MGA DAPAT MALAMAN TUNGKOL SA TUBERCULOSIS (TB)

Department of Health

USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

PAUNANG SALITA:

Ang flipchart na ito ay naglalayong tulungan ang mga health workers at community volunteers na maipamahagi sa mga pasyente, treatment partners, TB symptomatics, at komunidad, ang mga pangunahing impormasyong dapat nilang malaman tungkol sa tuberculosis o TB.

Mahalaga na ating malaman ang mga impormasyon tungkol sa sakit na TB. Ang mga impormasyong ito ay makatutulong sa atin upang maagapan at maiwasan ang paglaganap ng sakit na ito.

Pagkatapos ng araling ito, inaasahan na matatalakay natin ang mga sumusunod:

1. Sintomas ng TB;
2. Mga paraan para maiwasan, maagapan at magamot ng tama ang sakit na ito; at
3. Mga maaaring gawin ng komunidad upang masugpo ang TB.

MGA ALITUNTUNIN SA PAGGAMIT NG FLIPCHART:

Binubuo ng dalawang bahagi ang bawat pahina ng flipchart na ito.

Ang unang bahagi na siyang nakaharap sa mga kausap ay naglalaman ng malalaking larawan at sulat.

Ang ikalawang bahagi naman na siyang nakaharap sa facilitator ay nagsisilbing gabay sa kanyang pagpapaliwanag.

Ang mga pangunahing impormasyon tungkol sa TB ay makikita sa Pahina Bilang 1-9 at 14-15. Ang mga impormasyong ito ay nababagay sa komunidad.

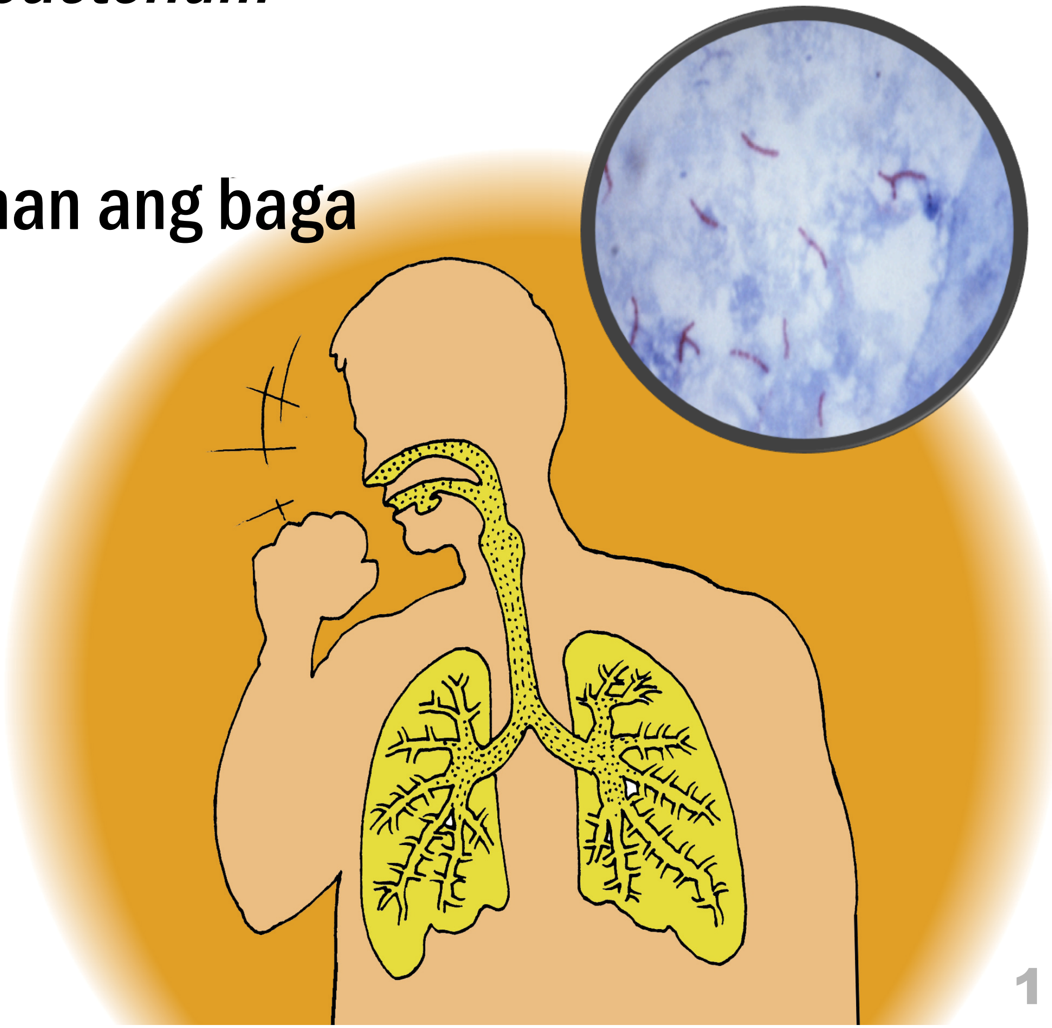
Kung ang kausap ay may sakit na TB, makatutulong na maipaliwanag sa kanya ang mga pangunahing impormasyon kasama ang mga nilalaman ng Pahina Bilang 10-12 at 19-21.

Kung may magtanong ukol sa anong dapat gawin kapag nakaligtaan ang pag-inom ng gamot, magpaliwanag gamit ang nilalaman sa Pahina Bilang 13.

Kung ang kausap naman ay mga treatment partners, makatutulong na maipaliwanag sa kanya ang buong nilalaman ng flipchart na ito.

ANO ANG TB?

- Dulot ng mikrobyong *Mycobacterium tuberculosis* o TB bacilli
- Pinakamadalas maapektuhan ang baga
- Nakakahawa
- Nagagamot at naaagapan



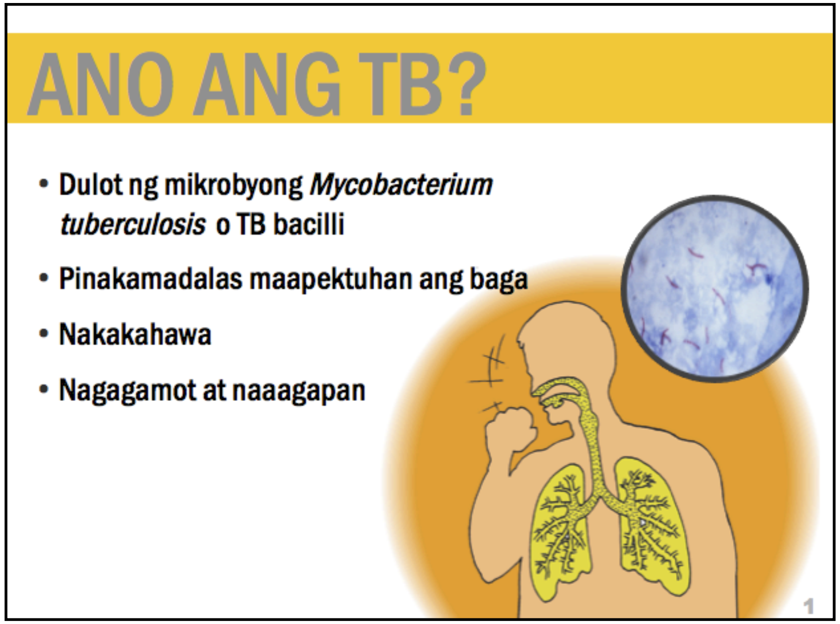
Mga Karagdagang Impormasyon:

Ang tuberculosis o TB ay isang nakahahawang sakit na sanhi ng mikrobyong *Mycobacterium tuberculosis* o TB bacilli.

Ito ay karaniwang nakaaapekto sa baga at maaari ring maapektuhan ang iba pang bahagi ng katawan tulad ng buto, balat, utak, bato, at atay.

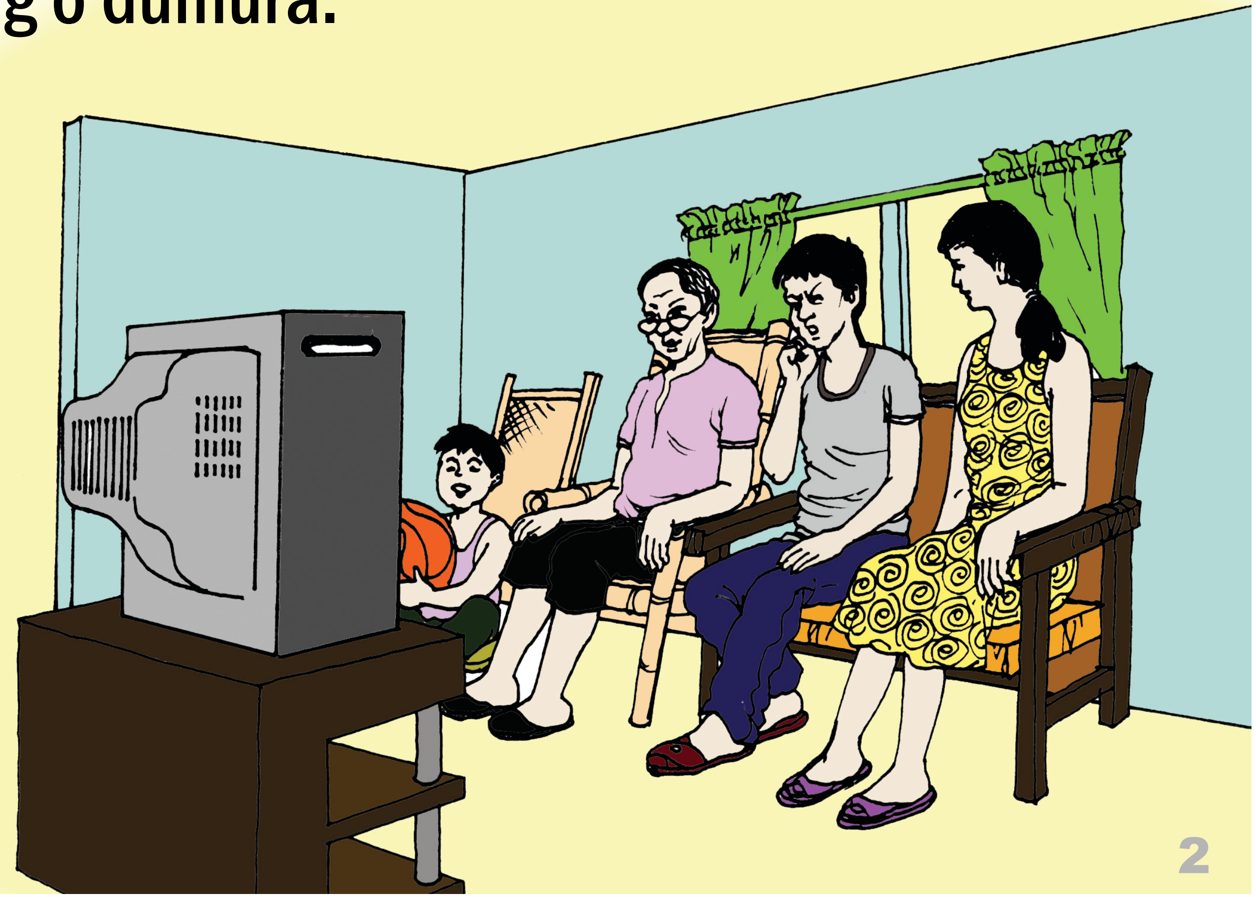
Tulad ng ibang sakit, ang TB ay maaaring magamot at maagapan.

Frame No. 1



PAANO NAKAKAHAWA ANG TB?

Kapag ang isang tao ay nakalanghap ng mikrobyo galing sa isang taong may TB na umubo, bumahing o dumura.



Mga Karagdagang Impormasyon:

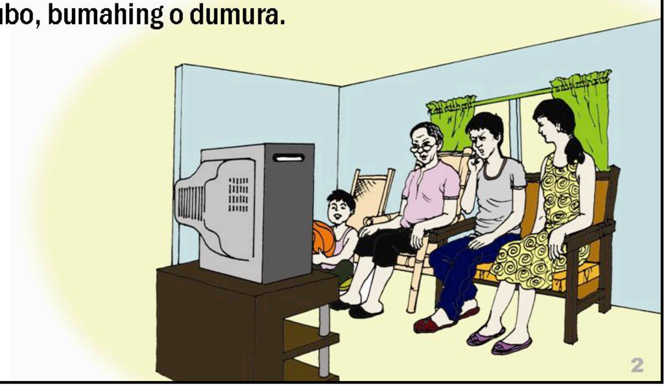
Maaaring mahawa ang isang tao kapag siya ay nakalanghap ng mikrobyo galing sa isang taong may TB, lalo na kung mahina ang kanyang resistensiya.

Ang mikrobyong ito ay lumulutang sa hangin na kumakalat sa pamamagitan ng pag-ubo, pagbahing o pagdura ng isang taong may TB.

Frame No. 2

PAANO NAKAKAHAWA ANG TB?

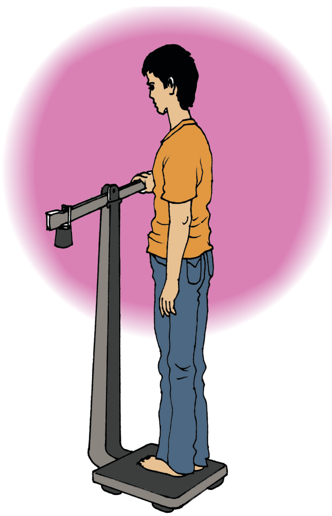
Kapag ang isang tao ay nakalanghap ng mikrobyo galing sa isang taong may TB na umubo, bumahing o dumura.



ANU-ANO ANG SINTOMAS NG TB?

Ubong dalawang linggo o higit pa, meron man o wala ng mga sumusunod:

- Pagdura ng plema na minsan ay may bahid na dugo
- Lagnat at pagpapawis, karaniwan sa hapon o gabi
- Pagbaba ng timbang
- Kawalan ng ganang kumain
- Pananakit ng likod at dibdib
- Panghihina at pagiging madaling mapagod

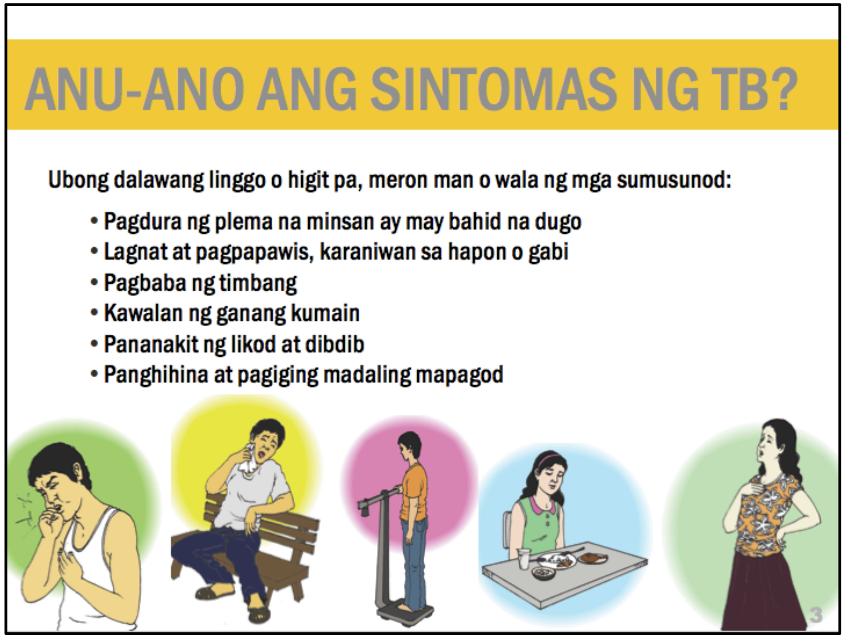


Mga Karagdagang Impormasyon:

Ang isang taong may TB ay kadalasang may ubong dalawang linggo o higit pa, meron man o wala ng mga sumusunod:

- Pagdura ng plema na minsan ay may bahid na dugo
- Lagnat at pagpapawis, karaniwan sa hapon o gabi
- Pagbaba ng timbang
- Kawalan ng ganang kumain
- Pananakit ng likod at dibdib
- Panghihina at pagiging madaling mapagod

Frame No. 3



SINO ANG PWEDENG MAGKA-TB?

- Kahit sino ay pwedeng magka-TB
- Karamihan sa mga may sakit na TB ay mula edad 15 hanggang 64

Mga Karagdagang Impormasyon:

Ang TB ay isa sa mga pangunahing sanhi ng pagkakasakit at pagkamatay sa Pilipinas. Ang sakit na ito ay laganap sa bansa. Ayon sa pag-aaral, karamihan sa mga may sakit na ito ay mula edad 15 hanggang 64. Kahit sino ay pwedeng tamaan ng sakit na ito – bata man o matanda, mataba man o payat, mga estudyante, trabahador, at iba pa.

Frame No. 4

SINO ANG PWEDENG MAGKA-TB?

- Kahit sino ay pwedeng magka-TB
- Karamihan sa mga may sakit na TB ay mula edad 15 hanggang 64

4

ANO ANG MGA DAPAT MALAMAN TUNGKOL SA TB?

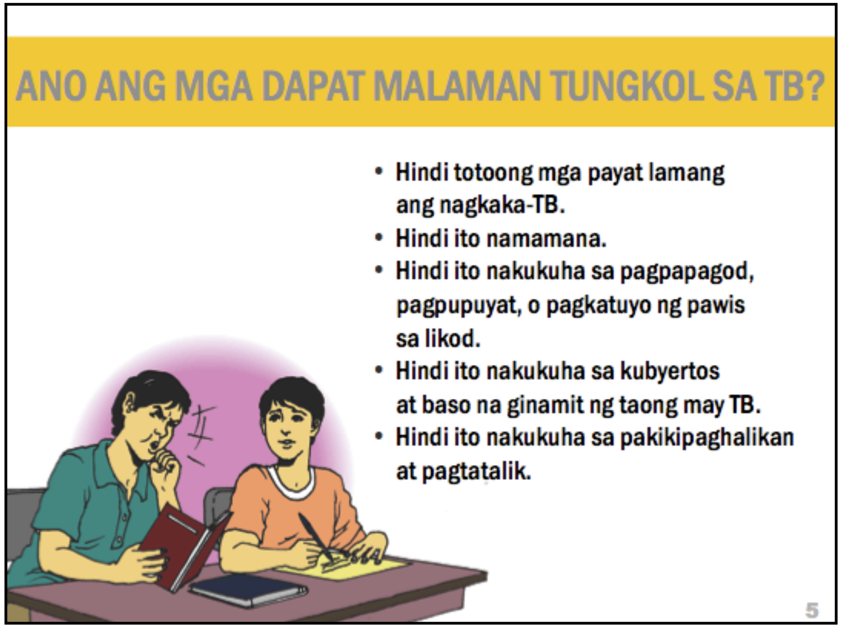
- Hindi totoong mga payat lamang ang nagkaka-TB.
- Hindi ito namamana.
- Hindi ito nakukuha sa pagpapagod, pagpupuyat, o pagkatuyo ng pawis sa likod.
- Hindi ito nakukuha sa kubyertos at baso na ginamit ng taong may TB.
- Hindi ito nakukuha sa pakikipaghalikan at pagtatalik.

Mga Karagdagang Impormasyon:

Maraming maling akala at paniniwala ang mga tao tungkol sa TB. Ang tama ay ang mga sumusunod:

- Hindi totoong mga payat lamang ang nagkaka-TB.
- Hindi ito namamana.
- Hindi ito nakukuha sa pagpapagod, pagpupuyat, o pagkatuyo ng pawis sa likod.
- Hindi ito nakukuha sa kubyertos at baso na ginamit ng taong may TB.
- Hindi ito nakukuha sa pakikipaghalikan at pagtatalik.

Frame No. 5



PAANO MAIIWASAN ANG PAGKALAT NG TB?

- Siguruhing maayos ang bentilasyon ng kabahayan
- Panatilihing malinis ang kapaligiran
- Kumain ng masusustansyang pagkain
- Pabakunahan ng BCG ang mga sanggol

Mga Karagdagang Impormasyon:

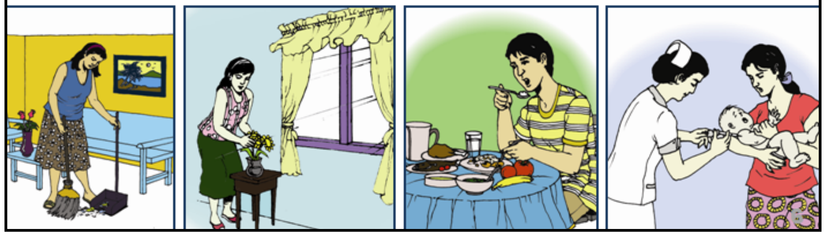
May iba't ibang paraan para makaiwas sa TB. Sa inyong tahanan, maaaring maiwasan ang sakit na ito kung maayos ang bentilasyon ng inyong kabahayan at malinis ang inyong kapaligiran.

Maiiwasan din ang sakit na ito kung mapananatili nating malusog ang ating katawan sa pamamagitan ng pagkain ng masusustansyang pagkain upang hindi bumaba ang ating resistensiya. Dapat ding pabakunahan ng BCG ang mga sanggol.

Frame No. 6

PAANO MAIIWASAN ANG PAGKALAT NG TB?

- Siguruhing maayos ang bentilasyon ng kabahayan
- Panatilihing malinis ang kapaligiran
- Kumain ng masusustansyang pagkain
- Pabakunahan ng BCG ang mga sanggol



PAANO MAIIWASAN ANG PAGKALAT NG TB?

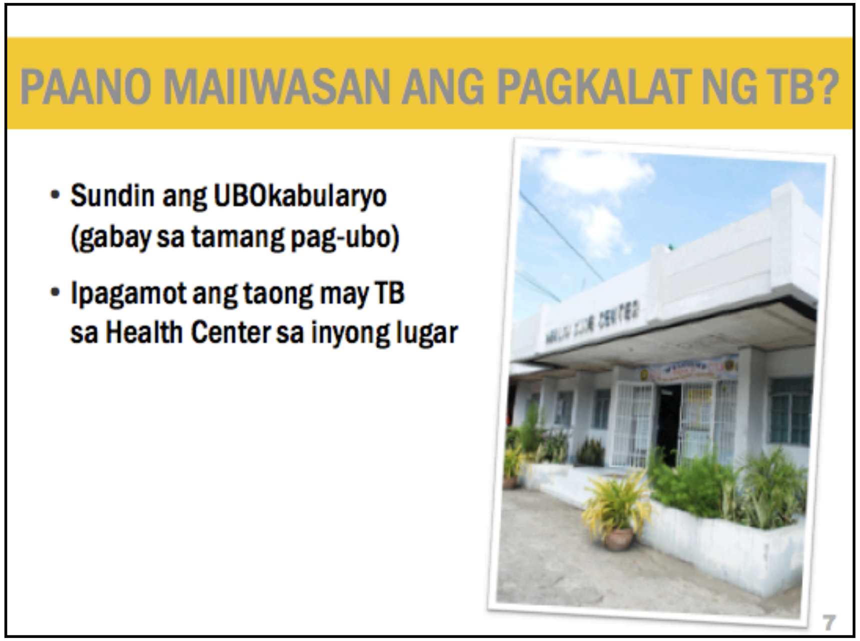
- Sundin ang UBOkabularyo
  (gabay sa tamang pag-ubo)
- Ipagamot ang taong may TB
  sa Health Center sa inyong lugar

Mga Karagdagang Impormasyon:

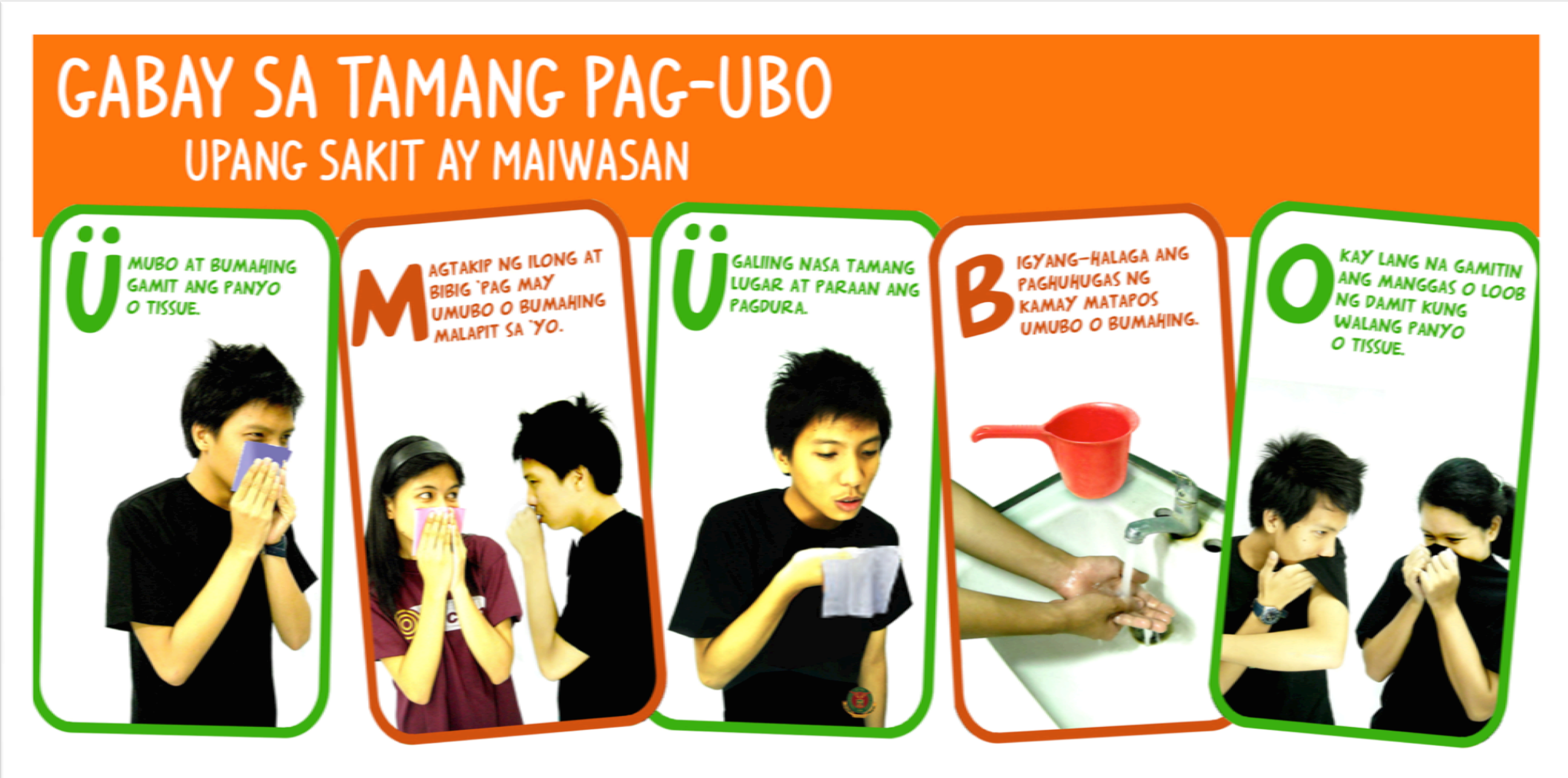
Bukod sa malinis na kapaligiran at malusog na pangangatawan, ang pagtakip sa bibig tuwing uubo ay makatutulong din upang maiwasan ang pagkalat ng mikrobyo. Sundin ang UBOkabularyo o ang mga tamang gawi sa pag-ubo.

Kung sakali naman na ang isang tao ay kinakikitaan ng sintomas ng TB, maaaring maagapan ang pagkalat ng mikrobyo kung agaran siyang maipagagamot sa Health Center na may kakayahang magbigay ng serbisyo at gamot sa TB.

Frame No. 7



ANO ANG UBOKABULARYO?



Mga Karagdagang Impormasyon:

Ang UBOkabularyo ay ang gabay sa tamang pag-ubo.

Umubo at bumahing gamit ang panyo o tissue. Takpang mabuti ang bibig at ilong upang hindi malanghap ng iba ang iyong mikrobyo.

Magtakip ng ilong at bibig 'pag may umubo o bumahing malapit sa 'yo. Walang masama sa pag-iingat sa sarili.

Ugaliing nasa tamang lugar at paraan ang pagdura. Huwag dumura sa kalsada at sa lupa upang hindi kumalat ang mikrobyo. Gumamit ng tissue o papel at itapon ito sa basurahan.

Bigyang halaga ang paghuhugas ng kamay matapos umubo o bumahing. Sabunin din ang pagitan ng mga daliri.

Okay lang na gamitin ang manggas o loob ng damit kung walang panyo o tissue.

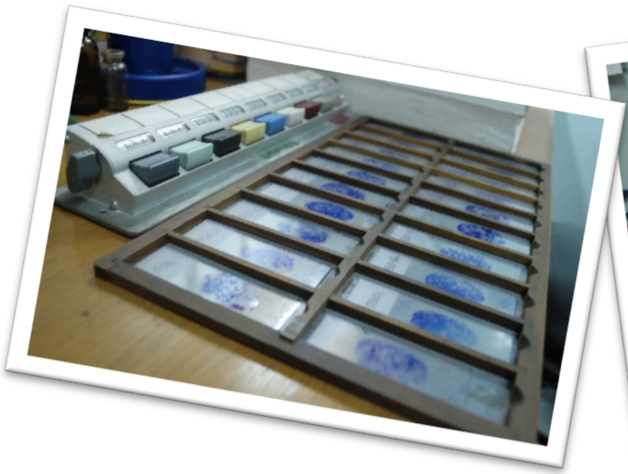
Frame No. 8

ANO ANG UBOKABULARYO?

8

SAAN AT PAANO MALALAMAN KUNG ANG TAO AY MAY TB?

- Pumunta sa Health Center sa inyong lugar
- Ipasuri ang plema (sputum exam)
- Magpasuri sa pamamagitan ng X-ray



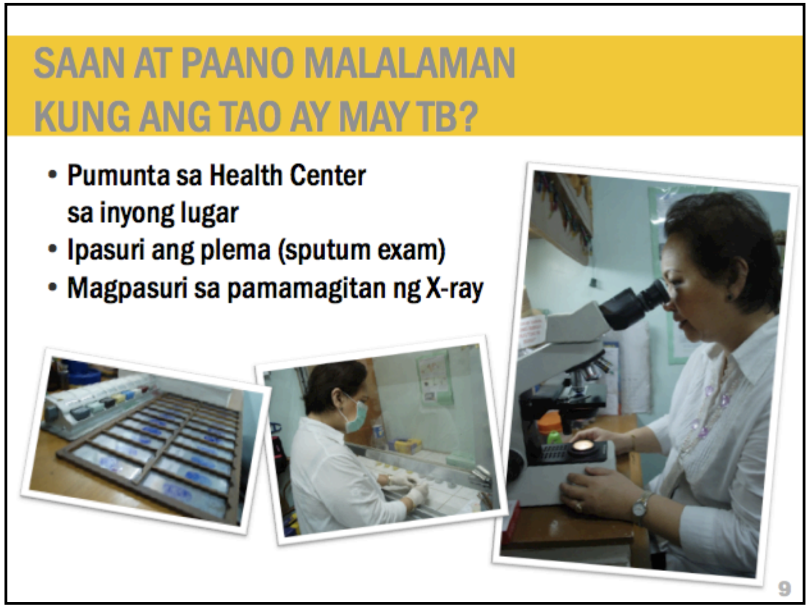
Mga Karagdagang Impormasyon:

Gaya ng nabanggit kanina, ang mikrobyong sanhi ng sakit na TB ay lumulutang sa hangin mula sa pag-ubo, pagbahing o pagdura ng taong may TB. Upang malaman kung ang isang tao ay may TB, maaari siyang sumangguni sa Health Center na may kakayahang magbigay ng serbisyo at gamot sa TB.

Kung ang resulta sa pagsusuri ng plema ay negatibo, kailangan din niyang magpa-X-ray upang makatiyak.

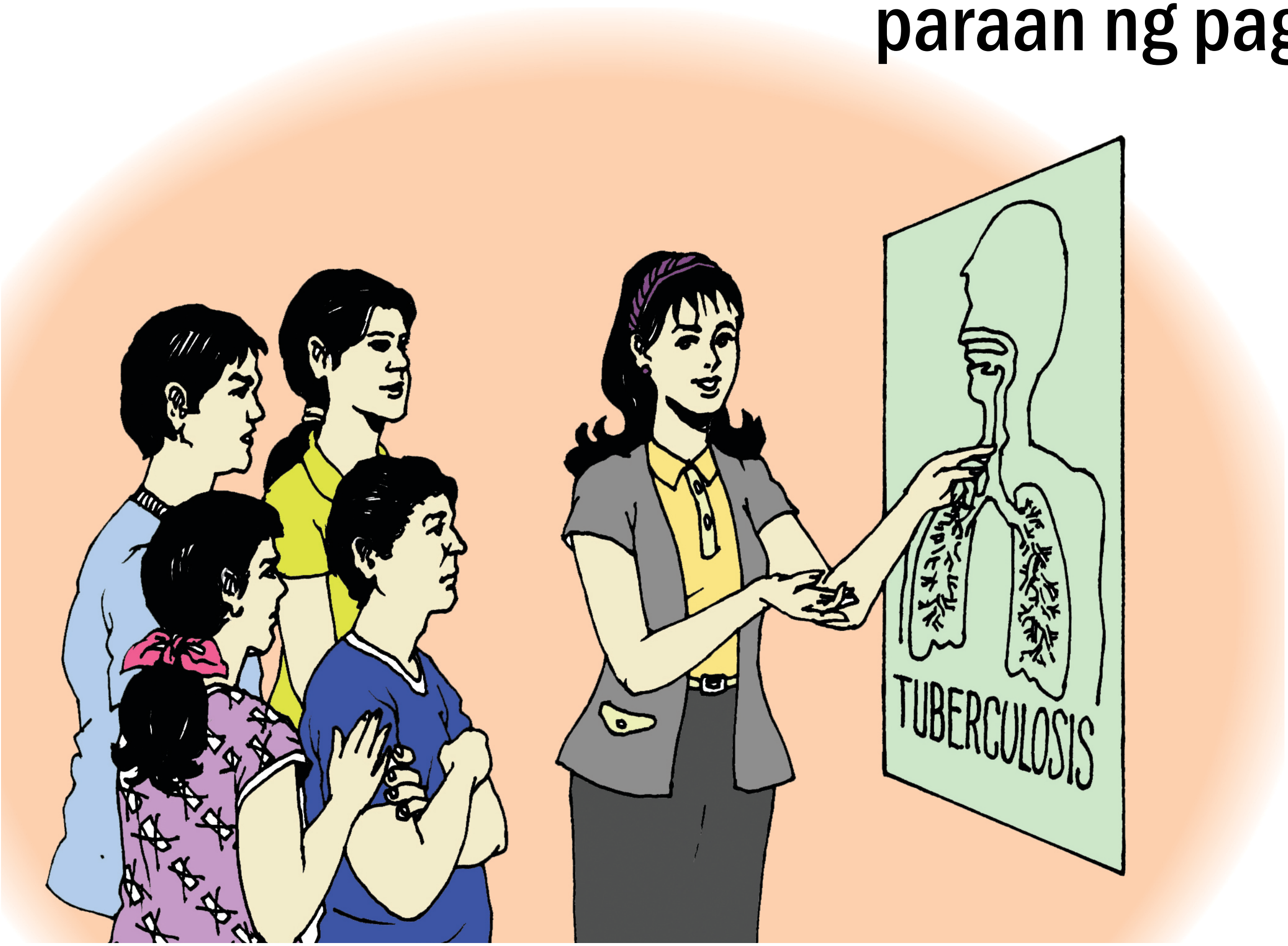
Hindi dapat mangamba kung maging positibo ang resulta ng pagsusuri sa TB. Ang sakit na ito ay nagagamot.

Frame No. 9



PAANO GINAGAMOT ANG TB?

Ang DOTS ang pinakamabisang paraan ng paggamot ng TB.



Mga Karagdagang Impormasyon:

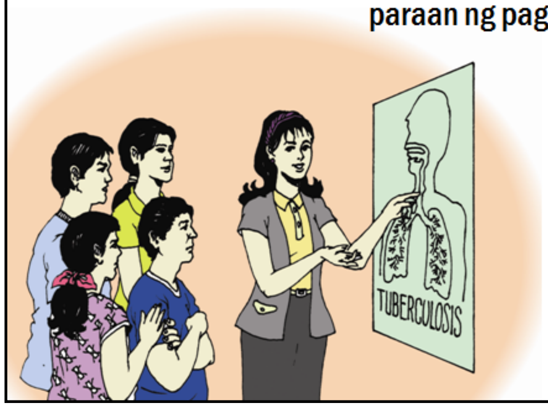
Ang DOTS (Directly Observed Treatment Short Course) o ang Tutok-Gamutan ay ang pinakamabisang paraan sa paggamot ng TB. Sa DOTS, mahalaga ang papel ng treatment partner na gagabay sa pasyente araw-araw sa pag-inom nito ng gamot sa loob ng 6 hanggang 8 buwan at ipaalala ang 3 sputum follow-up exams. Dapat na masiguro na hindi mahihinto o mapuputol ang pag-inom ng gamot sa loob ng 6 hanggang 8 buwan.

Pinapayuhan din ang pasyente na kumain ng masusustansyang pagkain at magkaroon ng sapat na pahinga upang lumakas ang kanyang resistensya.

Frame No. 10

PAANO GINAGAMOT ANG TB?

Ang DOTS ang pinakamabisang paraan ng paggamot ng TB.



10

ANO ANG MGA POSIBLENG REAKSYON SA GAMOT SA TB?

May mga posibleng reaksyon ang ating katawan tulad ng pamumula ng ihi ngunit walang dapat ikabahala sa reaksyong ito.

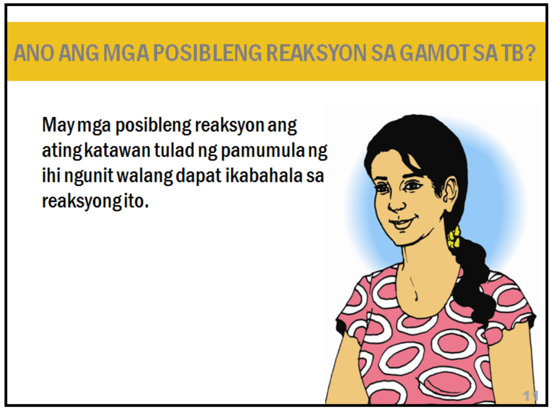
Mga Karagdagang Impormasyon:

Maaaring magkaroon ng kakaibang reaksyon ang ating katawan sa pag-inom ng gamot sa TB ngunit walang dapat ikabahala. Ang pinakakaraniwang side effect ay ang pamumula ng ihi.

Bago kayo bigyan ng gamot, susuriin muna kayo ng health worker upang malaman kung ano ang mga posible ninyong maranasang side effects at kung anong lunas ang maaaring maibigay upang maiwasan o maagapan ito.

Kung sakali mang makaranas ng anumang side effects, komunsulta sa pinakamalapit na Health Center sa inyong lugar.

Frame No. 11

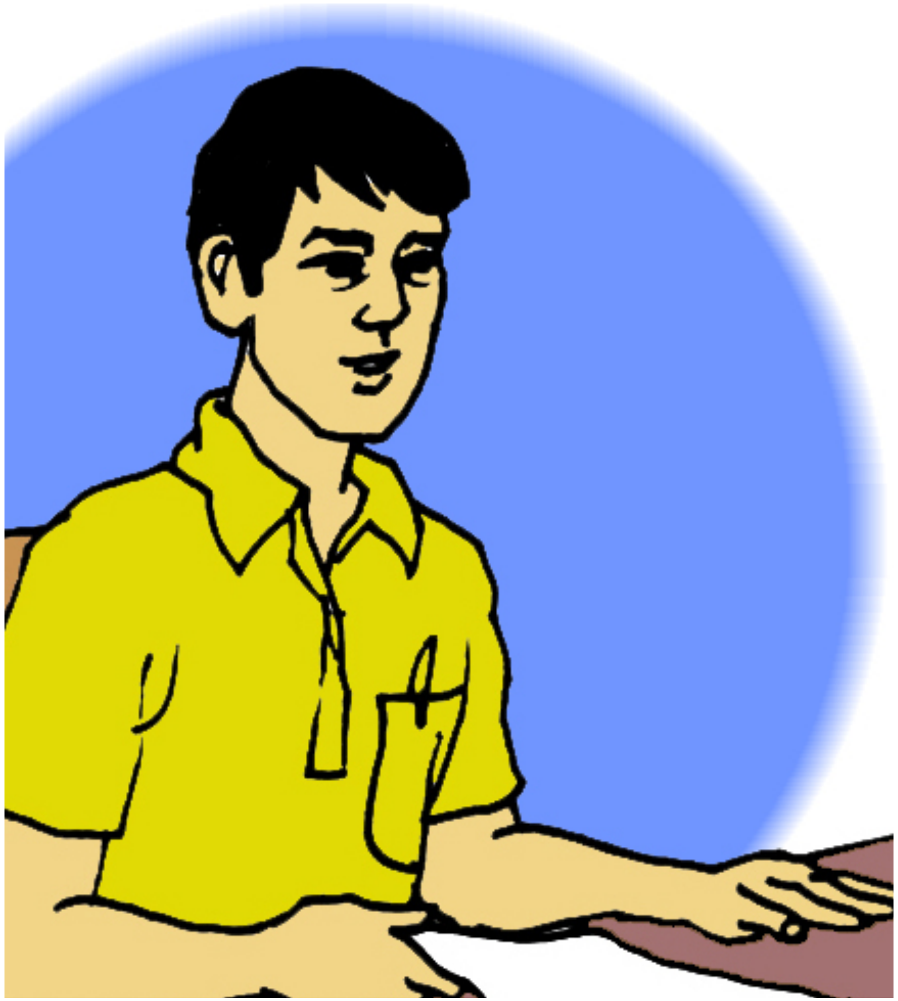


NOTE:
Banggitin lamang ang mga sumusunod kung may magtanong.

Iba pang maaaring maging side effects ng gamot sa TB:

- Pangangati ng balat
- Pagsusuka, kawalan ng ganang kumain, at pananakit ng tiyan
- Pagkahilo
- Pananakit ng kasu-kasuan, pamamanhid ng paa
- Paninilaw ng mata o balat
- Pagkakaroon ng color blindness
- Paghina ng pandinig

ANO ANG MANGYAYARI KAPAG ITINIGIL ANG PAG-INOM NG GAMOT?



- Hindi gagaling
- Patuloy na makahahawa
- Magkakaroon ng resistensya ang mikrobyo laban sa gamot
- Mamamatay

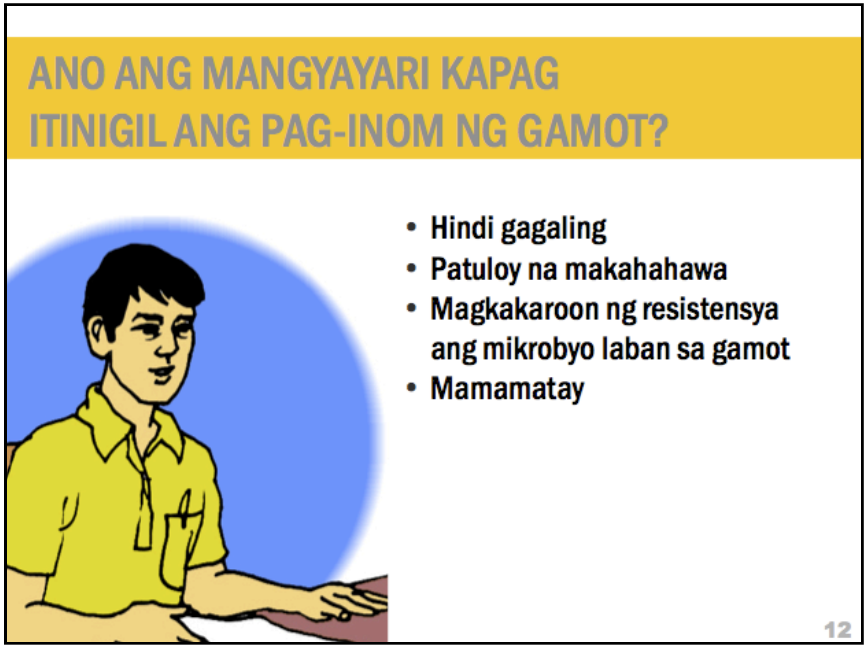
Mga Karagdagang Impormasyon:

Kung ang pasyente ay tumigil sa pag-inom o paputol-putol ang pag-inom ng gamot, hindi gagaling ang TB.

Magiging dahilan ito ng paglala o pagbalik ng TB na mangangailangan ng mas mahal at mataas na uri ng gamot para malunasan. Patuloy ding makahahawa sa ibang tao.

Maaaring lumakas ang resistensya ng mikrobyo laban sa gamot. At kung hindi ito malunasan, magiging dahilan ito ng pagkamatay.

Frame No. 12



ANO ANG MANGYAYARI KAPAG NAKALIGTAANG UMINOM NG GAMOT?

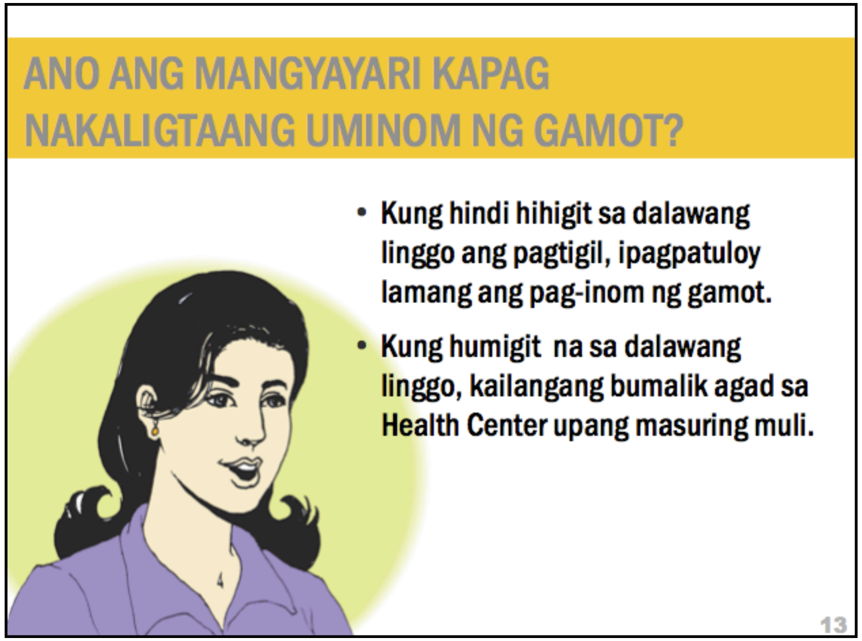
- Kung hindi hihigit sa dalawang linggo ang pagtigil, ipagpatuloy lamang ang pag-inom ng gamot.
- Kung humigit na sa dalawang linggo, kailangang bumalik agad sa Health Center upang masuring muli.

Mga Karagdagang Impormasyon:

Kung nakaligtaan ang pag-inom ng gamot ng hindi hihigit sa dalawang linggo, ang pasyente ay kailangan lang ipagpatuloy ang pag-inom ng gamot hanggang sa ang nakatakdang gamot para sa anim o walong buwan ay maubos.

Kung ang pagtigil naman ng pag-inom ay humigit na sa dalawang linggo, dapat bumalik agad sa Health Center ang pasyente upang masuring muli.

Frame No. 13



ANU-ANO ANG MGA DAPAT TANDAAN TUNGKOL SA TB?

- Ang TB ay nakahahawa.
- Ang TB ay nagagamot.
- Ang TB ay hindi dapat ikahiya.

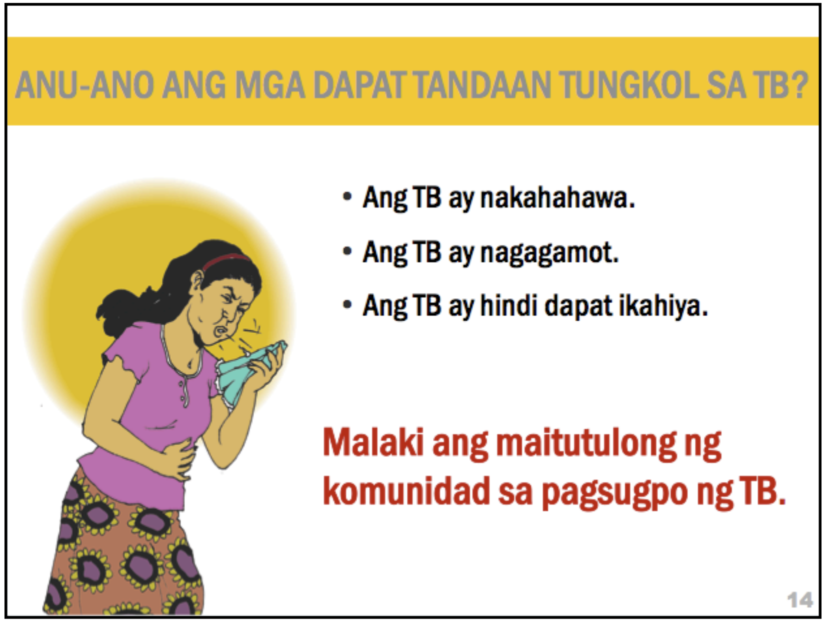
Malaki ang maitutulong ng komunidad sa pagsugpo ng TB.

Mga Karagdagang Impormasyon:

Natalakay na natin ang ilan sa mga mahahalagang impormasyon na dapat nating malaman tungkol sa TB. Kabilang na dito ang mga sintomas, mga dapat gawin upang maiwasan at maagapan ang pagkalat ng sakit na ito, at ang ilang mga paraan sa pagsusuri at paggamot ng TB.

Dapat nating tandaan na bagamat ang TB ay nakakahawa, ito ay nagagamot, hindi dapat ito ikahiya, at higit sa lahat, malaki ang maitutulong ng komunidad sa pagsupo ng TB.

Frame No. 14



ANO ANG MAITUTULONG NG KOMUNIDAD SA PAGSUGPO NG TB?

- Pagpapalaganap ng kaalaman tungkol sa TB
- Pagkumbinsi sa mga taong may sintomas ng TB na komunsulta sa Health Center at magpasuri ng plema
- Maging treatment partner

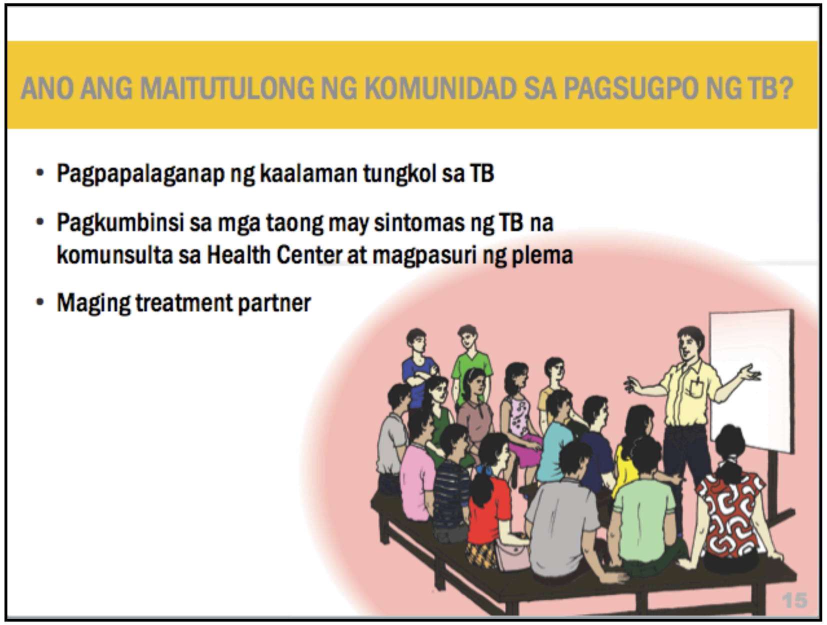
Mga Karagdagang Impormasyon:

Malaki ang maitutulong ng komunidad sa pagsugpo ng TB. Bilang mga mamamayan, maaari tayong tumulong sa pagpapalawak at pagpapataas ng kaalaman at kamulatan ng mga tao tungkol sa TB.

Maaari din tayong tumulong sa paghanap at pagkumbinsi sa mga taong may sintomas ng TB na komunsulta sa health center at magpasuri ng plema.

Maaari din tayong magsilbing treatment partner ng isang taong may TB.

Frame No. 15



SINO ANG PWEDENG MAGING TREATMENT PARTNER?

Mga health worker tulad ng nurse, midwife, BHW, at mga trained community volunteers

Mga Karagdagang Impormasyon:

Kadalasan, ang treatment partner ng mga taong may sakit na TB ay mga health worker tulad ng nurse, midwife, at barangay health worker. Maaari ding maging treatment partner ang mga trained community volunteers.

Kung walang health worker sa inyong lugar, maaari ding ang mismong miyembro ng inyong pamilya ang maging treatment partner.

Frame No. 16

ANO ANG MGA TUNGKULIN NG TREATMENT PARTNER?

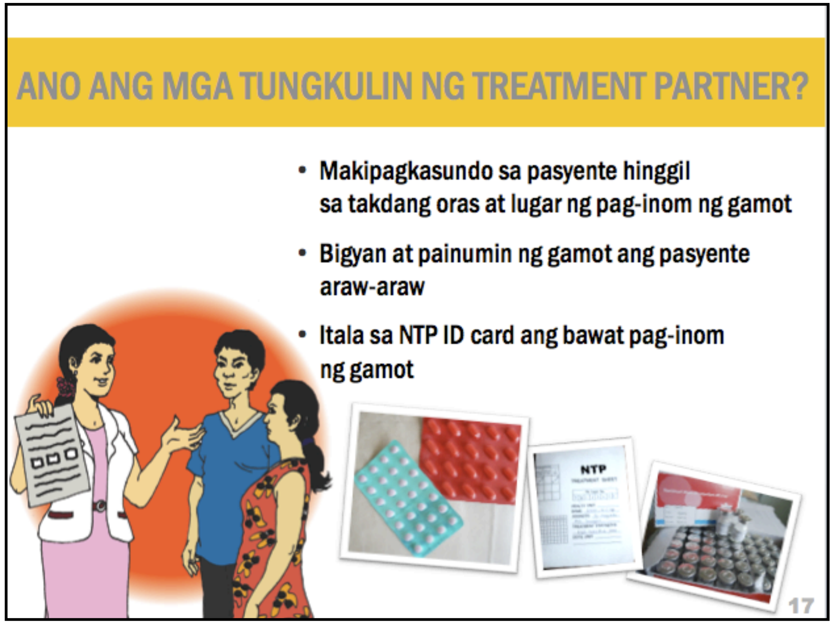
- Makipagkasundo sa pasyente hinggil sa takdang oras at lugar ng pag-inom ng gamot
- Bigyan at painumin ng gamot ang pasyente araw-araw
- Itala sa NTP ID card ang bawat pag-inom ng gamot

Mga Karagdagang Impormasyon:

Tungkulin ng isang treatment partner na masiguro na iniinom ng pasyente ang inirekomendang gamot araw-araw hanggang matapos ang itinakdang panahon ng gamutan.

Siya ay nakikipagkasundo sa pasyente hinggil sa takdang oras at lugar ng pag-inom ng gamot. Binibigyan at pinapainom niya ng gamot ang pasyente araw-araw at itinatala ang bawat pag-inom sa NTP ID card.

Frame No. 17



ANO ANG MGA TUNGKULIN NG TREATMENT PARTNER?

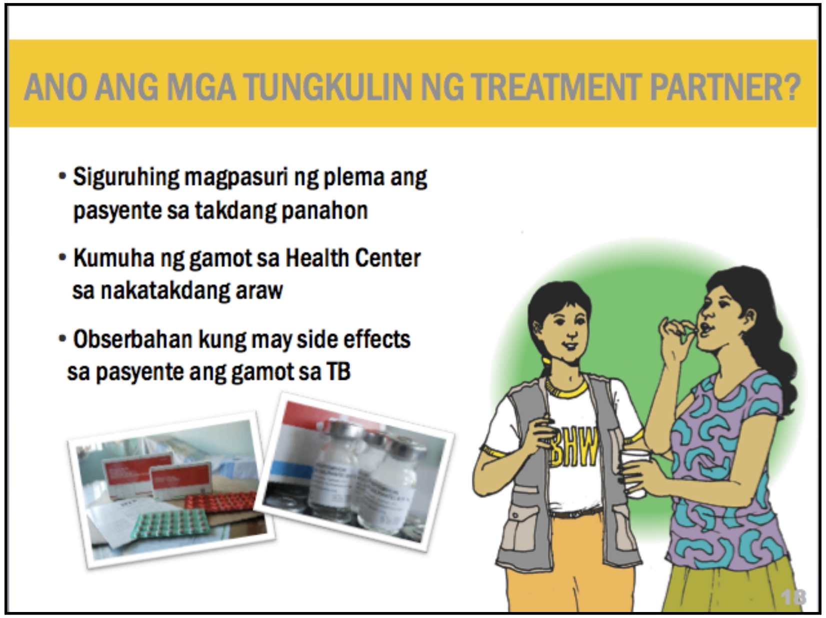
- Siguruhing magpasuri ng plema ang pasyente sa takdang panahon
- Kumuha ng gamot sa Health Center sa nakatakdang araw
- Obserbahan kung may side effects sa pasyente ang gamot sa TB

Mga Karagdagang Impormasyon:

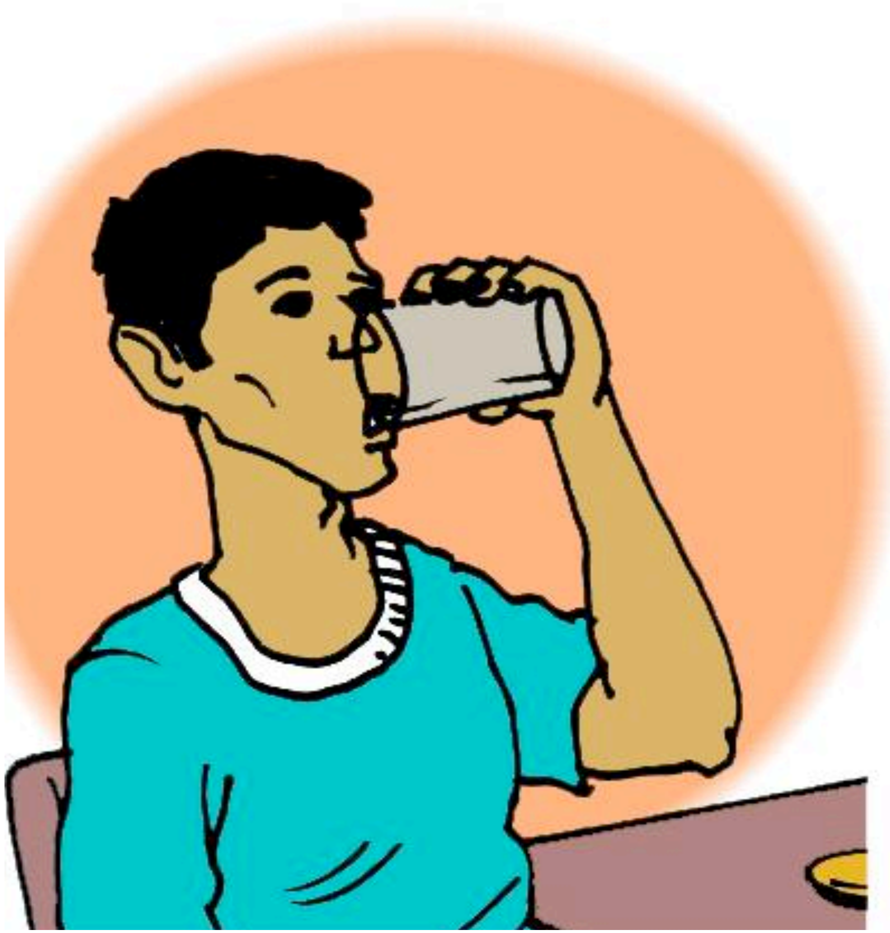
Mahalaga din na masiguro ng treatment partner ang pagpapasuri ng plema ng pasyente sa ikalawa, ikaapat, at ikaanim na buwan ng gamutan.

Bukod dito, inaasahan din na mapayuhan niyang mabuti ang pasyente tungkol sa kahalagahan ng pagkumpleto ng gamutan. Upang masiguro na hindi mahihinto o mapuputol ang pag-inom ng gamot, ang treatment partner ang kukuha ng gamot sa Health Center sa mga nakatakdang araw. Kung saka-sakali naman na may side effects na naobserbahan sa pasyente, kailangan itong ipagbigay alam sa Health Center.

Frame No. 18



ANO ANG MGA KARAPATAN NG PASYENTE?



1. Pagpapapagamot
2. Dignidad / Karangalan
3. Impormasyon
4. Pagpili
5. Tiwala
6. Hustisya
7. Pag-oorganisa
8. Seguridad

Mga Karapatan ng Pasyente:

Frame No. 19

1. Pagpapagamot
    - Magpasuri at matapos ang gamutan ng libre, ano man ang katayuan sa buhay, lahi, kasarian, edad, wika, kultura, relihiyon, may asawa man o wala, bakla man o tomboy, o kung meron mang iba pang karamdaman.
    - Tumanggap ng payong medikal at pagpapagamot sa mga health center na naaayon sa International Standards for Tuberculosis Care (ISTC), nakasentro sa mga kailangan ng pasyente katulad ng multi-drug resistant tuberculosis (MDR-TB) o tuberculosis-human immunodeficiency virus (HIV) coinfections, at pagpapagamot para sa mga bata at iba pang maaaring magkaroon nito.

2. Dignidad/Karangalan
    - Respeto at makataong pakikitungo, kasama nito ang pagbibigay ng mga service providers ng mga serbisyo na walang paghusga o diskriminasyon.
    - Dekalidad na pag-alagang pangkalusugan sa isang maayos at malinis na kapaligiran at suporta mula sa pamilya, mga kaibigan at komunidad.

3. Impormasyon
    - Impormasyon tungkol sa mga serbisyong pangkalusugan tungkol sa TB, mga responsibilidad, mga gawain at magiging gastusin.
    - Pagtanggap sa tamang panahon, maikli ngunit malinaw na paglalarawan ng kondisyong medikal, ng pagsusuri at posibleng lunas, babala sa mga karaniwang panganib at mga nararapat na alternatibo.
    - Malaman ang mga pangalan at dosis ng mga gamot na ibibigay – mga karaniwang aksyon at mga potensyal na side-effect, at mga posibleng epekto nito sa ibang kondisyon o pagpapagamot.
    - Madaling pagkuha ng mga impormasyong medikal tungkol sa kondisyon at pagpapagamot, at sa kopya ng medical record kung manghihingi ang pasyente o ang taong awtorisado ng pasyente.
    - Makita ang mga kaibigan at iba pang pasyenteng may TB at ibahagi sa kanila ang mga karanasan; sa mga boluntaryong pagpapayo sa anumang oras mula sa pagsusuri hanggang sa matapos ang pagpapagamot.

ANO ANG MGA KARAPATAN NG PASYENTE?

1. Pagpapapagamot
2. Dignidad / Karangalan
3. Impormasyon
4. Pagpili
5. Tiwala
6. Hustisya
7. Pag-oorganisa
8. Seguridad

Mga Karapatan ng Pasyente:

Frame No. 20

4. Pagpili
- Pangalawang opinyong medikal.
- Pagtanggap o pagtanggi sa medikal na pamamaraan o operasyon kung kailangan ng chemotherapy; malaman ang mga posibleng bunga o resultang medikal ayon sa panuntunan (statutory) ng konteksto ng nakahahawang sakit.
- Makapamili kung makikibahagi sa mga programang pananaliksik na hindi maaapektuhan ang pagpapagamot.

5. Tiwala
- Pagrespeto sa pribadong buhay, karangalan, panrelihiyong paniniwala.
- Paglihim ng mga impormasyon patungkol sa kondisyong medikal at pagbibigay ng impormasyon sa ibang awtoridad na may pahintulot ng pasyente.

6. Hustisya (Justice)
- Magharap ng sumbong sa tanggapang inilaan ng health authority upang mabigyan ng mabilis na aksyon.
- Umapela sa mataas na awtoridad kung ang mga nabanggit ay di nirerespeto, at malaman ang resulta nito sa pamamagitan ng sulat.

7. Pag-oorganisa
- Magtayo o magtatag ng organisasyon ng mga taong may TB o naapektuhan ng TB.
- Makilahok sa implementasyon, monitoring at evaluation ng mga polisiya at programa para sa TB kasama ang mga kinatawan ng local, national at international organizations.

8. Seguridad
- Mabigyan ng seguridad sa trabaho pagkatapos ng pagsusuri o nararapat na rehabilitasyon sa pagpapagamot.
- Mabigyan ng nutritional security o food supplements kung kailangan.

ANO ANG MGA RESPONSIBILIDAD NG PASYENTE?

1. Ibahagi ang impormasyon.
2. Sundin ang pag-inom ng gamot.
3. Tumulong sa kalusugan ng komunidad.
4. Makiisa sa mga kapwa pasyente.

Mga Responsibilidad ng Pasyente:

Frame No. 21

1. Ibahagi ang impormasyon.

- Ipagbigay alam sa service provider ang lahat ng impormasyon tungkol sa kasalukuyang kalusugan, nakaraang mga sakit, mga allergies, at iba pang mahalagang impormasyon.
- Ipaalam sa service provider ang posibleng pakikisalamuha sa mga miyembro ng pamilya, mga kaibigan at iba pang maaaring mahawahan ng TB o posibleng nahawahan na.

2. Sundin ang pag-inom ng gamot.

- Sundin ang napagkasunduang oras ng pag-inom ng gamot upang masiguro ang paggaling.

3. Tumulong sa kalusugan ng komunidad.

- Hikayating komunsulta ang taong may sintomas ng TB.
- Igalang ang karapatan ng ibang pasyente at service provider.
- Makilahok sa mga gawaing makatutulong sa pagiging malaya ng komunidad sa TB.

4. Makiisa sa mga kapwa pasyente.

- Makiisa sa mga gawain ng ibang pasyente tungo sa kagalingan.
- Ibahagi ang impormasyon at kaalamang nakuha at natutunan habang nagpapagamot.