USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

REACH
leading the fight against TB

टीबी (TB) से ग्रसित समुदायों के बारे में जानकारी प्राप्त करना

टीबी (TB)

कोविड-19

टीबी (TB) संबंधी देखभाल और सेवाएं

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबर: 1800-11-6666

टीबी (TB) चैंपियनों के लिए नोट

वर्ष 2016 से वर्ष 2019 के बीच क्रियान्वित और यूएसएड (USAID) द्वारा वित्तपोषित "टीबी (TB) कॉल टू एक्शन प्रोजेक्ट" के माध्यम से रीच (REACH) ने सामुदायिक प्रतिक्रिया को प्रबल बनाने हेतु टीबी (TB) से स्वस्थ हुए लोगों को प्रशिक्षण प्रदान किया, और उन्हें टीबी चैंपियन (TBC) बनाया तथा टीबी (TB) के लिए उपलब्ध संसाधनों के समर्थन में उन्हें शामिल कर समूचे समुदाय को टीबी (TB) के प्रति जागरूक किया।

इस योजना से प्राप्त सीख का प्रयोग कर अब रीच (REACH) ALLIES योजना का क्रियान्वयन करने जा रहा है। यह योजना समुदाय के साथ "TBC/Allies" (सहयोगी) के रूप में कार्य कर टीबी (TB) से संबंधित देखभाल एवं सेवाओं के वितरण को बेहतर बनाएगी। इस योजना के माध्यम से टीबी (TB) से ग्रसित लोगों के बीच सेवा वितरण पर ध्यान केंद्रित किया जाएगा।

अपने जोश और प्रतिबद्धता के माध्यम से टीबी (TB) चैंपियन टीबी (TB) को जड़ से मिटाने की लड़ाई में शामिल होकर इसे खत्म करने में अपने देश की मदद कर सकते हैं।

समुदाय के प्रभावशाली मार्गदर्शक के रूप में टीबी (TB) चैंपियन समुदायों को उनके अधिकारों के बारे में जागरूक कर उन्हें टीबी (TB) की रोकथाम और उचित उपचार प्राप्त करने से जुड़े कर्तव्य समझा सकते हैं। इस प्रकार इन समुदायों में अधिकार समर्थित और लिंग तथा उम्र के अनुसार उचित टीबी (TB) सेवा वितरण के लिए वातावरण का निर्माण होगा।

टीबी (TB) चैंपियनों के प्रयासों को सफल बनाने के लिए इस फ्लिपबुक को बनाया गया है। इसका प्रयोग टीबी (TB) चैंपियन समुदाय के सदस्यों और टीबी (TB) से ग्रसित लोगों के साथ बातचीत, चर्चा, आदि के दौरान करेंगे। इससे टीबी (TB) और कोविड-19 दोनों की रोकथाम और उपचार संबंधी महत्वपूर्ण संदेशों का प्रचार करने में मदद मिलेगी।

The publication of this flipbook is made possible by the support of the American People through the United States Agency for International Development (USAID). The contents of this flipbook are the sole responsibility of REACH and do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government.

टीबी (TB) चैंपियनों के लिए नोट

इस फ्लिपबुक का प्रयोग कैसे करना है:-

- इस फ्लिपबुक के हर एक पृष्ठ पर एक तस्वीर है जिसे दर्शकों को दिखाना है।
- पृष्ठ के पीछे उस तस्वीर से संबंधित एक कहानी या संदेश है। टीबी (TB) चैंपियन यह कहानी या संदेश स्पष्ट देख सकते हैं और उसे दर्शकों को समझाना है।
- पृष्ठ के पीछे कुछ प्रश्न भी हैं जो टीबी (TB) चैंपियन दर्शकों को पूछकर कहानी/संदेश पर होने वाली इस चर्चा को आगे बढ़ा सकते हैं।
- टीबी (TB) चैंपियनों के लिए दर्शकों को कहानी या संदेश पढ़कर सुनाना अनिवार्य नहीं। चैंपियन अपने शब्दों में कहानी/संदेश दर्शकों को सुना सकते हैं और साथ ही, अपने समुदाय की स्थानीय बोल-चाल के अनुसार कहानी/संदेश में बदलाव ला सकते हैं।
- यह फ्लिपबुक तीन भागों में विभाजित है:

  - हवा के माध्यम से फैलने वाली बीमारियां और टीबी (TB): पृष्ठ 2 से 18
  - कोविड-19 और टीबी (TB) के साथ-साथ दूसरी बीमारियों से भी ग्रसित होना (को-मॉर्बिडिटी): पृष्ठ 19 से 26
  - टीबी (TB) संबंधी देखभाल और सेवाएं: पृष्ठ 27 से 32

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आजकल आप ऐसी कई बीमारियों के बारे में सुन रहे होंगे जो हवा के माध्यम से फैल रही हैं। क्या यह सुनकर आपको फिक्र होती है?
- क्या आप अपने आपको और अपने परिवार के सदस्यों को इन बीमारियों से बचाने के बारे में सोचते हैं?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आइए चर्चा करते हैं कि ये कौन-सी बीमारियां हैं, ये कैसे फैलती हैं और इनसे बचने के लिए हम कौन-से तरीके अपना सकते हैं।
- आइए, इस चर्चा की शुरुआत हम एक छोटी-सी कहानी से करते हैं। यह कहानी है सुरेश नामक व्यक्ति की जो हमारे ही जैसे किसी समुदाय में रहता है। वह अपनी पत्नी मधु और अपने 2 और 5 साल के बच्चों के साथ खुशहाल ज़िन्दगी बिता रहा है। उसके साथ उसके माता-पिता भी रहते हैं।
- पिछले कुछ हफ्तों से मधु देख रही है कि सुरेश ठीक से खाना नहीं खा रहा। जब मधु सुरेश को अपनी फिक्र बताती है तो सुरेश मधु की बात यह बोलकर टाल देता है कि पिछले 3-4 हफ्तों से उसे खांसी हो रखी है, और बस इसी कारण उसे कम भूख लगती है।

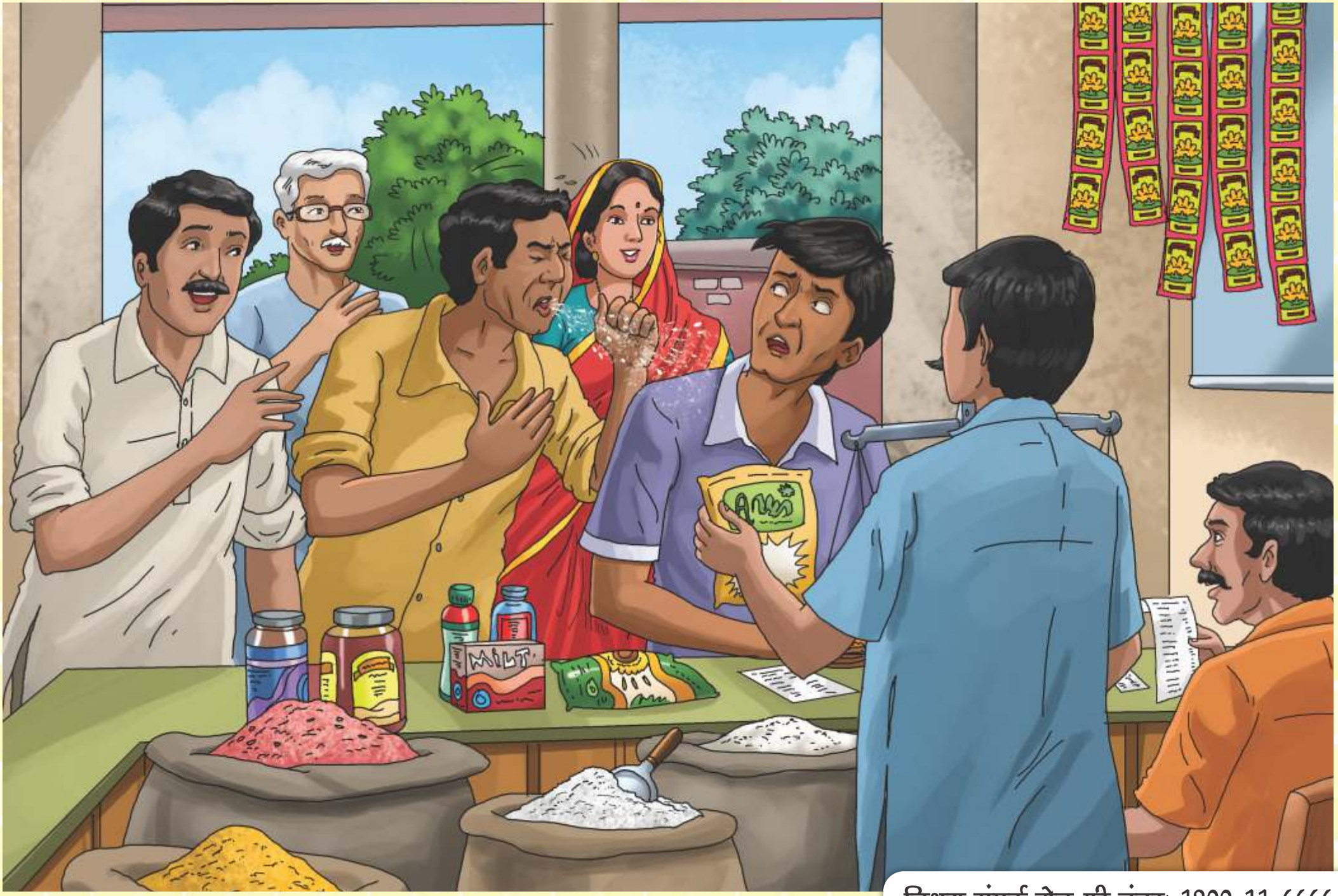
दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या आपको लगता है कि मधु को फिक्र करनी चाहिए?
- आपके अनुसार सुरेश को भूख क्यों नहीं लग रही?
- क्या ऐसा हो सकता है कि सुरेश को कोई गंभीर बीमारी हुई हो? अगर हां, तो यह कौन-सी बीमारी हो सकती है? उसे यह बीमारी कैसे हो गई? उसे अब क्या करना चाहिए?

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- जब संक्रमित लोग खांसते, छींकते या बात करते समय हवा में अपने नाक या मुँह से निकलने वाले छोटे-छोटे तरल पदार्थ छोड़ देते हैं, तब आपके द्वारा उस हवा में सांस लेने से वही संक्रमण आपको भी हो सकता है।
- आम तौर पर हमें जो सर्दी और खांसी होती है वे हवा से फैलने वाली बीमारियों के उदाहरण हैं।
- क्या आप जानते हैं कि टीबी (TB) और कोविड-19 जैसी बीमारियां भी इसी तरह हवा से फैलती हैं?
- यह हो सकता है कि सुरेश भी हवा से फैलने वाली किसी बीमारी से ग्रसित हो।
- पिछले दो हफ्तों से सुरेश को खांसी होना और भूख न लगना इस बात का भी संकेत है कि वह शायद टीबी (TB) से ग्रसित है।
- सुरेश को इन लक्षणों को अनदेखा न करते हुए तुरंत डॉक्टर के पास जाना चाहिए।



निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

हमारे देश में टीबी (TB) काफी फैला हुआ है। भारत में प्रतिदिन लगभग 1300 लोगों की मृत्यु टीबी (TB) के कारण होती है। इसलिए, यह समझना आवश्यक है कि टीबी (TB) कैसे फैलता है और किस प्रकार इससे बचाव संभव है।

- टीबी (TB) एक ऐसी बीमारी है जो हवा के माध्यम से फैलती है। यह माइकोबैक्टीरियम ट्यूबरक्यूलॉसिस नामक जीवाणु के कारण होता है। चूंकि यह जीवाणु बहुत छोटा होता है, इसे हम अपनी आँखों से नहीं देख सकते।
- टीबी (TB) के प्रमुख छः लक्षण होते हैंः
  1. दो हफ्तों से अधिक खांसी
  2. भूख न लगना
  3. शाम को बुखार आना
  4. बिना कारण वजन घटना
  5. छाती में दर्द होना
  6. रात को पसीना आना
- इनमें से कोई भी लक्षण नजर आने की स्थिति में तुरंत डॉक्टर से परामर्श करें।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार किस प्रकार के लोगों को टीबी (TB) होने का अधिक खतरा होता है?
- क्या आपके अनुसार टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति स्वस्थ हो सकता है?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- कोई भी व्यक्ति- चाहे वह पुरुष हो या महिला, अमीर हो या गरीब- टीबी (TB) से ग्रसित हो सकता है।
- साधारणतया, जिन लोगों की रोग प्रतिकारक क्षमता मजबूत नहीं होती उन्हें टीबी (TB) होने का ज़्यादा खतरा रहता है।
- टीबी (TB) का पूर्ण इलाज संभव है। अगर डॉक्टर के परामर्शानुसार समय पर और पूर्ण उपचार कराया जाए तो व्यक्ति टीबी (TB) मुक्त हो सकता है।

बिना कारण
वजन घटना

भूख न
लगना

शाम को
बुखार आना

रात को पसीना आना

छाती में
दर्द होना

दो हफ्तों
से अधिक
खांसी

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

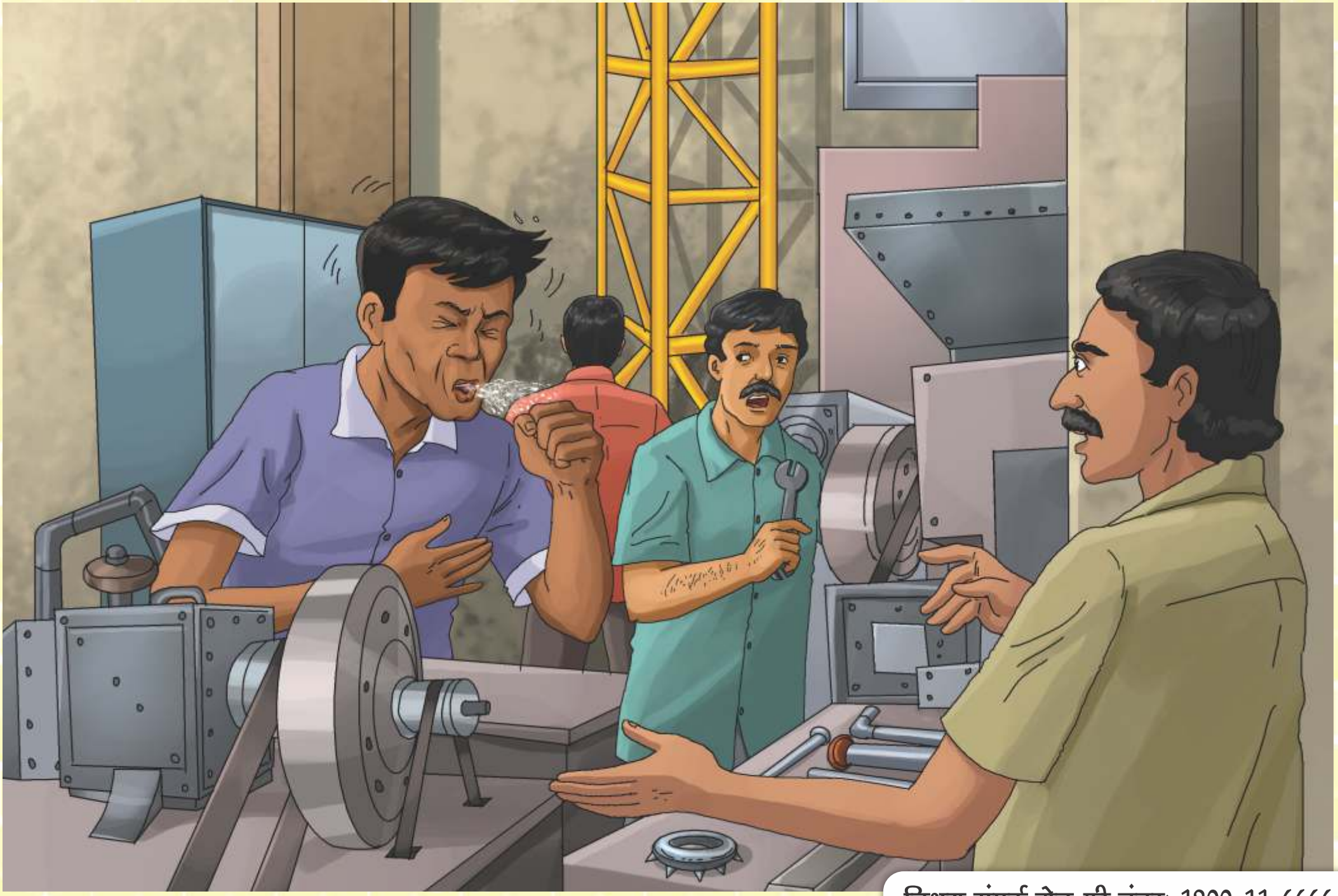
फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आइए, अब हम सुरेश की कहानी सुनते हैं जो अपनी पत्नी, बच्चे और माता-पिता के साथ रहता है। उसे भूख नहीं लगती और पिछले 3-4 हफ्तों से उसे खांसी हो रखी है।

- सुरेश अपनी इन परेशानियों को अनदेखा करता रहता है क्योंकि वह सोचता है कि उसे आम खांसी हुई है। वह कार्यालय से एक दिन की छुट्टी लेकर अपना दैनिक श्रम कार्य खोना नहीं चाहता।
- कुछ महीनों के बाद भी सुरेश की स्थिति में सुधार नहीं आता। यहां तक कि अब तो उसके सहकर्मी भी कहते हैं कि सुरेश का वजन तेजी से घट रहा है। एक दिन, कार्यस्थल में एक मशीन पर काम करते-करते सुरेश अचानक से ज़मीन पर गिर जाता है। उसके सहकर्मी उसे डॉक्टर के पास ले जाते हैं।
- डॉक्टर सुरेश के बलगम की जांच करते हैं, और उसका एक्स-रे लेते हैं जिससे पता चलता है कि सुरेश टीबी (TB) से ग्रसित है।
- डॉक्टर सुरेश और उसके परिवार के सदस्यों को समझाते हैं कि सुरेश के शारीरिक परीक्षण में देरी होने के कारण उसकी स्थिति काफी गंभीर हो गई है। अगर सुरेश को टीबी (TB) के लक्षणों के बारे में पहले से ही पता होता और वह पहले ही डॉक्टर से परामर्श और दवाइयां ले लेता तो वह आसानी से और जल्दी ठीक हो सकता था।
- सुरेश और उसके परिवार को टीबी (TB) के लक्षणों के बारे में पता नहीं था, नहीं तो वे पहले ही सुरेश का उपचार शुरू करा लेते।
- डॉक्टर सुरेश को भरोसा देते हैं कि वह अभी भी पूरी तरह से ठीक हो सकता है, अगर वह उनके परामर्श के अनुसार चलते हुए समय पर अपनी सभी दवाइयों की खुराक ले।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार अगर सुरेश को पहले से ही टीबी (TB) के लक्षणों के बारे में पता होता तो क्या यह उसके लिए बेहतर होता? इससे उसे क्या फायदा होता?
- सुरेश का डॉक्टर के पास देर से जाना उसके लिए कितना नुकसानदायक साबित हुआ?
- उसे अब क्या करना चाहिए?

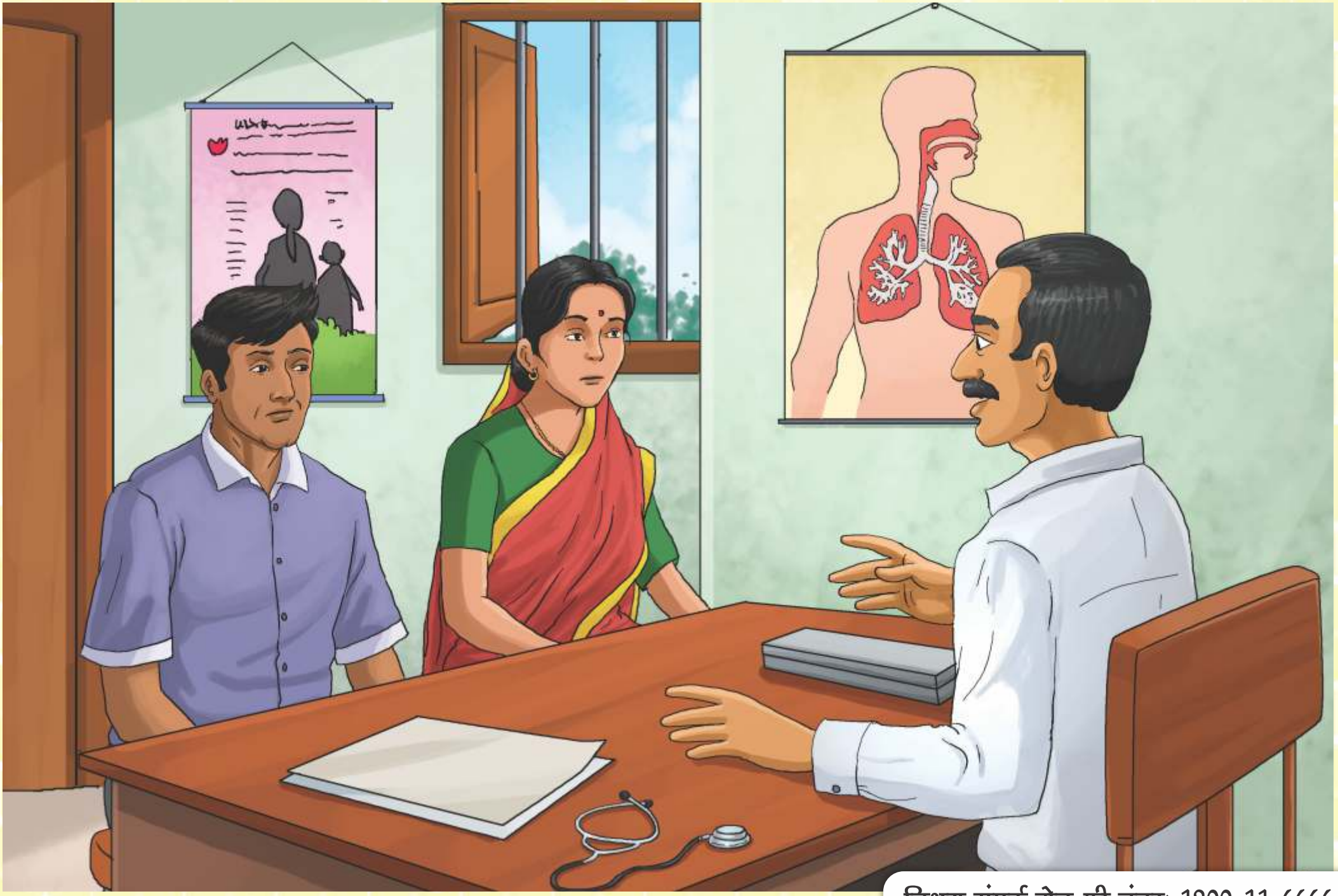


फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- डॉक्टर सुरेश को बताते हैं कि यह बीमारी जटिल है और इसलिए इसकी दवाइयां भी शक्तिशाली हैं। इन दवाइयों से उल्टी, सरदर्द, चक्कर आने जैसे दुष्प्रभाव हो सकते हैं।
- डॉक्टर सुरेश को भरोसा दिलाते हैं कि उसे बिलकुल भी फिक्र नहीं करनी चाहिए। दो से तीन हफ्तों में उसका शरीर इन दुष्प्रभावों के प्रति अपने आपको ढाल लेगा जिससे ये नहीं रहेंगे। यह आवश्यक है कि इन दुष्प्रभावों के बावजूद वह अपनी दवाइयां समय पर लेता रहे।
- सामान्यतः, टीबी (TB) की दवाइयां 6 से 8 महीनों के लिए लेनी होती हैं। टीबी (TB) की दवाइयों की हर एक खुराक समय पर लेने से टीबी (TB) से मुक्ति संभव है। हालांकि, नियमित रूप से दवाइयां न लेने की स्थिति में अनियमित उपचार होता है, जिससे टीबी (TB) के जीवाणु फिर से शक्तिशाली बन जाते हैं। इससे टीबी (TB) का बिगड़कर गंभीर रूप धारण कर लेने का खतरा होता है, जिसे डीआर टीबी (DR TB) कहते हैं। टीबी (TB) में जो दवाइयां दी गई थीं वे डीआर टीबी (DR TB) में काम नहीं करतीं। इसका उपचार केवल जटिल और विकसित उपचार से ही संभव होता है, जो सामान्य उपचार अवधि के मुकाबले अधिक समय ले सकता है।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या नियमित रूप से समय पर सभी दवाइयां लेनी आवश्यक होती हैं? ऐसा क्यों?



फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- डॉक्टर सुरेश को नियमित रूप से दवाइयां लेने का सुझाव देते हैं और कोई परेशानी होने पर उपचार सहायक से सलाह लेने के लिए कहते हैं।
- टीबी (TB) ग्रसित व्यक्ति की सहूलियत पर उपचार सहायक की नियुक्ति सरकार करती है, जो उपचार के दौरान आपके घर आकर सुनिश्चित करते हैं कि आप दवाइयों की सभी खुराक समय से लेते हुए अपना उपचार पूरा करें और टीबी (TB) मुक्त हो जाएं। आप अपने किसी मित्र या परिवार के सदस्य को भी उपचार सहायक बना सकते हैं।
- डॉक्टर सुरेश और मधु दोनों को सावधान करते हैं कि यह उपचार लंबे समय के लिए होगा और कुछ हफ्तों के लिए नियमित रूप से दवाइयां लेने के बाद सुरेश बेहतर महसूस करने लगेगा। इस बीमारी के लक्षण दिखने बंद हो जाएंगे लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि सुरेश को दवाइयां लेनी बंद कर देनी हैं। उसे तब तक नियमित रूप से दवाइयां लेते रहना है जब तक डॉक्टर यह न कहे कि उसने दवाइयों का कोर्स पूरा कर लिया है, और वह अब टीबी (TB) मुक्त है।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- डॉक्टर आगे सलाह देते हैं कि कभी-कभी टीबी (TB) के गंभीर रूप से ग्रसित व्यक्ति को दवाइयों के दुष्प्रभावों का सामना करना पड़ता है, लेकिन ऐसा बहुत ही कम मामलों में होता है। ऐसे किसी भी दुष्प्रभाव का सामना करना पड़े तो सुरेश को तुरंत डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए, ताकि वह इन हानिकारक दुष्प्रभावों से मुक्त हो जाएः

- पेट के निचले भाग में अत्यधिक दर्द
- आँखों का पीला पड़ जाना
- बुखार
- त्वचा पर चकत्ते
- जोड़ों या मांसपेशियों में तेज दर्द
- कम पेशाब या पेशाब का रंग बहुत गहरा होना
- कम सुनाई देना या धुंधला दिखाई देना
- दौरे पड़ना
- मसूढ़ों/नाक से खून आना

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

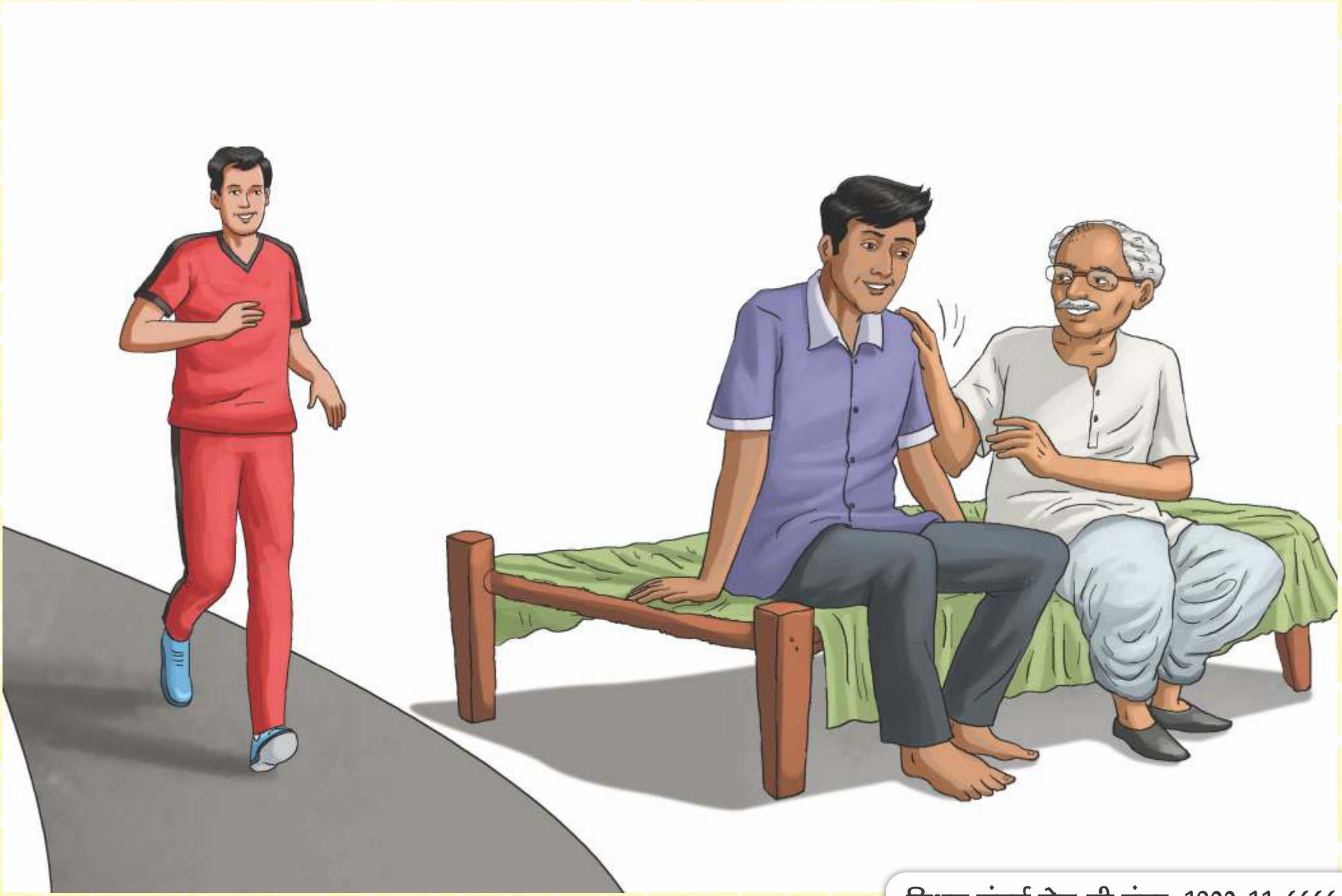
फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- डॉक्टर यह भी परामर्श देते हैं कि उपचार के दौरान पौष्टिक आहार लेना अतिआवश्यक है। पौष्टिक आहार से शरीर की प्रतिरोधक शक्ति बढ़ती है।
- पौष्टिक आहार की कमी से शरीर की प्रतिरोधक शक्ति घट जाती है जिससे टीबी (TB) होने का खतरा काफी बढ़ जाता है।
- उपचार के दौरान शरीर को बीमारी से लड़ने के लिए विटामिन और मिनरल्स चाहिए होते हैं, जो उसे पौष्टिक आहार से मिलते हैं। उचित पौष्टिक आहार से टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति का वजन भी बढ़कर सामान्य हो जाता है।
- अगर आप पौष्टिक आहार नहीं लेते, तो टीबी (TB) से ठीक होने में आपको बहुत समय लग सकता है। कभी-कभी पौष्टिक आहार नहीं लेने से यह बीमारी फिर से दस्तक दे सकती है।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के परिवार के सदस्यों को भी पौष्टिक आहार लेना चाहिए, क्योंकि इन्हें टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति से संक्रमण होने का खतरा रहता है।
- चार बुनियादी खाद्य समूहों से खाद्य पदार्थ शामिल कर स्वास्थ्यवर्धक संतुलित आहार तैयार किया जा सकता है। इसमें निम्न खाद्य पदार्थ शामिल हैंः
  - अनाज, बाजरा और दालें
  - सब्जी और फल
  - दूध और दूध से बने उत्पाद, मांस, अंडे और मछली
  - तेल, वसा और बादाम और तेल के बीज

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- डॉक्टर मधु को सलाह देते हैं कि टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति अपनी बीमारी के कारण दुखी और अकेलापन महसूस कर सकता है, इसलिए ऐसे व्यक्ति के लिए परिवार के सदस्यों का सहारा अतिआवश्यक है। परिवार के सदस्यों को सुरेश को ऐसे कार्य करने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए जिनसे उसे खुशी मिलती हो, इससे वह उपचार के दौरान खुश रह सकेगा।
- डॉक्टर आगे परामर्श देते हैं कि सुरेश के लिए नियमित रूप से व्यायाम करना और पर्याप्त समय के लिए सोना और आराम करना भी आवश्यक है।
- इसके साथ ही, सुरेश को उपचार के दौरान शराब का सेवन नहीं करना चाहिए क्योंकि इससे टीबी (TB) उपचार की प्रभावकारिता घट जाती है।



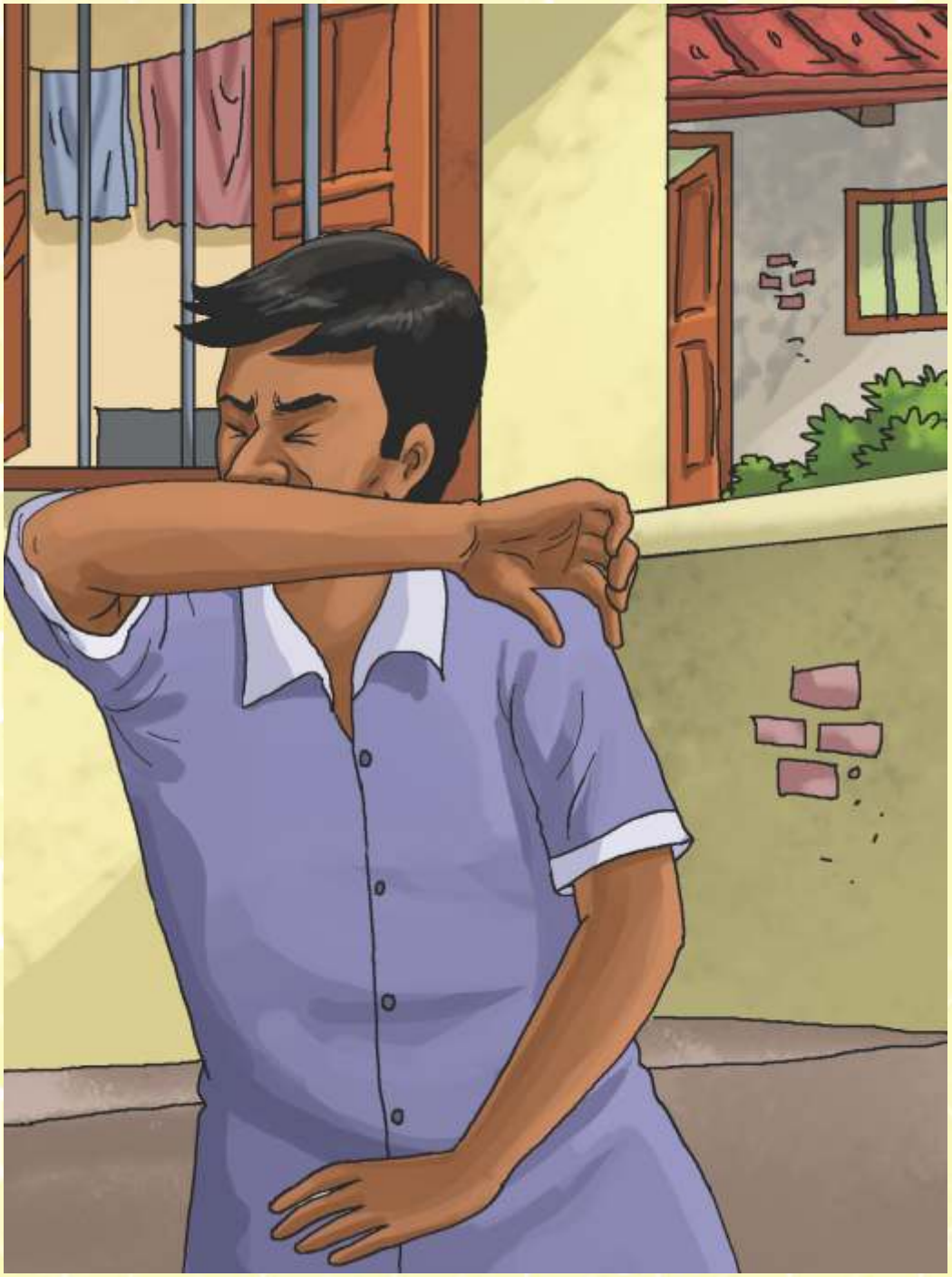
निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- चूंकि टीबी (TB) हवा के माध्यम से फैलता है, इसलिए यह सुनिश्चित करना आवश्यक है कि आपके परिवार के सदस्यों को या जब आप बाहर निकलें तब आसपास के लोगों को यह संक्रमण न हो जाए। इससे बचने के लिए निम्नलिखित शिष्टाचार का पालन आवश्यक हैः

- हमेशा खांसते या छींकते समय अपने मुंह और नाक को रूमाल या टिश्यू पेपर से ढक लें।
- रूमाल या टिश्यू पेपर न उपलब्ध होने की स्थिति में आप अपने कोहनी में छींक सकते हैं। कभी भी अपनी हथेलियों में या खुली हवा में न खांसें/छींकें।
- हमेशा खांसते या छींकते समय अपना मुंह आसपास उपस्थित लोगों से दूर हटा लें।
- खांसने/छींकने के बाद जितनी जल्दी हो सके अपने हाथ साबुन से धो लें।
- यहां-वहां न थूकें। एक डिब्बे में फिनाइल भरकर रखें और उसमें थूकें।
- अगर आप किसी कागज़ या टिश्यू में थूक रहे हैं तो उसे ऐसे ही फेंकने के बजाय जला दें या ज़मीन में गाड़ दें, इससे टीबी (TB) के जीवाणु नहीं फैलेंगे।
- अपने घर की खिड़कियां खोलकर रखें और सूरज की रोशनी अंदर आने दें, इससे टीबी (TB) की रोकथाम करने में आसानी होगी।

- कुछ हफ्तों के लिए टीबी (TB) की दवाइयां नियमित रूप से लेने के बाद संक्रमण का खतरा घट जाता है। इसके बाद टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति फिर से स्वस्थ होने का सफर शुरू करता है, और अब दूसरे व्यक्ति उसके साथ सुरक्षित रूप से बातचीत कर सकते हैं।



निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- जब टीबी (TB) के लिए सुरेश का उपचार चल रहा था तब दो स्वास्थ्य अधिकारी उसके घर आए।
- उन अधिकारियों ने सुरेश को बताया कि डॉक्टर ने उन्हें सुरेश के टीबी (TB) से ग्रसित होने के बारे में बताया। इन अधिकारियों का काम है टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के परिवार के सदस्यों की स्वास्थ्य जांच करना क्योंकि उन्हें भी टीबी (TB) होने का खतरा है।
- अधिकारी पूछते हैं कि सुरेश के परिवार के किसी भी सदस्य को किसी भी प्रकार की स्वास्थ्य समस्या है ?
- मधु उन्हें बताती है कि परिवार के सभी सदस्य स्वस्थ हैं। सिर्फ उसके ससुर के गले में पिछले कुछ हफ्तों से सूजन और दर्द हो रखा है।
- अधिकारी मधु के ससुर को टीबी (TB) की जांच कराने के लिए कहते हैं। सुरेश यह सुनकर हैरान हो जाता है और उन्हें पूछता है कि गले में दर्द होना टीबी (TB) का लक्षण कैसे हो सकता है।
- अधिकारी उन्हें बताते हैं किः

- टीबी (TB) के जीवाणु सिर्फ फेफड़े ही नहीं, सिर से पांव तक शरीर के किसी भी अंग पर आक्रमण कर सकते हैं।
- जब ये जीवाणु किसी व्यक्ति के फेफड़ों पर आक्रमण करते हैं तो इसे फेफड़ों की टीबी (TB) कहा जाता है।
- और अगर ये जीवाणु व्यक्ति के फेफड़ों के अलावा किसी और अंग पर आक्रमण करते हैं तो इसे फेफड़ों के बाहर की टीबी (TB) कहा जाता है। टीबी (TB) के जीवाणु, नाखून और बालों को छोड़ कर, शरीर के किसी भी अंग जैसे मस्तिष्क, पीठ की हड्डी, पैर, कलेजा (लिवर) और यहां तक कि त्वचा को भी प्रभावित कर सकते हैं।
- इसलिए, आपको टीबी (TB) के किसी भी लक्षण को अनदेखा नहीं करना चाहिए, खासकर अगर आप ऐसे व्यक्ति के साथ घुलते-मिलते हैं जो टीबी (TB) से ग्रसित है।
- शुरूआती दौर में ही इस बीमारी के बारे में पता लगने से इसकी जल्द रोकथाम संभव होती है और इसका उपचार शुरू होने पर यह ठीक भी हो जाती है।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

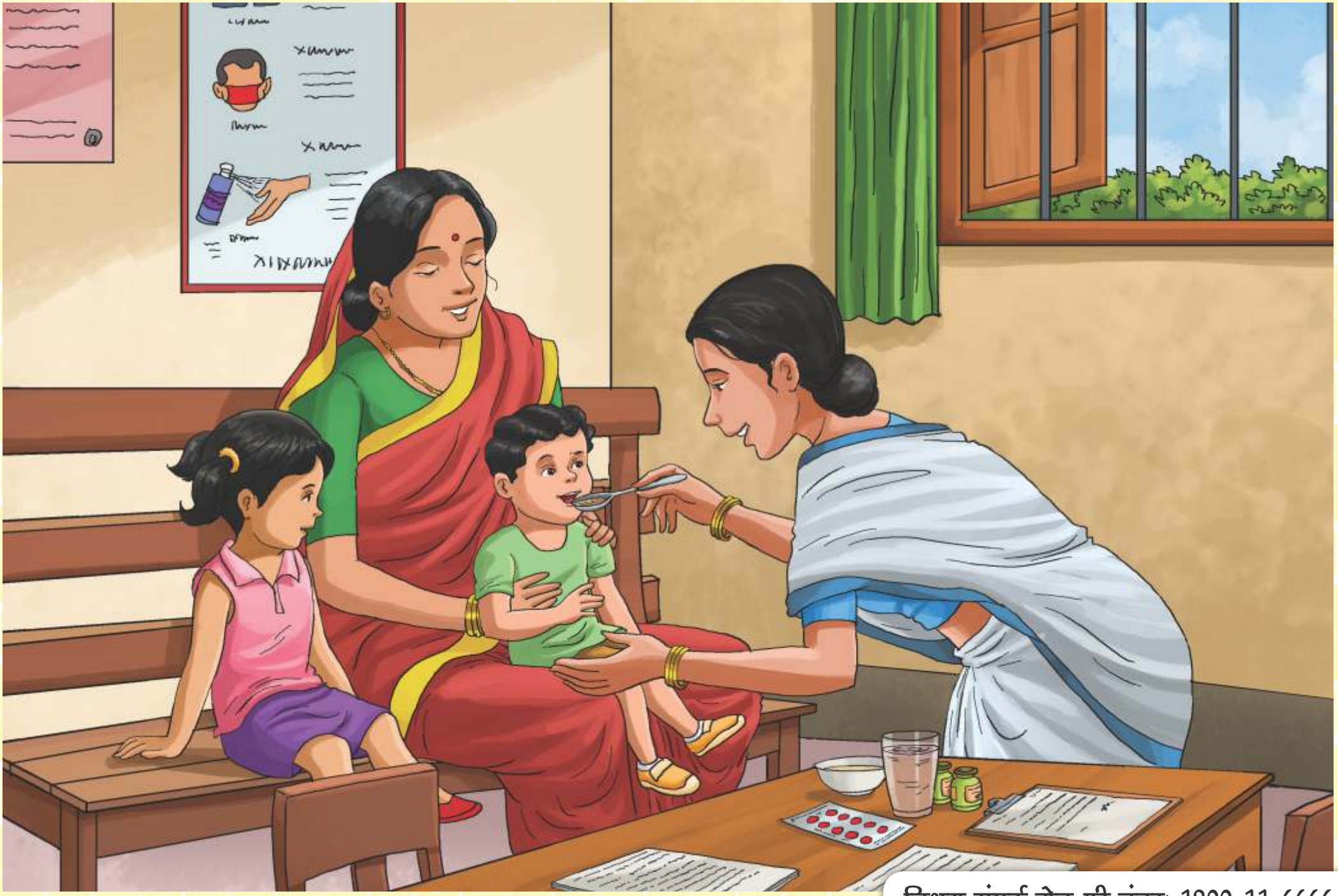
- अधिकारियों ने उन्हें सावधान किया कि बच्चे बहुत संवेदनशील होते हैं और उन्हें टीबी (TB) संक्रमण का अधिक खतरा होता है। इसलिए, 6 वर्ष से कम उम्र के बच्चों को निवारक टीबी (TB) की दवाई दी जाती है। टीबी (TB) से बचाव के लिए सुरेश के 2 और 5 वर्ष के दोनों बच्चों को यह दवाई निश्चित रूप से खिलाई जानी चाहिए।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- टीबी (TB) शरीर के कौन-से हिस्से को प्रभावित करता है ?
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के परिवार के बच्चों को संक्रमण से सुरक्षा प्रदान करने के लिए क्या किया जाना चाहिए ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- स्वास्थ्य अधिकारियों के परामर्श पर सुरेश और मधु अपने बच्चों को सरकारी स्वास्थ्य केंद्र ले जाते हैं और उनके लिए निःशुल्क टीबी निवारक दवाइयां ले आते हैं।
- उन्होंने अपने पिता की भी टीबी (TB) जांच करवाई। जांच से पता चला कि उनके पिताजी भी टीबी (TB) से ग्रसित हैं और उन्होंने भी अपना उपचार शुरू कराया। चूंकि पिताजी की बीमारी के बारे में समय पर पता चल गया, डॉक्टर ने उनके पूरे परिवार को भरोसा दिलाया कि वे जल्द ही इस बीमारी से ठीक हो जाएंगे।



निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या आपके अनुसार जो लोग टीबी (TB) से ग्रसित होते हैं, उन्हें समाज में भेदभाव सहना पड़ता है ?
- उन्हें किस प्रकार के भेदभाव का सामना करना पड़ता है ?
- आपके अनुसार ऐसा क्यों होता है ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सुरेश ने पहले अपने मित्र की बहन के बारे में सुना था जिसे टीबी (TB) हो गई थी और उसके ससुराल वालों ने उसे घर से निकाल दिया था।
- जब सुरेश को खुद अपने टीबी (TB) के बारे में पता चला तब उसे डर लगने लगा कि उसका समाज भी उसके साथ वैसा ही व्यवहार करेगा, और इसलिए उसने किसी को भी अपनी बीमारी के बारे में नहीं बताया।
- जैसा कि डॉक्टर ने सुरेश को बताया कि 2 हफ्तों के उपचार के बाद टीबी (TB) से संक्रमण संभव नहीं, तो उसने अपने कार्यस्थल में 2 हफ्तों की छुट्टी के लिए आवेदन देने का फैसला किया, यह सोचकर कि इन 2 हफ्तों के बाद वह अपने कार्यस्थल लौट सकता है।
- जब सुरेश छुट्टी का आवेदन देने फैक्ट्री जाता है, वह यह देखकर हैरान रह जाता है कि उसके सहकर्मी उसकी बीमारी के बारे में पहले से ही जानते हैं। जो सहकर्मी सुरेश को अस्पताल लेकर गया था उसने ही बाकी सभी सहकर्मियों को सुरेश की बीमारी के बारे में बताया था।
- सुरेश अपने मालिक/बॉस से बात करने के लिए जाता है। तभी, उसके सभी सहकर्मी मालिक/बॉस के कार्यालय में आते हैं और सुरेश को नौकरी से निकाल देने की बात कहते हैं। वे शिकायत करते हैं कि टीबी (TB) से संक्रमित व्यक्ति के साथ काम करके वे अपना जीवन जोखिम में नहीं डाल सकते।
- ऐसा सुनकर सुरेश अपने परिवार की फिक्र करने लगता है कि उसकी नौकरी चले जाने पर उसके परिवार का गुजारा कैसे होगा ?

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- हालांकि, उसका मालिक/बॉस एक शिक्षित व्यक्ति है जो सुरेश के सहकर्मियों की बात नहीं सुनता।
- मालिक/बॉस अपने सभी स्टाफ सदस्यों से कहता है कि उन्हें अपने आपको सुरेश की जगह पर रखकर देखना चाहिए कि सुरेश की स्थिति में उन्हें कितनी परेशानियों का सामना करना पड़ता। सुरेश की तरह अगर वे भी टीबी (TB) से ग्रसित होते तो क्या वे नहीं चाहते कि उनके सहकर्मी उन्हें सहारा दें, या उन्हें दूसरों द्वारा अनदेखा किए जाने पर अच्छा लगता? मालिक/बॉस उन्हें समझाते हैं कि सुरेश को 2 हफ्तों की छुट्टी दी जाएगी और चूंकि वह नियमित रूप से दवाइयां लेता रहेगा, इन 2 हफ्तों के बाद उसके माध्यम से संक्रमण फैलने का खतरा नहीं रहेगा। कार्यस्थल पर वापस लौटने पर सुरेश सुनिश्चित रूप से पूरी सावधानी बरतेगा ताकि उसके कारण सहकर्मियों को कोई भी जोखिम न उठाना पड़े।
- सुरेश अपने सहकर्मियों को भरोसा दिलाता है और वे सभी उसकी ओर सहानुभूति दर्शाते हुए उससे अपने भेदभाव भरे व्यवहार के लिए माफी मांगते हैं। सुरेश खुश है कि उसे नौकरी से नहीं निकाला गया।
- टीबी (TB) के बारे में लोगों के मन में कई गलत धारणाएं हैं। जैसे कि, बहुत से लोग मानते हैं कि टीबी (TB) सिर्फ गरीबों को होता है या टीबी (TB) एक श्राप है जो बुरे कर्मों के जवाब में मिलता है – ये दोनों धारणाएं गलत हैं।
- चूंकि ऐसी गलत धारणाएं समाज में काफी फैली हुई हैं, जिन लोगों को टीबी (TB) होता है उन्हें कई भेदभाव भरे व्यवहारों का सामना भी करना पड़ता है।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति और उसके परिवार के सदस्य बीमारी से कम और इस बात से ज्यादा परेशान रहते हैं कि उन्हें समाज, परिवार, विद्यालय या कार्यस्थल से निकाल दिया जाएगा। इस डर के कारण टीबी (TB) से ग्रसित लोग छिपकर जीवन व्यतीत करते हैं, और दूसरों से बात करने में हिचकिचाहट महसूस करते हैं।
- आम तौर पर समाज से बाहर निकाल देने के डर से लोग टीबी (TB) की जांच नहीं कराते और ऐसा करना उनके लिए नुकसानदायक होता है, क्योंकि टीबी (TB) के लिए उपचार देर से शुरू करना पीड़ित व्यक्ति के लिए खतरनाक साबित हो सकता है। सही समय पर टीबी (TB) का उपचार शुरू नहीं करने से यह बीमारी खतरनाक रूप धारण कर लेती है।
- इस प्रकार का भेदभाव भरा व्यवहार अपनाना सही नहीं है। हमें टीबी (TB) से डरना नहीं है। हमें टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को सहारा देना चाहिए ताकि वे सकारात्मक रूप से प्रोत्साहित होकर टीबी (TB) संबंधी उचित उपचार प्राप्त करें और पूरी तरह से स्वस्थ हो जाएं।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार सुरेश ने टीबी (TB) की जांच और उपचार के लिए कितने पैसे खर्च किए होंगे ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सुरेश को अपने उपचार, बलगम की जांच और एक्स-रे के लिए कोई खर्च करने की आवश्यकता नहीं हुई।
- आपको पता होना चाहिए कि टीबी (TB) का पता लगाना और उसका उपचार सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क किया जाता है। सरकार ने टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को लाभ प्रदान करने के लिए कई योजनायें भी शुरू की हैं। टीबी (TB) संबंधी योजनायें इस प्रकार हैंः

- निक्षय पोषण योजना के अंतर्गत जितने दिन टीबी (TB) से ग्रसित लोगों का उपचार चलता है उतने दिन उनके बैंक खाते में हर महीने 500 रुपए जमा किए जाते हैं। इस राशि द्वारा वे अपने लिए पौष्टिक आहार की व्यवस्था कर सकते हैं। इस राशि को प्राप्त करने के लिए टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को अपने आधार कार्ड की जानकारी प्रदान कर निक्षय के अंतर्गत अपना पंजीकरण कराना होता है।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- राष्ट्रीय स्वास्थ्य बीमा योजना के अंतर्गत पीले कार्ड धारक (यानि कि गरीबी रेखा से नीचे आने वाले बीपीएल परिवार) यदि किसी भी बीमारी के उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती होते हैं, तो 30 रूपए जमा करके वे वार्षिक 30,000 रूपए के लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

- आदिवासी व्यक्ति के टीबी (TB) से ग्रसित होने की स्थिति में व्यक्ति का उपचार पूरा हो जाने पर उसके आने-जाने के खर्च की पूर्ती के रूप में उसे 750 रुपए दिए जाते हैं। जो आदिवासी लोग पहाड़ों और दूर-दराज के इलाकों में रहते हैं उन्हें इसके लिए 500 रुपए दिए जाते हैं।

- गंभीर टीबी (TB) जैसे कि एमडीआर टीबी (MDR TB) होने की स्थिति में टीबी (TB) से ग्रसित लोग यदि जिले के बाहर स्थित टीबी (TB) सेंटर से प्राप्त सही रसीद दिखाते हैं तो उन्हें हर बार 1000 रूपए दिए जाएंगे। इसके लिए, सार्वजनिक यातायात का इस्तेमाल करना चाहिए।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- स्वयंसेवक जो अपने समुदाय में टीबी (TB) की रोकथाम के लिए कदम उठा रहे हैं उनके समर्थन में भी योजनायें शुरू की गई हैं-
  - आदिवासी जो खुद अपने गांव के लोगों से बलगम इकट्ठा कर उसे निदान सेंटर भेजते हैं उन्हें 100 रुपए दिए जाते हैं। अगर उन्हें हफ्ते में एक से अधिक बार निदान सेंटर जाने की आवश्यकता होती है तो उन्हें महीने में 200 रूपए दिए जाते हैं।
  - पहाड़ी और दूर-दराज के इलाकों में रहने वाले लोग खुद अपने गांव के लोगों के बलगम इकट्ठा कर उसे निदान सेंटर भेजते हैं तो हर एक व्यक्ति को 25 रुपए दिए जाते हैं।
  - टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति का उपचार पूरा हो जाने पर उसके उपचार सहायक को भी प्रोत्साहन राशि दी जाती है।
- अगर आपको टीबी (TB) संबंधी सुविधाएं या सरकारी योजनाओं का लाभ नहीं मिल रहा या आपको टीबी (TB) के लिए उपचार या दवाइयां प्राप्त करने में परेशानी हो रही है, या आपके गांव के लोग आपसे या आपके परिवार के सदस्य के साथ भेद-भाव भरा व्यवहार करते हैं, तो आपको अपने पंचायत या किसी स्थानीय स्वास्थ्य अधिकारी या मेरे जैसे किसी स्थानीय टीबी (TB) चैंपियन को इसकी सूचना देनी चाहिए, ये सभी आपको आपके अधिकार वापस दिलाने में मदद करेंगे।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आप सभी को याद होगा कि मार्च 2020 में हमें कोविड-19 नामक विषाणु के बारे में पता चला और इस कारण हर जगह दहशत फैल गई।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- उस समय यह विषाणु नया था। लेकिन आज कोविड-19 या कोरोनावायरस के बारे में आप क्या जानते हैं ?
- आपके अनुसार किस प्रकार के लोगों को कोविड-19 से अधिक खतरा है ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- अब मैं आपको एक ऐसी कहानी सुनाने जा रहा/रही हूं जिसमें सुरेश और उसके पिताजी दोनों ही टीबी (TB) से ग्रसित थे और अपने परिवार के साथ हमारे जैसे ही किसी गांव में रहते थे।
- जैसे-जैसे कोविड-19 के मामले बढ़ते गए, सुरेश और उसका परिवार भी इस बात से परेशान रहने लगा कि जो लोग टीबी (TB) जैसी बीमारी से ग्रसित हैं उन्हें कोविड-19 से अधिक खतरा है।
- सुरेश अपने उपचार सहायक अजय के पास जाता है जो उसे अपने गांव की आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) से इस बारे में जानकारी लेने की सलाह देता है।
- सुरेश और अजय दोनों आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) के पास जाते हैं और वह उन्हें कोविड-19 के बारे में विस्तार में बताती है। वह कहती है -

- कोविड-19 एक संक्रामक बीमारी है जो हाल ही में खोजे गए विषाणु कोरोनावायरस से होती है।
- कोरोनावायरस मुख्यतः किसी व्यक्ति के खांसने या छींकने पर उसके थूक या नाक से निकले तरल पदार्थ की छोटी-छोटी बूंदों के माध्यम से फैलता है। अगर आप ऐसे ही किसी व्यक्ति के पास खड़े हैं तो विषाणु युक्त ये छोटी-छोटी बूंदें आपके सांस के माध्यम से आपके शरीर में प्रवेश कर सकती हैं।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सुरेश आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) से पूछता है कि कौन-से लोग इस विषाणु से ग्रसित हो सकते हैं और क्या टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को इस विषाणु से ज़्यादा खतरा है।
- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) समझाती है कि यह विषाणु किसी को भी बीमार कर सकता है, चाहे वह व्यक्ति पुरुष हो या महिला, जवान हो या बूढ़ा, या फिर अमीर हो या गरीब। हालांकि, जिन लोगों की प्रतिरोधक शक्ति कम है और जो लोग डायबिटीज, दिल की बीमारी या टीबी (TB) जैसी बीमारियों से पहले से ही ग्रसित हैं, उन्हें इस विषाणु से अधिक खतरा है। इसके साथ ही, जिन लोगों की उम्र 50 से अधिक है उन्हें भी इस विषाणु से अधिक खतरा है।
- सुरेश बताता है कि उसे फिक्र हो रही है क्योंकि वह खुद और उसके पिता दोनों ही टीबी (TB) से ग्रसित हैं। वह इस बात से भी परेशान है कि कोविड-19 के चलते वह टीबी (TB) उपचार कैसे प्राप्त करेगा, क्योंकि इस समय स्वास्थ्य केंद्र मरीजों से भरा पड़ा है और इसलिए स्वास्थ्य केंद्र जाने से उसके और उसके पिता के लिए कोरोनावायरस संक्रमण का खतरा बढ़ सकता है।
- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) समझाती है कि यह अतिआवश्यक है कि सुरेश और उसके पिता अपना टीबी (TB) उपचार कराते रहें। स्वास्थ्य केंद्र जाने से बचने के लिए सुरेश और उसके पिता डॉक्टर से फोन के माध्यम से परामर्श ले सकते हैं। उपचार चालू रखने के लिए सुरेश को अपने डॉक्टर के साथ संपर्क में रहना चाहिए।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या आप कोविड-19 से बचने के कुछ उपाय बता सकते हैं ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) लोगों को भी समझाती है कि किस प्रकार वे कोविड-19 से अपना बचाव कर सकते हैं। वह समझाती है कि-

- जो लोग कोरोनावायरस संक्रमण से ग्रसित होते हैं उन्हें खांसी, बुखार होता है और सांस लेने में परेशानी भी होती है।
- हालांकि, यह समझना आवश्यक है कि कोरोनावायरस संक्रमण से ग्रसित बहुत से मरीजों में कोई भी लक्षण दिखाई नहीं देते।
- इसलिए, यह ज़रूरी है कि चाहे लोगों में कोरोनावायरस संक्रमण के लक्षण दिखें या न दिखें, अगर आप बहुत से लोगों के बीच हों तो सावधानी बरतें।

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) आगे कहती है कि घर से बाहर निकलने पर निम्नलिखित उपायों का पालन करना चाहिएः

- घर से बाहर हमेशा मास्क पहनकर ही निकलें।
- अपने हाथों से कभी भी अपने नाक, आँख या मुंह को न छुएं।
- दूसरों से कम-से-कम 6 फीट की दूरी बनाकर रखें। भीड़ वाले इलाकों से दूर रहें।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) ने स्वच्छता सुनिश्चित करने वाले कुछ उपाय भी साझा किए, जिनके माध्यम से विषाणु से छुटकारा पाया जा सकता हैः

- अपने हाथों को बार-बार साबुन और पानी या अल्कोहल वाले हैंड सैनिटाइजर से 20 सेकंड के लिए धोएं।
- हाथ धोते समय कलाइयों, हथेलियों के आगे-पीछे और उंगलियों के बीच में ठीक से रगड़ें।
- अगर हमने किसी व्यक्ति को या किसी संक्रमित सतह को छुआ होगा तो साबुन से हाथ धोकर विषाणु का खात्मा कर हम निश्चित रूप से अपना बचाव कर सकते हैं।
- आप बाज़ार से राशन, सब्ज़ी, फ़ल और दूध की थैली (पैकेट) लाएं तो प्रयोग करने से पहले इन्हें अच्छे-से धो लें।

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) सुरेश से कहती है कि कोविड-19 के चले जाने के बाद भी इससे बचाव के लिए ज़रूरी सावधानियां बरती जानी चाहिए, क्योंकि इस प्रकार ही दूसरी बीमारियों से भी बचाव संभव होगा।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सुरेश आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) से कहता है कि उसने कोविड-19 से बचने के दूसरे सुरक्षा उपायों के बारे में भी सुना है, जैसे शराब पीना।
- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) सुरेश और उसके उपचार सहायक को चेतावनी देती है कि उन्हें ऐसी अफवाहों पर बिलकुल विश्वास नहीं करना चाहिए। ये धारणाएं गलत हैं और ऐसे उपायों से विषाणु से सुरक्षा नहीं मिलती। जैसेः

- शराब कोरोनावायरस से बचाव नहीं करता। टीबी (TB) से ग्रसित लोगों के मामले में शराब पीना और भी हानिकारक साबित होगा।
- गर्म पानी से नहाना कोरोनावायरस से सुरक्षा प्रदान नहीं करता। अधिक गर्म पानी से नहाने से त्वचा जल जाने का खतरा रहता है।
- कोरोनावायरस केवल अधिक उम्र वाले व्यक्तियों को ही नहीं होता, यह बच्चों और जवान लोगों को भी हो सकता है।
- मांस/मछली/अंडे खाने से कोरोनावायरस द्वारा संक्रमण का खतरा नहीं बढ़ता।
- कोरोनावायरस गर्म और नमी वाले इलाकों में भी फैलता है।
- अपने ऊपर अल्कोहल या क्लोरीन का छिड़काव करने से कोरोनावायरस से बचाव संभव नहीं, बल्कि ऐसा करना आपके कपड़ों को नुकसान पहुंचा सकता है और यह आपकी आखों और शरीर के लिए हानिकारक भी हो सकता है। अल्कोहल का प्रयोग सिर्फ सतहों को कीटाणुरहित करने के लिए करना चाहिए।
- कोरोनावायरस के संक्रमण को रोकने के लिए अभी भी कोई दवाई उपलब्ध नहीं है। कोविड-19 विषाणु के विरुद्ध टीकों (वैक्सीन) का निर्माण किया जा रहा है। जब तक कोविड-19 विषाणु के टीके (वैक्सीन) आसानी से मिलने शुरू नहीं हो जाते तब तक हमें मास्क पहनना चाहिए, अपने हाथों को समय-समय पर धोना/सैनिटाइज करना चाहिए और दूसरों से दूरी बनाकर रखनी चाहिए।
- एंटीबायोटिक दवाइयां विषाणु संक्रमण ठीक नहीं करते।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) सुरेश को सलाह देती है कि उसे और उसके पिता को कोविड-19 जांच करनी चाहिए।
- यह सुनकर सुरेश परेशान हो जाता है और आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) से पूछता है कि वह उन्हें कोविड-19 जांच कराने के लिए क्यों कह रही है, क्योंकि न तो उसे और न ही उसके पिता में कोविड-19 लक्षण हैं; और-तो-और वे दोनों ही कोविड-19 से बचने के लिए सभी सावधानियां भी बरत रहे हैं।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार क्यों आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) सुरेश और उसके पिता को कोविड-19 जांच कराने के लिए कहती है ?
- क्या सुरेश को यह जांच करानी चाहिए या नहीं ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) सुरेश को भरोसा दिलाती है कि इस जांच को लेकर परेशान होने की ज़रूरत नहीं। यह सरकारी दिशानिर्देश के अनुसार है। सरकारी दिशानिर्देश के अनुसार हर एक व्यक्ति जो टीबी (TB) से ग्रसित है उसके लिए कोविड-19 जांच अनिवार्य है, क्योंकि टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को कोविड-19 से अधिक खतरा है। वह सुझाव देती है कि अजय को भी सुरेश और उसके पिता के साथ जांच केंद्र जाना चाहिए।
- यह जांच टीबी (TB) से ग्रसित लोगों के कल्याण के लिए ही है। अगर वे जाने-अनजाने में कोरोनोवायरस के संपर्क में आ गए हैं तो कोविड-19 जांच द्वारा तुरंत संक्रमण का पता लग जाएगा, और समय पर उपचार द्वारा वे बिना परेशानी के स्वस्थ भी हो जाएंगे।
- सुरेश और अजय आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) को उसके अच्छे सुझाव के लिए धन्यवाद कहते हैं।
- आशा कार्यकर्ता (या मितानिन/सहिया) का सुझाव मानते हुए सुरेश और उसके पिता अजय के साथ जांच केंद्र जाकर अपनी कोविड-19 जांच कराते हैं।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- जांच से खुलासा होता है कि सुरेश कोविड-19 से ग्रसित नहीं है, लेकिन उसके पिता को कोविड-19 संक्रमण हुआ है।
- सुरेश अब परेशान है कि उसके पिता का उपचार कैसे होगा, और इस संक्रमण से उसके पिता की टीबी (TB) स्थिति पर क्या प्रभाव पड़ेगा।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार सुरेश और उसके पिता को अब क्या करना चाहिए ?
- सुरेश अपने पिता का कोविड-19 उपचार कहां और कैसे कराएगा ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- जांच केंद्र का स्टाफ सुरेश को भरोसा दिलाता है कि सरकार ने टीबी (TB) से ग्रसित मरीजों के लिए कोविड-19 जांच और दूसरी सुविधाओं की निःशुल्क व्यवस्था की हुई है।
- यह अच्छी बात है कि सुरेश के पिता के कोविड-19 द्वारा संक्रमित होने के बारे में समय पर पता चल गया है। अब उनका कोविड-19 का उपचार तुरंत शुरू किया जा सकता है।
- स्टाफ सुरेश को बताता है कि जब तक उसके पिता का कोविड-19 उपचार चल रहा है, उनके टीबी (TB) का उपचार भी साथ-साथ चलते रहना चाहिए। इसलिए, उसके पिता को ऐसे स्वास्थ्य केंद्र में भर्ती किया जाएगा जहां टीबी (TB) और कोविड-19 संक्रमण दोनों का उपचार किया जाता है।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- स्टाफ सुरेश से कहता है कि चूंकि कोविड-19 एक संक्रामक बीमारी है, उसके पिता को तुरंत एकांतवास (आइसोलेशन) में रखने की ज़रूरत है। पिता के उपचार के दौरान परिवार के सदस्यों को उनसे मिलने नहीं दिया जाएगा।
- सुरेश अपने पिता को स्वास्थ्य केंद्र में अकेला छोड़ने के बारे में परेशान है। स्टाफ उसे भरोसा दिलाते हैं कि पिता का स्वास्थ्य केंद्र में रहना ही उनके और उनके पूरे परिवार के लिए अच्छा है। चूंकि पिता टीबी (TB) से भी ग्रसित हैं, उनके लिए योग्य स्टाफ की देखभाल में रहना सर्वोत्तम होगा। यह स्टाफ उनकी स्थिति पर निगरानी रखते हुए उन्हें उचित उपचार प्रदान करेगा ।
- स्टाफ सुरेश को यह भी सुझाव देता है कि चूंकि वह और उसका पूरा परिवार कोविड-19 से संक्रमित पिता के संपर्क में था, उसे अगले 14 दिनों के लिए अपने पूरे परिवार के साथ एकांत (आइसोलेशन) में रहना चाहिए। एकांत (आइसोलेशन) में रहने के दौरान परिवार के सदस्यों को घर से बाहर नहीं निकलना चाहिए, उन्हें दूसरे लोगों से नहीं मिलना चाहिए और न ही अपने घर में किसी का स्वागत करना चाहिए; इस प्रकार अगर वे संक्रमित हैं तो उनसे यह संक्रमण किसी और व्यक्ति को नहीं होगा। इसके साथ ही, अगर किसी सदस्य को खांसी, बुखार या सांस लेने में तकलीफ हो, तो उन्हें तुरंत स्वास्थ्य सेवा केंद्र में कोविड-19 जांच करानी चाहिए।
- पिता के कुछ हफ्तों के उपचार के बाद, स्वास्थ्य केंद्र से सुरेश को अच्छी खबर मिलती है कि उसके पिता कोविड-19 संक्रमण से ठीक हो गए हैं, और वे अब घर जा सकते हैं।
- जब सुरेश के पिता को स्वास्थ्य केंद्र से छुट्टी मिलती है तब डॉक्टर सुरेश से कहते हैं कि उसके पिता को डॉक्टर के पर्चे (प्रिस्क्रिप्शन) के अनुसार अपनी टीबी (TB) की दवाइयां लेती रहनी चाहिए। और साथ ही उन्हें कोविड-19 संक्रमण से बचाव के लिए आवश्यक सभी सावधानियां भी बरतनी चाहिए, क्योंकि इस संक्रमण से स्वस्थ होने के बाद भी व्यक्ति फिर से संक्रमित हो सकता है।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सुरेश गंभीर टीबी (TB) का शिकार था। हालांकि, नियमित उपचार और अनुशासन-बद्ध देखभाल की बदौलत वह पूरी तरह से स्वस्थ हो गया, और आज वह स्वस्थ और सक्रिय जीवन जी रहा है।
- सुरेश ने अपने इस दर्द भरे अनुभव से बहुत कुछ सीखा, और अब वह टीबी (TB) से दूसरों का बचाव करना चाहता है। और साथ ही, टीबी (TB) से ग्रसित लोगों की भी मदद करना चाहता है।
- सुरेश अपने गाँव में टीबी (TB) चैंपियन बन जाता है और गाँव के लोगों को अपने स्वास्थ्य की ज़िम्मेदारी लेने की सलाह देता है।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- सुरेश के अनुसार अपने स्वास्थ्य की जिम्मेदारी खुद लेने का क्या मतलब है ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- वह अपने गाँव के लोगों को अपनी गलतियों के बारे में बताता है कि किस प्रकार उसने अपना टीबी (TB) टेस्ट देर से करवाया, जिस कारण उसकी स्थिति गंभीर हो गई और उसका उपचार भी मुश्किल और लंबे समय के लिए चला।
- उसे अपनी गलतियों का पछतावा है, और वह अपने गाँव के लोगों को अपने स्वास्थ्य की जिम्मेदारी लेने की सलाह देता है; वह उन्हें कहता है कि उन्हें इस बीमारी के किसी भी लक्षण को अनदेखा नहीं करना चाहिए, समय पर डॉक्टर के पास चेक-अप के लिए जाना चाहिए, और डॉक्टर की सलाह के अनुसार उचित उपचार कराना चाहिए।
- वह लोगों को यह भी सलाह देता है कि टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के रूप में उन्हें अपने अधिकारों से अवगत होना चाहिए, और अच्छी स्वास्थ्य सेवाओं की मांग करनी चाहिए।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या आप एक मरीज़ के रूप में अपने अधिकारों से अवगत हैं ?
- उपचार के लिए स्वास्थ्य केंद्र जाने की स्थिति में आपकी कौन-सी मांगें पूरी होनी चाहिए ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- हमने सुरेश की कहानी सुनी कि किस प्रकार उसे टीबी (TB) से पूर्ण मुक्ति मिली; ऐसा इसलिए संभव हुआ क्योंकि उसे डॉक्टर से सही परामर्श और उपचार मिला और साथ ही, उसे अपने मालिक/बॉस से सहारा मिला, जिस कारण उसकी नौकरी बच गई। लेकिन हम कई ऐसे मामले देखते हैं जहां टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति को अलग-अलग परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार क्या होता अगर सुरेश को उसके मालिक/बॉस ने नौकरी से निकाल दिया होता? क्या आपके अनुसार ऐसी चीज़ें वास्तव में होती हैं?
- नौकरी से निकाल दिए जाने की स्थिति में सुरेश क्या कर सकता था?
- क्या आपके अनुसार लोग इस प्रकार के भेदभाव को रोकने के लिए कोई कदम उठा सकते हैं?

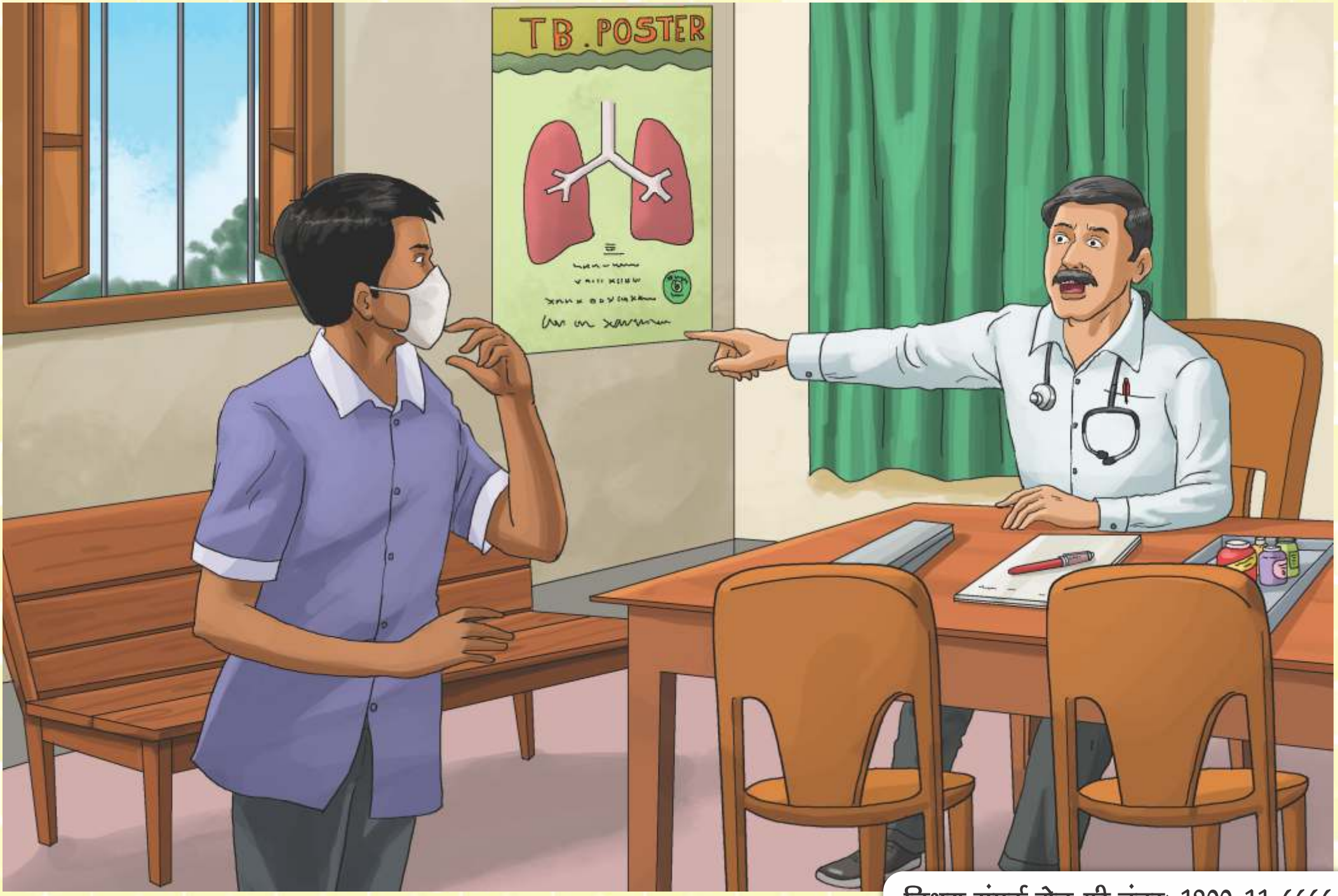
निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- आपके अनुसार क्या होता अगर स्वास्थ्य केंद्र या डॉक्टर सुरेश का उपचार करने से मना कर देते ? क्या आपके अनुसार ऐसी चीज़ें वास्तव में होती हैं ?
- उपचार न मिलने की स्थिति में सुरेश क्या कर सकता था ?
- क्या आपके अनुसार लोग इस प्रकार के भेदभाव को रोकने के लिए कोई कदम उठा सकते हैं ?

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के रूप में सुरेश को स्वास्थ्य केंद्र में अपनी बीमारी के लिए उपचार प्राप्त करने का पूरा अधिकार है। उसे नौकरी करते रहने का अधिकार भी है।
- वह स्वास्थ्य केंद्र, अपने मालिक/बॉस और गांव के विभिन्न लोगों और संस्थाओं से समान और उचित व्यवहार की मांग कर सकता है।
- हमारे देश में जो लोग स्वास्थ्य सेवा प्राप्त करते हैं, उनके लिए कुछ अधिकार सुरक्षित हैं। हर व्यक्ति के लिए इन अधिकारों का ज्ञान आवश्यक है, ताकि वह समझ जाए कि एक मरीज़ और इंसान के रूप में उसे किस प्रकार की स्वास्थ्य सेवा की मांग करनी चाहिए। ये कानूनी अधिकार हैं, और इनका लाभ उठाना हर एक मरीज़ का हक है।



निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- अब मैं आपको ऐसे कुछ महत्वपूर्ण अधिकारों के बारे में बताने जा रहा/रही हूं जिनकी मांग हर एक मरीज कर सकता है।
- आपको निम्नलिखित अधिकारों के लाभ उठाने का हक हैः

देखभाल

- टीबी (TB) के लिए निःशुल्क और उचित देखभाल मिलनी चाहिए, चाहे आपका लिंग, आपकी उम्र और समाज में आपका ओहदा कुछ भी हो।
- देखभाल की गुणवत्ता भारत में टीबी (TB) देखभाल के मानकों के अनुसार होनी चाहिए।
- सामुदायिक देखभाल कार्यक्रमों का लाभ मिलना चाहिए।

सम्मान

- सम्मान और आदर मिलना चाहिए।
- परिवार, समाज (गांव के लोगों का) और राष्ट्रीय कार्यक्रमों का सहारा मिलना चाहिए।

जानकारी

- उपलब्ध स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में जानकारी मिलनी चाहिए।
- अपनी स्वास्थ्य स्थिति और उपचार के बारे में जानकारी मिलनी चाहिए।
- दवाइयों के नाम, उनकी खुराक और उनसे जुड़े दुष्प्रभावों के बारे में जानकारी मिलनी चाहिए।
- अपने मेडिकल रिकॉर्ड स्थानीय भाषा में मिलने चाहिए।
- अपने जैसे दूसरे लोगों का समर्थन और खुद आवश्यकता महसूस होने पर परामर्श सेवा मिलनी चाहिए।

चुनने का अधिकार

- मुख्य डॉक्टर के अलावा किसी दूसरे डॉक्टर से भी परामर्श लेने का अधिकार।
- सर्जरी के बजाय दवाइयों से उपचार कराने का अधिकार।
- शोध-अध्ययनों में भाग लेने से मना करने का अधिकार।

विश्वास

- गोपनीयता का अधिकार और अपनी संस्कृति और धार्मिक भावनाओं के प्रति सम्मान का अधिकार।
- अपनी शारीरिक स्थिति को गोपनीय रखने का अधिकार।
- जिन स्वास्थ्य केंद्रों में प्रभावी रूप से संक्रमण की रोकथाम की जाती है, वहां देखभाल प्राप्त करने का अधिकार।

सुरक्षा

- टीबी (TB) का पता लगने से लेकर स्वस्थ हो जाने तक इस बीमारी से ग्रसित व्यक्ति का अपनी नौकरी में बने रहने का अधिकार।
- अच्छी गुणवत्ता वाली दवाइयां और अच्छी प्रक्रियाओं द्वारा बीमारी की जानकारी प्राप्त करने का अधिकार।

न्याय

- देखभाल की कमी होने की स्थिति में इसके विरुद्ध शिकायत दर्ज कराने और उस पर कार्यवाही का अधिकार।
- अनुचित परिणाम मिलने पर उच्चतर प्राधिकारी के पास पुनर्विचार के लिए आवेदन भेजने का अधिकार।
- ज़िम्मेदार स्थानीय और/या राष्ट्रीय रोगी प्रतिनिधियों को वोट देने का अधिकार।

संस्था

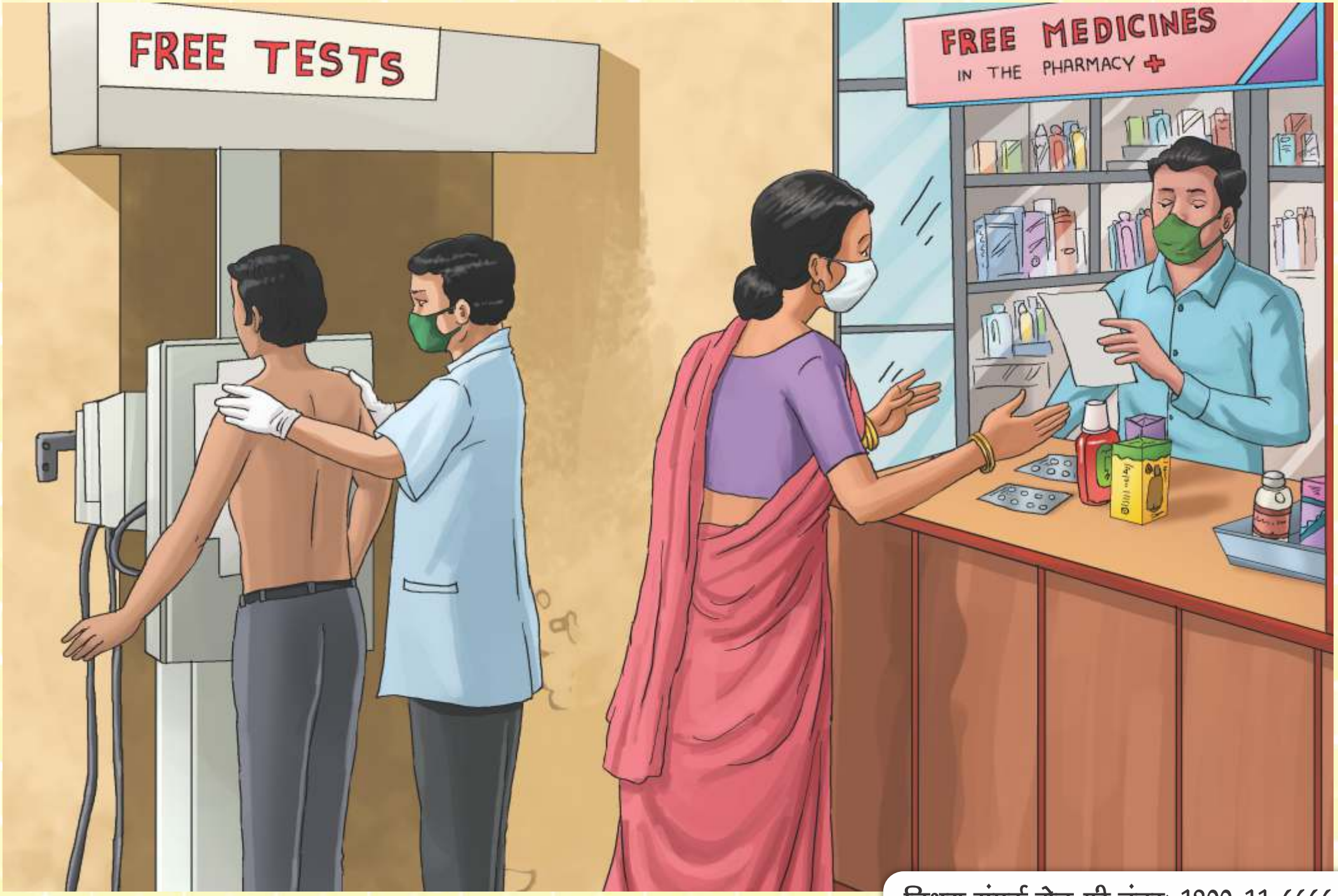
- समर्थन समूहों (पीयर सपोर्ट ग्रूप), क्लब और गैर-सरकारी संगठनों (एनजीओ) (NGO) का निर्माण करने या इनका सदस्य बनने का अधिकार।
- टीबी (TB) कार्यक्रमों के योजना निर्माण में भागीदारी का अधिकार।

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- सरकार के आदेशानुसार सरकारी स्वास्थ्य केंद्रों के लिए टीबी (TB) से ग्रसित लोगों का उपचार करना, और उन्हें समर्थन प्रदान करना अनिवार्य है, और इन सेवाओं की मांग करना हमारा अधिकार हैः

- निःशुल्क टेस्ट कराने और दवाई प्राप्त करने का अधिकार।
- यातायात खर्च या ऊपरी खर्चों से मुक्ति का अधिकार।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति को सहायक परियोजनाओं से लाभ प्राप्त करने का अधिकार और आर्थिक लाभ की स्थिति में बैंक एकाउंट में सीधे पैसे प्राप्त करने का अधिकार।
- घर के पास स्वास्थ्य केंद्र में सुविधाजनक समय पर बिना लंबा इंतजार किए उपचार प्राप्त करने का अधिकार।
- टीबी (TB) के गंभीर रूप, जिसका उपचार दवाइयों द्वारा नहीं हो सकता, उसके लिए टेस्ट कराने का अधिकार।
- ऐसा व्यक्ति जो टीबी (TB) से ग्रसित होने के साथ-साथ डायबिटीज और एचआईवी (HIV) जैसी बीमारियों से भी ग्रसित है, उसे दूसरे ज़रूरी टेस्ट कराने का अधिकार।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति के परिवार के सदस्य, जो उसके साथ ही रहते हैं, उन्हें टीबी स्क्रीनिंग कराने का अधिकार।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य संबधी परामर्श, आदि प्राप्त करने का अधिकार।
- टीबी (TB) से ग्रसित व्यक्ति का टीबी दवाइयों से होने वाले संक्रमण और दवाइयों के दुष्प्रभावों की रोकथाम के लिए विस्तारित परामर्श प्राप्त करने का अधिकार।
- सेवा प्रदाताओं से सम्मानजनक उपचार प्राप्त करने का अधिकार।
- नौकरी संबंधी सहायता प्राप्त करने का अधिकार।



निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

फेसिलिटेटर द्वारा वर्णनः-

- अगर टीबी (TB) से ग्रसित लोगों को उनके अधिकारों के अनुरूप उचित उपचार और/या सेवाएं नहीं मिल रहीं, तो उन्हें अपने पंचायत या किसी स्थानीय स्वास्थ्य अफसर, या मेरे जैसे किसी स्थानीय टीबी (TB) चैंपियन को इसकी सूचना देनी चाहिए। हम सभी उन्हें उनका अधिकार वापस दिलाने में उनकी मदद करेंगे।
- अपने और अपने परिवार की भलाई के लिए अधिकारों की मांग करना हमारे ही हाथों में है। और अगर गांव के सभी लोग एक साथ मिलकर अपने अधिकार हासिल करने के लिए प्रयास करेंगे, तो इससे उनके प्रयासों का परिणाम और भी अच्छा होगा।
- समुदाय का हर एक सदस्य गांव को टीबी (TB) मुक्त बनाने में अपना योगदान दे सकता है। गांव के लोग सुरक्षा उपायों का पालन कर अपना योगदान दे सकते हैं, जैसे खांसते/छींकते समय अपना मुंह ढक लेना, मास्क पहनना और महामारी के दौरान लोगों से उचित दूरी बनाकर रखना। इसके साथ ही, वे टीबी (TB) से ग्रसित लोगों के प्रति गैर-पक्षपाती व्यवहार अपनाते हुए उन्हें अपना टेस्ट कराने के लिए प्रोत्साहित भी कर सकते हैं।
- इन सभी प्रयासों से टीबी (TB) और कोविड-19 से ग्रसित लोगों के लिए बेहतर सेवाएं और देखभाल सुनिश्चित करना भी संभव होगा।

दर्शकों के लिए प्रश्नः-

- क्या आप और हम आज टीबी (TB) के विरुद्ध लड़ाई में हिस्सा लेने और कोविड-19 से अपने आपको सुरक्षित रखने का संकल्प ले सकते हैं ?
- अपने परिवार और गांव को टीबी (TB) और कोविड-19 से सुरक्षित रखने में आप किस प्रकार अपना योगदान देंगे ?

निक्षय संपर्क टोल-फ्री नंबरः 1800-11-6666

The Accountability Leadership by Local communities for Inclusive, Enabling Services (ALLIES) Project, implemented by REACH with support from USAID in four priority states - Chhattisgarh, Jharkhand, Odisha and Tamil Nadu - strives to end TB through community initiatives. The goal of the project is to enable the environment for TB elimination by leveraging community action as an ally to build a culture of accountability.

REACH
leading the fight against TB

TB CHAMPION

Resource Group for Education and Advocacy for Community Health (REACH)

194, 1st Floor, Avvai Shanmugam Salai Lane, Off Lloyds Road, Royapettah, Chennai- 600014

Ph: 044 45565445 / 044 28132099

Delhi Office Ph: 011-49055686

Email: support@reachindia.org.in, Website: www.reachindia.org.in

@SpeakTB www.facebook.com/SPEAKTB