

**National Tuberculosis Care Centre**  
தேசிய காசநோய் பராமரிப்பு மையம்

**உங்கள் காசநோய்  
சிகிச்சை பயணம்**



அன்புள்ள \_\_\_\_\_

உங்களுக்கு காசநோய் இருப்பது கண்டறியப்பட்டுள்ளது, இது உங்களுக்கு என்ன அர்த்தம் என்பது குறித்து கேள்விகள் மற்றும் கவலைகள் இருப்பது இயற்கையானது.

தேசிய காசநோய் பராமரிப்பு மையத்தில் (NTBCC), உங்கள் சிகிச்சை பயணத்தின் போது உங்களுக்கு ஆதரவளிப்பதையும், தெளிவான, சரியான நேரத்தில் மற்றும் விரிவான கவனிப்பைப் பெறுவதை உறுதி செய்வதையும் நாங்கள் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளோம். இந்த துண்டுப்பிரசுரம் காசநோய் பற்றிய முக்கியமான தகவல்களை வழங்குகிறது மற்றும் உங்கள் சிகிச்சையின் தொடக்கத்தில் உங்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய சில பொதுவான கேள்விகளுக்கு தீர்வு காண்கிறது.

உங்கள் ஆரோக்கியத்தை மீட்டெடுக்க உங்களுடன் நெருக்கமாக பணியாற்ற நாங்கள் உறுதியுண்டுள்ளோம்.

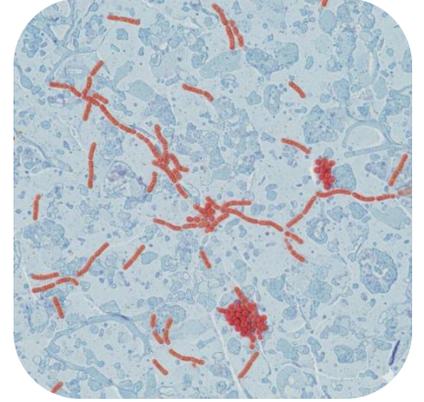
## காசநோய் (TB) என்றால் என்ன?

காசநோய் மைக்கோபாக்டீரியம் டிபூபர்குளோசிஸ் என்ற பாக்டீரியாவால் ஏற்படுகிறது.

காசநோய் ஒரு கடுமையான நோயாக இருந்தாலும், காசநோய் கிருமிகளை நுண்ணுயிர் எதிர்ப்புகளால் திறம்பட அழிக்க முடியும் என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

இருப்பினும், சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால், ஐந்து ஆண்டுகளுக்குள் காசநோயால் இறப்பதற்கு 50 சதவீதம் வாய்ப்பு உள்ளது.

காசநோய் கிருமிகள் பொதுவாக நுரையீரலைத் தாக்குகின்றன, ஆனால் அவை உடலின் வேறு எந்தப் பகுதியையும் பாதிக்கலாம்.



## அறிகுறிகள் என்ன?

பொதுவான அறிகுறிகள் பின்வருமாறு:



இருமல் (3 வாரங்களுக்கு மேல்)



இரத்தக் கறை படிந்த சளி அல்லது இருமல் இரத்தம்



நெஞ்சு வலி



இரவில் குளிர் வியர்வை



காய்ச்சல்



பசியின்மை



அசாதாரண மற்றும் நிலையான சோர்வு



விவரிக்கப்படாத எடை இழப்பு

காசநோய் கிருமிகள் உடலின் மற்ற பாகங்களைப் பாதிக்கும் சந்தர்ப்பங்களில், பாதிக்கப்பட்ட பகுதியைப் பொறுத்து அறிகுறிகள் மாறுபடும்.

## கட்டுக்கதை: எனக்கு காசநோய் அறிகுறிகள் இல்லையென்றால், எனக்கு காசநோய் இல்லை.

காசநோய் கிருமிகள் மெதுவாக வளரும், எனவே ஆரம்ப கட்டத்தில் உங்களுக்கு எந்த அறிகுறிகளும் இல்லாமல் இருக்கலாம்.

இப்போதும் எதிர்காலத்திலும் உங்கள் உடலின் ஆரோக்கியமான செயல்பாட்டைப் பாதுகாக்க ஆரம்பத்திலேயே சிகிச்சையைத் தொடங்குவது புத்திசாலித்தனம்.

## காசநோய் எவ்வாறு பரவுகிறது?

### எனக்கு காசநோய் எப்படி வந்தது?



காசநோய் உள்ள ஒருவர் இருமும்போது அல்லது தும்மும்போது, காசநோய் பாக்டீரியா காற்றில் வெளியாகிறது. அவை பல மணி நேரம் உடலில் தங்கி சுவாசத்தின் மூலம் உடலுக்குள் நுழையும்.

இப்படித்தான் காசநோய் கிருமிகள் உங்கள் உடலுக்குள் வந்தன.

காசநோய் பொதுவாக குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் பாதிக்கப்பட்ட நபருடன் நெருக்கமாக வசிக்கும் அல்லது பணிபுரியும் மற்றவர்களுக்கு (நண்பர்கள், சக ஊழியர்கள்) மற்றும் பள்ளித் தோழர்கள் உட்பட பரவுகிறது.

## கட்டுக்கதை: காசநோய் கிருமிகள் உணவு மூலமாகவோ அல்லது காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவரின் உடல் மற்றும் உடமைகளைத் தொடுவதன் மூலமாகவோ பரவக்கூடும்.

காற்றில் பரவும் காசநோய் கிருமிகள் மட்டுமே நுரையீரலுக்குள் சுவாசிக்கப்படுவதால் தொற்று ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது.

காசநோய் உள்ள ஒருவர் சமைத்த அல்லது பகுதியளவு சாப்பிட்ட உணவை உண்பது பாதுகாப்பானது.

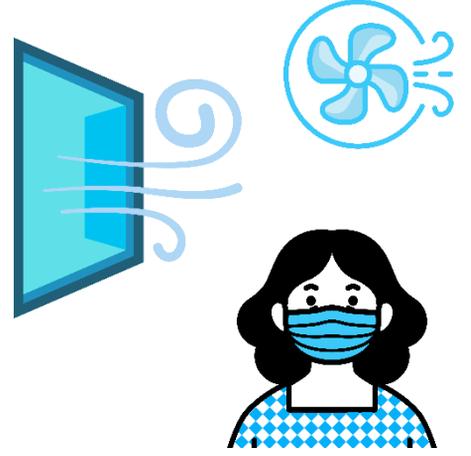
காசநோய் கிருமிகளைத் தொடுவதால் உங்களுக்கு காசநோய் வராது. காசநோய் உள்ள ஒருவரையோ, அவர்களின் உடமைகளையோ அல்லது பாத்திரங்கள் போன்ற பகிரப்பட்ட பொருட்களையோ தொடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

## சிகிச்சையைத் தொடங்கிய பிறகு மற்றவர்களுக்கு காசநோயைப் பரப்ப முடியுமா?

காசநோய் சிகிச்சையைத் தொடங்குவதற்கு நோய் பரவும் வாய்ப்பு மிகவும் குறைவு. எனவே, காசநோய் பரவுவதைக் குறைப்பதற்கான சிறந்த வழி, உங்கள் காசநோய் மருந்துகளை தவறாமல் எடுத்துக்கொள்வதாகும்.

சிகிச்சையைத் தொடங்கிய முதல் இரண்டு வாரங்களில், நோய் இன்னும் பரவ வாய்ப்புள்ளது, எனவே இந்த இரண்டு வாரங்களுக்கு:

- இருமல் அல்லது தும்மும்போது உங்கள் வாயை மூடுங்கள்.
- கூட்ட நெரிசலான இடங்களைத் தவிர்க்கவும்.
- பொது இடங்களில் முகமூடி அணிந்திருக்கவும்.
- உங்கள் வீட்டில் நல்ல காற்றோட்டத்தை உறுதி செய்யவும்.
- NTBCC மற்றும் பாலி கிளினிக்கிற்குச் செல்வதைத் தவிர, வீட்டிலேயே இருங்கள்.
- ஐந்து வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள், முதியவர்கள், கர்ப்பிணிப் பெண்கள் மற்றும் பலவீனமான நோய் எதிர்ப்பு சக்தி கொண்ட பிற நபர்களுடன் நெருங்கிய தொடர்பைத் தவிர்க்கவும். (நெருங்கிய தொடர்பில் ஒரே அறையில் தூங்குவதும் அடங்கும்.)



பொதுவாக, இரண்டு வார சிகிச்சைக்குப் பிறகு, நீங்கள் மருந்துகளை உட்கொள்வதை ஒழுங்கற்றதாகவோ அல்லது நிறுத்தவோ செய்யாவிட்டால், நீங்கள் இனி யாருக்கும் காசநோயைப் பரப்ப முடியாது. உங்கள் வேலை மற்றும் சமூக வாழ்க்கையை மீண்டும் தொடங்க நீங்கள் சுதந்திரமாக இருக்கிறீர்கள்.

## என் குடும்பத்தைப் பற்றி நான் கவலைப்படுகிறேன். அவர்களுக்கு காசநோய் பரிசோதனை தேவையா?

உங்கள் சோதனை முடிவுகள் தொடர்புத் தடமறிதல் தொடர்பான தேவையைக் குறிப்பிட்டால், பொது சுகாதார அதிகாரி உங்களைத் தொடர்புகொள்வார்.

நெருங்கிய தொடர்புகள் தேசிய காசநோய் பரிசோதனை மையத்தை (NTBSC) பார்வையிடுமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுவார்கள். இந்தத் திரையிடல் முழுமையாக தொற்று நோய்கள் முகமையால் (CDA) வழங்கப்படுகிறது.

தொடர்புத் தடமறிதல் குறித்து ஏதேனும் விசாரணைகள் இருந்தால், தொடர்புத் தடமறிதல் குழுவை திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை, காலை 8 மணி முதல் மாலை 5.30 மணி வரை, [ntbp@cda.gov.sg](mailto:ntbp@cda.gov.sg) என்ற முகவரியிலோ அல்லது 9836 1082 என்ற எண்ணிலோ தொடர்பு கொள்ளலாம்.

வீட்டு உறுப்பினர் அல்லது நெருங்கிய தொடர்பில் காசநோய் அறிகுறிகள் இருந்தால், உடனடியாக மருத்துவரை அணுகச் சொல்லுங்கள்.

# காசநோய் எவ்வாறு சிகிச்சையளிக்கப்படுகிறது?

காசநோய்க்கு நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளின் கலவையுடன் சிகிச்சையளிக்கப்படுகிறது, பொதுவாக இது ஆறு முதல் ஒன்பது மாதங்கள் வரை நீடிக்கும். சில நாளப்பட்ட நிலைமைகள், பக்க விளைவுகள் அல்லது மருந்து எதிர்ப்பு உள்ள நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை நீண்டது.

முதல் இரண்டு மாதங்களுக்கு, நீங்கள் இந்த நான்கு நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளை எடுத்துக்கொள்ள வாய்ப்புள்ளது: ரிஃபாம்பிசின், ஐசோனியாசிட், எதாம்புடோல் மற்றும் பைராசினமைடு.



காசநோய் சிகிச்சையில் பயன்படுத்தப்படும் சில பொதுவான நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகள்

உங்கள் சிகிச்சை சாதாரணமாக முன்னேறினால், 2 மாதங்களுக்குப் பிறகு நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளின் எண்ணிக்கை குறைக்கப்படலாம்.

## கட்டுக்கதை: நான் குணமடைந்தவுடன், காசநோய் மருந்துகளை உட்கொள்வதை நிறுத்திவிடலாம்.

இது உண்மையல்ல. சிகிச்சையின் முதல் சில வாரங்களுக்குப் பிறகு நீங்கள் நன்றாக உணர்ந்தாலும் கூட, உங்கள் உடலில் இன்னும் கிருமிகள் இருக்கும். அவை அழிக்கப்படாவிட்டால், அவை

- TB நோய் மீண்டும் வருவதற்கும், மற்றும்/அல்லது
- மருந்து எதிர்ப்பு TB வளர்ச்சிக்கும் வழிவகுக்கும், இது மிகவும் ஆபத்தானது.

நீங்கள் மருந்து எதிர்ப்பு TB ஐ உருவாக்கினால், உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் நீங்கள் தொடர்ந்து தொடர்பு கொள்ளும் மற்றவர்களுக்கும் நீங்கள் பரப்பும் TB கிருமிகள் மருந்து எதிர்ப்பு வகையாகும்.

TB யிலிருந்து நீங்கள் முழுமையாக மீள்வதையும், உங்களைச் சுற்றியுள்ள மக்களின் பாதுகாப்பையும் உறுதிசெய்ய உங்கள் மருத்துவர் இயக்கியபடி முழு சிகிச்சைப் போக்கையும் முடிக்கவும்.

## மருந்து எதிர்ப்பு என்றால் என்ன?

கிருமிகள் உயிர்வாழ சக்திவாய்ந்த உத்திகளைக் கொண்டுள்ளன.

நீங்கள் மருந்தை உட்கொள்ளத் தவறும்போது, உங்கள் உடலில் உள்ள காசநோய் கிருமிகள் மீண்டும் வளரத் தொடங்கும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது. அதிக கிருமிகள் உற்பத்தியாகும்போது, இந்த புதிய கிருமிகளில் சிலவற்றில் நீங்கள் உண்ணும் நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளிலிருந்து பாதுகாக்கும் சிறப்பு மாற்றப்பட்ட மரபணுக்கள் இருப்பதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.



இந்த மருந்து-எதிர்ப்பு கிருமிகள் இப்போது உங்கள் உடலில் சுதந்திரமாகப் பெருகும், ஏனெனில் நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் மிகவும் பயனுள்ள காசநோய் மருந்துகள் அவற்றைக் கொல்ல முடியாது.

மருந்து-எதிர்ப்பு காசநோய்க்கு பரிந்துரைக்கப்படும் இரண்டாவது வரிசை மருந்துகள் மூன்று குறைபாடுகளைக் கொண்டுள்ளன:

1. அவர்களுக்கு நீண்ட கால சிகிச்சை தேவைப்படலாம், சில சமயங்களில் 20 மாதங்கள் வரை.
2. அவை மிகவும் சிக்கலானவை மற்றும் அதிக பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும்.
3. மீட்பதற்கான வாய்ப்புகள் குறைக்கப்படுகின்றன.

## உங்கள் காசநோய் மருந்துகள் பற்றி மேலும்

### இந்த மருந்துகளுக்கு பக்க விளைவுகள் உண்டா?

காசநோய் மருந்துகள் உலகளவில் பல தசாப்தங்களாகப் பயன்பாட்டில் உள்ளன. அவை பொதுவாக பாதுகாப்பானவை.

இருப்பினும், சில நோயாளிகள் பக்க விளைவுகளை அனுபவிக்கிறார்கள். பின்வரும் அறிகுறிகளை நீங்கள் அனுபவித்தால், அவற்றை எடுத்துக்கொள்வதற்கு முன்பு உங்கள் காசநோய் மருந்துகளைத் தயாரிக்கும் செவிலியரிடம் தெரிவிக்கவும்.



| மருந்து                 | பக்க விளைவுகள்   |
|-------------------------|--|
| அனைத்து TB மருந்துகளும் | <u>கல்லீரல் அழற்சி</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• தொடர்ந்து குமட்டல் மற்றும் வாந்தி</li> <li>• வயிற்றில் அசௌகரியம் / வீக்கம்</li> <li>• பசியின்மை</li> <li>• தேநீர் நிற சிறுநீர்</li> <li>• வெளிர் நிற மலம்</li> <li>• கண்கள் மற்றும்/அல்லது தோல் மஞ்சள் நிறமாக மாறுதல்</li> </ul>                                       |
|                         | <u>ஒவ்வாமை அறிகுறிகள்</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• தொடர்ந்து அரிப்பு</li> <li>• தடிப்புகள்</li> <li>• வீங்கிய முகம் / கண்கள் / உதடுகள் / நாக்கு</li> <li>• மூச்சு விடுவதில் சிரமம்</li> </ul>  |
|                         | <u>காய்ச்சல் போன்ற அறிகுறிகள்</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• காய்ச்சல்</li> <li>• குளிர்</li> <li>• பலவீனமாக அல்லது சோர்வாக உணர்கிறேன்</li> </ul>  |
|                         | காரணமில்லாத சிராய்ப்பு அல்லது இரத்தப்போக்கு  |
| எத்தம்புடோல்            | <u>பார்வையில் மாற்றங்கள்</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• சிவப்பு மற்றும் பச்சை நிறங்களை வேறுபடுத்திப் பார்க்க இயலாமை</li> <li>• பார்வை மங்கலாகுதல்.</li> <li>• கண் வலி</li> </ul>   |
| பைராசினமைடு             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• தசை வலிகள்</li> <li>• மூட்டு வலிகள்</li> <li>• கீல்வாதம்</li> </ul>   |
| ஐசோனியாசிட்             | <u>நரம்பு பிரச்சனைகள்</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• உணர்வின்மை</li> <li>• கைகளிலும் கால்களிலும் கூச்ச உணர்வு</li> </ul>   |
| ரிஃபாம்பிசின்           | <u>உடல் திரவங்களின் ஆரஞ்சு-சிவப்பு நிறமாற்றம்</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• சிறுநீர்</li> <li>• வியர்வை</li> <li>• கண்ணீர்</li> </ul> <p>ரிஃபாம்பிசின் உங்கள் சிறுநீர், வியர்வை மற்றும் கண்ணீருக்கு கடுமையான சிவப்பு நிறத்தை ஏற்படுத்தும். இது மருந்துக்கு உங்கள் உடலின் இயல்பான எதிர்வினை, எனவே கவலைப்பட வேண்டாம்.</p> |

## நான் ஏன் அடிக்கடி சந்திப்புகளுக்கு வர வேண்டும்?

இது மருத்துவர் உங்கள் சிகிச்சை முன்னேற்றத்தையும் நல்வாழ்வையும் மதிப்பிடுவதற்காகும்.

ஒவ்வொரு வருகையின் போதும், நீங்கள் தொடர்ந்து உகந்த மருந்து அளவுகளைப் பெறுவதை உறுதிசெய்ய உங்கள் எடை அளவிடப்படுகிறது. உங்கள் பார்வைக் கூர்மையும் சரிபார்க்கப்படுகிறது, எனவே உங்கள் பார்வை பாதிக்கப்பட்டால் ஆரம்ப நடவடிக்கை எடுக்க முடியும்.

## எனக்கு உடல்நிலை சரியில்லை என்றால் மருந்துகளைத் தவிர்க்கலாமா?

நீங்களே ஒரு மருந்தளவைத் தவிர்க்க வேண்டாம். உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால், உங்கள் சுகாதார வழங்குநரின் ஆலோசனையைப் பெறுங்கள், இதனால் தேவையில்லாமல் மருந்தளவைத் தவறவிடாதீர்கள் மற்றும் மருந்து எதிர்ப்பு அபாயத்தை அதிகரிக்காதீர்கள்.

## காசநோய் மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளும்போது நான் எடுக்க வேண்டிய முன்னெச்சரிக்கைகள் ஏதேனும் உள்ளதா?

மது அருந்துவதைத் தவிர்க்கவும். ரிஃபாம்பிசின், ஐசோனியாசிட் மற்றும் பைராசினமைடு ஆகியவற்றை உட்கொள்ளும்போது மது அருந்துவது கல்லீரல் அழற்சியின் அபாயத்தை அதிகரிக்கிறது.



நீங்கள் புகைபிடித்தால், உங்கள் உடல்நலத்திற்காக புகைபிடிப்பதை நிறுத்துவதைப் பற்றி யோசித்துப் பாருங்கள்.

பாரம்பரிய / மூலிகை வைத்தியங்களைத் தவிர்க்கவும், ஏனெனில் அவை காசநோய் மருந்துகளுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

நீங்கள் தற்போது எடுத்துக்கொண்டிருக்கும் மருந்துகள் குறித்து NTBCC-யில் உள்ள உங்கள் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கவும், ஏனெனில் அவற்றில் சில காசநோய் மருந்துகளுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம்.



எந்தவொரு சப்ளிமெண்ட்ஸ் மற்றும் வைட்டமின்களைத் தொடங்குவதற்கு முன் உங்கள் மருத்துவரை அணுகவும்.



# நேரடியாகக் கவனிக்கப்பட்ட சிகிச்சை (DOT) - உங்கள் முழுமையான மீட்சியை உறுதி செய்தல்

நாடு முழுவதும் உள்ள பொது சுகாதார பல்துறை மருந்தகங்களில் ஒரு சுகாதாரப் பணியாளரால் கண்காணிக்கப்படும் போது காசநோய் மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்வதை DOT உள்ளடக்குகிறது.



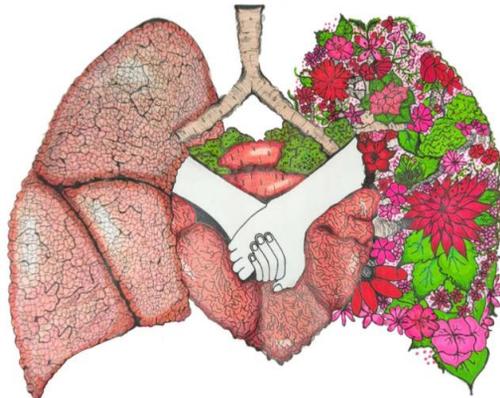
## ஏன் DOT அவசியம்?

DOT சிகிச்சை பின்பற்றுதலை மேம்படுத்துகிறது, மறுபிறப்பைக் குறைக்கிறது மற்றும் மருந்து எதிர்ப்பு காசநோயைத் தடுக்கிறது. இது

- மறுபிறப்பு மற்றும் மருந்து எதிர்ப்பு காசநோயைத் தடுக்க நோயாளிகள் சரியான அளவு மருந்துகளை தவறாமல் எடுத்துக்கொள்வதை உறுதிசெய்கிறது, மேலும்
- பக்க விளைவுகள் ஏற்பட்டால், நோயாளிகளின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதற்காக செவிலியர்கள் உடனடியாக செயல்பட இது உதவுகிறது.

## உங்களுக்கு ஒரு மென்மையான மற்றும் வெற்றிகரமான சிகிச்சையை நாங்கள் விரும்புகிறோம்!

உங்கள் ஒவ்வொரு அடியிலும் நாங்கள் உங்களுடன் இருக்கிறோம்.



National Tuberculosis Care Centre  
தேசிய காசநோய் பராமரிப்பு மையம்

144 Moulmein Road, Singapore 308089

தொடர்புகள்:

6356 5294 (பொதுவான விசாரணைகள்)  
ttsh.ntbcc@nhghealth.com.sg

திறக்கும் நேரம்:

திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை காலை 8 மணி  
முதல் மாலை 5 மணி வரை

சனி, ஞாயிறு மற்றும் பொது விடுமுறை  
நாட்களில் மூடப்படும்.



© National Healthcare Group Pte Ltd 2026. All rights reserved. All information correct as of January 2026. No part of this document may be reproduced, copied, reverse compiled, adapted, distributed, commercially exploited, displayed or stored in a database, retrieval system or transmitted in any form without prior permission of National Healthcare Group Pte Ltd. All information and material found in this document are for purposes of information only and are not meant to substitute any advice provided by your own physician or other medical professionals.