ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन की मदद करने के लिए कृपया नीचे दिया प्रपत्र भरें।

कृपया मुझे निम्न के संबंध में अधिक जानकारी भेजिये:
[ ] ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन से जुडने के लिये
[ ] नियमित दान [ ] नकद अथवा वस्तुओं के लिये अपील
[ ] वेतन द्वारा दान [ ] कार्यक्रमों द्वारा
[ ] कंपनी द्वारा मदद [ ] उत्तराधिकार द्वारा
[ ] स्मृति में उपहार तथा ब्रिथ ऑफ लाईफ फण्ड

हाँ, मैं दान देना पसंद करूंगा:
[ ] £10 [ ] £15 [ ] £30 अन्य: £ __________ द्वारा
[ ] चैक / पोस्टल ऑर्डर (**ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन** को देय), अथवा
[ ] क्रेडिट / डेबिट कार्ड (कृपया अपने चयन पर गोला बनाए): मास्टर कार्ड / वीसा / सीएएफ (दान कार्ड) / मेस्ट्रो / डेल्टा कार्ड क्र

____/____/____/____/____
सुरक्षा क्रमांक.___(आपके कार्ड के पीछे के अंतिम तीन अंक)
अवधि समाप्ति की तारीख __/__ जारी क्र.______ (केवल मेस्ट्रो के लिये)

कार्ड धारक के हस्ताक्षर ______________________ दिनांक __/__/__

कृपया इस प्रपत्र को और यदि आप कोई उपहार भेज रहे हैं तो उसे यहाँ भेजिये : Appeals Team, British Lung Foundation, FREEPOST SW1233, London EC1B 1BR

आपकी जानकारी (कृपया बड़े अक्षरों में लिखें):

शीर्षक __________ प्रथम नाम ______________________
अंतिम नाम ______________________________________
पता ____
______________________________ पोस्टकोड ___________
टेलीफोन ____
ई.मेल ____

हम आपको आपके उपहार के लिये स्वचलित तरीके से प्राप्ति सूचना भेजेंगे। यदि आप इसे नहीं चाहते तो, कृपया यहाँ निशान लगाइये [ ]

giftaid it **ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन को उपहार में दिया गया प्रत्येक £ 1, £ 1.28 के बराबर है।**

[ ] हाँ, मैं एक करदाता हूँ और चाहता हूँ कि मेरे द्वारा ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन को पिछले छः वर्षों में मेरे द्वारा दिये गये दान और भविष्य में दिये जाने वाले सभी दानों पर मुझे कर में छुट मिलें, जब तक आपको इसकी सूचना नहीं दे देता।
[ ] नहीं, मैं यू.के. का करदाता नहीं हूँ दिनांक __/__/_____

कृपया ध्यान दें : उपहार दान की पात्रता प्राप्त करने के लिए उपहार की रकम आपके द्वारा करवर्ष में भुगतान की गई आयकर अथवा संपत्तिकर की रकम के बराबर होना चाहिए।

हम समय–समय पर अन्य पारमार्थिक संस्थाओं को आपसे संपर्क करने के लिए अनुमति दे सकते हैं। यदि आप यह संवाद नहीं चाहते तो कृपया यहाँ निशान लगाइय [ ]

- TB के उपचार में उपयोग में आने वाली कुछ गोलियां में ऐसी औषधी होती है जिससे, यदि आप गर्भनिरोधक गोलियों का सेवन कर रहे हैं तो उसका असर कम हो जाता है। यदि आप ये गोलियाँ ले रहे हैं, तब TB चिकित्सा के दौरान गर्भ–निरोध के अन्य उपायों के बारे में चिकित्सक से सलाह लें।

कार्य पर वापसी

इस बारे में अपने उपचार के प्रभारी विशेषज्ञ तथा अपने फीजिशीयन से बात करें। कई बार कई व्यक्तियों में TB बहुत कम मात्रा में होता है जिससे व्यक्ति को कार्य से दूर रहने की आवश्यकता नहीं होती। दूसरे लोगों को उनके संक्रमण समाप्त हो जाने तक कार्य से दूर रहने की आवश्यकता होती है अथवा जब तब वे काम पर लौटने के लिए पूर्ण रूप से सशक्त नहीं महसूस करें।

यदि आप अपनी गोलियाँ नियमित रूप से ले रहे हैं, तब आप पूरी तरह ठीक होने की आशा कर सकते हैं। यह पक्का कर लीजिये कि आपने अपन आपके मालिक को इस बारे में जानकारी दे दी है।

मेरी चिकित्सा कब तक चलेगी?

आपको अस्पताल तब तक जाना पड सकता है जब तक आपकी चिकित्सा समाप्त नहीं हो जाती और यह समय कुछ लंबा हो सकता है। इसमें छः से नौ माह तक का समय लग सकता है। अधिकांश लोगों को पहले तीन से चार सप्ताह में एक बार अस्पताल जाना पडता है, इसके बाद कम जाना पडता है। कुछ अस्पतालों में आपको चिकित्सा समाप्त होने के बाद दो वर्ष तक, वर्ष में एक बार अथवा दो बार जाना पडता है।

अंतिम चिकित्सकीय पुनरावलोकन – सितंबर 2007
© ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन 2007

ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन

UK (ब्रिटन) में सात में से एक व्यक्ति फेफडों के रोग से ग्रस्त है। चाहे यह हल्का दमा हो अथवा फेफडों का कैंसर, उनमें से हर एक की मदद के लिये यहाँ ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन मौजूद है।

जो कार्य हम करते हैं, वे हैं :–

- हम उन लोगों को **सहारा** देते हैं जिन्हें फेफडों के रोग से ग्रस्त होकर व्यक्तिगत चुनौतियों का सामना करना है। "ब्रीथ इजी" सहित हमारी अनेक गतिविधियां सहारा देने पर केन्द्रित हैं, जो सहायक समूहों का हमारा राष्ट्रव्यापी सहायक नेटवर्क हैं।
- हम लोगों को उनकी हालत समझने में मदद करते हैं। ऐसा हम कागज, वेब साइट तथा टेलीफोन पर स्पष्ट तथा विस्तृत जानकारी देकर करते हैं।
- और हम फेफडों के स्वास्थ्य में सकारात्मक **सुधार** के लिये कार्य करते हैं। यह हम अभियान चलाकर, जागृति फैलाकर तथा विश्व–स्तरीय शोधकार्यों में आर्थिक मदद करके करते हैं।

कृपया हमारे साथ **जुडें** और ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन के एक सदस्य बनकर हमारे इस अतिआवश्यक कार्य में सहायता करें। सदस्यों को हमारी त्रैमासिक पत्रिका और अन्य फायदे मिलते हैं। हमसे जुड़ने के लिए सामने दी गई सम्पर्क विवरण का इस्तेमाल करते हुए सम्पर्क करें।

इंग्लैण्ड और वेल्स की पंजीकृत पारमार्थिक संस्था – क्रमांक 326730
स्कॉटलैण्ड में पंजीकृत पारमार्थिक संस्था – क्रमांक 038415

ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन

मुख्य कार्यालय
73-75 Goswell Road
London EC1V 7ER
फोन: 020 7688 5555

राष्ट्रीय तथा क्षेत्रीय कार्यालय

लन्दन और दक्षिण
फोन: 020 7688 5555
ईमेल: londonandsouth@blf-uk.org

मिडलॅण्ड्स
फोन: 0116 249 5780
ईमेल: midlands@blf-uk.org

उत्तर
फोन: 0191 263 0276
ईमेल: north@blf-uk.org

उत्तर पश्चिम
फोन: 0151 224 7778
ईमेल: northwest@blf-uk.org

उत्तरी आयरलॅण्ड
फोन: 0141 248 0050
ईमेल: northernireland@blf-uk.org

स्कॉटलॅण्ड
फोन: 0141 248 0050
ईमेल: scotland@blf-uk.org

दक्षिण पश्चिम
फोन: 0117 300 4080
ईमेल: southwest@blf-uk.org

वेल्स
फोन: 01792 455 764
ईमेल: wales@blf-uk.org

मदद के लिये नंबर
(हेल्पलाईन): 08458 50 50 20
ईमेल: enquiries@blf-uk.org
वेबसाईट: www.lunguk.org

BRITISH LUNG FOUNDATION

(Hindi)

ट्यूबरक्यूलोसिस (Tuberculosis)

- मदद के लिये नंबर (हेल्पलाईन): 08458 50 50 20
- ईमेल: enquiries@blf-uk.org
- वेबसाईट: www.lunguk.org

BRITISH LUNG FOUNDATION

ट्यूबरक्यूलोसिस क्या है?

ट्यूबरक्यूलोसिस (जिसे TB कहा जाता है) एक रोग संक्रमण है जो मायकोबेक्टेरियम ट्यूबरक्यूलोसिस नामक जीवाणु से फैलता है। यह आमतौर पर फेफडों को संक्रमित करता है, और अन्य लोगों को हो जाता है।

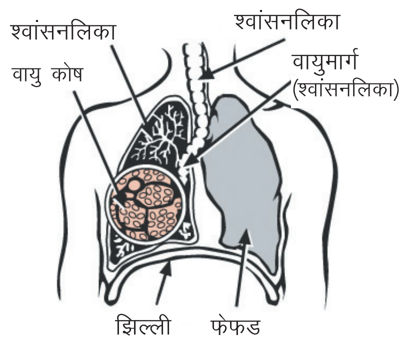
एक बार संक्रमण होने पर आमतौर पर शरीर का प्रतिरोधी तंत्र इस जीवाणु को नष्ट कर देता है लेकिन कुछ हतों या यहां तक कि महीनों के बाद इनसे रोग उभर सकता है।

कई बार TB से तत्काल कोई बीमारी नहीं दिखाई देती, लेकिन बाद में कई वर्षो तक विकसित होते हुए यह जीवाणु शरीर में घर बनाकर रहता है। इसकी और भी संभावना रहती है यदि अन्य किसी चिकित्सकीय कारणों से शरीर कमजोर हो गया हो। जिन लोगों का प्रतिरक्षा तंत्र कमजोर होता है उन्हें इसका खतरा अधिक होता है।

उच्च खतरे वाले समूह के युवाओं के लिए, जिनके पालकों का जन्म विदेशों में हुआ है, TB से बचाव के लिये BCG नामक टीका प्रस्तुत है। BCG टीकाकरण द्वारा TB से पूरी तरह से तो नहीं बचा जा सकता, लेकिन शरीर के रक्षा तंत्र को इससे लडने के लिये तैयार किया जा सकता है। यह टीकाकरण 15 वर्षों तक सक्रिय रहता है और आप इसे एक बार ही ले सकते है।

टीबी का रोगाणु एक अथवा दोनो फेफड़ों में एक या बहुत से छेद कर सकता है।

टीबी अच्छी होने पर छाती के एक्स रे में कैल्शियम के धब्बों के समान दिखाई दे सकती हैं।



लक्षण क्या हैं?

TB शरीर के किसी भी हिस्से को प्रभावित कर सकता है, लेकिन आमतौर पर यह फेफडों तथा लसिका ग्रंथी को अधिक प्रभावित करता है। इसका सबसे आम लक्षण कफ है, जो कभी कभी लार (कफयुक्त) के साथ आता है जो खुन के थक्के भी हो सकते हैं। इससे सीने में दर्द, वजन तथा भूख में कमी तथा कई बार, खास तौर पर रात में पसीने के साथ बुखार हो सकता है।

जब TB लसिका ग्रंथी को प्रभावित करता है, तब वह गर्दन पर गठानों के रूप में उभर सकती है। सामान्य तौर पर TB का निदान सीने का एक्स–रे तथा बलगम का परीक्षण कर किया जाता है।

क्या मैं दूसरे लोगों को सक्रंमित कर सकता हूँ?

यदि आपके बलगम में बहुत अधिक मात्रा में TB के जीवाणु हैं तब आप TB दूसरों को सक्रंमित कर सकते हैं। कई बार चिकित्सक इसे 'खुला TB' कहते हैं अथवा आपको 'स्पूटम पॉजीटिव' कहते हैं। खांसते समय मुँह ढँककर तथा बाद में हाथ धोकर आप इस संक्रमण को रोकने में मदद कर सकते हैं। अपने उपयोग में लाई गई वस्तुओं को (टीश्यू पेपर) को सावधानी से नष्ट करना सुनिश्चित करें।

उपचार शुरू करने के बाद बहुत जल्द ही आप के द्वारा संक्रमित होने का खतरा कम हो जायेगा तथा दो सप्ताह के बाद अन्य लोगों के लिये कोई खतरा नहीं रह जायेगा।

जब आपकी बलगम में TB के जीवाणु नहीं पाये जायेंगे तब दूसरों के लिये संक्रमण का खतरा नहीं रह जायेगा, अथवा जब TB लसीका ग्रन्थियों में हो या शरीर के किसी अन्य हिस्से में हो तो संक्रमण का खतरा नहीं होता।

आपके घर के अन्य लोगों में, और आपके साथ कार्य करने वाले लोगों को चिकित्सकीय परीक्षण की सलाह दी जाती है, लेकिन बहुत ही कम लोग TB से बीमार पाये जाते हैं। अधिकांश लोगों को परीक्षण के तौर पर सीने का एक्स–रे के लिये तथा बच्चों को और किशोरों को केवल त्वचा परीक्षण के लिए कहा जाता है।

यदि परीक्षण नकारात्मक आता है, तब वे संक्रमित नहीं हैं और उन्हें BCG का टीका लगाने के लिये कहा जाता है। यदि परीक्षण सकारात्मक आता है, इसका मतलब है उन्होंने पूर्व में कभी BCG लिया होगा अथवा वे TB से कुछ हद तक संक्रमित हैं।

अधिकांश तौर पर किसी भी इलाज की आवश्यकता नहीं होती, लेकिन व्यक्तिगत तौर पर निरंतर चिकित्सा परामर्श की आवश्यकता होती है।

कुछ अवसरों पर, साधारण TB रोधी औषधियाँ उन लोगों को दी जाती हैं जो लोग पूर्णतः स्वस्थ प्रतीत होते हैं लेकिन जिन्हें भविष्य में TB होने के आसार होते हैं।

TB को चिकित्सा द्वारा गोलियाँ लेकर पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है। इन गोलियों को रोज, अथवा सप्ताह में तीन बार, छः से नौ माह तक लिया जाता है।

बहुत–से लोगों को चिकित्सा घर पर ही दी जाती है, लेकिन कई लोगों को पहले सप्ताह में अस्पताल में दाखिल किया जाता है। ऐसा तभी किया जाता है जब वे रोग के निदान के समय बहुत बीमार होते हैं अथवा यदि वे अन्य लोगों के लिये बहुत अधिक संक्रामक होते हैं।

जब किसी की TB के लिये घर पर ही चिकित्सा चल रही है तब उनके लिये किसी खास उपाय योजना की आवश्यकता नहीं होती, जैसे अलग थालियाँ या चम्मच इत्यादि।

खास तरह का आहार जरूरी नहीं होता लेकिन अच्छा भोजन ठीक होने में मदद करता है। बहुत–से लोग पाते हैं कि गोलियाँ शुरू करने के बाद उनकी भूख बढ़ जाती है।

याद रखिय

- **अपनी गोलियाँ लेना भूलें नहीं।** यदि आप इसे सुबह लेना भूल गये हैं, इसे दिन में देरी से ले लें।
- **स्वयं को गोलियों से दूर मत कीजिये - गोलियाँ समाप्त** होने से पहले ही नई ले आईये।
- **यदि आप अपने लक्षणों अथवा चिकित्सा से चिंतित हैं, अपने चिकित्सक/नर्स से बात करें।**
- **TB पूरी तरह से ठीक हो सकता है लेकिन सिर्फ तब जब आप अपनी गोलियाँ नियमित रूप से लें।** आपको फिर से ठीक लग रहा है तब भी गोलियाँ लेना बंद नहीं करें। बंद तभी करें जब आपके चिकित्सक आपको ऐसा करने के लिये कहें। यदि आपने औषधियाँ लेना बंद कर दिया तब ऐसा भी हो सकता है TB पर चिकित्सा का कोई परिणाम न हो।

क्या इसके कोई दुष्परिणाम हैं?

- TB चिकित्सा के लिये सामान्य तौर पर प्रयोग में लाई जाने वाली एक गोली से मूत्र का रंग बदल कर हल्का लाल–केशरी हो सकता है।
- मुलायम कॉन्टेक्ट लेंस हमेशा के लिये रंगहीन हो सकते हैं।
- आमतौर पर TB के लिये प्रयोग में लाई जाने वाली गोलियाँ किसी परेशानी का कारण नहीं होती, लेकिन यदि आपको पिलिया हो जाय (आँखों के आसपास तथा त्वचा पर पीलापन), शरीर पर दाने, बीमारी का अनुभव, खुजली, भारीपन, देखने में परेशानी अथवा पिन या सूई चुभाने पर अनुभव न होना आदि लक्षण दिखाई दें तो तत्काल अपने चिकित्सक को दिखाएँ। यदि किसी गोली से आप अव्यवस्थित हो रहे हैं, तब आपकी चिकित्सा बदल दी जायेगी, लेकिन जब तक आप पूरी तरह से ठीक नहीं होते इसे बंद नहीं किया जाना चाहिए।

ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन को मदद

आप हमारी मदद कर सकें, इसके अनेक उपाय हैं:

सदस्य बनकर : ब्रिटिश लंग फाउण्डेशन में शामिल होकर, आप हमारी आवाज़ में आवाज़ मिला सकते हैं, और फेफड़ों के रोग से संक्रमित हर संक्रामित व्यक्ति की ओर से बोलकर आप हमारी मदद कर सकते हैं। अधिक जानकारी के लिये, आगे दिया हुआ पत्रक भरकर हमें वापस दीजिये।

प्रत्यक्ष डेबिट द्वारा नियमित उपहार : नियमित दान सर्वोत्तम है – इससे हमें भविष्य की योजना बनाने में मदद मिलती है।

नियमित नकद तथा ईनामी योजनाओं के लिये अपील करना : नियमित अपीलें प्राप्त कर तथा हमारी ईनामी योजनाओं में हिस्सा लेकर हमारे कार्य से सदा अवगत रहें।

पेरोल देयता : आपके वेतन से सीधे सहयोग देने का एक सरल और टैक्स प्रभावी तरीका

कार्यक्रमों में हिस्सा लीजिये : चुनौतीपूर्ण एवं मजेदार, आप हमारे किसी भी कार्यक्रम में हिस्सा ले सकते हैं अथवा हमारी मदद से कोई कार्यक्रम भी आयोजित कर सकते हैं।

आपकी कंपनी को शामिल कीजिये : आपके नियोजक बहुत से तरीकों से आपकी तथा हमारी सहायता कर सकते हैं – वर्ष के दान के द्वारा, आप जो देते हैं उसके साथ मिलाकर।

किसी के सम्मान में उपहार : किसी की **स्मृति में उपहार** दीजिये अथवा एक **ब्रिथ ऑफ लाईफ ट्रायब्यूट फण्ड खोलें।** – अपने किसी प्रिय व्यक्ति की स्मृति में दान देना एक बहुत ही व्यक्तिगत तरीका है किसी खास को याद करने का। इसे बढावा देने के लिये हमने ब्रिथ ऑफ लाईफ फण्ड बनाया है जिससे आप अपने प्रियजनों की स्मृति में श्रद्धांजली के रूप में हमारी निरन्तर मदद कर सकें।

एक बड़ा प्रायोजक बनकर : कृपया हेड ऑफ फण्ड रेजिंग से - 020 7688 5587 पर संपर्क करें

वसीयत छोडकर : जब आप एक वसीयत लिखते हैं तब आप न केवल अपने प्रियजनों को कुछ दे सकते हैं परन्तु आप उन लोगों के भविष्य को बनाने में भी मदद कर सकते हैं जो फेफडों की खराब हालत के साथ जी रहे हैं।

अभी ही दान करें : आगे दिये गये पत्रक को पूर्ण भर कर आप अभी ही दान दे सकते हैं।

TB-08