

Những Điều Quý Vị Cần
Biết về **Nhiễm Bệnh
Lao**

TB
BỆNH LAO



(English
Translation
Included)



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



Nội Dung Bên Trong:

Làm theo các bước này để chắc rằng nhiễm TB không tiến triển thành bệnh TB. Đọc sách hướng dẫn này để biết cách kiểm soát sức khỏe của mình.

3

TRANG

Nhiễm TB có nghĩa là gì

5

TRANG

Về thử nghiệm da TB

7

TRANG

Chữa trị nhiễm TB

10

TRANG

Chỉ dẫn theo lịch trình dùng thuốc cho quý vị

11

TRANG

Được trả lời cho các thắc mắc của quý vị



“Tôi vừa biết mình bị nhiễm TB. Từ “nhiễm” nghe thật tệ đối với tôi. Tôi đỡ lo khi biết rằng nhiễm TB nghĩa là tôi chỉ có vi trùng TB ủ trong người mình. Điều này có nghĩa là vi trùng TB đang ngủ nên chúng không làm tôi bệnh và tôi không lây vi trùng TB cho người khác. Bác sĩ của tôi cho biết rằng vi trùng có thể bọc phát và nhân lên. Đây gọi là bệnh TB và nếu tôi bị bệnh thì tôi có thể rất bệnh và lây vi trùng TB cho người khác. Tôi không muốn điều đó xảy ra nên tôi làm theo những gì bác sĩ khuyến cáo và bắt đầu dùng thuốc chữa TB ngay.”

–Tiên

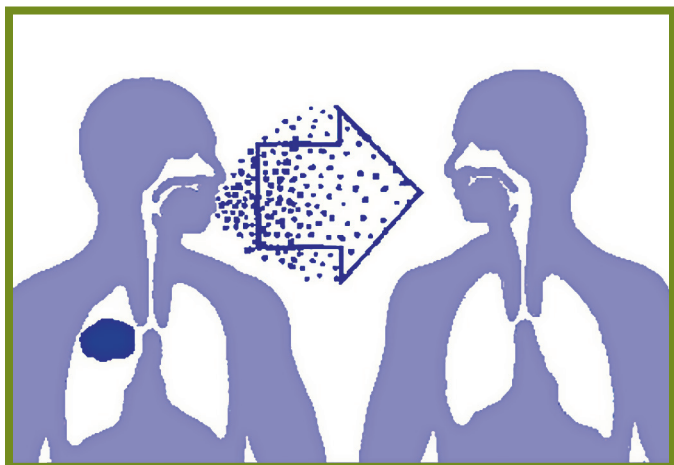
Cô Tiên bị nhiễm TB. Điều này nghĩa là:

- Cô có vi trùng TB ủ (ngủ) trong người nên vi trùng không làm cô ấy bệnh.
- Cô không thể lây vi trùng TB cho người khác.
- Tuy nhiên—nếu giờ cô không dùng thuốc để diệt vi trùng TB thì cô có thể bị bệnh TB trong tương lai. Nếu cô bị bệnh TB thì có thể lây vi trùng TB cho người khác.

Tôi bị nhiễm TB bằng cách nào?

- Bệnh TB lây truyền trong không khí từ người này sang người khác. Vi trùng TB lây lan trong không khí khi người bị nhiễm TB ho, cười, hát hoặc hắt xì.
- Cũng như Tiên, nếu quý vị hít phải không khí có vi trùng TB thì quý vị có thể bị nhiễm TB. Điều này có thể xảy ra ngay cả khi tinh thần và cơ thể quý vị đều khỏe mạnh.
- Quý vị không biết mình bị nhiễm TB trừ khi làm đi thử nghiệm TB qua da hoặc qua máu.
- Nếu không chữa trị thì việc nhiễm TB có thể trở thành bệnh TB.

Vi trùng TB lây lan trong không khí khi người bị bệnh TB ho, cười, hát hoặc nhảy mũi.





Quý vị cần làm thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB, nếu:

- Quý vị ở chung với người bị bệnh TB.
- Nếu quý vị bị nhiễm HIV hoặc có vấn đề sức khỏe khác, như tiểu đường, thì sẽ khó chống lại vi trùng hơn.
- Quý vị chích thuốc phi pháp.
- Bác sĩ khuyến cáo quý vị cần làm thử nghiệm.
- Nơi làm việc cho biết quý vị cần làm thử nghiệm.
- Quý vị đến từ nơi có bệnh TB phổ biến hơn. Đây hầu hết là các nước Châu Mỹ La-Tinh, và vùng Ca-ri-bê, Phi Châu, Á Châu, Đông Âu và Nga. Ngay cả khi TB phổ biến hơn ở những nơi này thì không phải mọi người ở những nơi này đều có vi trùng TB trong người hoặc sẽ có kết quả thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB là dương tính.
- Quý vị ở một thời gian dài tại nơi có bệnh TB phổ biến hơn. Những nơi này gồm nơi cư trú dành cho người vô gia cư, trung tâm cai nghiện thuốc, bệnh xá chăm sóc sức khỏe, nhà chăm sóc, nhà tù, nhà giam.



Người chăm sóc sức khỏe cho biết quý vị bị nhiễm TB.

Người bị nhiễm TB luôn luôn có kết quả thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB là dương tính. Nếu thử nghiệm thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB thì người chăm sóc sức khỏe cũng sẽ chụp quang tuyến nơi ngực để tìm dấu hiệu bệnh TB. Nếu kết quả chụp quang tuyến X của quý vị KHÔNG có dấu hiệu bệnh TB thì quý vị bị chẩn đoán nhiễm TB.

Người chăm sóc sức khỏe cũng hỏi quý vị có nhiễm HIV hay không. Đó là vì nhiễm HIV và nhiễm TB cùng nhau có thể khiến quý vị bệnh rất nặng. Nếu quý vị không biết thì yêu cầu người chăm sóc sức khỏe làm thử nghiệm HIV cho quý vị. Nói về HIV là điều riêng tư nhưng đó là điều quan trọng vì nhiễm HIV cùng lúc với nhiễm TB có thể làm quý vị bệnh rất nặng.

Quý vị có biết?

Thử nghiệm da TB không phải là chủng ngừa. Đó là thử nghiệm để biết người quý vị có vi trùng TB hay không. Ở hầu hết các nơi thì quý vị không cần có bảo hiểm sức khỏe để được thử nghiệm hoặc chữa trị bệnh TB ở ban sức khỏe hoặc bệnh xá công.

Dùng thuốc ngay theo như chỉ dẫn của người chăm sóc sức khỏe.



“Đầu tiên, tôi không thể hiểu tại sao tôi phải dùng thuốc chữa TB lâu như vậy. Tôi không thấy bệnh! Nhưng giờ tôi biết rằng vi trùng TB mạnh và cần thời gian lâu để diệt chúng. Tôi hoạch định để hoàn tất việc dùng thuốc vì tôi muốn khỏe mạnh cho gia đình mình. Tôi không muốn rủi ro bị bệnh TB một ngày nào đó.”

Nếu bị nhiễm TB thì quý vị cần làm theo các chỉ dẫn sau.

- Bảo vệ sức khỏe của mình bằng cách dùng thuốc trị nhiễm TB.
- Dùng tất cả thuốc ngay cả khi quý vị không cảm thấy bệnh.
- Vẫn dùng thuốc để diệt vi trùng TB để quý vị sẽ không bị bệnh TB.

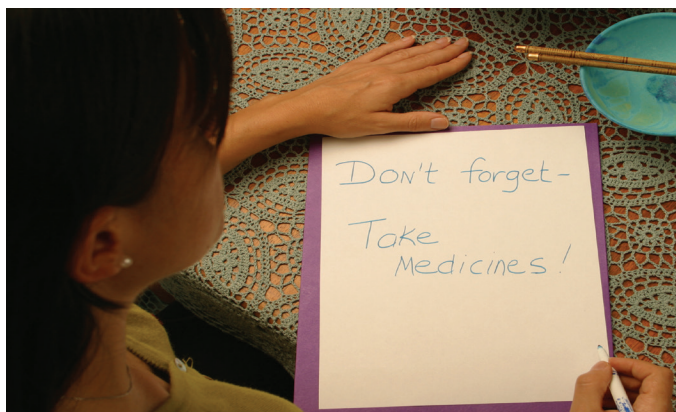
Tại sao tôi cần dùng thuốc nếu tôi không thấy bệnh?

Ngay cả khi vi trùng TB trong người quý vị ủ (ngủ) thì chúng cũng vẫn rất mạnh. Nhiều vi trùng bị diệt sau khi quý vị bắt đầu dùng thuốc một thời gian ngắn nhưng một số vi trùng vẫn sống trong người một thời gian dài. Cần thời gian lâu hơn để diệt chúng. Trong thời gian vi trùng TB có trong người quý vị thì chúng có thể bộc phát, nhân lên và làm quý vị bị bệnh TB. Cách duy nhất để loại bỏ vi trùng TB là uống thuốc trị bệnh TB. Quý vị sẽ cần luôn dùng thuốc từ 3, 6 hoặc 9 tháng.

Gọi cho người chăm sóc sức khỏe ngay nếu quý vị:

- Chóng mặt khi ngồi xuống, đứng lên hoặc nằm xuống.
- Ăn kém ngon hoặc ăn không ngon.
- Khó chịu trong dạ dày, buồn ói hoặc nôn ói.
- Đau ở ngực dưới hoặc bị ợ nóng ở ngực.
- Có các triệu chứng như cảm cúm kèm hoặc không kèm theo sốt.
- Rất mệt mỏi hoặc rất yếu.
- Sốt hoặc ớn lạnh.
- Tiêu chảy nặng hoặc đi phân lỏng (phân).
- Nước tiểu có màu nâu, có màu nước trà hoặc màu nước cola.
- Vàng mắt hoặc vàng da.
- Nổi mề đay hoặc ngứa.
- Thâm tím, hoặc đỏ và các nốt hồng trên da không rõ lý do.
- Chảy máu cam, hoặc chảy máu từ nướu hoặc quanh răng.
- Thở hổn hển.
- Đau hoặc nhói đau ở bàn tay, cánh tay và chân.

Cho người chăm sóc sức khỏe của quý vị biết nếu thuốc làm quý vị cảm thấy bệnh. Bất cứ thuốc nào cũng có tác dụng ngoại ý, kể cả thuốc chữa TB. Hầu hết mọi người dùng thuốc chữa TB đều không có vấn đề gì.



Cố gắng làm theo những chỉ dẫn này để giúp quý vị nhớ uống thuốc trị bệnh TB.

Đánh dấu vào các chỉ dẫn quý vị sẽ làm theo:

- ☀ Uống thuốc vào một giờ trong ngày.
- ☀ Dùng một hộp đựng thuốc và bỏ tất cả thuốc dùng trong một tuần vào hộp.
- ☀ Để thuốc ở một nơi quý vị không thể quên.
- ☀ Tự viết ghi chú cho mình. Gắn ghi chú lên gương trong phòng tắm hoặc trên tủ lạnh của quý vị.
- ☀ Đeo đồng hồ để biết giờ. Đặt đồng hồ báo giờ quý vị cần uống thuốc.
- ☀ Đề nghị người nhà hay bạn bè giúp quý vị nhớ.
- ☀ Dùng lịch để đánh dấu vào ngày quý vị uống thuốc.

Người chăm sóc sức khỏe sẽ chắc chắn thuốc có tác dụng tốt cho quý vị.

Khi đang dùng thuốc trị bệnh TB thì quý vị gặp người chăm sóc sức khỏe của mình ít nhất một tháng một lần. Nếu có vấn đề sức khỏe khác như nhiễm HIV, hoặc viêm gan thì quý vị cần gặp người chăm sóc sức khỏe thường xuyên hơn.

Quý vị cũng có thể cần làm vài thử nghiệm máu để chắc chắn cơ thể mình đang có tác dụng tốt với thuốc.

Thắc mắc của quý vị được trả lời ở đây!

Đây là các câu trả lời cho các thắc mắc chung từ người bị nhiễm TB.

Tôi cảm thấy mạnh mẽ, khỏe mạnh và có cuộc sống cân bằng. Tôi có cần dùng thuốc trị nhiễm TB không?

Có. Người bị nhiễm TB, nếu giữ cơ thể và tinh thần mạnh mẽ và khỏe mạnh thì ít có nguy cơ tiến triển thành bệnh TB. Tuy nhiên— đó không phải là cách bảo vệ an toàn. Cách duy nhất để bảo vệ sức khỏe của quý vị là dùng thuốc diệt vi trùng TB trong người trước khi nó tiến triển thành bệnh TB.

Khi tôi hoàn tất điều trị nhiễm TB thì điều đó có nghĩa là tôi sẽ không bị bệnh TB?

Thuốc không có tác dụng với tất cả mọi người nhưng có hiệu quả với hầu hết mọi người. Hầu hết mọi người hoàn tất điều trị nhiễm TB sẽ không bị bệnh TB.

Sau khi kết thúc điều trị nhiễm TB thì tôi có bị nhiễm TB lại không?

Có. Điều trị nhiễm TB mà quý vị nhận chỉ trị vi trùng TB trong người của quý vị lúc này. Có thể quý vị ở cùng người khác bị TB và bị lây vi trùng TB mới. Tuy nhiên, hầu hết những người khỏe mạnh không cần chữa trị lại.

Tôi nghe rằng khi tôi có kết quả thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB là dương tính thì tôi sẽ luôn luôn có kết quả thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB là dương tính ngay cả khi tôi đã chữa trị xong. Điều này có đúng không?

Có, điều này là đúng. Ngay cả khi kết thúc dùng thuốc thì kết quả thử nghiệm da TB hoặc thử nghiệm máu TB của quý vị sẽ luôn luôn là dương tính. Yêu cầu người chăm sóc sức khỏe cho quý vị bản xác nhận kết quả thử nghiệm của quý vị dương tính và quý vị đã hoàn tất chữa trị. Điều này sẽ có ích khi sau này quý vị bị yêu cầu làm thử nghiệm khác.



Cách nào tốt nhất để giải thích về nhiễm TB cho gia đình, bạn bè, bạn cùng lớp hoặc đồng nghiệp của tôi?

Không có cách đúng hay cách sai. Dưới đây là một vài ý kiến nhưng hãy làm những gì quý vị cho là đúng.

- Giải thích rằng người bị nhiễm TB không thể lây vi trùng TB cho người khác. Nói cách khác, không ai có thể bị lây vi trùng TB từ quý vị.
- Giải thích rằng quý vị đang dùng thuốc để chắc chắn mình không bị bệnh TB.
- Chia sẻ cuốn sách này và những thông tin quý vị biết được về nhiễm TB với bạn bè, gia đình và những người khác.
- Nếu bất cứ thắc mắc nào của quý vị, gia đình, bạn bè, bạn cùng lớp hoặc đồng nghiệp của quý vị với người chăm sóc sức khỏe.

Tìm hiểu thông tin về chủng ngừa TB (BCG):

Một số người từ các nước ngoài Hoa Kỳ đã chủng ngừa BCG để phòng TB. Không phải chủng ngừa BCG luôn luôn bảo vệ quý vị khỏi bệnh TB. Ngay cả khi đã chủng ngừa BCG thì quý vị vẫn có thể bị TB. Nếu quý vị có kết quả thử nghiệm da TB là dương tính thì người chăm sóc sức khỏe sẽ quyết định xem quý vị có cần chữa trị TB hay không.



“Tôi luôn nghĩ rằng chủng ngừa BCG có thể làm kết quả thử nghiệm da TB của tôi là dương tính. Người chăm sóc sức cho biết một số người đã chủng ngừa BCG có kết quả thử nghiệm da TB là dương tính và một số người có kết quả âm tính. Tôi biết rằng kết quả thử nghiệm dương tính thường nghĩa là có nhiễm TB.”



Hãy nhớ—Có thể phòng ngừa, chữa và trị dứt bệnh TB.

Tiếp nhận tất cả những thông tin này cùng lúc là điều rất bẽ bộn. Nhận thông tin từng ngày—vào lúc quý vị bắt đầu chữa nhiễm TB.

Làm theo chương trình để uống thuốc chữa TB để quý vị không bị bệnh TB. Giữ sức khỏe cho gia đình, bạn bè và cho chính mình!

Gọi đến ban sức khỏe tại địa phương theo số sau đây để biết thêm thông tin về Bệnh TB

**hoặc viếng mạng lưới của
Phân Ban về Bệnh Lao của CDC
(CDC Division of Tuberculosis) tại
<http://www.cdc.gov/tb>**

What You Need to Know About Tuberculosis Infection

TB

TUBERCULOSIS



**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.

3
PAGE

What it means to have TB infection

5
PAGE

About the TB skin test

7
PAGE

Treatment for TB infection

10
PAGE

Tips to stay on your medicine routine

11
PAGE

Get your questions answered



“I just found out I have TB infection. The word “infection” sounded so bad to me. 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 on to anyone else. My doctor told me that sometimes the sleeping germs wake up and multiply. This is called TB disease and if I get it, I can become very sick and 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.”

– Tiên

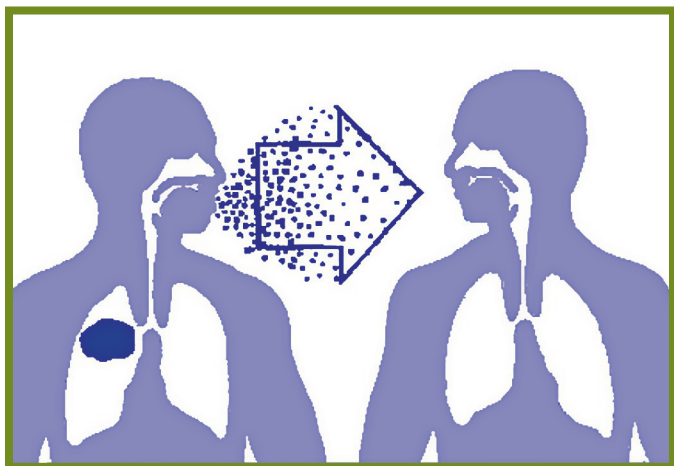
Tiên has TB infection. This means that:

- She has only dormant (sleeping) TB germs in her body so the germs are not making her sick.
- She cannot pass these TB germs to others.
- Yet— if she doesn’t take medicine to kill the TB germs now, she can get sick with TB disease in the future. And if she gets TB disease, she 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 Tiên, if you breathe air that has TB germs, you may get TB infection. This can happen even if your mind and body are healthy.
- 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.





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. Even though TB is more common in these places, not everyone from these places has TB germs in their body or will have a positive TB skin test or TB blood test result.
- 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.

Did you know?

The TB skin test is not a vaccine. It is a test to find out if you have TB germs in your body. In most places, you do not need to have health insurance to be tested or treated for TB at a health department or public clinic.

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 so long. I didn’t 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 the 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.

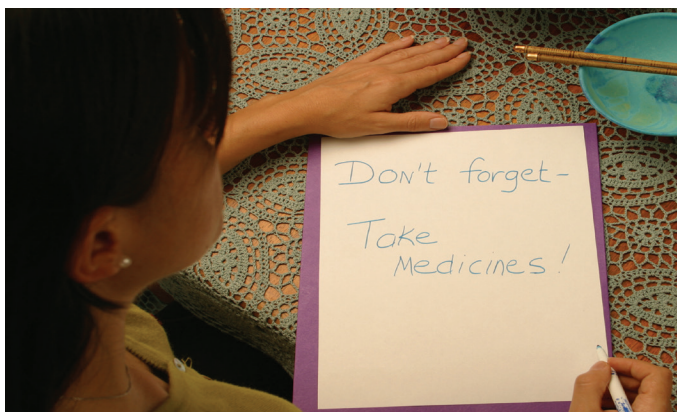
Why should I take medicine if I don't feel sick?

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 the body for 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.

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.

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.



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 everyday.
- ☀ 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.

Your questions answered here!

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

I feel strong and healthy and I live a balanced life. Do I still need to take medicine for TB infection?

Yes. People who have TB infection and keep their bodies and minds strong and healthy are less likely to develop TB disease. Yet— it is not guaranteed protection. The only way to protect your good health is to take medicine to kill the TB germs in your body now, before you develop TB disease.

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

The medicine does not work for everyone, but 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 and get new TB germs. Yet-most healthy people won't need to be treated ever again.

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

Yes, this is true. Even after you finish taking your pills your TB skin test or TB blood test will always 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 test in the future.



What is the best way to explain 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 to others. In other words, no one can get TB germs from you.
- Explain that you are taking medicine to make sure 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 your family, your friends and for yourself!

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

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

