



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Karinne Moynens, Secretary General, Department of Care, Boulevard Simon Bolivar 17, 1000 Brussels | September 2024 | چاپ شدی له خبره

غواړي نور معلومات ترلاسه کړي؟



له خپل ډاکټر سره مشوره وکړي.

ته لار شئ یا د خپل ولایت د پاملرنې له ریاست سره اړیکه ونیسی: www.departementzorg.be

- Antwerp: 02 553 08 92
- Limburg: 02 553 08 93
- East Flanders: 02 553 08 94
- Flemish Brabant: 02 553 08 93
- East Flanders: 02 553 08 94

ته لار شئ www.vrgt.be یا په خپل ولایت کې د فلاندر د تنفسي روغتیا پاملرنې او د نري رنځ د کنټرول له ټولنې (VRGT) سره اړیکه ونیسی:

- Antwerp: 014 41 13 62
- Berchem: 03 287 80 10
- Brussels: 02 411 94 76
- Limburg: 011 22 10 33 (Hasselt)
- East Flanders: 09 225 22 58 (Ghent)
- Flemish Brabant: 016 79 09 92 (Leuven)
- West Flanders: 059 79 02 57
- Ostend: 059 79 02 58



ولې او څنگه د تماس پلټنه ترسره کړي؟

هغه کسان چې د یو ساري ناروغ په نږدې چاپېریال کې وي، معاینه کېږي څو دا څرګنده شي چې آیا هغوی ناروغ یا اخته شوي دي که نه. دا د ټوبرکلین پوستکي تست، د IGRA (وینې ازموینه) او/یا د سږي ایکس رې له لارې ترسره کېږي.

هغه کسان هم معاینه کېږي چې د ناروغ کس په چاپېریال کې وي، تر څو د ناروغۍ سرچینه وموندل شي. په دې توګه، یوه ترسره، د ناروغ سره په ګډه، د هغو کسانو لیست جوړوي چې هغه په تېرو څو میاشتو کې ورسره ډېر تماس درلود: د کورنۍ غړي، خپلوان، ملګري، همکاران، ټولګیوال، د یوې ټولنې یا تفریحي کلب غړي.

نري رنځ

departementzorg.be

DEPARTEMENT
ZORG



د پاملرنې څانګه
infectieziektebestrijding@vlaanderen.be
www.departementzorg.be

نري رنځ يوه ساري ناروغي ده چې د ټوپرکلوز باکټريا له امله منځ ته راځي.

د ناروغي تر ټولو عامه بڼه د سپرو ټوپرکلوز دی. گډې، هډوکي، دماغ، غډې يا نورې برخې هم کله ناکله اغېزمنې کېږي.

څوک په نري رنځ اخته کېدلي شي؟

هر څوک په نري رنځ اخته کېدلی شي. وړوکي ماشومان او هغه کسان چې د بدن دفاعي سیستم یې کمزوری وي، ډېر ځله نري رنځ نیسي.

نښې نښانې کومې دي؟

د فعال سپرني نري رنځ تر ټولو عامې نښې نښانې دا دي:

- دوامداره ټوخی، اکثره وخت له بلغمو سره
- د اشتها کمښت
- د وزن کمښت
- په سینه کې درد
- (لوره) تبه
- د شپې خولې
- ستړیا

نښې نښانې ضروري نه ده چې په يوه وخت کې څرگندې شي. دا هم ممکنه ده چې تاسو هېڅ نښې نښانې ونه لرئ، خو بیا هم نري رنځ ولرئ.

آیا نري رنځ درمل کېدای شي؟

تاسو کولای شئ د نري رنځ څخه په بشپړه توګه ښه شئ. درملنه معمولاً د درې یا څلورو درملو (انټي بايوټيکونو) څخه جوړه وي.

تاسو باید دا انټي بايوټيکونه لږ تر لږه شپږ میاشتې وکاروئ، ځکه چې د نري رنځ باکټريا له منځه وړل ګران دي. که تاسو درملنه لکه څنګه چې ویل شوي تعقیب نه کړئ، کېدای شي بیا ناروغ شئ. همدارنګه دا امکان شته چې درملنه کمه اغېزمنه شي ځکه چې باکټريا نور پر عامو انټي بايوټيکونو غبرګون نه ښيي.

تاسو کله ساري یاست؟

تاسو ساري یاست که د معاینه شوي بلغمو څخه د ټوپرکلوز باکټريا وموندل شي (ساري د سپرو ټوپرکلوز).

که په بلغمو کې د ټوپرکلوز باکټريا ونه موندل شي، نو دې ته غیر ساري د سپرو ټوپرکلوز ویل کېږي. که ټوپرکلوز په بل غړي کې وي (د سپرو څخه بهر)، نو تاسو ساري نه یاست.

که تاسو درملنه لکه څنګه چې ویل شوي څو اوونۍ تعقیب کړئ، ټوخی کمېږي او تاسو لږ ساري کېږئ. په یاد ولرئ چې په هغه وخت کې تاسو لا تر اوسه روغ نه یاست. ښه د ټوخنډو حفظ الصحة هم د نورو د اخته کېدو احتمال کموي: له نورو لرې ټوخیږئ او خپل لاس د خولې مخې ته نیولو سره په کاغذي دستمال کې ټوخی وکړئ. بیا دستمال په کثافتاتو کې واچوئ او خپل لاسونه په اوبو او مایع صابون سره ومیځئ.

تاسو څنګه اخته کېږئ؟

نري رنځ تقریباً یوازې د هوا له لارې انتقالیږي. هغه څوک چې د سپرو د ساري نري رنځ ناروغ وي، کله چې ټوخیږي، خبرې کوي یا پرنجیږي، د ټوپرکلوز باکټريا هوا ته خوشي کوي. هغه کسان چې د ناروغ کس په نږدې چاپېریال کې وي، کېدای شي باکټريا ساه ته واخلي. کله چې ساه ته اخیستل شوي باکټريا د سپرو ته داخلېږي، نو یو لږ التهاب منځ ته راولي. دا معمولاً په خپله رغېږي، خو کله ناکله التهاب خپریږي.

باکټريا کولی شي د وینې یا لمفاتي لارې له لارې نورو غړو (ګرډې، هډوکي، دماغ، غډې، او نور) ته هم داخل شي. نري رنځ تقریباً هیڅکله د شیانو له لارې (د خوړو وسایل، کالي، کتابونه، بسترونه، او نور) نه خپریږي.

