Mga Tagubilin para sa Pagbubukod Pangrespiratoryo sa Bahay (Home Respiratory Isolation)

Paano naikakalat ang tuberkulosis

Ang tuberkulosis (TB) ay naikakalat sa pagitan ng mga tao sa pamamagitan ng hangin. Ang mga mikrobyo ng TB ay napupunta sa hangin kapag mayroon kayong mga mikrobyo ng TB sa inyong mga baga o lalamunan at uubo, babahing, tatawa o kakanta kayo. Maaaring malanghap ng mga taong malapit sa inyo ang mga mikrobyo ng TB at mahawa sa impeksyon. Ang mga mikrobyo ng TB ay maaaring mabuhay sa hangin nang hanggang 6 na oras, kahit pagkatapos ninyong lisanin ang silid. Ang TB ay hindi naikakalat sa pamamagitan ng damit, linen, mga muwebles o kubeta o sa pakikipagkamay. Hindi ninyo maikakalat ang TB sa pamamagitan ng mga kutsara o tinidor, mga plato o tasa.

Tungkol sa pagbubukod sa bahay

Pinapauwi kayo ng inyong doktor para sa "pagbubukod sa bahay". Ibig sabihin nito na hindi masyadong malala ang inyong sakit upang mangailangan kayo ng pangangalaga sa ospital, ngunit nakakahawa pa rin ang sakit ninyo (maaari ninyong maikalat ang TB sa mga ibang tao). Nakakatulong ang pagbubukod sa bahay upang maiwasan ang pagkalat ng TB dahil nananatili kayo sa bahay nang malayo sa mga ibang tao habang maaaring makahawa ang inyong sakit.

Ang pagbubukod sa bahay ay iba-iba sa pagitan ng mga tao. Ang pagbubukod sa bahay ay maaaring magtagal nang ilang araw, linggo, o buwan.

Ang pag-inom ng *bawat dosis* ng inyong gamot sa TB ang makakapatay sa mga mikrobyo ng TB at makakatulong upang mas maagang matapos ang inyong pagkakabukod. Kaya napakaimportante ng pag-inom ng inyong gamot! Susuriin ng inyong doktor ang mga sampol ng plema nang hindi bababa sa kada dalawang linggo upang alamin kung gaano kabisa ang paggana ng gamot. Sasabihin sa inyo ng inyong doktor o nars kung kailan ligtas nang bumalik sa inyong karaniwang gawain.

Habang kayo ay nakabukod sa bahay

- Manatili sa bahay maliban kung kailangan ninyo ng pangangalagang medikal. Dapat ninyong ipagpaliban ang lahat ng lakad na hindi emergency (dentista, hairdresser, atbp.) hanggang hindi na maaaring makahawa ang inyong sakit.
- Kung dapat kayong pumunta sa doktor, **magsuot ng mask at sabihin sa mga empleyado sa opisina ng doktor na mayroon kayong TB.**
- Kung kailangan ninyong masundo ng ambulansiya, **sabihin sa paramedics na mayroon kayong TB.**
- Huwag kayong tatanggap ng mga bisita. Lumayo sa mga tao na hindi ninyo kasama sa bahay. Ang mga sanggol, mga batang paslit, at mga taong may mahinang immune system (mga pasyenteng may kanser, mga taong may HIV, mga taong nagkaroon ng organ transplant) ay madaling mahawa ng TB.
- **Kung kailangan ninyong lumapit sa mga ibang tao habang nasa loob, palaging magsuot ng mask.**

- Maaari kayong lumabas nang walang mask kung mag-isa lamang kayo. Mas mahirap kumapit ang mga mikrobyo ng TB sa mga ibang tao sa labas. Ang mga mikrobyo ng TB ay namamatay sa liwanag ng araw.
- Hindi kayo maaaring sumakay ng mga taksi, bus, tren, o eroplano.
- Hindi kayo maaaring pumunta sa paaralan, trabaho, simbahan, sa tindahan o anumang iba pang pampublikong lugar.
- Takpan ang inyong bibig ng tissue kapag uubo, babahing, o tatawa kayo. Itapon ang tissue sa basurahan.
- Matulog nang mag-isa sa hiwalay na kuwarto.
- Pahanginan ang kuwarto ninyo sa pagbubukas ng bintana kung pinahihintulutan ito ng panahon. Maaari rin kayong maglagay ng bentilador sa nakabukas na bintana nang nakaharap ito sa bintana upang hipan ang hangin papalabas ng kuwarto.

KUNG MAYROON KAYONG ANUMANG MGA KATANUNGAN, TAWAGAN ANG NARS SA TB SA ________________.