

- २) आपणांस वरीलपैकी कोणतीही लक्षणे आढळत्यास विलंब न करता डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.
- ३) GENE Expert Test द्वारे MDR TBचे निदान होऊ शकते.
- ४) डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार सर्व औषधे योग्य प्रकारे घ्या.
- ५) जर औषधे घेतल्यावर काही दुष्प्रिणाम आढळले, तर डॉक्टरांना त्वरित सांगा, त्याला पर्यायी औषधे दिली जाऊ शकतील.
- ६) औषधाचा कोर्स पूर्ण झाल्यावर डॉक्टरांना त्वरित भेटा किंवा डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार वैद्यकी तपासणी करून घ्या.
- ७) ही माहिती तुमचे नोकर, वाहनचालक, रखवालदार, मित्र आणि सहकाऱ्यांपैरंत पोहोचवा.

क्षयरोगावरील ही अत्यावश्यक पुस्तिका समाजहितासाठी **श्रीराम राधाकृष्णन स्मृती विश्वस्त संस्थेच्या** विश्वस्तांनी प्रसिद्ध केली आहे.

चला, एकत्र येऊन या भयानक रोगाचा सामना करण्यासाठी जनजागृती करू या.

ही पुस्तिका सर्वसामान्यांना कळेल अशा भाषेमध्ये, जास्तीतजास्त लोकांना प्रबोधन व्हावे म्हणून आणि या भयानक रोगाची माहिती करून देण्याच्या हेतूने काढली आहे. या पुस्तिकेचा प्रमुख उद्देश क्षयरोगाचा होणारा फैलाव थांबवणे, त्याचबरोबर त्यातील सुप्त MDR आणि XDR प्रकारच्या क्षयरोगाला प्रतिबंध करणे हा आहे.

चला एकत्र येऊ या. आपल्याला हे शब्द आहे. एकत्रितपणे आपण क्षयरोगावर नियंत्रण मिळवू शकतो. त्याचा फैलाव थांबवू शकतो.

या संस्थेच्या विश्वस्तांना येथे नमूद करायचे आहे, की रोटरी क्लब, नवी मुंबई सी-साइड, रोटरी क्लबच्या इतर शाखांतील रोटरीयन, एपीजे स्कूल (नेरुल), मित्र आणि नातेवाईक या सर्वांनी श्रीरामच्या आजारपणात आधार आणि नंतरही ते सदैव मदतीचा हात देत आहेत.

क्षयरोगावरील जागृतीचा हा प्रकल्प (Project) डी.वाय.पाटील हॉस्पिटलच्या व्यवस्थापनाच्या भागीदारीत आणि रोटरी क्लब, नवी मुंबई सी-साइड यांच्या मदतीने कार्यान्वीत आहे.



ह्या पुस्तिकेसाठी मराठी भाषांतर करण्यासाठी
प्रा. एस.व्ही. रानडे, (MGM CET) यांची मदत झाली.

प्रतिज्ञा
मी _____

या शाळेचा / शाळेची / विद्यालयाची / महाविद्यालयाची / विद्यापीठाची विद्यार्थी / विद्यार्थीनी अशी प्रतिज्ञा करीत आहे, की मी क्षयरोगाचा (TB) गंभीर धोक्याविषयी सर्वांना सचेत करण्यासाठी व क्षयरोगाला ताब्यात ठेवण्यासाठी असलेल्या विविध उपायांबाबत समाजात दीर्घकालीन जनजागृती करीन.

दिनांक : _____ स्वाक्षरी : _____

स्थळ : _____ नाव : _____



निरोगी जीवनपद्धती स्वीकारा.



Department of Health
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA



World Health Organization



अधिक माहितीसाठी कृपया या संकेतस्थळावर भेट द्या :
shreeram-memorial-trust.webnode.in

**Address : D 28 Lavika Palace CHS LTD.,
Plot No. 255-258, 263-267, Sector 21,
Nerul, Navi Mumbai- 400 706.
Phone No.: 9224 284 929.**



क्षयरोग (TB) प्रबोधन पुस्तिका
ही पुस्तिका जवळ बाळगा, वाचा. इतरांना सांगा.
काळाची गरज, क्षयरोग (TB) बदल योग्य माहितीने रोगनिवारण शक्य.

क्षयरोगाची लागण आपणांपैकी कोणासही होऊ शकते.

आता क्षयरोग हा फक्त कुपोषितांचा रोग राहिलेला नाही. कृपया गंभीरणे समजून घ्या. हा संदेश तुमच्या स्वास्थ्यासाठी, तुमच्या कुंदुंबाच्या आरोग्यासाठी आणि समाजस्वास्थ्यासाठी सर्वांपैरंत पोहोचवा.

कदाचित क्षयरोगाची (TB) लागण तुम्हांला तुमच्या भरात आणि ऑफिसमध्ये काम करणारे कामगार, कोचिंग क्लास वर्ग, शाळा, लोकल ट्रेन इत्यादीमुळे होऊ शकते. तो तुमच्या आयुष्याला प्राणघातक ठरू शकतो. त्यामुळे स्वहितार्थ सर्वांनी या रोगाची माहिती करून घेणे अत्यंत गरजेचे आहे.

जागतिक पातळीवर भारतामध्ये क्षयरोगाचे आणि MDR क्षयरोगाचे सर्वांत जास्त रुग्ण आढळतात.

आपली कोणतीही चूक नसताना श्रीराम हा प्रसन्न व्यक्तिमत्त्वाचा तरुण मुलगा MDR क्षयरोग या रोगाला बळी पडला. ही लागण श्रीरामला, क्षयरोगाबदल अज्ञान असणाऱ्या आणि वैद्यकीय सल्ला दुर्लक्षून अपूर्ण औषधोपचार घेतलेल्या व्यक्तीकडून झाली. असा दुर्देवी प्रसंग तुम्हांवर, तुमच्या कुंदुंबीयांवर ओढवू नये या हेतूने ही पुस्तिका प्रकाशित करीत आहोत. कृपया ती आपण वाचावी.



**D Y PATIL
HOSPITAL**

COMPASSION. CARE. CURE.

श्रीराम राधाकृष्णन स्मृती न्यासाच्या विश्वस्तसंस्थेच्या विश्वस्तांना खास नमूद करायचे आहे, की डॉ. विजय डी. पाटील, अध्यक्ष डी.वाय. पाटील विद्यापीठ, नवी मुंबई यांच्या अनमोल सहकार्यामुळे हा प्रबोधन प्रकल्प संस्था पुढे नेत आहे. डी.वाय. पाटील रुग्णालयातील डॉक्टर्स शाळा, कॉलेजांमध्ये जाऊन विद्यार्थ्यांना क्षयरोगाची माहिती आणि त्याच्या भयानक परिणामाबदल सावध करणार आहेत. डी.वाय. पाटील हॉस्पिटल व्यवस्थापनाच्या मदतीशिवाय हा प्रकल्प हाती घेणे कठीणच होते.



क्षयरोगाला Time Bomb होऊ देऊ नका.

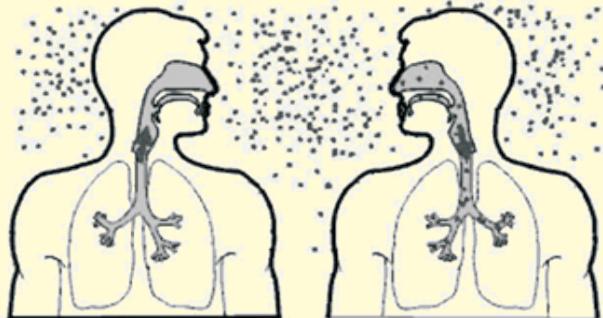
00:00:05

क्षयरोग (TB) म्हणजे काय?

क्षयरोग हा सूक्ष्म जंतूपासून होणारा रोग आहे. हे जंतू सामान्यतः फुफुसांवर हल्ला करतात. पण हे जंतू शरीरातील इतर अवयव, उदा. मूर्तिंड, मज्जासंस्था, पाठीचा कणा, मेंदू यांवरही हल्ला करू शकतात. योग्य औषधेपचार न केल्यास हा रोग प्राणघातक ठरू शकतो.

क्षयरोगाचा फैलाव कसा होतो?

याचा फैलाव हवेतून, एका व्यक्तीकडून दुसऱ्या व्यक्तीला होतो. जेव्हा फुफुसाचा आणि घशाचा क्षयरोग पीडित रुण खोकतो, शिकतो, बोलतो किंवा गातो, त्या वेळी हे जंतू हवेत पसरतात. हे हवेत पसरलेले जंतू जवळपास असणाऱ्या व्यक्तींच्या श्वसनावाटे त्यांच्या शरीरात प्रवेश करतात आणि त्या व्यक्तीला रोगाची लागण होते. जेव्हा व्यक्ती क्षयरोगाचे जंतू श्वसनाद्वारे शरीरात घेते, तेव्हा हे जंतू प्रथम फुफुसांमध्ये स्थिरावतात. तिथे त्यांची वाढ होते. तिथून रक्तावाटे हे जंतू मूर्तिंड, मज्जासंस्था (पाठीचा कणा) मेंदू इत्यादी अवयवांमध्ये शिरकाव करतात.



फुफुसातील क्षयरोगाची लक्षणे :

- १) तीन आठवडे किंवा त्याहून जास्त काळ राहणारा खराब खोकला.
- २) छातीमध्ये दुखणे.
- ३) खोकल्यातून आणि थुंकीतून रक्त पडणे (फुफुसातील खोल भागातून कफ बाहेर येणे).

इतर लक्षणे : अशक्तपणा किंवा थकवा, वजनामध्ये घट, भूक कमी लागणे, हुडहुडी थंडी भरणे, निदान होत नसलेला ताप, रात्री घाम येणे.

जर मी क्षयरोग रुणाच्या संपर्कात आलो, तर माझ्यामार्फत इतरांना क्षयरोगाची लागण होऊ शकते का?

फक्त क्षयरोगाच्या रुणाच्या प्रत्यक्ष संपर्कामुळे रोगाचा संसर्ग होतो. बचाच व्यक्ती, ज्यांना क्षयरोगाचा संसर्ग झाला आहे, त्यांच्यात रोगाचा प्रादुर्भाव होत नाही. क्षयरुणांच्या जवळपास वावरताना नाकावर Air Mask वापरणे आवश्यक आहे.

मी क्षयरोगाचा फैलाव कसा टाळू शकतो?

रोगाचा फैलाव टाळण्यासाठी सर्वांत महत्वाची गोष्ट म्हणजे डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार दिलेली औषधे योग्य पद्धतीने, नियमितपणे घेणे आणि पूर्ण औषधेपचार करणे. जेव्हा तुम्ही खोकता, शिकता किंवा हसता, त्या वेळी तुमचे तोंड पातळ कपडा, टिशू पेपर, रुमालाने झाकून घ्या. त्यानंतर हा पेपर बंद बोरेत ठेवून त्याची योग्य विलेवाट लावावी. रुमाल वापरल्यास तो जंतू नाशकाने स्वच्छ धुवावा.

जर तुम्हांला रोगाची लागण झाली असेल :

तुमची खोली हवेशीर, मोकळी ठेवा (बाहेरची हवा खूप थंड नसेल तर). जिथे हवा खेळती, मोकळी नसते, अशा लहान, बंदिस्त जागेत क्षयरोगाची लागण होण्याची शक्यता जास्त असते. हवा बाहेर टाकण्या पंख्याचा (Exhaust Fan) वापर करावा. आपण संसर्गजन्य स्थितीमध्ये असाल तर आपणांमार्फत इतरांना क्षयरोगाचा प्रादुर्भाव टाळण्याची खबरदारी घ्यावी. औषधेपचार वेळीच घेऊन. असंसर्गजन्य स्थितीत बदल झाल्यानंतर कामावर / शाळेत रुजू व्हावे.

रोगाला प्रतिबंध करा.

निष्काळजीपणे थुंकल्याने, खोकल्याने व शिकल्याने ज्वराचा (Influenza) आणि क्षयरोगाचा (TB) फैलाव होतो. तुमचे नाक आणि तोंड टिशू पेपरने झाकून घ्या आणि नंतर तो त्वरित नष्ट करा / कचव्यात फेका.

MDR TB (मलिटइग-रेझिस्टन्ट टीबी) म्हणजे काय? आणि XDR TB (एक्स्ट्रेनिव्हली इग-रेझिस्टन्ट टीबी) म्हणजे काय?

काही वेळा क्षयरोगाचे जंतू क्षयरोगावरील औषधांना प्रतिकार करण्यात यशस्वी होतात. म्हणजेच, ही औषधे या सूक्ष्मजंतूचा नाश करू शकत नाहीत. क्षयरोगाचे काही शक्तिशाली सूक्ष्मजंतू या रोगावर यशस्वी व मारक

ठरलेल्या, उदा. INH आणि RIAसारख्या औषधांनाही जुमानत नाहीत. या आणि यांसारख्या दोन किंवा अधिक यशस्वी औषधांना प्रतिकार करणाऱ्या MDR TB च्या फैलावाची प्रमुख कारणे :

क्षयरोगाचे रुण त्यांना दिलेला औषधोपचार पूर्ण करीत नाहीत. त्यामुळे रोगाचे जंतू रुणाच्या शरीरात राहतात आणि या जंतूची प्रतिकारशक्ती वाढते आणि मग हे जंतू नेहमीच्या औषधांना अजिबात जुमानत नाहीत. दिलेली औषधे प्रभावी ठरत नाहीत आणि रोग MDR TBमध्ये परावर्तित होतो. या MDR TB रोगाच्या फैलावाचे आणखी एक कारण म्हणजे, हे रोगी खोकताना, शिकताना घ्यायची प्राथमिक काळजी घेत नाहीत.

MDR TB हा अतिशय भयानक रोग आहे. यात रोगी दगावण्याची शक्यता खूपच जास्त असते. यासाठीची औषधे महाग असतात आणि ती दीर्घकाळ, कधीकधी दोन वर्षांपर्यंतही घ्यावी लागतात. त्याचे इतरही दुष्परिणाम होऊ शकतात. त्यामुळे या रोगावर परिणामकारक औषधे नाहीत. MDR TB या रोगाचा फैलाव आपण थांबवला पाहिजे आणि या रोग्यांचा पूर्ण औषधेपचार होण्यासाठी खबरदारी घेतली पाहिजे. नाहीतर, याचे परिणाम विव्हंसक होतील. MDR & XDR TB रोग्यांना विशेष औषधांनी इलाज केले पाहिजेत. ही औषधे सामान्यपणे क्षयरोगासाठी खबरदारी घेतली पाहिजे. नाहीतर, याचे परिणाम औषधांतकी प्रभावी नसतात. आणि त्यांचे दुष्परिणामही जास्त असतात. MDR आणि XDR TB क्षयरोगी दगावण्याची शक्यता जास्त असते.

क्षयरोगाची भारतातील आणि जागतिक स्तरावरील परिस्थिती:

क्षयरोग हा जगातील अतिशय घातक रोग आहे. जगातील एक तृतीयांश लोकसंख्येला या रोगाची लागण झाली आहे. दरवर्षी अंदाजे ९० लाख व्यक्ती या रोगाने आजारी पडतात. क्षयरोगाने दर मिनिटाला तीन व्यक्तींचा मृत्यू होतो. क्षयरोगावर इलाज न केलेला रुण एका वर्षात १० ते १५ व्यक्तींना क्षयरोगाची लागण करू शकतो. भारताने २०१२ साली २,७०,००० क्षयरोगांचे मृत्यू पाहिले. भारतामध्ये क्षयरोगाच्या रुणांची संख्या सर्वांत मोठी आहे. आणि दरवर्षी त्यामध्ये अंदाजे १८ लाख नवीन रुणांची भर पडत आहे. WHO (World Health Organisation)च्या अहवालानुसार भारतामध्ये MDR TBची आकडेवारीसुद्धा सर्वांत मोठी आहे. एका अंदाजाप्रमाणे भारतातील लोकसंख्येच्या ४० टक्के व्यक्तींना क्षयरोगाची लागण झाली आहे. त्यांतील अधिकांश व्यक्तींमध्ये क्षयरोग सुप्तावस्थेत आहे.

सावधान :

- १) खोकताना, शिकताना रुमाल किंवा पातळ टिशू पेपरचा वापर करावा.

विशेष सुचना : उपरोक्त माहिती जनहितार्थ प्रसारीत करण्यात येत आहे. वेळोवेळी शास्त्रीय ज्ञानात / उपचारात बदल होत असल्याने काही माहितीत बदल होऊ शकतो.

क्षयरोगाच्या संपुर्ण ज्ञानासाठी -उपचारासाठी क्षयरोग तज्जांना भेटणे आवश्यक आहे.