FACT SHEET - TUBERCULOSIS

Landessanitätsdirektion für Tirol

Amharic (Äthiopien, Eritrea, Dshibuti)

እንኳን ደህና መጡ

ጤና ይስጥልኝ! ቲቢ ስለሚባል በሽታ መረጃ ልሰጥዎት እወዳለሁ፡፡ ይሄ በሽታ በተለያየ ስም ይጠራ ነበር አመንምን፣ ሳንባ ነቀርሳ ወዘተ፡፡ ይሄ በሽታ በየ ዓመቱ በዓለም ላይ በሚሊዮን የሚቆጠሩ ሰዎችን ለህመምና ለሞት ይዳርጋል፡፡ ህመሙ የሚታከምበት መንገድ በተለያዩ ሃገራት የተለያየ መንገድ አለው፡፡ የዚህ መነሻ ምክንያቱ አንደኛ በተለያዩ ሃገራት ያለው የእውቀት ልዩነት ሲሆን ሌላው ደግሞ ቲቢ በንዳንድ ሃገራት ከሌሎች ሃገራት አንጻር በስርጭት ስለሚበልጥ ነው፡፡ ከዚህም ባሻገር ለቲቢ ህክምና የሚመደቡት ባለሙያዎችና የበጀት መጠን ልዩነት አለው፡፡ በዚህም የተነሳ ከሚያገኙት መረጃ መሃል አንዳንዱ ለርስዎ ካሉበት ሁኔታ አንጻር አላስፈላጊ ሊሆን ይችላል፡፡ ነገር ግን ሁሉም የቲቢ ህሙማን አንድ የሚያመሳስላቸው ነገር አለ፡-በሽታው መሰረታዊ መገናኛ ነው፡፡በበሽታው ተይዞ የታመመ አብዛኛው ሰው ማለት ይቻላል የህይዎት ለውጥ ያጋጥመዋል፡፡ የሚከተለው መረጃ ቲቢ በምን የተነሳ እንደሚከሰት፣እንደት በምርመራ እንደሚረጋገጥ ና ምን አይነት መድሃኒት እንደሚያስፈልግ ግንዛቤ ያስጨብጣል፡፡ እርሰዎ የቲቢ ህሙም ከሆኑ ከህመሙ ቶሎ እንዲሻልዎት ምኞቴን አቀርባለሁ፡፡

ምልክቶች

በሰውነት ክፍል ላይ የሚከሰት ቁስለት የተለመዱትን የቲቢ ምልክቶች ክስተት ያስከትላል፡፡ ህመሙ ቀስ በቀስ ይባባሳል፡፡ ስለሆነም ባለሙያ ለማየት ከመወሰነዎ በፊት ምልክቶቹ ለወራት ሊቆዩ ይችላሉ፡፡ የተለመዱት ምልክቶች ለረዢም ጊዜ የቆየ ሳል፣ትኩሳት፣ሲተኙ በላብ መዘፈቅ እና ክብደት መቀነስ ናቸው፡፡ አንዳንድ ሰዎች በጣም ስለሚያልባቸው ባንድ ምሽት አንሶላቸውን ብዚ ጊዜ ሊቀይሩ ይችላሉ፡፡ ብዙ ሰዎች ብዚ ኪሎ ክብደት ሊቀንሱ ይችላሉ፡፡ ወዳጅ ዘመድዎትን ስለ ተለመዱት የቲቢ ህመም ምልክቶች ሊያስተምሯቸው ይችላሉ፡፡ ከተለመዱት ምልክቶች (ለረዢም ጊዜ የቆየ ሳል፣ትኩሳት፣ሲተኙ በላብ መዘፈቅ እና ያልታሰበበት ክብደት መቀነስ) ማንኛውንም አይነት ምልክት ያስተዋለ ለቲቢ መመርመር እንዳለበት መንገር ተገቢ ነው፡፡

የመዳን እድል

ሙሉ ለሙሉ መድሃኒቱን ያልተላመደ ቲቢ የመዳን እድሉ ከፍተኛ ነው፡፡ ይሁን እንጂ መድሃኒቶቹ ለታዘዙበት የጊዜ ርዝማኔ በትክክል መወሰድ ይኖርባቸዋል፡፡ መድሃኒቶቹን ቀድመው ካቋረጡ ወይም በተከታታይ ካልወሰዷቸው ህመሙ በድጋሚ ማገርሸቱ አያወላውልም ይባስ ብሎም ለማከም ከባድ ይሆናል፡፡ ለረዢም ጊዜ የሚወሰደው መድሃኒት ምንም እንኳን ጤናማ ስሜት ቢሳማዎትም በላቦራቶሪ ምርመራም ባክቴሪያው የለም ቢባልም እንኳ መድሃኒቱ መቀጠል ይኖርበታል፡፡ ይሄ የሆነበት ምክንያት ጥቂት ጀርሞች ከሰውነታችን ውስጥ መቆየታቸው ስለማይቀር ነው፡፡ እነዚህ ድብቅ ባክቴሪያዎች ሊሞቱ ወይም ሊወገዱ የሚችሉት ሐኪምዎ ባዘዘው መሰረት መድሃኒትዎትን ሲጨርሱ ነው፡፡ የሚያጨሱ ከሆነ ደግሞ ማጨስዎትን ቢያቋርጡት የመዳን እድልዎትን የሚያሻሽሉበት መንገድ ነው፡፡ የቲቢ በሽታ የተለያዩ የሰውነት ክፍሎችን ያጠቃል ከነዚህም ወስጥ የማዕከላዊውን የነርቭ ስርዓት አንጎልንና ሽፋኑን በሚይዝበት ጊዜ በጣም አደገኛ ና ለህይወት ስጋት የሚፈጥር ሲሆን በበሽታው መያዝን ሳይዘገዩ መረዳት ማረጋገጥና ህክምና መጀመር እጅግ በጣም አስፈላጊ ነው፡፡ የሰውነት በሽታ የመከላከል አቅም፣በሽታ የመከላከል አቅምን በሚያዳክሙ የበሽታ መንስዔዎች ለምሳሌ ኤች አይ ቪ ና መሰል መነሻዎች መያዝ ከቲቢ በሽታ መያዝ ብቻ ሳይሆን የመዳን እድልን ከሚወስኑ ነገሮች መሃከል ይቆጠራሉ፡፡ መደሃኒቱን በተላመደ የቲቢ በሽታ የተያዙ ህሙማን ለማከም ከባድ እንዲሁም ለመዳን ያላቸው እድል ዝቅተኛ ነው፡፡ይሄ የሆነበት ምክንያት የመድሃኒት አማራጮቹ በጣም አነስተኛ መሆን፣ያሉትም መድሃኒቶች ባክቴሪያውን ለማጥፋት ያላቸው

አቅም ደካማ መሆን ከዚህ ባሻገር መድሃኒቶቹ ተጓዳኝ ችግር የማስከተል እድላቸው ከፍ ያለ ነው፡፡ በተጨማሪ ባንዳንድ ሃገሮች አንዳንዶቹ መድሃኒቶች ጨርሶውኑ ላይገኙ ይችላሉ፡፡ ይሄም በሃገሮች መሃከል ያለውን መድሃኒቱ የተላመደ ቲቢ ህክምና ውጤት መለያየት አስረጂ ነው፡፡

መከላከያ

የቲቢ ባክቴሪያ በሳል እስከወጣ ድረስ ቲቢ መተላለፉ አያጠራጥርም፡፡ ለዚያም ነው በሚያስሉ ጊዜ አፍ ና አፍንጫዎትን በማህረብ፣በቁራጭ ጨርቅ ወይም በሶፍት ወረቀት ነገር መሸፈን ያለብዎት፡፡ የተጠቀሙበትን ጨርቅም ይሁን ሶፍት ለሌላ ሰው ማጋራት የለበዎትም፡፡ ይልቁን የተጠቀሙበትን ወረቀት ከቆሻሻ መጣያ ውስጥ ይጣሉት፡፡ እነዚህ ጨርቆች በሌሉዎት ጊዜ ክንድዎትን ወይም ኮሌታዎትን ይጠቀሙ፡፡እጅዎትን ግን በፍፁም አይጠቀሙ፡፡ አክታ ካለዎትም መሬት ላይ አይትፉ ሶፍት ላይ ይትፉ፡፡

በብዙ ቦታዎች ቲቢን ሊያስተላልፉ የሚችሉ ሰዎች ከሌሎች ሰዎች ጋር ፊት ለፊት በሚቀመጡበት ወቅት መከላከያ ጭምብል (ማስክ)እንዲለብሱ ሊነገራቸው ይችላል፡፡ ለአየር ዝውውርና የፀሃይ ብርሃን እንደልብ እንዲገባ መስኮት መክፈት የግድ ነው፡፡ ክፍሎችን ቶሎ ቶሎ የአየር ዝውውር እንዲኖራቸው ማድረግ የቲቢ ባክቴሪያ ጥቃቅን በመሆቸው ባየር ላይ ተንሳፈው ሌላ ሰው እንዲይዘው ምክንያት ሊሆኑ ይችላሉ፡፡ በዚህም የተነሳ ከርስዎ ጋር ባንድ ክፍል ውስጥ የሚያሳልፉ ሰዎች ጭምብል መልበስ አለባቸው፡፡ እነዚህ ጭምብሎች ደረጃቸውን የጠበቁ መሆናቸው የታወቀ መሆን አለበት፡፡ እነዚህ ኤፍ አፍ ፒ 2 ወይም ኤን 95 የሚባሉ ጭምብሎች በወዳጅ በዘመድዎችዎ ቢለበሱ ባክቴሪያ ወደ ሳንባቸው እንዳይገባና ከቲቢ እንዲጠበቁ አስተዋፅኦ ያበረክታሉ፡፡

መለየት

ቲቢን የማስተላለፍ እድል እስካለዎት ድረስ ቲቢን ወደ ሌሎች እንዳያስተላልፉ አንዳነድ መመሪያዎችን እንዲከተሉ ሊጠየቁ ይችላሉ፡፡ በአንዳንድ ሃገሮች ለተወሰነ ጊዜ ከተኙበት የሆስፒታል ክፍል እንዳይወጡ ላይፈቀድልዎት ይችላል፡፡ አክታ ውስጥ ባክቴሪያ እስካለ ድረስ ከሆስፒታል እንዳይወጡም ላይፈቀድ የሚችልባቸው ብዙ ሃገራት አሉ፡፡ የሚያስፈልግዎትን ነገር በሙሉ ባሉበት ሆስፒታል ክፍል ማግኘት ይኖርብዎታል፡፡ በሌሎች ሃገራት በተለይ ደግሞ ቲቢ በብዛት በሚከሰትባቸው ቦታዎች ሰዎች አንድ ክፍል ውስጥ ታግተው እንዲቆዩ አይገደዱም፡፡ ባካባቢው እንዲንቀሳቀሱ ወይም ወደ ቤታቸው እንዲሄዱ ሊፈቀድላቸው ይችላል፡፡ ነገር ግን አንድ ህግ በያገሩ ይተገበራል እንደሚያስተላልፉ ከታወቀ እርሰዎና ጎብኝዎችዎ በቲቢ የመያዝ እድልን ለመቀነስ የግድ ጭምብል (አፍና አፍኝጫ መሸፈኛ ማስክ) መልበስ ያሻችኋል፡፡ ክፍልዎትን ላጭር ጊዜም ቢሆን ለቀው ሲወጡ ለምሳሌ ለምርመራ የግድ መልበስ ያስፈልጋል፡፡ ማስኩ አፍና አፍንጫዎትን መሸፈኑን ማረጋገጥ ያስፈልጋል፡፡ ከፊትዎት ጎን ና ጎን አየር እንዳይገባ ፊትዎት ላይ ግጥም ማለቱንም ማረጋገጥ፡፡ ሐኪሙ ወይም ነርሶች ወደ ሳንባ ጥቃቅን የቲብ ህዋሳት እንዳይገቡ የሚከላከሉ ጭንብሎችን እንደት መጠቀም እንደሚቻል ሊያስረዷችሁ ይችላሉ፡፡

ስለ ህክምና አጠቃላይ መረጃ

ቲቢ በታወቁ መድሃኒቶች ጥምር ሊታከም ይችላል፡፡ አብዛኛውን ጊዜ ምንም አይነት ባክቴሪያ ሳይቀር ህመሙ ይድናል፡፡ ነገር ግን ህክምናው ረዢም ወራት ይወስዳል ብዙ አቅምም ይጠይቃል፡፡ ታብሌቶችን ለብዙ ወራት መውሰድ ያስፈልጋል፡፡እነዚህ የ አንቲ ባዮቲክ መድሃኒቶች ፅኑ ህክምና በሚያስፈልገው የህክምና ምዕራፍ ከሁለት እስከ ሶስት ወራት ይጀመራሉ፡፡ በዚህ ወቅት ቢያንስ ባራት መድሃኒቶች ይታከማሉ ከዚያ በኋላ በሚቀሩት ወራት ህክምናውን የማንበሪያ ምዕራፍ ከዚህ ባነሱ መድሃኒቶች ይታከማሉ፡፡ ይሄንን ረዢም ህክምና ለማስታገስ በብዙ ሃገራት ውስን ጥምር መድሃኒቶች ይገኛሉ፡፡ ይሄ ማለት ከሁለት እስከ አራት መድሃኒቶች እንደ አንድ ታብሌት ተጣምረው ይሰራሉ፡፡ ሌሎች ሃገራት ደግሞ እነዚህን ጥምር መድሃቶች አያገኟቸውም፡፡ በነዚህ ሃገራት ታዲያ ህሙማን ብዙ ታብሌቶችን እንዲውጡ ይገደዳሉ፡፡ ደስ የማይል ስሜት ቢፈጥርም እንኳን ታብሌቶችዎትን ተከታትለው መውሰድ ወሳኝ ነው፡፡ አስተካክለው ካልወሰዱ ህክምናውም መጨረሻው አያምርም፡፡ ባክቴሪያውም እንዳድስ መራባት ይጀምርና መድሃኒቶቹነ ሊላመድ ይችላል፡፡ በዚህም የተነሳ የበለጠ ለተወሳሰበና ለተራዘመ ህክምና ያጋልጣል፡፡ የባሰ ደረጃ ከደረሰ በሽታው መታከም የማይችልና ገዳይ ሊሆን ይችላል፡፡

ህሙማን ከህመማቸው ለማገገም የሚያበረክቱት አስተዋፅኦ

ቀላል እርምጃዎችን በመውሰድ ለህመምዎ ማገገም አስተዋፅኦ ሊያበረክቱ ይችላሉ፡፡ አለማጨስ ጥሩ ጥቅም አለው፡፡ ንፁህ አየርና ፀሃይ ላይ አልፎ አልፎ ማሳለፍም ጠቃሚ ነው፡፡ ክፍሎችዎትን በተከታታይ አየር እንዲዘዋወር ያድርጉ፡፡ በጣም ወሳኙ ነገር የታዘዘለዎትን መድሃኒት ተከታትለው መውሰድ ነው፡፡ ለመዝናናት ከሚወሰዱ የማነቃቂያ ዕፆችንና አልኮል አይውሰዱ፡፡ ለ አልኮልም ይሁን ለ ዕፅ ሱሰኛ መሆን የሰውነት በሽታ የመከላከል አቅምን ያዳክማል፡፡ ጤናማ ያልሆኑ ባህሪያትን ማስቀረት ካልቻሉ ሃኪምዎትን ያማክሩ፡፡ይሄም ከቲቢ በፍጥነት ለማገገም አይነተኛ ጥቅምን ያበረክታል፡፡

Name der Bezirksverwaltungsbehörde:
(name of district administrative authority)

Datum, Unterschrift
(date, signature)

Name des Patienten:
(name of patient)

Geburtsdatum:
(date of birth)

Datum, Unterschrift
(date, signature)

App with text-to-speech function for Apple iOS and Android for
www.explaintb.org