

# အဆုတ်ရောဂါ နှင့် ထိတွေ့မှုများအတွက် အကြောင်းအရာများ

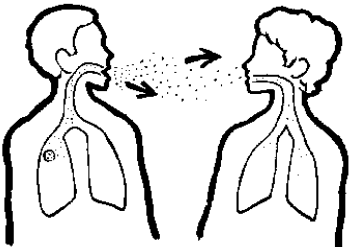
အများပြည်သူ ကျန်းမာရေး အကြောင်းအရာများ

## အဆုတ်ရောဂါ ဆိုသည်မှာ ဘာလဲ။

အဆုတ်ရောဂါ သို့မဟုတ် အတိုကောက်ဖြင့် တီဘီ TB သည် ဘက်တီးရီးယားပိုး ကူးစက်ခြင်း တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် မည်သည့်နေ့ကိုယ် အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုခု ကိုမဆို ထိခိုက်နိုင်သည့် သို့သော်လည်း များသောအားဖြင့် အဆုတ် ကိုထိခိုက်ပါသည်။ ၎င်း ကို အဆုတ်ရောဂါ တီဘီ TB ဟုခေါ်ပါသည်။  
ဩစတြေးလျားနိုင်ငံ တွင် နှစ်စဉ် တီဘီ TB ရောဂါကူးစက်ခံရသူ 1000 ကျော်ခန့်ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့ထဲတွင် 400 မှာ ဝက်တီးရီးယားပြည်နယ် တွင် ဖြစ်ပါသည်။

## တီဘီ TB ရောဂါ မည်ကဲ့သို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ ပါသနည်း။

အဆုတ်များ သို့မဟုတ် လည်ချောင်း အတွင်းတွင် ရှင်သန်နေသည့် တီဘီ TB ရောဂါ ရှိသည့် သူ က ချောင်းဆိုး ၊ နှာချေ သို့မဟုတ် သီချင်းဆို သည့်အခါ ၊ ၎င်းပိုးသည် လေထုထဲမှ တဆင့် တီဘီ TB ရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ ပါသည်။ ၎င်းတွင် ဘက်တီးရီးယားပိုး ပါဝင်သည့် အရည်စက်များ လေထုအတွင်း မှုတ်ထုတ်လိုက်ပြီး ၎င်းပိုးကို အသက်ရှူသွင်းလိုက်သော လူများ အား ကူးစက်စေပါသည်။ လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ခြင်း သို့မဟုတ် အဝတ်အစားများ ၊ အစားအသောက် ၊ ပန်းကန်ခွက် ယောက်များ သို့မဟုတ် အရာများ ကိုထိတွေ့ကိုင်တွယ်ခြင်း တို့မှ သင် တီဘီ TB ရောဂါ မကူးစက်နိုင်ပါ။  
အဆုတ်များ သို့မဟုတ် လည်ချောင်း အတွင်း ရှင်သန်နေသည့် တီဘီ TB ရောဂါ ရှိသော သူ နှင့် နှာရီပေါင်းများစွာ သာမန်အားဖြင့် နီးကပ်စွာ ၊ မျက်နှာချင်းဆိုင် သင် ထိတွေ့ရုံဖြင့် တီဘီ TB ရောဂါသည် အလွန်အလွန် ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်း မရှိပါ။ များသောအားဖြင့် ၊ ကူးစက်ခံနိုင်ရမည့်ရှိသည့် လူများမှာ တစ်အိမ်တည်းတွင် အတူတူနေသော သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်ဖြစ်သော သူများ ဖြစ်ပါသည်။



## တီဘီ TB ကူးစက်ခြင်း နှင့် တီဘီ TB ရောဂါ အကြားတွင် ခြားနားချက် ရှိပါသည်။

တီဘီ TB ပိုးကူးစက်ခံရသည့် လူတိုင်း သည် နေထိုင်မကောင်း ဖြစ်မည်မဟုတ်ပါ။ ကူးစက်ခံရသည့် လူများထဲမှ ၅% နှင့် ၁၀% အကြားလူများသာလျှင် တီဘီ TB ရောဂါ ဖြစ်လာကြပါသည်။ နှစ် အတန်ကြာမှ ရောဂါ ဖြစ်လာကြသည်။ ကျန်သော ၉၀% နှင့် ၉၅% သော လူများတွင် ရောဂါလက္ခဏာများ တစ်ခုခု ပြသခြင်း မရှိဘဲ ၊ အလုံးစုံ နေထိုင်ကောင်းကြသည်။ ဤအခြေအနေ ကို ဖြိုနေသော တီဘီ သို့မဟုတ် ကိန်းဝပ်ငြိမ်သက်နေသော တီဘီ ဟုခေါ်ပြီး ၊ ပိုးများ သည် အခြားသူများ သို့ မကူးစက်နိုင်ပါ။ ကိုယ်ခံစွမ်းအားစနစ် ခိုင်ကျနေသော လူများ တွင် တီဘီ TB ရောဂါ ဖြင့် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်လာမည့် အခွင့်အလမ်း ပိုမို များပြားပါသည်။ အဆုတ်များ သို့မဟုတ် လည်ချောင်း အတွင်း တီဘီ TB ပိုးရှိပြီး နာမကျန်းဖြစ်နေသော လူများ ကသာလျှင် ၊ အခြားသူများ သို့ ရောဂါကူးစက် နိုင်ပါသည်။ တီဘီ TB ရောဂါသည် အထူးဘက်တီးရီးယား ပိုးသတ်ဆေး ကို သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ကုသပြီး ပျောက်ကင်း နိုင်ပါသည်။ တီဘီ TB ရောဂါ ၏ လက္ခဏာများမှာ - ၃ ပတ်ထက်ကျော်လွန်ပြီး ချောင်းဆိုးခြင်း ၊ ကိုယ်ပူအဖျားတက်ခြင်း ၊ ညအခါ ဝေ ရွှေးထွက်ခြင်း ၊ ကိုယ်အလေးချိန် ကျဆင်းခြင်း ၊ အလွန်ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း နှင့် တစ်ခါတစ်ရံ ချောင်းတွင်သွေးပါရှိခြင်း တို့ ပါဝင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် တီဘီ TB ရောဂါ ရှိသူ နှင့် ထိတွေ့မှု ရှိခဲ့လျှင် ၊ သင် ၏ သမီးကျ နေ့စဉ်ဆောင်ရွက်မှုများ တစ်ခုခု ကို ရပ်ဆိုင်းပစ်ရ နှ် အကြောင်းမရှိပါ။ အလုပ်သို့ သို့မဟုတ် ကျောင်းသို့ သွားရန် အပါအဝင် ဖြစ်ပါသည်။

## တီဘီ TB ရောဂါ အတွက် သင် မည်ကဲ့သို့ စစ်ဆေးမည်နည်း။

ရိုးရိုးစစ်ဆေးမှု တစ်ခု ဖြစ်သော ကျွဲဘာကုတ်လင် သို့မဟုတ် မန်တူးစ် အရေပြားစစ်ဆေးမှု သည် အကယ်၍ တစ်ဦးတစ်ယောက် တွင် တီဘီ TB ပိုး ကူးစက်ခဲ့လျှင် ဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ဤစစ်ဆေးမှု သည် လက်ဝဲဖက် လက်ဖျံ ၏ အရေပြားအောက်တွင် အနည်းငယ် ဆေးထိုးပါမည်။ အရေပြားစစ်ဆေးမှု အပေါင်း လက္ခဏာ အဖြေ ရှိသော လူများသည် ထပ်ဆင့်စစ်ဆေးမှုများဖြစ်သည့် အဆုတ်ကို ကြည့်ရှုရန်အတွက် ရင်ဘတ်ခါတ်မှန် ၊ သို့မဟုတ် အဖြေကို အတည်ပြုရန်အတွက် သွေးစစ်ဆေးခြင်း ကို လုပ်ရနိုင်ပါသည်။ သိရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ၊ ယခင်က တီဘီ TB ရောဂါကူးစက်ခံရသည့် လူများ သို့မဟုတ် တီဘီ TB ရောဂါအတွက် ကာကွယ် ဆေး (BCG ကာကွယ်ဆေး ဟုခေါ်သည် ) ထိုးထားသည့် လူများ တွင် လည်း အရေပြားစစ်ဆေးမှု အပေါင်းလက္ခဏာ အဖြေ ရှိနိုင် ပါသည်။ တီဘီ TB ပိုးကူးစက်ခံရသည့် လူများ အား ၊ ရောဂါ ဖြစ်လာနိုင်သည့် ဖြစ်နိုင်ခြေ ကို လျော့ကျစေရန် အတွက် ၊ ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေး ဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ်သော ကုသမှု ကို ပေးနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သူတို့၏အဆုတ်များ ကို စောင့်ကြည့်ရန် ထပ်ဆင့် ရင်ဘတ်ခါတ်မှန် များ ကို နောက်ဆက်တွဲ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုအဖြစ် ရိုက်နိုင်ပါသည်။

တီဘီ TB ရောဂါ သည် ဖြည်းဖြည်းချင်း ရှင်သန်ပြီး ကြီးထွားလာပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင် ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် သို့မဟုတ် သင်နှင့်နီးစပ်ရာ လူများ၏ ကျန်းမာရေး အတွက် ချက်ခြင်းလက်ငင်း အန္တရာယ်မရှိပါ။ လူတစ်ဦး ရောဂါကူးစက်ခံ ရသည့် အချိန် မှ အရေပြားစစ်ဆေးမှု ဖြင့် ကူးစက်မှု ကို ရှာဖွေသိရှိသည့် အချိန် အကြား ကာလသည် ၂ လ မှ ၃ လ ခန့် ဖြစ်ပါသည်။ ဤကိစ္စ ဆိုလိုသည်မှာ တီဘီ TB ကူးစက်မှု အတွက် စစ်ဆေးရန် အကောင်းဆုံးအချိန်မှာ ရောဂါ နှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် အနည်းဆုံး ၈ ပတ် မှ ၁၀ ပတ် အတွင်း ဖြစ်ပါသည်။

### အရေးကြီးသည့် အတိုးမြှင့် အချက်များ

- အဆုတ်ရောဂါ သို့မဟုတ် အတိုကောက်ဖြင့် တီဘီ TB သည် ဘက်တီးရီးယားပိုး (ပိုးမွှား) ကူးစက်ခြင်း တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။
- တစ်ဦး မှ အခြားတစ်ဦး ထံသို့ တီဘီ TB ကူးစက်မှု အန္တရာယ်အလားအလာ သည် နည်းပါးပါသည်။
- သင် ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် သို့မဟုတ် သင်နှင့်နီးစပ်ရာ လူများ၏ ကျန်းမာရေး အတွက် ချက်ခြင်းလက်ငင်း အန္တရာယ်မရှိပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် တီဘီ TB ရောဂါ သည် ဖြည်းဖြည်းချင်း ရှင်သန်ပြီး ကြီးထွားခြင်း ကြောင့်ဖြစ်သည်။
- ကိန်းဝပ်ငြိမ်သက်နေသော တီဘီပိုး ရှိသည့် လူများသည် အခြားသူများ ထံသို့ မကူးစက်နိုင်ပါ။
- အဆုတ်များ သို့မဟုတ် လည်ချောင်း အတွင်း တီဘီ TB ပိုးရှိပြီး နာမကျန်းဖြစ်နေသော လူများ ကသာလျှင် ၊ အခြားသူများ သို့ ရောဂါကူးစက် နိုင်ပါသည်။
- တီဘီ TB ရောဂါ နှင့် ထိတွေ့မှု ရှိပြီး ကူးစက်ခံနေရပြီးဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိဖော် ထုတ်ခံရသောသူများ အား ကြိုတင်ကာကွယ်သော ကုသမှု ကိုပေးနိုင်သည့် သို့မဟုတ် ထပ်ဆင့် ရင်ဘတ်ခါတ်မှန် ဖြင့် နောက်ဆက်တွဲ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု ပေးနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်တွင် နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများ တစ်ခုခု သို့မဟုတ် စိုးရိမ်မှုများ တစ်ခုခု ရှိလျှင် ၊ ကျန်းမာရေးဌာန တီဘီ TB ရောဂါထိန်းချုပ်ရေး သို့ ဖုံးနံပါတ် 1300 651 160 ဖြင့် သင် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။



# Information for contacts of Tuberculosis

## Public health information

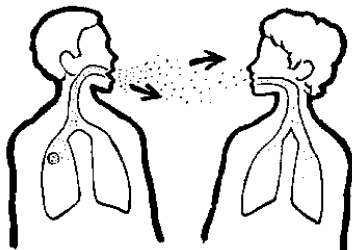
### What is Tuberculosis?

Tuberculosis, or TB for short, is a bacterial infection. It can affect almost any part of the body but most often the lungs; this is called pulmonary TB. In Australia there are just over 1000 cases of TB diagnosed each year, with approximately 400 of these in Victoria.

### How is TB spread?

TB can be spread through the air when a person with active TB disease in the lungs or throat coughs, sneezes or sings. This may cause droplets that contain the bacteria to spray into the air and infect people who breathe them in. You cannot get TB from shaking hands or from clothes, food, dishes or touching things.

TB is not highly contagious and to be infected you usually need close, face to face contact over many hours with someone with active TB in the lungs or throat. Often the people who are most likely to be infected are those in the same house or family.



### There is a difference between TB infection and TB disease

Not everyone who is infected with TB germs gets sick. Only between 5% and 10% of people who are infected go on to develop TB, which could happen many years later. The remaining 90% to 95% don't show any symptoms and are completely well; this is called latent or dormant TB and the germs can't be spread to others. People with weakened immune systems have a greater chance of getting sick with TB. Only those people who are sick with TB in the lungs or throat might be infectious to others. TB can be treated and cured by taking specialised antibiotics. Symptoms of TB include; a cough for more than 3 weeks, fever, night sweats, weight loss, fatigue and occasionally, coughing up blood.

*If you have had contact with someone with TB, there is no reason to stop any of your usual daily activities, including going to work or school.*

### How do you test for TB?

A simple test called a Tuberculin or Mantoux skin test can tell if someone has been infected with the TB germ. This test involves a small injection under the skin of the left forearm. People who have a positive skin test can have further tests such as a chest x-ray, to look at the lungs, or a blood test to confirm the result. It is important to know that people who have previously had infection with TB, or even a vaccination for TB, called a BCG vaccination, could also have a positive skin test. People who are infected with TB can be given preventative treatment with antibiotics to reduce the possibility of developing the disease, or they can have follow-up chest X-rays to monitor their lungs.

TB grows and develops slowly, so there is no immediate risk to your health, or the health of those people close to you. From the time a person is infected to when the infection can be detected by skin testing is about two to three months. This means that the best time to test for TB infection is at least 8 to 10 weeks after the exposure.

### Important points in summary:

- Tuberculosis, or TB for short, is an infection caused by a bacteria (germ).
- The risk of TB transmission from one person to another is low.
- There is no immediate risk to your health, or the health of those people close to you because TB grows and develops slowly.
- People who have dormant infection cannot spread TB to others.
- Only those people who are sick with TB in the lungs or throat may be infectious to others.
- People who have been infected because they have been in contact with TB can be given preventative treatment, or X-ray follow-up.

If you have any further questions or concerns you can contact the Department of Health, TB Control Section on 1300 651 160.