आजको जापानमा पनि **क्षयरोग** छ

एक वर्षमा
(2025साल)

नयाँ दर्ता:
9,899 जना

मृत्यु (अनुमानित):
1,474 जना

नयाँ दर्ता भएका क्षयरोगका बिरामीमध्ये धेरैजसो वृद्धवृद्धा हुन्; करिब 60% को उमेर 60 वर्ष वा माथि छ।

प्रारम्भिक पहिचान, प्रारम्भिक निदान

बाट सही उपचार गरौं!

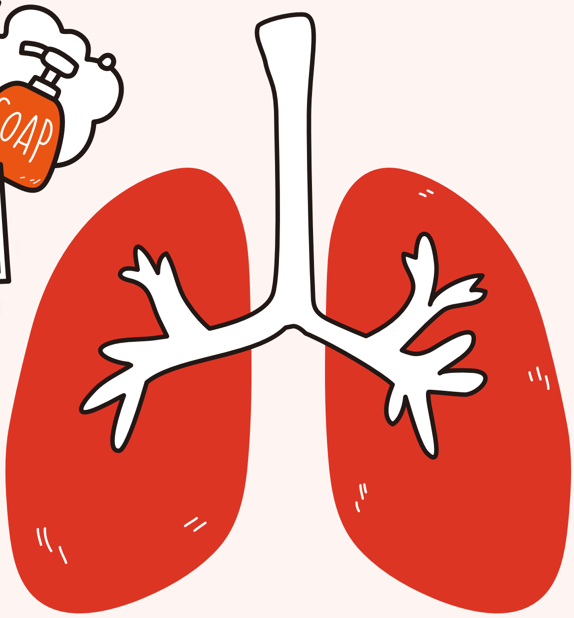
यदि २ हप्ताभन्दा बढी समयसम्म लगातार खोकी लागेमा वा खकार आएमा, हल्का ज्वरो आउने वा थकान महसुस भएमा यथाशिघ्र स्वास्थ्य संस्थामा गएर जाँच गराऔं।

श्वासप्रश्वास संक्रमणका विविध प्रकार छन्, तर

आधारभूत सतर्कता उपाय

प्रभावकारी हुन्छन्

श्वासप्रश्वास सम्बन्धी संक्रमणमा इन्फ्लुएन्जा, कोभिड-19, ब्याक्टेरियल निमोनिया आदि पर्छन्। हात धुने, हावा फेरबदल गर्ने र खोक्दा शिष्टाचार अपनाउने जस्ता आधारभूत उपायबाट यिनलाई प्रायःरोक्न सकिन्छ।



श्वासप्रश्वास संक्रमण बारे सही जानकारी राखौं

लामो समयको खोकीमा **NTM रोग** बारे सोच्नुहोस्

विविध लक्षण देखा पर्ने

नन-ट्युबरकुलस माइकोब्याक्टेरियल (NTM) रोग

NTM रोगमा लामो समय रहने खोकी, खकार, ज्वरो, थकान र तौल घट्ने जस्ता विविध लक्षण देखा पर्न सक्छन्। क्षयरोगभन्दा भिन्न, यो सामान्यतया मानिसबाट मानिसमा सर्दैन।

घर नजिकैको

श्वासप्रश्वास रोग विभाग

मा जाँच गराउनुहोस्

निदान र उपचारमा समय लाग्न सक्छ, त्यसैले लक्षण जारी रहेमा चाँडै जाँच गराउनुहोस्।

※NTM(नन-ट्युबरकुलस माइकोब्याक्टेरियल)

ORGANIZER
MHLW Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

SUPPORT
CAICM Cabinet Agency for Infectious Disease Crisis Management
MEXT MINISTRY OF EDUCATION, CULTURE, SPORTS, SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

क्षयरोग

तीव्र श्वासप्रश्वास संक्रमण (ARI)

NTM रोग

क्षयरोग | श्वासप्रश्वास संक्रमण | NTM रोग का बारेमा प्रश्न तथा उत्तरहरु (Q&A)

क्षयरोग

प्रश्न १ क्षयरोग कसरी सर्छ?

जब क्षयरोग खराब हुन्छ, खोक्दा वा हाछ्यु गर्दा हावामा क्षयरोगको जीवाणु मिश्रित थोपा (ड्रप्लेट) निस्किन्छ। यी जीवाणुहरू स्वास फेर्दा शरीर भित्र प्रवेश गरि अन्य व्यक्तिमा फैलन्छ (हावाबाट सर्ने संक्रमण) ।
क्षयरोगका लक्षणहरू (खोकी, कफ, हल्का ज्वरो, थकान आदि) स्पष्ट रूपमा किटान गर्न गाह्रो हुन्छ । सुरुवाती चरणमा प्राय थाहा नै नपाउने हुनाले विशेष गरी वृद्धहरूलाई चाल नै नपाई रोगले च्यापि सकेको हुन्छ । यदि २ हप्ताभन्दा बढी समयसम्म खोकी लाग्ने वा खकार आउने, हल्का ज्वरो र शारीरिक थकान भएमा चाँडै स्वास्थ्य संस्थामा जाँच गराऔं।

प्रश्न २ प्रायत के कुरामा ध्यान दिनु पर्छ?

नियमित रूपमा छातीको एक्सरे जाँच लगायतको स्वास्थ्य परीक्षण गराउनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। क्षयरोग लागेको प्रारम्भिक अवस्थामा नै पत्ता लागेमा, रोगलाई शुरुकै अवस्थामा रोक्न सकिन्छ र यसले परिवार र साथीहरूमा संक्रमण फैलिनबाट पनि बचाउन मद्दत गर्दछ।

प्रश्न ३ के उपचार गरेपछि क्षयरोग निको हुन्छ?

सामान्यतया, क्षयरोगको औषधि (बिभिन्न एन्टिट्युबरक्युलर औषधिहरू) चिकित्सकको निर्देशनअनुसार सेवन गरेमा निको हुन्छ। सामान्यतया उपचारको अवधि ६ महिना देखि ९ महिना हो। उपचारको क्रममा औषधि नखाएमा वा चिकित्सकको निर्देशन अनुसार औषधि नलिएमा क्षयरोगको जीवाणुले औषधिप्रतिको प्रतिरोध क्षमता (रेजिस्टेन्स) विकास गर्न सक्छ। जसका कारण औषधिले नछुने क्षयरोग (औषधि प्रतिरोधात्मक जीवाणु) हुन सक्छ। त्यसैले, चिकित्सकको निर्देशनअनुसार निर्धारित अवधि सम्म नियमित रूपमा औषधि लिनु सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण छ।

श्वासप्रश्वास संक्रमण

प्रश्न ४ श्वासप्रश्वास संक्रमणमा के-के पर्छ?

यसमा कोरोनाभाइरस संक्रमण, मौसमी इन्फ्लुएन्जा, आरएस भाइरस संक्रमण, ब्याक्टेरियाले गर्दा हुने निमोनिया आदि पर्छन्। प्रायत स्वासप्रश्वास सम्बन्धी संक्रमणहरू संक्रमित व्यक्तिले खोक्दा वा हाछ्यु गर्दा हावामा उडेका रोगाणु मिश्रित थोपाहरू स्वास लिने क्रममा शरीरमा प्रवेश गरि सर्छन्।

प्रश्न ५ श्वासप्रश्वास संक्रमण कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ?

श्वासप्रश्वास संक्रमण रोकथामका लागि आधारभूत उपाय भनेको "हात धुने" र "मास्क लगाएर खोकी लाग्दा अपनाउनु पर्ने शिष्टाचारको पालना गर्ने" हो। बाहिरबाट घर फर्किंदा, खाना पकाउनु अघि र पछि, खाना खानु अघि आदि पटक पटक हात धुने गरौं । साथै, संक्रमण फैलिन नदिन खोकी वा हाछ्यु गर्दा मास्क, टिस्यु, रुमाल, वा बाहुला आदिले नाक र मुख छोप्ने गरौं ।
कोरोनाभाइरस, मौसमी इन्फ्लुएन्जा, र न्यूमोकोकल संक्रमणको खोप विशेष गरी रोगले बढी असर गर्ने वृद्धहरू र केही आधारभूत रोग (दीर्घ रोग) भएका व्यक्तिहरूका लागि नियमित रूपमा दिइन्छ। नियमित खोपबारे जानकारीका लागि आफू बसेको नगरपालिकामा सम्पर्क गर्नुहोला।

NTM रोग

प्रश्न ६ NTM रोग (नन-ट्युबरकुलस माइकोब्याक्टेरियल रोग) कस्तो रोग हो?

माटो, पानी र बाथरूम जस्ता ठाउँमा प्राकृतिक रूपमा रहेका ब्याक्टेरिया फोक्सो वा अन्य अङ्गमा प्रवेश गरी बिस्तारै सुजन निम्त्याउने रोग हो। क्षयरोगभन्दा भिन्न, यो सामान्यतया मानिसबाट मानिसमा सर्दैन। लामो समय रहने खोकी, खकार र सास फेर्न गाह्रो हुने जस्ता श्वासप्रश्वास सम्बन्धी लक्षण, तथा हल्का ज्वरो र तौल घट्ने जस्ता सम्पूर्ण शरीरका लक्षण देखा पर्न सक्छन्।

प्रश्न ७ प्रारम्भिक निदान किन महत्त्वपूर्ण छ?

NTM रोग बिस्तारै बढ्छ, तर संक्रमण लामो समय जारी रहेमा फोक्सोको क्षति बढ्दै जान सक्छ। प्रारम्भिक निदान भएमा रोगको अवस्था बुझ्न सकिन्छ र आवश्यकताअनुसार उपचार वा नियमित अनुगमन सुरु गर्न सकिन्छ। खोकी, खकार लामो समय रहेमा वा सास फेर्न गाह्रो भइरहेमा, श्वासप्रश्वास रोग विभाग (आदि) भएको स्वास्थ्य संस्थामा चाँडै परामर्श गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।

ORGANIZER
MHLW Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan
SUPPORT
CAICM Cabinet Agency for Infectious Disease Crisis Management
MEXT MINISTRY OF EDUCATION, CULTURE, SPORTS, SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

क्षयरोग

तीव्र श्वासप्रश्वास संक्रमण (ARI)

NTM रोग