टी. बी. की ..... A B C D

टी.बी. का मरीज बीमारी को फैलने से कैसे रोके?

1. ज्यादा से ज्यादा समय बाहर ताजी हवा में रहो– जैसे खुले में, पार्क में, छत पर, खेत में, आंगन में या किसी पेड़ के नीचे। अगर मौसम सही है तो रात को भी बाहर सो जाओ।
2. खासी करते समय मुंह पर रूमाल रखो।
3. बंद कमरे में न रहो। भीड़–भाड़ से दूर रहो।
4. इधर–उधर कभी मत थूको।
5. छोटे बच्चों को गोद में उठाना, चूमना या अपने साथ सुलाना उचित नहीं है।
6. नशे से दूर रहो जैसे बीड़ी सिगरेट, गुटका, तम्बाकू व शराब इत्यादी।
7. अच्छा सन्तुलित खाना खाओ जैसे–दूध, हरी सब्जी, दाले व फल आदि।
8. टी0बी0 का इलाज है। दवाई नियम से 6 से 8 महीने खानी चाहिए।
9. **महीने, दो महीने के इलाज से ही काफी आराम आ जाता है। लेकिन इलाज पूरा करो– 6 से 8 महीने। बीच में कभी न छोड़ो।**
10. इलाज के हर 2 महीने होने पर बलगम की जांच करवाओ।

इन सावधानियों की सबसे अधिक आवश्यकता फेफड़े के उन टी. बी. रोगियो को है, जिनकी बलगम में कीटाणु जा रहे हैं यानी जो स्पूटम पॉजिटिव हैं। केवल फेफड़े के कुछेक मरीज जिनकी बलगम में कीटाणु जा रहे हैं बीमारी फैलाने में सक्षम होते है।

फेफड़े को छोड़ जब टीबी दूसरे अंगों में होती है तो यह एक से दूसरे को नही फैलती। यानि हड्डी, जोड़, गुर्दा, गाँठ, दिमाग, जिगर, आतड़ी या पेट इत्यादी की टी.बी. के मरीज दूसरों में संक्रमण नहीं करते।

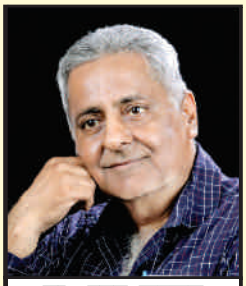
पढ़ कर पुस्तक वापिस करें !

डा. रमिन्द्र सिंह एम. डी. सिविल सर्जन पलवल का हार्दिक धन्यवाद। पहले फरीदाबाद तथा अब पलवल जिले में इन्होने सदैव टी. बी. उन्मूलन की दिशा में मरीजों के हित में नए-नए प्रयोग करने के लिए हमें प्रोत्साहित किया है तथा हमारा मार्गदर्शन किया है।

विश्व स्वास्थ्य सगंठन की कसेंलटैन्ट डा० सुधी नाथ का उनके सार्थक सहयोग व गाइडैंस के लिए धन्यवाद ।

एस.ओ.एस. नर्सिग स्कूल फरीदाबाद की विद्यार्थियों (खासकर 2010-14 बैच) का आभार कि जिन्होने इस पुस्तक के लेखन व पठन को लम्बी प्रक्रिया में अनथक श्रमदान दिया।

गहन सोच-विचार के बाद इन सब ने अपने जीवन के तर्जुबों में से चुन-चुनकर कुछेक सत्य कथाऐं इस पुस्तक में डाली हैं , ताकि टी. बी. रोगी, उसके रिश्तेदार व आम जनता जनार्दन का भला हो सके और हमारा देश टी. बी. मुक्त हो सके।



डा0 रमन कक्कड़
सम्पादक (टी.बी. स्पेि लस्ट)
बी.के. अस्पताल, फरीदाबाद

डा. अशोक गुप्ता
प्रोग्राम मेनेजर (टीबी)
पलवल, डी टी ओ (ex)

ब्रिजेश
एस.टी.एल.एस, पलवल

राजकुमार
एस.टी.एल.एस. होडल

संजीव
सीनियर ट्रीटमेट
सुपरवाइजर (पलवल)

आसिया खातून
एसटीएस होडल

बिमलेश डागर
टी.बी.एच.वी.
जनरल अस्पताल, पलवल

निशान्त शर्मा
विद्यार्थी

अशोक कुमार
टी.बी. हेल्थ विजिटर
जनरल अस्पताल, पलवल

विजय पाल
टी.बी.एच.वी., सरकारी
अस्पताल एम्स बल्लभगढ़ ।

रेखा रानी
टी0.बी0. हेल्थ विजिटर,
डाट्स सेन्टर, जच्चा-बच्चा अस्पताल,

दीपचन्द भारद्वाज
लैब टैक्नीशियन नांगलजाट
पलवल

विनोद कुमार
लैब टैक्नीशियन
अलावलपुर पीएचसी पलवल

विनोद कुमार
लैब टैक्नीशिन उटावड़ पलवल,

वर्षा गौतम
नर्सिंग स्टूडेन्ट SOS School of Nursing
GNM Ist Year, Sector-29, Faridabad

मनोज कुमार दलाल
मलेरिया विभाग पलवल
टीवीएचवी फरीदाबाद (Ex)

DISTRICT TUBERCULOSIS CENTRE
PALWAL (HARYANA)

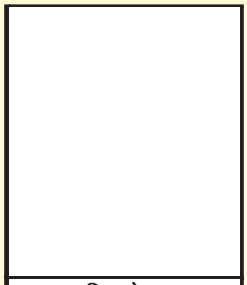
(REVISED NATIONAL TUBERCULOSIS CONTROL PROGRAMME)

Concept by, Compiled & Edited By : Dr. Raman Kakar (MBBS, DTCD)
Chest & TB Specialist

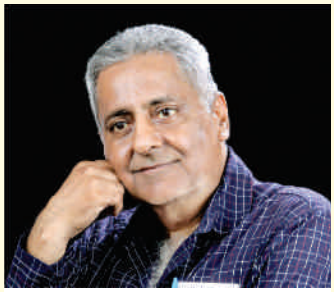
गांधी जयंती : 2 अक्तूबर 2012

सम्पादकः डा. रमन कक्कड़ (बी.के. सिविल अस्पताल, फरीदाबाद)

Printed by:
Jack Offset Works
1J-25, Arya Samaj Road,
NIT., Faridabad
98710 99111



विमलेश
टीबी एच आई वी सुपरवाइजर पलवल
टीबीएचवी, गुड़गाँव (Ex)



डा0 रमन कक्कड़
सम्पादक (टी.बी. स्पेि लस्ट)
बी.के. अस्पताल, फरीदाबाद
लेखक : एक मौत प्रति मिनट (3 भाशाओं में), द टैस्ट ऑफ टाइम (इंग्लि ा)
निर्माता : "तीन बाते" टी.बी. पर फिल्म, अनेको रेडियो प्रोग्राम

टी.बी की बीमारी क्या है?

टी.बी. यानि टयूबरकुलोसिस या क्षय रोग या तपेदिक की बीमारी एक फैलने वाला रोग है। भारत में हर 3 मिनट में 2 व्यक्ति इससे जान गँवातें है। इसका कारण है एक छोटा सा कीटाणु जो हवा के जरिये एक से दूसरे व्यक्ति में फैलता है।

टी.बी. के लक्षण :– लम्बी खांसी, लम्बा बुखार व वजन का घटना टी.बी. के लक्षण होते हैं । आम तौर पर ये लक्षण इतने मामूली और साधारण होते हैं कि किसी को शक नहीं होता है कि टी.बी. जैसी बीमारी शुरु हो चुकी है। जब भी खांसी, बुखार इत्यादि लंबे समय तक चलता रहे तो टी.बी. का शक करना चाहिए।

टी.बी. होने का खतरा किसे ज्यादा होता है ? :–

1. खाने पीने की कमी से जो लोग कमजोर हैं, गरीबी व कुपोषण का शिकार हैं उनमें यह बीमारी ज्यादा पनपती है।
2. शूगर (डायबीटीज) (मधुमेह) (शक्कर की बीमारी) के मरीजों को।
3. एच.आई.वी. संक्रमित व्यक्ति तथा AIDS (ऐड्स) के रोगी को।
4. नशे की लत वाले को – बीड़ी, सिगरेट, शराब, गुटखा, तम्बाकू, चरस, गाँजा या ड्रग्स के इन्जैक्शन लगवाने वालों को।

फेफड़े की टीबी ही बीमारी के फैलने का जरिया है:– टी.बी. के 80 प्रतिशत मरीज तो फेफड़े की बीमारी से ग्रस्त होते हैं। फेफड़े की टी.बी. ही सबसे ज्यादा पाई जाती है और समाज के लिए सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण है। फेफड़े की टी.बी. का ऐसा मरीज जिसकी बलगम में किटाणु जा रहें हों (यानि वह स्पूटम पोजेटिव हो) इस बीमारी को दूसरों में फैला सकता है। इसलिये बलगम की सही जांच करना बहुत जरुरी है। सही इलाज से मरीज की बलगम से कीटाणु जल्द ही साफ हो जाते हैं और संक्रमण रूक जाता है। इसलिये तब तक ऐसे मरीज को सावधानी बरतनी चाहिए जैसे:–

खाँसी करते समय मुँह पर रुमाल रखो। ज्यादा से ज्यादा समय बाहर खुले में बिताओ–जैसे पार्क में, खेत में, आंगन में, छत पर या किसी पेड़ के नीचे। बाहर खुले में खांसी के कीटाणु हवा में बिखर जाते हैं और धूप उनको नष्ट कर देती है। इसलिये बाहर ताजी हवा में संक्रमण का खतरा नहीं होता।

टी.बी. शरीर में फेफड़े के इलावा और कहाँ होती है? होने को तो टी.बी. सिर से पैर तक किसी भी अंग में हो सकती है । जैसे गर्दन की गाँठों में, पेट में, जोड़ व हड्डी में, चमड़ी पर, दिमाग में या माँसपेशियों में, जिगर में, गुर्दे में, आँतडियों में, फेफड़े या दिल की बाहरी झिल्ली में, आँख में, रीड की हड्डी में, पुरूष व स्त्री के गुप्तांगों में इत्यादि। फेफड़े को छोड़कर जब टी.बी. दूसरे अंगों में होती है तो यह एक से दूसरे को नहीं फैलती।

क्या टीबी का इलाज है? टी.बी. का इलाज है–यकीनन है । लेकिन थोड़ा लम्बा है। 6 से 8 महीने चलता है। मरीज को महीने दो महीने में ही काफी आराम महसूस होता है । कई बार वो समझता है मैं ठीक हो गया और बीच में इलाज छोड़ देता है जोकि एक भारी भूल है। टी.बी. की जड़ गहरी होती है और इलाज पूरा न करने से कुछ महीनों में बीमारी दोबारा उभर आती है।

भारत सरकार ने टी.बी. के लिए डाट्स प्रोग्राम चला रखा है: डॉटस प्रोग्राम में बलगम की जांच तथा पूरा इलाज मुफ्त है। सरकार ने पूरे देश में इसको चला दिया है। हर मरीज के लिये दवाई का एक अलग डिब्बा खोला जाता है । उस डिब्बे में पूरी 6 महीने की दवा मौजूद होती है। उस पर मरीज का नाम लिख दिया जाता है और उसमें से किसी दूसरे मरीज को दवा नहीं दी जाती है । हर मरीज का अपना ही अलग डिब्बा होता है। इसलिये अब टी.बी. का इलाज कम से कम दवाई की कमी से नहीं रुकता है।

जिले के हर सरकारी अस्पताल, पी.एच.सी., सी.एच.सी., व डिस्पैंसरी इत्यादि में ये डिब्बे पहुँचा दिये गये हैं ताकि मरीज अपने घर के आस–पास ही आँगन वाडी व आशा वर्कर की देख रेख में दवा खाता रहे और ठीक हो जाये । इस प्रोग्राम की सफलता के आंकडे आते जा रहे हैं।

डा. अशोक गुप्ता
प्रोग्राम मेनेजर (टीबी)
पलवल, डी टी ओ (ex)

परिवर्तन

"डाक्टर साहब मेरी सजा 4 महीने और बढ़वा दीजिए।" कैदी की बात सुनकर मैं दंग रह गया, क्योंकि सभी कैदी जेल से छूटने को बेताब रहते हैं । जीवन में यह पहला कैदी मिला जो अभी जेल में ही रहना चाहता है। रामलाल एक खूँखार अपराधी था। उसको सात साल की सजा सुनाई गई, और नीमका जेल में बंद हो गया। अब उसकी सजा का टाइम पूरा होने को आया था।

"अरे रामलाल, तुम उल्टा क्यों बोल रहे हो? क्या तुम आजाद नहीं होना चाहते ?" मैंने रामलाल से पूछा।

"जी, मैं बस चार महीने और नीमका जेल में ही रहना चाहता हूँ। " कहते कहते रामलाल फूट–फूट कर रोने लगा। मैंने उसे बहुत मुश्किल से चुप कराया, फिर पूछा, "यहाँ क्यों रहना चाहते हो ?"

"इलाज के लिए। "

"इलाज के लिए ?" मुझे कुछ समझ नहीं आया।

"जी मेरे टी.बी. के डॉटस के इलाज में अभी चार महीने की दवा बाकी बची है। बस एक बार वो पूरी हो जाए तो मैं अपने आप चला जाऊंगा। "

"पर टी.बी. की दवाईयाँ तो भारत सरकार ने पूरे देश में उपलब्ध करवा रखी हैं, देश के हर शहर, हर कस्बे, हर गांव में एक जैसी दवा मिलती है। हूबहू ऐसी ही दवा तुम्हें यू.पी. में तुम्हारे गांव में भी मिल जाएगी। मैं ट्रांसफर फार्म बनवा दूँगा। बस घर पर अपने बीवी बच्चों के साथ मजे से रहना और अपने ही गांव से मुफ्त में दवा लेते रहना।" मैंने समझाते हुए कहा। "जी मैं एक सजा याफ्ता बदनाम मुजरिम हूँ। गांव में मेरा हुक्का–पानी बंद है। घर वाले सब नफरत करते हैं। मेरा कोई पता ठिकाना नहीं – कहाँ जाउंगा, क्या करुँगा। इलाज बीच में ही छूट जाएगा।

पिछली बार भी जब मुझे टीबी हुई थी तो मेरा इलाज बीच में ही छूट गया था। अब ये दूसरी श्रेणी का इलाज चल रहा है और मैं काफी स्वस्थ महसूस कर रहा हूँ। मैं पिछली बार वाली गलती नहीं दोहराना चाहता" रामलाल ने कहा।

"घबराओ मत, रामलाल कुछ समाधान निकालते हैं" मैंने कहा ।

"जी, यहाँ मुझे अच्छा लगता है। खाना सही मिलता है। दवाई का पत्ता सही समय पर मिल जाता है, जेल के डॉक्टर बार–बार चैकअप करते हैं। जरुरत पड़ने पर महरौली अस्पताल दिल्ली व बादशाह खान अस्पताल फरीदाबाद गार्द के साथ भेजते हैं। नियमानुसार हर दो महीने बीतने पर बलगम की जाँच और एक्स–रे होते रहते हैं। मुझे तो कुछ भी करना नहीं पड़ता । सब कुछ अपने आप आराम से होता जा रहा है।"

"डा0 सरुप से सिफारिश करेंगें – वो कुछ करेंगें।"

"डाक्टर साहब, अब जिन्दगी में कोई गलत काम नहीं करुँगा । कभी जेल नहीं जाऊँगा । एक शरीफ आदमी बनकर दिखाऊँगा । मुझे विश्वास है, धीरे–धीरे मेरे घर वाले व गाँव के लोग मुझे स्वीकार कर लेंगें । मैं तो टी.बी. से मर ही जाता, आपने मुझे बचा लिया.....ये मेरा दूसरा जन्म हुआ है । **अब मैं वो पुराना रामलाल नहीं हूँ, कुछ अच्छा करना चाहता हूँ ।" मेरे कहने पर मेरे मित्र डा0 सरुप ने उसे वहीं जेल में ही एक छोटे से कमरे में रहने का प्रबन्ध करवा दिया। इतना ही नहीं, उससे रोजाना प्यार व सहानुभूति से बातचीत कर उसके मन में कमाल का परिवर्तन ला दिया। अब वह इंसान से नहीं टी.बी. से लड़ना चाहता था।** रामलाल इलाज पूरा कर गाँव गया। घर में डॉटस सेन्टर बनाया। वह बड़े उत्साह से लोगों को सलाह देता कि टी.बी. का इलाज पहली बार में ही पूरा कर लें जोकि 6–8 महीने का है। ताकि दुबारा इस बीमारी से पीड़ित न हों । धीरे–धीरे उसका सेन्टर एक आदर्श डॉटस सेन्टर बन चुका था । कल का एक समाज भक्षी आज का समाजसेवी बन चुका था, जोकि दूसरों के लिए एक प्रेरणा का स्त्रोत था।

अनपढ़ बन्जारा

विनोद कुमार
लैब टैक्नीशियन
अलावलपुर पीएचसी पलवल

मैं बुरी तरह से घबरा गया था, दिल जोर जोर से धड़क रहा था। वो चार थे और मैं अकेला । चारों सड़क के बीचों–बीच हाथ उठाकर खड़े थे । मुझे कुछ नहीं सूझा। जोर से ब्रेक मारी । मेरी मोटर साइकिल रुकते ही चारों ने मुझे घेर लिया था। ये कौन है ? मुझे लूटने लगे हैं या मारने आये हैं ?

वो कुछ कह रहे थे लेकिन मुझे कुछ सुन नहीं रहा था। मेरी समझ में कुछ नहीं आ रहा था। कुछ देर बाद मैंने सुना– "डा0 साहब, आप रोजाना इधर से हो कर ही अलावलपुर अस्पताल आते जाते हो । हम आपको जानते हैं । " कहते हुए चारों ने हाथ जोड़ दिये । "मेरा भाई राजेन्द्र बंजारा" बहुत सीरियस है जी। उसे देख लो जरा।"

हे भगवान! तो यह बात है, मेरी जान में जान आई। माथे से पसीने की बूंदे पौंछी और अपनी मुस्कुराहट को रुमाल से छुपाया। "बच गए बेटा " मैंने सोचा । उनके पीछे–2 मैं नंगला ककड़ीपुर गाँव की एक झोंपड़ी में गया। वहाँ एक कमजोर व्यक्ति चारपाई पर लेटा पड़ा था। उसकी हालत बहुत खस्ता थी। बिल्कुल दुबला पतला मरियल सा था । लम्बी–लम्बी साँसे ले रहा था । **उसने बताया, "4 महीने से खाँसी बलगम सता रही है। बुखार भी रहता है। भूख खत्म हो चुकी है। सूखता जा रहा हूँ।" लक्षण तो टी.बी. के लग रहे थे। मैंने पूछा, "बलगम की जाँच व एक्स–रे करवाया है?"**

"हम ठहरे अनपढ़ बन्जारे। यहीं गांव के झोला छाप डॉक्टरों से दवा दारु किया है। काफी पैसा भी बर्बाद हो चुका है।" मैंने फौरन उनको साथ लिया, अपने अलावलपुर अस्पताल में पहुँचकर डा0 प्रवीन को दिखाया। बलगम की जाँच मैंने खुद कर दी – टी.बी. के

कीटाणु भारी तादाद में बिखरे पड़े मिले (यानि रिपोर्ट 3 प्लस थी)। दोपहर होते होते डॉटस के एक डिब्बे पर उसका नाम "राजेन्द्र बन्जारा" लिखकर, पहली खुराक वहीं खिला दी । फिर मैंने उसे वापिस उसके गाँव पहुँचा दिया (टी.बी. नं0 273/12)। जाते जाते उसके परिवार वालों से साफ–साफ कह दिया,"इलाज तो चला दिया है। बाकी भगवान की मर्जी।" लेकिन मेरा मन कह रहा था – बचेगा नहीं यह।

कुछ महीनों के बाद अस्पताल से वापिस आते हुए रास्ते में मेरी मोटरसाइकिल का पैट्रोल खत्म हो गया। मैं फँस गया। दोपहर की चिलचिलाती धूप थी। मोटर साइकिल को जैसे तैसे धकेल कर एक किलोमीटर तक तो ले गया। फिर थक कर पास के खेत में एक पेड़ के नीचे रुक गया । सोचा, थोड़ा साँस ले लूँ । बहुत गर्मी लग रही थी ।

एक किसान उस खेत में बैलों से हल चला रहा था। उसने केवल एक लुंगी पहन रखी थी और पसीने से लथपथ था। "इसे गर्मी नहीं लगती ?" मैंने सोचा। इतने में उसने मुझे देख लिया और मेरे पास आया। वो काफी हट्टा–कट्टा मुस्टंडा था। शरीर ऐसे गठा हुआ था मानो साक्षात सलमान खान हो। पहले उसने मुझे पानी पिलाया। फिर मुझे वहीं बैठने के लिए कहा और अपनी साइकिल पर तेजी से गाँव की ओर चल दिया। थोड़ी देर में 2 लीटर वाली पैप्सी की बोतल में पैट्रोल भर कर वापिस आया और मेरी मोटरसाइकिल में पैट्रोल डाला। मैंने उसको 100 रु0 देते हुए कहा, "बहुत–बहुत शुक्रिया।" परन्तु उसने पैसे नहीं लिये। वह हाथ जोड़कर नतमस्तक हो गया और बोला, "मेरे शरीर में जीवन रुपी पैट्रोल आपने ही डाला था, जी । पहचाना नहीं आपने ?

मैं राजेन्द्र बंजारा"।

.....

बिमलेश डागर
टी.बी.एच.वी.
जनरल अस्पताल, पलवल
10 साल का तजुर्बा

कराहने की आवाज से मेरा दिल डूब रहा था। मैं चलते चलते ठिठक कर रुक गई। मुड़कर देखा तो एक औरत अपने घर के दरवाजे पर जमीन पर पड़ी कराह रही थी। इतनी दुबली थी कि मानो कोई हड्डियों का पिंजर हो। मैं उसके पास बैठ गई और उसका हाथ थाम लिया। उसका बदन बुखार से तप रहा था। "कब से बीमार हो बहन ?" मैंने पूछा। **उसने उत्तर दिया "तीन महीने हो गए हैं, बुखार ठीक नहीं हो रहा है। खाँसी भी बहुत तंग कर रही है और कमजोरी भी बहुत आ गई है।" "लम्बी खाँसी, लम्बा बुखार, वजन घटता जाए लगातार, तो टी.बी. का शक करना मेरे यार।" डॉ0 रमन कक्कड़ की पुस्तक की ये लाइने मैं कभी नहीं भूलती। बस मुझे शक हो चुका था कि हो न हो इस औरत को टी.बी. की बीमारी है।**

"तुम्हारा नाम क्या है, बहन ?" मैने पूछा। उसने कहा "लक्ष्मी"। मैने पूछा "तो दवा कहाँ से ले रही हो?" मेरे इस सवाल को सुनते ही बस उसकी आँखों से आँसू बहने लगे, मानो कि गंगा की धारा बह चली हो । रुकने का नाम ही नहीं ले रही थी। जी भरके रो लेने के बाद लक्ष्मी ने बताया, "मेरा पति काम–वाम नहीं करता । सारा दिन शराब पीता है और जुआ खेलता है । मैं लोगों के घरो में झाड़ू–कटका और चौका वासन करके दो

पैसे कमाती हूँ । वो भी वह छीन लेता है । मेरे कपड़े व घर के बर्तन तक बेच आया है । बच्चों को दो वक्त की रोटी भी नसीब नहीं होती । मैं दवा कहाँ से कराऊँ ? अब तो लगता है मैं कुछ ही दिनों की मेहमान हूँ ।" वह फिर रोने लगी ।

मैं समझ चुकी थी कि यही जादुई पल है लक्ष्मी की मदद करने का । कल तो बहुत दूर है । उसी वक्त मैंने रिक्शा किया और लक्ष्मी को अपने साथ अपने सिविल अस्पताल पलवल में ले आई । जहाँ मैंने उसे डॉ0 जे.पी. प्रसाद को दिखाया । एक्स–रे में टी.बी. के दाग आऐ व बलगम की रिपोर्ट में 2 प्लस कीटाणु मिले । डा0 साहब ने पहली श्रेणी का डॉटस का इलाज शुरु करवा दिया। उसने लगकर 6 महीने तक दवा खाई (टी.बी. 154/11) जिससे उसकी बीमारी बिल्कुल ठीक हो गई और वजन भी बढ़कर 32 से 40 किलो हो गया । लक्ष्मी दोबारा कामकाज करने लगी और अपने बच्चों का भरण–पोषण करने लगी। दवा के आखिरी दिन लक्ष्मी मुझसे बोली, "विमलेश दीदी, उस दिन तुम हमारी गुप्तागंज कोट मौहल्ले वाली गली में मेरे घर के पास किस लिए आईं थी ?" "मुझे याद नहीं। 6 महीने गुजर गए।" मैंने कहा। इसपर लक्ष्मी बोली, "लेकिन मुझे मालूम है दीदी।" "अच्छा, तो बताओ।" मैंने हैरान होते हुए पूछा।

"आपको भगवान ने भेजा था, मुझे दूसरा जीवन प्रदान करने के लिए। मुझमें प्राण फूंकने के लिए!'' लक्ष्मी की बात सुनकर मेरी आँखें नम हो गई।

संजीव
सीनियर ट्रीटमेट सुपरवाइजर
पलवल , सोशल वर्क 5 साल

दोस्ती का कर्ज

सुबह–सुबह मेरी बेटी ने मुझसे कहा, "आपके किसी दोस्त लक्ष्मन की बेटी का फोन आया था। कह रही थी आप बात कर लेना उनसे।"

"लक्ष्मन ?" मेरी नींद उड़ गई । लक्ष्मन तो मेरा बचपन का जिगरी दोस्त था। "फोन नं0 लिया ?" मैंने पूछा । बेटी, "नहीं ! फोन नं0 तो नहीं दिया उसने।"

"तुम्हें लेना चाहिए था, मांगना चाहिए था ।" मैंने उत्सुकता पूर्वक कहा।

भाग्य की विडम्बना देखो । आज 4–5 साल बाद मेरे जिगरी दोस्त का अचानक फोन आया और मेरे पास उसका कोई पता ठिकाना कोई फोन नं0 भी नहीं था। इतने साल बाद लक्ष्मन की बेटी ने मुझे फोन क्यों किया ? खुद लक्ष्मन ने क्यों नही ? मेरे मन में तरह तरह के विचार आने लगे। मैं परेशान हो उठा। मन में अजीब सी बेचैनी छा गई, जो हर पल बढ़ती ही जा रही थी। मैंने फिर बेटी से पूछा, "कोई फोन नं0 नहीं दिया ?" घर के सब लोग मेरे व्यवहार से हैरान थे। पत्नी ने ताना मारा, "हमारे लिये तो कभी इतने बेचैन नहीं होते ।"

मैं अब क्या जवाब देता? मैं उसको कैसे समझाऊँ कि मैंने व लक्ष्मन ने बचपन के 8–10 साल इक्टठे कैसे बिताए ? कैसे एक ही थाली में खाना खाया ? जब मैं होस्टल में पढ़ाई कर रहा था तो कैसे वह मुझे अपने घर ले जाता और आलू के पराँठे खिलाता। जिन्हें मैं ऐसे खाता मानो कई जन्मों का भूखा हूँ। कैसे मुझे "चाचे की हट्टी" पर रबड़ी खिलाने ले जाता । 10 सालों का लेखा जोखा 2 मिनट में कोई कैसे समझा सकता है ? बस मैं चुपचाप तैयार हुआ, मोटर साइकिल को किक मारी और चल दिया। आज मेरी मंजिल तय थी। उसके बड़े भाई से लक्ष्मन के घर का पता लिया और दोपहर होते–2 उसके घर के सामने पहुँच गया। मेरा मन कौतूहल से भरा पड़ा था। मानो मेरा दोस्त किसी मुसीबत में हो।

मेरा डर सही निकला। लक्ष्मन की तबीयत बहुत खराब थी । बुरी तरह से खाँस

रहा था । शरीर तप रहा था उसका । बहुत कमजोर व पतला हो गया था । अपने दोस्त को इस हाल में देख मैं अपने रुंधे गले से बस इतना ही कह पाया, "पहले फोन नहीं कर सकते थे ?" मेरी आँखों से आँसू झरने की तरह फूट पड़े । मुझे रोता देख वह भी रो पड़ा । हम गले लगके जी भर के रोये । फिर जैसे तैसे मैंने अपनी भावनाओं पर काबू पाया और उसकी बीमारी पर ध्यान केन्द्रित किया। **उसने बताया, " 3–4 महीने से खाँसी चल रही है, बुखार भी रहता है, कभी कम – कभी ज्यादा । वजन 11 किलो कम हो गया है । कोई दवा काम नहीं कर रही है। "लम्बी खासी, लम्बा बुखार और वजन गिरना" तो टी.बी. के लक्षण हैं। टी.बी. का शक पड़ जाना पहला महत्वपूर्ण कदम होता है।** डा0 रमन कक्कड़ की पुस्तक में ऐसा साफ–साफ लिखा हुआ है । अब दूसरा कदम था–टी.बी. की जाँच ।

मेरे दिलो दिमाग में एक ही आवाज गूँज रही थी–"संजीव, दोस्ती का कर्ज चुकाने का वक्त आ गया है ।" मैंने फौरन उसे ले जाकर लाला राम सरुप महरौली टी.बी. अस्पताल में दिखवाया । बलगम में 3 + कीटाणु फैले हुए थे तथा छाती के एक्स–रे में धब्बे पाए गये । डा0 साहब ने टी.बी. की पहली श्रेणी का कार्ड बनाकर उसे वापिस बदरपुर उसके घर के नजदीकी डॉटस सेन्टर में रेफर कर दिया। **मैंने जेब से अपना रुमाल निकाला व ठीक से उसके मुँह पर बांध दिया। मैने उसे समझाया, "अब 2 महीने मुँह पर रुमाल रहना चाहिये ताकि परिवार में दूसरों को संक्रमण न होने पाए। ज्यादा से ज्यादा समय बाहर खुले में, ताजी हवा में बिताना है। रात को भी बाहर ही चारपाई डाल लेना–आँगन में या छत पर।"** मुझे विश्वास था कि वह मेरी हर बात 100 प्रतिशत मानेगा । फिर मैं उसे मोटर साइकिल पर बैठाकर सीधा डॉटस सेन्टर ले गया। वहाँ उसका इलाज चालू हो गया। मुझे खुशी हुई जब एक हफ्ते बाद ही उसकी हालत में सुधार आने लगा । जब मैं उसके घर गया तो उसका बुखार काफी कम था । 6 महीने में वो बिल्कुल स्वस्थ हो गया। वजन भी 8 किलो बढ़ गया। मेरा प्रिय मित्र जो जीवन के भीड़–भड़क्के में कहीं खो गया था मुझे वापिस मिल गया। हमारी दोस्ती एक नये बंधन में बंध गई।

राजकुमार
एस.टी.एल.एस. होडल

बर्गर की रेहड़ी

"अरे भीम, तू इतना दुबला कैसे लग रहा है ?" मैंने रेहड़ी वाले से पूछा

भीम ने बर्गर की प्लेट बड़ी कुशलता से तैयार करते हुए जवाब दिया, "तबीयत कुछ ठीक नहीं चल रही कई दिन से। शरीर थका–थका रहता है। देह टूटती रहती है। काम करने का दिल नहीं करता। सिर दर्द से फटा जा रहा है। ठण्ड सी लगती रहती है ।" भीम ने कहा । मैंने हाथ बढ़ाकर उसकी बाजू को छुआ, "अरे, तुझे तो बुखार है। यह सिलसिला कब से चल रहा है भीम ?" "पिछले महीने जब आप छुटिटयों में गऐ थे, तभी से खाँसी, बुखार चालू हुआ था।" कहते हुए उसने बर्गर की एक प्लेट जो तैयार हो चुकी थी मुझे पकड़ा दी। उसको खाकर मैंने एक लम्बा डकार मारा और अस्पताल चला गया ।

पिछले कई महीनों से मैं रोजाना दोपहर को भीम की रेहड़ी पर बर्गर खाने का आदी हूँ। वह बहुत स्वादिष्ट बर्गर बनाता है। उसकी रेहड़ी का ठिकाना भी हमारे होडल के सरकारी अस्पताल के गेट के बिल्कुल पास में ही है। अगले दिन दोपहर में मुझे बहुत भूख लगी थी और रोज की तरह बर्गर खाने की तलब हो रही थी तो मैं अस्पताल से बाहर निकला। लेकिन आज वहाँ ना तो भीम था और ना ही उसकी रेहड़ी थी । एक पड़ोसी ने बताया, "जी वो सामने उसका घर है । वो बीमार पड़ा है।" मैं उसके घर की ओर चल पड़ा। सोच रहा था एक महीने से खाँसी, बुखार, कमजोरी– ये तो टी.बी. के लक्षण हैं। शक पड़ना ही टी.बी. की पहचान का सबसे पहला पड़ाव होता है।

बस मैं उसको लेकर सीधा अस्पताल आया। डॉक्टर साहब को दिखाया, एक्सरे करवाया और बलगम की जाँच स्वयं कर दी जिसमें टी.बी. के कीटाणु काफी मात्रा में नजर आये। मेरा शक बिल्कुल सही था – उसे टी.बी. ही थी। उसका डॉटस का पहली श्रेणी का इलाज टी.बी. नं0 373/11 के तहत 6 महीने चला और वो पहले की तरह भला चंगा हो गया ।

हाँ, मैंने उसे तब तक रेहड़ी नहीं लगाने दी जब तक कि उसकी बलगम से कीटाणु साफ नहीं हो गए। सही इलाज से भीम की बलगम में कीटाणु आना 3 हफ्ते में ही बन्द हो गया। उसके बाद उसने अपनी "बर्गर की रेहड़ी" फिर से लगानी शुरु कर दी। यह सुनकर सबसे ज्यादा खुशी मेरी धर्मपत्नी को हुई क्योंकि अब उसे सुबह–सुबह उठकर मेरा लन्च जो नहीं बनाना पड़ेगा ।

आसिया खातून
एसटीएस होडल

गिरगिट की तरह रंग बदलना

चारों ओर ईद के त्यौहार का उत्साह था। मेरे भाई बहन नए–नए चमचमाते कपड़े पहनकर ईद की नमाज की तैयारी कर रहे थे। रसोई से सेवइयों की खीर की महक सारे घर में फैल रही थी।

लेकिन मैं एकदम सदमे में थी। एकदम सुन्न पड़ी थी । चुप–चाप बैठी थी। अभी–अभी मुझे जबरदस्त धक्का लगा था । मेरी सहेली ने मुझे फोन करके बहुत बुरी खबर सुनाई थी। पड़ोस में रहने वाले असलम भाईजान अभी–अभी अल्लाह को प्यारे हो गए थे। असलम एक बहुत ही नेक व शालीन इंसान थे। उनके पाँच छोटे–छोटे बच्चे थे । अब उनका क्या होगा ?

असलम चार साल से टी.बी. की बीमारी से जूझ रहा था। इलाज के लिए दर–दर भटक रहा था। पहले पहल उसे मथुरा के अस्पताल में बताया गया कि उसे टी.बी. है, और इलाज शुरु किया। दो–तीन महीनों में ही उसने वहाँ से छोड़ वृंदावन टी.बी. अस्पताल से दवा लेना चालू कर दिया। फिर पता लगा कि कोई रिश्तेदार उसे झाँसी ले गया दवा दिलाने। हर बार किसी नए अस्पताल या नर्सिंग होम में पहुँच जाता। पहले उसने जमीन बेची। मंहगे इलाज के चक्कर में फिर घर भी बिक गया। बीमारी थी कि जाने का नाम ही नहीं ले रही थी। बीच–बीच में थोड़ा ठीक होता तो कुछ काम धंधा करके बच्चों के लिए दो पैसे कमालेता। खेत बिकने के बाद मजदूरी करने लगा। आजकल वह कपड़े की फेरी लगा रहा था।

कभी भी उसने लगकर एक इलाज 6–8 महीने तक न किया। अब वो हमारे ही पड़ोस में एक किराये के कमरे में रहने लगा था। सूख–कर कांटा हो चुका था। उस दिन कह रहा था कि, "मेरी बीमारी शायद ला–इलाज हो चुकी है। सारी दवाऐं बेअसर हो चुकी हैं। दवाईयाँ मेरे लिए पानी बन चुकी हैं।"

असलम जल्दी–जल्दी डॉक्टर व दवा बदलता रहा जैसे कि एक गिरगिट रँग बदलता है। एक के बाद एक अस्पताल व नर्सिंग होमों में घूमता फिरा। कहीं भी एक जगह टिक कर टी.बी. का इलाज नहीं किया। शायद यही गलती उसे ले डूबी। वो गलती पे गलती करता गया और जानकारी होते हुए भी मैं मूकदर्शक बनी दूर से चुपचाप देखती रही। वो तिल–तिल कर मरता रहा। यह आत्मग्लानि मुझे दिन–रात परेशान करती रहती है। इस टी.बी. विभाग में नौकरी करने का एक कारण यह भी है कि जो मैं असलम भाईजान को न समझा पाई, अब शायद दूसरे देशवासियों को समझा सकूँ।

जीता जागता सबूत

विनोद कुमार
लैब टैक्नीशिन उटावड़ पलवल,

दोपहर का खाना खाकर जब मैं वापस अपनी लैब में पहुँचा तो मेरी मेज पर 2 मरीजों के रेफर फॉर्म पड़े थे। दोनो कार्ड दिल्ली के मेहरौली टी.बी. अस्पताल के थे। दोनों मरीजों को पहली श्रेणी का इलाज दिया गया था। दोनों मरीजों का पता "मलाई गाँव" लिखा हुआ था मैंने दोनों के नाम की आवाज लगाई। मुझे बड़ी हैरानी हुई जब पता लगा कि वो दोनों माँ बेटे हैं। कमाल हो गया, माँ बेटे दोनों को एक ही समय पर टी.बी0 घोषित की गई थी।

चूँकि दोनों की बलगम में कीटाणु थे यानि लाल पेन से + का निशान था, मैं उन दोनों को फौरन बाहर खुले में ले आया और एक बेंच पर बिठा दिया। उनके मुँह को रुमाल व से चुन्नी से ढकने को कहा। उन्हें समझाया कि ज्यादा से ज्यादा समय बाहर ही रहें – ताजी हवा में, खुले में, पार्क में, खेत में, आँगन में या छत पर इत्यादि ।

लेकिन एक सवाल मुझे बार–बार परेशान कर रहा था – आखिरकार माँ बेटे दोनों को एक साथ ये बिमारी कैसे पनप गई । हो ना हो टी.बी. का कोई मरीज इनके आस–पास जरुर मौजूद होगा ।

"आपके परिवार में या पड़ोस में किसी को टी.बी. है क्या ?" मैंने पूछा ।

"जी मेरे पति साजिद को टी.बी. है। उनका इलाज चल रहा है आपके यहाँ से। दो साल पहले भी उनको बिमारी हुई थी। तब भी आपने ही इलाज किया था उनका।'' मैने अपना बही खाता खँगाला। "ओह, साजिद !" साजिद तो एक लापरवाह मरीज है। पिछली बार लाख समझाने पर भी इलाज बीच में ही अधूरा छोड़ कर गायब हो गया था – टी.बी. नं0 362/10। अभी हाल ही में दोबारा दूसरी श्रेणी का इलाज चलाया गया था – टी.बी. नं0 408/12। आँगन वाड़ी वाली बहन जी कई बार शिकायत कर चुकी है कि बार–बार समझाने पर भी खाँसी की सावधानी नहीं बरतता, मुहँ पर रुमाल नहीं रखता, इधर उधर थूकता रहता है और दवा की खुराक समय पे नहीं लेता ।

टी.बी. की बिमारी में इन छोटी–छोटी गलतियों के भयंकर परिणाम होते हैं । इसके 2 जीते जागते सबूत मेरे सामने बैंच पर बैठे थे । जाने अनजाने साजिद ने अपना ही नहीं बल्कि अपनी पत्नी और बेटे का जीवन भी खतरे में झौंक दिया था ।

पिछले महीने साजिद की मृत्यु हो गई है । उसकी पत्नी मेमून टी.बी. नं0 221/12 तथा पाँच साल के बेटे यामन टी.बी. नं0 373/12 दोनों का इलाज चल रहा है।

मरीज भाईयो, अपने लिये न सही पर अपने बच्चों की खातिर तो टी बी का पूरा इलाज करें।

बड़े भाई का तोहफा

विमलेश
टीबी एच आई वी सुपरवाइजर पलवल
टीबीएचवी, गुड़गाँव (Ex)

गौरी शंकर के बूढ़े माँ–बाप मेरे कमरे में आकर नीचे फर्श पर बैठ गए। दोनो ही रो रहे थे। "हमारी तो यह सुनता नहीं। सुबह से ही दोस्तों के साथ ठेके पर पहुँच जाता है और सारा दिन पीकर नशे में इधर–उधर घूमता रहता है। आप इसे रोको। " बूढ़े माँ–बाप ने शिकयात की। उन को रोता देख मेरा दिल भी रो दिया। ऊपर से मैं शांत दिखने की कोशिश करती रही।

गौरी शंकर निवासी सूरत नगर, गुड़गांव का इलाज पिछले साल टी.बी. नं0 728/07 के तहत मैंने किया था । कुछेक महीनों में वह दुबारा बीमार पड़ गया था और अब टी.बी. नं0 1128/08 में दूसरी श्रेणी का इलाज करवा रहा था। परन्तु 5 महीने के इलाज के बाद भी उसकी बलगम से कीटाणु साफ होने का नाम नहीं ले रहे थे। मैं बहुत हैरान–परेशान रहती थी। ऐसा क्यों हो रहा है ? लेकिन आज इसके माँ–बाप से मिलने के बाद सारी बात खुलकर सामने आ गई थी। शराब की आदत ही गौरी शंकर को बर्बाद कर रही थी, उसके इलाज को फेल कर रही थी। यूँ तो मैंने कई बार महसूस किया था कि गौरी शंकर बहुत ही लापरवाह मरीज है। कभी मुँह पर रुमाल नहीं रखता, मुँह खोल कर खाँसता रहता है। लेकिन शराब वाली बात मुझे किसी ने नहीं बताई थी।

उस दिन के बाद मैंने कई बार गौरी शंकर को शराब छोड़ने की सलाह दी, लेकिन वो नहीं माना । नतीजा यह हुआ कि कुछ समय बाद इलाज फेल हो गया। कुछ समय बाद उसकी मौत हो गई। इतना ही नहीं, लापरवाही के चलते, जाते जाते वह अपने छोटे भाई कमलेश को भी टी.बी. की बीमारी का तोहफा दे गया। उसका भी टी.बी. नं0 1328/08 के तहत इलाज चला पर दुर्भाग्यवश उसमें भी हमें असफलता मिली। उसे भी कोई आराम नहीं पड़ा ।

वो बूढ़ा–बूढ़ी फिर से मेरे पास आए और बहुत रोए, "बड़ा तो गया । अब छोटे को तो बचा लो। " मैं भी बेबस थी और क्या करती ? मैंने गुड़गाँव सरकारी अस्पताल कें डा0 आर्या को दिखवा दिया। जिन्होने कमलेश को आर.एम.एल. अस्पताल दिल्ली रेफर कर दिया। उसके बाद वो बूढ़ा–बूढ़ी कभी नहीं आए। भगवान जाने उनके दूसरे बेटे का क्या हुआ होगा ?

अशोक कुमार
टी.बी. हेल्थ विजिटर
जनरल अस्पताल, पलवल

प्यार के दो बोल

भरतलाल मेरे डॉटस सेन्टर में घूमने वाले स्टूल पर बैठकर रोता ही जा रहा था। चुप होने का नाम ही नहीं ले रहा था । मैंने कई बार पूछा कि क्या हुआ लेकिन उस बेचारे का रोना रुके तो वो कुछ बताऐ।

मैं समझ चुका था कि इस व्यक्ति का दिल बिल्कुल टूट चुका है। इस वक्त अगर इस धरती पर किसी को सहारे की जरुरत है तो वो है भरतलाल । मैंने उसके कंधे पर हाथ रखा और पूर्ण सहानुभूति दिखाई। इससे वो और ज्यादा फूट–फूट कर रोने लगा।

काफी समय के बाद वह चुप हुआ। और फिर उसने अपनी दुख भरी दास्तान मुझे सुनाई। अभी हाल ही में उसके चार बच्चे मौत के मुँह में चले गये थे। अब वो जीना नहीं चाहता था। "अब मैं जी कर करुँगा भी क्या ?" वो बार बार दोहराता रहा। भरतलाल दो साल पहले भी टी.बी. का इलाज कर चुका था टी.बी. नं0 425/10 और अब दोबारा उसकी बलगम की जाँच में 3 प्लस किटाणुओं की भरमार पाई गई थी। शायद उसका दुख दर्द ही उसे ले डूबा था। उदासी के चलते शायद वो अपने खान–पान की अनदेखी करता रहा होगा जिससे कि शायद पुराने ठीक हो चुके मरीज को दोबारा टी.बी. की बीमारी का खतरा बन जाता है।

खैर, इस वक्त उसको दवा से ज्यादा प्यार की जरुरत थी। मैं उसके साथ थोड़ी देर यूँ ही बात–चीत करता रहा। वो बोलता रहा। मैं सुनता रहा। बेचारा अपना दुखड़ा सुनाता रहा।

कुछ देर बाद उसका मन कुछ हल्का हो गया। मैंने उसे समझाया, "ये जीवन अनमोल है, मरना जीना तो सब ऊपर वाले के हाथ में है। जैसे तुम पिछली बार टी.बी. से ठीक हो गए थे। वैसे ही अब भी लगकर 8 महीने इलाज करवाओगे तो यकीनन इस बीमारी पर विजय पाओगे।"

और ऐसा ही हुआ। टी.बी. नं0 282/11 के तहत उसका इलाज चला और वो दिन प्रतिदिन ठीक होता चला गया। उसका वजन 6 किलो बढ़ गया। खाँसी, बुखार खत्म हो गए और समय ने उसके दिल के घावों पर भी थोड़ा मरहम लगा दिया। उसने जाते जाते मुझसे कहा, "जिस दिन मैं पहली बार आपके स्टूल पर बैठा था मैं अपने जीवन को खत्म मान चुका था। मन में कई बार ख्याल आया कि इस स्टूल से उठूँ और सीधा रेल की पटरी पर लेट जाऊँ। लेकिन उस दिन आपके प्यार व सहानुभूति ने मेरे दिलो दिमाग पर जादू सा कर दिया और मुझे नया जीवन प्रदान किया।''

पाँच मिनट–भगवान के नाम

निशान्त शर्मा
विद्यार्थी

हालांकि मेरी उम्र भी कम है तथा मेरा टी.बी. का तर्जुबा भी बहुत कम है । फिर भी डा0 रमन कक्कड़ के माध्यम से कुछेक टी.बी. के मरीजों की आपबीती में हिस्सेदार बनने से एक बात मुझे साफ–साफ समझ आ गई है । टी.बी. के स्वास्थ्य कर्मचारियों को मैं हाथ जोड़कर विनम्रता से बस वही बात याद दिलाना चाहता हूँ :

टी.बी. की बीमारी एक लंबी बीमारी है, इसके लक्षण इतने साधारण होते हैं कि किसी को शक ही नहीं पड़ता कि उन्हें टी.बी. की बीमारी लग चुकी है। अब खाँसी किसको नहीं आती? बुखार से कौन बच पाता है ? यही खाँसी, बुखार के लक्ष्ण जब लंबे चलते जाऐं तथा साथ साथ वजन भी घटता जाये तो टी.बी. का शक पड़ जाना चाहिए। फिर बलगम की जाँच व एक्स–रे करवाने पर ही टी.बी. की पहचान हो पाती है। आमतौर पर इस आँख मिचौली में बहुत समय गुजर जाता है।

इसलिए टी.बी. का मरीज आखिरकार जब इलाज के लिए डॉटस सेन्टर के दरवाजे पे आता है तो वो एक लंबी व कठिन यात्रा के बाद ही इस पड़ाव पर पहुँचता है । भारत में ज्यादातर टी.बी. की पहचान काफी देर से ही हो पाती है।

हमेशा याद रखें कि टी.बी. का मरीज आपके पास आते आते न जाने कितनी मुसीबतों से गुजर चुका होता है। पहले तो कई महीनों की लम्बी बीमारी खाँसी, बुखार इत्यादि, फिर न मालूम कितने हकीमों व झोलाछाप डॉक्टरों के चक्कर। अंधविश्वास के चलते झाड़फूँक का दौर। ऊपर से गरीबी की मार। काम धन्धा चौपट। बड़े अस्पतालों में कार्ड बनवाने के लिए लम्बी–लम्बी कतारें। डाक्टर के कमरे के बाहर उमड़ती भीड़ से जूझना, एक्स–रे के लिए घंटों का इंतजार। बाद में दो–तीन दिन तक बलगम के लेन–देन की प्रक्रिया – कभी लाइट नहीं है, कभी सरकारी छुटटी व कभी हड़ताल। ऊपर से कुछ सगे सम्बन्धियों व कुछेक कर्मचारियों का रुखा व्यवहार– कई बार तो ऐसे दुत्कारा जाता है जैसे वह मरीज न होकर भिखारी हो। बस यूँ समझिए कि मरीज थक कर चूर हो चुका होता है। इन्सानियत से ही उसका विश्वास टूटने की कगार पर होता है। बस वो जिन्दगी से हार चुका होता है। उस पल में आपके प्यार के दो बोल ऐसे होते हैं जैसे डूबते को तिनके का सहारा।

इसलिए आपसे प्रार्थना है कि आपके डॉटस सेन्टर पर जब किसी मरीज के पहली बार पैर पड़ते हैं तो कृपया आप अपने सब काम काज छोड़कर पाँच मिनट–जी हाँ केवल पाँच मिनट उस मरीज को जरुर दें। तसल्ली से उसकी पूरी बात सुनें व उसको सहानुभूति व हौंसला प्रदान करें। उसकी निराशा दूर कर उसमें आशा की ज्योति जलाऐं। ये पाँच मिनट भगवान की सच्ची पूजा है। मानो, अपने डाट्स सैन्टर में बैठे बिठाए आप की तीर्थ यात्रा हो गई।

मनोज कुमार दलाल
मलेरिया विभाग पलवल
टीवीएचवी फरीदाबाद (Ex)

छोटी गलती बड़ी सजा

"डाक्टर भईया, बस मेरे पति को बचा लो, ये मेरे दो छोटे–छोटे बच्चे हैं। घरवालों ने टी.बी. के डर से हमें घर से निकाल दिया है। किराए के कमरे में जैसे तैसे शरण ली है। मिस्त्री का काम करना भी अब इनके बस का नहीं रहा। बस भईया आप ही हमारे लिए भगवान हो ।"

मुझे सुरेश की पत्नी व बच्चों पे बहुत दया आ रही थी । मैंने उन्हें आराम से बैठाकर उनकी पूरी राम कहानी सुनी और फिर मैंने उनके लिए चाय बिस्कुट का प्रबंध किया ।

मरीज की आधी बीमारी तो उसकी पूरी बात तसल्ली से सुनने से ही ठीक हो जाती है। उस वक्त उस परिवार को दवाई से ज्यादा प्यार की जरुरत थी जो मैंने उन्हें दिया।

ऑल इंडिया के डॉक्टर के लिखे अनुसार मैंने सुरेश का प्रथम श्रेणी का इलाज शुरु कर दिया। सुरेश नियम से सप्ताह में तीन बार दवाई खाने आता। ज्यादातर उसके बीवी बच्चे साथ ही चले आते। एक दिन उसकी पत्नी मेरे लिए कढ़ी चावल लाई और बोली,"मनोज भईया आप पलवल से आते हो, कभी हमें भी सेवा का मौका दें।" उसके बाद वह कई बार मेरे लिए कुछ न कुछ बना के लाती। मैंने उसे कई बार मना किया, पर वह नहीं मानी। दो–तीन महीने के बाद सुरेश काफी ठीक होने लगा। उसका बुखार ठीक हो गया, खाँसी भी जाती रही और वजन भी 3 किलो बढ़ गया। वह बोला, "डाक्टर साहब, अब मैं बिल्कुल ठीक हूँ, मकान बनाने का एक ठेका भी मिल रहा है। क्या मैं अपना काम शुरु कर दूँ ?" मैंने कहा, " हाँ सुरेश, तुम अपना मिस्त्री का काम बेशक करो। बस इलाज नहीं टूटना चाहिए। तुम्हारा अभी 4 महीने का इलाज बाकी है। टी.बी. का इलाज 6 महीने तक चलता है।"

अगले कई दिन जब सुरेश दवा लेने नहीं आया तो मैं उसके कमरे पर गया। वहाँ ताला लगा हुआ था। उनके पड़ोसी ने कहा, "डाक्टर साहब, आपने तो कमाल कर दिया, सुरेश को बिल्कुल ठीक कर दिया । अब तो यू.पी. में कहीं

मकान बनाने चला गया है । " मुझे बहुत अटपटा लगा । मैं बेबस था, बस हाथ मलता रह गया ।

करीब एक वर्ष बाद कड़कती ठंड में जब मैं अपनी ई.एस.आई. डिस्पेन्सरी में पहुँचा तो सीढियों के पास चादर लपेटे एक दाढ़ी वाले व्यक्ति को देखा। बहुत देर बाद वो मेरे पास आया और चुपचाप हाथ जोड़कर जमीन पर बैठ गया और कहने लगा, "डाक्टर साहब, मुझे माफ कर दीजिए।" वो रो रहा था। मैं बहुत हैरान हुआ, लेकिन फिर मैनें उसे पहचान लिया। "अरे सुरेश! ये क्या हाल बना लिया तुमने अपना। "**वह रोते हुए बोला, "आपको बिना बताए चला गया था। इलाज बीच में छोड़ दिया था उसी गलती की सजा भुगत रहा हूँ। बीमारी दोबारा आ गई है। दो महीने से बुखार नहीं टूट रहा। दिन–रात खाँसता रहता हूँ। काम धंधा बंद पड़ा है। कल रात तो खून की उल्टी भी हुई। बस मुझे बचा लो, डाक्टर साहब। अब एक आखिरी मौका और दे दो, अपने बच्चों की कसम खाता हूँ, अब इलाज बीच में नहीं छोड़ूंगा।"**

उसी दिन मैंने उसका चैकअप फरीदाबाद सरकारी अस्पताल में टी.बी. विशेषज्ञ डा0 रमन कक्कड़ द्वारा करवा दिया। उसकी बलगम में टी.बी. के कीटाणु भरे पड़े थे । उसका दूसरी श्रेणी का इलाज शुरु हो गया । उसकी पत्नी भी बहुत पछता रही थी। बार–बार अपने पति सुरेश से कह रही थी, "अगर पिछली दफा अपना इलाज पूरा कर लेते तो आज यह नौबत नहीं आती ।" खैर, कुछ हफ्ते के इलाज के बाद उसकी हालत कुछ संभल सी गई ।

नये साल की कुछेक छुट्टियाँ गांव में बिताने के बाद मैंने अपनी डयूटी ज्वाइन की । एक दिन मैं सुरेश के घर गया । उसके बच्चों को उपहार के रुप में चॉकलेट दी । मैंने उसकी पत्नी से पूछा, " सुरेश कहाँ है ? " तो उसकी बुढ़िया पड़ोसन ने कहा, " यह बेचारी तो विधवा हो गई । " और फिर रोने लगी । यह सुनकर मुझे ऐसा धक्का लगा मानो मैं दीवार से टकरा गया हूँ ।

दीपचन्द भारद्वाज
लैब टैक्नीशियन नांगलजाट
पलवल

सहयोगी पति

मैंने ऐसा दृश्य जीवन में कभी नहीं देखा – वो आदमी एक–एक गोली पत्ते में से निकालता, अपने हाथों से अपनी पत्नी के मुँह में बड़े प्यार से डालता और फिर उसे अपने हाथ से ही एक घूँट पानी पिलाता । डॉटस के पत्ते में से सातों गोलियाँ एक–एक करके अत्यन्त प्यार से उसने अपनी पत्नी को खिलाई जोकि बहुत उदास लग रही थी । फिर वह आदमी अन्दर मेरे पास आया और रोनी सी सूरत बनाकर बड़े ही मन्द स्वर में भावुकता से बोला, "भैया, मेरी पत्नी की टी.बी. की बीमारी ठीक तो हो जायेगी ?" उसका प्रेम भाव देख मेरा मन भर आया। **मैंने कहा, "टी.बी. की बीमारी जानलेवा नहीं है। टी.बी. का इलाज है–यकीनन है। तुम्हारी पत्नी बिल्कुल ठीक हो जायेगी। डरने की कोई जरुरत नहीं है। टी.बी. लाइलाज बीमारी नहीं है। डॉटस इसका उत्तम इलाज है तथा वह भी मुफ्त। शुक्र है तुम झाड़फूँक या किसी नीम हकीम के चक्कर में नहीं पड़े। पलवल का सरकारी अस्पताल ही सही जगह है।** आप सही समय पर यहाँ आ गये हो, बहुत अच्छा किया। बस एक शर्त है। " उसने पूछा "क्या ?"

"लग कर 6 महीने इलाज कराना पड़ेगा। महीने, 2 महीने के इलाज से ही इसके बाहरी लक्ष्ण ठीक हो जायेंगें। दिल करेगा कि अब दवा छोड़ दूँ। यह भूल मत करना । टी.बी. की जड़ गहरी होती है तथा लगकर 6 महीने इलाज करना बहुत जरुरी होता है। " फिर मैंने उस मरीज की एन्ट्री की – राजबाला उम्र 23 साल, पति का नाम बलबीर, गांव बहीन, प्रथम श्रेणी, टी.बी. नं0 336/09। हालाँकि बलबीर किसी निजी कम्पनी में काम करता था लेकिन फिर भी हर बार छुट्टी लेकर नियम से पत्नी के साथ आता व उसे प्रेम से दवा खिलाता व हर दो महीने होने पर स्वयं उसकी बलगम की जाँच भी करवाता। नतीजा–6 महीने में राजबाला बिल्कुल स्वस्थ हो गई।

एक वर्ष बाद दुर्भाग्यवश राजबाला को दोबारा बीमारी बन गई । मैंने पति पत्नी को बैठाकर समझाया कि, **"खाने पीने की कमी से कमजोर व कुपोषित लोगों को, शूगर, एच.आई वी. या नशे की लत वालों को टी.बी. होने का खतरा आम आदमी से ज्यादा होता है और शायद इन्हीं कारणों के चलते ठीक हो जाने पर टी.बी. के दोबारा होने का चांस भी ज्यादा रहता है।"**

राजबाला का दोबारा 8 महीने इलाज चला – टी.बी. नं0 219/10, और मुझे वही मार्मिक दृश्य कई बार दोबारा देखने को मिला। बलबीर ने अपना पतिधर्म का दायित्व पूर्ण निष्ठा के साथ निभाया । अपने पति के प्यार, सहारे व सहयोग के चलते राजबाला फिर बिल्कुल ठीक हो गई।

मैं दीपचन्द भारद्वाज, सभी भारतवासियों से हाथ जोड़कर विनम्र प्रार्थना करता हूँ कि भगवान न करे यदि आपके किसी सगे संबंधी या मित्र इत्यादि को टी.बी. हो जाए तो उसे पूरा प्यार, सहारा व सहयोग दें। उसे घृणा नहीं बल्कि सहानुभूति दें। 6 से 8 महीने तक उसको सही मार्गदर्शन कर उसको स्वस्थ होने में मदद करें व अपना मानव धर्म निभाऐं।

ब्रिजेश
एस.टी.एल.एस, पलवल
मानव सेवा ही भगवान की सबसे बड़ी सेवा है ।

मानव सेवा माधव सेवा

एक अधेड़ उम्र की औरत अपने 14 साल के बेटे राकेश को मेरे पास लाई और बोली, "ये दोबारा बहुत बीमार पड़ गया है । रात कई बार खून की उल्टी भी आई है।"

मैंने उस लड़के के कागज देखे । उसने पहले भी टी.बी. का इलाज हमारे यहाँ से करवाया था – टी.बी. नं. 5/12 । अब दोबारा से बीमार हो गया था । हमारे पलवल के सिविल अस्पताल में कोई टी.बी. विशे ाज्ञ नहीं है । सौभाग्यवश, उन दिनों चण्डीगढ़ से एक टी.बी. इंस्पेक्शन टीम आई हुई थी । जिसमें एक सदस्य टी.बी. विशेषज्ञ भी थे । मैं फौरन माँ बेटे को उनके पास ले गया । हालांकि वो डॉक्टर बहुत व्यस्त थे परन्तु अपना सारा काम छोड़ कर उन्होने उस लड़के की तसल्ली से जाँच की ।

राकेश का स्पूटम पॉजिटिव था । पिछली बार उसका इलाज आखिरी दौर में छूट गया था। डॉक्टर साहब ने उस बच्चे को बैठाकर अच्छी तरह से समझाया कि ज्यादा समय बाहर खुले में रहना है तथा खाँसी करते समय मुँह पर रुमाल रखना है । डॉक्टर साहब ने उसका दूसरी श्रेणी के इलाज का कार्ड भी बना कर दे दिया । उसे समझाया कि, **"टी.बी. की बीमारी को पहली बार में ही जड़ से खत्म कर देना चाहिए। पहली बार इलाज सरलता से हो जाता है। अब देखो राकेश महीने दो महीने का इलाज छूट जाने से अब दोबारा आठ महीने का झंझट तुम्हारे गले पड़ गया है।"**

इस दौरान मुझे अपनी लैब से बुलावा आ गया और मैं वहाँ से चल दिया । करीब दो महीने बाद वो माँ बेटा मुझे फिर मिले । मैंने उसका कार्ड पढ़ा । राकेश का दूसरी श्रेणी का इलाज चालू हो चुका था और वो बहुत ठीक–ठाक था । दोनो बहुत खुश थे। उसकी माँ मुझसे हाथ जोड़कर बोली, "बेटा, तुमने मेरे बच्चे को बचा लिया । अब ये बिल्कुल ठीक है । दवाई चल रही है।"

फिर उसने कहा, "बेटा, वो डॉक्टर कहाँ हैं ?" मैंने कहा, "वो तो वैसे ही संयोगवश उस दिन यहाँ आए हुए थे । वे यहाँ पलवल में काम नहीं करते । बताओ अम्मा क्या काम है ?" उस औरत के हाथ में कुछ नोट थे, बोली " यह पैसे देने थे उस डा0 को।" मैं बहुत हैरान हुआ और पूछा "क्यों पैसे देने थे उसको?" उस औरत की आँखों से आँसू निकल पड़े और वो बोली, "मैंने जिन्दगी में ऐसा डॉक्टर कभी नहीं देखा जिसने किसी जान पहचान के बिना मुझ गरीब, असहाय के बेटे की जाँच भी की, इलाज भी किया और अपनी जेब से 500 रु0 भी दिये। भगवान उनको लम्बी आयु प्रदान करे।"

वो डॉक्टर बी.के. सिविल अस्पताल फरीदाबाद के टी.बी. विशेषज्ञ डा0 रमन कक्कड़ हैं।

दीपचन्द भारद्वाज
लैब टैक्नीशियन नांगलजाट
पलवल

आखिर मरीज झूठ क्यों बोलते हैं ?

लल्लू, पिता का नाम हुसैना, गाँव नाँगल सभा, पलवल । फेफड़े की टी.बी., नया मरीज, पहली श्रेणी, टी.बी. नं0 39/12 – ये सब ब्योरा अपने रजिस्टर में दर्ज करते हुए अपनी आदत के अनुसार वही दो सवाल मरीज से फिर से पूछे :

मैंने पूछा, " जिन्दगी में पहले कभी टी.बी. हुई है ?"

लल्लू ने जवाब दिया , " जी नहीं, कभी नहीं । "

मैंने फिर पूछा, " पहले कभी टी.बी. की दवाऐं लम्बे समय के लिए खाई है क्या ?"

लल्लू, हँसते हुए, " जब यह बीमारी ही नहीं हुई तो ऐसी दवाओं का सवाल ही नहीं उठता ।"

मैंने लाल रंग का कैप्सूल दिखाते हुए पूछा, " लाल रंग का कैप्सूल (या गोली) रोजाना सुबह खाली पेट लगातार महीनों खानी पड़ी हो, जिससे लाल पेशाब आता है ?" लल्लू, "जी नहीं, डा0 साहब । "

लल्लू ने अनुशासन से लगकर 6 महीने तक अपनी दवा नियम से खाई और वह पूर्णतया स्वस्थ हो गया। आँगनवाडी वाली बहन जी उसका कार्ड जमा कराने आई । मैंने खुशी–खुशी उसपर लिखा "क्योर्ड" यानि "मरीज बिल्कुल स्वस्थ हो गया है"। बहन जी बोली, "लल्लू ने अबकी बार ढँग से दवा ले ली है। " मैं चौंक गया। मेरा माथा ठनका, "अबकी बार – यानि ?"

बहन जी बोली, " पिछली बार इसने दवा बीच में छोड़ नहीं दी थी, आप भूल गए क्या ? तब टी.बी. नं0 670/10 था इसका।" मेरी खुशी गुस्से में बदल गई । लल्लु ने गलत जानकारी क्यों दी मुझे ? पिछले इलाज वाली बात क्यों छुपाई? और फिर मेरा गुस्सा चिन्ता में तब्दील हो गया – भविष्य में क्या होगा ? क्या लल्लू हमेशा ठीक–ठाक रहेगा? झूठ बोलने के कारण उसे दूसरी (शक्तिशाली) श्रेणी की दवा न मिल पाई थी । हमने उसे नया ताजा, पहली बार टी.बी. होने वाला मरीज समझ कर पहली श्रेणी की ही दवा दे डाली थी । कहीं उसके जीवन में ये बीमारी दोबारा तो नहीं उभर आएगी?

जिस मरीज को जीवन में पहली बार टी.बी. हो, ऐसे नए व ताजे मरीज को चार दवाओं से शुरु होने वाला प्रथम श्रेणी का इलाज मिलना निर्धारित है । पाँच दवाओं से शुरु होने वाला दूसरी श्रेणी का इलाज ज्यादा शक्तिशाली है । यह पुराने टी.बी. रोगियो को दिया जाता है जो पहले भी इन दवाओं का सेवन कर चुके हों । पिछली बार चाहे वे ठीक (क्योर्ड) हो गए हों, अधूरा छोड़ गए (डिफाल्टर) हों, या इलाज असफल रहा हो (फेलियर) । क्योंकि लल्लू ने दो साल पहले टी.बी. की दवाऐं ली थी पर बीच में अधूरी छोड़ दी थी – कायदे से उसे दूसरी श्रेणी का इलाज मिलना चाहिए था । लेकिन अब तो बहुत देर हो चुकी थी । अब पछताए होत क्या जब चिड़िया चुग गई खेत । इलाज पूरा 6 महीने हो चुका था । सौभाग्यवश वह ठीक भी लग रहा था । बस मैंने भगवान से प्रार्थना कर दी कि लल्लू फिर दोबारा बीमार न पड़े ।

दीपचन्द भारद्वाज
लैब टैक्नीशियन नांगलजाट
पलवल

सफेद झूठ

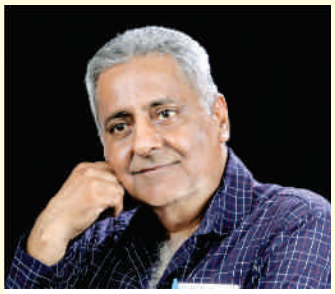
मानपुर की आँगनवाड़ी वाली बहन जी का फोन आया "दीपचन्द भैया, चम्पीराम को भेज रही हूँ–पिछले साल उसने डॉटस का इलाज शुरु किया था। 2 महीने में ही छोड़कर भाग गया था – किसी प्राइवेट डॉक्टर के पास । अब फिर बलगम में टी.बी. के कीटाणु हैं। मैंने उत्तर दिया, "आप चिंता मत करो, बहनजी मैं ध्यान रखूँगा।"

उस मरीज को दूर से आते हुए मैंने पहचान लिया, वह चम्पी राम ही था – हमारा पुराना डिफाल्टर (भगोड़ा) केस। पिछले साल इसको इलाज जारी रखने के लिए समझाने मैं इसके घर भी गया था, लेकिन सब बेकार।

चम्पी ने आकर डॉक्टर साहब की पर्ची मुझे थमाई। उसमें पहली श्रेणी का इलाज लिखा हुआ था जोकि गलत था। क्योंकि उसने पहले भी टी.बी. की दवा खा रखी थी, उसे दूसरी श्रेणी में डाला जाना चाहिए था। मैंने पूछा, "मैंने आपको पहले भी कहीं देखा हुआ है ?" चम्पी, "जी पर मैंने आपको पहले कभी नहीं देखा । " मैंने पूछा, "क्या हम पहले भी मिल चुके हैं ? चम्पी, "जी नहीं ! मैं तो आपसे पहली बार मिल रहा हूँ।" वो साफ मुकर गया। "मैंने कहा, "हमारे यहाँ, इस नाँगल–जाट की पी.एच.सी. में पहले भी आए थे ? याद करो।" चम्पी, "याद कर लिया जी, मैं तो यहाँ पहली बार आया हूँ ।" सफेद झूठ।

मैंने फिर पूछा, "क्या आपका टी.बी. का इलाज पहले भी हुआ था ?" यह कहते हुए मैंने अपना पिछले साल का रजिस्टर निकालकर, उसका नाम ढूँढना शुरु कर दिया । चम्पी, "जी.....ये पहली बार है ।" फिर सफेद झूठ ।

इतने में ही, पिछले साल के रजिस्टर में उसका नाम मिल गया था । मैंने मन ही मन पढ़ा चम्पीराम, पिता रामपाल, गाँव मानपुर, मोबाइल नं0 9891397529।'' मैंने चुप–चाप उसका मो0 नं0 डायल किया। उसकी जेब में पड़े मोबाइल की घंटी घनघना उठी । उसने हड़बड़ाकर अपना फोन निकाला, और उसका हरा बटन दबाया और बोला,"हैलो"। मैंने उसकी आँखों में आँखें डालकर मुस्कुराते हुए अपने मोबाइल में बोला, "यार चम्पी, झूठ क्यों बोल रहे हो ?" वो कुछ समझ नहीं पाया । चम्पी, "हैलो–हैलो !" करता रहा। वो पूरी तरह क्नफ्यूज था। मैं अपने फोन पर जोर–जोर से हँसता जा रहा था। वो कभी अपने फोन को देखता तो कभी मुझे। काफी देर बाद सिचुएशन (परिस्थिति) उसकी समझ में आई और वो झेंप गया, शर्म से पानी–पानी हो गया । उसका झूठ जो पकड़ा गया था। आजकल चम्पी का दूसरी श्रेणी का इलाज चल रहा है । वो पहले से काफी ठीक–ठाक हो चुका है।



डा0 रमन कक्कड़
सम्पादक (टी.बी. स्पेि लस्ट)
बी.के. अस्पताल, फरीदाबाद
लेखक : एक मौत प्रति मिनट (3 भाशाओं में), द टैस्ट ऑफ टाइम (इंग्लि ा)
निर्माता : "तीन बाते" टी.बी. पर फिल्म, अनेको रेडियो प्रोग्राम

झूठ के कारण तथा निवेदन

क्या–2 कारण हैं जो मरीज को झूठ बोलने पर मजबूर करते है?

1. आम तौर पर गरीब मरीज प्राइवेट डाक्टरों से लूट पिट कर, कगाँल हो जाने के बाद ही सरकारी अस्पताल में पहुँचते हैं– क्योंकि टीबी का मुफ्त इलाज केवल सरकारी अस्पतालों में ही मिलता है। डर के मारे झूठ बालतें हैं कि किसी कारण वश यह मुफ्त इलाज का मौका हाथ से निकल न जाए।
2. 'अरे, पुराने गढ़े मुर्दे उखाड़ने की क्या जरूरत है। खामेखा कोई झमेला पड़ जाएगा। एक चुप और सौ सुख।' ऐसा सोचते हैं।
3. ''प्राईवेट डा. से इलाज करा रहे थे'' बताने पर सरकारी डाक्टर चिढ़ जाएगा।
4. पिछली बार डाट्स का सरकारी इलाज बीच में अधूरा छोड़ दिया था। बताया तो डाँट पड़ेगी, भगा देंगे।
5. ''पिछले इलाज के बाद बीड़ी या शराब इत्यादी दोबारा शुरू कर दी थी जिससे बीमारी दोबारा पनप गई है'' यह सोच कर बताने से डरते है।
6. पिछली बार आखिरी बलगम की जाँच रह गई थी या किसी कर्मचारी से तू–तू मै मै हो गई थी। सच बोलने पर कहीं वो सब उजाकर न हो जाए और मुफ्त इलाज मिलते–मिलते रह जाए।

मरीजों से निवेदन–

मरीज भाईयों अपनी बीमारी व इलाज के बारे में सब कुछ साफ–साफ और खुल के डाक्टर को बताओ। कभी झूठ मत बोले। दाई से भी कभी पेट छिपाना चाहिए क्या? किसी और का कुछ नहीं बिगड़ेगा। झूठ बोलने से आपकी अपनी जान को खतरा होगा।

डॉक्टर को आपकी बीमारी की सही पहचान नहीं होगी। पिछले टीबी के इलाज को छुपाने से गलत इलाज मिल जाएगा जिससे आप ठीक नहीं हो पाओगे। बीमारी और जटिल होती जाएगी। जीवन बहुमुल्य है, इसके साथ खिलवाड़ मत करो। चाहे कुछ भी हो जाए, डॉक्टर को सब कुछ सच–सच बता डालो।

भारत व हरियाणा सरकार टीबी के हर मरीज के लिए पूरी 6–8 महीनों की दवा का भरा–पूरा डिब्बा मुफ्त देने के लिऐ वचन बद्ध है। यकीन मानो इलाज के डब्बों की भारत में कोई कमी नहीं है। ऐसी कोई पाबन्दी नहीं है कि टीबी का इलाज एक व्यक्ति को एक ही बार मिलेगा, बल्कि चाहे जितनी बार भी कोई बीमार पड़े उसे हर बार टीबी की दवा मुफ्त उपलब्ध होगी– ऐसा प्रावधान है।

कुछ मिसाले जिनमें टीबी का इलाज एक ही मरीज को अनेकों बार बेरोकटोक दिया गया।

1. विजय, पिता का नाम शेर सिंह, गाँव मानपुर, होडल जिला पलवल को 6 बार इलाज मिला। विजय के 6 टीबी नं0 ये है– 360/07, 89/08, 470/09, 45/10, 454/11, 296/12 (दीपचन्द लैब टैक्नीशियन नाँगलजाट पलवल के सौजन्य से)।

2. रामबीर, पिता का नाम जय दयाल, सबसैन्टर जाजरू, बल्लभगढ़ जिला फरीदाबाद को 5 बार दवा का डिब्बा बिना किसी अड़चन के दिया गया। रामबीर के पाँचों टीबी नं. ये है– 303/03, 139/04, 223/05, 162/06, 440/08 (करण सिंह एमपीएचडब्लू जाजरू, पी.एच.आई, पनैड़ा खुर्द, टीबी यूनिट, बल्लभगढ़ के सौजन्य से)।

3. प्रियंका के परिवार के सदस्यों को बिना किसी रूकावट के 10 डिब्बे मिलते चले गए। उनके टीबी नं0 ये है–

   1. प्रियंका (4 बार)– 795/06, 827/07, 380/08, 150/09
   2. प्रियंका के पापा तुफानी (3 बार) – 1058/07, 979/09, 47/11
   3. प्रियंका का भाई राजेश– 816/09
   4. प्रियंका का भाई ब्रिजेश– 1034/09
   5. प्रियंका की छोटी बहन पूजा–1052/11

   (रेखा रानी टीबीएचवी फरीदाबाद के सौन्जय से)

स्वास्थ्य कर्मचारियों से निवेदनः

हमारे देश के टीबी के डॉट्स प्रोग्राम की मुलभूत शक्ति है– संचार यानि स्वास्थ्य कर्मी और मरीज के बीच निरंतर वार्तालाप। वार्तालाप की कड़ी हमेशा चालू रहनी चाहिए। मोबाईल फोन इसके लिए एक अहम यंत्र साबित हो रहा है। अगर मरीज अपनी दवा की खुराक खाने निर्धारित समय पर ना पहुँचे तो हम फोन करके उसको याद दिला सकते हैं। उसके घर जाने से पहले उससे फोन के जरिये समय और स्थान तय कर सकते है। उसकी छोटी मोटी परेशानी तो फोन से ही सुलटा सकते है। समय पर बलगम की जाँच ना होने पर उसे फोन कर फौरन चेताया जा सकता है।

कृप्या अपने टीबी रजिस्टर, पीएचआई रजिस्टर, सब–सेंटर रजिस्टर अथवा टीबी लैब रजिस्टर में हर मरीज का मोबाईल नं0 रिमार्क्स कॉलम में नियम से दर्ज करें।

भारत सरकार के सेंट्रल टीबी डिवीजन तथा हर राज्य के स्टेट टीबी ऑफिसर इत्यादि से ये विनती हैं कि उपर लिखित सभी रजिस्टरों में एक विशेष खाना जोड़ा जाए जिसमें मरीज का मोबाइल नं0 यथासंभव दर्ज किया जाए।

वर्षा गौतम
नर्सिंग स्टूडेन्ट SOS School of Nursing
GNM Ist Year, Sector-29, Faridabad

छुप छुप कर

"टी.बी. ? मुझे टी.बी. कैसे हो सकती है ? यह तो गरीबों की बीमारी है । मैं तो अच्छा खासा खाते पीते घर का तंदरुस्त आदमी हूँ । " मेरे चाचा चंद्रप्रकाश ने शराब के घूँट पीते हुए अपने रोज के साथियों से कहा । उसका दोस्त नशे में बोला, "शराब सब कीड़ों को मार देती है । पेट की सफाई कर देती है । इसलिए मैं रोज पीता हूँ ।" तीसरा शराबी बोला, "शराब पीने से तो मेरी भूख बढ़ जाती है । खूब खाने पीने से बीमारी मुझसे दूर रहती है । सारी चिन्ता भी मिट जाती है । डॉक्टर तो यूँ ही बहका रहा है । " चाचा व उसके दोस्तों की बकवास सुनकर बस मुझसे रहा न गया । मैंने गुस्से से कहा, **"नशे की लत से इंसान की रोग प्रतिरोधक शक्ति यानि इम्युनिटी कम हो जाती है व टी.बी. जैसी बीमारी लगने का खतरा आम आदमी से कहीं ज्यादा बढ़ जाता है । बीड़ी, सिगरेट, हुक्का, शराब, गुटखा, तम्बाकू, चरस, गांजा व नशे के इंजेक्शन– सभी टी.बी. को बुलावा देते हैं। गरीब हो या अमीर, टी.बी. किसी भी इंसान को हो सकती है।** " चाचा, बहानेबाजी छोड़ो और कल सुबह चलकर अपना टी.बी. का इलाज चालू करवाओ वरना बीमारी अंदर ही अंदर बढ़ती जाएगी ।

अगली सुबह चाचा का टी.बी. का इलाज शुरु हो गया। दो तीन महीने में चाचा की सेहत में काफी सुधार हो गया। उसके बाद चाचा ने दवाई छोड़ दी । और फिर से छुप–छुप कर शराब पीना शुरु कर दिया। ऐसी आदतें कभी छुपती हैं क्या ? डॉक्टर ने उन्हें बार–बार समझाया, **"टी.बी. में पहली बार में ही बीमारी को जड़ से खत्म कर लेना चाहिए। पहला मौका ही सुनहरा मौका होता है। दूसरी या तीसरी बार तो दवाऐं भी उतना असर नहीं करती।"** लेकिन चाचा ने एक न सुनी। नतीजा यह हुआ कि कुछ महीनों बाद ही टी.बी. का प्रकोप फिर से बढ़ गया और चाचा को दूसरी बार क्या, अगले साल तीसरी बार भी टी.बी का कोर्स करना पड़ा। आखिरकार बहुत गंभीर हालत में एक दिन उन्हें एशिया के जाने माने महरौली टी.बी. अस्पताल, दिल्ली में भर्ती करवाना पड़ा । परन्तु शायद भगवान ने भी उन पर दया करनी बंद कर दी थी। तीस साल की कम उम्र में अगस्त 2011 में चाचा ने अपनी बीवी व दो छोटे–छोटे बच्चों को व संसार को अलविदा कह दिया।

काश मेरे चाचा पहली ही बार में 6 महीने लगकर इलाज करा लेते और टी.बी. को जड़ से ठीक कर लेते तो हमारे परिवार को इतने कष्टों से नहीं गुजरना पड़ता। जहाँ एक ओर मेरे चाचा जैसे जिद्दी, लापरवाह मरीज हैं, वहीं ऐसी मिसालों की भी कमी नहीं कि जिन्होने पूरी ईमानदारी से लम्बा इलाज किया व स्वास्थ्य को प्राप्त किया। मेरी सहेली स्वाती को 13 साल की उम्र में ही दिमाग की टी.बी. बन गई। माता पिता के सहयोग व अपनी इच्छा शक्ति से उसने लगकर 18 महीने टी.बी. का इलाज किया तथा अब बिल्कुल स्वस्थ है। मेरे जीवन का लक्ष्य अब यही है कि जनता जर्नादन में नशाबंदी की ज्योति जलाऊँ ताकि बेवजह के कष्टों से बचाव हो सके । मेरे नर्स बनने के फैसले में मेरे प्रिय चाचा जी के दुख भरे अंत का भी काफी योगदान है। शराब इन्सान को कहाँ से कहाँ पहुँचा देती है। शराब जीवन साथी नही बल्कि जीवन नाशी है। आज ही शराब छोड़ो और जीवन से नाता जोड़ो।

बिमलेश डागर
टी.बी.एच.वी.
जनरल अस्पताल, पलवल
10 साल का तजुर्बा

6 नं0 से तंग हूँ

"मैं क्या करुँ, मैं 6 नं0 से बहुत तंग हूँ ।" फतेहराम काफी परेशान दिख रहा था । मैं और मेरे चारो साथी जो मिलकर पलवल जिले की टी.बी. की सालाना रिपोर्ट तैयार करने में काफी व्यस्त थे – काम करते करते रुक गये । आजकल अस्पताल की पुरानी जर्जर बिल्डिंग के हिस्से को गिराये जाने के चक्कर में सबके कमरों में फेर–बदल हो रहा था। मैंने पूछा, "6 नं0 वाले कमरे में अब बलगम की जाँच होती है क्या?"

"नहीं–नहीं शायद हड्डी रोग विशेषज्ञ का नया कमरा है।" अशोक टीबीएचबी बोले।

"कहीं एच.आई.वी. टेस्ट तो नहीं शिफ्ट हुआ 6 नं0 में ?" एसटीएलएस ब्रिजेश ने सुझाया।

"अरे नहीं, वार्ड में 6 नं0 बिस्तर वाले मरीज से फतेराम का झगड़ा हुआ है शायद। " संजीव एसटीएस ने अदांजा लगाया।

विमलेश टी.बी एचआईवी सुपरवाइजर बोली, ''6 नं0 हाजमें की कड़वी दवा के बारे कह रहा है यह।'' इतने में फतेहराम ने सब को टोका, "नहीं–नहीं आप सभी गलत समझ रहे हैं– जनाब मुझे 6 नं0 वाले कमरे या मरीज से नहीं बल्कि 6 नं0 वाले बिन्दु से परेशानी है ।"

"6 नं0 वाला बिन्दु ? मतलब क्या है तुम्हारा ?" हम कन्फ्यूज थे ।

फतेराम ने ''टी.बी. की क,ख,ग,'' नामक नई पुस्तक मेज के बीचों बीच पटक दी । यह पुस्तक डा0 रमन कक्कड़ द्वारा लिखी गई थी । उसके पिछले कवर पेज पर टी.बी. की 10 सावधानियाँ लिखी हुई थी । उनकी ओर इशारा करके बोला "इस 6 नं0 वाली सावधानी से।"

मैंने पढ़ा "नं0 1 : टी.बी. का मरीज ज्यादा से ज्यादा बाहर खुले में ताजी हवा में रहें ।" फिर सीधा 6 नं0 पढ़ा–

"नं0 6–नशे की लत छोड़ दो – शराब इत्यादि ।" अच्छा तो शराब की परेशानी है फते को।

"जी शराब मेरे उपर हावी है। मेरे नियन्त्रण में नहीं है ।" फतेराम ने बड़ी मासूमियत से कहा। "उधर सूरज डूबा, और इधर मैं टुन्न हुआ'' ।

बात हमारी समझ में आ गई । सब ठहाका मार कर हँसने लगे । किसी की भी हँसी रुक नहीं रही थी।

फिर फतेह ने कहा, "लेकिन यह पुस्तक पढ़कर रात को मैंने प्रण किया है कि अब जिन्दगी में कभी शराब नहीं पिऊँगा। इस दौरान आप लोग कृपया मेरी मदद करना।" मैंने हँसते–हँसते अपनी डायरी में नोट कर लिया। कल फील्ड विजिट पे जब जाउंगी तो फतेहराम को और ज्यादा प्रोत्साहित करुँगी। मौका अच्छा है। टीबी के साथ–साथ शराब की बीमारी भी इसकी जान छोड़ दे शायद।

अशोक कुमार
टी.बी. हेल्थ विजिटर
जनरल अस्पताल, पलवल

नखरे की कीमत

मैंने भागीरथ से पूछा, "तुम आजकल दवा लेने क्यों नहीं आ रहे ? "

भगीरथ, "मैं बिल्कुल ठीक हो गया हूँ। " मैंने फिर कहा, "टी.बी. का इलाज तो काफी लम्बा चलता है, कम से कम 6 महीने। तुम्हारे तो अभी 3 महीने ही पूरे हुए हैं।"

भागीरथ "मेरा बुखार–वुखार सही है और खाँसी–वाँसी भी गायब हो गई है। मैं कतई ठीक हो चुका हूँ । अब मैं कड़वी–कड़वी गोलियाँ क्यों खाऊँ ?" मैंने उसे समझाया, "टी.बी. का इलाज बीच में अधूरा छोड़ देना तो एक भारी गलती होती है। "

भागीरथ ने कहा, "देख लो! आपके सामने खड़ा हूँ, बिल्कुल भला चंगा हूँ–वजन 4 किलो बढ़ गया है।"

मैंने कहा, "टी.बी. के बाहरी लक्ष्ण तो अमूमन दो–एक महीने में सही हो जाते हैं, ऊपर से तो ठीक महसूस होने लगता है। "

भागीरथ बोला "ऊपर से, नीचे से, दाऐं से, बाऐं से मैं सब तरफ से ठीक हूँ जी, " यह कहकर वह हँसने लगा।

मैंने कहा, "टी.बी. की जड़ तो गहरी होती है । इलाज पूरा न करने से कुछ समय बाद दोबारा बीमार पड़ सकते हो। "

भागीरथ, "आप ज्योतिषी हो क्या ?" फिर वही फूहड़ हँसी।

मैंने कहा, ''अनेकों ऐसे लापरवाह मरीज देखे हैं जिन्होने इसी तरह इलाज अधूरा छोड़ दिया और फिर दोबारा बीमार हो गए। तुम्हें बहुत पछताना पड़ेगा।" "बुरी भविष्यवाणी मत करो " भागीरथ फिर जोर से हँसा। मैंने समझाया। "बेवकूफी मत करो भैया। 3 महीने और लगकर दवा खा लो, अपना तथा अपने बच्चों का जीवन खतरे में मत डालो। "

भागीरथ ने उत्तर दिया, "मेरे बच्चों की चिन्ता तुम मुझपे छोड़ दो। बहस का टाइम नहीं मेरे पास। मुझे तुमने पहले ही लेट कर दिया है। अपने काम पर पहुँचना है, चलता हूँ।" कहते हुए वह अपने घर से निकल गया। मैं भौचक्का सा उसके कसबा मौहल्ला में उसके आँगन में उसी के स्टूल पर बैठा रह गया और सोचने लगा कि मरीज ऐसे नखरे क्यों करते हैं। जिद क्यों करते हैं।

वापिस जाते हुए मैं सोच रहा था कि भारत व हरियाणा सरकार जब दो कदम बढ़ा रही है, मुफ्त दवा व हमें वेतन इत्यादि दे रही है तो मरीज का भी फर्ज बनता है कि कम से कम एक कदम तो आगे बढ़ाऐं। वापिस पलवल सरकारी अस्पताल पहुँच कर बहुत भारी मन से मैंने उसके नाम व टी.बी. नं0 284 / 09 के सामने लिख दिया "डिफाल्टर यानि भगौड़ा"। काश! मेरी भवि यवाणी झूठी साबित होती । लेकिन दुर्भाग्यवश करीब 2 साल बाद भागीरथ का दोबारा इलाज चला – टी.बी. नं0 348 / 11 और इलाज के करीब चौथे महीने में वो चल बसा।

हमशक्ल

रेखा रानी
टी0.बी0. हेल्थ विजिटर,
डाट्स सेन्टर, जच्चा–बच्चा अस्पताल,
सैक्टर–30, फरीदाबाद

पिछले 6 साल से अपने इलाके के हर टी.बी. रोगी की दिलो जान से सेवा की है ताकि वो रोग मुक्त हो जाएं, और हमारा देश इस बीमारी पर विजय पा सके

"दीदी, मै ठीक तो हो जाऊंगी ? "

"हाँ, शीलू तुम बिल्कुल ठीक हो जाओगी, चिंता मत करो ।"

ये लड़की जब भी अपनी दवा की खुराक खाने आती तो हर बार मुझसे यही पूछती और मैं भी यही नपा तुला जवाब देती। कई बार मुझे ऐसा प्रतीत हुआ कि दवा से ज्यादा शीलू को मेरी बात पर भरोसा है । वह मुझे बहुत अच्छी लगती थी। अपने "जच्चा बच्चा अस्पताल" सैक्टर–30 के बाहर लॉन में पेड़ के नीचे जो बेंच रखा था वहाँ बैठाकर इसको मैं स्वयं दवा खिलाती थी। शीलू ने पहली बार 2005 में डॉटस का इलाज किया था – टी.बी. नं0 982/05। लेकिन अफसोस कि इसको दोबारा टी.बी. हो गई थी – टी.बी. नं0 886/06। इसकी बलगम में कीटाणु भी जा रहे थे, ये स्पूटॅम पॉजिटिव थी । वह मेरी हर बात ध्यान से सुनती व ठीक से उसका पालन करती थी। हमेशा मुँह पर चुन्नी बाँधकर रखती थी ।अपने घर में बाहर खुले में ताजी हवा में रहती थी। दवा नियम से खाती थी । बस धीरे–धीरे ठीक होती गई। और महीने का ईलाज खत्म होते होते बहुत स्वस्थ नजर आने लगी।

"अब मुझे यही चिन्ता सताती रहती है कि दीदी आपने मुझे हमेशा दवाई खिलाई है। भगवान न करे कहीं ये बीमारी आपको न लग जाए।" उस लड़की के दिल में अपने लिए इतनी चिन्ता व प्यार देख मेरी आखों में पानी आ गया। मैंने शीलू से पूछा, "मैं तुम्हें दवाई कहाँ बैठाकर खिलाती हूँ ?" "बाहर खुले में जो आपका पार्क है। जो पेड़ के नीचे बैंच है वहाँ। " शीलू ने उत्तर दिया। "बाहर ताजी हवा चलती रहती है जिससे खाँसी से निकले हुए कीटाणु बिखर जाते हैं और बहुत कमजोर पड़ जाते हैं। धूप इन कीटाणुओं को नष्ट कर देती है। इसलिए बाहर खुले में इंफेक्शन (संक्रमण) का खतरा बहुत कम होता है। तुमने चुन्नी से मुँह भी ढककर रखा है जिससे संक्रमण में अच्छी खासी बाधा होती है। इसलिए मुझे कोई डर नहीं, समझी?" मैंने प्यार से समझाया।

अब भी शीलू कभी–कभार मुझसे मिलने आ जाती है। वह इतनी स्वस्थ और सुन्दर हो गई है कि कभी कभी मुझे ऐसा लगता है कि यह शीलू नहीं उसकी कोई हमशक्ल है।

विजय पाल
टी.बी.एच.वी., सरकारी अस्पताल
एम्स बल्लभगढ़ ।
हर साल करीब 600 टी.बी. रोगियों को ठीक करने की जिम्मेवारी उठाते हैं। सब मरीजों से मोबाइल के जरिये जुड़े रहते हैं। दिन रात उनकी सेवा में तत्पर रहते हैं। उनके घरों में जाकर टी.बी. की जानकारी फैलाते हैं। इन्हें टी.बी. उन्मूलन का जनून है।
मोबाइलः 9953482599

सीने में कील

"तेरे सीने में किसी ने कील ठोक रखी है" झाड़ फूँक वाले बाबा ने कहा। यह सुनकर राजू की तो जान ही निकल गई– "किसने ठोकी है बाबा ?" "एक बुरी आत्मा ने। उपाय तो है परन्तु बहुत मुश्किल है।" बाबा ने कहा। राजू के 20,000 रु0 लुट गए लेकिन बीमारी ज्यों की त्यो बनी रही। फिर वह वृन्दावन टी.बी. अस्पताल जा पहुँचा और काफी पैसा वहाँ भी खर्च हो गया। अब तो उसके पास एक धेला पैसा भी नहीं बचा था और हालत बद से बदतर हो गई थी।

उसके पुराने मित्र सुभाष ने राजू की पूरी बात सुनी। फिर बोला, "5 साल पहले मुझे भी टी.बी. हो गई थी। डॉटस का इलाज करवाया – आजतक भला चंगा हूँ । आँखें बंद करके तू चल मेरे साथ। "

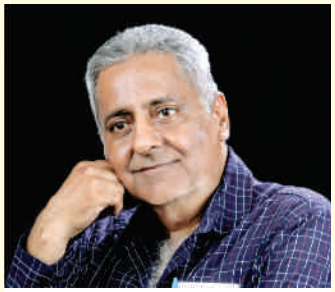
वो राजू को बल्लभगढ़ सरकारी अस्पताल के डॉटस सेन्टर में मेरे पास ले आया। बलगम की जाँच में कीटाणु मिले। **मैंने राजू को 5 बातें समझायी, "मुँह पर रुमाल रखना है। बाहर ताजी हवा में, खुले में रहना है। बीड़ी, शराब इत्यादि का नशा 100 प्रतिशत छोड़ दो। भूख लगे या न लगे, खाना तीनों टाइम खाना है। बुखार, खाँसी व उल्टी आदि पहले 2 महीने तक होते रहेंगे – घबराना नहीं। विश्वास होगा तो जल्दी ठीक हो जाओगे।"**

राजू ने बहुत अनुशासन से पूरा इलाज करवाया और बिल्कुल ठीक हो गया। दवा का आखिरी पत्ता खाते हुए राजू हँसकर बोला, "डॉ0 साहब आपने निकाल दी – मेरे सीने में जो कील ठुकी पड़ी थी।"

मैं भी जोर से हँस पड़ा।

टी.बी. की सही जानकारी होना जरुरी है। मन के हारे हार है, मन के जीते जीत।

मैंने प्रण किया है कि हर टीबी रोगी को पहली बार मिलते ही सबसे पहले उसे हिम्मत और प्यार दूंगा, ताकि वह टीबी जैसी बीमारी से डरने की बजाय उसका डट कर मुकाबला कर सके।



डा0 रमन कक्कड़
सम्पादक (टी.बी. स्पेि लस्ट)
बी.के. अस्पताल, फरीदाबाद
लेखक : एक मौत प्रति मिनट (3 भाशाओं में), द टैस्ट ऑफ टाइम (इंग्लि ा)
निर्माता : "तीन बाते" टी.बी. पर फिल्म, अनेको रेडियो प्रोग्राम

लम्बी खांसी, लम्बा बुखार,
वजन घटता जाए लगातार य
तो टी बी का शक करना मेरे यार !

दिल का दौरा पड़ने पर कुछ ही मिनटों में पूरे मौहल्ले में खबर फैल जाती है कि अमुक व्यक्ति को छाती में भयंकर दर्द उठा है। अधरंग होने पर, लकवा मारने पर मिनटों में ही फोन खड़क जाते हैं और एम्बुलेन्स बुला ली जाती है। पथरी का दर्द होने पर हाय तौबा मच जाती है और मरीज को लेकर अस्पताल भागना पड़ता है। अपेनडिक्स में भी पेट में बहुत जोर का दर्द छिड़ता है, जिससे मरीज बढ़िया अस्पताल में पहुँचने की कोशिश करता है।

टी.बी. में ऐसा कोई ड्रामा नहीं होता। टी.बी के लक्ष्ण काफी हल्के, साधारण और मामूली होते हैं। ये धीरे धीरे, चुपके–चुपके अन्दर ही अन्दर पनपते रहते हैं। मरीज को ज्यादा तंग भी नहीं करते। टीबी के लक्षण कभी हंगामा नहीं मचाते।

टी बी के लक्ष्ण बहुत ही साधारण से होते हैं। अब खाँसी किसको नहीं आती? बुखार किसे नहीं आता? कभी–कभार भूख कम लगने की परेशानी किसे नहीं होती ? जब भी ये छोटे–छोटे लक्षण लम्बे समय तक चलें तो इस बीमारी का शक करना चाहिए। खासकर भारत जैसे देश में जहाँ टी.बी. ज्यादा फैली हुई है। लेकिन जानकारी की कमी के चलते हमारे देश में ऐसा नहीं हो पा रहा है। महीनों तक "खाँसी, बुखार व वजन का गिरना" चलता रहता है, परन्तु घर या पड़ोस में किसी के मन में भी यह ख्याल तक नहीं आता कि कहीं इसको टी.बी. तो नहीं–टीबी का शक ही नहीं पड़ता। इसलिए भारत में "टी.बी. की पहचान में देरी" एक बहुत भारी समस्या है।

टी.बी. का शक करना एक बहुत महत्वपूर्ण पहला कदम होता है क्योंकि अगर शक नहीं होगा तो मरीज सही डॉक्टर के पास नहीं पहुँचेगा, बलगम की जाँच नहीं होगी, एक्सरे नहीं होगा, बीमारी की पहचान नहीं होगी और इलाज नहीं होगा, संक्रमण चलता रहेगा।

टी.बी. की जानकारी न रखना और किसी लम्बी बीमारी होने पर भी इसका शक न करना एक पाप समान है। **हर भारतवासी का यह राष्ट्रीय धर्म है कि वह टी.बी. की थोड़ी बहुत जानकारी बटोरे** ताकि जैसे ही खाँसी, बुखार व कमजोरी के लक्षण शुरु हों तो अपने आप ही उसके मन में खतरे की घण्टी बज उठे, उसको टी.बी. का शक पड़ जाये और वह सही जगह पहुँच कर अपनी जाँच करवा ले।

पढ़ कर पुस्तक वापिस करें !