બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશનને સહાય આપવા, કૃપા કરીને નીચેનું ફોર્મ ભરો.

કૃપા કરીને મને વધુ માહિતી નીચેના વિષે મોકલો:
[ ] બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશનમાં જોડાવું
[ ] નિયમિત આપવું [ ] રોકડ અને રેફલ અરજીઆ
[ ] પરોલ આપવ [ ] પ્રસંગા
[ ] કંપની સહાય [ ] વારસો
[ ] યાદગીરી માટે ભેટો અને બ્રીથ ઑફ લાઈફ ફંડ્સ

હા, નીચે મુજબ યોગદાન કરવાની મારી ઈચ્છા છે:
[ ] £10 [ ] £15 [ ] £30 અન્ય: £ _________ દ્વારા
[ ] ચેક/પોસ્ટલ ઑડર (**બ્રિટિશ લંગ ફાંઉન્ડેશન**ના નામનો), અથવા
[ ] ક્રેડિટ / ડેબિટ કાર્ડ (કૃપા કરીને તમારી પસંદ પર કૂંડાળું કરો): માસ્ટર કાર્ડ / વિઝા / CAF (ચેરિટી કાર્ડ) / માસ્ટ્રો / ડેલ્ટા
કાર્ડ નં.
____/____/____/____/____
સિક્યોરિટી નં. ___(તમારા કાર્ડની પાછળના છેલ્લા 3 આંકડા)
અંતિમ તારીખ __/__ ઈશ્યુ નં. ______(ફક્ત માસ્ટ્રો માટે)
કાર્ડધારકની સહી ______________________ તારીખ __/__/__

કૃપા કરીને આ ફોર્મ અને જો તમે યોગદાન કરતાં હો તો તમારી ભેટ અહીં મોકલાવો: Appeals Team, British Lung Foundation, FREEPOST SW1233, London EC1B 1BR

તમારી વિગતો (કૃપા કરીને કેપિટલ અક્ષરો વાપરો):

ટાઈટલ ________ પ્રથમ નામ ______________________
અટક ______________________________
સરનામું ______________________________
______________________ ટપાલસંજ્ઞા __________
ટેલિફોન ______________________________
ઈમેલ ______________________________

અમે સ્વચલિતરીતે તમારી ભેટ મળી ગયાની માહિતી તમને મોકલીશું. જો તમને તે ન જોઈતી હોય તો અહીં ટીક કરો [ ]

giftaid it **બ્રિટિશ લંગ ફાંઉન્ડેશનમાં તમે આપેલ દરેક £1 ને ગિફ્ટ એઈડ £1.28 ની કિંમતનો બનાવે છે.**

[ ] હા, હું કરદાતા છું અને હું બ્રિટિરા લંગ ફાઉન્ડેશનને મેં છેલ્લાં છ વર્ષમાં આપેલ દરેક ફાળા પર અને ભવિષ્યનાં દરેક ફાળા પર, હું ન જણાવું ત્યાં સુધી ટેક્સ રિક્લેઈમ કરે.
[ ] ના હું UKનો કરદાતા નથી તારીખ __/__/____

કૃપા કરીને યાદ રાખો કે: ગિફ્ટ એઈડનાં હકદાર બનવા માટે, તમે જે ઈન્કમટૅક્સમાં કે કેપિટલ ગેઈન્સ ટેક્સમાં ચૂકવો છો તે રકમ ટેક્સ વર્ષમાં અમે દાવો કરેલ રકમના જેટલી કમ સે કમ હોવી જોઈએ.

અમે, સમયે સમયે, અમુક સખાવતી સંસ્થાઓને તમારો સંપર્ક કરવા જણાવી શકીએ છીએ. જો તમારે આ સંવાદિતા ન જોઈતી હોય તો, કૃપા કરીને અહીં ટીક કરો [ ]

- TB સારવારમાં વપરાતી કેટલીક દવાઓમાં એવા રસાયણ હોય છે જેનાથી તમારી મોં વાટે લેવાતી ગર્ભનિરોધક ગોળીઓની અસર ઓછી થઈ જાય છે. જો તમે ગર્ભનિરોધક ગોળીઓ લેતા હો તો, તમારા ડૉક્ટરને TB સારવાર દરમ્યાન ગર્ભનિરોધનની અન્ય પદ્ધતિઓ વિશે પૂછો.

કામ પર પાછા ફરવું

તમારી સારવારનું ધ્યાન રાખનાર નિષ્ણાત અને તમારા GP સાથે આ અંગે ચર્ચા કરવી જોઈએ. કેટલીકવાર TBની અસર એટલી હળવી હોય છે કે અસરગ્રસ્ત વ્યક્તિ ક્યારેય કામથી દૂર હોતી જ નથી. જ્યોર અન્યને તેઓ સંપર્ણપણે ચેપરહિત ન થાય ત્યાં સુધી કે પૂર્ણ પ્રવૃત્તિ પર પાછા ફરવા માટે પૂરાં શક્તિમાન ન થાય ત્યાં સુધી કામથી દૂર રહેવાની જરૂરં પડી શકે છે.

જો દવાઓ નિયમિત લેવામાં આવે તો તમે સંપૂર્ણ રીતે સાજા થઈ શકો છો. ખાતરી કરો કે તમે જ્યાં કામ કરો છો તેનો માલિકને આ વિષે જાણ કરવામાં આવે છે.

મારી સારવાર કેટલો સમય ચાલશે?

તમારી સારવાર સંપૂર્ણપણે પરી ન થઈ જાય ત્યાં સુધી અને કદાચ તેનાથી પણ વધુ તમારે હૉસ્પિટલ ક્લિનિકની મુલાકાત લેવાની જરૂરત રહેશે. તેમાં છ થી નવ મહિના થાય છે. મોટા ભાગની વ્યક્તિઓએ શરૂઆતમાં દર ત્રણથી ચાર અઠવાડિયે એકવાર મુલાકાત લેવી પડે છે, ત્યારબાદ તેની નિયમિતતા ઓછી થઈ જાય છે. કેટલાંક ક્લિનિક તમારી સંપૂર્ણ સારવાર બાદ બે વર્ષ સુધી વર્ષમાં એક કે બે વાર તમારી તપાસ કરશે.

તબીબી રીતે છેલ્લું અદ્યતન સપ્ટેમ્બર 2007

© બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશન 2007

બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશન

UK-માં દર સાત વ્યક્તિએ એક વ્યક્તિ ફેફસાંનાં રોગથી અસરગ્રસ્ત હોય છે. ભલે એ હળવો દમ હોય કે ફેફસાનું કૅન્સર, બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશન તે બધા માટે છે.

અમે આ કરીએ છીએ:

- ફેફસાંના રોગોથી પીડાતા લોકોને તેમને સહેવી પડતી મુસીબતોમાં અમે **સહાય** કરીએ છીએ. સહાય એ અમારી ઘણી બધી પ્રવૃત્તિઓનું કેંદ્ર છે, જેમાં સમાવિષ્ટ છે બ્રીથ ઈઝી, અમારું રાષ્ટ્રવ્યાપી સહાય નૅટવર્ક.
- અમે લોકોને તેમની સ્થિતિ સમજવામાં મદદ કરીએ છીએ. અમે કાગળ, વેબસાઈટ પર, અને ટેલિફોન દ્વારા સઘન અને સ્પષ્ટ માહિતી પૂરી પાડીને આ સહાય કરીએ છીએ.
- ફેફસાના આરોગ્યમાં સકારાત્મક **ફેરફાર** લાવવા અમે કાર્યરત છીએ. અમે અભિયાન દ્વારા, જાગરૂકતા કેળવીને અને વિશ્વસ્તરીય સંરોધન માટે ફાળો આપીને આ કાર્ય કરીએ છીએ.

કૃપા કરી બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશનના સભ્ય બની અમારી સંસ્થામાં **જોડાવ** અને અમારા અગત્યના કાર્ય માટે સહાય કરો. સભ્યોને અમારા ત્રિમાસિક સામાયિકો અને અન્ય લાભો આપવામાં આવે છે. જોડાવા માટે, સામે આપેલ સંપર્ક વિગતોનો ઉપયોગ કરતાં અમારો સંપર્ક કરો.

ઈંગ્લેન્ડ અને વેલ્સની રજીસ્ટર્ડ ચેરિટી-નં. 326730
સ્કોટલેન્ડમાં જીસ્ટર્ડ ચેરિટી- નં. SC 038415

બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશન

મુખ્ય કાર્યાલય
73-75 Goswell Road
London EC1V 7ER
ટેલિ: 020 7688 5555

રાષ્ટ્રીય અને પ્રાદેશિક ઑફિસો
લંડન અને સાઉથ
ટેલિ: 020 7688 5555
ઈમેલ: londonandsouth@blf-uk.org

મિડલેન્ડ
ટેલિ: 0116 249 5780
ઈમેલ: midlands@blf-uk.org

નોર્થ
ટેલિ: 0191 263 0276
ઈમેલ: north@blf-uk.org

નોર્થ વેસ્ટ
ટેલિ: 0151 224 7778
ઈમેલ: northwest@blf-uk.org

ઉત્તરી આયરલેન્ડ
ટેલિ: 0141 248 0050
ઈમેલ: northernireland@blf-uk.org

સ્કૉટલેન્ડ
ટેલિ: 0141 248 0050
ઈમેલ: scotland@blf-uk.org

સાઉથ વેસ્ટ
ટેલિ: 0117 300 4080
ઈમેલ: southwest@blf-uk.org

વેલ્સ
ટેલિ: 01792 455 764
ઈમેલ: wales@blf-uk.org

હેલ્પ લાઈન: 08458 50 50 20
ઈ-મેલ: enquiries@blf-uk.org
વેબ: www.lunguk.org

BRITISH LUNG FOUNDATION

(Gujarati)

ક્ષય (Tuberculosis)

- હેલ્પ લાઈન: 08458 50 50 20
- ઈ-મેલ: enquiries@blf-uk.org
- વેબ: www.lunguk.org

BRITISH LUNG FOUNDATION

ક્ષય શું છે?

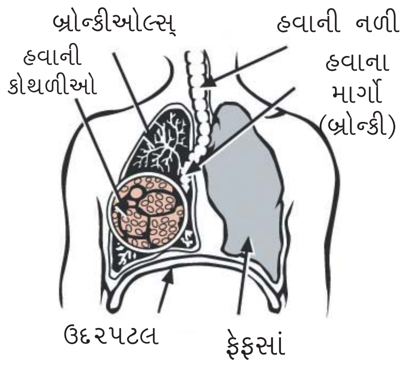
ક્ષય (સામાન્ય ભાષામાં TB) એ એક જાતનું દરદ છે જે માઈકોબેક્ટેરિયમ ટ્યુબરક્યુલોસીસ કીટાણું દ્વારા થાય છે. તે સામાન્ય રીતે ફેફસાંને અસર કરે છે, અને અન્ય વ્યક્તિ તરફથી ચેપથી થાય છે.

શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ સામાન્ય રીતે આવા કીટાણુંઓને એકવાર શ્વસનમાં આવતાં જ નાશ કરી નાંખે છે, પરંતુ તેનાથી અઠવાડિયાઓ કે ઘણીવાર મહિનાઓ બાદ બીમારી આવી શકે છે.

કેટલીકવાર TB દ્વારા તાત્કાલિક બીમારી નથી આવતી, પરંતુ તે કીટાણુંઓ ઘણાં વર્ષો બાદ વૃદ્ધિ પામતાં સુધી શરીરમાં સુષુપ્ત અવસ્થામાં પડ્યા રહે છે. આવું થવાની સંભાવના ત્યારે વધે છે જ્યારે શરીર અન્ય તબીબી તકલીફથી નબળું પડેલું હોય. રોગ પ્રતિકારક શક્તિની ખામી ધરાવતાં લોકોને સૌથી વધુ જોખમ છે.

ઊંચા જોખમ જૂથવાળા યુવાનો, જેમનાં માતાપિતા વિદેશમાં જન્મ્યા હોય, તેમને TB સામે BCG-ની રસી આપવામાં આવશે. ધી BCG-ની રસી TB સામે સંપૂર્ણ સુરક્ષા નથી આપતી, પરંતુ શરીરની પ્રતિકાર શક્તિને તેનો સામનો કરવામાં મદદ કરે છે. રસીની અસર કમ સે કમ 15 વર્ષ સુધી રહે છે અને તમાર ફક્ત એકવાર જ લઈ શકાય છે.

TBના જંતુઓ એક અથવા બંને ફેફસામાં એક અથવા અનેક છીદ્રો પેદા કરી શકે છે.



સારવાર પામેલ TB છાતીના એક્સ-રેમાં ક્યોક કેલ્શીયમના ટપકાંરૂપે દેખાય છે.

તેનાં લક્ષણો કયા છે?

TB શરીરના કોઈપણ ભાગને અસર કરી શકે છે, પરંતુ સૌથી સામાન્ય રીતે તે ફેફસાં અને લસિકા ગ્રંથિ (લિમ્ફ ગ્લૅન્ડ) ને અસર કર છે. તેનું સૌથી સામાન્ય લક્ષણ ઉધરસ છે, જેમાં કેટલીકવાર સ્પુટમ (ગળફો) પણ હોય છે અને ક્યારેક તેમાં લોહી હોય છે. તેમાં છાતીનો દુ:ખાવો પણ થાય છે, વજન ઘટવાની તથા ભોજનમાં અરુચિ અને ખાસ કરીને રાત્રે, પરસેવા સાથે તાવ પણ આવે છે.

જ્યારે TB લસિકા ગ્રંથિને અસર કરે, ત્યારે ગળા પર ગઠ્ઠા દેખાય છે. સામાન્ય રીતે છાતીનાં એકસ-રે અને ગળફાનો નમૂના તપાસાયા પછી TBનું નિદાન થાય છે.

શું મારાંથી અન્ય લોકોને ચેપ થઈ શકે છે?

જો તમારા ગળફામાં અસંખ્ય TB કીટાણું હોય તો તમારાથી અન્યને TBની અસર થઈ શકે છે. કેટલીકવાર ડૉક્ટરો તેને 'ઓપન TB' અથવા તો 'સ્પુટમ પૉઝિટીવ' ગણાવે છે. ઉધરસ આવે ત્યારે મોં ઢાંકીને અને ત્યારબાદ તમારા હાથ ધોઈને તમે ચેપનો ફેલાવો અટકાવી શકો છો. તમે વાપરેલ દરેક ટીશ્યુનો યોગ્ય રીતે નિકાલ કરવાની ખાતરી કરો.

સારવારની શરૂઆત બાદ ખૂબ જલ્દી તમે ચેપી બનતા અટકશો અને બે અઠવાડિયા બાદ અન્ય લોકોને પણ કોઈ જોખમ નહીં રહે.

જ્યારે TB કીટાણું ગળફામાં ન દેખાય ત્યારે લોકોને ચેપનું કોઈ જોખમ નથી, અથવા જ્યારે TB તમારી લસિકા ગ્રંથિ અથવા શરીરના અન્ય કોઈ ભાગને અસર કરે ત્યારે પણ જોખમ નથી.

તમારી સાથે એક જ ઘરમાં રહેતાં, અને કેટલાંક કિસ્સાઓમાં તમારા સહકર્મચારીઓને, ચેક-અપની સલાહ આપવામાં આવશે, પરંતુ ઘણા ઓછાં લોકો ભાગ્યે જ TBની અસર પામેલા જણાય છે. ચેક-અપ ધરાવતી મોટા ભાગની વ્યક્તિઓની છાતીનો એક્સ-રે લેવામાં આવે છે અને બાળકો અને નાના કિશોરોમાં ત્વચા પર સામાન્ય ટેસ્ટ કરવામાં આવશે.

જો તપાસનું નિદાન નૅગેટિવ આવે તો, તેમને ચેપ લાગ્યો નથી અને તેમને BCG-ની રસી આપવામાં આવશે. જો તપાસનું નિદાન પૉઝિટીવ આવે તો, તેનો અર્થ એ છે કે તેમણે કાં તો ભૂતકાળમાં BCG-ની રસી લીધેલ છે અથવા તો કોઈ તબક્કે તેમને TBનો ચેપ લાગેલો છે.

મોટા ભાગે કોઈપણ સારવાર જરૂરી નથી હોતી, પરંતુ અસરગ્રસ્ત વ્યક્તિએ ચેક-અપ કરાવવાનું ચાલુ રાખવું પડે છે.

કેટલીકવાર, લોકોને TB-વિરોધી સારવારનો સરળ કોર્સ આપવામાં આવે છે જેઓ બહારથી તો એકદમ સ્વસ્થ જણાતાં હોય પરંતુ ભવિષ્યમાં તેઓને TB થવાનું જોખમ વધુ હોય છે.

ગોળીઓના કોર્સ દ્વારા TB સંપૂર્ણપણે મટાડી શકાય છે. આ ગોળીઓ છ થી નવ અઠવાડિયા સુધી દરરોજ અથવા અઠવાડિયામાં ત્રણવાર લેવી આવશ્યક છે.

મોટા ભાગનાં લોકોને બધી સારવાર ઘરે જ આપવામાં આવે છે, પરંતુ કેટલાંક લોકોને પહેલાં અઠવાડિયા કે વધુ સમય માટે હૉસ્પિટલમાં દાખલ કરવાની જરૂર પડી શકે છે. આવું થવાની સંભાવના ત્યારે વધુ રહે છે જ્યારે નિદાનનાં સમયે તે ખૂબ બીમાર હોય અથવા તેમનાથી અન્ય વ્યક્તિઓને ચેપ લાગવાની સંભાવના ખૂબ વધુ હોય.

જ્યારે કોઈને ઘરમાં TB સારવાર આપવામાં આવી રહી હોય ત્યારે ખાસ પગલાં જેમ કે, અલગ વાસણ કે સાધનો રાખવાની કોઈ જરૂર નથી.

ભોજનમાં ખાસ તકેદારી રાખવાની કોઈ જરૂર નથી પરંતુ સારુ ભોજન લેવાથી સુધારામાં મદદ મળે છે. દવા લેવાનું ચાલુ કરાયા બાદ ખોરાકમાં સુધારો થયાની નોંધ મોટા ભાગના લોકો લીધી છે.

યાદ રાખો

- **તમારી દવા લેવાનું ક્યારેય ન ભૂલો.** જો તમે દિવસે લેવાનું ભૂલી જાઓ તો, દિવસના કોઈપણ ભાગમાં તે લઈ લો.
- **હંમેશા દવાઓ પૂરતી રાખો** - ખલાસ થઈ જાય તે પહેલાં બીજી હંમેશા પાસે રાખો.
- **જો તમને** તમારા લક્ષણો કે સારવાર અંગે **ચિંતા હોય તો, તમારા ડૉક્ટર/નર્સ સાથે વાત કરો.**
- **TB સંપૂર્ણપણે મટી શકે છે પરંતુ જો તમે તમારી દવાઓ નિયમિતપણે લો ત્યારે જ અને એ પણ પૂરા કોર્સ માટે.** તબિયત સુધારા પર જણાતી હોય તો પણ દવા લેવાનું બંધ ન કરો. ફક્ત ત્યારે જ બંધ કરો જ્યારે તમારો ડૉક્ટર જણાવે કે એમ કરવું સુરક્ષિત છે. જો તમે દવા લેવાનું બંધ કરો તો TB, સારવારનો પ્રતિકાર કરી શકે છે.

તેની કોઈ આડઅસરો છે?

- TB સારવાર માટે સામાન્યપણે વપરાતી દવાઓમાંની એક દવા મૂત્રનો રંગ બદલી નાંખે છે અને તેનો રંગ નારંગી-લાલ થઈ જાય છે.
- સોફ્ટ કૉન્ટૅક્ટ લેન્સ હંમેશા માટે રંગહિન થઈ જાય છે.
- TB સારવાર માટે વપરાતી દવાઓ સામાન્ય રીતે કોઈ સમસ્યાઓ ઊભી નથી કરતી, પરંતુ જો તમને કમળો (આંખોની આસપાસ અને ત્વચા પર પીળાશ) થયો હોય, ચામડી પર ચાઠાં (લાલ દાણાં-રાશ), માંદગીની અનુભૂતિ, ખંજવાળ, સુસ્તી, જોવામાં પરેશાની કે પીન અને ટાંકણી જેવી અસર થતી હોય તો, તરત તમારા ડૉક્ટનો સંપર્ક કરો. જો તેમાંથી એકાદ દવા તમને સમસ્યા કરી રહી હોય તો તમારી સારવાર બદલાઈ શકે છે, પરંતુ તમે સંપૂર્ણ રીતે સાજા ન થાઓ ત્યાં સુધી તે એકદમ બંધ ન કરવી જોઈએ.

બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશનને સહાય કરો

તમે ઘણી રીતે અમને મદદ કરી શકો છો:

સભ્ય બનો: બ્રિટિશ લંગ ફાઉન્ડેશનના સભ્ય બનીને, તમે અમારા અવાજમાં સૂર પુરાવો છો, અને ફેફસાંના દર્દ દ્વારા અસર પામેલ દરેક વ્યક્તિ વતી બોલવામાં સહાય કરો છો. વધુ માહિતી માટે, કૃપા કરીને પાછળ આવેલ ફ્રોર્મ ભરો અને પરત કો.

સીધી ડેબિટ દ્વારા નિયમિત ભેટ - નિયમિત દાન જેવું કશું નથી- ભવિષ્યના આયોજનમાં તે અમને ખૂબ મદદ કરે છે.

નિયમિત રોકડ અને રેફ્લ અરજીઓ માટે નોંધણી કરાવો- નિયમિત અરજીઓ મેળવીને અને અમારા રેફ્લમાં ભાગ લઈને અમારા કામની અદ્યતન જાણકારી રાખો.

પે રોલ ગીવીંગ - સીધા તમારા પગારમાથી ફાળો આપવાનો સરળ અને ટેક્સ માટે અસરકારક રસ્તો.

પ્રસંગોમાં ભાગ લો- રોમાંચક અને પડકારજનક, અમારા કોઈપણ પ્રસંગમાં તમે હિસ્સો લઈ શકો છો અથવા અમી સહાય સાથે તમારી જાતે આયોજન કરી શકો છો.

તમારી કંપનીને સામેલ કરો- તમારા એમ્પ્લોયર તમને, અને અમને, અનેક રીતે સહાય કરી રાકે છે - વર્ષની ચેરિટી તરીકે થી લઈને, ભેગી કરેલ શ્કમ જેટલી રકમ આપીને.

કોઈના માનમાં ભેટ - સંભારણાની ભેટ તરીકે દાન આપો અથવા **બ્રીથ ઑફ લાઈફ ટ્રિબ્યુટ ફંડ** ખોલો - સ્વજનોની યાદમાં દાન આપવું તે કોઈ ખાસ વ્યક્તિને યાદ કરવાનો ખૂબ અંગત પ્રકાર છે. આ વાતને યાદ રાખતાં અમે બ્રીથ ઑફ લાઈફ ફડની સ્થાપના કરી છે જે તમારા સ્વજનની યાદમાં અમને સહાય કરવામાં તમને મદદ કરે છે.

મોટો ફાળો આપનાર પ્રાયોજક બનો- કૃપા કરીને હેડ ઑફ ફંડરેઈઝીંગનો 020 7688 5587 પર સંપર્ક કરો.

વારસો છોડો - જ્યારે તમે વસિયત બનાવો, ત્યારે તમને તમારા સ્વજનો માટે કંઈક વ્યવસ્થા કરવાનો મોકો જ નથી મળતો બલકે ફેફ્સાંની સમસ્યા સાથે જીવતાં લોકો માટે સારા ભવિષ્યનું નિર્માણ કરવાની પણ તક મળે છે.

અત્યારે જ દાન આપો - પાછળનું ફ્રોર્મ ભરીને તમે અત્યારે જ દાન આપી શકો છો.