COVID-19 र क्षयरोग

कोरोनाभाइरस (वा COVID-19) महामारी मेरल्यािण्डमा क्षयरोग (वा टबी) को रोकथाम/उपचारमा थप आवश्यक र अत्यावश्यक रूपमा देखएिको छ।

COVID-19 भनेको के हो?

- COVID-19 भनेको एक व्यक्तबिाट अर्को व्यक्तमिा सर्न सक्ने भाइरसबाट हुने श्वासप्रश्वास सम्बन्धी बमिारी हो। यो भाइरसले गम्भीर रोग लाग्न सक्छ र वशि्वभरी लाखौं मृत्युहरू नम्तिय्ाएको छ। COVID-19 को लागि कुनै ज्ञात उपचार छैन।

क्षयरोग वा टबी भनेको के हो?

- टबी भनेको सामान्यतया फोक्सोमा आक्रमण गर्ने, तर शरीरका अन्य भागहरूमा पनि प्रभाव पार्न सक्ने (ब्याक्टेरयिाद्वारा नम्तिनि) गम्भीर र कहलिकाहीं प्राणघातक हुने श्वासप्रश्वास सम्बन्धी बमिारी हो।
- **दुई प्रकारका टबी हुन्छन् — अदृश्य टबी संक्रमण र सक्रयि टबी रोग।**
  - तपाईंलाई **अदृश्य टबी संक्रमण भएमा,** तपाईंले यो अरूलाई सार्न सक्नुहुन्न। यो सक्रयि टबी रोगमा **वकिसति हुन सक्छ।**
  - टबी रोगको उपचार नगरएिमा अरूलाई सर्न सक्छ। दुवै प्रकारको टबी
  - सफलतापूर्वक उपचार गर्न सकनि्छ।

समान लक्षणहरू

- **दुवै COVID-19 र टबीले नम्नि नम्तियाउन सक्नेछ:**
  - **खोकी लाग्ने**
  - **श्वासको कमी हुने**
  - **ज्वरो आउने**
  - **चिसो लाग्ने**
- **संक्रमति व्यक्तलिे हाच्छउिँ गर्दा, खोक्दा, फैलनि्छ**

COVID-19 का थप लक्षणहरू

- लक्षणहरू अनावरण भएको **2-14 दनिपछि वकिास हुन सक्नेछ।**
- अन्य लक्षणहरू:
  - स्वाद वा गन्धमा नयाँ कसिमिको कमी हुने
  - घाँटी दुख्ने र नाक बन्द हुने/सिँगान बग्ने
  - वाकवाकी लाग्ने वा वान्ता हुने
  - शरीर दुख्ने
  - पखाला लाग्ने

टबी रोगका थप लक्षणहरू

- लक्षणहरू **अदृश्य टबी संक्रमणको उपचार नगरएिमा हप्तादेखि लिएर वर्षौंपछिसम्म** वकिास हुन सक्नेछ।
- अन्य लक्षणहरू:
  - रातीमा पसनाि आउने र नरिन्तर छाती दुख्ने
  - खोक्दा रगत वा खकार नस्किनि
  - कुनै कारण बनिा वजन घट्ने वा थाक्ने

कसलाई टबी हुने उच्च जोखमि?

- यु.एस., क्यानडा, अष्ट्रेलयिा, न्यूजल्यािण्ड वा पश्चमिी/उत्तरी युरोप बाहेक **अरू देशमा बस्नुभएको वा जानुभएको** मानसिहरू।
- **प्रतरिक्षा प्रणाली कमजोर भएका** मानसिहरू (उदाहरण, HIV, अङ्ग प्रत्यारोपण, क्यान्सर, मधुमेह, प्रतरिक्षा प्रणालीलाई प्रभाव पार्ने औषधहिरूको प्रयोग, आदि)।
- टबी रोग भएको मानसिसँग **नजकिको सम्पर्कमा** रहेका।
- **घरबारबहीिन/कैदमा भएको** इतहािस भएका।

तपाईं र तपाईंको परवािरको सुरक्षा कसरी गर्ने

- तपाईंलाई **टबी हुन सक्ने उच्च जोखमि** भएमा, तपाईंलाई अदृश्य वा सक्रयि टबीमध्ये एक भएमा आफ्नो स्थतिि पत्ता लगाएर उपचार गर्न महत्त्वपूर्ण हुन्छ।
  - **तपाईंलाई टबी हुँदा हुँदै COVID-19 बाट बरिामी** हुनाले गम्भीर जटलिताहरू नम्तिाउन सक्छ।
  - तपाईंको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकद्वारा नर्दिेशन गरएि अनुसार **आफ्नो टबीको उपचार कडा तरकािले पालना गर्नुहोस्।**
- COVID-19 का सावधानीहरू (सामाजकि दूरी कायम राख्ने र फेस कभरङ्हिरू लगाउने) अभ्यास गर्नुहोस्।
- बारम्बार हातहरू धुनुहोस् र सतहहरू कटिाणुरहति बनाउनुहोस्।
- नधोइएका हातहरूले आफ्नो अनुहार नछुनुहोस्।
- तपाईंलाई लक्षणहरू देखएिमा **आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक** वा **आफ्नो स्थानीय स्वास्थ्य वभिागलाई** फोन गर्नुहोस्।
- सम्पर्क अन्वेषण (ट्रेसङि) बारे सोधपुछहरूको द्रुत रूपमा जवाफ दनिुहोस्।

परीक्षण कहाँ गराउने/थप जानकारी

- **COVID-19 परीक्षण:** 211 मा फोन गर्नुहोस् वा https://coronavirus.maryland.gov/pages/symptoms-testing#locator मा जानुहोस्
  - **मेरल्यािण्डमा COVID-19 बारे थप जानकारी** https://coronavirus.maryland.gov/
- **मेरल्यािण्डमा टबी बारे थप जानकारी:**
  - https://phpa.health.maryland.gov/oidpcs/ctbcp/pages/home.aspx

---

लस एन्जल्स काउण्टी सार्वजनकि स्वास्थ्य वभिागको टबी नयिन्त्रण कार्यक्रमबाट प्राप्त अनुमतलिे रूपान्तरति

MDH टबी नयिन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र नोभेम्बर 2020