

Iniinom na gamot laban sa tuberkulosis

- Tuberkolosis
- Iniinom na gamot pang lunas
- Karaniwang epekto at pag iingat
- pangkalahatang payo
- Pakikipag usap sa inyong Doktor
- pag iimbak ng gamot laban sa tuberkulosis

Tuberkulosis

Ang pangunahing dahilan ng tuberculosis (TB) ay ang bacterium na tinatawag na *Mycobacterium tuberculosis*, at paminsan minsan ay dahil sa *M.bovis* o *M.africanum*. Kadalasang inaatake ng bakteryang baga, subalit ang bakteryang TB ay maaaring umatake sa alinmang parte ng katawan tulad ng bato, gulugod, at utak. Kung hindi magagamot ng ayos, ang TB ay nakamamatay.

Ang TB ay kumakalat sa pamamagitan ng hangin. Kung ang isang taong may sakit na TB sa baga o lalamunan ay umubo, bumahing, magsalita o kumanta, ikinakalat nila ang mikrobyo ng TB sa hangin. Ang taong malapit ay kinakailangang lamang makalanghap lamang ng kaunting mikrobyo upang mahawa. Ang bakteryang (mikrobyo) ay maaaring manatili sa baga at magsimulang tumubo. Mula doon, maaari silang gumalaw papunta sa dugo, lymphatic system, daanan ng hangin o sa pamamagitan ng direktang pagpapatuloy sa ibang parte ng katawan.

Karamihan ng malulusog na tao ang immune system (ang natural na depensa ng katawan laban sa impeksyon at sakit) ay pinapatay ang bakteryang at walang anumang sintomas. Minsan ang immune system ay hindi nakakapatay ng bakteryang, pero nagagawang pigilan ang pagkalat sa katawan. Ibig sabihin ay hindi kayo magkakaroon ng anumang sintomas, pero ang bakteryang ay mananatili sa inyong katawan. Ito ay tinatawag na nakatagong TB. Ang mga taong may impeksyon ng nakatagong TB ay walang sintomas, walang pakiramdam na sakit, hindi maikakalat ang bakteryang TB sa iba, kadalasan ay may positibong skin test reaction o positibong pagsusuri ng TB sa dugo, maaaring magkaroon ng sakit na TB kung hindi gagamutin ang nakatagong impeksyon na TB.

Kung ang immune system ay mabigong patayin o mapigilan ang impeksyon, ito ay

kakalat papunta sa baga o iba pang parte ng katawan at magkakaroon ng sintomas sa loob ng ilang linggo o buwan. Ito ay kilala bilang aktibong TB. Ang sintomas ng TB ay depende kung saang parte ng katawan ang apektado. Ang mga senyales at sintomas ng aktibong TB ay ang:

- Ubo na tumatagal ng mahigit 2 linggo
- Ubo na may kasamang dugo
- Pananakit ng dibdib, o masakit kapag huminga o kapag umubo
- Hindi sinasadyang pagbaba ng timbang
- Pagod
- Lagnat
- Pinapapawisan sa gabi
- Panginginig at
- Pagkawala ng gana sa pagkain.

Sa pangkalahatan, ang mga taong may mataas na peligro sa pagkakaroon ng sakit sa aktibong TB matapos ang impeksyon ay ang mga sumusunod-

- (1) ga taong kamakailan lamang naimpeksyon sa bakterya ng TB;
- (2) mga taong may mababang immunity sa katawan kasama na ang mga sanggol at mga bata;
- (3) mga taong humihina ang immunity ng katawan dahil sa medikal na kondisyon, tulad ng impeksyong HIV (ang virus na sanhi ng acquired immunodeficiency syndrome, AIDS), diabetes mellitus, a t malignancies;
- (4) mga taong humihina ang immunity ng katawan dahil sa pag-inom ng mga tukoy na gamot, tulad ng corticosteroids o iba pang immunosuppressants.

Noong 2014, mayroong 4784 na kaso ng TB sa Hong Kong. Ang mga kaso ng TB ay bumaba sa nakalipas na 10 taon mula 6160 na kaso (taong 2005) hanggang 4784 na kaso (taong 2014). Ang Serbisyo sa Tuberculosis Dibdib ng Kagawaran ng Kalusugan (Serbisyo sa TB & Dibdib) ay nagbibigay lunas sa mga pasyente ng libre. (Para sa karagdagang impormasyon, maaaring bumisita sa website sa http://www.info.gov.hk/tb_chest/)

Ginagamit na gamot Panglunas

Ang pakay ng paglunas ng tuberculosis ay upang gamutin ang sakit, mabawasan ang peligro ng kapansanan o kamatayan, maiwasan ang pagbalik ng sakit, mabawasan ang pagkalat ng TB sa iba at maiwasan ang pagkakaroon ng paglaban sa gamot.

Sa paglunas kasama ang kombinasyon ng gamot, na mahalaga upang makaiwas sa paglabas ng bakterya na di tumatalab sa gamot. Kadalasan, ang kurso ng paglunas sa gamot ay tumatagal ng 6 na buwan.

- Ang paunang masinsinang yugto (apat na gamot para sa 2 buwan):
Apat na gamot (isoniazid, rifampicin, pyrazinamide, at ethambutol) ay ginagamit sa mga unang 2 buwan. Ang pakay ay upang mabawasan ang populasyon ng bakterya sa mabilis na paraang posible at maiwasan ang pagkabigo sa paglunas.
- Yugto ng Pagpapatuloy (dalawang gamot para sa 4 na buwan):
Dalawang gamot (isoniazid at rifampicin) ay ginagamit sa kasunod na 4 na buwan. Ito ay para masiguro na ang pasyente ay gumaling at hindi na mauulit pagkatapos makumpleto ang paggagamot.

Ang gamot ay iniinom alinman sa araw araw o tatlong beses kada linggo ayon sa tagubilin ng doktor. Kailangan silang ibigay sa ilalim ng direktang obserbasyon (DOT, paggamot na may direktang inoobserbahan) ng tagapangalaga ng kalusugan. Ang DOT ay ang proseso, kung saan ang pasyenteng may TB ay iinom ng bawat dosis ng gamot sa ilalim ng direktang obserbasyon ng tauhan na nagangalaga sa kalusugan. Ang tagapangalaga ng kalusugan ay magbabantay sa paggagamot at sasagutin ang mga katanungan ng pasyente upang maging maayos ang kanilang pagsunod.

Bilang karagdagan sa mga pinagpipiliang gamot sa itaas, ang inyong doktor ay maaaring pumili ng alternatibong iniinom na gamot sa TB kasali ang rifabutin, para-aminosalicylic acid (hal. sodium aminosalicylic acid (kilala rin bilang sodium aminosalicylate)) cycloserine, prothionamide at levofloxacin. Ang ibang gamot laban sa tuberkolosis ay ibinibigay sa pamamagitan ng injection, tulad ng streptomycin at kanamycin. Sa mga kaso ng TB na di tinatablan ng gamot, ang tagal ng paglunas ay maaaring magtagal mula 12 hanggang 30 buwan.

Ang pamamaga dahil sa tuberculosis ay maaaring maging sanhi ng malaking pinsala sa tissue at ang paglunas gamit ang adjunctive corticosteroid ay maaaring gamitin upang salungatin ito. Para sa iba pang impormasyon tungkol sa oral corticosteroids, maaaring sumangguni

sa http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_02.html

Bilang pangkalahatang panuntunan, ang doktor ay maaaring baguhin ang kombinasyon ng gamot, tagal ng lunas at mga dosis upang umayon sa partikular na

pangangailangan ng isang pasyente depende sa anyo ng TB (hal. nagtatago o aktibo, bumalik, natigil na pagagagamot, nabigong paglunas), yugto ng buhay (hal. bata, pagbubuntis, pagpapasuso), pangkalahatang kalusugan (hal. impeksyong co-HIV, sakit sa bato o sakit sa atay), posibleng di pagtalab ng gamot, resulta ng pagsusuring medikal (hal. drug susceptibility test) at ang lugar ng karamdaman sa katawan.

Ang lahat ng nabanggit sa itaas na iniinom na gamot laban sa tuberkulosis ay rehistrado sa Hong Kong at maaaring makuha sa anyong dosis tulad ng kapsula o tableta. Sila ay gamot na inirereseta lamang at dapat ibigay ng may paghihigpit sa ilalim ng tagubilin at rekomendasyon ng doktor.

Karaniwang Epekto at Pag iingat

Iniinom na gamot laban sa tuberkulosis	Karaniwang epekto	Pag iingat
1.Isoniazid	<ul style="list-style-type: none"> • Peripheral neurotoxicity (pinakikilala bilang pamamanhid o mainit na pakisamdang sa mga kamay at paa) • Pagkasira ng atay • Pagduduwal • pagsusuka 	<ul style="list-style-type: none"> • Hindi dapat gamitin sa mga pasyenteng may sakit sa atay dulot ng gamot. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may sakit sa atay. Kung magkaroon ng sintomas ng karamdaman sa atay tulad ng patuloy na pagduduwal, pagsusuka, malaise o jaundice (ang paninilaw ng balat pati ang puti ng mata) na lumabas, itigil agad ang paggagamot at humingi kaagad ng medikal na atensyon. • Ang mga pasyenteng may sakit sa bato ay may peligro sa ototoxicity (pagkasira ng tenga) at peripheral neuropathy (pagkasira sa

		<p>peripheral nerves, kadalasang nagiging sanhi ng panghihina, pamamanhid at kirot, kadalasan sa mga kamay at paa), ang prophylactic pyridoxine ay nirerekomenda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may mabagal na acetylator status (ibig sabihin nito ay ang katawan ay maaaring mag proseso ng isoniazid ng mas mabagal, na magiging sanhi ng mas mataas na peligro sa epekto). Mangangailangan ito ng pagsasaayos ng dosis. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may epilepsy, kasaysayan ng psychosis, pagiging palaasa sa alcohol, malnutrisyon, diabetes mellitus, impeksyon sa HIV at acute porphyria (ang porphyria ay isang bihirang karamdaman na naapektuhan ang metabolism). • Ang peripheral neuropathy (ang karaniwang epekto) ay madalas lumitaw kung saan ay mayroong mga kadahilanan ang peligro, tulad ng diabetes, pagiging palaasa sa alcohol, malalang pagbagsak ng bato, malnutrisyon, impeksyon sa
--	--	---

		<p>HIV, pagbubuntis at pagpapasuso. Ang inyong doktor ay maaaring magbigay ng prophylactic na pyridoxine.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ang Isoniazid ay maaaring magdulot ng bugsong pag-atake, problema sa pag-iisip at optic neuritis (pamamaga ng optic nerve na maaaring makawala ng paningin). Kung apektado nito ay hindi dapat magmaneho o magpatakbo ng makinarya. • Iwasan ang alkohol at ang mga sumusunod na pagkain dahil ang isoniazid ay mauugnay sa kanila hal. keso (Swiss o Cheshire), Red wine, isda (tuna, skipjack, sardinella)).
2.Rifampicin	<ul style="list-style-type: none"> • Pagkasira ng atay • Parang trangkaso, sintomas sa tiyan at panghinga, pagkagulat, pagbagsak ng bato at thrombocytopenic purpura (pagbaba ng platelets na makikita sa dugo, na nagdudulot ng tuluy tuloy na pagdurugo at pagpapasa ng balat sa kulay na lilang patse) sa paputol putol na pag lunas • Gastrointestinal symptoms kasali ang 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasang gamitin sa mga pasyenteng may jaundice, rifamycin hypersensitivity at malalang porphyria. • Itigil kaagad ang paggamit at kumuha ng agarang medikal na atensyon kung may sintomas ng pagkasira ng atay hal. madalas na pagduduwal, pagsusuka, pagkapagod o jaundice (pagkakaroon paninilaw ng mga balat at puti ng mata) na mabuo • Hindi dapat gamitin ng mga pasyenteng kasalukuyang tumatanggap ng gamot na

	<p>pagkawala ng gana sa pagkain, pagduduwal, pagsusuka, at pagtatae.</p>	<p>saquinavir/ritonavir dahil sa mataas na peligro ng hepatocellular toxicity.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maaari kayong makaramdam ng pagkahilo o mawalan ng malay, magkaroon ng problema sa paningin o iba pang masamang epekto na maaaring makaapekto sa inyong abilidad na makapagmaneho habang iniinom ang gamot. Kung mangyari ito, huwag magmaneho o gumamit ng anumang kagamitan o makinarya. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may sakit sa bato kung ang dosis ay mataas kaysa 600 mg kada araw. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng pala-asa sa alkohol, sa matagal na gamutan, may diabetes, sakit sa atay, buntis at nagpapasuso. • Para sa mga babaeng gumagamit ng pinagsamang mga paraan ng pagpipigil sa pagbubuntis kasama na ang pills, patches o vaginal rings, kailangang isa-alang alang ang alternatibong paraan ng pagpipigil mabuntis dahil ang rifampicin ay nakakabawas sa lakas ng
--	--	---

		<p>gamot pamigil sa pagbubuntis.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hindi nakaka-sakit na kulay kahel-pula na ihi, dumi, pawis, laway, plema, luha, at iba pang likido ng katawan. Ang malalambot na contact lenses at mga kasuotan ay maaaring permanenteng mamantsahan.
3. Pyrazinamide	<ul style="list-style-type: none"> • Pagkasira ng atay • Hyperuricaemia at maaaring maging sanhi ng mga atake sa gout • Pagduduwal • Pagsusuka • Pagkawala ng gana sa pagkain 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasan ang paggamit sa may malalang atake ng gout at malubhang sakit sa atay. • Itigil ang paggamit at sumangguni ng medikal na atensyon kung ang sintomas ng pagkasira ng atay hal. patuloy na pagduwal, pagsusuka, malaise o jaundice (paninilaw ng balat at mga puti ng mata) ay magkaroon. • Gamitin ng may pag iingat sa mga pasyenteng may gout, sakit sa atay, diabetes, sakit sa bato, porphyria, habang nagbubuntis at nagpapasuso. • Magkaroon ng espesyal na pag -ingat kung umiinom ng mga gamot pamigil sa pagbubuntis, dahil ang pyrazinamide ay maaaring makapigil sa epekto ng pills. Gumamit ng karagdagang paraan ng pagpigil sa pagbubuntis (hal.

		Condoms) habang umiinom ng pyrazinamide at para sa isang buwan pagkatapos.
4. Ethambutol	<ul style="list-style-type: none"> • Optic neuritis (pamamaga ng mga ugat sa mata), kaguluhan sa paningin sa anyo ng pagkawala ng talas, pagkabulag sa mga kulay pula/berde, at pagkakaroon ng limitadong lawak ng paningin • Peripheral neuritis 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasan sa mga pasyenteng may optic neuritis o malabong paningin • Maaaaring makapag dulot ng problema sa mata o sa paningin tulad ng pananakit ng mata, visual disturbances, pagkabulag sa kulay, kabawasan o pagkawala ng paningin- itigil kaagad ang paggamot at humanap ng payong medikal kung kayo ay magkaroon ng problema sa paningin. • Ang Ethambutol ay minsan nagiging sanhi ng problema sa paningin at pangiginig o pamamanhid sa mga kamay at paa. Kung ito ay mangyari, huwag magmaneho o magpatakbo ng makinarya. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may sakit sa bato, gout, kapansanan sa paningin, pasyenteng buntis, matatanda at bata kung saan ang pagsusuri sa pagbabago sa talas ng paningin ay magiging mahirap.
5. Rifabutin	<ul style="list-style-type: none"> • Gastrointestinal disturbance kasama 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasan ang paggamit sa mga pasyenteng may

	<p>ang pagduduwal at pagtatae</p> <ul style="list-style-type: none"> • Karamdaman sa dugo (kasama ang neutropenia, leucopenia, anaemia, thrombocytopenia) • Pantal • Myalgia (pananakit ng kalamnan o paglambot nito) • lagnat 	<p>hypersensitivity sa rifamycin, habang nagbubuntis at nagpapasuso.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Itigil ang paggamit at agad na kumuha ng medikal na atensyon kung ang sintomas ng pagkasira ng atay hal. paulit ulit na pagduduwal, pagsusuka, malaise o jaundice (paninilaw ng mga balat at puti ng mata) ay magkaroon. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng pala-asa sa alcohol, may matagal ng paggagamot, sakit sa atay, sakit sa bato, uveitis at acute porphyria. • Para sa mga babaeng gumagamit ng pinaghalong paraan ng pagpipigil sa pagbubuntis kasama ang pills, patches, o vaginal rings ay dapat isa alang alang ang alternatibong paraan ng pagpipigil sa pagbubuntis dahil ang rifabutin ay nakakapagpabawas ng pagiging epektibo ng hormonal na pagpipigil sa pagbubuntis. • Ang hindi nakaka-sakit na kulay kahel-pula na ihi, dumi, pawis, laway, plema, luha, at iba pang lumalabas na likido ng katawan. Ang soft contact lenses, at mga
--	--	---

		kasuotan ay maaaring mamantsahan na ng permanente.
6. Para-aminosalicylic acid hal. sodium aminosalicylate	<ul style="list-style-type: none"> • Gastro-intestinal effects kasama ang pagdudwal, pagsusuka at pagtatae; maaaring mabawasan kung iinumun ng may pagkain o may antacid • Hypersensitivity reactions kasama ang lagnat, at pantal 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasan ang paggamit sa mga pasyenteng may malubhang sakit sa bato, habang buntis at nagpapasuso. • Itigil kaagad kung may mga sintomas ng pagkalason sa atay (kasama ang pantal, lagnat at gastrointestinal disturbance). • Kaagad na itigil ang gamot at kumuha ng medikal na atensyon sa unang sintomas na magkaroon ng hypersensitivity. Kabilang sa mga sintomas ang pantal, kadalasang nasusundan ng lagnat, at mas bihira, ang gastrointestinal disturbances ng kawalang gana sa pagkain, pagduduwal at pagtatae. • Gamitin ng may pag-iingat sa mga pasyenteng may sakit sa atay, banayad hanggang katamtamang sakit sa bato, gastric ulcer, kakulangan sa glucose-6 phosphate dehydrogenase (G6PD). • Ang Sodium aminosalicylate ay may sodium, gamitin ng may pag iingat sa mga pasyenteng may mahinang puso.
7. Cycloserine	<ul style="list-style-type: none"> • Kadalasang 	<ul style="list-style-type: none"> • Iwasan ang paggamit sa mga

	<p>neurological, kasama ang sakit ng ulo, pagkahilo, pagkalula, antok, panginginig, kombulsyon, pagkalito, sakit sa pag iisip, depresyon at pagkabalisa</p>	<p>pasyenteng may epilepsy, depresyon, malalang pagkabalisa, nasa estado ng sakit sa pag iisip, pala-asa sa alkohol, porphyria at malubhang sakit sa bato.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gamitin ng may pag iingat sa mga pasyenteng may banayad hanggang katamtamang sakit sa bato, habang buntis at nagpapasuso. • Hindi dapat uminom ng anumang alkohol kapag umiinom ng gamot na ito. • Kung ang allergic dermatitis o sintomas ng pagkalason sa central nervous system (tulad ng kombulsyon, sakit sa pag iisip, somnolence, depresyon, pagkalito, hyperreflexia, sakit ng ulo, panginginig, vertigo, paresis, o dysarthria) ay mabuo, ang pagtigil sa gamot o pagbabawas ng dosis ay maaaring kailanganin, kumuha ng medikal na atensyon.
<p>8. Prothionamide</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gastrointestinal disturbances kasama ang pagduduwal, pagsusuka, pagtatae, pagkawala ng gana sa pagkain, sobrang paglalaway, lasang metal, stomatitis at sakit ng tiyan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kailangang gamitin ng may pag iingat sa may depresyon o iba pang sakit sa pag iisip, diabetes mellitus. • Hindi dapat gamitin ng may malubhang sakit sa atay at buntis.

<p>9. Levofloxacin</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pagduduwal • Pagsusuka • Pagtatae • Kabag • Pagtigas ng dumi • Hyperhidrosis • Sakit ng ulo • pagkahilo 	<ul style="list-style-type: none"> • Hindi dapat gamitin sa mga pasyenteng may quinolone hypersensitivity, kasaysayan ng sakit sa litid na may kaugnayan sa paggamit ng quinolone, buntis at nagpapasuso. • gamitin ng may pag iingat sa mga pasyenteng may kasaysayan ng epilepsy o kondisyon na humahantong sa mga pag-atake, kaulangan sa G6PD, myasthenia gravis(peligro ng paglala), pasyenteng may dahilan ng peligro, para sa mahabang agwat sa pagpapahaba ng QT, (pagbabago sa elektrikal na aktibidad ng puso na ipinapakita sa electrocardiogram [ECG] na maaaring mauwi sa hindi normal na tunog ng puso na maaring makamatay) (hal. electrolyte disturbances, malalang myocardial infraction, pagpalya ng puso na may pagbaba sa kaliwang ventricular ejection fraction, bradycardia, congenital long QT syndrome (isang sakit kung saan ang elektrikal na aktibidad ng puso ay maaaring makapag dulot ng biglaan, hindi kontrolado, at delikadong bilis o tunog ng pintig ng puso bilang tugon
------------------------	--	--

		<p>sa ehersisyo o stress. kasabay ng paggamit sa ibang gamot na kilalang nagpapahaba ng paglaktaw sa QT, kasaysayan ng symptomatic arrhythmias), kasaysayan ng sakit sa pag iisip, sakit sa bato, mga bata at kabataan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ang sobrang sikat ng araw ay dapat iwasan (itigil at kumuha kaagad ng medikal na atensyon kung magkaroon ng photosensitivity • Dapat itigil at kumuha kaagad ng medikal na atensyon kung ang psychiatric, neurological o hypersensitivity reactions (kasama ang maraming pantal) ay lumitaw. • Pagkasira ng mga litid (kasama ang pagkapatid) ay bihirang maiulat. Ang pagkapatid ng litid ay maaaring lumitaw sa loob ng 48 oras mula simula ng paglunas; mayroon ring mga kaso na naiulat makalipas ang ilang buwan matapos tumigil sa gamot. Ang mga pasyenteng lagpas sa 60 taong gulang ay madaling magkaroong ng pagkasira ng litid; ang peligro sa pagkakaroon ng pagkasira sa litid ay tumataas sa
--	--	--

		pagsabay na gamit ng corticosteroids; Kung naghihinala sa tendinitis, ang levofloxacin ay dapat kaagad itigil at ang pasyente ay kinakailangang humanap ng medikal na atensyon.
--	--	---

Pangkalahatang Payo

- Sundin ang mga lunas at paggagamot, magkaroon sa masayang buhay, kumain ng balanseng pagkain na may sapat sa pahinga para sa mahusay na paggaling
- Bilang karagdagan sa direktang naobserbahang paglunas (DOT), kasama sa iba pang paraan upang matulungan kayong tandan ang pag inom ng gamot ay ang pag-inom ng pills sa kaparehong oras bawat araw, sabihin sa miyembro ng pamilya o kaibigan na paalalahanan kayo sa pag inom ng gamot, markahan araw araw sa kalendaryo habang iniinom ang gamot at ilagay ang pills ng lingguhan sa lalagyan ng gamut.
- Para sa mga pasyenteng may aktibong TB, ang mahigpit na pagbubukod ay hindi kinakailangan. Maaaring irekomenda ang pagliban sa trabaho, paaralan, o kolehiyo dahil sa sakit sa mga unang panahon ng pagagamot.
- Pagkatapos uminom ng gamot ng mga 2 o 3 linggo, hindi na maikakalat ang bakterya ng TB sa iba. Ang regular na paglilinis ng kapaligiran ay kinakailangan bilang pangkalahatang pagsasanay sa paglilinis. Ang alikabok sa air-conditioner ay dapat na linisin ng palagian.
- Magkaroon ng pangunahing pag-iingat upang maiwasang kumalat ang TB sa inyong pamilya at kaibigan: magsuot ng surgical mask, magtakip ng bibig at hangga't maaari ay gumamit ng tisyu kung uubo, babahin o tatawa, itapon ang gamit na tisyu sa selyadong plastic bag, buksan ang bintana kung posible upang masiguro ang magandang suplay ng sariwang hangin at paggamit ng bentilador upang maihip ang hangin mula sa loob palabas, huwag matulog sa kaparehong kwarto kasama ang ibang tao dahil maaari kang umubo o bumahin sa iyong pagtulog, obserbahan ang ibang pansariling kalinisan kasama ang pagpapanatiling malinis ng kamay at paghuhugas sa maayos na paraan.
- Siguruhin na ang mga taong makakasama mo ay magsusuot ng mask at madalas maghugas ng kamay. Ang serbisyo ng TB at Dibdib ay mangangailangang suriin sila para sa impeksyon sa TB at upang makita kung kinakailangan magsagawa ng

paggamot upang makaiwas dito. Kung mayroong sintomas na nagtuturo sa TB, agad na sabihan sila na magpakonsulta ng medikal sa Serbisyo ng TB at Dibdib.

- Ang mga kasuotan, kubrekama, kagamitan sa kusina, at mga pader ay walang kinalaman sa pagpapasa ng bakterya. Ang TB ay hindi naipapasa sa pakikipag kamay sa ibang tao, pakikibahagi ng pagkain o inumin, paghipo ng mga sapin sa higaan o upuan sa banyo at paghalik.
- Matapos makumpleto ang paggagamot laban sa tuberkulosis, ang tyansa ng pagbalik ng TB ay dapat na mababa. Subalit, dapat pa ring mapanatili ang maayos na pangangatawan at magkaroon ng malusog na pamumuhay upang maiwasan ang pagbalik ng sakit. Kinakailangang ipagbigay-alam para sa muling pagsusuri kapag ang sintomas na nagtuturo ng tuberkulosis ay bumalik.
- Ang pagkakaran ng malusog na pamumuhay ay makakatulong sa pag iwas ng pagkakaroon ng sakit na TB. Kasama dito ang pagkakaroon ng sapat na ehersisyo, hustong pahinga at tulog, balanseng pagkain, pag-iwas sa paninigarilyo at alkohol, pag langhap ng sariwang hangin at pagpapanatili ng masayang kondisyon.

Pakikipag usap sa inyong Doktor

- Ipaalam sa Doktor ang inyong medikal na kasaysayan kabilang na kung kayo ay maroong HIV, anumang nakaraang paggagamot sa tuberkulosis, anumang allergies sa mga kilalang gamot, mga pangulay o pampreserba, dahil ang ibang gamot ay maaaring mangailangan ng masusing pag iingat.
- Ang gamot laban sa tuberkulosis ay maaaring maugnay sa ibang gamot. Ipaalam sa inyong doktor ang mga gamot na iniinom, kasama na ang may reseta, over-the-counter na gamot, herbal o mga karagdagang bitamina, upang makapag desisyon sila kung ang gamot laban sa tuberkulosis ay ligtas para sa inyo o baguhin ang dosis ng gamot.
- Ang tiyak na pagkain, paggamit ng alkohol o tabako sa tiyak na gamot ay maaaring makapagdulot ng masamang epekto ng paghalp ng gamot. Iulat sa mga propesyunal sa kalusugan. Pag-usapan sa inyong propesyonal na tagapangalaga ng kalusugan ang paggamit ng gamot na may pagkain, alkohol at tabako.
- Ipaalam sa inyong doktor kung kayo ay buntis o nagpapasuso dahil ang ilan sa iniinom na gamot laban sa tuberkulosis ay hindi dapat inumin ng buntis o nagpapasuso.

- Magkaroon ng regular na medikal na follow up bilang payo ng doktor. Kung ang sintomas ay hindi umayos sa loob ng 2-3 linggo, o kung lumala, magcheck sa inyong doktor. Ang medikal na pagsusuri tulad ng dugo, ihi, mata, pangdinig, at nerve test ay maaaring kailanganin upang ma check ang progreso o sa mga hindi kinakailangang epekto. Ang ibang epekto na hindi nakalista ay maaari ring lumitaw. Kung may makitang kahit anong epekto, ipasuri sa inyong doktor
- Ang ibang gamot laban sa tuberkulosis ay maaaring maka hadlang sa medical na pagsusuri. Kailangang sabihin sa nakatalagang doktor kung kayo ay umiinom ng gamot laban sa tuberkulosis.

Pag iimbak ng iniinom na gamot laban sa tuberkulosis

Ang iniinom na gamot laban sa tuberkulosis ay dapat itago sa malamig, at tuyong lugar sa isang lalagyang may maayos na pagkakasara, protektado sa ilaw at hindi maaabot ng mga bata upang maiwasan ang aksidentang pagkakalunok. Maliban kung nasasaad sa label, ang gamot ay hindi dapat iimbak sa refrigerators.

Maaring sumangguni sa mga impormasyon ng tuberkulosis sa

Serbisyo ng Tuberkulosis at Dibdib sa

https://www.info.gov.hk/tb_chest/en/index.htm;

Sentro ng Proteksyon para sa Kalusugan sa

<http://www.chp.gov.hk/en/content/9/24/44.html>;

Serbisyo ng Kalusugan sa Paglalakbay sa

http://www.travelhealth.gov.hk/english/travel_related_diseases/tuberculosis.html:

at

Sebisyo ng Kalusugan sa Matatanda sa

http://www.info.gov.hk/elderly/english/health_problems/eng/tuberculosis.htm.

Pagkilala: Ang Tanggapan ng Gamot ay gustong pasalamatan ang Propesyonal na Kaunlaran at Tiyak na Kalidad (PD&QA), at Serbisyo ng Tuberkulosis at Dibdib (TB & Serbisyo ng Dibdib) para sa kanilang mahalagang ambag sa prparasyon ng artikulong ito.

Tanggapan ng Gamot
Kagawaran ng Kalusugan
Nobyembre 2015