



# တီဘီရောဂါကူးစက်မှုကို ကြိုတင်ကာကွယ်ကုသခြင်း

## တီဘီရောဂါ (TB) ကူးစက်မှု

TB ဘက်တီးရီးယားပိုးကို လူတစ်ဦးသည် ရှူရှိုက်သောအခါတွင် တီဘီရောဂါ ဖြစ်ပွားသည်။ ကိစ္စအများစုတွင်၊ ၎င်းတို့သည် တီဘီ ရောဂါရှိသူ (အဆုတ်အတွင်း) နှင့် ထိတွေ့ဖူးသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာသောလူများတွင် ခုခံအားစနစ် (ခုခံကာကွယ်မှု) စနစ်သည် ဘက်တီးရီးယားများကို မလှုပ်ရှားအောင်ထိန်းထားခြင်းဖြင့် ကူးစက်မှုကို ထိန်းချုပ်နိုင်သည်။ ၎င်းကို **ငှပ်လျှိုးနေသော တီဘီရောဂါကူးစက်မှု (LTBI) ဟုခေါ်သည်။** LTBI ရှိသူများသည် ဖျားနာခြင်းမရှိဘဲ အခြားသူများကို တီဘီမကူးစက်နိုင်ပါ။ မကုသဘဲထားပါက လူများ၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် တီဘီရောဂါဖြစ်လာသည်။ ၎င်းသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သည့်အစိတ်အပိုင်းကိုမဆို ထိခိုက်နိုင်သော်လည်း များသောအားဖြင့် အဆုတ်များကို ထိခိုက်စေပါသည်။ ဩစတြေးလျတွင် တက်ကြွပြီး ငှပ်လျှိုးနေသော တီဘီရောဂါကို ကုသနိုင်သည်။

တီဘီရောဂါရှိသူများ-

- ရောဂါလက္ခဏာများမရှိသည်နှင့် နေမကောင်းခြင်း မခံစားရပါ
- တီဘီကို အခြားမည်သူ့ကိုမျှ မကူးစက်နိုင်ပါ။
- များသောအားဖြင့် တီဘီရောဂါကို အရေပြားစမ်းသပ်မှုတွင် အပြုသဘောရှိနိုင်ပြီး (TST) သို့မဟုတ် QuantiferON သွေးစစ်ခြင်းတွင် အပေါင်းလက္ခဏာ ရှိတတ်သည်။
- များသောအားဖြင့် ပုံမှန် ရင်ဘတ်ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း။

ကြိုတင်ကာကွယ်သည့် ကုသမှုကို မှန်ကန်စွာ ခံယူပါက တီဘီရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေကို သိသိသာသာ လျော့ချနိုင်သည်။

## သင်၏ကုသမှုဆိုင်ရာအချက်အလက်များ

ဆရာဝန်သည် တီဘီရောဂါ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေနှင့် ရရှိနိုင်သော ကုသမှု ရွေးချယ်စရာများအကြောင်းကို သင့်အား ဆွေးနွေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကြိုတင်ကာကွယ်ကုသရန် ဆုံးဖြတ်ပါက၊ တီဘီရောဂါ ဝန်ဆောင်မှု မန်နေဂျာတစ်ယောက်အား ခွဲဝေပေးမည်ဖြစ်သည်။ ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေးကုသမှု၏ ဆေးပတ်သည် သုံးလမှ ခြောက်လအထိ ဖြစ်သည်။

အသင့်တော်ဆုံး ပဋိဇီဝဆေးကို ညွှန်းရန် သင့်ဆရာဝန်သည် သင် သောက်နေသည့် ဆေးဝါးများ၊ သင့်ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေချိန် သို့မဟုတ် နို့တိုက်နေပါက သိရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဆေးစသောက်သည်နှင့် ပြီးသည်အထိ အတားအဆီးမရှိဘဲ ဆက်လက်သောက်သင့်သည်ကို နားလည်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ လွတ်သွားသောဆေးများသည် ကြိုတင်ကာကွယ်ကုသခြင်း၏ ထိရောက်မှုကို လျော့ကျစေပြီး အနာဂတ်တီဘီရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေကို တိုးစေသည်။

## သင့်ဆေးနှင့် ဖြစ်နိုင်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

သင်မည်သည့် ပဋိဇီဝဆေးကို ရွေးချယ်သည်ဖြစ်စေ နေ့တိုင်း တစ်ချိန်တည်းတွင် ဆေးကို သောက်သုံးရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။

## Isoniazid တီဘီရောဂါအတွက်သုံးသော ပဋိဇီဝဆေး

အဖြူရောင်ဆေးပြား Isoniazid တစ်ခုစီတွင် ၁၀၀ မီလီဂရမ် ပါဝင်ပါသည်။ နေ့စဉ်ဆေးပမာဏကို သင့်ကိုယ်အလေးချိန်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်ပြီး ပုံမှန်အရွယ်ရောက်ပြီးသူ၏ ပမာဏမှာ နေ့စဉ် ၃၀၀ မီလီဂရမ် ဖြစ်သည်။

အောက်ဖော်ပြပါ လက္ခဏာများ ခံစားရပါက၊ ကျေးဇူးပြု၍ သင်၏ TB အမှုဆောင် မန်နေဂျာကို ဆက်သွယ်ပါ။

- အစာအိမ်နာခြင်းသည် ၄၈ နာရီထက် ပိုကြာသည်
- Isoniazid ဆေးသည် သင့် အသည်းကို ထိခိုက်စေနိုင်သည်။ ဖျားနာခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း သို့မဟုတ် အဝါရောင် အရေပြား/မျက်လုံးများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် အမှုတွဲမန်နေဂျာထံ ချက်ချင်းဆက်သွယ်ပါ
- ကုသမှုအစတွင် အရေပြားယားယံခြင်း
- စိတ်တိုခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ အာရုံစူးစိုက်မှုမရှိခြင်းနှင့် ဝက်ခြံပိုဆိုးလာခြင်းစသည့် အသေးစားလက္ခဏာများ
- လက်ချောင်းများနှင့် ခြေချောင်းများ ထုံကျင်ခြင်း (အစွန်းပိုင်း အာရုံကြောဆိုင်ရာ ရောဂါ) သည် ရံဖန်ရံခါ ဖြစ်ပွားနိုင်သည် - သင့်ဆရာဝန်က ၎င်းကို ကာကွယ်ရန် ဗီတာမင် B6 ကို ညွှန်ကြားနိုင်သည်
- မူးယစ်ဆေး တုံ့ပြန်မှုများကြောင့် ဝက်ရူးပြန်ရောဂါအတွက် ဆေးသောက်နေပါက သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် TB အမှုတွဲ မန်နေဂျာအား ပြောပြပါ။



# Rifampicin (ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်းများကို စီမံခန့်ခွဲကုသရန် အသုံးပြုသော ဆေး)

ဆေးတောင့်များတွင် ၁၅၀ မီလီဂရမ် သို့မဟုတ် ၃၀၀ မီလီဂရမ် နှစ် မျိုးရှိသည်။ အမှတ်တံဆိပ် / အစွမ်းသတ္တိပေါ်မူတည်ပြီးအရောင် ကွဲပြားသည်။ သင့်ဆေးပမာဏကို သင့်ကိုယ်အလေးချိန်ဖြင့် ဆုံးဖြတ် ပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် 450mg မှ 600mg တနေ့ တစ်ကြိမ် သောက်သုံးနိုင်ပါသည်။

အစာမစားမီ တစ်နာရီအလို သို့မဟုတ် နှစ်နာရီအကြာတွင် ၎င်းတို့ကို ဗိုက်အချဉ်းနိုးဖြစ်သည့်အချိန်တွင် သောက်ရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။

အောက်ဖော်ပြပါ လက္ခဏာများ ခံစားရပါက၊ ကျေးဇူးပြု၍ သင်၏ TB ဝန်ဆောင်မှု မန်နေဂျာကို ဆက်သွယ်ပါ-

- ဗိုက်အောင့်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ အစာစားချင်စိတ်မရှိခြင်းနှင့် ဝမ်းဗိုက်မအီမသာဖြစ်ခြင်း
- အပျော့စား နီမြန်းခြင်း၊ ယားယံသော အရေပြား သို့မဟုတ် အဖုအပိမ့်များ (ကုသမှု တစ်လျှောက်လုံး သွား၍ရနိုင်သည်)
- မှောင်မိုက်သော ဆီး။

Rifampicin သည်ဖြစ်စေနိုင်သည်-

- သင်၏ဆီး၊ ချွေး၊ မျက်ရည်နှင့် တံတွေး၏အရောင်သည် လိမ္မော်ရောင်-အနီရောင်သို့ ပြောင်းသွားသည်။ ပျော့ပြောင်း သော မျက်ကပ်မှန်များသည် အရောင်ပြောင်းသွားသော်လည်း ဤဘေးထွက်ဆိုးကျိုးမှာ အန္တရာယ်မရှိပါ
- သန္ဓေတားဆေး၏ ထိရောက်မှု လျော့ကျခြင်း (သန္ဓေတား ဆေး၏ ဒုတိယပုံစံကို ညွှန်ပြနိုင်ပြီး သင့်မိသားစုဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးသင့်သည်)
- မူးယစ်ဆေး အပြန်အလှန်အကျိုးသက်ရောက်မှုများ - warfarin၊ ခံတွင်းဆီးချိုရောဂါဆေးများ၊ digoxin၊ phenobarbitone၊ methadone၊ morphine သို့မဟုတ် dapsone ကိုသောက်သုံး နေပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ

# ကြိုတင်သတိပေးချက်များ

အကယ်၍ သင်သည် ဆေးဆိုင်ကောင်တာမှဝယ်သောက်သော ဆေးဝါး များ အပါအဝင် အခြား ဆေးဝါးများကို သောက်နေပါက သို့မဟုတ် သင်၏ ဆေးဝါးများ ပြောင်းလဲပါက ဆရာဝန်ကို အသိပေးပါ။

အခြားကုသမှုများ သို့မဟုတ် ဆေးရုံတက်ရန်နှင့် သင့်အတွက်ဆေး များလိုအပ်ပါက ဆရာဝန် သို့မဟုတ် မိသားစုဆရာဝန်ထံ ပြသရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။

ကုသမှုခံယူနေစဉ်အတွင်း အရက်ကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

ဆေးဝါးအားလုံးကို ကလေးလက်လှမ်းမမီအောင် အေးပြီး ခြောက်သွေ့သောနေရာတွင်ထားပါ။

# ပုံမှန်ဆေးကုသခံယူမှုများ

ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ခံယူနေစဉ်အတွင်း တီဘီဆေးခန်းသို့ ပုံမှန် သွားရောက်ရန် လိုအပ်သည်-

- သင်၏ကိုယ်အလေးချိန်နှင့် အထွေထွေကျန်းမာရေးကို စစ်ဆေးပါ
- ဆေးဝါးများမှ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးရှိမရှိ စစ်ဆေးပါ
- သင်သည် ဆေးများကို မှန်မှန်ကန်ကန်သောက်နေကြောင်း စစ်ဆေးပါ
- နောက်ထပ်ဆေးဝါးများ စုဆောင်းပါ။

**ဤကုသမှုကို WA တီဘီရောဂါထိန်းချုပ်ရေး အစီအစဉ်မှ သင့်အား အခမဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးပါမည်။**



**WA တီဘီရောဂါထိန်းချုပ်ရေးအစီအစဉ်**  
 Anita Clayton Centre, 1/311 Wellington Street, Perth WA 6000  
 ☎ (+61) 08 9222 8500  
 ✉ ACCadmin@health.wa.gov.au

ဆေးလိပ်ငွေကင်းစင်သော ဆိုက်တစ်ခုဖြစ်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ဂုဏ်ယူပါသည်။ ဆေးလိပ်မသောက်တာ ဒါမှ မဟုတ် vaping မလုပ်တဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

တောင်းဆိုချက်အရ ဤစာရွက်စာတမ်းကို အခြားပုံစံများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။



# Preventive treatment for tuberculosis infection

## Tuberculosis (TB) infection

TB infection occurs when a person breathes in TB bacteria. In most cases, this is because they have had exposure to someone with TB disease (in the lungs). In healthy individuals, the immune (defence) system can control the infection by keeping the bacteria inactive. This is called **latent TB infection (LTBI)**. People with LTBI are not sick and cannot spread TB to others. If left untreated, about 10 percent of people will develop TB disease. This can affect any part of the body but usually affects the lungs. In Australia, active and latent TB can be treated.

People with TB infection:

- Have no symptoms and do not feel sick
- Cannot spread TB to anyone else
- Usually have a positive Tuberculosis Skin Test (TST) or positive QuantiFERON blood test
- Usually have a normal chest x-ray.

Preventive treatment, if taken correctly, can significantly reduce the risk of TB disease.

## Information about your treatment

The doctor will talk to you about the risk of developing TB disease and the treatment options available.

If you decide to take preventive treatment, you will be allocated a TB case manager. The course of antibiotic treatment ranges from three to six months.

To prescribe the most appropriate antibiotic, your doctor needs to know what medicines you are taking, your medical history and if you are pregnant or breastfeeding.

It is important to understand that once you have started the medication you should continue taking it without interruption. Missed doses will reduce the effectiveness of preventive treatment and increase the risk of future TB disease.

## Your medication and possible side effects

Regardless of which antibiotic you choose, we recommend you take the medicine at about the same time every day.

### Isoniazid

Each small white tablet contains 100mg of Isoniazid. The daily dose is determined by your weight and the normal adult dose is 300mg daily.

If you experience any of the following symptoms, please contact your TB case manager:

- Stomach upset lasting for more than 48 hours
- Isoniazid can affect your liver. If you feel sick, vomit, have abdominal pain or develop yellow skin/eyes, contact your doctor or case manager immediately
- Itchiness of the skin at the beginning of treatment
- Minor symptoms such as irritability, fatigue, lack of concentration and worsening of acne
- Tingling of the fingers and toes (peripheral neuropathy) can occasionally occur - your doctor may prescribe vitamin B6 to prevent this
- Tell your doctor or TB case manager if you are taking medication for epilepsy as drug interactions may occur.



## Rifampicin

Capsules come in two strengths, 150mg or 300mg. The colours vary according to brand/strength. Your dose is determined by your weight. Adult doses can be 450mg to 600mg once daily.

We recommend you take them on an empty stomach, an hour before or two hours after food.

If you experience any of the following symptoms, please contact your TB case manager:

- Stomach upset, nausea, loss of appetite and abdominal discomfort
- Mild flushing, itchy skin or a faint rash (can come and go throughout treatment)
- Dark concentrated urine.

Rifampicin may also cause:

- A change in the colour of your urine, sweat, tears and saliva to orange-reddish. This side effect is harmless, although soft contact lenses may become discoloured
- Reduced effectiveness of the contraceptive pill (a second form of contraception may be indicated and should be discussed with your GP)
- Drug interactions - tell your doctor if you are taking warfarin, oral diabetic drugs, digoxin, phenobarbitone, methadone, morphine or dapsone

## Precautions

Please advise your TB doctor if you are taking any other medications, including over the counter medication or if your medications change.

We recommend showing your GP or family doctor your medication if you need other treatment or are going into hospital.

Alcohol should be avoided during the duration of treatment.

Keep all medication out of reach of children in a cool, dry place.

## Regular medical visits

While you are taking preventive treatment, regular visits to the TB clinic are required to:

- Check your weight and general health
- Check for any side effects from the medicines
- Check you are taking the medicines correctly
- Collect a further supply of medicines.

**This treatment will be provided to you free of charge by the WA Tuberculosis Control Program.**



### WA Tuberculosis Control Program

📍 Anita Clayton Centre,  
1/311 Wellington Street, Perth WA 6000

☎ (+61) 08 9222 8500

✉ ACCadmin@health.wa.gov.au



We are proud to be a smoke-free site.  
Thank you for not smoking or vaping.

This document can be made available  
in alternative formats on request.