

પ્રકરણ - ૨૪

ક્ષય રોગ (ટ્યુબર ક્યુલોસીસ)



વિષયસૂચિ :

૧.૦ ક્ષયરોગ શું છે ?

૨.૦ ક્ષયરોગ કેવી રીતે ફેલાય છે ?

૩.૦ વ્યક્તિને ક્ષયરોગ છે કે નહીં તે કેવી રીતે જાણશો ?

૪.૦ ક્ષયરોગની સારવાર

૫.૦ ક્ષયરોગનું નિયંત્રણ અને પરિવર્તન માટે પ્રયાસ

ક્ષય રોગ (ટ્યુબર ક્યુલોસીસ)

ક્ષય એક ગંભીર રોગ છે. જે મોટેભાગે ફેફસામાં થાય છે. એવું કહેવાય છે કે બીજા બધા રોગ કરતાં ટીબીને કારણે થતાં મૃત્યુનું પ્રમાણ ઘણું વધારે છે. દુનિયામાં ત્રીજા ભાગની વસ્તીને ટીબીનો ચેપ લાગેલો છે. પરંતુ રોગ થનાર વ્યક્તિનું પ્રમાણ (૦.૫%) દર હજારે પાંચ વ્યક્તિ જોવા મળે છે.

જ્યાં ઘણી વ્યક્તિઓ થોડી જગ્યામાં રહેતાં હોય ત્યાં ટીબીનો રોગ ઝડપથી ફેલાય છે. દા.ત. શહેરોની ઝૂંપડપટ્ટીમાં, ફેક્ટરીમાં, શરણાર્થી શિબિરોમાં, વગેરે જગ્યાએ એક વ્યક્તિનો ચેપ બીજાને જલ્દી લાગે છે. જે લોકોને એચ.આઇ. વી. નો ચેપ લાગેલો છે તેઓને પણ ટી બી જલ્દી લાગે છે.

વ્યવસ્થિત દવા કરવામાં આવે તો ટીબી જરૂર મટી શકે છે.

સ્ત્રીઓમાં ક્ષય રોગ : આ રોગ સ્ત્રીઓ અને પુરૂષો બન્નેને થાય છે. પણ સ્ત્રીઓની સારવારમાં ખાસ્સી ઢીલ થતી હોવાથી તેમને વધુ તકલીફ વેઠવી પડે છે. દરરોજની ૩૦૦૦ બેનો ક્ષય રોગને લીધે મરી જાય છે. તેમાંથી ત્રીજા ભાગની બેનો રોગનું નિદાન નહીં થવાને કારણે મૃત્યુ પામે છે.



સ્ત્રીઓને કામના વધુ પડતા બોજને કારણે દવાખાને જવાનું અઘરું પડે છે. ઘણીવાર સ્ત્રીને ટીબી છે એમ ખબર પડે તો તેને ઘરમાંથી કાઢી મૂકે છે. તેથી ડરની મારી પણ બેનો નિદાન કરાવતી નથી. કામે જતી બેનોને પણ બીક હોય છે કે ટીબી જાહેર થતાં જ તેઓની નોકરી જશે. તેથી તેઓ આ વાત જાહેર કરતી નથી. બેનો બાળકો અને બિમારોની સારવાર કરતી હોય છે. તેથી તેઓના રોગનું વહેલું નિદાન અને વહેલી સારવાર રોગ ફેલાતો અટકાવે છે. ઘણીવાર બંનેને ટીબીનો રોગ થયો હોય અને નિદાન ન થયું હોય ત્યારે આ બેનની સારવાર નથી થતી. તેમાંય વળી જો એને ગર્ભ રહે તો સ્ત્રીની હાલત ગંભીર બની જાય છે. આવી બેનોએ તાત્કાલિક સારવાર લેવી જરૂરી છે.

ટીબીના દર્દીની ચેપી ખાંસીના લીધે બીજા તંદુરસ્ત લોકોને પણ ટીબી થાય છે.



જ્યારે ટીબીના જીવાણુ શરીરમાં ફેફસાં સિવાયના બીજા અંગોને લાગે છે, દા.ત. કેટલીક વેળોમાં, હાડકાંમાં, સાંધામાં વગેરેમાં, ત્યારે તે ટીબીને (ફેફસાં સિવાયના અંગોનો : એક્સ્ટ્રાપલ્મોનરી) ટીબી કહેવાય છે. કરોડરજ્જુ અને મગજમાં લાગતા ટીબીને ટીબી મેનીન્જાઇટીસ કહેવાય છે.

૧.૦ ટીબી (ક્ષય રોગ) શું છે ?

ક્ષય રોગ જીવાણુથી થતો રોગ છે. આપણે ત્યાં લગભગ બધાને ટીબીના જીવાણુ લાગેલા હોય છે. પણ તેનાથી બધાને રોગ થતો નથી. જીવાણુ શરીરમાં ગયા પછી ક્યાં તો શરીર તેને મારી હટાવે છે અથવા તે શરીરમાં સુષુપ્ત બનીને પડ્યા રહે છે. જ્યારે કોઈપણ કારણસર વ્યક્તિની રોગ-પ્રતિકારક શક્તિ ઓછી થાય છે, ત્યારે આ જીવાણુ સક્રિય બનીને વ્યક્તિને રોગથી બિમાર બનાવી દે છે. સામાન્ય રીતે

પ્રજનન અંગોમાં ટીબી લાગવાથી ઘણીવાર સ્ત્રીઓને વ્યંધત્વ આવે છે.

ટીબી વ્યક્તિના ફેફસાને અસર કરે છે. ગંભીર કુપોષણ થયું હોય, ડાયાબીટીસ હોય, ખૂબ ઘરડા અને નબળા લોકોને તથા એચ.આઇ.વી. લાગેલા વ્યક્તિને ટીબી રોગ જલ્દી થઈ જાય છે. જીવાણુ દર્દીના ફેફસામાં ઘર કરીને રહે છે અને ધીમે ધીમે ફેફસા સડવા માંડે છે અને તેમાં કાણાં પડે છે. શરીર તેનો પ્રતિકાર કરવા માટે વધુ શ્વેતકણો મોકલે છે અને આ કાણાં રસી અને લોહીથી ભરાઈ જાય છે. જો સમયસર બરાબર સારવાર ન મળે તો આ દર્દીનું મૃત્યુ થાય છે. સામાન્ય રીતે ટીબીનો રોગ થયેલ વ્યક્તિને સારવાર ના મળે તો તે પાંચ વર્ષમાં મૃત્યુ પામે છે. એચ.આઇ.વી. થયેલ દર્દીને ટીબી થાય તો તેની તાત્કાલિક સારવાર કરવી જોઈએ. નહીં તો તે બહુ જલ્દી મરણ પામે છે.



ટીબીના દર્દીના ફેફસાંમાં કાયમી નુકસાન થાય છે. બીડી, હુક્કો, તમાકુ લેવાથી પરિસ્થિતિ વધુ બગડે છે. ધૂમ્રપાનથી ફેફસામાં નુકસાન થાય છે અને ફેફસાંની કાર્યશક્તિ હજી ઓછી થાય છે તેથી ક્ષયના દર્દીએ ધૂમ્રપાન કાયમ માટે છોડવું જોઈએ.

૨.૦ ટીબીનો (ક્ષય) ફેલાવો

ટીબીના જીવાણુ દર્દીના શ્વાસ દ્વારા વાતાવરણમાં જાય છે. ખાસ કરીને તે વ્યક્તિ જ્યારે ખાંસે છે અને ગળફો કાઢે છે, ત્યારે મોટી સંખ્યામાં આ જીવાણુ વાતાવરણમાં ફેંકાય છે અને હવા દ્વારા બીજા તંદુરસ્ત વ્યક્તિઓને તે લાગે છે.

જેને રોગના ચિહ્નો દેખાય છે તેવો દર્દી જ્યારે ખાંસે છે ત્યારે તેના ઉચ્છવાસમાં ટીબીના જીવાણુ આવે છે. પણ જેને ચિહ્નો નથી તેવા લોકોને ચેપ હોવા છતાં તેઓ રોગ ફેલાવતા નથી. સામાન્ય રીતે ટીબીનો એક રોગી એક વર્ષમાં બીજા ૧૦ જણને ટીબી આપી શકે પરંતુ દવા શરૂ કર્યાના એકાદ બે મહિનામાં જ એ રોગીનો રોગ બીન-ચેપી થઈ જાય છે. માટે ટીબીનો રોગ ફેલાતો અટકાવવા માટે રોગની વહેલી સારવાર એ શ્રેષ્ઠ રસ્તો છે. યાદ રાખો જે દર્દીને ફેફસા સિવાયના બીજા અંગોનો ટીબી થયેલો છે તે ચેપી નથી.

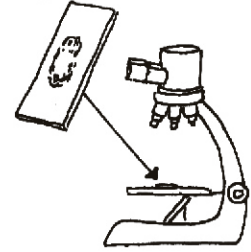
ટીબી કોઈને અડકવાથી, તેની સાથે બેસીને જમવાથી કે તેના ઝેંઠા વાસણ ખાવા-પીવામાં વાપરવાથી કદી ફેલાતો નથી માટે આ દર્દીને આવી રીતે એકલા ના પાડશો.

જો કોઈને ટીબી જેવી જ નિશાનીઓ હોય પણ તેનો ગળફો ટીબી ના બતાવતો હોય તો તેને ફેફસાંની બીજી સમસ્યા હોઈ શકે છે. માટે તરત જ છાતીના રોગોના નિષ્ણાત ડૉક્ટરને મળો.

૩.૦ ટીબી (ક્ષય) નું નિદાન કેવી રીતે કરશો ?

જો કોઈ વ્યક્તિને

- * ૩ અઠવાડિયાથી જૂની ખાંસી હોય,
- * ગળફામાં ક્યારેય લોહી પડે,
- * છાતીમાં ૩ અઠવાડિયાથી દુઃખાવો,
- * ૩ અઠવાડિયાથી તાવ આવે તો તેને ક્ષય હોવાની શક્યતા છે.



ક્ષયની ચોક્કસાઈ કરવા માટે જોરદાર ખાંસી દ્વારા ફેફસાના ઉંડાણમાંથી નીકળેલો ગળફો ટેસ્ટ માટે લેવાનો છે. લેબોરેટરીમાં તેને સૂક્ષ્મદર્શક ચંત્રમાં જોવાથી તેમાં ટીબીના જીવાણુની હાજરી જોવા મળે છે. આવી રીતે ગળફાની (સવારના પહેલા ગળફાની) ૩ વાર તપાસ કરવામાં આવે છે. જો તેમાંથી બેમાં પણ ટીબી જીવાણુની હાજરી જોવા મળે તો ટીબીનું નિદાન નક્કી થાય છે. જો ગળફામાં જીવાણુ ના દેખાય છતાં દર્દીના લક્ષણો અને ચિહ્નોના આધારે ડૉક્ટરને ટીબી હશે એમ જણાતું હોય તો છાતીનો એક્સ-રે લેવો જોઈએ. જો આ એક્સ-રે અને લક્ષણોના આધારે યોગ્ય જણાશે તો ડૉક્ટર ટીબીની સારવાર ચાલુ કરશે.

૪.૦ ટીબી (ક્ષય) ની સારવાર

ટીબીની દવાઓ બરાબર માત્રામાં અને પૂરતા સમય (કોર્સ પૂરો થાય ત્યાં સુધી) માટે નિયમિત લેવામાં આવે તો રોગ જરૂર મટી જાય છે.

ટીબીની સારવારના બે તબક્કા છે. પ્રથમ ભાગમાં ૪ પ્રકારની જીવાણુ રોધક દવાઓ બે માસ સુધી લેવાની હોય છે. ત્યાર પછી ગળફો તપાસતાં તેમાં જીવાણુ મળતા નથી (non-infective). ત્યાર બાદ બે પ્રકારની દવાઓ ૪-૬ માસ સુધી ચાલુ રાખવાથી ટીબી સદંતર મટી જાય છે. ટીબી માટે સ્ટ્રેપ્ટોમાઇસીન, રીફામ્પીસીન, ઇથામ્બ્યુટોલ, આઇસોનીયાઝીડ, પાઇરીઝીનેમાઇડ, નામની દવાઓ વપરાય છે. (જુઓ લીલા પાનાં).

ગળફાની તપાસ, દર્દીની તપાસ અને રોગની પરિસ્થિતિના આધારે વિવિધ પ્રકારની ટૂંકા ગાળાના (૬-૮ માસ સુધીના) દવાઓના કોર્સીસ આપવાના હોય છે. તે અંગે ડૉક્ટરની સલાહ મુજબ નિયમિત પૂરેપૂરી દવાઓ લેવાથી ટીબી જરૂર મટે છે. જો કોઈને બે માસની સારવાર પછી પણ ગળફા તપાસમાં ટીબી જોવા મળે તો તેને ટીબીના પ્રતિરોધક જીવાણુ લાગ્યા હોય તેવું બને છે. તેથી જ ટીબીની પ્રથમ હરોળની દવાઓ લાગુ પડતી નથી. આવા દર્દીની સારવાર માટે નિષ્ણાત ડૉક્ટરને મળો. સગર્ભા બેનોએ ટીબીની સારવાર લેતાં પહેલાં ડૉક્ટરને જણાવવું જરૂરી છે.

સગર્ભાવસ્થામાં ટીબીની સારવાર : સગર્ભાબેનને સ્ટ્રેપ્ટોમાઇસીન આપવી નહીં કારણકે તેનાથી ગર્ભસ્થ શિશુને બહેરાશ આવે છે. પાઇરીઝીનેમાઇડ નામની દવાની અસર પણ ગર્ભસ્થ શિશુ પર થતી હોવાથી તે પણ લેવી જોઈએ નહિ. ટીબીની દવાઓથી હાથ-પગમાં ઝણઝણાટી જેવું થાય છે. આ વખતે ૫૦ મિગ્રા. પાઇરીડોક્ષીન (વિટામીન બી-૬) ની ગોળી દરરોજ લેવાથી રાહત થાય છે. ટૂંકમાં સગર્ભા સ્ત્રીને ટીબીની સારવાર માટે નિષ્ણાત તબીબની સલાહ ખૂબ જરૂરી છે.

ટીબીની દવાઓ લો છો ત્યારે હોર્મોનવાળી ગર્ભનિરોધક દવાઓ કામ કરી શકતી નથી તેથી આ બેનોએ કુટુંબ નિયોજન માટે બીજી પદ્ધતિ અપનાવી પડે છે.



સગર્ભાવસ્થામાં ટીબી થયો હોય ત્યારે તેની સારવારમાં તબીબી નિષ્ણાત કહે તે મુજબ જ કરવી. ટીબી થાય ત્યારે બીડી કે દાડૂ જેવા વ્યસનો વધુ નુકશાન કરે છે. તેથી ટીબી થયેલ દર્દીએ બધી પ્રકારના વ્યસનોથી દૂર રહેવું જરૂરી છે.

ક્ષય રોગ (ટ્યુબર ક્યુલોસીસ)

ટીબીની દવાની સાથે ઘણી વાર હાથ-પગમાં ઝણઝણાટી, દુઃખાવો પણ થાય છે. તેથી તે દવાઓની સાથે વિટામીન બી-૬ (૫૦ mg ગોળી) આપવામાં આવે છે.

એચ.આઇ.વી. પણ લાગ્યા હોય તેવા ટીબીના દર્દીએ થાયસીટાઝોન ન લેવી જોઈએ કારણ તેનાથી ચામડી ઉખડવા માંડે છે. તેથી બીજી દવાઓ પર આધાર રાખવો પડે છે.

ટીબીની દવા લાંબો સમય ચાલનારી હોય છે અને અધૂરી દવાના કારણે ગંભીર પરિણામો આવે છે. માટે દરેક દર્દી દવાનો કોર્સ પૂરો કરે તે જરૂરી છે. આ માટે આરોગ્ય કાર્યકરોએ દર્દી નિયમીત દવા લે છે કે નહિ તે જોઈએ અને તેની વ્યવસ્થિત નોંધ રાખવી જોઈએ. આને ડાયરેક્ટલી ઓબ્સર્વડ ટ્રીટમેન્ટ, શોર્ટકોર્સ અથવા ડોટ્સ કહે છે. ભારત સરકારે અત્યારે ડોટ્સ અભિગમ અપનાવેલ છે. તેની અંતર્ગત આરોગ્ય કાર્યકર કે આંગણવાડી કાર્યકર પાસે દર્દીને માટે જરૂરી દવાઓનો પૂરો કોર્સ આપી રાખવાનો હોય છે. આરોગ્ય કાર્યકરે પોતાની વ્યક્તિગત દેખરેખ હેઠળ આ દવાઓ દર્દીને ગળાવવાની હોય છે. ડોટ્સમાં અઠવાડિયામાં ત્રણ દિવસ દવાઓ લેવાની હોય છે. આ કાર્યક્રમ હેઠળ અપાતી દવાઓ ખૂબ અસરકારક અને તદ્દન મફત હોય છે. તેથી ટીબીની દવાઓ સરકારી કેન્દ્રમાંથી જ લેવાનો આગ્રહ રાખવો જોઈએ.

ટીબીની સારવાર લેતા હો તો આટલું જરૂર કરો :

- * બધી જ દવાઓ નિયમ પ્રમાણે લો. ગમે તેટલું સારું લાગે તો પણ દવા બંધ કરવી નહીં. ડૉક્ટરની સલાહ મુજબ પૂરા સમય માટે દવાઓ લેવાનું ચાલુ જ રાખવું જોઈએ, નહીં તો વધુ ગંભીર માંદગી પાછી આવશે અને તમારા ઘરના બીજા સભ્યોને પણ ચેપ લાગશે.
- * દવાઓની આડઅસર અંગે પૂરેપૂરી માહિતી રાખો. જો ગંભીર આડઅસર થાય તો દવા બંધ કરીને તરત જ આરોગ્ય કેન્દ્ર/ડૉક્ટરને મળો. તેઓ તમને યોગ્ય ફેરફાર કરી આપશે અથવા આડઅસરનો ઉપાય બતાવશે.
- * બને તેટલો વધુ આરામ કરો. ઘરમાં મળતો બધો જ ખોરાક પૂરતા પ્રમાણમાં ખાઓ.



- * તમારા રોગાણુ બીજને ના લાગે તે માટે જાગ્રત રહો. ખાંસતી વખતે મોં પર કપડું રાખો. ગળફો જ્યાં ત્યાં થૂંકવાને બદલે ભેગો કરી બાળી મુકો/જમીનમાં ખાડો કરીને દાટી દો/સંડાસમાં રેડીને ખૂબ પાણી સાથે વહેવડાવી દો.
- * સારવાર દરમ્યાન બાળકને જન્મ આપો ત્યારે તમારા ગળફાની તપાસ કરાવો. જો તેમાં ટીબી જીવાણુની હાજરી ન હોય તો બાળકને બીસીજીની (ક્ષય વિરોધી) રસી મૂકાવો. પણ જો તમારી ગળફાની તપાસમાં રોગાણુ પકડાય તો તમારા બાળકને પણ દવાઓ લેવી જરૂરી છે. સારવાર દરમ્યાન બાળકને ધાવણ આપવાનું ચાલુ રાખો. તેનાથી અલગ થવાની જરૂર નથી.

ટીબી દવાઓનો પ્રતિરોધ કરતા જીવાણુ :

જો કોઈ દર્દી પૂરતા પ્રમાણમાં દવા ન લે અથવા દવા અધૂરી મૂકે દે તો તેના શરીરમાં રહેલા બધા જીવાણુ નાશ પામતા નથી. તેમાંથી કેટલાક જીવાણુ જે જીવતા રહ્યા તે આ દર્દીએ લીધેલી દવા સામે પ્રતિરોધક બની ગયા છે. તેથી જ્યારે થોડા વખત પછી ફરી આ જીવાણુના વૃદ્ધિ-વિકાસને લીધે દર્દી બિમાર થશે ત્યારે તેને તે દવાઓ કામ લાગશે નહીં. આ દર્દી બીજને એવ આપશે તે પણ આવો પ્રતિરોધક જીવાણુનો જ હશે. આ રોગની સારવાર હવે વધુ અઘરી બને છે અને વધુ મોંઘી પણ. વળી કુલ ૧૮ મહિના દવા ચાલુ રાખવી પડે છે.

ટીબીના દર્દીની દવા કરતાં પહેલાં તેને પૂછો કે તે દવાઓ અગાઉ લઈ ચૂકેલ છે કે કેમ ?

અગાઉ દવા લીધા બાદ અધૂરો કોર્સ મૂકનાર વ્યક્તિમાં દવા પ્રતિરોધક જીવાણુ હોવાની શક્યતા ખૂબ છે. આવો દર્દી બીજને રોગ આપશે તો બીજને પણ જે તે દવા પ્રતિરોધક જીવાણુ જ લાગશે.

જો કોઈ દર્દી બે માસ સુધી દવા લે તો પણ તેનો ગળફો પોઝીટીવ (જીવાણુની હાજરી બતાવતો) હોય તો તે દર્દીનો ટીબી દવા-પ્રતિરોધક ટીબી છે એમ માનીને સારવાર કરાવવી પડે.

ટીબીની દવા લાંબા ગાળાની છે. વચ્ચે દવા બંધ કરવાથી દર્દીનું અને સમાજનું ઘણું નુકશાન થાય છે. તેથી ટીબીના પ્રત્યેક દર્દી બરાબર દવા લે તેનું ધ્યાન બરાબર રાખવું જોઈએ. દર્દીના સગા-વહાલાં અને પાડોશીએ પણ ચિંતા રાખી તેને પ્રેમપૂર્વક દવા લેવા સમજાવવા જોઈએ.

પ.૦ ક્ષયરોગ નિયંત્રણ અને પરિવર્તનની પ્રક્રિયા



ટીબી અટકાવવાનો
શ્રેષ્ઠ ઉપાય કોઈ પણ
સમૂહાયમાંથી ટીબીના
દર્દીઓને શોધી કાઢીને
વહેલી અને પૂરી સારવાર
આપી દેવામાં રહેલો છે.

તે ઉપરાંત આ પણ કરો :

- * તમારા ગામમાં ટીબીના દર્દીના ઘરના સભ્યો-પાડોશીઓ જેને ટીબીના લક્ષણ જણાય તે ટીબી માટે ગળફા-તપાસ કરાવી લે તેનું ધ્યાન રાખવું.
- * જેને ત્રણ અઠવાડિયા જૂની ખાંસી હોય, વજન ઘટતું હોય અને ક્યારેક ગળફામાં લોહી આવ્યું હોય તેવા દર્દીને ટીબીના નિદાન માટે જરૂર મોકલો.
- * ઘરમાં બારી-બારણાં ખુલ્લા રાખો. સૂર્ય પ્રકાશ અને પવનની સારી અવર જવર વાળા ઘરનું વાતાવરણ વધુ તંદુરસ્ત છે. તડકામાં ટીબીના જંતુ જલ્દી નાશ પામે છે.



- * બીસીજીની (ક્ષય વિરોધી) રસી બધા બાળકોને બરાબર મૂકાવો. એઈડ્ઝવાળા બાળકને આ રસી ના મૂકવી.
- * લોકશિક્ષણ દ્વારા ટીબીના પ્રશ્ને લોકોને જાગૃત કરો. ટીબીના દર્દીઓને નજીકના કેન્દ્ર પરથી પૂરતી દવા મળી રહે તે માટે કેન્દ્ર પર દવાનો નિયમિત સ્ટોક જળવાય તેવી વ્યવસ્થા ગોઠવો.
- * ટીબીના દર્દીઓને રોગને કારણે કેટલાક સામાજિક પ્રશ્નોનો સામનો કરવો પડે છે. તેમાં આરોગ્ય કેન્દ્ર દ્વારા કે અન્ય રીતે તેઓની મદદ થાય તેવું ગોઠવવું પડે.

દા.ત. બેનને ટીબી થયો હોય ત્યારે તેને સાસરેથી કાઢી મૂકે છે. ઘણીવાર આવી સ્ત્રીને ફરી સાસરે બોલાવતા નથી ! જે બેનને ટીબી થયો હોય તેના બાળકો અને પતિ વગેરે તેની સાથે પ્રેમથી વર્તતા નથી. તેને એકલી પાડે છે. ઘરેથી કાઢી ન મૂકે, પણ તેની સાથે કોઈ હળતું-ભળતું નથી તેને સાવ અલગ કરી નાંખે છે !

ટીબીની દવા લેવા માટે ખાનગી હોસ્પિટલમાં જવાથી કુટુંબ આર્થિક પાયમાલીમાં આવી જાય છે. તેને સરકારી કેન્દ્રમાંથી દવા લેવા સમજાવો.



- * હાલ એઈડ્ઝના રોગનો વાવર વધી રહ્યો છે. આપણે ત્યાં એચ.આઇ.વી.નો ચેપ લાગેલા માણસોની સંખ્યામાં વધારો થતો જાય છે. ખાસ ખ્યાલ રાખો કે જેને એચ.આઇ.વી./ એઈડ્ઝનું જોખમ છે તેને ટીબી થવાનું જોખમ પણ વધી જાય છે. તેવા સંજોગોમાં સમાજમાં ટીબી અંગે વધુ જાગૃતિ આવે તે જરૂરી છે. આ અંગે વધુ જાગૃતિ આણવા માટે તમે ફળિયે ફળિયે ભેગા મળીને માહિતીની આપણે કરો.





ટીબી અંગે લોકશિક્ષણ કરવા જાહેર માધ્યમોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ
રોલપ્લે, નાટક, ગીત, નૃત્ય, છાપાં, ટીવી, રેડિયો વગેરે
માધ્યમો દ્વારા ક્ષયરોગ જાગૃતિના સંદેશા લોકો સુધી પહોંચશે
તો ક્ષયરોગ પર નિયંત્રણ કરી શકાશે તેમાં કોઈ શંકા નથી.