TB Ano ang Dapat Mong Malaman Tungkol sa Impeksyong Tuberculosis

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

English Version Included

Ano ang Nasa Loob:

Magsagawa ng mga hakbang upang matiyak na ang impeksyong TB ay hindi magiging sakit na TB. Basahin ang booklet na ito upang malaman kung paano mong makokontrol ang iyong kalusugan.

Mga Nilalaman

Ano ang ibig sabihin ng mayroong impeksyong TB.... 4

Hinggil sa pagsusuri sa balat o dugo para sa TB............ 6

Paggagamot ng impeksyong TB..8

Mga tip para manatili sa iyong nakagawiang
pag-inom ng gamot 11

Bigyan ng sagot ang mga tanong mo..............................12

Ano ang ibig sabihin ng mayroong impeksyong TB

Kwento ni Juan.

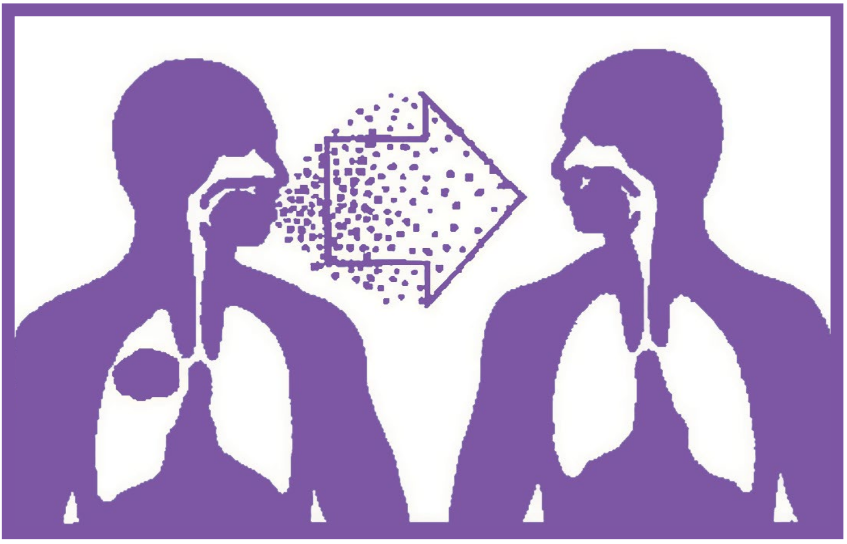
“Bago ko pa lamang nalaman na mayroon akong impeksyong TB. Naibsan ang pag-aalala ko nang malaman na ang impeskyong TB ay nangangahulugan na mayroon lamang akong mga dormant na mikrobyo ng TB sa aking katawan. Nangangahulugan ito na ang mga mikrobyo ng TB ay natutulog, kaya hindi sila nagdudulot ng aking pagkakasakit, at hindi ko maipapasa ang mga iyon sa iba. Sinabi sa akin ng doktor ko na kung minsan ang mga natutulog na mikrobyo ng TB ay gumigising at dumadami. Ang tawag dito ay sakit na TB, at kung makukuha ko ito, maaaring lumala ang aking sakit at maipapasa ko sa iba ang mga mikrobyo ng TB. Ayaw kong mangyari iyon, kaya ginagawa ko agad ang sinabi ng aking doktor sa akin, at sinisimulan na agad na inumin ang gamot para sa TB.”

Si Juan ay may impeksyong TB. Nangangahulugan ito na:

- Mayroon lamang siyang dormant (natutulog) na mga mikrobyo ng TB sa kanyang katawan, kaya hindi siya binibigyan ng mga iyon ng sakit.
- Hindi niya maipapasa ang mga mikrobyo ng TB sa iba.
- Pero — kung hindi siya iinom ng mga gamot upang patayin ang mga mikrobyo ng TB, magkakaroon siya ng sakit na TB sa hinaharap. At kung magkakaroon siya ng sakit na TB, maipapasa niya sa iba ang mga mikrobyo ng TB.

Paano ko nakuha ang impeksyong TB?

- Ang TB ay naikakalat sa pamamagitan ng hangin mula sa isang tao papunta sa ibang tao. Ang mga mikrobyo ng TB ay naipapasa sa pamamagitan ng hangin kapag ang isang tao na may sakit na TB ay umubo, tumawa, kumanta, o bumahing.
- Tulad ni Juan, kung malalanghap mo ang hangin na may mga mikrobyo ng TB, maaari kang makakuha ng impeksyong TB.
- Hindi mo malalaman kung mayroon kang impeksyong TB maliban na lamang kung sasailalim ka sa isang pagsusuri sa balat o dugo para sa TB.
- Kung hahayaang hindi nagagamot, ang impeksyong TB ay maaaring maging isang sakit na TB.



Ang mga mikrobyo ng TB ay naipapasa sa pamamagitan ng hangin kapag ang isang tao na may sakit na TB ay umubo, tumawa, kumanta, o bumahing.

Kailan mo kailangang magpasuri ng balat o dugo para sa TB

Kailangan mong magpasuri ng balat o dugo para sa TB kung:

- Nakasalamuha mo ang isang tao na may sakit na TB.
- Mayroon kang impeksyong HIV o iba pang problema sa kalusugan, tulad ng diyabetes, na siyang dahilan kung bakit mas nahihirapan ang iyong katawan na labanan ang mga mikrobyo.
- Nagtuturok ka ng mga iligal na droga.
- Naniniwala ang iyong doktor na kailangan mong masuri.
- Sinasabi sa lugar na iyong pinagtatrabahuhan na kailangan mong masuri.
- Galing ka sa isang lugar kung saan ang sakit na TB ay mas karaniwan. Kabilang dito ang karamihan ng mga bansa sa Latin America at sa Caribbean, Africa, Asya, mga nasa Silangang bahagi ng Europe, at Russia.
- Napakahabang panahon ang ginugol mo sa isang lugar kung saan mas karaniwan ang TB. Kabilang dito ang mga tinutuluyan ng mga taong walang tirahan, mga sentrong gamutan ng mga nagdodroga, mga klinika para sa pangangalagang pangkalusugan, mga tahanan kung saan may mga taong inaalagaan, mga kulungan, o bilangguan.

Sinabi ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na mayroon kang impeksyong TB.

Ang isang tao na may impeksyong TB ay kadalasang may positibong pagsusuri sa balat o dugo para sa TB. Kung positibo ang iyong pagsusuri sa balat o dugo para sa TB, ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ay maaaring magsagawa ng isang x-ray sa dibdib upang maghanap ng mga palatandaan ng sakit na TB. Kung ang iyong x-ray ay hindi nagpakita ng mga palatandaan ng sakit na TB, ikaw ay mada-diagnose na may impeksyong TB.

Ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ay maaari ring nagtanong na kung mayroon kang impeksyong HIV. Iyon ay dahil ang pagkakaroon ng impeksyong HIV at impeksyong TB nang magkasabay ay maaaring maging dahilan upang ikaw ay lubhang magkasakit. Kung hindi mo alam, hilingin sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na isailalim ka sa pagsusuri para sa HIV. Ang pakikipag-usap tungkol sa HIV ay isang personal na bagay, ngunit mahalaga ito dahil maaaring magtulungan ang impeksyong TB at impeksyong HIV upang maging napakalubha ng iyong sakit.

Paggagamot ng impeksyong TB

Inumin nang tama ang iyong mga gamot, ayon sa sinabi sa iyo ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

"Noong una, hindi ko maintindihan kung bakit kailangang 9 na buwan akong uminom ng mga gamot para sa TB. Parang napakatagal naman noon. At ni hindi ko nga naramdaman na may sakit ako! Pero ngayon ay alam ko na ang mga mikrobyo ng TB na ito ay napakalalakas at maaaring lumipas ang matagal na panahon bago mamatay ang mga ito. Gumawa ako ng plano upang tapusin ang paggagamot na ito dahil gusto kong manatiling malusog para sa aking pamilya. Hindi ko gustong ipagsapalaran na magkaroon ng sakit na TB balang araw."

Kung mayroon kang impeksyong TB, sundin ang mga makabubuting tip na ito:

- Protektahan ang iyong kalusugan sa pamamagitan ng pag-inom ng gamot para sa impeksyong TB.
- Inumin ang lahat ng iyong gamot kahit pa wala kang nararamdamang sakit.
- Manatiling umiinom ng gamot upang mapatay ang mga mikrobyo ng TB nang hindi ka magkaroon ng sakit na TB.

Bakit kailangang uminom ako ng gamot kung hindi ko naman nararamdamang ako ay may sakit?

Kahit pa ang mga mikrobyo ng TB sa iyong katawan ay dormant (natutulog), napakalalakas ng mga iyon. Maraming mikrobyo ang napapatay sa maiksing panahon lamang pagkasimula mong uminom ng iyong gamot, pero ang iba ay nananatiling buhay sa iyong katawan sa loob ng mahabang panahon. Mas matagal bago sila mamatay. Hangga't may mga mikrobyo ng TB sa iyong katawan, maaari silang magising, dumami, at bigyan ka ng sakit na TB. Ang tanging paraan upang alisin ang mga mikrobyo ng TB ay sa pamamagitan ng pag-inom ng mga gamot sa TB. Kailangan mong manatiling umiinom ng gamot para sa TB sa loob ng 3, 6, o 9 na buwan, depende sa kung ano ang tingin ng doktor ay pinakamakabubuti sa iyo.

Kausapin ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung nararamdaman mo na nagkakasakit ka dahil sa iyong gamot.

Anumang gamot ay maaaring magdulot ng mga side effect, pati na ang mga gamot para sa TB. Karamihan ng mga tao ay nakakainom ng mga gamot nila sa TB nang walang problema.

Tawagan kaagad ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung mayroon kang:

- Pagkahilo kapag nakaupo, nakatayo o nakahiga.
- Kakulangan sa gana, o walang ganang kumain.
- Pananakit ng tiyan, pagkahilo, o pagsusuka.
- Pananakit sa bandang ibaba ng iyong dibdib o pagdighay.
- Mga sintomas na katulad ng sa trangkaso, may lagnat man o wala.
- Matinding pagkapagod o panghihina.
- Lagnat o panginginig.
- Matinding pagtatae o mga dumi (tae) na mapusyaw ang kulay.
- Kayumanggi, kulay-tsaa o kulay-cola na ihi.
- Parang naninilaw na balat o mga puti sa iyong mata.
- Pangangati o mga pantal sa balat.
- Mga pasa, o pula at ubeng pantal sa iyong balat na hindi mo maipaliwanag.
- Mga pagdurugo ng ilong, o pagdurugo mula sa iyong mga gilagid o sa palibot ng iyong bibig.
- Kinakapos ang paghinga.
- Pananakit o pakiramdam na may tumutusok sa iyong mga kamay, braso at hita.

TANDAAN: Ang mga tao ay may iba't ibang reaksyon sa mga gamot. Kung sa palagay mo ay nagkakaroon ka ng anumang reaksyon sa iyong panggamot, tumawag kaagad sa doktor.

Mga tip para manatili sa iyong nakagawiang pag-inom ng gamot.

Subukan ang mga tip na ito upang makatulong sa iyo na maalalang uminom ng iyong gamot sa TB.

Lagyan ng tsek ang mga tip na susubukan mo:

- ☐ Inumin ang iyong mga gamot sa kaparehong oras araw-araw.
- ☐ Gumamit ng kahong lalagyan ng gamot at lagyan ito ng mga gamot na kasya para sa isang linggo.
- ☐ Ilagay sa isang lugar ang gamot mo, kung saan hindi mo ito makakaligtaan.
- ☐ Magsulat ka ng isang paalala para sa iyong sarili. Ilagay ito sa salamin ng iyong banyo o sa iyong refrigerator.
- ☐ Magrelo upang masubaybayan ang oras. Itakda ang alarma ng iyong relo sa oras na dapat ka nang uminom ng iyong mga gamot.
- ☐ Pakiusapan ang isang miyembro ng pamilya o kaibigan na tulungan kang makaalala.
- ☐ Gumamit ng isang kalendaryo upang lagyan ng tsek ang mga araw na naka-inom ka na ng gamot.

Titiyakin ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na ang gamot ay tumatalab sa iyo.

Habang nasa iyong gamot sa TB, maaari kang magpatingin sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan nang hindi bababa sa isang beses isang buwan. Kung mayroon ka pang ibang mga problema sa kalusugan, tulad ng impeksyong HIV o hepatitis, maaaring kailanganin mong magpatingin sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan nang mas madalas.

Maaari ring kailanganin mo ang ilang pagsusuri sa dugo sa pagtakbo ng panahon upang matiyak na nakakayanang mabuti ng iyong katawan ang gamot.

Bigyan ng sagot ang mga tanong mo

Narito ang mga sagot sa mga tanong mo!

Narito ang mga sagot sa mga karaniwang tanong mula sa mga tao na may impeksyong TB.

Kapag nakumpleto ko na ang paggagamot sa impeksyong TB, nangangahulugan ba iyon na hindi ko na makukuha ang sakit na TB?

Ang gamot ay hindi tumatalab sa lahat ng tao, pero tumatalab ito nang mahusay sa karamihan ng mga tao. Karamihan ng mga tao na nagkumpleto ng paggagamot ng impeksyong TB ay hindi makakakuha ng sakit na TB.

Kapag natapos ko na ang paggagamot para sa impeksyong TB, makakakuha ba ako ulit ng impeksyong TB?

Oo. Ang paggagamot na tinatanggap mo para sa impeksyong TB ay ginagamot lamang ang mga mikrobyo ng TB sa iyong katawan ngayon. May posibilidad na may makasalamuha kang isang tao na may sakit na TB at makuha mo ulit ang mga mikrobyo ng TB. Pero karamihan ng malulusog na tao ay hindi na kailangang gamutin pa ulit kailanman.

Narinig ko na kapag mayroon akong positibong pagsusuri sa balat o dugo para sa TB, palagi akong magkakaroon ng positibong pagsusuri sa balat o dugo para sa TB kahit pa nakapagkumpleto na ako ng paggagamot. Totoo ba ito?

Oo, totoo ito. Kahit pa natapos mo na ang pag-inom ng lahat ng gamot mo para sa TB, magiging positibo pa rin ang iyong pagsusuri sa balat o dugo para sa TB. Hilingin sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na bigyan ka ng isang nakasulat na rekord na ang test sa iyo ay positibo at natapos mo ang paggagamot. Makakatulong ito kung sakaling hihingin sa iyo sa hinaharap na magkaroon ng isa pang pagsusuri sa balat o dugo para sa TB.

Ano ang pinakamagandang paraan ng pagpapaliwanag ng impeksyon ko sa TB sa aking pamilya, mga kaibigan, kamag-aaral o kasamahan sa trabaho?

Walang tama o maling paraan. Nasa ibaba ang ilang mungkahi, pero gawin mo ang sa palagay mo ay tama para sa iyo.

- Ipaliwanag na ang mga taong may impeksyong TB ay hindi makakapagkalat ng mga mikrobyo ng TB. Sa madaling salita, walang makakakuha ng mga mikrobyo ng TB mula sa iyo.
- Ipaliwanag na umiinom ka ng gamot upang matiyak na hindi mo makukuha ang sakit na TB.
- Ibahagi ang booklet na ito at ang impormasyong natutunan mo tungkol sa impeksyong TB sa iyong mga kaibigan, pamilya, at sa iba pa.
- Magtanong sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ng anumang katanungang mayroon ka, ang iyong pamilya, mga kaibigan, kamag-aral, o mga kasamahan sa trabaho.

Alamin ang mga katotohanan tungkol sa bakunang BCG at TB:

Ang ibang tao mula sa mga bansa na maliban sa Estados Unidos ay nakuha na ang bakunang BCG para sa TB. Hindi ka palaging mapoprotektahan ng bakunang BCG sa TB. Kahit pa nabakunahan ka na ng BCG, maaari ka pa ring magka-TB. Kung positibo ang iyong pagsusuri sa balat para sa TB, magdedesisyon ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung kailangan mo ng paggagamot para sa impeksyong TB.

“Palagi kong naiisip na magiging positibo ang aking pagsusuri sa balat para sa TB dahil sa aking bakunang BCG. Sinabi ng aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan na ang ilang tao na nagpabakuna ng BCG ay may mga positibong pagsusuri sa balat para sa TB at ang ilan naman ay may mga negatibong pagsusuri sa balat para sa TB. Nalaman ko na ang isang positibong pagsusuri ay kadalasang nangangahulugan na ang isang tao ay may impeksyong TB.”

Tandaan — Ang TB ay naiiwasan, nagagamot, at napapagaling.

Lahat ng impormasyong ito ay napakarami para maunawaan nang sabay-sabay. Isa kada araw—isang araw sa isang panahon habang pinagsisikapan mo ang pagpapagaling ng iyong impeksyong TB.

Sundin ang iyong plano na uminom ng gamot sa TB upang hindi ka magpatuloy sa pagkakaroon ng sakit na TB. Manatiling malusog para sa iyong pamilya, mga kaibigan at para sa iyong sarili.

Mga Dapat Tandaan

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa TB, tumawag sa iyong lokal na departamento ng kalusugan sa

o bisitahin ang website ng CDC Division of Tuberculosis Elimination sa http://www.cdc.gov/tb

Pinaunlad sa pakikipagtulungan sa Global Tuberculosis Institute sa Rutgers, The State University of New Jersey

Inilimbag noong 2008 | Muling Inilimbag noong 2015

CS252981-D

TB

What You Need To Know About Tuberculosis Infection

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

What's Inside:

Take steps to make sure TB infection does not turn into TB disease. Read this booklet to learn how you can take control of your health.

Contents

What it means to have TB infection.................................... 4

About the TB skin test or TB blood test 6

Treatment for TB infection..8

Tips to stay on your medicine routine..............................11

Get your questions answered..12

What it means to have TB infection

Juan's Story.

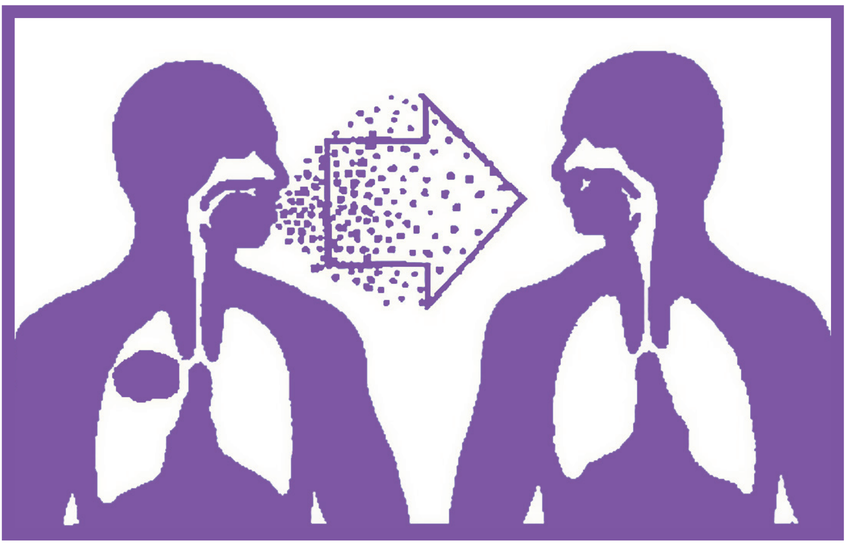
“I just found out I have TB infection. I was relieved to find out that TB infection means I have only dormant TB germs in my body. This means the TB germs are sleeping, so they are not making me sick, and I cannot pass them to anyone else. My doctor told me that sometimes the TB germs wake-up and multiply. This is called TB disease, and if I get it, I can become very sick and can pass TB germs to others. I don't want that to happen, so I'm doing what my doctor told me, and starting on the TB medicine right away.”

Juan has TB infection. This means that:

- He has only dormant (sleeping) TB germs in his body, so the germs are not making him sick.
- He cannot pass these TB germs to others.
- Yet—if he doesn't take medicine to kill the TB germs now, he can get sick with TB disease in the future. And if he gets TB disease, he can pass TB germs to others.

How did I get TB infection?

- TB is spread through the air from one person to another. The TB germs are passed through the air when a person who is sick with TB disease coughs, laughs, sings, or sneezes.
- Like Juan, if you breathe air that has TB germs, you may get TB infection.
- You will not know you have TB infection unless you have a TB skin test or TB blood test.
- If left untreated, TB infection can turn into TB disease.



TB germs are passed through the air when a person who is sick with TB disease coughs, laughs, sings, or sneezes.

When you should have a TB skin test or TB blood test

You should have a TB skin test or TB blood test if:

- You have spent time with a person who has TB disease.
- You have HIV infection or another health problem, like diabetes, that makes it harder for your body to fight germs.
- You inject illegal drugs.
- Your doctor suggests you should be tested.
- Your workplace says you need to be tested.
- You are from a place where TB disease is more common. This includes most countries in Latin America and the Caribbean, Africa, Asia, Eastern parts of Europe, and Russia.
- You spend a lot of time where TB is more common. This includes homeless shelters, drug treatment centers, health care clinics, nursing homes, jails, or prisons.

Your healthcare provider said you have TB infection.

A person with TB infection will usually have a positive TB skin test or TB blood test. If your TB skin test or TB blood test is positive, your healthcare provider may also do a chest x-ray to look for signs of TB disease. If your x-ray did NOT show signs of TB disease, you will be diagnosed with TB infection.

Your healthcare provider may have also asked if you have HIV infection. That's because having HIV infection and TB infection together can make you very sick. If you don't know, ask your healthcare provider to give you an HIV test. Talking about HIV is personal, but it is important because TB infection and HIV infection can work together to make you very sick.

Treatment for TB infection

Take your pills the right way, as your healthcare provider tells you.

"At first, I could not understand why I had to be on the TB pills for 9 months. That seemed like a long time. And I didn't even feel sick! But now I know that these TB germs are strong and they can take a long time to die. I made a plan to finish this medicine because I want to stay healthy for my family. I don't want to take the chance of getting sick with TB disease someday."

If you have TB infection, follow these good tips:

- Protect your health by taking medicine for TB infection.
- Take all your pills, even though you don't feel sick.
- Stay on the medicine to kill TB germs so you won't get TB disease.

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

Even though the TB germs in your body are dormant (sleeping), they are very strong. Many germs are killed shortly after you start taking your medicine, but some stay alive in your body a long time. It takes longer for them to die. 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 TB germs is by taking TB medicines. You will need to stay on TB medicine for 3, 6, or 9 months, depending on what your doctor thinks is best for you.

Talk to your healthcare provider if your medicine is making you feel sick.

Any medicine can cause side effects, including TB pills. Most people can take their TB medicine without any problems.

Call your healthcare provider 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.

NOTE: People react differently to medicines. If you think you are having any reaction to your treatment, call the doctor right away.

Tips to stay on your medicine routine.

Try these tips to help you remember to take your TB medicine.

Check off the tips you will try:

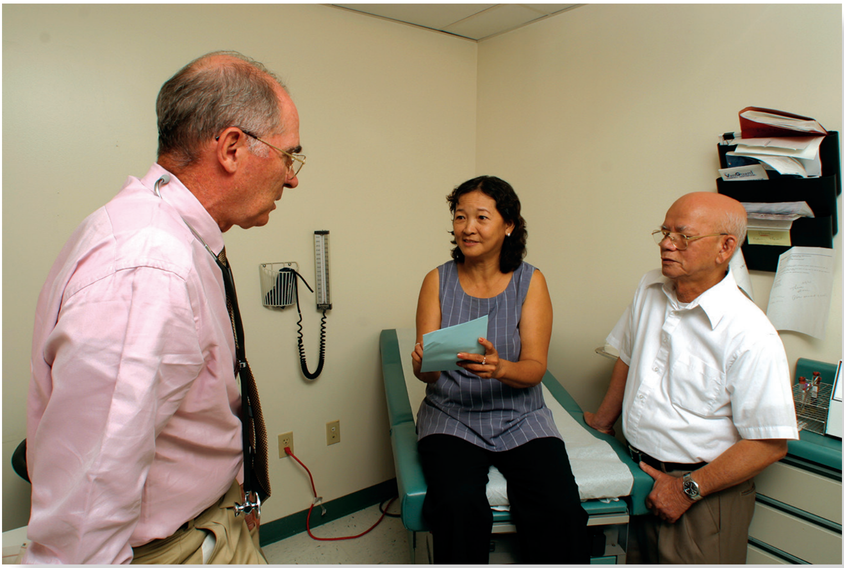
- ☐ Take your medicine at the same time every day.
- ☐ Use a pillbox and put a week's worth of pills in the box.
- ☐ Keep your medicine in one place, where you can't miss it.
- ☐ Write yourself a note. Put it on your bathroom mirror or on your refrigerator.
- ☐ Wear a watch to keep track of time. Set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

Your healthcare provider will make sure the medicine is working for you.

While on your TB medicine, you may see your healthcare provider at least one time a month. If you have other health problems, like HIV infection or hepatitis, you may need to see your healthcare provider more often.

You may also need to have some blood tests along the way to make sure your body is handling the medicine well.

Get your questions answered



Your questions answered here!

Here are answers to common questions from people who have TB infection.

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

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

After I finish 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 the possibility that you can be around someone else with TB disease and get new TB germs. Yet—most healthy people won't ever need to be treated again.

I've heard that once I have a positive TB skin test or TB blood test, I will always have a positive TB skin test or TB blood test, even after I complete the treatment. Is this true?

Yes, this is true. Even after you finish taking all of your TB medicine, your TB skin test or TB blood test will still be positive. Ask your healthcare provider to give you a written record that says your test was positive and that you finished treatment. This will be helpful in case you are asked to have another TB skin test or TB blood test in the future.

What is the best way to explain my TB infection to my family, friends, classmates, or co-workers?

There is no right way or wrong way. Below are some suggestions, but do what feels right for you.

- Explain that people with TB infection cannot spread TB germs. In other words, no one can get TB germs from you.
- Explain that you are taking medicine to make sure you don't get TB disease.
- Share this booklet and information you have learned about TB infection with your friends, family, and others.
- Ask your healthcare provider any questions that you, your family, friends, classmates, or co-workers may have.

Get the facts on the BCG vaccine:

Some people from countries other than the United States have had the BCG vaccine for TB. The BCG vaccine will not always protect you from TB. Even if you had the BCG vaccine, you can still go on to get TB. If you have a positive TB skin test, your healthcare provider will decide if you need treatment for TB.

> “I always thought that my BCG vaccine would cause my TB skin test to be positive. My healthcare provider said that some people who have had a BCG vaccine have positive TB skin tests and some have negative TB skin tests. I learned that a positive test often means a person has TB infection.”

Remember—TB can be prevented, treated, and cured.

All of this information is a lot to take in at once. Take each day—one day at a time as you work toward treating your TB infection.

Follow your plan to take TB medicine so you don’t go on to get TB disease. Stay healthy for yourself, your friends, and your family!

Notes

For more information on TB, call your local heath department at

or visit the CDC Division of Tuberculosis Elimination website at http://www.cdc.gov/tb

Developed in partnership with the Global Tuberculosis Institute at Rutgers, The State University of New Jersey

Produced 2008 | Reprinted 2015

CS252981-D