

In August 2018, the World Health Organization announced in a rapid communication major changes to its recommendations for treating rifampicin-resistant and multidrug-resistant tuberculosis (RR-/MDR-TB), including the recommendation that most patients with DR-TB should be treated with fully oral treatment regimens. TAG will update this and other documents upon WHO's release of updated guidelines.

# अपने अधिकारों को जानिए:

तपेदिक की रोकथाम,  
निदान, और उपचार

## गिसा डांग की पेशकश

त्सिरा चखाया, ब्रायन सिट्रो, विवियन कॉक्स, माइक फ्रिक, जेनिफर फुरिन,  
एरिका लेसम, अलेक्जेंडर विलियम म्बूया, लिंडसे मैककेना, जॉन म्डलुलि, जेन  
राहेदी ओंगंगो, हदीजा एच सेमवुआ, और ज़ानी डी विट द्वारा संपादित





## अपने अधिकारों को जानिए:

तपेदिक की रोकथाम,  
निदान, और उपचार

### आपके मानव अधिकार और टीबी

#### यह गाइड क्यों?

यह गाइड तपेदिक (टीबी) से पीड़ित लोगों, जिन लोगों को टीबी होने का जोखिम हो, और उनके लिए है जो उनकी देखभाल करते हैं। इसका उद्देश्य यह बताना है कि टीबी की देखभाल के लिए वैश्विक मानक क्या हैं, और साथ ही आपको कौन सी सेवाएं प्राप्त करने का अधिकार है। इस गाइड का उद्देश्य यह स्पष्ट करना है कि आपके अधिकार टीबी रोकथाम, परीक्षण, उपचार और देखभाल से संबंधित हैं। हमारा लक्ष्य टीबी द्वारा प्रभावित लोगों को यह इस लायक बनाना है कि वो जान सकें कि उन्हें उच्च स्तर की देखभाल कब प्राप्त होनी चाहिए, ताकि वे विश्व स्तर पर अनुशंसित मानकों के लिए प्रश्न पूछ सकें।

#### विश्व स्तर पर अनुशंसित मानक क्या हैं?

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) संयुक्त राष्ट्र (यूएन) का संगठन है जिसे स्वास्थ्य में विशेषज्ञता प्राप्त है। डब्ल्यूएचओ के काम का एक हिस्सा ऐसी प्रक्रिया का मार्गदर्शन करना है जो टीबी की रोकथाम, निदान और उपचार के लिए मानक और दिशानिर्देश निर्धारित करता है। ये मानक नीति निर्माताओं और स्वास्थ्य प्राधिकरणों को स्वास्थ्य और अन्य संबंधित मानवाधिकारों पर सभी के अधिकारों का सम्मान करने, संरक्षण करने और उन्हें पूरा करने के लिए अपने देश के स्वास्थ्य कार्यक्रमों की योजना बनाने और उन्हें लैस करने में सहायता करते हैं।

#### मानवाधिकार क्या हैं, और टीबी से प्रभावित लोगों के लिए वे क्यों महत्वपूर्ण हैं?

टीबी से पीड़ित लोगों और टीबी के जोखिम वाले लोगों के पास मानव अधिकार हैं। इन मानवाधिकारों का सम्मान, संरक्षण और पूर्ति करने के लिए सरकारों के पास अंतरराष्ट्रीय, क्षेत्रीय और घरेलू कानून के तहत कानूनी दायित्व हैं। मानवाधिकार सार्वभौमिक होते हैं: ये हर किसी के पास होते हैं। मानवाधिकार भी अविभाज्य, परस्पर निर्भर, और परस्पर संबंधित होते हैं। इसका मतलब है कि सभी मानवाधिकार समान रूप से महत्वपूर्ण होते हैं, एक-दूसरे पर निर्भर, और एक-दूसरे से निकटता से संबंधित होते हैं। एक अधिकार लेना आपके अन्य मानवाधिकारों को प्रभावित करता है।

टीबी से प्रभावित लोगों के लिए कई मानवाधिकार महत्वपूर्ण हैं। ये अधिकार अंतरराष्ट्रीय और क्षेत्रीय संधियों के साथ-साथ दुनिया भर के देशों के संविधानों में मौजूद हैं। उनमें जीवन का अधिकार; स्वास्थ्य का अधिकार; गैर-भेदभाव का अधिकार; स्वतंत्रता का अधिकार; विज्ञान का अधिकार; सूचित सहमति का अधिकार; सूचना का अधिकार; गुप्तता का अधिकार; भागीदारी का अधिकार; यातना और क्रूर, अमानवीय, या अपमानजनक उपचार से स्वतंत्रता; आंदोलन की स्वतंत्रता; मनमानी हिरासत से स्वतंत्रता; संस्था की स्वतंत्रता; और सभा की स्वतंत्रता शामिल है।

#### गिसा डांग की पेशकश

त्सिरा चखाया, ब्रायन सिट्रो, विवियन कॉक्स, माइक फ्रिक,  
जेनिफर फुरिन, एरिका लेसम, अलेक्जेंडर विलियम म्बूया,  
लिडसे मैककेना, जॉन म्दलुलि, जेन राहेदी ऑगंगो, हदीजा  
एच सेमवुआ, और ज़ानी डी विट द्वारा संपादित

पृष्ठ 6 का 1

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए जीवन का अधिकार क्या है?

जीवन का अधिकार यह है कि सरकार, यानी, आपके देश की सरकार, आपको अपने जीवन से वंचित नहीं कर सकती है। आपके जीवन की रक्षा के लिए कदम उठाना सरकार का कर्तव्य है। इसका मतलब है कि आपकी सरकार को बीमारियों को खत्म करने और देखभाल तक पहुंच सुनिश्चित करने के लिए कदम उठाने चाहिए, उदाहरण के लिए टीबी को खत्म करने के लिए मानव अधिकार-आधारित दृष्टिकोण लेना।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए स्वास्थ्य का अधिकार क्या है?

स्वास्थ्य के अधिकार में दो महत्वपूर्ण भाग शामिल हैं। पहला हिस्सा एक देश की स्वास्थ्य देखभाल सेवाएं और स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली है। स्वास्थ्य के अधिकार के अनुसार स्वास्थ्य देखभाल उपलब्ध होनी चाहिए। टीबी के लिए, इसका मतलब टीबी दवाइयों और परीक्षण उपकरण और आपूर्ति सहित सामानों; और स्वास्थ्य देखभाल कर्मचारियों और टीबी कार्यक्रमों के लिए पर्याप्त बजट सहित सेवाओं और कार्यक्रमों के साथ टीबी रोकथाम, निदान, और देखभाल के लिए कार्य सुविधाओं के साथ एक स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली है। स्वास्थ्य देखभाल सुलभ होनी चाहिए: हर किसी के पास इस तक पहुंच होनी चाहिए और सेवाओं से इंकार न किया जा सकता हो (जिसे गैर-भेदभाव कहा जाता है)। आप टीबी को नियंत्रण करने के लिए सुसज्जित सुविधाओं तक पहुंच करने और उनमें प्रवेश करने में भी सक्षम होने चाहिए, उदाहरण के लिए, स्थानीय स्वास्थ्य देखभाल स्टेशन, या यदि आवश्यक हो, तो सेवाओं को आपके पास आना पड़ सकता है। आपको अपनी दवा सहित स्वास्थ्य देखभाल का खर्च उठाने में सक्षम होना चाहिए। और आप टीबी के लिए उपलब्ध स्वास्थ्य देखभाल विकल्पों और टीबी पर ज्ञान के बारे में जानकारी प्राप्त करने में सक्षम होने चाहिए। स्वास्थ्य देखभाल स्वीकार्य होनी चाहिए; इसका मतलब है कि स्वास्थ्य देखभाल स्थानीय संस्कृति के अनुकूल, नैतिकता का सम्मान करती हो और लिंग और किसी व्यक्ति की उम्र के प्रति संवेदनशील होनी चाहिए। स्वास्थ्य देखभाल अच्छी गुणवत्ता की होना चाहिए: टीबी के लिए स्वास्थ्य हस्तक्षेप विज्ञान पर आधारित और चिकित्सकीय रूप से उचित होना चाहिए, और दवाएं अच्छी गुणवत्ता की होनी चाहिए।

स्वास्थ्य के अधिकार की "उपलब्धता, पहुंच, स्वीकार्यता, और गुणवत्ता" के भाग को अक्सर एएएक्यू कहा जाता है। स्वास्थ्य के अधिकार के दूसरे भाग में स्वास्थ्य के "अंतर्निहित निर्धारक" शामिल हैं। इनमें कई मानव अधिकार शामिल हैं जो आपके स्वास्थ्य से संबंधित हैं। उदाहरण के लिए, भोजन का अधिकार; सुरक्षित पेयजल और उचित स्वच्छता; उचित आवास; काम करने की अच्छी स्थिति; और स्वास्थ्य शिक्षा तक पहुंच। ये अधिकार टीबी की रोकथाम और उपचार के लिए महत्वपूर्ण हैं। आपके लिए, इसका मतलब यह हो सकता है कि अगर इससे आपको उपचार में सहायता मिले या यदि आपको अपने इलाज के दौरान या इलाज पूरा करने के बाद किसी अन्य अतिरिक्त समर्थन की आवश्यकता है, यदि टीबी ने आपके जीवन जीने और अपने स्वास्थ्य की रक्षा करने की अपनी क्षमता में काफी बदलाव किया है, तो आपको अपने टीबी उपचार के दौरान दवा के अलावा पोषण सहायता प्राप्त करनी चाहिए।

आपकी सरकार को आवश्यक दवाएं भी प्रदान करनी होंगी। यह स्वास्थ्य के अधिकार के तहत एक "मूल दायित्व" है। इसका मतलब यह है कि आवश्यक दवाएं प्रदान करना सबसे महत्वपूर्ण चीजों में से एक है जिसे सरकार स्वास्थ्य के अधिकार का सम्मान करने, संरक्षित करने और पूरा करने के लिए कर सकती है। डब्ल्यूएचओ में आवश्यक दवाओं की एक मॉडल सूची है, जो 19वें संस्करण की धारा 6.2.4 में सभी महत्वपूर्ण टीबी दवाओं को सूचीबद्ध करती है।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए गैर-भेदभाव का अधिकार क्या है?

आपकी स्वास्थ्य स्थिति का उपयोग कभी भी आप, आपके परिवार या उस व्यक्ति के साथ व्यवहार करने के लिए नहीं किया जाना चाहिए जो दूसरों से कुछ अलग रूप में आपकी देखभाल करता है। इसका मतलब है कि आपको टीबी होने की वजह से अपने काम से निकाला नहीं जा सकता, स्कूल में प्रवेश से इंकार नहीं किया जा सकता, आवास से इंकार नहीं किया जा सकता, या स्वास्थ्य क्लिनिक में अपमानजनक तरीके व्यवहार नहीं किया जा सकता। यदि आप एक कमजोर समूह के सदस्य हैं, उदाहरण के लिए एचआईवी वाला व्यक्ति, अवैध ड्रग्स का उपयोग करने वाला व्यक्ति, प्रवासी या कैदी हैं, तो टीबी सेवाओं तक उपयोग करने में आपके साथ भेदभाव नहीं किया जा सकता।

टीबी से प्रभावित लोगों के लिए स्वतंत्रता का अधिकार, आंदोलन की स्वतंत्रता, और मनमानी हिरासत से स्वतंत्रता का क्या अर्थ है?

ये अधिकार गारंटी देते हैं कि कानूनी कार्यवाही के बिना आप को कैद नहीं किया जा सकता, हिरासत में नहीं रखा जा सकता, या इधर-उधर जाने से रोका नहीं जा सकता है। कोई भी हिरासत या गिरफ्तारी कानून के अनुसार ही होनी चाहिए। टीबी के लिए यह महत्वपूर्ण है जब हम सोचते हैं कि उपचार अलगाव में होना चाहिए या नहीं। यदि टीबी से दूसरों की रक्षा के लिए टीबी उपचार अलगाव में चिकित्सकीय रूप से आवश्यक हो, तो इस पर विचार किया जा सकता है। हालांकि, अलगाव के लिए आप हमेशा न्यूनतम प्रतिबंधक रूप चुनने में सक्षम होने चाहिए। उदाहरण के लिए, मूल श्वसन अलगाव में मास्क तब तक पहन सकते हैं, जब तक आपका उपचार प्रभावी न हो और आपकी टीबी संक्रामक न हो। यदि मास्क पहनना पर्याप्त हो, तो आपको अस्पताल में रहने के लिए नहीं कहा जाना चाहिए।

कुछ दुर्लभ परिस्थितियों में, आपकी सरकार को आपको अलग रखने की आवश्यकता हो सकती है भले ही आप सहमत न हो (अनैच्छिक अलगाव)। यह तभी हो सकता है, यदि आपका टीबी सक्रिय रूप से संक्रामक हो, यदि आप टीबी दवा लेने या संक्रमण नियंत्रण उपायों का पालन करने से इंकार करते हों, और यदि दूसरों तक टीबी फैलने का वास्तविक खतरा हो। अनैच्छिक अलगाव कभी भी नियमित आवश्यकता नहीं होनी चाहिए और यदि व्यापक परामर्श सहित अन्य सभी उपायों की कोशिश की गई है और वो विफल रहे हैं, तो ही इसका प्रयोग किया जाना चाहिए। अनैच्छिक अलगाव मौजूदा कानून या नीति पर आधारित होना चाहिए, और बाहरी समीक्षा के लिए आयोजित किया जाना चाहिए। प्रभावित व्यक्ति के नाते, आपको अलग होने के फैसले पर अपील करने का अधिकार है। आपको जेल सेल जैसी किसी भी गैर-चिकित्सीय सेटिंग में कभी अलग नहीं किया जाना चाहिए। इसके अलावा, आपको भोजन, पानी और परिवार के साथ बातचीत करने के मौके सहित टीबी उपचार और बुनियादी आवश्यकताएं प्रदान की जानी चाहिए। अलगाव, जितना संभव हो उतना संक्षिप्त होना चाहिए, जिसका मतलब है कि सिर्फ उतने समय के लिए जब तक आपका टीबी संक्रामक है और दूसरों के लिए वास्तविक जोखिम है। अलगाव को कभी भी नई टीबी दवाओं की आवश्यकता नहीं होनी चाहिए।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए गोपनीयता का अधिकार क्या है?

गोपनीयता के अधिकार का अर्थ है कि आपको टीबी होने सहित आपकी स्वास्थ्य स्थिति, और आपकी व्यक्तिगत जानकारी किसी के साथ साझा नहीं की जानी चाहिए, जब तक कि आप अनुमति न दें या दूसरों के स्वास्थ्य की रक्षा के लिए आवश्यक न हो। ज्यादातर स्थानों पर, टीबी एक "सूचनीय स्थिति" है। इसका मतलब है कि स्वास्थ्य अधिकारियों को राष्ट्रीय स्वास्थ्य विभाग को टीबी के मामलों की रिपोर्ट करनी होती है। हालांकि, आपकी व्यक्तिगत जानकारी (जैसे आपका नाम) साझा नहीं किया जाना चाहिए। यदि आपके पास अलग-अलग स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता हैं, तो आपको अच्छी गुणवत्ता की देखभाल प्रदान करने के लिए उन्हें एक-दूसरे के साथ अपने स्वास्थ्य के बारे में जानकारी साझा करने की आवश्यकता हो सकती है। यदि आप की टीबी संक्रामक है और जिन लोगों के साथ आप बातचीत करते हैं, उन्हें टीबी होने का खतरा है, तो आपको उन्हें सूचित करना चाहिए, और उन्हें जाँच कराने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए, और टीबी को फैलने से रोकने के लिए सुरक्षा के लिए कदम उठाने चाहिए। उदाहरण के लिए, यदि परिवार बहुत छोटी जगह पर रहता है तो आप उचित मास्क पहनना चुन सकते हैं। आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता उन लोगों को, जो आपके साथ अच्छे संपर्क में हैं, बिना यह बताए कि उनका टीबी से पीड़ित संबंधी कौन है, जाँच करने की सलाह दे सकता है। यदि आप इंकार करते हैं या ऐसा करने में असमर्थ हैं, तो आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता इन लोगों को सूचित कर सकता है कि आप की टीबी संक्रामक है ताकि वे स्वयं को बचाने के लिए कदम उठा सकें। जब दूसरों को टीबी का कोई जोखिम नहीं होता, तो गोपनीयता के अधिकार का पूर्ण संरक्षण होना चाहिए।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए विज्ञान का अधिकार क्या है?

विज्ञान के अधिकार का अर्थ है कि हर व्यक्ति को नई और बेहतर रोकथाम, निदान, और उपचार विधियों सहित नए वैज्ञानिक निष्कर्षों से लाभ प्राप्त करने में सक्षम होना चाहिए। आपकी सरकार को आपके देश में उपलब्ध नई दवा, टीबी को रोकने के नए तरीके और टीबी की जाँच के नए तरीके बनाने के लिए कदम उठाने चाहिए।

सरकार के पास विज्ञान की सहायता करने और विज्ञान को आगे बढ़ाने का भी दायित्व होता है। उदाहरण के लिए इसका मतलब है कि आपकी सरकार को वैज्ञानिक अनुसंधान के लिए वित्त पोषण प्रदान करना चाहिए और सार्वजनिक शोध संस्थानों की सहायता करनी चाहिए। जब आपकी सरकार किसी निजी कंपनी को शोध के लिए धन या अन्य प्रोत्साहन प्रदान करती है, तो यह भी सुनिश्चित करना चाहिए कि उस शोध के नतीजे आपके देश में टीबी से ग्रस्त लोगों को लाभ पहुंचाते हों और सस्ते हों। विज्ञान का अधिकार भी भागीदारी के अधिकार से जुड़ा हुआ है। टीबी से प्रभावित समुदायों को अनुसंधान प्रक्रियाओं में एक सम्मानजनक और सार्थक तरीके से शामिल किया जाना चाहिए।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए सूचना का अधिकार क्या है?

अन्य चीजों के बीच, सूचना के अधिकार का अर्थ होता है, आपको – और यदि आप चाहें, तो आपकी देखभाल में शामिल व्यक्ति, जैसे कोई रिश्तेदार या मित्र को – चिकित्सा उपचार के लिए आपके विकल्पों की जानकारी देना। इसका मतलब यह भी है कि आपको और आपके समुदाय को इस बारे में सटीक जानकारी प्रदान की जानी चाहिए, कि टीबी कैसे फैलती है, इसको कैसे रोका जा सकता है और टीबी से पीड़ित लोग कितने समय तक संक्रामक होते हैं। किसी भी चिकित्सा हस्तक्षेप पर सहमति (सहमत करने) के लिए आपको परामर्श और सभी स्पष्टीकरण भी प्राप्त होने चाहिए। इसका यह भी अर्थ है कि आपको, यह जानने के लिए कि उपचार कब तक करेगा; और सभी संभावित साइड इफेक्ट्स और अन्य तरीकों को समझने के लिए जिसमें दवा या हस्तक्षेप आपके स्वास्थ्य या जीवन को प्रभावित कर सकता है, किसी भी दवा या हस्तक्षेप के नाम और खुराक जानने का अधिकार है जो आपका डॉक्टर आपको देना चाहता है। इसे उपचार साक्षरता कहा जाता है। सूचना का अधिकार यह भी है कि यदि आप चाहें हैं तो आपको अपने मेडिकल रिकॉर्ड की एक प्रति प्रदान की जानी चाहिए।

### टीबी द्वारा प्रभावित लोगों के लिए सूचित सहमति का अधिकार क्या है?

सूचित सहमति का अधिकार जानकारी के अधिकार और भागीदारी के अधिकार से निकटता से जुड़ा हुआ है। सूचित सहमति का अर्थ है कि किसी भी चिकित्सा उपचार के होने से पहले उससे सहमत होना चाहिए, और आपको पहले उपचार के जोखिमों और लाभों के बारे में पूरी जानकारी प्राप्त करनी होगी। सूचना आपके उपचार की अनुमति देने के लिए आपके निर्णय का आधार है (उदाहरण के लिए, टीबी के लिए एक विशिष्ट दवा आहार, या आप निवारक थेरेपी लेना चाहते हैं या नहीं)। इसका मतलब है कि हमेशा निर्णय लेने से पहले आपको परामर्श देना चाहिए, और आपको प्रश्नों के बारे में सोचने और अपने प्रश्नों के उत्तर प्राप्त करने के लिए समय दिया जाना चाहिए। टीबी के लिए जबरन इलाज की अनुमति नहीं है।

### टीबी से प्रभावित लोगों के लिए भागीदारी का अधिकार क्या है?

भागीदारी के अधिकार का अर्थ है कि टीबी से पीड़ित एक व्यक्ति के रूप में आपको ऐसे निर्णयों में भाग लेना चाहिए, जो आपको प्रभावित करते हैं। वह, ज़ाहिर है, आपके चिकित्सा उपचार भी शामिल है। हालांकि, इसका एक व्यापक प्रयोग भी है। टीबी से प्रभावित लोगों को राष्ट्रीय स्तर से समुदाय स्तर तक स्वास्थ्य नीतियों का निर्णय लेने में भाग लेने का अधिकार है। उदाहरण के लिए, इसका मतलब यह हो सकता है कि स्वास्थ्य प्राधिकरण उन संगठनों से इनपुट चाहते हैं जो टीबी कार्यक्रम का मूल्यांकन करते समय टीबी से पीड़ित लोगों का प्रतिनिधित्व करते हैं, या व्यक्ति-केंद्रित देखभाल के लिए स्थानीय दृष्टिकोण विकसित करने में समुदाय को शामिल करते हैं।



चित्र का श्रेय: उपचार कार्य अभियान के लिए डेविड हैरिसन द्वारा चित्रित

## टीबी द्वारा प्रभावित लोगों के लिए संस्था की स्वतंत्रता और सभा की स्वतंत्रता क्या है?

भागीदारी के अधिकार एक कारण है कि टीबी में संस्था और सभा की स्वतंत्रता भी एक भूमिका निभाती है। सभा की स्वतंत्रता लोगों के समूहों को एक साथ आने की अनुमति देती है, उदाहरण के लिए, एक समुदाय स्वास्थ्य मुद्दे में इनपुट पर चर्चा करना। संस्था की स्वतंत्रता आपको और टीबी से पीड़ित अन्य लोगों को संगठनों को बनाने और पंजीकरण करने (उदाहरण के लिए, समुदाय समूह जो टीबी से प्रभावित लोगों को सहायता प्रदान करते हैं) या टीबी से पीड़ित लोगों के अधिकारों के लिए वकालत की अनुमति देती है।

## व्यक्ति केंद्रित देखभाल क्या है?

व्यक्ति केंद्रित देखभाल का अर्थ है कि टीबी रोकथाम, निदान, और उपचार के बारे में कुछ भी करने के लिए संपूर्ण व्यक्ति पर विचार करना चाहिए। इसमें न केवल चिकित्सा जानकारी के बारे में, बल्कि प्रत्येक व्यक्ति के मानवाधिकारों का सम्मान और सामाजिक और आर्थिक कारकों के बारे में सोचना शामिल है। आपकी उपचार योजना को आपकी विशिष्ट स्थिति को हल करने के लिए बनाया जाना चाहिए। इसे आपके अधिकारों की रक्षा करनी चाहिए, ना कि इनका उल्लंघन करना चाहिए। टीबी एक से अधिक व्यक्ति को प्रभावित करती है। यही कारण है कि हम परिवार और समुदाय केंद्रित देखभाल के बारे में भी सोचते हैं। टीबी से प्रभावित परिवार या सामुदायिक सदस्यों की देखभाल करने में मदद करने वाले लोगों को टीबी से प्रभावित व्यक्ति की तरह रोकथाम, निदान और उपचार के बारे में सूचित करने की आवश्यकता है।

## परिवारों और समुदायों के लिए इसका क्या अर्थ है?

परिवार और समुदाय टीबी की रोकथाम, निदान, और उपचार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। यही कारण है कि समुदाय आधारित संगठन (सीबीओ) और सहायता समूह महत्वपूर्ण हैं। आपको संस्था की स्वतंत्रता और सभा की स्वतंत्रता का अधिकार है। इसका मतलब है कि आपको, अन्य मरीजों और आपके समुदाय को जानकारी साझा करने के लिए मिलने का अधिकार है। आपको ऐसे संगठन बनाने का अधिकार है जो टीबी से पीड़ित लोगों, उनकी देखभाल करने वालों और उनके समुदाय के लोगों की सहायता करते हैं।

## यदि मेरे अधिकारों का उल्लंघन किया जाता हो तो मुझे क्या करना चाहिए?

आपके पास शिकायत करने का अधिकार है। शिकायत करने के लिए स्वास्थ्य प्राधिकरणों के पास आपके लिए एक चैनल होना चाहिए। आपको प्रतिक्रिया प्राप्त करने का अधिकार भी है। अगर आपको कोई प्रतिक्रिया नहीं मिलती है, या यदि आपको कोई ऐसी प्रतिक्रिया प्राप्त होती है जो आपकी चिंताओं या जरूरतों को पूरा नहीं करती है, तो आपको उन्हें अदालत में ले जाने का अधिकार हो सकता है। यह आपके देश के कानूनों पर निर्भर करता है, और आपको कानूनी पेशेवर या कानूनी सहायता संगठनों से संपर्क करना चाहिए। ऐसे संगठन हैं जो स्वास्थ्य के अधिकार के अधिकारों के उल्लंघन में विशेषज्ञ हैं। उदाहरण के लिए, इसमें उपचार तक पहुँच में आपके अधिकार, और धारा 1, "आपके मानवाधिकार और टीबी" में दिए गए अन्य अधिकार शामिल हैं।

कई देशों में मानवाधिकार लोकपाल या राष्ट्रीय मानवाधिकार संस्थान हैं। ये स्वतंत्र समूह हैं जो मानवाधिकारों की निगरानी, सुरक्षा और पुनर्स्थापित करने के लिए मौजूद हैं और मानवाधिकार उल्लंघन के बारे में व्यक्तियों से शिकायतें प्राप्त कर सकते हैं। आप यहां <https://nhri.ohchr.org/EN/Pages/default.aspx> निर्देशिका की जांच करके देख सकते हैं कि आपके देश में राष्ट्रीय मानवाधिकार संस्थान है या नहीं। कुछ स्थितियों में, यदि आप सोचते हैं कि आपके अधिकारों का उल्लंघन किया गया है और आप अपने विकल्पों पर जानकारी प्राप्त करना चाहते हैं तो स्थानीय रोगी वकालत संगठन तक जल्दी पहुंचा जा सकता है।



In August 2018, the World Health Organization announced in a rapid communication major changes to its recommendations for treating rifampicin-resistant and multidrug-resistant tuberculosis (RR-/MDR-TB), including the recommendation that most patients with DR-TB should be treated with fully oral treatment regimens. TAG will update this and other documents upon WHO's release of updated guidelines.

## अपने अधिकारों को जानिए: तपेदिक की रोकथाम, निदान, और उपचार

### गिसा डांग की पेशकश

त्सिरा चखाया, ब्रायन सिट्रो, विलियम कॉक्स, माइक फ्रिक,  
जेनिफर फूरिन, एरिका लेसम, अलेक्जेंडर विलियम म्यूया,  
लिडसे मैककेना, जॉन म्दलुलि, जेन राहेदी ऑगंगो, हदीजा एच  
सेमयुआ, और जानी डी विट द्वारा संपादित

पृष्ठ 3 का 1

## आपके अधिकार और टीबी टीबी की रोकथाम

### टीबी की निवारक थेरेपी क्या है?

यदि आप टीबी और खांसी से पीड़ित किसी व्यक्ति की हवा में सांस लेते हैं तो आपमें टीबी संक्रमण विकसित हो सकता है। आपके टीबी संक्रमण को निहित टीबी संक्रमण या एलटीबीआई के रूप में जाना जा सकता है। टीबी संक्रमण का मतलब है कि आपके शरीर के अंदर टीबी बैक्टीरिया है, लेकिन वे आपको बीमार नहीं कर रहे हैं। इसका मतलब है कि आप टीबी रोगाणुओं को दूसरों को पास नहीं कर सकते हैं। कई मामलों में, आपका शरीर इस टीबी संक्रमण को नियंत्रण में रखने में सक्षम है और आपके पास इसके कोई लक्षण नहीं हैं। लेकिन कुछ मामलों में—विशेष रूप से यदि प्रतिरक्षा प्रणाली ठीक तरह से काम नहीं कर रही है— शरीर में टीबी रोगाणु बढ़ कर सकते हैं और आप भविष्य में कभी भी बीमार हो सकते हैं, जिसे सक्रिय टीबी रोग कहा जाता है।

### मुझे कैसे पता चलेगा कि मुझे टीबी संक्रमण है या नहीं?

टीबी संक्रमण के लिए दो प्रकार की जाँच हैं। एक को तपेदिक त्वचा परीक्षण, या टीएसटी कहा जाता है। इसमें आपकी त्वचा में (आमतौर पर आपकी बांह में) हानिरहित प्रोटीन का थोड़ी मात्रा में इंजेक्शन देना पड़ता है और आपको यह देखने के लिए एक या दो दिन बाद वापस आने के लिए कहा जाता है कि आपकी त्वचा ने प्रतिक्रिया की है या नहीं, जिसका मतलब है कि आपको टीबी संक्रमण है। अन्य प्रकार की जाँच को इंटरफेरॉन गामा रिलीज एसे, या आईजीआरए कहा जाता है। आईजीआरए जाँच द्वारा टीबी संक्रमण के संकेतों के लिए थोड़ी मात्रा में आपके रक्त की जाँच की जाती है। यदि आपको सक्रिय टीबी रोग होने का जोखिम बहुत अधिक है तो निवारक थेरेपी शुरू करने के लिए इन जाँचों में से किसी होना आवश्यक नहीं हो सकता है। ऐसा इसलिए है क्योंकि ये परीक्षण सबसे बढ़िया नहीं हैं। जो लोग टीबी से संक्रमित नहीं हैं, लेकिन उन्होंने बीसीजी वैक्सीन लिया है, उनमें टीएसटी का परिणाम सकारात्मक हो सकता है। कुछ लोगों में—खासकर जो बहुत छोटे हैं या जिनकी प्रतिरक्षा प्रणाली अच्छी तरह से काम नहीं कर रही है— या तो टीएसटी या आईजीआरए का परिणाम नकारात्मक हो सकता है, भले ही उन्हें टीबी संक्रमण हो। जो लोग अपने घरों या अन्य स्थानों में टीबी के संपर्क में आए हैं, वे अभी भी निवारक थेरेपी से लाभ उठा सकते हैं और उन्हें अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं के साथ चर्चा करने का अधिकार है।

### टीबी निवारक थेरेपी क्या है?

निवारक थेरेपी का मतलब है कि स्वयं बीमार होने से बचने के लिए टीबी के लिए दवाएं लेना। यह जाँच करने के बाद कि क्या आपको टीबी संक्रमण है, या आपके जोखिम कारकों के बारे में पूछने के बाद, आपका डॉक्टर या नर्स यह सलाह दे सकती है कि आप निवारक थेरेपी लें या नहीं। चूंकि टीबी संक्रमण जाँचें यह बताने में बहुत अच्छी नहीं होती कि सक्रिय टीबी रोग किसको हो सकता है, आपका डॉक्टर या नर्स आपको केवल जोखिम कारकों पर आधारित उपचार प्रदान कर सकती है। सक्रिय टीबी वाले किसी व्यक्ति के साथ बहुत अधिक संपर्क में रहना एक जोखिम कारक होता है – टीबी से पीड़ित किसी व्यक्ति के सभी संबंधों की टीबी के लिए जाँच होनी चाहिए और यदि उन्हें टीबी संक्रमण है या होने की संभावना है, तो उन्हें निवारक थेरेपी की पेशकश की जानी चाहिए। एचआईवी होना एक अन्य जोखिम कारक है। वास्तव में, डब्ल्यूएचओ एचआईवी से पीड़ित किसी व्यक्ति या पांच साल से कम आयु के बच्चों, जो टीबी से पीड़ित व्यक्ति के साथ रहते हैं, को टीबी संक्रमण जाँच के बिना ही, निवारक थेरेपी (जब तक उन्हें सक्रिय बीमारी नहीं होती) करने की सलाह देता है।



कई अलग-अलग निवारक थेरेपी जो प्रभावी और सुरक्षित हैं, इस प्रकार से हैं :

- रोजाना ली जाने वाली टीबी रोधी दवा के साथ, जिसे आइसोनियाजिड कहा जाता है, छः महीने, नौ महीने, 36 महीने या आजीवन उपचार। एचआईवी से पीड़ित लोगों के लिए, एचआईवी से संबंधित अन्य स्थितियों को रोकने के लिए इसे कोट्रिमॉक्सैजोल के साथ भी दिया जा सकता है;
- तीन महीनों में आइसोनियाजिड प्लस राइफैपेन्टिन, सप्ताह में एक बार लिया जाता है। यह सबसे नया विकल्प है, और कई लोगों के अनुसार यह सबसे आसान है;
- तीन से चार महीने रोजाना एक और टीबी रोधी दवा, आइसोनियाजिड प्लस रिफाम्पिसिन;
- तीन से चार महीने रोजाना सिर्फ रिफाम्पिसिन।

कृपया ध्यान दें: यदि आप निवारक थेरेपी ले रहे हैं जिसमें आइसोनियाजिड शामिल है, तो आपको अपने नसों को नुकसान पहुंचाने से बचाने के लिए विटामिन बी6 (जिसे पाइरिडॉक्सिन भी कहा जाता है) दिया जाना चाहिए। यदि आप एंटीरेट्रोवायरल थेरेपी (एआरटी) ले रहे हैं, तो आपके डॉक्टर को सावधानी के साथ निवारक थेरेपी का निर्धारण करना चाहिए जिसमें रिफाम्पिसिन या राइफैपेन्टिन शामिल है, क्योंकि ये सामान्य एचआईवी दवाओं के साथ परस्पर संबंध बना सकते हैं।

### क्या निवारक थेरेपी मल्टीड्रग-प्रतिरोधी टीबी (एमडीआर-टीबी) के लिए काम कर सकती हैं?

एमडीआर-टीबी का अर्थ है कि टीबी का तनाव आइसोनियाजिड और रिफाम्पिसिन से प्रतिरोधी है, इसलिए ऊपर वर्णित निवारक थेरेपी विकल्प काम नहीं कर सकते हैं। डब्ल्यूएचओ ने हाल ही में अपडेटेड मार्गदर्शन जारी किया है जिसमें सलाह दी जाती है कि एमडीआर-टीबी से पीड़ित किसी व्यक्ति के साथ रहने वाले व्यक्तियों के लिए निवारक थेरेपी पर विचार किया जा सकता है। एमडीआर-टीबी संक्रमण के लिए सर्वोत्तम उपचार का आकलन करने के लिए कई अध्ययन चल रहे हैं। आपको पूछना चाहिए कि क्या आपके क्षेत्र में इनमें से कोई भी अध्ययन किया जा रहा है। कुछ स्थितियों में, बहुत अधिक जोखिम वाले व्यक्तियों को लेवोपलोकसासिन या मोक्सीफ्लोक्सासिन जैसी दवाओं के साथ एमडीआर-टीबी संक्रमण के उपचार की पेशकश की जा सकती है। आपको इस दवा को प्राप्त करने के जोखिमों और लाभों के बारे में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं के साथ चर्चा करनी चाहिए।

### टीबी निवारक थेरेपी तक पहुंचने में कौन सक्षम होना चाहिए?

डब्ल्यूएचओ ने सिफारिश की है कि एचआईवी से पीड़ित सभी लोग, और पांच वर्ष से कम उम्र के सभी बच्चे जो टीबी से पीड़ित किसी व्यक्ति के साथ रहते हैं या उसके निकट हैं, उन्हें सक्रिय टीबी रोग नहीं होने पर निवारक थेरेपी लें। ऐसा इसलिए है क्योंकि एचआईवी से पीड़ित बच्चे और लोग, यदि बैक्टीरिया के सम्पर्क में होते हैं, तो उनमें टीबी के विकसित होने का जोखिम बहुत अधिक होता है। डब्ल्यूएचओ यह भी सिफारिश करता है कि टीबी से पीड़ित व्यक्ति के साथ रहने वाले लोगों के लिए निवारक थेरेपी की पेशकश की जा सकती है, यदि वे बहुत अधिक टीबी वाले देशों में रहते हैं और उन्हें सक्रिय टीबी नहीं है। चूंकि टीबी हवा के माध्यम से फैलती है, हर कोई टीबी से पीड़ित किसी व्यक्ति के साथ घनिष्ठ संपर्क में होता है, या टीबी होने के किसी अन्य उच्च जोखिम पर होता है (जैसे कि एक खदान में काम करना जहां आप सिलिका धूल के संपर्क में आते हैं जो सिलिकोसिस का कारण बनता है या उचित वेंटिलेशन के बिना जेल में रहना ) टीबी की जाँच तक पहुंच होनी चाहिए।

### क्या मुझे निवारक थेरेपी लेने के लिए मजबूर किया जा सकता है?

निवारक थेरेपी कभी अनिवार्य नहीं होनी चाहिए। आपके पास हमेशा इसे (सहमति) लेने या नहीं लेने का विकल्प होना चाहिए। आप एक जोखिम वाले प्रियजन को निवारक थेरेपी लेने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं, लेकिन लेना या नहीं लेना उनकी पसंद पर निर्भर करता है। आपको टीबी निवारक थेरेपी के बारे में संभावित लाभ, जोखिम और मौजूदा ज्ञान के बारे में पूरी तरह से सूचित होने का अधिकार है। बच्चों के लिए, उनके माता-पिता या कानूनी अभिभावक को निवारक थेरेपी सहित किसी भी प्रक्रिया या दवा के लिए सहमति प्रदान करनी चाहिए। कुछ स्थानों पर, कानून बच्चों को स्वयं उपचार और चिकित्सा निर्णयों के लिए सहमति देने के लिए अनुमति नहीं देता है। सहमति और सहमति की उम्र के बारे में कानून अलग-अलग होते हैं। कई देशों में यह 18 वर्ष है, लेकिन कुछ देशों में यह इससे कम या अधिक होती है।

मैं टीबी से पीड़ित परिवार के सदस्य की देखभाल कर रहा हूँ। मुझे क्या जानने की जरूरत है?

टीबी संक्रामक है, लेकिन याद रखें, टीबी हवा के माध्यम से केवल तभी फैल सकती है, जब कोई अभी संक्रामक टीबी से पीड़ित व्यक्ति (जिसे स्मीयर पॉजिटिव टीबी भी कहा जाता है) खांसता, छींकता, गाता है या चिल्लाता है। टीबी स्पर्श, रक्त, शुक्राणु, या योनिक तरल पदार्थ, या भोजन, बर्तन, प्लेट या कप के माध्यम से नहीं फैलती है। टीबी आमतौर पर अच्छे उपचार के दो सप्ताह बाद संक्रामक नहीं होती है। अधिकांश संचरण (फैलाव) कोई प्रभावी उपचार होने से पहले होता है। प्रभावी चिकित्सा शुरू होने के तुरंत बाद, फैलने का जोखिम नाटकीय रूप से खत्म हो जाता है।

हम जानते हैं कि टीबी के प्रसार को रोकने के लिए सबसे महत्वपूर्ण तरीका यह है कि बीमारी से पीड़ित सभी व्यक्तियों का तुरंत निदान करें, उनकी प्रभावी चिकित्सा शुरू करें, और उन्हें सफलतापूर्वक चिकित्सा पूरी करने में सहायता करें। यदि आप अभी भी संक्रामक टीबी वाले किसी व्यक्ति के साथ अच्छे संपर्क में हैं, तो जब आप व्यक्ति के साथ हों, तो अच्छी तरह से हवादार क्षेत्रों में रहने की कोशिश करें, अधिक से अधिक सूरज की रोशनी या यूवी प्रकाश के साथ। आपके पास नियमित टीबी स्क्रीनिंग तक पहुंच होनी चाहिए और आपको अपने आप में टीबी के किसी भी संकेत पर ध्यान देना चाहिए। यदि आप में टीबी के लक्षण नहीं हैं, लेकिन लगता है कि आप टीबी के संपर्क में आ चुके हैं, तो आपको निवारक थेरेपी तक जाना चाहिए।

विभिन्न प्रकार के मास्क टीबी फैलने को रोकने में मदद कर सकते हैं। टीबी से पीड़ित व्यक्ति शल्य सर्जिकल पेपर या कपड़े का मास्क पहन सकते हैं, क्योंकि ये उन टीबी रोगाणुओं को रोक सकते हैं जो उनकी खाँसी से हवा में फैल सकते हैं। यदि आप टीबी से पीड़ित किसी व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं लेकिन आप बीमार नहीं हैं, तो टीबी रोगाणुओं में सांस लेने से रोकने के लिए एक विशेष प्रकार का मास्क पहना जाना चाहिए। इसे एन-95 श्वसन यंत्र कहा जाता है, और यह रोगाणुओं को अंदर आने से रोकता है। यदि आपको टीबी नहीं है और आप स्वयं को बचाने की कोशिश कर रहे हैं, तो नियमित सर्जिकल मास्क न पहनें; यह वास्तव में कोई भी मास्क ना पहनने से भी बदतर है।



चित्र का श्रेय: डेलेक अस्पताल



In August 2018, the World Health Organization announced in a rapid communication major changes to its recommendations for treating rifampicin-resistant and multidrug-resistant tuberculosis (RR-/MDR-TB), including the recommendation that most patients with DR-TB should be treated with fully oral treatment regimens. TAG will update this and other documents upon WHO's release of updated guidelines.

## अपने अधिकारों को जानिए:

तपेदिक की रोकथाम,  
निदान, और उपचार

आपके अधिकार और टीबी की रोकथाम

### गिसा डांग की पेशकश

त्सिरा चखाया, ब्रायन सिट्रो, वियियन कॉक्स, माइक फ्रिक,  
जेनिफर फुरिन, एरिका लेसम, अलेक्जेंडर विलियम म्बूया,  
लिडसे मैककेना, जॉन म्दलुलि, जेन राहेदी ऑगंगो, हदीजा एच  
सेमुआ, और जानी डी वित द्वारा संपादित

पृष्ठ 3 का 1

### मुझे कैसे पता चलेगा कि मुझे टीबी के लिए जांच कराने की आवश्यकता है?

यदि आप दो हफ्तों से अधिक समय तक खांसी खा रहे हैं, आपका वजन कम हो रहा है, खांसी में खून आ रहा है या रात को पसीना आता है, तो आपको टीबी के लिए जांच करानी चाहिए। यदि आपको एचआईवी है, तो आपको नियमित रूप से टीबी के लिए भी जांच करानी चाहिए। कभी-कभी आपको इन लक्षणों के बारे में पूछा जा सकता है, या छाती के एक्स-रे की पेशकश की जा सकती है। यह आपको टीबी की जांच की आवश्यकता के बारे में जानकारी दे सकता है। एक्स-रे एक टीबी जांच नहीं है क्योंकि कई चीजें जो टीबी नहीं हैं, एक्स-रे पर टीबी जैसी लग सकती हैं, इसलिए यदि ऐसा लगता है कि आपको एक्स-रे से टीबी है तो अधिक विशिष्ट टीबी जांच की आवश्यकता है।

### टीबी का निदान कैसे किया जाना चाहिए?

जिन लोगों की टीबी के लिए जांच की जानी है, उन सभी को पहली जांच (कभी-कभी सीबीएनएटी परीक्षण भी कहा जाता है) के रूप में जीनएक्सपर्ट एमटीबी/आरआईएफ या नए जीनएक्सपर्ट एमटीबी/आरआईएफ अल्ट्रा के पास जाना चाहिए। जीनएक्सपर्ट सामान्य स्पुटम स्मीयर माइक्रोस्कोपी जांच से तेज और अधिक सटीक है। यह वयस्कों और बच्चों, और एचआईवी से पीड़ित लोगों के लिए सच है। यदि जीनएक्सपर्ट को टीबी नहीं मिलती है, लेकिन आप या आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता चिंतित हैं कि आपको टीबी है, तो आपको टीबी कल्चर जैसे अतिरिक्त नैदानिक जांचें करने का अधिकार है। जब लोग बहुत बीमार होते हैं और उन्हें एड्स हो, तो केवल जीनएक्सपर्ट पहला टीबी परीक्षण नहीं होना चाहिए। फिर दोनों तेज मूत्र एलएएम परीक्षण और जीनएक्सपर्ट का उपयोग किया जाना चाहिए; नीचे देखें।

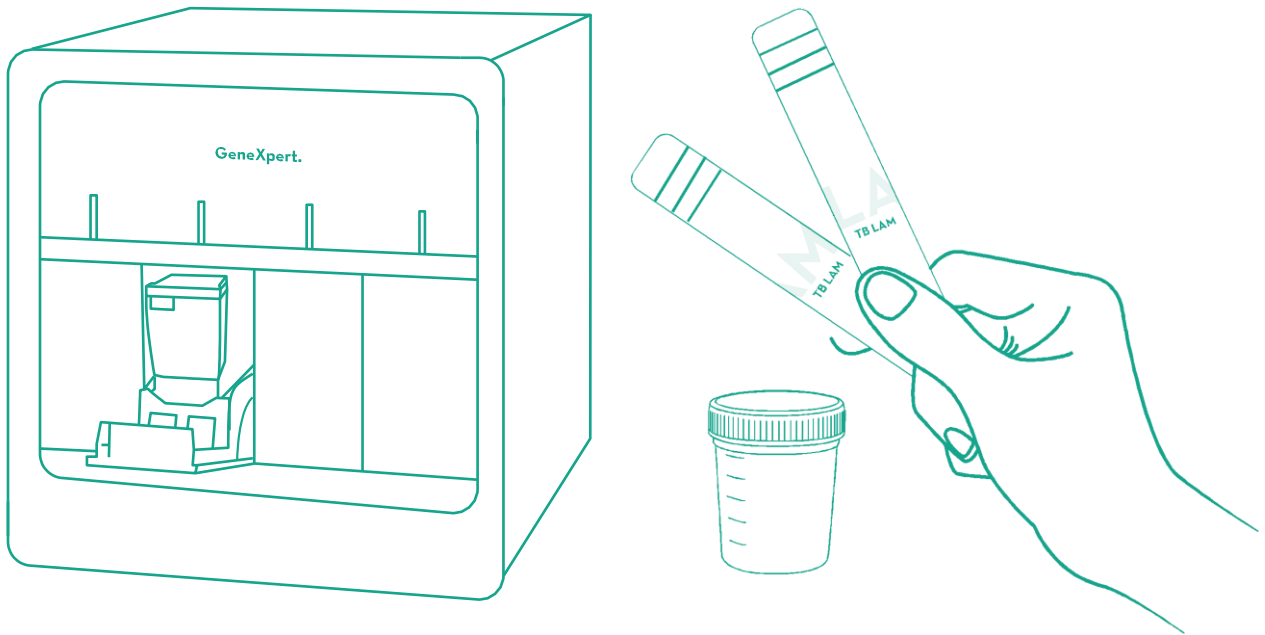
यद्यपि जीनएक्सपर्ट पहला परीक्षण होना चाहिए, फिर भी कई जगहें पहले परीक्षण के रूप में स्मीयर माइक्रोस्कोपी का उपयोग करती हैं। जहां आप रहते हैं, यदि वहाँ भी ऐसा ही है, तो आप, विज्ञान के अधिकार और स्वास्थ्य के अधिकार के अनुसार, अपनी सरकार को टीबी का निदान करने के लिए अपनी नीतियों को अपडेट करने के लिए प्रोत्साहित करना चाहेंगे।

### बच्चों की टीबी की जांच कैसे की जानी चाहिए?

बच्चों में निदान अधिक चुनौतीपूर्ण हो सकता है क्योंकि उनके पास आमतौर पर वयस्कों की तुलना में कम बैक्टीरिया होता है और उन्हें बलगम खांसी में परेशानी हो सकती है। बच्चों को नियमित रूप से छाती एक्स-रे की पेशकश की जानी चाहिए और नमूना प्राप्त करने के लिए अधिक आक्रामक तरीकों की आवश्यकता हो सकती है जिनकी जीनएक्सपर्ट (गैस्ट्रिक एस्पिरेट कहा जाता है) पर जांच की जा सकता है।

### दवा प्रतिरोधी टीबी का निदान कैसे होता है?

टीबी उपचार के काम करने के लिए, आपकी टीबी उन दवाओं के लिए अति संवेदनशील होनी चाहिए जिनके साथ आप का इलाज किया जा रहा है। शुरुआत में ही पता लगाना महत्वपूर्ण है कि क्या आपका टीबी प्रतिरोधी उपचार में किसी भी दवा के लिए प्रतिरोधी (संवेदनशील नहीं) है। दवा प्रतिरोधी टीबी के निदान को दवा संवेदनशीलता परीक्षण, या डीएसटी भी कहा जाता है। जीनएक्सपर्ट, दवा रिफांपिसिन के प्रतिरोध का पता लगा सकता है। लाइन प्रोब जाँच नामक एक और परीक्षण कुछ दिनों में यह बता सकता है क्या आपका टीबी आइसोनियाज़िड, दूसरी लाइन इंजेक्टबल्स (अमीकासिन, कैपेरोमाइसिन, कानामाइसिन), और फ्लोरोक्विनोलोन (लेवोफ्लोक्सासिन, मोक्सीफ्लोक्सासिन) समेत अन्य महत्वपूर्ण दवाओं के प्रतिरोधी है। लाइन प्रोब जाँच उपलब्ध होना चाहिए। यदि वे उपलब्ध नहीं हैं, तरल कल्चर (जो कुछ हफ्ते लेती है) का भी उपयोग किया जा सकता है।



### अगर मैं एचआईवी पीड़ित हूँ, तो क्या होगा?

एचआईवी पीड़ित लोगों में टीबी का निदान करना अधिक कठिन हो सकता है, क्योंकि एचआईवी पीड़ित लोगों में उनके फेफड़ों में टीबी के विभिन्न स्तर हो सकते हैं और अक्सर फेफड़ों के बाहर टीबी (एक्स्ट्राप्लमोनरी टीबी) होता है। जीनएक्सपर्ट, विशेष रूप से नया एमटीबी/आरआईएफ अल्ट्रा कार्ट्रिज, एचआईवी पीड़ित लोगों में टीबी – एक्स्ट्राप्लमोनरी टीबी सहित – का पता लगाने में स्मिथर माइक्रोस्कोपी से ज्यादा बेहतर है।

टीबी एलएएम एक नई जाँच है जो मूत्र में टीबी का पता लगा सकता है। डब्ल्यूएचओ एचआईवी पीड़ित लोगों के लिए केवल  $\leq 100$  कोशिकाओं/एमएम3 की सीडी4 सेल गणना या एचआईवी/एड्स वाले बहुत बीमार लोगों के लिए टीबी एलएएम जाँच की सिफारिश करता है। यदि टीबी एलएएम जाँच सकारात्मक है, तो आपको अन्य जाँचों का इंतजार किए बिना तत्काल उपचार शुरू करना चाहिए। टीबी एलएएम परीक्षण टीबी के मामलों को छोड़ सकता है, इसलिए यदि टीबी एलएएम परीक्षण टीबी के लिए नकारात्मक है, तो आपको अभी भी टीबी हो सकती है, इसलिए इसके बाद जीनएक्सपर्ट जाँच करना महत्वपूर्ण है।

### अगर मैं गर्भवती हूँ तो क्या होगा?

गर्भावस्था स्वास्थ्य देखभाल प्राप्त करने का एक अवसर है। कुछ मामलों में, गर्भावस्था टीबी बढ़ने के आपके जोखिम को बढ़ा सकती है। यदि आप किसी ऐसी जगह रहते हैं, जहाँ टीबी की दर बहुत अधिक है, तो आपको अपने डॉक्टर से टीबी की जाँच के लिए पूछना चाहिए। चूंकि लक्षण जाँच गर्भवती महिलाओं में भी काम नहीं करती है, इसलिए आपको जीनएक्सपर्ट या रैपिड कल्चर जाँच करनी चाहिए – खासकर यदि आपको एचआईवी है। डब्ल्यूएचओ के मुताबिक, छाती का एक्स-रे आपके विकासशील बच्चे के लिए कोई विशेष जोखिम पैदा नहीं करता, जब तक कि आपका चिकित्सक अच्छी प्रथाओं का पालन करता है, जैसे कि आपको अपने पेट पर पहनने के लिए एक लीडेड एप्रन देना।

### क्या मुझे जाँच कराने के लिए मजबूर किया जा सकता है?

टीबी जाँच केवल आपकी अनुमति (सहमति) के साथ की जानी चाहिए। कुछ व्यवसाय या आप्रवासन प्रक्रियाओं के लिए टीबी जाँच की आवश्यकता होती है। हालांकि, एक सकारात्मक जाँच को आपको अपने काम करने या किसी अन्य देश में रहने से नहीं रोकना चाहिए। यदि आपके परीक्षण से पता चलता है कि आपको टीबी संक्रमण या टीबी रोग है, तो आपको उपचार प्राप्त करना चाहिए।



In August 2018, the World Health Organization announced in a rapid communication major changes to its recommendations for treating rifampicin-resistant and multidrug-resistant tuberculosis (RR-/MDR-TB), including the recommendation that most patients with DR-TB should be treated with fully oral treatment regimens. TAG will update this and other documents upon WHO's release of updated guidelines.

## अपने अधिकारों को जानिए:

तपेदिक की रोकथाम,

निदान, और उपचार

आपके अधिकार और टीबी की रोकथाम

### गिसा डांग की पेशकश

त्सिरा चखाया, ब्रायन सिट्रो, विवियन कॉक्स, माइक फ्रिक,  
जेनिफर फुरिन, एरिका लेसम, अलेक्जेंडर विलियम म्यूया,  
लिडसे मैककेना, जॉन म्दलुलि, जेन राहेदी ओंगंगो, हदीजा एच  
सेमवुआ, और ज़ानी डी विट द्वारा संपादित

पृष्ठ 6 का 1

### मुझे टीबी का उपचार कहाँ से करवाना चाहिए?

उपचार वहीं होना चाहिए जहाँ यह आपके लिए सुविधाजनक हो, उदहारण के लिए, आपके घर या काम करने वाली जगह के नजदीक किसी प्राथमिक देखभाल चिकित्सक से या सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र में या यदि आप इसमें सहज महसूस करें तो स्वास्थ्य देखभाल कर्मचारी आपके घर आकर आपकी चिकित्सा कर सकता है या आपके चिकित्सक नियमित रूप से आपके घर आकर आपका चेकअप कर सकते हैं। यदि जहाँ आप रहते हैं वहाँ टीबी का उपचार आपके लिए सुविधाजनक नहीं है तो विज्ञान और स्वास्थ्य अधिकार के अनुसार आपको अपनी सरकार की नीतियों को समुदाय के आधार पर टीबी के उपचार के लिए अद्यतन करने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।

### टीबी के उपचार के दौरान आमतौर पर अस्पताल में रहने की ज़रूरत क्यों नहीं पड़ती है ?

आपको टीबी के उपचार के लिए अस्पताल में रहने की आवश्यकता तब तक नहीं है जब तक कि चिकित्सकीय रूप से यह आपके लिए ज़रूरी न हो। अधिकतर मामलों में लोगों को अस्पताल में भर्ती नहीं किया जाता है क्योंकि जिन अस्पतालों में वेंटिलेशन की अच्छी व्यवस्था नहीं है वहाँ टीबी फैलने का डर ज्यादा रहता है। अस्पताल में भर्ती होना अधिक महंगा पड़ता है। कभी कभी अस्पतालों में पर्याप्त जगह भी नहीं होती, जिसके कारण रोगियों को इलाज शुरू करवाने के लिए इंतज़ार करना पड़ता है।

### मुझे अस्पताल में रहने की ज़रूरत कब होगी?

आपको अपने इलाज की अवधि के दौरान अस्पताल में अपने आप से कभी नहीं रहना चाहिए। यदि आप बहुत बीमार हैं, या यदि आपको कोई साइड इफेक्ट्स हो गया है जिन पर बहुत बारीकी से ध्यान देने की आवश्यकता है, तो आपका डॉक्टर आपको अस्पताल में भर्ती करने की सलाह दे सकता है। कुछ अस्पताल टीबी वाले रोगियों की देखभाल करने और टीबी के प्रसार को रोकने के लिए सहायक वातावरण प्रदान करते हैं। ऐसे में विशेष रूप से गंभीर टीबी वाले रोगियों का अस्पताल में भर्ती होना सबसे अच्छा विकल्प माना जाता है। नई तकनीक के इलाज को प्राप्त करने के लिए आपको अस्पताल में भर्ती होने की कोई ज़रूरत नहीं है।

### मुझे कौन-सा उपचार/दवाओं को लेना चाहिए?

आपको वही दवाईयां लेनी चाहिए जो आपके टीबी के उपचार में प्रभावी हो। टीबी के उपचार में नियमित रूप से छह महीने तक दैनिक उपचार की आवश्यकता होती है। डब्ल्यूएचओ दैनिक तौर पर निश्चित खुराक संयोजन सलाह देता है, जिसमें कई सारी दवाएँ एक ही गोली (टैबलेट) में मिली होती हैं और इससे आपको अपने इलाज के लिए इन्हें लेने में आसानी रहती है। टीबी मेनिनजाइटिस (जो तंत्रिका तंत्र का टीबी है जैसे कि मस्तिष्क), हड्डियों का टीबी और जोड़ों के टीबी को 12 महीने तक उपचार की आवश्यकता होती है।

एमडीआर टीबी के लिए अब एक छोटा उपचार नियम आया है जो कि 9 से 12 महीनों का है (हालांकि यह अभी साबित नहीं हुआ है कि यह कितना अच्छा और कितना सुरक्षित रूप से कम करता है।) इस नियम के लिए हर कोई योग्य नहीं है। यदि आप यह छोटा उपचार नियम नहीं अपना सकते, क्योंकि आप पहले से ही उपचार के लिए कुछ दवाइयां ले रहे हैं या आपकी शारीरिक जांच के अनुसार आप कुछ दवाइयों का सेवन नहीं कर सकते, तो आप लंबी अवधि वाले उपचार (18–24 महीने) को अपना सकते हैं जिसमें नई दवाइयां बेटाकिलाइन या डेलमैनिड शामिल हैं। बेहतर तरीके से उपचार के लिए कई सारे अध्ययन (क्लिनिकल ट्रायल) चल रहे हैं। आपको जानना चाहिए कि क्या इनमें से कोई भी कार्य आपके क्षेत्र में किया जा रहा है या नहीं।

आपको हमेशा अपनी विशिष्ट दवाओं के नाम, उन्हें कितनी बार लेना चाहिए, कितनी गोलियां लेनी चाहिए, और सबसे आम दुष्प्रभावों के बारे में पता होना चाहिए।

### बच्चों के लिए किस उपचार की सिफारिश की जाती है?

जो बच्चे दवाओं के प्रति अतिसंवेदनशील हैं, उनके लिए बनाये गये टीबी के खास उपचार अब उपलब्ध हैं। नई दवाएं, जिन्हें नियत खुराक संयोजन (फिक्सड डोज़ कॉम्बिनेशन) कहते हैं, वो बच्चों के लिए सही खुराक हैं, इसलिए इनको पीसने या अलग करने की जरूरत नहीं पड़ती। ये दवाएं पानी में अच्छे से घुल जाती हैं, और इनका स्वाद बड़ों की दवाओं से बेहतर होता है।

एमडीआर-टीबी से पीड़ित बच्चे अल्पकालीन आहार नियम को अपना सकते हैं। यदि किसी वजह से बच्चा अल्पकालीन आहार नियम को नहीं अपना सकता, तो वे अपने टीबी के उपचार के लिए लंबा आहार नियम अपना सकते हैं। यदि टीबी ज्यादा बढ़ा नहीं है, तो उसे इंजेक्शन से दी जाने वाली दवा (जो बहुत से साइड इफेक्ट्स का कारण बनती है, जिसे नीचे दिखाया गया है) दी जा सकती है। 6 साल और उससे अधिक आयु के बच्चों के लिए डेलमैनिड देने की सिफारिश की जाती है। आपका डॉक्टर [JanssenMAc@its.jnj.com](mailto:JanssenMAc@its.jnj.com) को लिखकर किशोरों के लिए बेटाकिलाइन के उपयोग का अनुरोध कर सकता है (जिसका अर्थ है कि किसी देश में या किसी निश्चित आबादी के लिए अभी तक इस उपचार को स्वीकृती नहीं मिली है)।

### यदि मैं गर्भवती हूँ या स्तनपान करवाती हूँ या गर्भवती हो जाऊँ?

यदि आपको टीबी है और आप गर्भवती हैं या गर्भवती हो सकती हैं, तो आपको अपने और अपने बच्चे(च्चों) की सर्वोत्तम तरीके से देखभाल करने के लिए कुछ कठिन निर्णय लेने पड़ सकते हैं। अधिकांश टीबी की दवाओं पर गर्भवती या नर्सिंग (स्तनपान कराने वाली) महिलाओं की सुरक्षा के बारे में ज्यादा जानकारी नहीं दी जाती है। आपका स्वास्थ्य महत्वपूर्ण है और वास्तव में यह आपके बच्चे (बच्चों) के स्वास्थ्य के लिए भी आवश्यक है। यदि आप गर्भवती हैं या नर्सिंग हैं, तो आपको अपने चिकित्सक से विभिन्न विकल्पों के लाभ और हानियों पर चर्चा करनी चाहिए और यह तय करना चाहिए कि आपके लिए सबसे अच्छा क्या है। हो सकता है कि आप कुछ दवाओं का उपयोग न करना चाहें, या आप नर्सिंग या गर्भावस्था (गर्भपात) को बंद करना चाह सकती हैं। यदि आप गर्भवती नहीं हैं, लेकिन टीबी उपचार ले रही हैं और गर्भवती हो गई हैं, तो आपको अपने प्रदाता से जन्म नियंत्रण विकल्पों के बारे में पूछना चाहिए।

एमडीआर-टीबी के इलाज के लिए उपयोग की जाने वाली दो प्रकार की दवाएं: एथियोनामाइड (या इसी तरह की दवा, प्रोथियोनामाइड) और इंजेक्शन द्वारा दी जाने वाली दवाएं (अमीकासिन, कैपेरोमाइसिन, कानामाइसिन, स्ट्रेप्टोमाइसिन), विकासशील बच्चे (भ्रूण) के लिए विशेष रूप से खतरनाक मानी जाती हैं। ये दवाएं उपचार के छोटे नियमों का हिस्सा हैं, इसलिए एमडीआर-टीबी के साथ गर्भवती महिलाएं उपचार के छोटे नियमों के लिए अयोग्य हैं। इसके बजाए, वैश्विक मानकों का यह मानना है कि एमडीआर-टीबी वाली गर्भवती महिलाओं को (टीबी के अपने विशेष तनाव के लिए चार या अधिक प्रभावी दूसरी-पंक्ति दवाओं के साथ) लंबी अवधि वाले उपचार को अपनाना चाहिए। दक्षिण अफ्रीका समेत कुछ प्रगतिशील राष्ट्रीय कार्यक्रम गर्भवती महिलाओं के लिए लंबी अवधि वाले उपचार में बेटाकिलाइन या डेलमैनिड नई दवाओं का उपयोग कर रहे हैं। अब तक की जानकारी के आधार पर, इन दोनों दवाओं को गर्भावस्था में सुरक्षित माना जाता है। आपका डॉक्टर गर्भवती महिलाओं के लिए [JanssenMAc@its.jnj.com](mailto:JanssenMAc@its.jnj.com) को लिख कर और डेलमैनिड के लिए [medical@otsuka.de](mailto:medical@otsuka.de) को लिखकर इन दवाओं का अनुरोध कर सकता है।

## क्या दवाई का दुष्प्रभाव (साइड इफेक्ट्स) भी होता है?

आप जो दवाइयां ले रहे हैं उसके संभावित दुष्प्रभाव क्या हैं और उनकी जाँच या परीक्षण कैसे किया जा सकता है इस के बारे में आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को आपको सूचित करना चाहिए। अगर उन्होंने आपको यह जानकारी नहीं दी है, तो आपको इसके बारे में उनसे पूछना चाहिए। कुछ दुष्प्रभावों की अपेक्षा की जाती है, जैसे लाल रंग का मूत्र आना या जी मचलना। लेकिन कुछ गंभीर दुष्प्रभाव भी हैं, जैसे जिगर की क्षति, डिप्रेशन या मनोविज्ञान के रोग, या सुनने की शक्ति या दृष्टि में कमी आना। जल्दी पता लगा कर इन्हें रोका जा सकता है। आपके डॉक्टर को यह जांचना चाहिए कि आप की सेहत पहले से बेहतर हो रही है, और जिनके लिए निम्न साइड इफेक्ट की जाँच करना शामिल है:

- इंजेक्शन द्वारा दी जाने वाली दवाएं (अमीकासिन, कैपेरोमाइसिन, कानामाइसिन, स्ट्रेप्टोमाइसिन) सुनने की शक्ति में कमी आने का कारण बन सकती है। दवा शुरू करने से पहले और मासिक तौर पर आपकी सुनने की शक्ति (ऑडिओमेट्री कहा जाता है) का परीक्षण किया जाना चाहिए, इसलिए अगर आपको कोई नुकसान होने वाला हो तो इसके बारे में जल्दी से पता लगाया जा सकता है। यदि आपके परीक्षण में सुनने की शक्ति में कमी आने के बारे में पता चलता है, या यदि आप सुनने की शक्ति में आने वाली कमी के संकेतों को देखते हैं, तो इंजेक्शन द्वारा दी जाने वाली दवाओं को रोकने के लिए कहें और डेलमैनिड या बेडक्वाइलीन लेना शुरू करें। यदि सुनने की शक्ति के परीक्षण उपलब्ध नहीं हैं, तो आपको इंजेक्शन द्वारा दी जाने वाली दवाओं को बदलकर बेडक्वाइलीन या डेलमैनिड जैसे किसी अन्य दवा को देने के लिए पूछने का अधिकार है;
- साइकिलोसिराइन और अन्य दवाएं डिप्रेशन और मनोविज्ञान के रोगों का कारण बन सकती हैं। यदि आप लगातार उदास महसूस करते हैं या आपके जीने की इच्छा न हो, तो तुरंत अपने डॉक्टर को इसके बारे में बतायें ताकि आप सुरक्षित रूप से दवाएं बदल सकें;
- लाइनजोलिड और अन्य दवाएं हाथों या पैरों में झुकाव, अकड़न, जलन या दर्द का कारण बन सकती हैं। यदि आपको ऐसा लगता है, तो तुरंत अपने चिकित्सक को बताएं क्योंकि स्थायी रूप से क्षति होने से पहले दवा की खुराक को कम करके या बंद करके इसे रोका जा सकता है। आपके चिकित्सक को हर बार इसकी जांच करनी चाहिए;
- कई टीबी की दवाएं लीवर को नुकसान पहुंचा सकती हैं। उपचार शुरू करने से पहले आपको लीवर का परीक्षण करवाना चाहिए, और यदि आपको लीवर सम्बंधी कोई समस्या हो या एचआईवी है तो नियमित रूप से इसकी जाँच करवाएं। यदि आपको उल्टी आती है, जी मचलता है, खुजली या अपनी त्वचा या आंखों के रंग में परिवर्तन का अनुभव होता है, तो आपको यह अनुरोध करना चाहिए कि आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आपके लीवर की जाँच करें। यदि हो सके तो आपको टीबी की दवा लेने के दौरान शराब पीने से बचना चाहिए। हालांकि, शराब पीना कभी भी इलाज शुरू करने में रुकावट नहीं बनता (यह तब भी लागू होता है यदि आप किसी ओर दवा का उपयोग कर रहे हैं या ओपियोइड प्रतिस्थापन थेरेपी (ओएसटी) ले रहे हों);
- बेडाक्विलाइन, क्लोफाजिमिन, डेलामीड, और मोक्सीपलोकसासिन (और कई अन्य गैर-टीबी दवाएं) दिल की विद्युत गतिविधि (जिसे क्यूटी की वृद्धि कहा जाता है) में परिवर्तन कर सकती हैं। यह दिल की गति के लिए गंभीर समस्याएं पैदा कर सकता है। यदि आप इन दवाओं में से कोई एक भी ले रहे हैं, तो आपको उपचार शुरू करने से पहले और शुरू करने के 2, 12, और 24 सप्ताह बाद ईसीजी (इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम) नामक एक परीक्षण करवाना चाहिए। यदि आप इन दवाओं में से एक से अधिक दवाएं ले रहे हैं, तो आपको ईसीजी मासिक रूप से करवाना चाहिए;
- अगर आपको उल्टी या दस्त हो रहा है, या निम्नलिखित दवाओं में से कोई भी ले रहे हैं— अमीकासिन, कैपेरोमाइसिन, कानामाइसिन, स्ट्रेप्टोमाइसिन, बेडक्वाइलीन, क्लोफाजिमिन, डेलैमिड, या मोक्सीपलोकसासिन— तो आपको अपने पोटेशियम के स्तर की जांच भी करवानी चाहिए। पोटेशियम आपके शरीर में नमक की तरह एक खनिज(मिनरल) होता है। यदि आपके शरीर में इसका स्तर बहुत कम या बहुत अधिक है, तो यह मांसपेशियों में, आपके दिल की धड़कन में, या आपके शरीर की अन्य प्रणालियों में समस्याएं पैदा कर सकता है। आपको अपने पोटेशियम के स्तर को नियमित रूप से जांचने के लिए अपनी नर्स या डॉक्टर से कहना चाहिए, यह जाँच वे आपके कुछ रक्त का नमूना ले कर कर सकते हैं;
- आपको अपने शरीर को ठीक से काम करने में मदद करने के लिए मैग्नीशियम, एक अन्य खनिज (जैसे कि नमक) के लिए पूरक (सप्लीमेंट्स) लेने चाहिए। आपको मैग्नीशियम के लिए परीक्षण की आवश्यकता नहीं है; आपको इसे स्वचालित रूप से लेते रहना चाहिए। यदि आपको यकीन नहीं है, तो आप अपनी नर्स या डॉक्टर से पूछें कि क्या आप मैग्नीशियम ले रहे हैं, और यदि आप नहीं ले रहे हैं, तो उन्हें बताएं कि आप इसे लेना पसंद करेंगे।





चित्र का श्रेय: KUDUwave™ पोर्टेबल ऑडियोमीटर

## क्या मैं उपचार के दौरान स्कूल जा सकता हूँ या काम कर सकता हूँ?

जिनके टीबी नकारात्मक (गैर-संक्रामक) हैं उन्हें काम करने या स्कूल जाने की अनुमति दी जानी चाहिए। काम पर या स्कूल में वापस जाने के लिए आपको इलाज पूरा होने का इंतजार नहीं करना चाहिए। टीबी होने की वजह से आपको अपनी नौकरी नहीं गवानी चाहिए। अच्छे उपचार के कुछ हफ्तों के बाद टीबी संक्रामक नहीं होती है (हालांकि आपको यह सुनिश्चित करने के लिए कि यह वापस न आए इसलिए आपको पूर्ण उपचार पाठ्यक्रम को पूरा करना चाहिए)। आपको अपने सहकर्मियों या सहपाठियों को यह बताने की जरूरत नहीं है कि आप टीबी की दवा ले रहे हैं। आपको अपने नियोक्ता या स्कूल से अपनी चिकित्सा स्थिति को निजी रखना चाहिए। यदि आपके सहयोगियों या सहपाठियों को भी टीबी के लिए परीक्षण करने की आवश्यकता हो जाती है, तो ऐसी स्थिति में आपको अपने एकांत और गोपनीयता के अधिकार की सुरक्षा करनी चाहिए।

## परामर्श (काउन्सलिंग) क्या है, और अगर मुझे यह नहीं मिल रही है तो मुझे इसके लिए क्यों पूछना चाहिए?

परामर्श करने पर आपको अपने उपचार के लिए समर्थन और बहुत सारी जानकारी और स्पष्टीकरण मिलते हैं, जो आपके सवालों के जवाब मिलने और आपके इलाज को पूरा करने में आपकी सहायता करते हैं। कई गोलियों और संभावित दुष्प्रभावों के कारण टीबी का उपचार मुश्किल हो सकता है। अच्छा परामर्श मिलने पर आपको टीबी को बेहतर तरीके से समझने में, और आपके इलाज में डटे रहने में आपकी सहायता करने में मदद करेगी।

### अगर मैं एचआईवी से पीड़ित हूँ, तो क्या होगा?

कई लोगों में एचआईवी और टीबी दोनों होते हैं, और दोनों के लिए इलाज करना महत्वपूर्ण है। यदि आप एंटीरेट्रोवायरल थेरेपी (एआरटी) ले रहे हैं, तो सुनिश्चित करें कि आपका डॉक्टर जानता हो कि आप कौन सी दवाएं ले रहे हैं। टीबी और एचआईवी की दवाओं की एक छोटी संख्या एकसाथ अच्छे से काम नहीं करती है, लेकिन इनकी खुराक समायोजित करके या अपनी दवा के नियम को बदलकर इस समस्या को हल किया जा सकता है। यदि आपको एक ही समय में एचआईवी और टीबी का पता चलता है, तो आपके डॉक्टर को पहले आपके टीबी का उपचार शुरू करना चाहिए, और कुछ हफ्तों के बाद ही आपका एआरटी शुरू करना चाहिए। इम्यून रिकंस्टीट्यूशन सिंड्रोम नामक एक खतरनाक प्रतिक्रिया से बचने के लिए यह महत्वपूर्ण है। सीडी 4 वाले लोगों की संख्या  $\geq 50$  कोशिकाओं/मिमी 3 एआरटी 2 सप्ताह के बाद शुरू होनी चाहिए; सीडी4 वाले लोग  $\geq 50$  कोशिकाओं/मिमी 3 या टीबी मेनिंगजाइटिस वाले लोगों को 8–12 सप्ताह के बाद एआरटी शुरू करना चाहिए।

### वर्ग II उपचार क्या है?

आपको वर्ग II का उपचार नहीं लेना चाहिए। वर्ग II मूल रूप से टीबी का नियमित उपचार है साथ ही इसमें एक इंजेक्शन द्वारा दी जाने वाली दवा, स्ट्रेप्टोमाइसिन भी शामिल है। अतीत में जिन लोगों में टीबी का उपचार समाप्त होने पर भी टीबी होती थी, उनके लिए वर्ग II में रहने की सिफारिश की जाती थी। 2015 में, डब्ल्यूएचओ ने वर्ग II के उपचार के उपयोग के खिलाफ "अच्छा अभ्यास कथन" जारी किया। नई सिफारिश यह है कि दवाओं की संवेदनशीलता परीक्षण करना यह तय करने के लिए है कि कौन सी दवाएं आपके टीबी के लिए सर्वोत्तम काम करती हैं। यदि आपका डॉक्टर आपको वर्ग II देने की कोशिश करता है, तो आपको इसके परिणामस्वरूप दवा परिणामों की संवेदनशीलता के परीक्षण और उपचार के नियमों के बारे में पूछना चाहिए।

### अगर मैं इलाज नहीं लेना चाहता हूँ, तो क्या मेरा डॉक्टर द्वारा मुझे इसे लेने के लिए मजबूर कर है?

नहीं, आपको मजबूर नहीं किया जा सकता है। अंतरराष्ट्रीय मानक में यह स्पष्ट है कि किसी को अपनी इच्छा के विरुद्ध टीबी का उपचार लेने के लिए मजबूर करना नैतिक रूप से गलत है। आपको सभी उपचार, या किसी एक विशेष उपचार को स्वीकार या अस्वीकार करने का पूरा अधिकार है। चूंकि टीबी संक्रामक है (एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक पारित किया जा सकता है), यदि आप पूरी तरह से इलाज से इंकार करते हैं, तो आपको अन्य लोगों की सुरक्षा के लिए कदम उठाने चाहिए। इसमें श्वसन अलगाव में रहना शामिल हो सकता है, जिसका अर्थ है कि आपकी सांस द्वारा निकली हुई हवा को अन्य लोगों तक पहुंचने से रोका जाता है। ऐसा आप या तो एक मास्क पहन कर कर सकते हैं या अस्पताल के हवादार कमरे में या घर पर रहकर कर सकते हैं। बहुत ही दुर्लभ मौकों पर, आपकी सरकार आपको अंतिम उपाय के रूप में श्वसन अलगाव में रख सकती है। इसे अनैच्छिक अलगाव कहा जाता है। हालांकि, आपको जेल या इसी तरह की किसी जगह पर ऐसा कभी नहीं करना चाहेंगे।

चूंकि बच्चों को अक्सर इलाज के लिए अपने माता-पिता या अभिभावक की स्वीकृति की आवश्यकता होती है, इसलिए उनकी तरफ से इलाज को स्वीकार करना या इंकार करना उनके माता-पिता या अभिभावक पर निर्भर होता है। जब माता-पिता या कानूनी अभिभावक सहमति देने से इंकार कर देता है, लेकिन टीबी से पीड़ित होने या मृत्यु को रोकने के लिए चिकित्सा उपचार आवश्यक माना जाता है, तो सरकारी अधिकारी माता-पिता के फैसले को निरस्त करने के लिए कदम उठा सकते हैं। यह केवल आपके देश के कानूनों के अनुसार उपयुक्त कानूनी तंत्र के माध्यम से हो सकता है।

मैं टीबी से ग्रस्त अपने परिवार के सदस्य की देखभाल कर रहा हूँ। मुझे क्या जानने की ज़रूरत है?

आप एक ही समय में अपनी और टीबी से ग्रस्त अपने प्रियजन दोनों का ख्याल रख सकते हैं। अपने आप की देखभाल करने के लिए, अपने शारीरिक और मानसिक/भावनात्मक स्वास्थ्य के बारे में सोचें। आपको टीबी से खुद को सबसे अच्छी तरह से कैसे सुरक्षित रखना है, इस बारे में परामर्श और उचित जानकारी के बारे में पता होना चाहिए (इस श्रृंखला के अनुभाग II, "आपके अधिकार और टीबी की रोकथाम" देखें)।

यदि आप जिस व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं उसे अभी भी बलगम वाली खाँसी हो रही है या इलाज के कुछ हफ्तों के बाद भी उसका वजन बढ़ा नहीं है, तो उन्हें अपनी दवा की संवेदनशीलता का परीक्षण करवाना चाहिए, जिससे यह पता लगाया जा सके कि उनकी दवाएं उनके टीबी के लिए सही हैं या नहीं। जैसा कि ऊपर बताया गया है, आप किसी भी साइड इफेक्ट्स को जांचने में उनकी मदद कर सकते हैं और यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि साइड इफेक्ट्स का सही समय पर सही परीक्षण करवाया जाये। यदि उनके स्कूल या काम की जगह पर उनके साथ कोई भेदभाव हो रहा है तो आप उन्हें अपनी नौकरी बचाने या स्कूल में रहने में भी मदद कर सकते हैं। टीबी का उपचार मुश्किल हो सकता है, इसलिए यदि आप या जिस व्यक्ति की आप देखभाल कर रहे हैं वह टीबी समर्थन समूह को शुरू करना या उसमें शामिल होना चाहते हैं, तो आपको ऐसा करने का अधिकार है। सहायता समूह टीबी के बारे में अपने समुदाय में दूसरों को शिक्षित करके इससे लड़ने में मदद कर सकते हैं, जिससे उन्हें समझने में मदद मिलती है कि टीबी की रोकथाम और इलाज हो सकता है। याद रखें कि जिस व्यक्ति की आप देखभाल कर रहे हैं, उसे अपनी गोपनीयता का अधिकार है, और यह उनका निर्णय होना चाहिए कि क्या वो लोगों को बताना चाहते हैं कि नहीं, कि उन्हें टीबी है।