

Làm Theo Đúng Chương Trình **Dùng Thuốc**

TB

BỆNH LAO



(English
Translation
Included)



**Centers for Disease
Control and Prevention**
National Center for HIV/AIDS,
Viral Hepatitis, STD, and
TB Prevention



Nội Dung Bên Trong:

Đọc cuốn sách hướng dẫn này để tìm hiểu về bệnh TB và những gì quý vị nên làm để luôn khỏe mạnh. Để sách ở nơi quen thuộc để lấy ra đọc khi có thắc mắc. Làm theo chữa trị để trị dứt bệnh TB

3
TRANG

Đoạn 1
Được trả lời thắc mắc về bệnh TB

8
TRANG

Đoạn 2
Chữa trị nhiễm TB

11
TRANG

Đoạn 3
Chữa trị bệnh TB

18
TRANG

Đoạn 4
Làm theo đúng chương trình dùng thuốc của quý vị.

Về nhiễm TB:

Đôi khi từ nhiễm nghe có vẻ tệ với chúng ta nhưng nhiễm TB có nghĩa là quý vị chỉ có vi trùng TB ủ trong người. Điều này có nghĩa là vi trùng TB đang ngủ, chúng không làm quý vị bệnh và quý vị không thể lây vi trùng TB cho người khác. Khi quý vị bị nhiễm TB:

- Quý vị chỉ có vi trùng TB ủ (ngủ) trong cơ thể và chúng không làm quý vị bệnh.
- Quý vị không thể lây vi trùng TB cho người khác.
- Tuy nhiên— nếu giờ quý vị không dùng thuốc để diệt vi trùng TB thì quý vị có thể bị bệnh TB trong tương lai. Nếu bị bệnh TB thì quý vị có thể lây vi trùng TB cho người khác.

Quý vị sẽ cần dùng thuốc trị TB để chắc chắn rằng tất cả vi trùng TB trong cơ thể bị diệt và quý vị sẽ không bị bệnh TB.

Quý vị sẽ cần dùng thuốc trị TB trong 3, 6 hoặc 9 tháng để diệt vi trùng TB.

Về bệnh TB:

Bệnh TB nghĩa là quý vị có vi trùng TB bộc phát trong người làm cho quý vị và những người khác quanh quý vị bệnh nặng. Nếu quý vị bị bệnh TB:

- Quý vị có vi trùng TB bộc phát trong người. Quý vị cảm thấy bệnh và có thể bị ho, sụt cân, mệt, sốt, ớn lạnh hoặc đổ mồ hôi vào ban đêm cho đến khi đi chữa trị.
- Quý vị lây vi trùng TB cho gia đình, bạn bè và những người khác quanh quý vị nếu quý vị không dùng thuốc trị TB ngay.
- Thông thường, sau khi dùng thuốc trị TB được vài tuần thì bác sĩ sẽ cho biết khi nào quý vị không còn lây vi trùng TB cho người khác.
- Quý vị sẽ cần dùng thuốc trị TB đúng cách ít nhất 6 tháng để trị dứt bệnh TB.



Tại sao tôi cần dùng thuốc nếu tôi không cảm thấy bệnh?

Nếu quý vị bị **nhiễm TB** thì vi trùng TB ủ (ngủ) trong người quý vị nên quý vị không cảm thấy bệnh. Nhưng điều quan trọng là cần dùng thuốc để diệt vi trùng TB. Ngay cả khi vi trùng TB ủ trong người thì chúng cũng rất mạnh. Trong thời gian vi trùng TB ở trong người quý vị, chúng có thể bộc phát, nhân lên và làm quý vị bị bệnh TB. Cách duy nhất để loại bỏ vi trùng TB là dùng thuốc trị TB.

Nếu quý vị bị **bệnh TB** thì phải nhớ rằng cần một thời gian dài để diệt tất cả vi trùng TB. Ngay cả khi quý vị cảm thấy khá hơn sau một vài tuần dùng thuốc trị bệnh TB thì không có nghĩa là tất cả vi trùng TB đã chết. Cần nhiều tháng để trị bệnh TB. Dùng thuốc theo lịch trình là cách duy nhất để trị dứt bệnh TB.

Những điều quan trọng cần nhớ:

- Bất cứ người nào cũng có thể hít phải vi trùng TB và bị nhiễm TB. Điều này có thể xảy ra ngay cả khi tinh thần và cơ thể quý vị đều khỏe mạnh.
- Nếu không chữa trị thì nhiễm TB có thể trở thành bệnh TB. Điều này dễ xảy ra hơn nếu quý vị có vấn đề sức khỏe khác như nhiễm HIV hoặc tiểu đường.
- Quý vị cần chữa trị dù bị bệnh TB hay nhiễm TB.

Khi nhiễm TB:

Quý vị không thể lây vi trùng TB cho người khác. Quý vị có thể đi làm và đi học. Quý vị vẫn cần dùng thuốc để không bị bệnh TB. Quý vị có thể dùng các loại thuốc khác nhau để trị nhiễm TB. Bác sĩ sẽ kê thuốc phù hợp cho quý vị. Quý vị sẽ uống thuốc trong vòng 3, 6 hoặc 9 tháng.

Khi bị bệnh TB:

Quý vị sẽ cần dùng thuốc ít nhất 2 đến 3 tuần trước khi không lây truyền vi trùng TB cho người khác. Ngay cả khi cảm thấy khá hơn thì quý vị vẫn cần dùng thuốc để trị dứt bệnh. Quý vị sẽ dùng vài loại thuốc trong ít nhất 6 tháng.

Có rất nhiều thông tin cần biết về bệnh TB. Nếu bất cứ thắc mắc nào về chữa trị với bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe.

Quý vị có biết?

Ở hầu hết các nơi, quý vị không cần có bảo hiểm sức khỏe để được chữa bệnh TB ở bệnh xá công hoặc ban sức khỏe.

Dùng thuốc trị bệnh TB đúng theo cách bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe khuyên dùng.

Vì trùng TB mạnh và cần thời gian dài để diệt chúng. Quý vị phải hoàn tất chữa trị và dùng TẤT CẢ các liều thuốc để trị dứt bệnh TB.

Lời nhắn đặc biệt cho phụ nữ: Cho bác sĩ biết nếu quý vị mang thai hoặc nghĩ mình mang thai, hoặc cho con bú trước khi bắt đầu dùng bất cứ loại thuốc trị bệnh TB nào. Ngoài ra—một số thuốc ngừa thai có thể không có hiệu quả khi quý vị dùng chung với thuốc chữa bệnh TB.

Dành cho cả đàn ông và phụ nữ: Cần cho bác sĩ biết nếu quý vị bị HIV/AIDS hoặc bất cứ vấn đề sức khỏe nào khác. Đôi khi, dùng chung một số loại thuốc có thể gây phản ứng. Điều quan trọng là bác sĩ cần biết tất cả các loại thuốc quý vị đang dùng. Sau đó, bác sĩ sẽ chọn thuốc trị TB tốt nhất cho quý vị. Viết ra tất cả các loại thuốc quý vị đang dùng. Mang theo danh sách đó khi đến khám bác sĩ. Cần viết ra cả các loại thảo dược quý vị đang dùng.



Hãy nhớ cho bác sĩ biết về các loại trà thảo dược quý vị đang dùng. Hãy cho bác sĩ biết nếu quý vị đang có trị liệu khác cùng với thuốc chữa TB.

Chữa trị nhiễm TB

Nhiễm TB và bệnh TB không có cùng cách chữa trị. Có các chương trình chữa trị khác khi nhiễm TB. Quý vị có thể dùng thuốc INH (Isoniazid) mỗi ngày trong 6-9 tháng. Hoặc quý vị có thể dùng thuốc INH và Rifapentine (RPT) trong khoảng 3 tháng. Còn có các loại thuốc khác dùng để trị nhiễm TB. Quý vị và bác sĩ hoặc người chăm sóc sẽ chọn thuốc nào phù hợp với quý vị.



“Đầu tiên, tôi bị đau bụng khi dùng thuốc INH. Bác sĩ của tôi bàn thảo với tôi về điều đó và làm một số thử nghiệm. Tôi hiểu ra rằng mình cần ăn một chút trước khi uống thuốc. Giờ tôi ăn một ít trái cây trước khi uống thuốc và tôi không còn bị đau bụng nữa.”

Như tất cả các thuốc khác, thuốc quý vị dùng để chữa nhiễm TB cũng có tác dụng ngoại ý.

Nếu quý vị đang dùng thuốc INH, hoặc INH và RPT thì cho bác sĩ biết ngay nếu quý vị bị:

- Chóng mặt khi ngồi xuống, đứng lên hoặc nằm xuống.
- Ăn kém ngon hoặc ăn không ngon.
- Khó chịu trong dạ dày, buồn ói hoặc nôn ói.
- Đau ở ngực dưới hoặc bị ợ nóng ở ngực.
- Có các triệu chứng như cảm cúm kèm hoặc không kèm theo sốt.
- Rất mệt mỏi hoặc rất yếu.
- Sốt hoặc ớn lạnh.
- Tiêu chảy nặng hoặc đi phân lỏng (phân).
- Nước tiểu có màu nâu, có màu nước trà hoặc màu nước cola.
- Vàng mắt hoặc vàng da.
- Nổi mề đay hoặc ngứa.
- Thâm tím, hoặc đỏ và các nốt hồng trên da không rõ lý do.
- Chảy máu cam, hoặc chảy máu từ mũi hoặc quanh răng.
- Thở hổn hển.
- Đau hoặc nhói đau ở bàn tay, cánh tay và chân.

Có tin vui: Hầu hết mọi người dùng thuốc chữa TB mà không có vấn đề gì.

Nếu quý vị dùng thuốc chữa nhiễm TB thì viết ra bất cứ thắc mắc nào về thuốc nơi đây để cho bác sĩ biết:



Khi tôi hoàn tất tiến trình chữa nhiễm TB thì tôi có bị nhiễm TB lại không?

Có. Điều trị nhiễm TB mà quý vị nhận chỉ trị vi trùng TB trong người của quý vị lúc này. Có nguy cơ quý vị ở gần người bị bệnh TB và bị lây vi trùng TB mới. Tuy nhiên—hầu hết những người khỏe mạnh không cần chữa trị lại.

Khi tôi hoàn tất điều trị nhiễm TB thì điều đó có nghĩa là tôi sẽ không bị bệnh TB?

Thuốc không có tác dụng với tất cả mọi người nhưng có hiệu quả với hầu hết mọi người. Hầu hết mọi người hoàn tất điều trị nhiễm TB sẽ không bị bệnh TB.

Chữa trị Bệnh TB

Nếu quý vị bị bệnh TB thì sẽ thường dùng vài loại thuốc khi bắt đầu chữa trị để diệt vi trùng TB trong người.

Đó là:

1. Isoniazid (i-so-ni-a-zid), còn gọi là INH
2. Rifampin (ri-fam-pin)
3. Ethambutol (eth-am-byoo-tol)
4. Pyrazinamide (peer-a- zin-a-mide)



Như tất cả các loại thuốc khác, thuốc chữa TB có thể có tác dụng ngoại ý. Tuy nhiên, hầu hết mọi người dùng thuốc chữa TB mà không có vấn đề gì gì. Cho bác sĩ của quý vị biết nếu có tác dụng ngoại ý. Một số người cần nghỉ ngơi, hít không khí trong lành, ra ánh nắng mặt trời nhiều hơn, ăn uống tốt để họ cảm thấy khỏe trong thời gian dùng thuốc.

“Tôi khá ngạc nhiên là Rifampin làm nước tiểu, nước miếng và ngay cả nước mắt của tôi có màu cam nhạt. Tôi nghe rằng đó là tác dụng ngoại ý phổ biến nhưng vẫn cần thời gian mới quen được. Tôi phải chuyển từ đeo kính sát tròng sang kính gọng trong thời gian tôi dùng thuốc.”



Nếu quý vị được chữa trị bệnh TB thì cho bác sĩ biết ngay khi quý vị:

- Sốt.
- Nổi mề đay.
- Đau khớp.
- Đau hoặc nhói đau ở ngón tay hay ngón chân.
- Khó chịu ở dạ dày, buồn ói, hoặc đau thắt ở dạ dày.
- Bầm tím.
- Thay đổi tầm nhìn, như nhìn mờ.
- Thay đổi thính lực như có tiếng ù trong tai.
- Chóng mặt.
- Dễ chảy máu khi bị sứt.
- Ăn kém ngon hoặc ăn không ngon.
- Đau như kim chích hoặc bị tê quanh miệng.
- Ói mửa.
- Vàng da hoặc vàng mắt.

Hầu hết mọi người có thể dùng thuốc chữa TB mà không có vấn đề gì.

Quý vị sẽ làm thử nghiệm để kiểm tra tác dụng ngoại ý và hiệu quả của thuốc.

- Tùy vào chương trình dùng thuốc của quý vị, bác sĩ có thể yêu cầu thử nghiệm máu, đờm hoặc nước tiểu khi quý vị đang trong thời gian chữa trị. Những thử nghiệm này sẽ giúp quý vị biết được thuốc chữa TB có tác dụng đúng cách và cơ thể quý vị phản hồi với thuốc ra sao. Nếu quý vị được chữa bệnh TB thì có thể phải chụp quang tuyến X nơi vùng ngực.
- Nếu quý vị bị bệnh TB cùng với những vấn đề về sức khỏe khác như nhiễm HIV hoặc tiểu đường thì cần phải làm thử nghiệm máu, đờm hoặc nước tiểu trước và sau chữa trị.

Trong khi chữa trị thì bác sĩ của quý vị có thể nêu nhiều câu hỏi. Câu trả lời của quý vị sẽ giúp bác sĩ chăm sóc tốt nhất cho quý vị.

Nếu quý vị đang dùng thuốc trị TB thì viết ra bất cứ thắc mắc nào về thuốc của quý vị và cho bác sĩ biết:

Dùng thuốc cho đến khi bác sĩ bảo quý vị ngưng.

Nếu quý vị ngưng dùng thuốc trị TB sớm hoặc không dùng đúng cách:

- 1.** Quý vị có thể bị bệnh lại và bệnh trong thời gian lâu hơn.
- 2.** Thuốc quý vị dùng trước đây có thể không có hiệu quả và quý vị phải dùng loại thuốc khác có nhiều tác dụng ngoại ý hơn.
- 3.** Ngay cả thuốc mới có thể không có hiệu quả trị dứt bệnh TB.
- 4.** Quý vị có thể lây lại vi trùng TB cho người khác.





“DOT” là gì và có tác dụng ra sao?

Directly Observed Therapy (Liệu Pháp Quan Sát Trực Tiếp). Một số bệnh xá và ban sức khỏe có chương trình này để giúp quý vị trong thời gian chữa trị bệnh TB. Tùy vào chương trình dùng thuốc của quý vị, nhân viên chăm sóc sức khỏe sẽ gặp quý vị hàng ngày hoặc một vài lần trong tuần để canh chừng quý vị dùng thuốc trị TB.

Họ sẽ mang thuốc cho quý vị tại nơi và vào lúc thuận tiện nhất cho quý vị. Điều này giúp quý vị theo đúng chương trình dùng thuốc của mình.

Khi tôi hoàn tất chữa trị bệnh TB và được chữa khỏi bệnh thì tôi có bị TB lại không?

Có, nhưng điều này khó xảy ra hơn. Sau khi quý vị dùng thuốc theo đúng cách trong thời gian bác sĩ khuyến cáo thì ít có nguy cơ bị TB trở lại. Giờ nếu bị bệnh TB thì quý vị đã biết triệu chứng là gì. Nếu thấy bất kỳ triệu chứng nào trong số đó thì quý vị phải gọi cho bác sĩ ngay.

Có cách nào để tôi cho gia đình và bạn bè biết tôi đang chữa bệnh TB?

Quý vị có thể nên cho gia đình và bạn bè biết về bệnh TB. Cho họ biết về cuốn sách hướng dẫn này và những thông tin khác mà quý vị biết về bệnh TB.

Hãy cho họ biết:

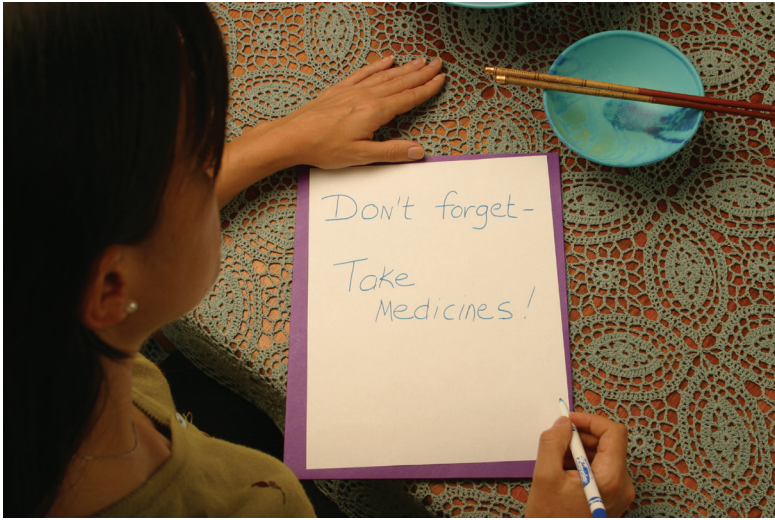
- Bất cứ người nào cũng có thể bị nhiễm bệnh TB. Ngay cả người ăn thực phẩm dinh dưỡng, nghỉ ngơi và tập thể dục nhiều vẫn có thể bị bệnh TB.
- Quý vị đang dùng thuốc trị TB đúng cách.
- Thông thường, sau khi quý vị dùng thuốc trị TB được vài tuần thì bác sĩ cho biết khi nào quý vị không lây vi trùng TB cho người khác.
- Nhân viên chăm sóc sức khỏe hoặc bác sĩ của quý vị có thể cho họ biết về nguy cơ họ bị TB. Họ có thể cần làm thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB và chụp quang tuyến X.

Trong vài tuần đầu tiên chữa bệnh TB, quý vị sẽ cần:

- Ở nhà cho đến khi bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe cho biết quý vị có thể trở lại trường học hoặc nơi làm việc.
- Yêu cầu bạn bè không đến thăm cho đến khi bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe cho biết người khác có thể đến thăm quý vị.
- Vứt tất cả khăn giấy dùng rồi trong thùng rác. Đóng túi lại cho đến khi quý vị vứt túi đi.
- Mở cửa sổ trong nhà khi được, cho đến khi bác sĩ cho biết quý vị không lây vi trùng TB cho người khác nữa.
- Uống thuốc như bác sĩ chỉ dẫn.
- Luôn luôn làm theo chỉ dẫn của bác sĩ và nêu thắc mắc nếu không hiểu.

Giữ danh sách này tại nơi quý vị thường nhìn thấy.

Bác sĩ có thể yêu cầu quý vị đeo khẩu trang đặc biệt tại nhà để quý vị không lây vi trùng TB vào trong không khí. Nếu không đeo khẩu trang thì phải che miệng và mũi khi ho, cười hoặc hắt xì.



Dù quý vị bị nhiễm TB hay bị bệnh TB thì uống thuốc mỗi ngày cũng là việc khó khăn. Tự nhắc nhở mình đang trong chương trình chữa trị để diệt tất cả vi trùng TB. Quý vị đã qua được những việc khó khăn khác trong đời và quý vị cũng có thể làm được việc này!

Cho bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe biết về bất cứ vấn đề hoặc lo lắng nào khi quý vị dùng thuốc. Người chăm sóc sức khỏe sẽ giúp tìm chương trình dùng thuốc phù hợp với quý vị.

Luôn tự nói với mình rằng thuốc có thể giúp trị bệnh TB.

Hãy nhớ:

- 1.** Luôn dùng đủ liều ngay cả khi quý vị cảm thấy khỏe.
- 2.** Cho bác sĩ biết về bất cứ vấn đề gì với thuốc của quý vị.
- 3.** Đề nghị gia đình và bạn bè quý vị hỗ trợ mình.

Làm theo các chỉ dẫn sau đây:

Tiên và Thu đã có nhiều cách uống thuốc trị TB dễ dàng hơn. Những chỉ dẫn này của họ có hữu ích với quý vị không?



Thử thách: Uống thuốc là chuyện khó khăn!

“Chắc chắn là tôi muốn loại bỏ nhiễm TB nhưng tôi thấy thật khó uống tất cả thuốc của mình. Tôi đoán đây chỉ là bản tính con người — Tôi cảm thấy khỏe nên thật khó uống thuốc.”

–Tiên

Cách của Tiên:

Điều gì giúp tôi tiếp tục uống thuốc? Tôi dán một ghi chú trong ví của mình ngay bức hình gia đình tôi “Tiên — giữ sức khỏe cho gia đình.”



Thử thách: Tôi có nhiều vấn đề sức khỏe.

“Tôi bị nhiễm HIV và bị bệnh TB. Tôi cố gắng hết sức để làm theo chỉ dẫn của bác sĩ. Nhưng với hai bệnh về sức khỏe, tôi cần được giúp đỡ để tiếp tục uống tất cả thuốc của mình.”

–Thu

Cách của Thu:

“Tôi xin được hỗ trợ ở bệnh xá trị TB. Tôi tham gia chương trình Trị Liệu Quan Sát Trực Tiếp (DOT) trong một thời gian ngắn. Mọi người đều thân thiện và chúng tôi tham gia chương trình dùng thuốc thực sự hiệu quả. Nhân viên chăm sóc sức khỏe gặp tôi ở nhà mỗi ngày và canh chừng tôi uống thuốc để tôi không lẫn lộn thuốc của mình hoặc quên uống. Cô ấy khuyến khích tôi khi cần. Tôi biết mình sẽ được chữa khỏi vì với sự giúp đỡ của cô ấy, tôi sẽ hoàn tất chương trình chữa trị.”

Nếu quý vị không tham gia chương trình DOT (Directly Observe Therapy, hay Liệu Quan Sát Trực Tiếp) thì làm theo các bước sau để nhớ uống thuốc của mình. Đánh dấu vào các chỉ dẫn quý vị sẽ làm theo:

<input type="checkbox"/>	Uống thuốc cùng giờ mỗi ngày
<input type="checkbox"/>	Đeo đồng hồ để biết giờ. Đặt đồng hồ báo giờ quý vị cần uống thuốc.
<input type="checkbox"/>	Dùng một hộp đựng thuốc và bỏ tất cả thuốc dùng trong một tuần vào hộp.
<input type="checkbox"/>	Đặt thuốc ở một nơi quý vị không thể quên.
<input type="checkbox"/>	Tự viết ghi chú cho mình. Gắn ghi chú lên gương trong phòng tắm hoặc trên tủ lạnh của quý vị.
<input type="checkbox"/>	Hỏi người nhà hay bạn bè giúp quý vị nhớ.
<input type="checkbox"/>	Dùng lịch để đánh dấu vào ngày quý vị uống thuốc.

Viết ra tên và lượng thuốc quý vị dùng mỗi ngày để diệt vi trùng TB ở đây:

Nêu tên thuốc nào khác quý vị đang dùng ở đây:

Nếu quý vị bỏ lỡ một liều thuốc hoặc quên uống thuốc:

- Nếu quý vị bỏ lỡ một liều thuốc hoặc quên uống thuốc **MỘT LẦN** thì không nên lo lắng. Hãy uống liều tiếp theo như bình thường.
- Nếu quý vị quên uống thuốc hơn một lần thì gọi cho bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe **TRƯỚC KHI** uống liều tiếp theo. Họ sẽ cho quý vị biết cần làm gì sau đó.
- Hãy cho bác sĩ biết nếu quý vị không tham gia chương trình DOT và không nhớ khi nào phải uống thuốc. Người chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ giúp tìm chương trình hiệu quả với quý vị.

Hành trình dài nhất bắt đầu từng bước.

Uống thuốc thường xuyên là một việc khó khăn. Một ngày nào đó, quý vị có cảm giác muốn từ bỏ. Tuy nhiên, quý vị biết mình có thể làm việc này—một lần một ngày. Cần phải làm nhiều việc để theo đúng chương trình dùng thuốc. Nhưng uống thuốc đúng cách theo như chỉ dẫn của bác sĩ hoặc người chăm sóc sức khỏe có nghĩa là quý vị sẽ sớm hết vi trùng TB trong người.

Yêu cầu người chăm sóc sức khỏe và gia đình, bạn bè giúp đỡ quý vị trong thời gian này. Cùng nhau hành động—thì quý vị sẽ thành công!

Gọi ban sức khỏe tại địa phương theo số sau đây để biết thêm thông tin về bệnh TB

hoặc viếng mạng lưới của Trung Tâm Kiểm Ngừa Bệnh (Center for Disease Control and Prevention, hay CDC) tại <http://www.cdc.gov/tb>

Staying on Track with

TB Medicine

TUBERCULOSIS



Centers for Disease Control and Prevention
National Center for HIV/AIDS,
Viral Hepatitis, STD, and
TB Prevention



What's Inside:

Read this brochure to learn about TB and what you can do to get healthy. Put it in a familiar place to pull out and read when you have questions. Follow the treatment to get cured from TB.

3
PAGE

Section 1
Your questions answered about TB

8
PAGE

Section 2
Treatment for TB infection

11
PAGE

Section 3
Treatment for TB disease

18
PAGE

Section 4
Staying on track with your medicine plan

Your questions answered about TB

About TB infection:

Sometimes the word infection sounds really bad to us, but TB infection means you have only dormant TB germs in your body. This means the germs are sleeping, so they are not making you sick and you cannot pass them to anyone else. When you have TB infection:

- You have only dormant (sleeping) TB germs in your body, so they are not making you sick.
- You cannot pass these TB germs to others.
- Yet—if you don't take medicine to kill the TB germs now, you can get sick with TB disease in the future. And if you get sick with TB disease, you can pass TB germs to others.

You will need to take TB medicine to make sure all the TB germs in your body are killed so you don't go on to get TB disease.

You will need to take TB medicine for 3, 6, or 9 months to kill these germs.

About TB disease:

TB disease means you have active TB germs in your body that can make you and others around you very sick. If you have TB disease:

- You have active TB germs in your body. You may feel sick and might cough, lose weight, feel tired, have a fever, chills, or have night sweats until you get treatment.
- You can pass TB germs to your family, friends, and others around you if you don't take TB medicine the right way.
- Usually, after you have been on the TB medicine for a few weeks, your doctor will be able to tell when you are no longer passing TB germs to others.
- You will need to take TB medicine correctly for at least 6 months to be cured.



Why should I take the medicine if I don't feel sick?

If you have **TB infection**, the TB germs in your body are dormant, (sleeping) so you will not feel sick. But it's important to take the medicine to kill the TB germs. Even though the TB germs are dormant, they are still very strong. As long as you have TB germs in your body, they can wake up, multiply, and make you sick with TB disease. The only way to get rid of them is by taking TB medicines.

If you have **TB disease**, you must remember that it takes a long time to kill all the TB germs. Even if you feel better after a few weeks on the TB medicines, it does not mean all the TB germs are dead. Treating TB takes months. Staying on your medicine the way you are supposed to is the only way to cure TB.

Important points to remember:

- Anyone can breathe in TB germs and get TB infection. This can happen even if your mind and body are healthy.
- TB infection can turn into TB disease if left untreated. This can happen more easily if you have other health problems like HIV infection or diabetes.
- You will need treatment whether you have TB disease or TB infection.

With TB infection:

You cannot pass TB germs to other people. You can go to work and school. You will need to stay on medicine so you don't get TB disease. There are different medicines you can take for TB infection. Your doctor will choose the medicine right for you. You will take medicine for 3, 6, or 9 months.

With TB disease:

You will need to be on medicine for at least 2 to 3 weeks before you can no longer pass TB germs to other people. Even if you start to feel better, you will need to stay on medicine to be cured. You will need to take several kinds of pills for at least 6 months.

There is a lot of information to learn about TB. Ask your doctor or healthcare provider any questions you may have about your treatment.

Did you know?

In most places, you do not need to have health insurance to be treated for TB at a public clinic or health department.

Take Your TB medicines the right way, as your doctor or healthcare provider tells you.

TB germs are strong, and it can take a long time for them to die. You must complete the treatment and take ALL of the doses of medicine to be cured of TB.

A special word for women: Tell your doctor if you are, or think you are pregnant, or breastfeeding before you start any medicines for TB. Also—some birth control pills may not work as well when you take them with medicines for TB.

Both men and women: Make sure you tell your doctor if you have HIV/AIDS or any other health problem. Sometimes taking certain medicines together can make you have a reaction. It is important for your doctor to know all of the medicines you are taking. Then, your doctor can choose the TB medicines that work best for you. Write down all of the medicines you are taking. Bring the list with you when you visit the doctor. Be sure to include any herbal remedies you may be using.



Remember to talk to your doctor about any herbal teas you are using. Let your doctor know if you are using other remedies along with your TB pills.

Treatment for TB infection

TB infection and TB disease are not treated the same way. There are different treatment plans for TB infection. You may take INH (Isoniazid) every day for about 6-9 months. Or you may take INH and Rifapentine (RPT) for about 3 months. There are also other medications that can be used to treat TB infection. You and your doctor or healthcare provider will decide which one is right for you.



“At first I had stomach aches when I took INH. My doctor talked with me about it and ran some tests. I learned that I just need to have a little food before I take my pills. Now I have some fruit before I take my medicine and I don’t have stomach aches anymore.”

Like all medicines, the medicine you take to cure TB infection can have side effects.

If you are taking INH, or INH and RPT, tell your doctor right away if you have:

- Dizziness when sitting, standing or lying down.
- Less appetite, or no appetite for food.
- Stomach upset, nausea, or vomiting.
- Pain in your lower chest or heartburn.
- Flu-like symptoms with or without fever.
- Severe tiredness or weakness.
- Fevers or chills.
- Severe diarrhea or light colored stools (poop).
- Brown, tea-colored, or cola-colored urine.
- Skin or whites of your eyes appear yellow.
- Skin rash or itching.
- Bruises, or red and purple spots on your skin that you cannot explain.
- Nosebleeds, or bleeding from your gums or around your teeth.
- Shortness of breath.
- Pain or tingling in your hands, arms and legs.

The good news: Most people take their TB medicine without any problems.

If you are taking medicine for TB infection, write any questions you have about your medicine here to share with your doctor:



Once I complete treatment for TB infection, can I get TB infection again?

Yes. The treatment you receive for TB infection only treats the TB germs in your body now. There is a chance that you can be around someone else with TB and get new TB germs. Yet—most healthy people won't need to be treated ever again.

Once I complete treatment for TB infection, does that mean I will not get TB disease?

The medicine does not work for everyone, but works really well for most people. Most people who complete treatment for TB infection will not get TB disease.

Treatment for TB Disease

If you have TB disease, you will usually take several medicines when you start your treatment to kill the TB germs in your body.

They are:

1. Isoniazid (i-so-ni-a-zid), also called INH
2. Rifampin (ri-fam-pin)
3. Ethambutol (eth-am-byoo-tol)
4. Pyrazinamide (peer-a- zin-a-mide)



Like all medicines, TB medicines can have side effects. However, most people can take their TB medicines without any problems. Talk to your doctor if you have side effects. Some people find getting more rest, fresh air, and sunshine, along with eating well keeps them feeling good while taking their medicines.

“I was pretty surprised that Rifampin turned my urine, saliva and even my tears bright orange. I heard it was a common side effect, but it still took some getting used to. I had to switch from wearing contact lenses to glasses while I was on it.”



If you are being treated for TB disease, tell your doctor right away you have:

- A fever.
- A rash.
- Aching joints.
- Aches or tingling in your fingers or toes.
- An upset stomach, nausea, or stomach cramps.
- Bruising.
- Changes in your eyesight such as blurred vision.
- Changes in your hearing such as ringing in your ears.
- Dizziness.
- Easy bleeding when cut.
- Less appetite or no appetite for food.
- Tingling or numbness around the mouth.
- Vomiting.
- Yellowish skin or eyes.

Most people can take medicine for TB disease with no problems.

You will have tests to check on side effects and how the medicines are working.

- Depending on your medicine plan, your doctor may ask for blood, phlegm, or urine tests while you are on treatment. These tests will help show if your TB medicines are working the right way and how your body is handling the medicine. If you are being treated for TB disease, you may also get additional chest x-rays.
- If you have TB disease along with other health problems, like HIV infection or diabetes, you may need to have blood, phlegm, or urine tests before and after treatment, as well.

During your treatment your doctor may ask many questions. Your answers will help your doctor provide you with the best care.

If you are taking medicine for TB disease, write any questions you have about your medicine here to share with your doctor:

Take your pills until your doctor tells you to stop.

If you stop taking medicines for TB disease early or do not take them the right way:

1. You can be sick again and stay sick for a longer time.
2. The medicines you took before can stop working and you may have to take different medicines that have more side effects.
3. Even the new medicines may not work to cure the TB.
4. You can pass TB germs on to others again.





What is “DOT” and how does it work?

DOT is short for Directly Observed Therapy. Some clinics and health departments offer this program to help you through the treatment for TB disease. Depending on your medicine plan, a healthcare worker will meet with you every day or a few times a week to watch you take your TB pills.

He or she will bring your pills to you at the place and time that is most easy for you. This can help you stay with your medicine plan.

Once I complete treatment for TB disease and I’m cured, can I get TB again?

Yes, but this is unlikely. After you take the medicine the right way for as long as your doctor tells you, your chance of getting TB again is low. Now that you have had TB, you know what the signs are. If you notice any of those signs, you should call your doctor right away.

How do I tell my family and friends I am being treated for TB disease?

You may want to talk to your family and friends about TB. Share this brochure and other information you have learned about TB.

Let them know:

- Anyone can get TB. Even people who eat nutritious foods, and get plenty of rest and exercise can get TB.
- You are taking your TB medicine the right way.
- Usually, after you have been on the TB medicines for several weeks, your doctor will be able to tell when you are no longer passing TB germs to others.
- A healthcare worker or your doctor may speak with them about their chances of getting TB. They may need to have a TB skin test or TB blood test and x-ray.

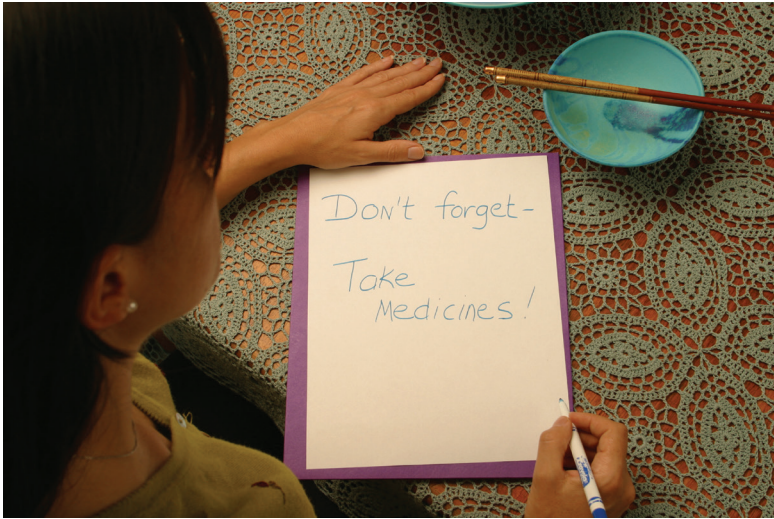
In your first few weeks of treatment for TB disease, you will need to:

- Stay at home until your doctor or healthcare provider says you may return to school or work.
- Ask friends not to visit until your doctor or healthcare provider says you can have visitors.
- Put all used tissues in a trash bag. Close the bag until you can throw it away.
- Keep windows open in your home, if possible, until your doctor says you cannot pass TB germs to others.
- Take your medicine as your doctor says to.
- Always follow your doctor's instructions and ask questions if you don't understand.

Keep this list in a place where you will see it often.

Your doctor may ask you to wear a special mask at home, so you don't put TB germs into the air. If you are not wearing a mask, you should cover your mouth and nose with a tissue when you cough, laugh, or sneeze.

Staying on track with your medicine plan



Whether you have TB infection or TB disease, taking medicine each day can be difficult. Remind yourself you are staying on your treatment plan to kill all the TB germs. You have done other tough things in your life and you can do this too!

Talk to your doctor or healthcare provider about any problems or concerns you have while taking your pills. Your healthcare provider will help you find a medicine plan that works for you.

Keep telling yourself that the pills can help you beat TB.

Remember to:

1. Always take your full dose even when you feel good.
2. Talk to your doctor about any problems with your medicine.
3. Ask your family and friends for support.

Try these tips:

Tiên and Thu came up with plans that made taking TB pills easier. Can their tips work for you?



Challenge:

Taking my pills was a chore!

“Sure, I wanted to get rid of my TB infection, but I still found it hard to take all my medicine. I guess its just human nature—I was feeling good so it was hard to take the pills.”

–Tiên

Tiên's Solution:

What kept me on track? I put a note in my wallet next to a picture of my family that said “Tiên—stay healthy for your family.”



Challenge:

I have more than one health problem.

“I have HIV infection and TB disease. I do my best Wto follow my doctor’s instructions. But with two health problems, I needed help keeping track of all my pills.”

–Thu

Thu's solution:

“I found support at the TB clinic. I’m in a Directly Observed Therapy program, DOT for short. The people are friendly and we worked out a pill plan that really works. A healthcare worker meets with me at home every day and watches me take my medicine, so I don’t confuse my pills or forget to take them. She gives me the encouragement I need. I know I will be cured, because with her help, I will complete my treatment plan.”

If you are not in a DOT (Directly Observe Therapy) program, take steps to remember to take your pills.

Check off the tips you will try:

<input type="checkbox"/>	Take your medicine at the same time each day.
<input type="checkbox"/>	Wear a watch to keep track of the time. Set your watch alarm for the time you need to take your pills.
<input type="checkbox"/>	Use a pillbox and put a week's worth of pills in the box.
<input type="checkbox"/>	Keep your medicine in one place where you can't miss it.
<input type="checkbox"/>	Write yourself a note. Put it on your bathroom mirror or on your refrigerator.
<input type="checkbox"/>	Ask a family member or friend to help you remember.
<input type="checkbox"/>	Use a calendar to check off the days you have taken your medicine.

Write the names and amount of medicine you are taking each day to kill the TB germs here:

List any other medicines you are taking here:

If you miss a dose or forget to take your medicine:

- If you miss one dose or forget to take the pills **ONE TIME**, don't worry. Just take the next dose when you are supposed to.
- If you forget your medicine more than one time, call your doctor or healthcare provider **BEFORE** you take the next dose. He or she will tell you what to do next.
- Talk to your healthcare provider if you are not in a DOT program and you are having trouble remembering your medicine. Your healthcare provider will help to find a plan that will work for you.

The longest journey begins with a single step.

Taking medicine regularly can be a challenge. Some days you may feel like giving up. Yet, you know that you can do this—one day at a time. It takes a lot of work to stay on a medicine plan. But taking your medicines the right way, just as your doctor or healthcare provider tells you, means soon you will be free of TB germs in your body.

Ask your healthcare provider and your family and friends for help along the way. Together—you will succeed!

**For more information on TB, call your
local health department at**

**or visit the Centers for Disease Control and
Prevention website at <http://www.cdc.gov/tb>**