेर TB को औषधिले काम गरेको छ वा छैन भन्ने पत्ता गर्नेछन्। कुनै एपोइन्टमन्टमा जानु भएन भने, TB निको पार्न लामो समय लाग्न सक्छ।
- तपाईंको चिकित्सक वा नर्सले तपाईंलाई अनुहारमा लगाउने एउटा विशेष मास्क दिनेछन्। तपाईं क्लिनिक वा अस्पताल जाँदा यो मास्क लगाउनुहोस्।
- तपाईंको चिकित्सक वा जन स्वास्थ्य नर्सले तपाईं मास्क लगाउन बन्द गरेर आफ्नो सामान्य कामकाजमा फिर्ता हुन सक्ने समयबारे बताउनेछन्।

यदि आफ्नो TB वा यसको उपचारबारे कुनै प्रश्न भएमा चिकित्सक वा जन स्वास्थ्य नर्सलाई भन्नुहोस्:

लिइएको: न्यु यर्क सिटि स्वास्थ्य विभाग। हस्पिटलाइजेशन एण्ड कम्यूनिटि डिस्चार्ज अभ TB प्याशेन्ट्स प्रोटोकोल इन क्लिनिकल प्र्याक्टिसेज म्यान्युअल, 2004.

सन्दर्भ सामग्रीहरू: सेन्टर फर डिजिज कन्ट्रोल एण्ड प्रिभेन्शन। गाइडलाइन्स फर प्रिभेन्टिङ द ट्रान्समिशन अभ *माइकोब्याक्टेरियम ट्युबरकुलोसिस* इन हेल्थ-केयर सेटिङ्स, 2005. MMWR 2005; 54(न.RR-17): [38, 45].

सेन्टर फर डिजिज कन्ट्रोल एण्ड प्रिभेन्शन। कन्ट्रोलिङ ट्युबरकुलोसिस इन द युनाइटेड स्टेट्स: रिकमेन्डेशन्स फ्रम द अमेरिकन थोरासिक सोसाइटि, CDC, एण्ड द इन्फेक्शस डिजिज सोसाइटि अभ अमेरिका। MMWR 2005; 54(न. RR-12): [28].

MINNESOTA MDH DEPARTMENT OF HEALTH

Tuberculosis (TB) Prevention and Control Program
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
1-877-676-5414, 651-201-5414
www.health.state.mn.us/tb