

هغه خلک چې په نري رنځ باندې اخته دي بڼايي يوه يا ډېرې د اعصابو له لاندې تيوريو څخه ولري.

- د دريو اونيو يا اوږدې مودې لپاره توخي
- د وزن له لاسه ورکول
- د اشتها نه لرل
- د شپې له خوا خوږې کول
- تبه
- لږزه
- د ستړيا يا کمزورۍ احساس
- په سينه کې درد
- له توخي سره له سږو څخه د وينې يا نصواري رنگه موادو خارجېدل

ډاکټران د نري رنځ آزمويينه څنگه ترسره کوي؟

تاسو کېدی چې د نري رنځ ناروغۍ د تشخيص لپاره له يوې څخه ډېرو آزمويينو ته اړتيا ولری.

- د پوستني **Mantoux** آزمويينه يا د وينې **IGRA** آزمويينه کولای شي دا څرگنده کړي چې آیا تاسو په خپل بدن کې د نري رنځ میکروب لری، حتی که ويده هم وي.
- د سينې اېکسري کولای شي دا څرگنده کړي چې آیا میکروبونو ستاسو په سږو باندې اغېز کړی کنه.
- د بلغم کلتوري آزموييني کولای شي دا څرگنده کړي چې آیا د نري رنځ میکروبونه ستاسو په سږ کې د ودې په حال کې دي کنه.

زه څنگه ښه کېدای شم؟

- د نري رنځ میکروبونو د وژلو لپاره تاسو بايد ډاکټر ته لار شئ او د نري رنځ ځانگړي درمل استفاده کړئ.
- د نري رنځ میکروبونه پياوړي دي او د اوږدې مودې لپاره ژوندي پاتې کېږي. تاسو به د نري رنځ د درملو له پيل څخه څو اونۍ وروسته د بهترۍ احساس وکړئ. د دې لپاره چې ډاډ حاصل کړئ د نري رنځ ټول میکروبونه وژل شوي دي، تاسو بايد لږ تر لږ د 9-6 مياشتو لپاره د نري رنځ له درملو څخه استفاده وکړئ.
- دا ډېره مهمه ده تر هغې پورې چې د نري رنځ درملنه مو بشپړيږي، په مياشت کې يو ځل له خپل ډاکټر سره وويئ. ډاکټر به آزموييني ترسره کوي ترڅو ډاډ حاصل کړي چې تاسو په ښه کېدو ياست، له تاسو څخه به پوښتنه کوي که تاسو له درملو سره کومه ستونزه لری، او همدارنگه به ستاسو پوښتنو ته ځوابونه وایي.

که درمل استفاده نه کړم څه به کېږي؟

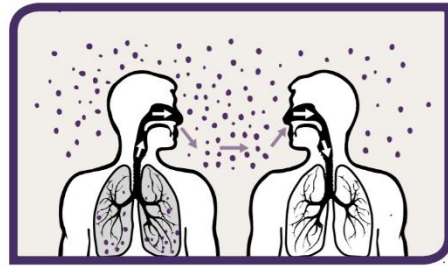
د نري رنځ میکروبونه ډېر پياوړي دي. که تاسو خپل ټول درمل په سمه توگه استفاده نکړئ، تاسو کېدی شي بيا ناروغه شئ او نري رنځ نورو کسانو ته انتقال کړئ.

که ستاسو آزمويينه وښيي چې تاسو فعال نري رنځ (تبرکلوز) لری، دلته ځينې حقايق شتون لري چې تاسو بايد ورباندې پوه شئ:

- نري رنځ يوه جدي ناروغي ده چې په سمې تداوی او درملو سره بيا درملنه کېږي.
- ځينې خلک چې نري رنځ لري ممکن دغه ناروغي نورو کسانو ته انتقال کړي.

زه څنگه به نري رنځ اخته شوم؟

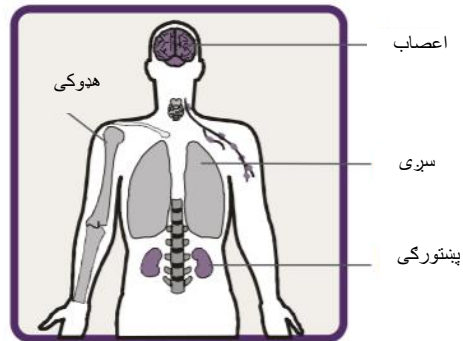
هرڅوک کېدی شي په نري رنځ اخته شي. کله چې په سږو کې د نري رنځ لرونکی کس توخي کوي، پرنجېږي، يا خبرې کوي، د نري رنځ میکروبونه په هوا کې خورېږي. نږدې کسان دغه میکروبونه خپلو سږو تنفس کوي. تاسو د لاس ورکولو، خورو، لوبنو، جامو يا نورو توکو له لارې په نري رنځ نه اخته کېږئ.



کله چې د نري رنځ میکروبونه ستاسو بدن ته د ننه کېږي، هغوی ويده کېږي. د نري رنځ ويده میکروبونه ستاسو بدن نه خوروي او نه مو ناروغه کوي. دې ته د نري رنځ ناڅرگنده ناروغي يا **LTBI** وايي. **LTBI** کېدی شي په لنډه موده يا څو کلونو کې له منځه لاړ شي. تاسو هغه مهال په نري رنځ باندې اخته کېږئ کله چې ستاسو د بدن ويده میکروبونه وپېښ شي او په وده باندې پيل وکړي او ستاسو بدن ته درد پيدا کړي. دې ته فعال نري رنځ ويل کېږي.

د نري رنځ ناروغي زما پر بدن باندې څه ډول اغېز کوي؟

نري رنځ معمولاً ستاسو په سږو باندې اغېز کوي چې (د سږو نري رنځ ورته ويل کېږي. نري رنځ کولای شي ستاسو د بدن نورې برخې هم وخوروي.



د ټولو هغو ځايونو تصويري تشریح چې د نري رنځ د پراختيا احتمال پکې ډېر دی، لکه سږي، پښتورگي، اعصاب، يا هډوکى.

د نري رنځ د درملو په هکله باید په کومو شیانو باندې پوه شم؟

- د نري رنځ درمل معمولاً خوندي دي. آما ځينې خلک جانبي عوارض لري. که تاسو له لاندي نښو څخه کومه يوه لرئ، په سملاسي ډول خپل ډاکټر ته زنګ ووهئ يا ورسره وګورئ:
 - استفراق يا په خېټه کې درد
 - د اشتها کموالی
 - د زړه بدوالی (کانګې)
 - د سترګو يا پوست ژېړوالی
 - د ګوتو يا د پښې د بټې ګوټې سوی
 - د خوړلې ويده کېدل يا سوی
 - پیکه ليد يا په ليد کې بدلون
 - په غوړونو کې زنگاری
 - په سختی اورېدل
 - ګنګستوب
 - د مفاصلو درد
 - له 3 ورځو اوږده تبه
 - د پوستکي بوخار
 - خونريزي يا په اسانۍ سره وځمي کېدل
- خپل د نري رنځ درمل هره ورځ په ورته وخت کاروئ.
- تر څو چې ډاکټر نه دي درته ويلې خپل د نري رنځ درمل مه بندئ.
- د نري رنځ له درملو څخه د استفادې په جريان کې پير، الکول يا نورې الکول لرونکي څښاکونه مه څښئ.

ستاسو د نري رنځ ګولی په لاندي ډول دي:

- ايسونيازيد ("INH")
- ريفامپين ("RIF")
- پرازيناميد ("PZA")
- ايتامبوتول
- B6 ویتامينونه

چمتو شوی په واسطه د:

د دې لپاره چې روغ شئ، تاسو باید د ډاکټر د لارښوونو مطابق خپل ټول درمل استفاده کړئ.

که تاسو خپل درمل په سمه توګه ونه کاروئ، ستاسو نري رنځ کېدی شي نور هم پیاوړی شي. په دې صورت کې به تاسو د اوږدې مودې لپاره له قوي درملو څخه استفاده کوئ.

DOT څه ته وايي؟

DOT په مستقیمه توګه څارل شوې درملې ته وايي. DOT له تاسو سره مرسته کوي چې خپلې ګولۍ په بشپړ ډول وخورئ. DOT په دې مانا دی چې نرسه يا د صحي مراقبت کارمند به تاسو هره ورځ ګوري ترڅو تاسو ته ستاسو د نري رنځ درمل درکړي. دا تر ټولو غوره لاره ده چې ډاډ حاصل کړئ چې تاسو د اړتيا وړ ټول درمل استفاده کوئ او ستاسو درملنه ښه روانه ده. که ستاسو په درملنه کې کومه ستونزه وي، په سملاسي ډول هوارېدی شي.

DOT د نري رنځ درملنه کوي!

آيا امکان لري زه نري رنځ نورو کسانو ته انتقال کړم؟

که نري رنځ ستاسو په سږو کې وي، تاسو باید ډېر احتیاط وکړئ چې نور کسانو د خپل نري رنځ له میکروبونو څخه وساتئ. که نري رنځ يوازې ستاسو د بدن په نورو برخو کې وي، د نري رنځ میکروبونه معمولاً نورو کسانو ته نه انتقالېږي.

له خپل ډاکټر يا نرسې څخه پوښتنه وکړئ چې آیا ستاسو نري رنځ نور کسانو ته د انتقال وړ (ساري) دی. هغوی به تاسو ته لارښوونه وکړي چې څنګه نږدې کسان خوندي وساتئ. وروسته له دې چې تاسو د څو اونيو لپاره درمل استفاده کړئ او په وضعیت کې مو بهبود رامنځ ته شي، تاسو نور د نري رنځ میکروبونه نه انتقالوئ. ستاسو ډاکټر به تاسو ته ووايي چې تاسو کله بېرته خپل کار، ښوونځي يا نورو فعاليتونو ته راګرځېدلی شئ.

د نري رنځ په هکله په کومو نورو شیانو باندې باید پوه شم؟

- له خپل ډاکټر يا نرسې څخه وغواړئ چې د پنسلوانيا د روغتيا له څانګې څخه د نري رنځ وړيا درمل درته واخلي.
- که غواړئ بل ښار يا ايالت ته لاړ شئ، د خپل دې پلان په هکله له خپل ډاکټر يا نرسې سره خبرې وکړئ. هغوی کولا شي مرسته وکړي ډاډ حاصل کړي چې تاسو له تګ وروسته باید خپل درمل استفاده کړئ.
- که تاسو نري رنځ لرئ، له خپل ډاکټر څخه د HIV آزموينې غوښتنه وکړئ. هغه کسان چې HIV لري ډېر ژر په نري رنځ اخته کېدی شي. که تاسو HIV ولرئ، تاسو به د نري رنځ مختلفو درملو ته اړتيا ولرئ.

په ياد ولرئ: نري رنځ د درملنې وړ دی!

PASHTO