



Preventiva

- Ushqehuni në mënyrë të shëndoshë, për çdo ditë konsumoni mjaft sasi të pemëve dhe perimeve
- Mbani aktivitetin fizik, ndani së paku 30 minuta gjatë ditës që të shëtisni
- Fleni mjaftueshmë
- Shmangeni alkoolin, drogën dhe duhanin për shkak se ato e dobësojnë imunitetin tuaj!

Vaksinimi

Vaksina BCG është masë e rëndësishme preventive kundër sëmundjes dhe mundëson mbrojtjen nga format e rënda malije të tuberkulozit në moshën fëmijërore.

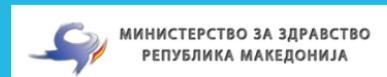
Vaksinimi është i obligueshëm dhe e merr secila foshnje që nga dita e tretë deri në ditën e pestë pas lindjes.

Rivaksinimi bëhet në klasën e pare, në moshën shtatë vjeçare, me kontrollë paraprake të reaksiotit në organizëm ndaj tuberkulozit.



Me kontrollë të rregullt
të shëndetit Tuaj ju
mbron veten si dhe
shëndetin e të
afërmive Tuaj

Përkrahur nga



www.redcross.org.mk



Kryqi i kuq i Republikës së Maqedonisë

ÇKA ËSHTË TUBERKULOZI

Çka është tuberkulozi?



Tuberkulozi është sëmundje e cila është e nxitur nga infekzioni bakterial (Mycobacterium tuberculosis).

Shpesh herë i përfshin mushkëritë e bardha, por mund ta përfshijë secilën pjesë tjetër të trupit.

Si bartet?

Tuberkulozi është sëmundje ngjitetëse i cili bartet nëpërmjet kontaktit të afërt dhe të gjatë me persona të infektuar apo nëpërmjet gjërave (sendeve).

Bakteriet mund të barten nëpërmjet kollitjes, teshtitjes, bisedës dhe të qeshurit.



Cilat janë simptomet?

- Kollitja më gjatë se tre javë
- Nxjerrja e gjakut gjatë kollitjes
- Dhimbjë në gjoks
- Temperatura e lartë, djersitje, ethe
- Humbje të appetitit dhe peshës

Përderisa keni nga cilido lloj i këtyre simptomeve dhe shenjave, duhet patjetër të kërkoni ndihmë mjekësore.

Si të arrijmë deri te diagnoza?

- Anketë epidemiologjike
 - a keni në familje apo në rrithin e ngushtë burim të njojur të sëmundjes (i.e sëmurë me tuberkuloz aktiv)
- Në mënyrë klinike, përderisa i keni disa nga simptomet karakteristike të sëmundjes
- Në mënyrë bakteriologjike - në bazë të përcjelljes bakteriologjike të kollitjes dhe izolim të bacileve tuberkuloze në të
- Inçizim rentgen të mushërive të bardha



Çka do të ndohdë nëse tek ju zbulohet se keni tuberkulozë?

- Mos u brengosni, tuberkulozi mund të shërohet.
- Shërimi nga tuberkulozi në vendin tonë është pa pagesë.
- Duke u shëruar, mbroheni vetë dhe e mbroni familjen tuaj.
- Më e rëndësishme është që ilaçet të merren për çdo ditë, sipas udhëzimit të mjekut.

Preventivë

- Shërimi i drejtë të personave të sëmurë nga tuberkulozi është preventiva më e mirë nga partja e sëmundjes tek personat tjera. Nëse e ndërpritni marrjen e ilaçeve, sëmundja mund të përsëritet por në formë më të rëndë.
- Çdoherë përdorni faculetë që ta mbuloni gojën dhe hundën gjatë kollitjes dhe teshtitjes.
- Ajrosja e rregullt e hapësirave dhe shfaqja e dritës së diellit në sasi të madhe e ul rrezikun nga infektimi.

