

क्षय (टीबी) रोग में गृह एकांत ।

सक्रिय क्षय (टीबी) रोग

- सक्रिय क्षय रोग फेफड़ों और गले का संक्रामक रोग है और एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक खाँसी, छींक, बात चीत, हँसी व गाने से हवा के द्वारा फैलता है । टीबी बरतन, थाली, कप, कपड़े, बिस्तर, लिनन, फर्नीचर, शौचालय, या हाथ मिलाने से नहीं फैलती ।

गृह एकांत

टीबी को फैलने से रोकने तथा अपने आस पास के लोगों की रक्षा के लिय आपका घर पर रहना तथा अन्य लोगों से अलग रहना अनिवार्य है ।

- आप कार्य स्थल, स्कूल, मन्दिर, रेस्टोरेन्ट, चलचित्र, किराने की दुकान, शॉपिंग माल अथवा अन्य कोई सार्वजनिक स्थल पर मत जाइये ।
- आपको बस, सबवे, रेल तथा हवाई जहाज पर सवारी नहीं करना चाहिए ।

अपने परिवार की रक्षा कैसे करें ।

- अपने ही कमरे में सोइये ।
- अगर ज्यादा ठंड ना हो तो अपने घर की खिड़कियाँ खोलिये । हो सकता है कि हवा के झोंके से टीबी के कीटाणु से छुटकारा पाने में मदद मिले ।
- बच्चों तथा कमजोर रोग प्रतिकार शक्ति वाले लोगों से दूर रहिये क्यूंकि उन्हें टीबी आसानी से हो सकती है ।
- जब आप खांसे या छींके तब अपने मुंह और नाक को आस्तीन या टिश्यू से ढकिये । इस्तेमाल किये टिश्यू को कचरे में फेंक दें ।
- आप जब भी अपने घर में लोगों के आसपास हों तब हमेशा एक सर्जिकल मास्क पहने । सार्वजनिक स्वास्थ्य (पब्लिक हेल्थ) वाले आपको मास्क दे देंगे ।
- आप बिना मास्क पहने अपने पड़ोस में आसपास सैर के लिए बाहर जा सकते हैं, परन्तु अन्य लोगों से दूर रहिये । किसी से रुक कर बात चीत ना करिए ।

अन्य लोगों की रक्षा कैसे करें

- घर पर रहें और आगंतुकों से नहीं मिले ।
- सार्वजनिक स्थानों से दूर रहें ।
- जब आप एक प्रयोगशाला परीक्षण, एक्स-रे या अपने डॉक्टर से मिलें तब एक सर्जिकल मास्क पहन लें ।
- यदि आपको एम्बुलेंस द्वारा जाने की आवश्यकता है, तब आप एक सर्जिकल मास्क पहन लें, और आपकी सक्रिय टीबी की बीमारी के बारे में आप पैरामेडिक्स और अस्पताल के आपातकालीन विभाग को बताएं ।

गृह एकांत की अवधि

- आपकी सक्रिय टीबी रोग की संक्रामक अवधि इस बात पर निर्भर करती है कि आपका शरीर उपचार के प्रभाव से कितना अच्छा ठीक होने लगता है । यह आपके लक्षण और थूक के परीक्षण और एक्स-रे के परिणामों के आधार पर किया जाएगा ।
- आपके डॉक्टर या पब्लिक हेल्थ नर्स यह बताएंगे कि अब आप संक्रामक नहीं रहे हैं और अपने सामान्य कार्य कर सकते हैं । औषधि की सही मात्रा लेने से टीबी के बैक्टीरिया मर जाएंगे और आप रोगमुक्त हो जाएंगे ।



यदि आप एकांत या टीबी के बारे में प्रश्न पूछना चाहते हैं, तो अपने डॉक्टर से संपर्क करें या एक सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स से इस नंबर पर बात चीत करें: 905-546-2063

Updated: January 2021
Hindi / Home Isolation for Tuberculosis (TB)