

တီဘီရောဂါ (TB) အကြောင်းသိကောင်းစရာ

အဓိကအချက်အလက်များ

- တီဘီရောဂါ (TB) သည် *Mycobacterium tuberculosis* ရောဂါပိုးမွှား ကူးစက်ခံရခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပွားသောရောဂါတစ်မျိုး ဖြစ်သည်။
- TB ရောဂါသည် များသောအားဖြင့် လူ၏အဆုတ်ကို ထိခိုက်စေပါသည်။ သို့သော် အခြားခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများကိုလည်း ထိခိုက်စေနိုင်ပြီး အပြင်းအထန်ဖျားနာမှုကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။
- တီဘီရောဂါကို ပဋိဇီဝဆေး (antibiotics) များဖြင့် ကုသနိုင်ပါသည်။

ရောဂါပြန့်ပွားပုံ

- အဆုတ် (သို့မဟုတ်) လည်ချောင်း TB ရောဂါရှိသောသူ ချောင်းဆိုးသည့်အခါ၊ နှာချေသည့်အခါ၊ သီချင်းဆိုသည့်အခါ (သို့မဟုတ်) စကားပြောသည့်အခါ ရောဂါပိုးများ လေထဲသို့ရောက်ရှိသွားပြီး လေထဲမှတစ်ဆင့် TB ရောဂါပျံ့နှံ့ပါသည်။
- အခြားသူက ထိုရောဂါပိုးများကို ရှူရှိုက်မိသောအခါ ရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။
- လူအများစုမှာ ၎င်းတို့နှင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာ အတူနေထိုင်ရသည့် မိသားစုဝင်များ၊ မိတ်ဆွေများသို့မှ TB ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံရခြင်းဖြစ်သည်။
- TB ရောဂါသည် အိမ်သုံးပစ္စည်းများ (ဥပမာ- မီးဖိုချောင်သုံးပစ္စည်း၊ ပန်းကန်ခွက်ယောက်၊ သောက်ရေခွက်၊ အိပ်ရာခင်း၊ အဝတ်အစား၊ တယ်လီဖုန်း) မှတစ်ဆင့် ပြန့်ပွားခြင်း မရှိပါ။ ထို့ကြောင့် အိမ်သုံးပစ္စည်းများကို သီးခြားခွဲသုံးရန် မလိုအပ်ပါ။

TB ကူးစက်ခြင်းနှင့် TB ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်းတို့အကြား ခြားနားချက်

TB ရောဂါကူးစက်ခံရသောလူအများစုတွင် ကိုယ်ခန္ဓာခုခံကာကွယ်မှုများက ငြိမ်နေသော (သို့မဟုတ်) မလှုပ်ရှားသော အခြေအနေတွင် အသက်ရှင်နိုင်သည့် ရောဂါပိုးများကို ထိန်းချုပ်ထားသည်။ ၎င်းကို တစ်ခါတစ်ရံ ငှပ်လျှိုး TB ရောဂါဟုခေါ်သည်။

- TB ရောဂါပိုးများ ငြိမ်နေသောအခါ မည့်သည့် ထိခိုက်မှုမှ မဖြစ်နိုင်ပါ။ ဖျားနာခြင်းမရှိပါ။
- လူအများစုတွင် TB ရောဂါပိုးများသည် အမြဲတမ်း မလှုပ်ရှားနိုင်ပါ။
- TB ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရသူများသည် ကူးစက်ခြင်းမရှိပါ။ အခြားသူများသို့ TB ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားခြင်း မရှိနိုင်ပါ။
- Tuberculin Skin Test အရေပြားစစ်ဆေးမှုခံယူခြင်း (သို့မဟုတ် Mantoux Test စစ်ဆေးခြင်း) သို့မဟုတ် သွေးစစ်ခြင်း (interferon gamma release assay or Quantiferon TB Gold-Plus) တို့ဖြင့် ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကို စစ်ဆေးသိရှိနိုင်ပါသည်။

လူအချို့တွင် TB ရောဂါပိုးသည် ကိုယ်ခံအားစနစ် ခုခံမှုများကိုကျော်လွှားပြီး TB ရောဂါကူးစက်ခြင်းမှ TB ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း အဆင့်သို့ ရောက်ရှိသွားပါသည်။ လူအချို့တွင် ရောဂါကူးစက်ခံရပြီးမကြာမီ TB ရောဂါဖြစ်ပွားပြီး လူအချို့တွင် နောက်ပိုင်း ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းလာသည့်အခါ TB ရောဂါဖြစ်ပွားပါသည်။ အိုမင်းခြင်း၊ အပြင်းအထန်ဖျားနာခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးမှု ဖြစ်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း သို့မဟုတ် အရက်သေစာသောက်စားခြင်း၊ HIV ပိုးကူးစက်ခံ ရခြင်း သို့မဟုတ် အခြားအခြေအနေများကြောင့် ဤရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။

- မလှုပ်ရှားသော TB ရောဂါပိုးများ လှုပ်ရှား သက်ဝင်လာသောအခါ TB ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။
- TB ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရသူ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းတွင်သာ TB ရောဂါဖြစ်ပွားပါသည်။



- အဆုတ် သို့မဟုတ် လည်ချောင်း TB ရောဂါရှိသူမှ အခြားသူသို့ ကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။
- များသောအားဖြင့် သင့်တော်သောဆေးဝါးများ သောက်သုံးပြီး ၂ ပတ်အကြာတွင် TB ရောဂါရှိသူမှ အခြားသူများသို့ TB ရောဂါပိုးမပြန့်ပွားတော့ပါ။
- ခန္ဓာကိုယ်၏ အခြားအစိတ်အပိုင်းများ (အဆုတ် သို့မဟုတ် လည်ချောင်းမှအပ) တွင် TB ရောဂါရှိသူသည် ကူးစက်မှု မရှိပါ။

ရောဂါလက္ခဏာများ

TB ရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သည့် ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွင်မဆို ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အဆုတ်တွင် အဖြစ်များပါသည်။ TB ရောဂါရှိသော လူအချို့တွင် ရောဂါလက္ခဏာ အနည်းငယ်သာရှိပါသည်။ TB ရောဂါရှိသော လူအချို့တွင် အောက်ပါရောဂါလက္ခဏာအချို့ သို့မဟုတ် အားလုံး ရှိနိုင်ပါသည်။

- ၃ ပတ်ကျော်ချောင်းဆိုးပြီး မသက်သာခြင်း
- သလိပ်သွေးပါခြင်း
- ဖျားခြင်း
- ညဘက်ချွေးထွက်ခြင်း
- အကြောင်းအရင်းမရှိဘဲ ကိုယ်အလေးချိန်ကျဆင်းခြင်း
- အမြဲတမ်း မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း
- အစာစားချင်စိတ် မရှိခြင်း
- ရာဂဖြစ်ပွားသောနေရာတွင် နာကျင်ခြင်း
- နှင့်/သို့မဟုတ် ရောင်ရမ်းခြင်း

ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရနိုင်ခြေရှိသူ

- ကူးစက်နိုင်သော TB ရောဂါရှိသူနှင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထိတွေ့ရသူ
- ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ထိခိုက်စေသော ဆေးဝါးများသောက်သုံးနေရသူ၊ ဥပမာ- ကာကွယ်ဆေးကုထုံး၊ အရောင်ကျဆေး (corticosteroids)၊ ဓာတုဗေဒကုထုံး
- HIV အပါအဝင် ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ထိခိုက်စေသော နာတာရှည်ရောဂါခံစားနေရသူ

TB ရောဂါပြန့်ပွားမှုမှ ကာကွယ်ခြင်း

- ကူးစက်နိုင်သော TB ရောဂါရှိသူသည် ရောဂါမကူးစက်နိုင်တော့သည့် အချိန်အထိ သီးခြားနေထိုင်ခြင်း
- TB ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူများကို ကြိုတင်ကာကွယ် ကုသမှုပေးခြင်း
- BCG ကာကွယ်ဆေးကို TB ရောဂါအဖြစ်များသောနိုင်ငံများသို့ ခရီးသွားမည့် ကလေးငယ်များအား အသက်အန္တရာယ်ရှိသော TB ရောဂါများမှ ကာကွယ်ရန် ထိုးနှံပေးပါသည်။ သို့သော် သာမှန်အားဖြင့် NSW တွင် ထိုးနှံမပေးပါ။

ရောဂါရှာဖွေခြင်း

အဆုတ် TB ရောဂါအတွက်-

- ရင်ဘတ်ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်းက အဆုတ်တီဘီ TB ရောဂါ ရှိ မရှိ ပြသပေးပါသည်။
- သလိပ်စစ်ခြင်းသည် ချောင်းဆိုး၍ထွက်လာသည့် သလိပ်ထဲတွင် TB ရောဂါပိုး ရှိလျှင် ပြသနိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ သလိပ်မရလျှင် အခြားစမ်းသပ်မှုများ လိုအပ်နိုင်ပါသည်။



အဆုတ်ပြင်ပရှိ TB ရောဂါအတွက်-

- အသားစနမူနာ၊ အနာဆေးခြင်း၊ ခွဲစိတ်မှုနမူနာ သို့မဟုတ် နံနက်စောစောဆီးနမူနာ စစ်ဆေးခြင်း တို့သည် TB ရောဂါ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။

ကုသခြင်း

TB ရောဂါကူးစက်ခြင်း - ဆရာဝန်က သောက်ဆေးပေးခြင်း (ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း ကုထုံး) သို့မဟုတ် ပုံမှန် ရင်ဘတ်ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း

TB ရောဂါ - တီဘီရောဂါကို သတ်မှတ်ထားသည့် ပဋိဇီဝဆေးများဖြင့် အနည်းဆုံး ၆ လ ကုသရပါသည်။ ကုသမှုအောင်မြင်စေရန် ကူညီခြင်း၊ ပညာပေးခြင်း၊ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးစစ်ဆေးခြင်း တို့ဖြင့် သင်၏ ကုသခြင်းခံယူမှုကို Chest ဆေးခန်း သူနာပြုက ကြီးကြပ်လိမ့်မည်။

- TB ရောဂါ ရှိသူသည် ဆေးသောက်ရန်ပျက်ကွက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကြိုတင်ရပ်ပစ်ခြင်းမရှိဘဲ ၎င်း၏ TB ဆေးအားလုံး ကို ကုသမှုခံယူခြင်း ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆေးညွှန်းအတိုင်း တိတိကျကျ သောက်သုံးသင့် သည်။
- TB ရောဂါရှိသူသည် သေချာကုသမှုခံယူလျှင် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။
- TB ရောဂါရှိသူသည် ကုသမှုခံယူနေစဉ် ရောဂါ ကူးစက်မှုမရှိတော့သည်နှင့် ပုံမှန်လုပ်ငန်း ဆောင်တာများကို ပြန်လည်လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

ဆေးယဉ်ပါး တီဘီရောဂါ TB (MDR-TB)

TB ရောဂါပိုးသည် အားအပြင်းဆုံး TB ဆေးနှစ်မျိုးဖြစ်သည့် အနည်းဆုံး isoniazid နှင့် rifampin တို့ကို ယဉ်ပါးလာသည့် အခါ ဆေးယဉ်ပါးတီဘီ TB (MDR-TB) ဖြစ်ပွားပါသည်။ ဆေးယဉ်ပါး TB (drug susceptible TB and drug resistant TB) သည် တီဘီရောဂါကူးစက်ပျံ့နှံ့သည့်နည်းလမ်းအတိုင်း ပြန့်ပွားသည်။

- ဆေးယဉ်ပါးတီဘီရောဂါ (MDR-TB) ရှိသူသည် ၂၄ လ အထိကြာမြင့်သည့် ပဋိဇီဝဆေးကုသမှု ခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။ လူအချို့သည် ၆ လ မှ ၈ လ အထိ ပုံမှန် ဆေးထိုးရန်လိုအပ်ပါသည်။
- ဆေးယဉ်ပါးတီဘီ (MDR-TB) ရှိသူသည် ဆေးသောက်ရန်ပျက်ကွက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကြိုတင်ရပ်ပစ်ခြင်းမရှိဘဲ ၎င်း၏ TB ဆေးအားလုံးကို ကုသမှုခံယူခြင်း ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆေးညွှန်းအတိုင်း တိတိကျကျ သောက်သုံးသင့်သည်။

ပိုမိုသိရှိလိုပါက

- သင်၏ ဒေသဆိုင်ရာ [Chest Clinic](#) ဆေးခန်း သို့မဟုတ် သင်၏မိသားစုဆရာဝန်နှင့် ဆက်သွယ်ပါ။
- တီဘီ TB ရောဂါ နှင့်ပတ်သက်သော စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကုသခြင်းတို့ကို Chest ဆေးခန်းများတွင်ယုံကြည်စိတ်ချစွာ အခမဲ့ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ဆရာဝန်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု သို့မဟုတ် လွှဲပြောင်းခြင်းအတွက် Chest ဆေးခန်းသို့ လာရောက်ရန် မလိုပါ။

ထပ်မံသိရှိလိုပါက သင်၏ ဒေသဆိုင်ရာ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန (Public Health Unit) 1300 066 055 သို့ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် New South Wales Health website ကျန်းမာရေးဝဘ်ဆိုဒ် www.health.nsw.gov.au/tuberculosis သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။