

## ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਤਰਾ ਹੈ? (Are you at risk?)

ਚਮੜੀ ਦਾ ਟੀ.ਬੀ. ਟੈਂਸਟ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਕੁੱਝ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਰਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਟੀ.ਬੀ. ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਦੋਵੇਂ ਟੈਂਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਦੀ ਕਦਾਈਂ ਟੀ.ਬੀ. ਚਮੜੀ ਦੇ ਟੈਂਸਟ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਦੁਬਾਰਾ ਟੈਂਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ)।

ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ **ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼** ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ:

- ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਪਾਜ਼ੇਟਿਵ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ.ਜੀ. ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।
- ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਨੈਗੇਟਿਵ ਹੈ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ।
- ਕੋਈ ਖਾਸ ਇਲਾਜ ਹੋਇਆ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਵਾਂ ਡਾਇਲੈਸਿਸ ਜਾਂ ਕੋਈ ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਹੋਇਆ ਹੈ)।

## ਟੀ.ਬੀ. ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦੀ ਹੈ? (How is TB spread?)

ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਵਿਚ ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਮਰੀਜ਼ ਪੰਘਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਫੇਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਸੀ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਲੇਟੈਂਟ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਾਂ ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



**ਲੇਟੈਂਟ ਟੀ.ਬੀ. ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ** ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਨਿਸਚਲਤਾ (ਲੇਟੈਂਟ) ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੇਟੈਂਟ ਟੀ.ਬੀ. ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਨਾਂ ਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਨਹੀਂ ਫੈਲਾਅ ਸਕਦੇ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਜਰਮ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਟੀ.ਬੀ. ਚਮੜੀ ਦਾ ਟੈਂਸਟ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਂਸਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

**ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਬਿਮਾਰੀ** ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮਾਂ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

**ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਬਿਮਾਰੀ** ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਇਹ ਹਨ: 2-3 ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਖਾਂਸੀ, ਬੁੱਕ ਵਿਚ ਖੂਨ, ਬੁਖਾਰ, ਰਾਤੀਂ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਭੁਖ ਘਟਣੀ, ਬਿਨਾ ਵਜਾ ਭਾਰ ਘਟਣਾ, ਬਕਾਵਟ, ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸਾਹ ਢੁੱਲਣਾ।



## ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਕਿਉਂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਏ? (Why get a TB Blood Test?)

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਬੀ.ਸੀ.ਜੀ. ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਚਮੜੀ ਦੇ ਭਰਮਪੂਰਨ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਨੂੰ ਨਕਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਚਮੜੀ ਦੇ ਭਰਮਪੂਰਨ ਨੈਗੋਟਿਵ ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਨੂੰ ਨਕਾਰਨ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ। ਆਈ.ਜੀ.ਆਰ.ਏ. ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਇਹ ਦੱਸਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।



ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਨਿਸਚਲ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਸਾਰੀ ਉਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋ ਕੇ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਐਸਾ ਕਿਉਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਹੋਵੇ। ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਐਸਾ ਹੋਣ ਦੇ ਚਾਂਸ ਵਧ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਹੀ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸਚਲ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋਟੈਟ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ ਕਿ ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਹੋਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਮੈਂ ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਕਿੱਥੋਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ? (Where do I get a TB blood test?)

ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਖਾਸ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਪਰਖ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ। ਇਸ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਕੁ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਹੀ ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫਰ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਮੁਫ਼ਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੰਮ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਟੈਂਸਟ ਦੀ ਫੀਸ ਲਗਦੀ ਹੈ।

## ਟੈਂਸਟ ਲਈ ਬੁਕਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣੀ (Booking the test)

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਉਣ ਲਈ ਜਾਂ ਟੈਂਸਟ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਗਏ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਟੈਂਸਟ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ।

## ਟੈਂਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਰਵਾਈ (Test Results and Next Steps)

ਟੈਂਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 1-2 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗਣਗੇ।

ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਦੇ ਨੈਗੋਟਿਵ ਟੈਂਸਟ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਟੈਂਸਟ ਪਾਜ਼ੇਟਿਵ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਚਮੜੀ ਦਾ ਟੈਂਸਟ ਗਲਤ ਹੈ।

ਟੀ.ਬੀ. ਖੂਨ ਦੇ ਪਾਜ਼ੇਟਿਵ ਟੈਂਸਟ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਜਰਮ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਐਕਟਿਵ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਹਨ
- ਛਾਡੀ ਦਾ ਐਕਸਰੇ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬੁੱਕ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਬਲਗਮ ਜਾਂ ਫੇਫਤਿਆਂ ਦਾ ਚਿਪਚਿਪਾ ਮਾਦਾ),