ਆਈਸੋਨਾਇਆਜ਼ਿਡ
(ਆਈ ਐਨ ਐਚ)
Isoniazid (INH)
Punjabi

ਟੀ ਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਰੋਗੀ ਵਾਸਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਪੱਤਰ

ਆਈ ਐਨ ਐਚ ਕੀ ਹੈ?

ਆਈਸੋਨਾਇਆਜ਼ਿਡ (ਆਈ ਐਨ ਐਚ) ਤਪਦਿਕ (ਟੀ ਬੀ) ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਇਕ ਐਂਟੀਬਾਇਟਿਕ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਦੋ ਢੰਗ ਹਨ:

1. ਗੈਰ ਸਰਗਰਮ (ਛੁਪੀ ਹੋਈ) ਟੀ ਬੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ
2. ਟੀ ਬੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ (ਜਦੋਂ ਇਹ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਕੇ ਲਈ ਜਾਏ)

ਟੀ ਬੀ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂ ਬਹੁਤ ਸਖਤਜਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਟੀ ਬੀ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਟੀ ਬੀ ਦੇ ਪੂਰੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ 6 ਤੋਂ 12 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਖਾਣੀ ਪਏਗੀ। ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਠੀਕ ਕਿੰਨੇ ਮਹੀਨੇ ਇਹ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣੀ ਪਏਗੀ।

ਇਹ ਦਵਾਈ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਲਵਾਂ?

- ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹਤਵਪੂਰਣ ਹੇ ਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ **ਜਾਂ** ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਲਵੋ।
- **ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦਵਾਈ ਖਾਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਤਾਂ ਆਪਣੇ** ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਦਸੋ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੀ ਕੋਈ ਖੁਰਾਕ ਖੁੰਝਾ ਬੈਠੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਚੇਤੇ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਖਾ ਲਓ ਪਰ ਇਕੋ ਵੇਲੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਕਦੇ ਨਾ ਖਾਓ
- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਦਸਣਾ ਨਾ ਭੁਲੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ
- ਇਹ ਦਵਾਈ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰੋ ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੜਬੜ ਕਰੇ ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਲਵੋ
- ਆਈ ਐਨ ਐਚ ਨੂੰ ਠੰਡੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਰਖੋ

ਇਹ ਦਵਾਈ ਖਾਂਦਿਆਂ ਸ਼ਰਾਬ **ਨਾ** ਪੀਓ । ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਜਿਗਰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਬੈਠੋਗੇ।

ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਲਈ ਵਾਈਟਾਮਿਨ ਬੀ$_6$ (ਪਾਈਰੀਡੌਕਸਿਨ) ਲੈਣਾ ਕਿਉਂ ਠੀਕ ਹੈ?

ਵਾਈਟਾਮਿਨ ਬੀ$_6$ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਸੁੰਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਜਾਂ ਸਰਸਰਾਹਟ ਤੋਂ ਬਚਾਏਗੀ ਜਿਹੜੀ ਆਈ ਐਨ ਐਚ ਖਾਣ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵਾਈਟਾਮਿਨ ਖਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਜੇ ਨਰੋਏ ਭੋਜਨ ਵਿਚੋਂ ਇਹ ਵਾਈਟਾਮਿਨ ਉਂਝ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹੇ ਕਿਹੜੇ ਲਗਵੇਂ ਅਸਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਾਂ?

- ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਈ ਐਨ ਐਚ ਲੈਂਦਿਆਂ ਕੋਈ ਸਮਸਿਆ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
- ਆਈ ਐਨ ਐਚ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਕਾਇਦਗੀ ਨਾਲ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਰਹਿਣਾ ਪਏਗਾ
- **ਕੁਝ ਆਮ ਲਗਵੇਂ ਅਸਰ ਹਨ:**
  - ਜਿਸਮ ਉੱਤੇ ਧੱਫੜ
  - ਭੁਖ ਨਾ ਲਗਣਾ
- **ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਲਗਵੇਂ ਅਸਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ** ਦੀ ਅਲਾਮਤ ਦਿਸੇ ਤਾਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਸੋ
  - ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ/ਉਲਟੀਆਂ
  - ਪੇਟ ਵਿਚ ਮਰੋੜ/ਦਰਦ
  - ਹੰਭੇ ਹੋਏ ਹੋਣ ਦਾ/ਥਕੇਵੇਂ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
  - ਗੂਹੜੇ ਰੰਗ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਬ
  - ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਵਿਚ ਪੀੜ ਜਾਂ ਸਰਸਰਾਹਟ ਦਾ ਅਨੁਭਵ
  - ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਪਿਲੱਤਣ
  - ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਵਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬੁਖਾਰ

ਟੀ ਬੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਇਸ਼ਾਰੇ

- ਦਵਾਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਨਿਸਚਿਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਲਵੋ, ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ
  - ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
  - ਜਾਗਦੇ ਸਾਰ
- ਗੋਲੀਆਂ ਦੀ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ ਡੱਬੀ ਰਖੋ
- ਗੋਲੀਆਂ ਖਾਣ ਸਾਰ ਕਲੰਡਰ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲਾਓ
- ਟਬਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਜਾਂ ਮਿਤਰ ਨੂੰ ਚੇਤਾ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ
- ਡਾਇਰੈਕਟਲੀ ਔਬਜ਼ਰਵਡ ਥੈਰਪੀ (DOT)) ਅਪਨਾਉਣ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਬਣਾਓ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਟੀ ਬੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁਛਣਾ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੋਰਾਂਟੋ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਨੂੰ **416-338-7600** ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

E-mail: **targettb@toronto.ca**

Web Site**: www.toronto.ca/health/tb_prevention**

TORONTO Public Health

September 2011
PH1109SS212IPunj