

क्षयरोगको परीक्षण

गर्नुपर्नेहरूको लागि



समाज कल्याण तथा जन स्वास्थ्य अन्तर्गत
टोकियो महानगरपालिका सरकारी आयोग

नेपाली

क्षयरोग के हो?

(दि. नि. रोग)

क्षयरोगका कीटाणुहरू शरीरमा प्रवेश गरेपछि लाग्ने रोग नै क्षयरोग हो। क्षयरोगीले खोकदा वा हाच्छिउँ गर्दा छिटा सँगसँगै कीटाणुहरू हावामा फैलिन्छन्। यस्तो हावामा श्वास लिने वरपर बसेकाहरू क्षयरोगबाट संक्रमित हुन्छन्।

सुरु-सुरुतिर सामान्य रुघाखोकीमा जस्तै खोकी लाग्ने, खकार आउने र ज्वरो आउने जस्ता लक्षणहरू देखा पर्छन्। त्यसैले क्षयरोग नै हो भनेर पत्ता लगाउन केही समय लाग्छ। 2 हप्ताभन्दा बढी लहरे खोकी लागि रहेमा अस्पताल, क्लिनिक जस्ता चिकित्साकेन्द्रमा जाँचाइहाल्नुहोस्। क्षयरोग लागिसकेपछि उपचार गरे पनि निको हुन समय त लाग्छ तर यो “निकै नहुने रोग” भने होइन। यदि तपाईं रोगीको परिवारको सदस्य वा साथी हुनुहुन्छ भने तिनलाई साथ र हौसला दिनुहोस् किनभने रोगसित लड्न तिनलाई सजिलो हुँदैन।



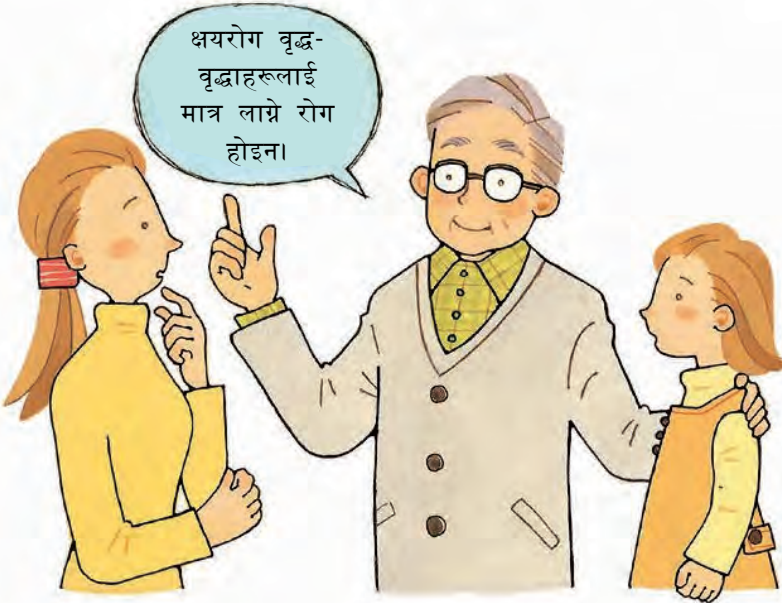
■ विषयसूची

1.	क्षयरोग अब “बिगतको रोग” रहेन	3
2.	क्षयरोगबाट संक्रमित हुनु र क्षयरोग लागुबीचको फरक	4
3.	रोगीको नजिक बस्नेहरूको पनि परीक्षण गर्नु किन जरुरी छ?	5
4.	रोगीको नजिक बस्नेहरूको परीक्षण गर्नु भनेको के हो?	6
5.	निष्क्रिय क्षयरोग भनेको के हो?	7
6.	छातीको एक्स-रे परीक्षण गर्नु भनेको के हो?	8
7.	क्षयरोग पूर्णतः निको पार्नु	9
8.	रोगीहरूलाई दिइने मायालु स्वास्थ्य-सेवा	10
9.	होकेन्जोको (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) भूमिका	11
10.	स्वास्थ्य परीक्षणको रेकर्ड.....	12
	होकेन्जोको (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) नामावली	13
	परीक्षण कार्ड.....	14
	नोटहरू	16

1.

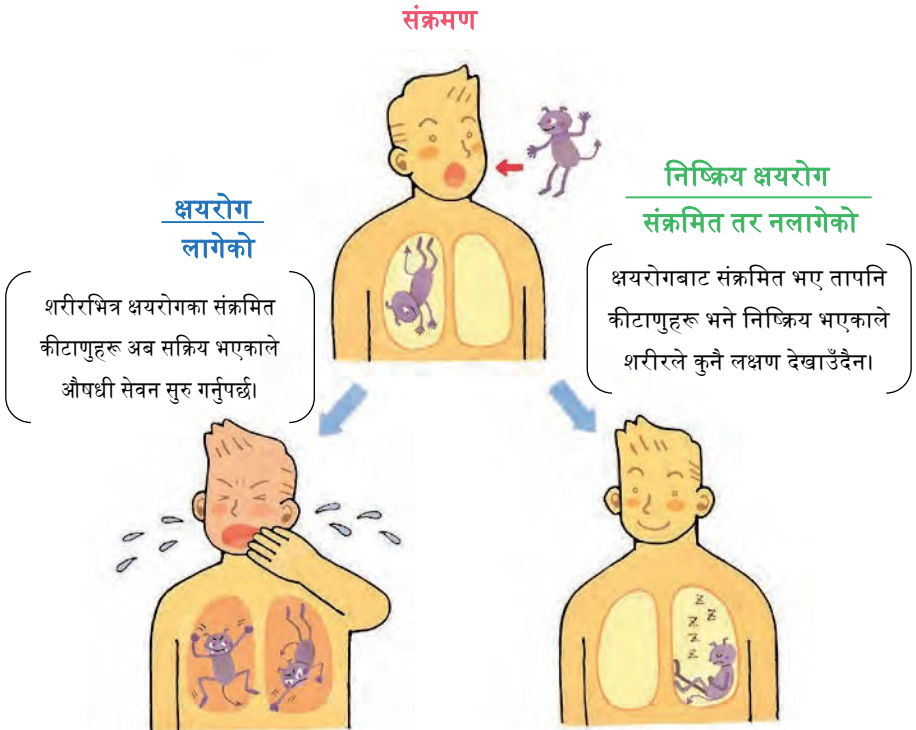
क्षयरोग अब “बिगतको रोग” रहेन

आज पनि जापानमा वर्षेनी करिब 18,000 व्यक्तिलाई अनि टोकियो महानगरभित्र मात्रै करिब 2,300 जनालाई क्षयरोग लाग्ने गरेको छ (सन् 2015 साल)। आजकल विशेष गरी वृद्ध-वृद्धाहरूमा यो रोग अझै बढिरहेको छ। अरू जिल्लामाभन्दा टोकियोमा 20 देखि 40 वर्ष उमेर समूहमा यो बढिरहेको छ। त्यसैले युवाहरूले पनि यो रोगबारे थाहा पाउनु आवश्यक छ।



2. क्षयरोगबाट संक्रमित हुनु र क्षयरोग लाग्नुबीचको फरक

क्षयरोगका कीटाणुहरू शरीरभित्र पसे पनि सामान्यतया रोग-प्रतिरोधात्मक क्षमताले गर्दा शरीर आफैले ती कीटाणुहरूविरुद्ध लडेर त्यसलाई बाहिर धपाउँछ। तर कहिलेकाहीं शरीरले कीटाणुहरूलाई धपाइन सक्दैन र कीटाणु शरीरभित्र रहिरहन्छ भने यस अवस्थालाई “क्षयरोगको संक्रमण” भनिन्छ। पछि क्षयरोगको त्यो कीटाणु शरीरभित्र सक्रिय हुँदै जरा गाड्न थाल्दा नै क्षयरोग लाग्यो भनिन्छ र खोकी, खकार, ज्वरो जस्ता लक्षणहरू देखा पर्छन्। तर संक्रमित सबै व्यक्तिमा क्षयरोग लाग्छ भन्ने चाहिँ छैन बरु अक्सर संक्रमितमध्ये 10 जनामा 1 वा 2 जनालाई मात्र क्षयरोग लाग्ने गर्छ।



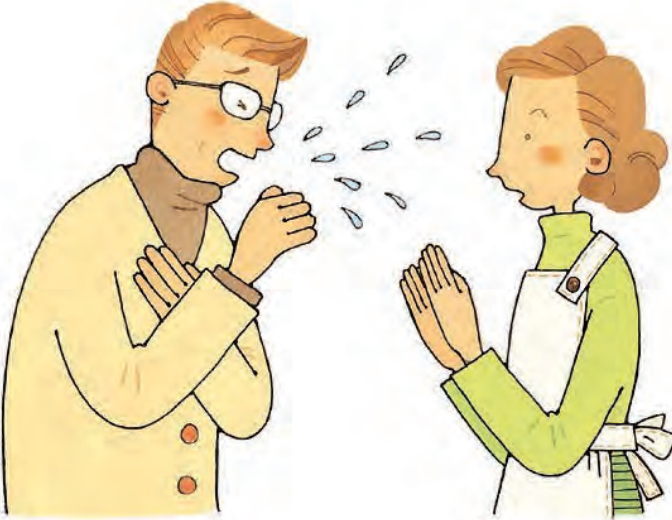
3. रोगीको नजिक बस्नेहरूको पनि परीक्षण गर्नु किन जरुरी छ?

कसैलाई क्षयरोगबाट संक्रमित भएको वा रोग नै लागिसकेको चाँडै भेट्टाउन क्षयरोगीकै सम्पर्कमा आउने वा वरपर बस्ने परिवारका सदस्य र साथीको परीक्षण गराइन्छ।

क्षयरोगीको खकारमा कीटाणुहरू जति धेरै बस्छन् अथवा नजिकबाट कुरा गरेजस्तो रोगीसँग जति धेरै घनिष्ठ भइन्छ रोगीको नजिकमा बस्ने जो-कोही सबै रोगबाट संक्रमित भइसकेका सम्भावना पनि त्यति नै बढी हुन्छ।

होकेन्जोले (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) क्षयरोगीको खकार जाँचेर र नजिकै बस्नेहरूको उमेर तथा अवस्था सोधपुछ गरेर क्षयरोगको सम्भावित हुनेहरूका लागि तालिका बनाएर परीक्षण गराउँछ।

त्यसमा "IGRA परीक्षण (QFT, T-SPOT परीक्षण)" "छातीको एक्स-रे परीक्षण" "ट्यूबरक्युलिन प्रतिक्रियाको परीक्षण" जस्ता परीक्षणहरू गराइन्छन्।



4.

रोगीको नजिक बस्नेहरूको परीक्षण गर्नु भनेको के हो?

क्षयरोगको सम्भावित व्यक्तिको उमेर र स्वास्थ्य, अनि तिनीसित बस्ने रोगीको अवस्था के कस्तो हो, सोको आधारमा तिनको परीक्षणको प्रकृति तथा मिति तय गरिन्छ।

1) I G R A परीक्षण

रक्तको नमुना लिइन्छ र क्षयरोगको संक्रमण भएको छ कि छैन परीक्षण गरिन्छ।

रोग-प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएमा परिणाम स्पष्ट नदेखिन सक्छ।

रोगबाट संक्रमित भए पनि संक्रमण भएको करिब 8 हप्तासम्म परीक्षणको परिणाममा सकारात्मक (वा रोग) नदेखिन सक्छ।

2) छालामा ट्यूबरक्यूलिन परीक्षण

सुईद्वारा ट्यूबरक्यूलिन दिइन्छ र त्यो लगाइएको 48 घण्टापछि छालामा देखा पर्ने रातोको फैलावट नापिन्छ। क्षयरोगको संक्रमण भएको छ कि छैन यो परीक्षणद्वारा जाँचिन्छ।

खास गरी यो जाँच 6 वर्षमुनिका बालबालिकालाई गराइने गर्छ।

BCG खोप लगाइएमा रातोको फैलावट ठूलो देखिन सक्छ।

क्षयरोगको संक्रमण भएको करिब 8 हप्तासम्म परीक्षण गरे पनि परिणाममा सकारात्मक (रोग) नदेखिन सक्छ।

BCG खोप नलिएका शिशु र अन्य उमेर समूहमा गम्भीर क्षयरोग लाग्ने सम्भावना धेरै हुन्छ। BCG खोप नलिएकाहरूको परीक्षणमा रोग नदेखिए तापनि निष्क्रिय क्षयरोगको उपचार दिइहाल्नुपर्छ। (अर्को पृष्ठ हेर्नुहोस्)

3) छातीको एक्स-रे परीक्षण

छातीको एक्स-रेबाट क्षयरोगको क्षयरोग लागेर लक्षणहरू देखा परेका छन् कि छैनन् हेर्न गराइने परीक्षण हो।

IGRA परीक्षण नगरेकाहरूले सबैभन्दा पहिला यो परीक्षण गर्नुपर्छ।

5. निष्क्रिय क्षयरोग भनेको के हो?

क्षयरोगबाट संक्रमित भएर पनि रोगको कुनै लक्षण हालै नदेखिएको तर पछि देखिन सक्ने अवस्थालाई नै निष्क्रिय क्षयरोग (LTBI) भनिन्छ। भविष्यमा क्षयरोग लाग्न नदिन कम्तिमा पनि 6 महिनासम्म Isoniazid (INH) औषधी सेवन गर्नुपर्छ।

यो औषधी सेवनको खर्च सरकारी उपचार खर्चबापत बेहोरिन सक्छ।

उपचारको दौडान कुनै विशेष प्रकारको जीवनशैली अपनाउनुपर्दैन।

तर कामको धपेडी, तनाव र मधुमेह जस्ता रोगको कारणले निष्क्रिय क्षयरोग अब सक्रिय भई देखा पर्न सक्छ।

साथै औषधी सेवन बीचबीचमा रोकिँदा वा बन्द गर्दा क्षयरोग लाग्ने वा खाइरहेको औषधीले पनि नछुत्ने (औषधी-प्रतिरोधात्मक) कीटाणुहरू पैदा हुने खतरा रहन्छ।

संक्रमण गरेको कीटाणु औषधी-प्रतिरोधात्मक बनेको रहेछ भने आवश्यकतानुसार औषधी पनि परिवर्तन गराइने छ। औषधी सेवन नबिराईकन गर्नुहोस्।



6. छातीको एक्स-रे परीक्षण गर्नु भनेको के हो?

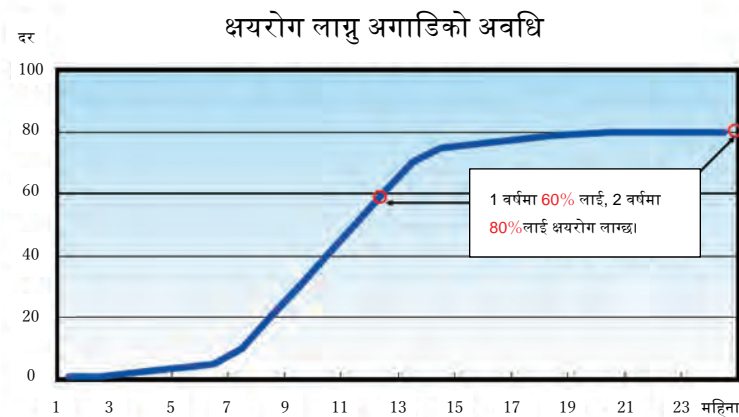
क्षयरोग लागेको छ कि छैन, सो पक्का गर्न परीक्षण गराइन्छ। क्षयरोग लागिसकेको छ भने फोक्सोको अवस्था, कतिसम्म फैलिएको हो, परीक्षणबाट देखिन्छ।

क्षयरोगबाट संक्रमित भएको 6 महिनादेखि 2 वर्ष भित्रमा सबभन्दा धेरै क्षयरोग लाग्न सक्छ भन्ने गरिन्छ।

त्यसको दौडान होकेन्जोले (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) आवश्यकतानुसार छातीको एक्स-रे परीक्षणको तालिकासूची बनाउँछ।

तालिकासूचीअनुसारै बोलाइँदा पक्का जानुहोस्। यदि जान सक्नुभएन अथवा काम गर्ने ठाउँ, स्कूल वा बसाइँ परिवर्तन भएमा जँचाइरहेको होकेन्जोको व्यवस्थापनमा सम्पर्क राखेर आवश्यक जानकारी दिनुहोस्।

यदि लहरे खोकी, खकार, ज्वरो जस्ता लक्षणहरू आउन थालेको 2 हप्ताभन्दा बढी भइसक्यो भने आफूलाई बोलाएको समय कुरेर नबसी उचित चिकित्साकेन्द्रमा तुरुन्तै गएर जँचाइहाल्नुहोस्।



क्षयरोगको संक्रमण भएको अक्सर 6 महिनादेखि 1 वर्षभित्रमा रोग सक्रिय भई फैलिन थाल्छ भने संक्रमितहरूमध्ये करिब 80% मा 2 वर्षभित्रै रोग लागेर त्यसका लक्षणहरू देखा पर्छन्।

7.

क्षयरोग पूर्णतः निको पार्नु

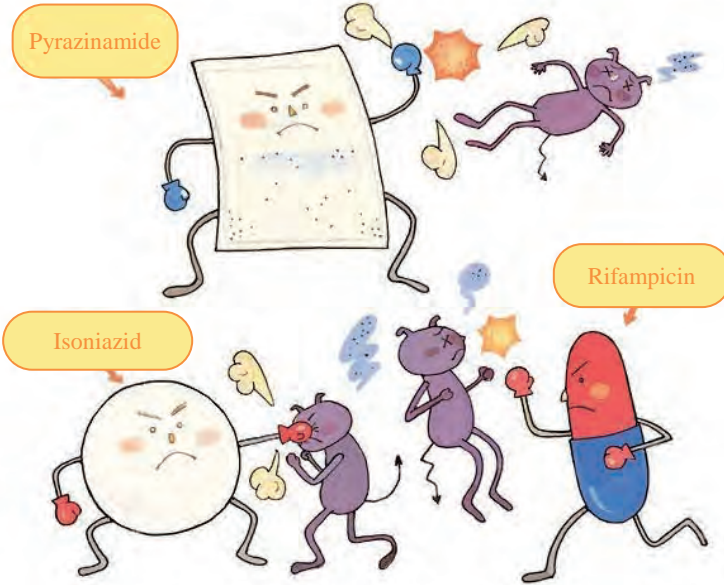
क्षयरोगको उपचारमा रोगीको अवस्थानुसार केही मिलाएर औषधी दिइन्छ। 6 महिनाभन्दा लामो समयावधिमा नियमित औषधी सेवन गर्नु जरुरी छ।

उपचार सुरु गरेको 2 देखि 4 हप्तामै प्रायः रोगीको अवस्थामा सुधार आउँछ र अरूलाई सार्ने खतरा पनि कम भइसक्छ तर औषधी सेवन बीचबीचमा रोक्रे वा बन्द गरेमा बिरामी अवस्था झन् बढी बिग्रँदै जान सक्छ। यसले गर्दा खाइरहेको औषधीले नछुने (औषधी-प्रतिरोधात्मक) कीटाणुहरू पैदा हुन्छन् र पहिले खाएको औषधीको पनि केही अर्थ हुँदैन

रोग अझ गम्भीर हुँदै बल्झिएमा 1 वर्षभन्दा लामो समय औषधी खानुपर्ने वा शल्यक्रियासमेत गर्नुपर्ने हुन सक्छ।

हुन पनि लामो समय नबिराई नियमित औषधी सेवन गर्न त सजिलो छैन।

त्यसैले होकेन्जोले (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) औषधी नबिराई खानुभएको छ कि छैन, पक्का गर्न मदत गर्छ। आउनुहोस्, सँगै मिली रोग निर्मूल पारौं ।



8. रोगीहरूलाई दिइने मायालु स्वास्थ्य-सेवा

निष्क्रिय क्षयरोग संक्रमण भए पनि रोगका कुनै लक्षण देखाउँदैन र अरूलाई पनि सार्दैन।
क्षयरोग लागे पनि नियमित औषधी सेवनले 2 हप्ताभित्रै संक्रमणमा कमी आउँछ।

क्षयरोगी स्कूल वा काममा गए पनि अरूलाई सर्ला कि भन्ने चिन्ता गर्नुपर्दैन।

क्षयरोगीलाई माया गर्नुहोस्।

एड्स वा कुष्ठरोग जस्ता रोग लाग्दा धेरै मानिसहरू समाजमा अपहेलित हुन्छन् त्यस्तै
पूर्वाग्रही दृष्टिकोणले गर्दा धेरै क्षयरोगीहरूले पनि पीर मानिरहेका छन्। वास्तवमा कुनै रोगले
गर्दा कुनै व्यक्तिको मानवीय मूल्य घट्दैन।

त्यसकारण हामीले रोगीहरूलाई माया गर्नेपछि फलस्वरूप उनीहरू ढुङ्कै भएर उपचार गर्नतिर
लागिपर्न सक्छन्।



9.

होकेन्जोको (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) भूमिका

होकेन्जोले (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) निरोगी र सक्रिय जीवन बिताउन मदत गर्छ। होकेन्जोले क्षयरोगीको उपचार गर्न, उपचारसम्बन्धी परामर्श दिन, निको भइसकेपछि पनि रोगी र रोगीका परिवार तथा साथीहरूको स्वास्थ्य परीक्षण गर्न मदत गर्छ।

※कृपया ध्यान दिनुहोस्, क्षयरोग उपचारको खर्चमा केही भाग सरकारले बेहोरिदिने व्यवस्था छ र त्यसको आवेदन होकेन्जोमै दिन पाइन्छ। केही चिन्ता वा जिज्ञासा लागेमा होकेन्जोमा सिधै सम्पर्क गर्नुहोस्।

DOTS

DOTS भनेको क्षयरोग नियन्त्रण प्रविधिमा WHO ले निर्धारण गरेको रणनीति हो, जसमा यस्ता 5 वटा मुख्य बुँदाहरू छन् :

- 1) सरकारी प्रतिबद्धता बढाउनु,
 - 2) कीटाणु परीक्षण गर्नु र प्रगति-अवलोकन गर्नु,
 - 3) रोगीलाई प्रत्यक्ष निगरानीमा औषधी खुवाउनु र निरीक्षण गर्नु,
 - 4) औषधीको स्थायी वितरण गर्नु र
 - 5) परीक्षणपश्चात् प्राप्त रिपोर्टहरूको रेकर्ड राख्नु र सम्बन्धित पक्षलाई बुझाउनु।
- सन् 2005 मा यी पक्षहरूलाई जापानी ऐनमा समावेश गरियो र विशेषगरी अस्पताल वा होकेन्जोमा (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) प्रत्यक्ष निगरानीमा रोगीलाई औषधी खुवाउन थालियो।

1. परीक्षणको तालिकासूची (परीक्षणपश्चात् प्राप्त परिणाम)

मिति	परीक्षण	परिणाम	संस्था	कैफियत	
तुरुन्तै	साल	छातीको एक्स-रे			
	महिना तारिख	IGRA परीक्षण			
		ट्यूबरक्यूलिन परीक्षण	सुई लगाएको ठाउँ (दायाँ बायाँ मास्तिर बीच तल)	×	(फोको, नेक्रोसिस, रक्तस्राव)
		अन्य परीक्षण		×	
2 महिना पछि	साल	छातीको एक्स-रे			
	महिना तारिख	IGRA परीक्षण			
		ट्यूबरक्यूलिन परीक्षण	सुई लगाएको ठाउँ (दायाँ बायाँ मास्तिर बीच तल)	×	(फोको, नेक्रोसिस, रक्तस्राव)
		अन्य परीक्षण		×	
6 महिना पछि	साल महिना तारिख	छातीको एक्स-रे			
1 वर्ष पछि	साल महिना तारिख	छातीको एक्स-रे			
2 वर्ष पछि	साल महिना तारिख	छातीको एक्स-रे			

2. परीक्षणको अवधिमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

- (1) एकचोटि वा एउटा मात्र परीक्षण गरेर पुग्दैन। अयोजनाअनुसार सबै परीक्षण गर्नेपर्छ।
- (2) 2 हप्ताभन्दा लामो समय लहरे खोकी, खकार, छातीको दुखाइ, ज्वरो जस्ता लक्षणहरू देखा परेमा आउने परीक्षण कुरेर नबस्नुहोस्। यो फारम लिएर तुरुन्तै चिकित्साकेन्द्र वा अस्पताल गइहाल्नुहोस्। निको भइसकेपछि पनि यो कुरा लागु हुन्छ।

3. चिकित्साकेन्द्रस्थित चिकित्सकका लागि

जीलाई सन् साल महिना तिरदेखि क्षयरोगका कीटाणुबाट संक्रमित भएको सम्भावना छ र हामी माथिको तालिकाअनुसार परीक्षण गराउँदै आएका हौं। क्षयरोगको कुनै लक्षण देखा परेमा तलको होकेन्जोका (जन स्वास्थ्यकेन्द्र) क्षयरोग सम्बन्धित जिम्मेवार व्यक्तिसित सम्पर्क राख्न हामी अनुरोध गर्दछौं।

होकेन्जो

विभाग

फोन नम्बर

()