

## காசநோய் பரவாமல் தடுப்பது எப்படி?

காசநோய் உள்ளவர்களைக் காலந்தாழ்த்தாமல் கண்டுபிடித்து, சிகிச்சையளித்து, குணப்படுத்துவதே சமூகத்தில் காசநோய் பரவாமல் தடுப்பதற்கான ஆகச்சிறந்த வழியாகும்.

காசநோய் உள்ளவர்கள் சிகிச்சையைப் பூர்த்தி செய்யும்வரை நேரடி கண்காணிப்பு சிகிச்சை முறையின்கீழ் (DOT) சிகிச்சை பெறுவது அவசியம். அவர்களிடமிருந்து மற்றவர்களுக்குக் கிருமி பரவக்கூடிய ஆபத்து மீண்டும் எழாதிருப்பதை இதன்வழி தடுத்திடலாம்.

உங்களுக்குச் செய்நிலை காசநோய் இருந்தால், உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் நண்பர்களுக்கும் நோய்க் கிருமி பரவாமல் தடுத்திட பின்வரும் உத்திகள் உதவும்:

- வீட்டிலேயே இருத்தல், குறிப்பாக சிகிச்சையின் முதல் இரண்டு வாரங்களில்
- நீங்கள் இருமும்போது அல்லது தும்மும்போது டிஷைந்தாளால் வாயை மூடிக் கொள்வதோடு, சிகிச்சையின் முதல் இரண்டு வாரங்களில் மற்றவர்களின் முன்னிலையில் முகமூடி அணிந்து கொள்ளுங்கள். பயன்படுத்தப்பட்ட டிஷைந்தாளையும் முகமூடியையும் சரியான முறையில் வீசுங்கள்.

## காசநோயை ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடிப்பது எப்படி?

உங்களுக்கு மூன்று வாரங்களுக்கு மேலாக இருமல் இருந்தால் அல்லது காசநோயின் மற்ற அறிகுறிகள் ஏதாவது இருந்தால், உடனடியாக மருத்துவரிடம் ஆலோசனை நாடிச் செல்லுங்கள்.

நெஞ்சு எக்ஸ்-ரே பரிசோதனை, எச்சில் பரிசோதனை மூலம் காசநோயைக் கண்டுபிடித்துவிடலாம்.

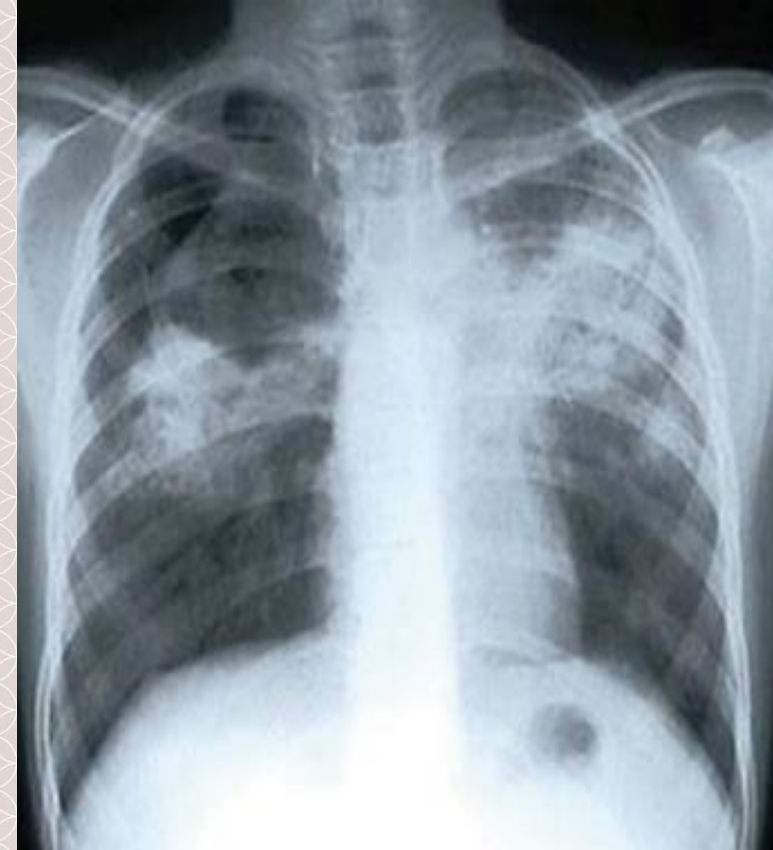
## நினைவில்கொள்க:

காசநோய் கடுமையான நோயாக இருந்தாலும், அதற்கு சிகிச்சை அளிக்கமுடியும்.

ஆரம்பத்திலேயே சிகிச்சை நாடுவதும், உங்களுக்குத் தரப்படும் சிகிச்சையை முழுமையாகப் பூர்த்தி செய்வதும் முக்கியம்.

## காசநோய் கட்டுப்பாட்டுப் பிரிவு

## காசநோய்



## காசநோய் கட்டுப்பாட்டுப் பிரிவு

Specialist Outpatient Clinic K

144 Moulmein Road

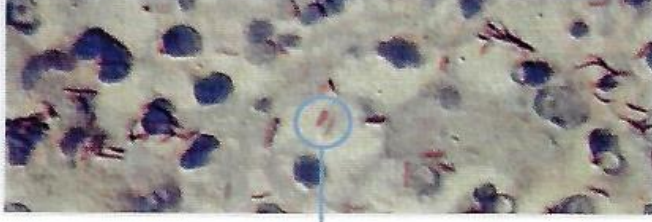
Singapore 308089

தொடர்புக்கு:

6356 5294

## காசநோய் என்பது என்ன?

காசநோய் (TB) என்பது மைகோபெக்டீரியம் டிப்யூபர்குலோசிஸ் எனும் நுண்ணுயிர்க் கிருமியால். ஏற்படும் தொற்றுநோயாகும்.



TB bacteria

காசநோய்க் கிருமி பொதுவாக நுரையீரல்களையே தாக்கும் என்றாலும், உடலின் மற்ற பகுதிகளும் பாதிக்கப்படலாம்.

## காசநோய் எவ்வாறு பரவுகிறது?

காசநோயுள்ள ஒருவர் இருமும்போது அல்லது தும்மும்போது, காசநோய்க் கிருமி காற்றில் கலக்கிறது.

இந்தக் கிருமி சில மணிநேரத்திற்குக் காற்றிலேயே கலந்திருக்கும். இவ்விடத்தில் இருப்பவர்கள் கிருமியைச் சுவாசிக்கும்போது அவர்களுக்குக் கிருமி பரவக்கூடும்.



காசநோய் பொதுவாகக் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கும் கிருமி உள்ளவருக்கு அருகில் வாழும்/வேலை செய்யும் மற்றவர்களுக்கும் (நண்பர்கள், சக ஊழியர்கள், பள்ளித் தோழர்கள் உள்ளடங்குவர்) பரவும்.

## காசநோயால் பாதிக்கப்படக்கூடிய ஆபத்து இருப்பவர்கள் யார்?

காசநோய்க் கிருமியைச் சுவாசித்தவர்கள் அந்நோயால் பாதிக்கப்படக்கூடிய ஆபத்தில் உள்ளனர்.

கிருமி ஆரம்பத்தில் மறைநிலையில் இருக்கக்கூடும். ஆனால் பிற்பாடு செய்நிலைக்கு மாறி காசநோயை உண்டாக்கும்.

ஆரோக்கியமான ஒருவருக்குக் கிருமி தொற்றியிருந்தால், அவரது வாழ்நாளில் காசநோயால் பாதிக்கப்படுவதற்கு 10% சாத்தியம் இருக்கிறது. இக்கிருமி தொற்றி இரண்டு முதல் ஐந்து ஆண்டுகளில்தான் கிருமி செய்நிலை காசநோயாக மாறக்கூடிய ஆபத்து ஆக அதிகமாக இருக்கும்.

பின்வரும் சூழ்நிலைகளில் செய்நிலை காசநோய் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்து அதிகரிக்கும்:

- ஹெச்ஐவி கிருமித் தொற்று, குறிப்பிட்ட சிலவகை புற்றுநோய்கள் அல்லது நீரிழிவு நோய் இருப்பதாகக் கண்டறியப்படுதல்
- நோய் எதிர்ப்புச்சக்தியை மட்டுப்படுத்தும் மருந்து(கள்) உட்கொள்ளுதல்

## செய்நிலை காசநோயின் அறிகுறிகள் என்ன?

காசநோய் நுரையீரல்களைப் பாதித்திருந்தால், பின்வரும் அறிகுறிகள் தென்படும்:

- குணமாகாத இருமல்
- காய்ச்சல் மற்றும் இரவில் வியர்த்தல்
- வழக்கத்திற்கு மாறான, நீங்காத சோர்வு
- பசியின்மை
- காரணமின்றி எடை இழப்பு
- நெஞ்சு வலி
- இருமும்போது இரத்தம் கக்குதல்

நுரையீரல்கள் தவிர, நிணநீர் சுரப்பி, சிறுநீரகங்கள், எலும்புகள், மூட்டுகள், குடல், மூளை ஆகியவற்றையும் காசநோய் சில சமயங்களில் பாதிக்கக்கூடும். இதுபோன்ற சூழ்நிலைகளில், உடலின் எந்தப் பகுதி பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தே அறிகுறிகள் தென்படும்.

## செய்நிலை காசநோய்க்கு எவ்வாறு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது?

உங்களுக்குக் காசநோய் இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டால், ஆறு முதல் ஒன்பது மாதங்கள் வரை உட்கொள்வதற்குச் சிலவகை மருந்துகள் தரப்படும்.

முழுமையாகக் குணமடைய சில மாதங்கள் ஆகும்.

காசநோயை முழுமையாகக் குணப்படுத்த, காசநோய்க்கான சிகிச்சையை நீங்கள் முழுமையாகப் பூர்த்தி செய்வது மிகவும் முக்கியம்.

நீங்கள் சிகிச்சையை முழுமையாகப் பூர்த்தி செய்யாவிட்டால்:

- காசநோய்க் கிருமி பெருகி, நீங்கள் மறுபடியும் நோய்வாய்ப்படக்கூடும்
- கிருமிக்கு மருந்துகளை எதிர்க்கவல்ல ஆற்றல் உருவாகக்கூடும். இவ்வாறு நேர்ந்தால், நீங்கள் வேறு வகையான மருந்துகளை கூடுதல் காலத்திற்கு உட்கொள்ளவேண்டும். இதனால் அதிகமான பக்கவிளைவுகளும் ஏற்படும். காசநோயிலிருந்து குணமடையும் சாத்தியமும் வெகுவாகக் குறைந்துவிடும்
- மருந்துகளை எதிர்க்கவல்ல காசநோயை உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் நீங்கள் பரப்பிவிடக்கூடும்.

