



# PAGKONTROL SA IYONG TUBERCULOSIS (TB)

Ano ang Dapat Asahan at Kung Paano Manatiling Malusog



# PAGGAMOT SA IYONG TUBERCULOSIS (TB)

## **Kung isa ka sa maraming taga-New York**

na may TB, mahalaga ang paghahanap ng paggamot at suporta. Isang malubhang sakit ang TB, ngunit nalulunasan ito gamit ang tamang paggamot. Kapag mas maaga kang nagsimula, mas mapapabuti ang iyong pakiramdam.

*Disclaimer: Pawang ginamit lang ang lahat ng larawan para sa mga layunin ng paglalarawan. Pawang modelo lang ang sinumang taong ipinapakita.*





# MATUTO TUNGKOL

## SA DALAWANG

# YUGTO NG TB

**Nangangahulugan ang isang positibong pagsusuri para sa TB na mayroon kang TB germs sa iyong katawan. Maaaring magsagawa ng higit pang mga pagsusuri ang iyong doktor upang malaman kung mayroon kang latent TB o active TB.**

### **Latent (LAY-tuhnt) TB Infection**

Tinatawag din na "latent TB" o "TB infection"



Wala kang nararamdamang sakit



Kadalasan, positibo ang resulta ng pagsusuri para sa TB



Hindi ka maaaring makahawa ng iba

### **Active TB Disease**

Tinatawag din na "active TB" o "TB disease"



May nararamdaman kang sakit



Kadalasan, positibo ang resulta ng pagsusuri para sa TB



Maaari kang makahawa ng iba

Kung mayroon kang **latent TB**, “natutulog” ang TB germs sa iyong katawan.

Kung mayroon kang **active TB**, dumarami ang TB germs sa iyong katawan. Kadalasang naapektuhan ng active TB ang iyong mga baga, ngunit maaari ding maapektuhan nito ang iba pang bahagi ng iyong katawan.

Kapag umubo, nagsalita, o bumahing ang taong may active TB, kakalat ang germs sa hangin. Maaaring makakuha ng TB ang iba pang makakalanhap sa germs.

### **Mga senyales ng active TB:**

- Pag-ubo sa loob ng tatlo o higit pang linggo o pag-ubo nang may dugo
- Palaging pagod at nanghihina
- Kawalan ng ganang kumain at pagbaba ng timbang
- Lagnat at/o pagpapawis sa gabi

**PIGILAN ANG**

# **ACTIVE TB**



**Ang Latent TB** ay maaaring maging active TB kung hindi naagapan. Kahit hindi mo ramdam na may sakit ka, mahalaga pa rin na inumin ang iyong gamot upang mapigilan ang TB germs mula sa “paggising” at maging active TB.

**Ang Active TB** ay maaaring magdulot ng malalang sakit. Nakakatulong ang pag-inom ng gamot na mapabuti ka at panatilihin ang germs mula sa pagkalat sa iyong mga kaibigan at kapamilya. Kapag mas maaga kang nagsimulang uminom ng gamot, mas maaga kang makakabalik sa trabaho o paaralan.

“ Ilang taon na ang nakalipas, nakakuha ako ng positibong pagsusuri ng balat para sa TB at sinabi sa akin ng doktor latent TB iyon. Hindi ko ininom ang gamot na ibinigay niya sa akin dahil maayos naman ang pakiramdam ko. Noong nakaraang buwan, nagsimula na akong makaramdam ng malalang sakit; inuubo ako at nilagnat. Kaya pala, mayroon na akong active TB. Kinailangan kong uminom ng maraming gamot, at maaaring nakahawa pa ako ng sakit sa ibang tao. Kung ininom ko lang ang gamot ko para sa latent TB, hindi sana mangyayari ito. ”

- Anila, 28, Queens

### ANG IYONG

# PAGGAMOT

May ilang sakit at mga gamot ang maaaring makapagpahina ng iyong immune system at palakihin ang tsansang maging active TB ang latent TB.

**Bago at habang sumasailalim sa iyong paggamot para sa active o latent TB, sabihin sa doktor kung ikaw ay:**

- Umiinom ng iba pang gamot
- Mayroong HIV/AIDS, diabetes o iba pang problemang pangkalusugan
- Buntis o maaaring magbuntis sa hinaharap
- Nagpapasuso



**Inumin ang lahat ng gamot na inireseta ng iyong doktor. Kahit naramdaman mong maayos ka ngayon o nagsimulang bumuti ang pakiramdam, maaaring magsimulang sumama ang pakiramdam mo kung ihihinto mo ang pag-inom ng iyong gamot.**

- **Ang paglaktaw o pagkalimot sa mga dosis ay maaaring magresulta sa pagiging drug resistant ng iyong TB – na nangangahulugan na hindi na kayang puksain ng iyong gamot ang germs sa katawan mo. Mahirap gamutin ang drug-resistant na TB at maaaring umabot nang hanggang dalawang taon bago malunasan.**
  - o Kung nakalimot ka lang ng isang dosis, panatilihing uminom ng gamot na inireseta.
  - o Kung nakalimot ka ng higit sa isang dosis, makipag-usap kaagad sa iyong doktor.
- **Higit na pangalagaan ang iyong sarili habang sumasailalim sa paggamot.**
  - o Huwag uminom ng alak. Ang pag-inom habang umiinom ng gamot sa TB ay maaaring magdulot ng sakit sa iyong atay.
  - o Tumigil sa paninigarilyo. Kung kailangan mo ng tulong, tumawag sa 311 o 1-866-697-8487, o bisitahin ang [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) at hanapin ang “NYC Quits” (Pagtigil ng NYC).

# ALALAHANIN NA

## INUMIN ANG IYONG GAMOT



### **Maaaring makatulong ang mga tip na ito:**

- Inumin ang iyong gamot ayon sa sinabi ng iyong doktor.
- Panatilihin sa iisang lugar ang lahat ng iyong gamot.
- Markahan ang bawat araw ng iyong pag-inom ng gamot sa isang kalendaryo.
- Mag-post ng paalala sa iyong sarili sa isang kuwarto ng iyong bahay, tulad ng kusina.
- Magtakda ng alarm sa iyong phone o relo.
- Hilingin sa mga kapamilya o kaibigan na paalalahanan ka na inumin ang iyong gamot.
- Makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa directly observed therapy (DOT), isang libreng serbisyo na makakatulong sa iyo pagdating sa iyong paggamot. Tingnan ang pahina 14 para sa higit pang impormasyon.

# UNAWAIN

## ANG MGA POSIBLENG SIDE EFFECT NG **PAGGAMOT SA TB**

Walang problema ang karamihan sa umiinom ng gamot sa TB, habang nagkakaroon ng mga side effect naman ang iba.

**Kung mayroon ka ng anumang side effect na ito, huminto sa pag-inom ng iyong gamot at tumawag kaagad sa iyong doktor:**

- Pagduruwal, pagsusuka, o walang ganang kumain
- Sakit sa tiyan
- Malabo o nag-ibang paningin
- Naninilaw na balat o mga mata
- Pamumula ng balat o pangangati
- Panginginig sa mga daliri sa kamay o paa
- Sakit sa kasu-kasuan
- Ihi na maitim o kulay brown
- Lagnat na tumatagal nang tatlo o mahigit pang araw

# MAKIPAG-USAP

SA IYONG

# MANAGER NG KASO



Kung mayroon kang active TB, susuportahan ka ng isang manager ng kaso mula sa Health Department habang sumasailalim ka sa paggamot. Libre ang serbisyong ito.

Maaaring naikalat mo na ang TB germs sa iba pa, kasama ang iyong mga kapamilya at kaibigan, sa pamamagitan ng pag-ubo o pagbahing. Ang manager ng iyong kaso ay maaaring makatulong sa kanila na masuri para sa TB.

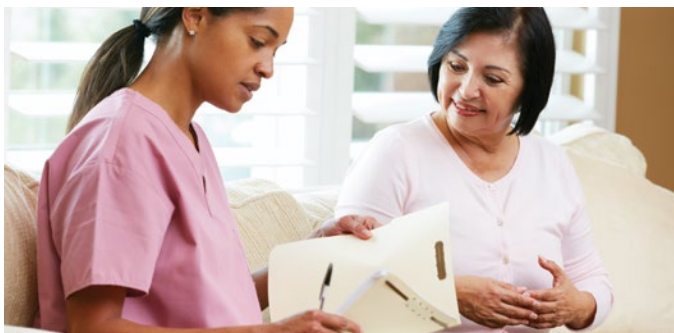
**Makikipag-usap sa iyo ang manager ng kaso tungkol sa:**

- Iyong mga sintomas
- Mga lugar na pinuntahan mo
- Mga taong nakasalamuha mo

“**Tinanong ako ng aking manager ng kaso para sa mga pangalan ng mga contact ko – mga taong lagi kong nakakasama bago magsimula ang paggamot. Sinabi ng aking manager ng kaso na kinailangan niyang tawagan o bisitahin ang aking mga contact upang ipaalam sa kanila na dapat silang masuri para sa TB. Magkasama kaming gumawa ng isang listahan ng kung sino ang dapat niyang tawagan. Ipinangako ng aking manager ng kaso na itatago niya ang pagkakakilanlan ko.**”

- Carlos, 42, Brooklyn

# MGA PINAGKUNAN



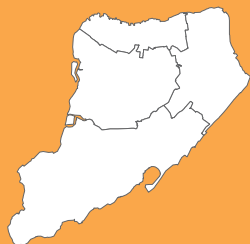
**Directly Observed Therapy (DOT):** Kapag oras na para inumin ang iyong gamot, maaaring makipagkita ang kawani ng Health Department sa iyo sa trabaho, tahanan, sa pamamagitan ng video conference o sa isa sa Mga Klinika ng TB ng Health Department. Maaari nilang sagutin ang iyong mga tanong at panatilihin kang nasa tamang landas sa paggamot mo. Upang matuto pa tungkol sa DOT, kasama kung paano mag-enroll, makipag-usap sa iyong doktor.

## **Para sa higit pang impormasyon:**

- Bisitahin ang [nyc.gov/health/tb](http://nyc.gov/health/tb)
- Tawagan ang 311 at magtanong tungkol sa TB
- Bisitahin ang [cdc.gov/tb](http://cdc.gov/tb)

# MGA HEALTH DEPARTMENT CHEST CENTER NG NEW YORK CITY:

- Nagbibigay ng mga libheng serbisyo sa iyong wika
- Hindi nangangailangan ng health insurance
- Hindi nagtatanong tungkol sa status ng imigrasyon



**1 Washington Heights Chest Center**  
600 W. 168th St.,  
Third Floor  
New York, NY 10032

**2 Morrisania Chest Center**  
1309 Fulton Ave.,  
First Floor  
Bronx, NY 10456

**3 Corona Chest Center**  
34-33 Junction Blvd.,  
Second Floor  
Jackson Heights, NY 11372

**4 Fort Greene Chest Center**  
295 Flatbush Ave. Ext.,  
Fourth Floor  
Brooklyn, NY 11201



