



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 mjaftueshëm
- 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 reaksionit në organizëm ndaj tuberkulozit.



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

Përkrahur nga



МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО
РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА



Investing in our future

The Global Fund

To Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria

www.redcross.org.mk

ÇKA ËSHTE
TUBERKULOZI



Kryqi i kuq i Republikës së Maqedonisë

Çka është tuberkulozi?



Tuberkulozi është sëmundje e cila është e nxitur nga infeksioni bakterial (*Mycobacterium tuberculosis*). Shpesh herë i përfshin mushkëritë e bardha, por mund ta përfshijë secilën pjesë tjetër të trupit.

Si bartet?

Tuberkulozi është sëmundje ngjitëse 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
- Dhimbje në gjoks
- Temperatura e lartë, djersitje, ethe
- Humbje të apetitit dhe peshës

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

Si të arrijmë deri te diagnoza?

- Anketë epidemiologjike - a keni në familje apo në rrethin e ngushtë burim të njohur 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 ndodhë 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 tjerë. 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.

