



Ministry of Health and Family Welfare
Government of India



संस्मरेण जयते
Ministry of AYUSH



अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान
ALL INDIA INSTITUTE OF AYURVEDA
(आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत स्वायत्त संस्थान)
(An Autonomous Organization under the Ministry of Ayush, Govt. of India)

"End LTb" Campaign



आयुर्वेद को अपनाये भारत को टीबी मुक्त बनाये
Pradhan Mantri TB Mukh Bharat Abhiyan

आयुर्वेद -स्वस्थ एवं सुखी जीवन का ज्ञान

आयुर्वेद (आयुः + वेद = आयुर्वेद)

"Science of Life"

हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम् ।

मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते ॥ १-४१

- सूत्रस्थानम्, चरक संहिता



स्वास्थ्य और कल्याण (Wellness)

रोकथाम और पुनर्जीवन (Prevention & Rejuvenation)

व्यक्तिगत और समग्र चिकित्सा (Personalized & Holistic Treatment)

पंचकर्म और योग (Panchakarma & Yoga)

अनुभवी डॉक्टर और तकनीशियन (Well-Trained Doctors & Technicians)

किफायती और प्रभावी (Cost-Effective & Efficient)

सुंदर चिकित्सा स्थल (Attractive Healing Destinations)

आयुर्वेद का उद्देश्य

स्वास्थ्य का संरक्षण एवं रोगों का प्रबंधन

स्वास्थ्य बनाए रखना
(Maintenance
of Health)

आहार (Diet)

निद्रा (Sleep)

ब्रह्मचर्य

(Celibacy)

रोकथाम (Prevention)

संवर्धन (Promotion)

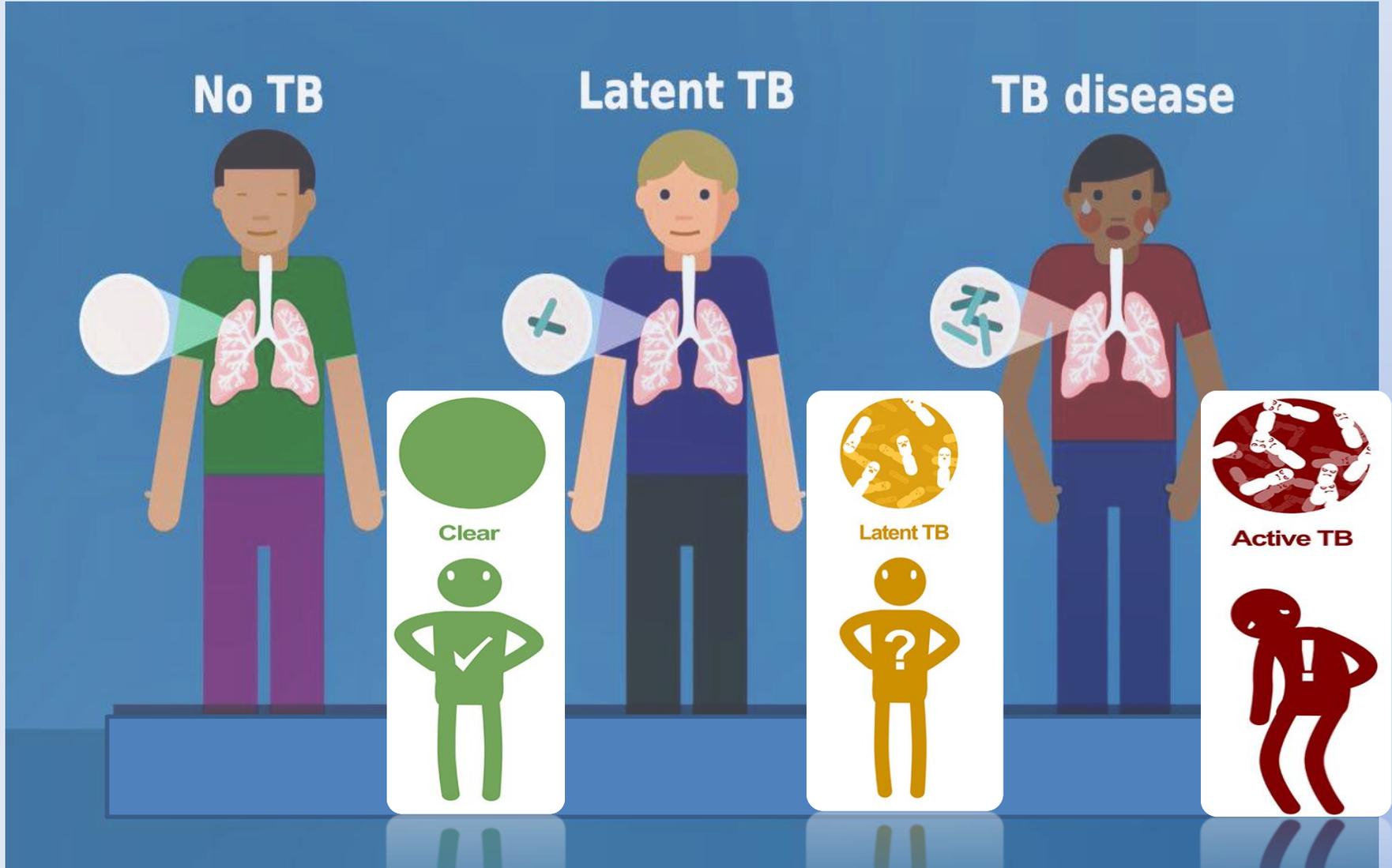
संरक्षण (Maintenance)

रोगों का प्रबंधन
(Management of
Diseases)

व्यक्तिगत संपूर्ण उपाय

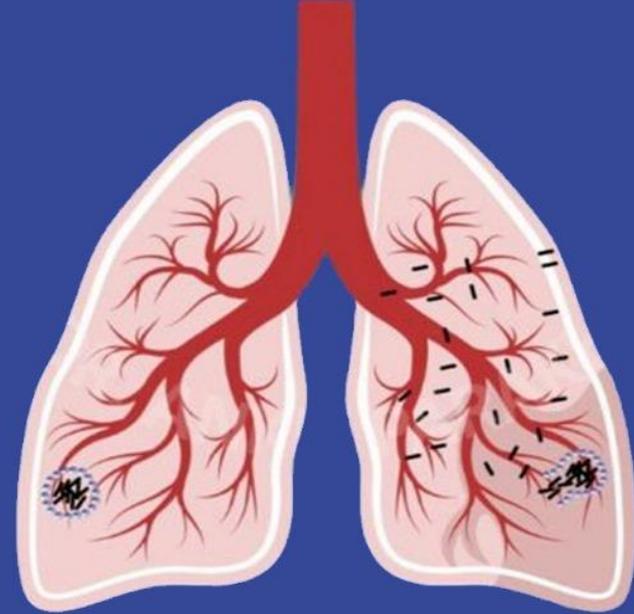


लेटेन्ट टीबी क्या है?



लेटेन्ट टीबी: छुपा हुआ खतरा

- टीबी बैक्टीरिया मौजूद, पर बीमारी नहीं
- संक्रमण है, रोग नहीं
- दूसरों को नहीं फैलता
- बैक्टीरिया सोए रहते हैं



टीबी: जानें जरूरी बातें!

क्या है: बैक्टीरिया से फैलने वाला
संक्रामक रोग

कारण: माइकोबैक्टीरियम
ट्यूबरकुलोसिस

कैसे फैलता है: **खांसी-छींक**
से हवा में

टीबी के प्रकार:

लेटेंट टीबी: बैक्टीरिया निष्क्रिय, लक्षण नहीं

सक्रिय टीबी: बैक्टीरिया सक्रिय, लक्षण और संक्रमण



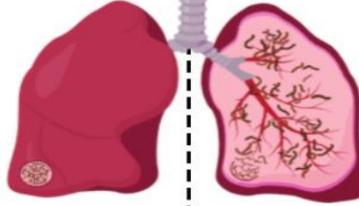


टीबी के जोखिम को
पहचानें !

- टीबी प्रचलित देशों में रहते या यात्रा करते हों।
- सक्रिय टीबी वाले व्यक्ति से हाल ही में संपर्क हुआ हो।
- ऐसे स्थानों पर काम करते हों जहां टीबी फैलने का खतरा हो।
- आपकी इम्यून सिस्टम कमजोर हो, जैसे कि डायबिटीज, कैंसर या एचआईवी जैसी बीमारियों के कारण।

लेटेन्ट टीबी और एक्टिव टीबी – समझें सही फर्क!

लेटेन्ट टीबी



टीबी बैक्टीरिया शरीर में होते हैं,
लेकिन बढ़ते नहीं

कोई लक्षण नहीं होते, व्यक्ति बीमार
नहीं लगता

दूसरों को नहीं फैलता

आगे चलकर टीबी रोग में बदल
सकता है

टीबी रोग

टीबी बैक्टीरिया सक्रिय होकर
शरीर में बढ़ते हैं

व्यक्ति बीमार महसूस करता है
और लक्षण दिखते हैं

दूसरों में फैल सकता है

इलाज न मिलने पर मृत्यु हो
सकती है

ये 7 लक्षण टीबी का इशारा करते हैं

लम्बे समय तक सूखी खांसी आना

खांसी के साथ बलगम और खून आना

सांस लेने पर सीने में दर्द होना

बेचैनी और सुस्ती महसूस होना

भूख कम लगना और वजन घटना

रात में हल्का बुखार रहना

थकान और शरीर में दर्द होना



निदान कैसे करें ?

LTBI

बलगम की जांच. नकारात्मक

(1) AFB

(2) CBNAAT

खून की जांच-
नकारात्मक

(1) Gene Xpert for
MTB

(2) MTB DNA-PCR

मल की जांच.
नकारात्मक

Xpert for MTB

Active TB Disease

बलगम की जांच. सकारात्मक

(1) AFB

(2) CBNAAT

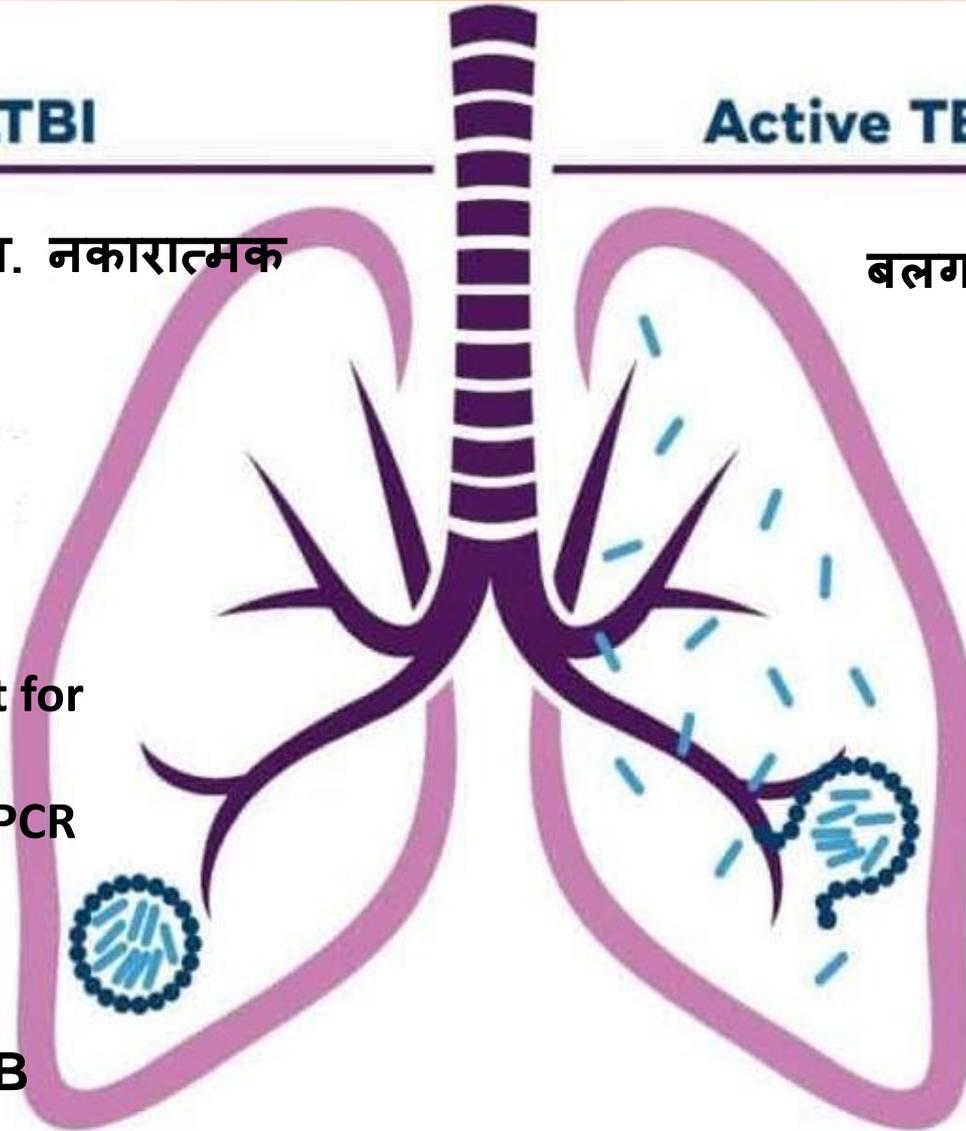
खून की जांच.
सकारात्मक

(1) Gene Xpert for
MTB

(2) MTB DNA-PCR

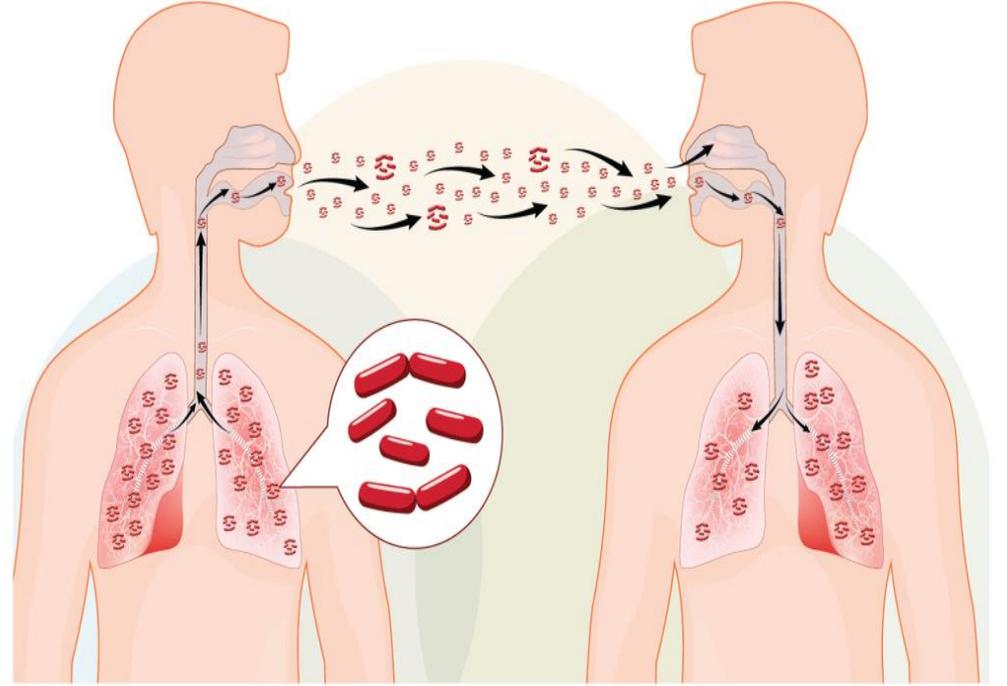
मल की जांच.
सकारात्मक

Xpert for MTB



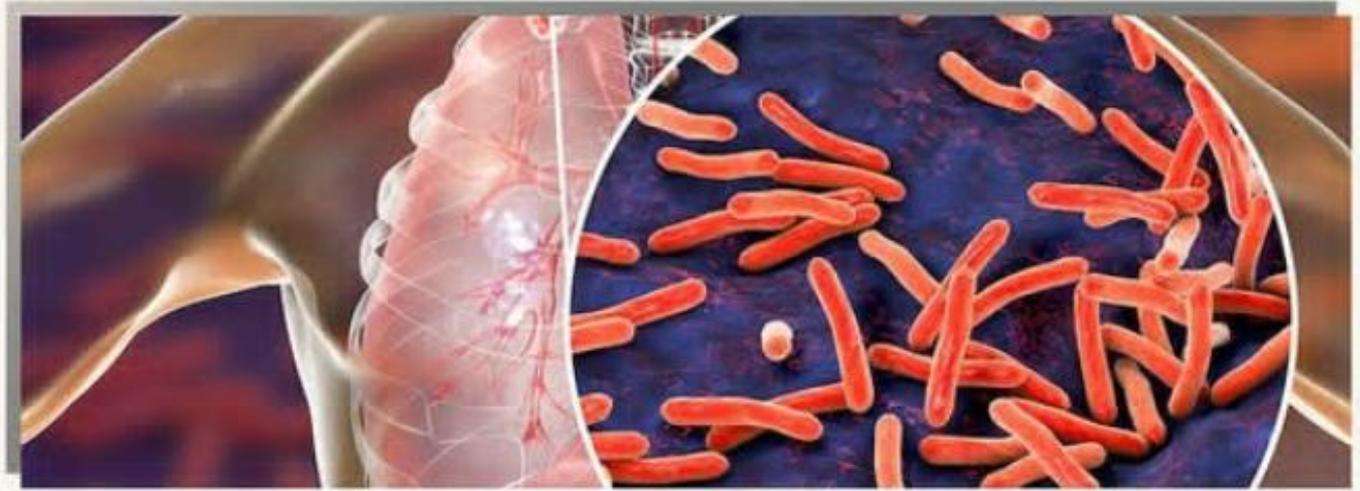
क्या टीबी फैलता है ?

- हां, टीबी संक्रामक है।
- यह हवा के माध्यम से फैलता है जब संक्रमित व्यक्ति खांसता या छींकता है।



टीबी से जंग जीतेंगे हम आयुर्वेद के संग

क्या लेटेंट टीबी संक्रामक है ?



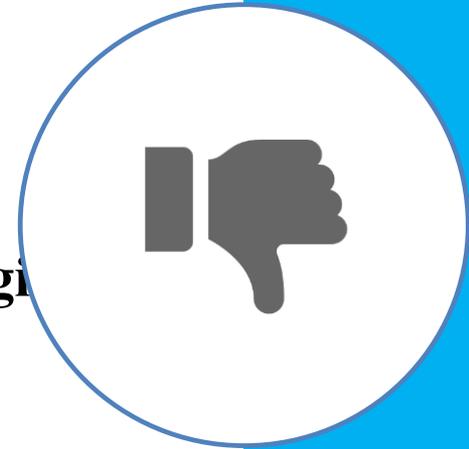
नहीं, लेटेंट टीबी संक्रामक नहीं है

इसमें बैक्टीरिया शरीर में होते हैं, लेकिन यह फैलते नहीं हैं

लेटेंट टीबी वाले व्यक्ति को लक्षण नहीं होते और वह दूसरों को संक्रमित नहीं कर सकता

क्या टीबी केवल फेफड़ों को प्रभावित करती है ?

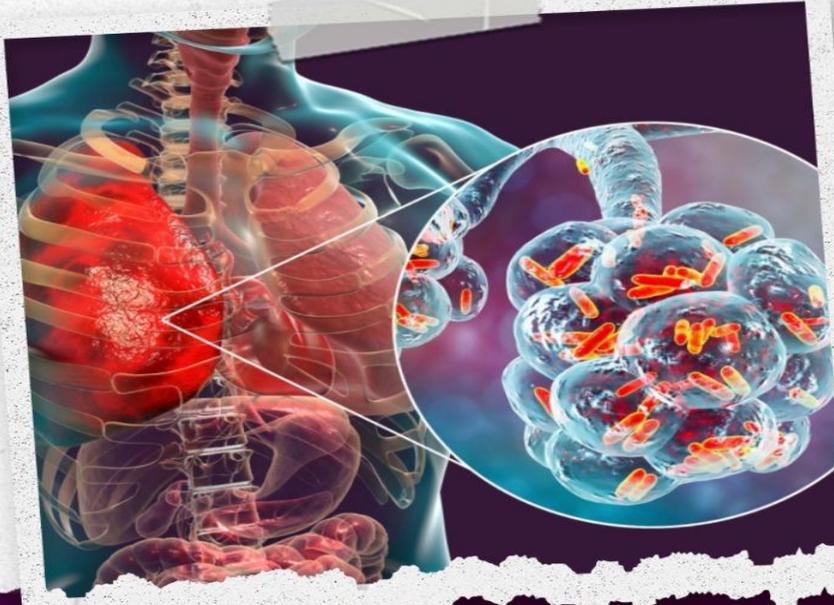
- फेफड़ों की टीबी (Pulmonary TB)
- हड्डियों की टीबी/ जोड़ों का टीबी (Bone TB / Osteoarticular TB)
- गुर्दे की टीबी (Renal TB)
- मस्तिष्क की टीबी (Meningeal TB / TB Meningi)
- गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल टीबी (Gastrointestinal TB)
- लसिका ग्रंथियों की टीबी (Lymphatic TB)
- त्वचा की टीबी (Cutaneous TB)
- हृदय की टीबी (Cardiac TB)
- प्रजनन अंगों की टीबी (Genital TB)



क्या टीबी खतरनाक है ?



- हां, टीबी खतरनाक है।
- यदि इलाज समय पर न किया जाए, तो यह मृत्यु का कारण बन सकता है।
- टीबी संक्रामक है, और यह दूसरों को भी संक्रमित कर सकता है।
- यह फेफड़ों और अन्य अंगों को प्रभावित कर सकता है।



लेटेन्ट टीबी का इलाज क्यों जरूरी है ?

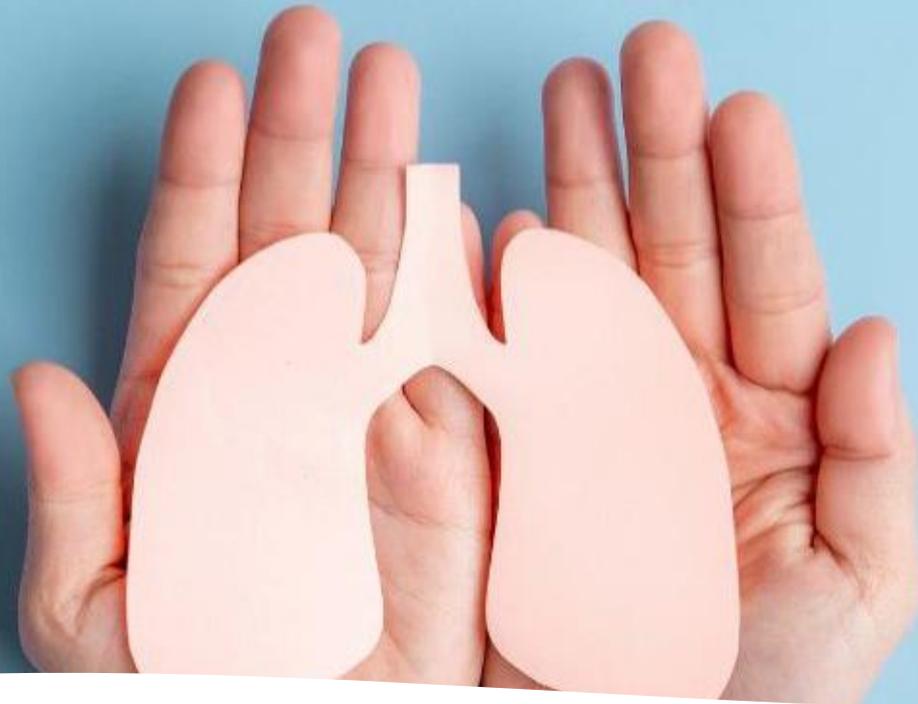
लेटेन्ट टीबी बीमारी नहीं है, लेकिन इसमें बैक्टीरिया शरीर में रहते हैं

अगर इलाज न किया जाए, तो बैक्टीरिया सक्रिय टीबी में बदल सकते हैं, जिससे संक्रामक हो सकता है

इलाज से टीबी के फैलने और गंभीर होने का खतरा कम होता है

लेटेन्ट टीबी का इलाज भविष्य में गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं से बचने में मदद करता है

#टीबीसेजंगजीतेंगेहमआयुर्वेदकेसंग



क्या लेटेंट टीबी इलाज से
ठीक हो सकती है ?

- हां, आयुर्वेद लेटेंट टीबी के इलाज में
आपकी मदद कर सकता है।



लेटेंट टीबी का निदान कैसे किया जा सकता है?

- स्क्रीनिंग प्रोफार्मा के आधार पर
- जांच के आधार पर
- ✓ **TST(Mantoux Test)**
- ✓ **IGRA(TB Gold/TB Spot)**



ALL INDIA INSTITUTE OF AYURVEDA
Mass Screening Performa for Latent Tuberculosis

Name/ नाम:- _____ **Male/ (पुरुष)** **Female/ (महिला)** **Age (आयु)** _____

Address/ पता:- _____ **Contact No: संपर्क नं.** _____

Registration/ Screening No: पंजीकरण स्क्रीनिंग संख्या

UHID No. विशिष्ट स्वास्थ्य पहचान नंबर:- _____

Block / Taluka/ Tehsil: ब्लॉक/तालुका /तहसील :- _____ **Date/ तिथि:-** _____

Previous H/O any Illness/ medication: किसी भी बीमारी या इलाज का पिछला विवरण

Present Symptoms/ वर्तमान लक्षण:

1. Frequent cold/ respiratory allergy (>4 times/ year) Yes /हाँ No /नहीं
बार-बार सर्दी/ श्वास सम्बन्धी एलर्जी (>4 बार/वर्ष)

2. Persistent complaints related to digestion & defecation Yes/हाँ No/नहीं
पाचन और शौच से संबंधित निरंतर शिकायतें

Loss of appetite/भूख नहीं लगना Chronic Constipation/पुराना कब्ज Excessive belching/ Flatus
/अत्यधिक डकार आना/पेट फूलना Hard stool /कठोर मल Altered bowel habit/ परिवर्तित आंत्र
आदत Bloating/ heaviness in abdomen after meal/ खाने के बाद पेट का फूलना/भारीपन

*persistent for > 3months can only be consider as positive. *3 महीने से अधिक तक बने रहने को ही सकारात्मक माना जा सकता है।

3. Inability to gain body weight/ recent significant (> 4kg/ month) body weight reduction./
शरीर का वजन न बढ़ाना / हाल ही में अत्यधिक (>4 किलो/माह) शरीर के वजन में निरन्तर कमी आना।
Yes/हाँ No/नहीं

**Kajaria divya (2023) proprietary for the PHI project "Promotion of Ayurvedic Medicines and Rasayana Therapy for the management of Latent Tuberculosis (LTBI) in Indian Population", All India Institute of Ayurveda, India.*

4. **Excessive anger/ stress reflected by easy irritability** Yes/हाँ No/नहीं
अत्यधिक गुस्सा /तनाव के कारण चिड़चिड़ापन
5. **Persistent bodyache / Excessive Fatigue** Yes/हाँ No/नहीं
लगातार बदन दर्द/अत्यधिक थकान महसूस होना
6. **Lack of enthusiasm/ loss of energy in daily life** Yes/हाँ No/नहीं
दैनिक जीवन में उत्साह की कमी/ऊर्जा की कमी
7. **Amenorrhea > 3months/ Inability to conceive despite regular coitus for 2 years** अनियमित मासिक धर्म/ 3 महीने से मासिक धर्म का न होना/ 2 साल तक नियमित सहवास के बावजूद गर्भ धारण नहीं होना
Yes/हाँ No/नहीं

8. Hospital visit due to various reason > 6 times/ year

विभिन्न कारणों से 6 बार या इससे अधिक अस्पताल जाना

Yes/हाँ No/नहीं

9. Difficulty in joint movements (< 2 joints)

एक अथवा दो जोड़ों में दर्द होना

Yes/हाँ No/नहीं

10. Frequent headache/ dizziness/ lightheadedness (> 4times/ Month)

लगातार अथवा बार- बार शिरदर्द /चक्कर (>4 बार/ महीना) आना

Yes/हाँ No/नहीं

11. Stages/ चरण:-

1-3 Low Risk

4-6 Moderate Risk

7-10 High Risk

**Kajaria divya (2023) proprietary for the PHI project "Promotion of Ayurvedic Medicines and Rasayana Therapy for the management of Latent Tuberculosis (LTBI) in Indian Population", All India Institute of Ayurveda, India.*

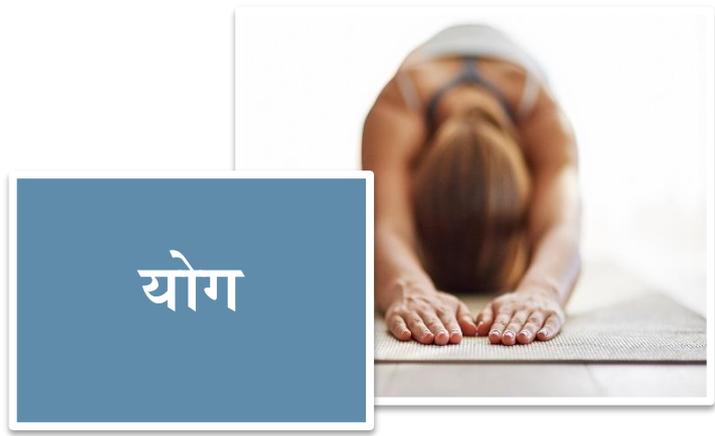


क्या आयुर्वेद में टीबी का वर्णन है ?

- हां, "राजयक्ष्मा" नामक रोग का वर्णन सभी आयुर्वेदिक ग्रंथों में किया गया है।
- क्लिनिकल अध्ययन के आधार पर, लेटेंट टीबी को शोष /क्षय के रूप में माना जा सकता है।

#टीबी से जंग जीतेंगे हम आयुर्वेद के संग

आयुर्वेद कैसे मदद कर सकता है ?



आहार नियम



जन-जन का रखे ध्यान, TB-मुक्त भारत आ

जांच, दवा और पौष्टिक आहार
टीबी पर करेगा अंतिम प्रहार



पौष्टिक आहार ही टीबी के खिलाफ
सबसे मज़बूत हथियार है

• त्रिदोष को बनाए रखने के लिए प्रतिदिन आहार का सेवन करें।

#टीबी से जंग जीतेंगे हम आयुर्वेद के संग

मानसिक स्वास्थ्य के लिए योगाभ्यास



- सक्षम व्यायाम (वार्म अप) सभी जोड़ों के लिए ढीला करने वाले व्यायाम
- बैठने की मुद्राएँ
- अधलेटे आसन में योगासन
- प्रवृत्त स्थिति में योगासन
- आरामदायक आसन : शवासन, मकरासन
- प्राणायाम: गहरी सांस लेना
ध्यान : 10 मिनट

YOGA(योग)

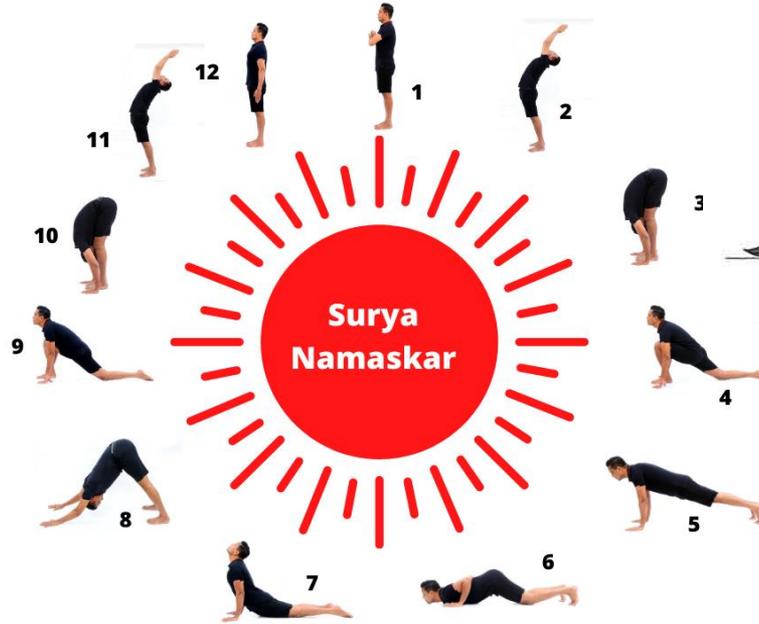
उत्तान पादासन



त्रिकोणासन



Copyright Reserved



सूर्य नमस्कार

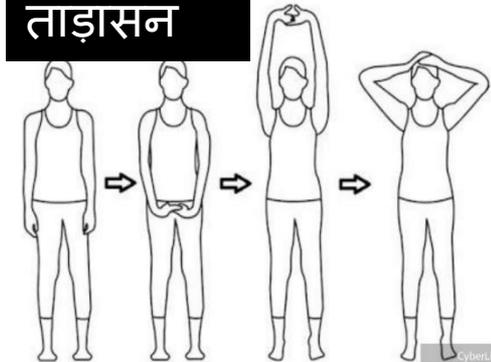


प्राणायाम

भुजंगासन



ताड़ासन



मानसिक स्वास्थ्य



सत्वावजय (उचित परामर्श)

रसायन चिकित्सा



रोकाथाम कैसे रोके ?

1. जल्दी निदान और इलाज कराना।
2. दूसरों से दूर रहना जब तक संक्रमण का खतरा न हो।
3. मास्क पहनना, मुँह ढकना, और कमरे को हवादार करना।
4. मास्क को सही तरीके से पहनना।

जन-जन का रखे ध्यान, TB-मुक्त भारत अभियान

ना शर्माना, ना घबराना,
टीबी की जांच करवाना

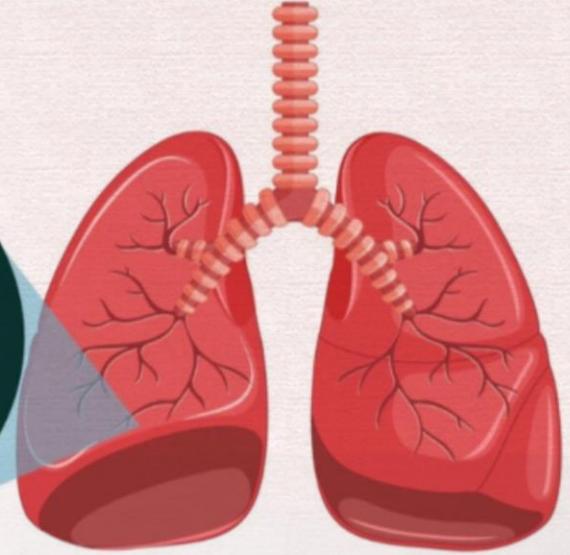
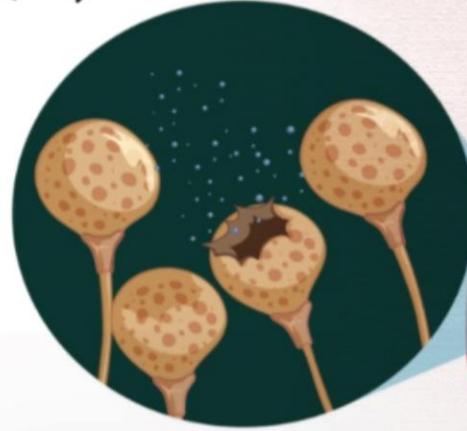


टी.बी. के लक्षण दिखें ?

तुरंत सतर्क हों और सही कदम उठाएं !



टीबी से जंग जीतेंगे हम,
आयुर्वेद के संग



क्या नहीं करें ?

अपनी जांच में देरी न करें

डॉक्टर की सलाह तथा दवा लेने में
लापरवाही न करें

पौष्टिक आहार लेने में अनदेखा न करें

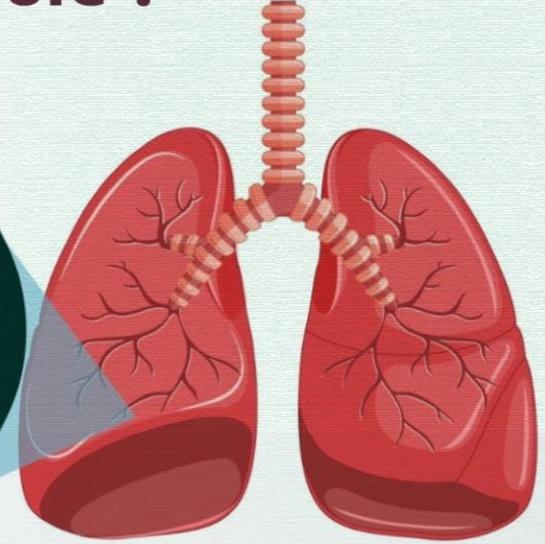


टी.बी. के लक्षण दिखें ?

तुरंत सतर्क हों और सही कदम उठाएं !



टीबी से जंग जीतेंगे हम,
आयुर्वेद के संग



क्या करें ?

तुरंत अपनी जांच कराएं

डॉक्टर की सलाह पर दवा लें

अपनी इम्युनिटी सिस्टम को बढ़ाएं तथा
पोषणयुक्त आहार लें

नियमित व्यायाम करें

पर्याप्त नींद लें



टीबी के प्रसार को रोकने में सामूहिक जिम्मेदारी

1. **सामूहिक जिम्मेदारी:** टीबी के फैलाव को रोकने के लिए सभी को मिलकर काम करना चाहिए।
2. **उपचार में समर्थन:** लेटेंट टीबी का इलाज कर रहे व्यक्तियों को उपचार पूरा करने में मदद देना चाहिए।
3. **समय पर इलाज और नियमित जांच:** टीबी को रोकने के लिए यह जरूरी है।
4. **सामाजिक सहयोग:** उपचार की सफलता सुनिश्चित करने के लिए समाज का सहयोग जरूरी है।



कैसे हम End LTB 2025 अभियान में भाग ले सकते हैं ?

1. "End LTB" मिशन का हिस्सा बनें: आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के मिशन में भागीदारी करें।
2. स्क्रीनिंग प्रोफार्मा के आधार पर जनसंख्या की स्क्रीनिंग करें।
3. लेटेंट टीबी के अनदेखे मामलों का निदान करें और पोर्टल पर रिपोर्ट करें।
4. लेटेंट टीबी के बारे में पेशेवरों और सामान्य जनता को जागरूक करें।
5. कार्यक्रम में सुधार के लिए निर्धारित प्रारूप में अपनी महत्वपूर्ण सुझाव दें।



Initiatives of AllA in the fight against LTb in India

जानकारी

कृपया सभी IEC सामग्री के लिए निम्नलिखित लिंक पर जाएं: <http://aiia.gov.in>
यहां उपलब्ध हैं:

- 1.स्क्रीनिंग प्रोफार्मा
- 2.आहार नियम
- 3.दैनिक नियम
- 4.सामान्य जागरूकता के लिए पम्पलेट
- 5.शिक्षण मॉड्यूल
- 6.जागरूकता वीडियो
- 7.रोगी की सफलता की कहानियाँ
- 7.रिपोर्टिंग फॉर्मेट
- 8.सुझाव फॉर्मेट

Screening Proforma Link

- **Google Form Link:-**
<https://forms.gle/33T28BnWvyKFd5it8>
- स्क्रीनिंग प्रोफार्मा खोलने के लिए उपरोक्त लिंक को कॉपी करें और ब्राउज़र में पेस्ट करें।

डिजिटल टीबी प्रतिज्ञा



अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान
ALL INDIA INSTITUTE OF AYURVEDA
(आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत स्वायत्त संस्थान)
(An Autonomous Organization Under Ministry of Ayush, Govt of India)

मैं ये प्रतिज्ञा करता / करती हूँ

कि मैं भारत को टी.बी. मुक्त करने के लिये अपनी सक्रिय सहयोगिता दूंगा/ दूंगी ।
मैं अपने परिवार तथा अपने समाज के स्वास्थ्य के प्रति अपनी जिम्मेदारी
का पूरी इमानदारी से निर्वाहन करूंगा/ करूंगी ।
मैं अपने आस-पास भी यदि कोई व्यक्ति टी.बी. से ग्रस्त है
तथा उपचार नहीं ले रहा है तो मैं उसको उचित उपचार लेने हेतु
प्रोत्साहित तथा उचित सहायता प्रदान करूंगा/ करूंगी ।
मैं सार्वजनिक जगहों पर थूकना तथा श्वसन संबंधित व्याधि होने पर
इसके बचाव हेतु मास्क का उपयोग करूंगा/ करूंगी ।
मैं भारत वर्ष को टी.बी. मुक्त करने के अपने वचन को दोहराता/ दोहराती हूँ ।



टीबी प्रतिज्ञा



अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान
ALL INDIA INSTITUTE OF AYURVEDA
(आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत स्वायत्त संस्थान)
(An Autonomous Organization Under Ministry of Ayush, Govt of India)



I pledge that I will give my active co-operation
to make Bharat Tuberculosis free.

I will faithfully discharge my responsibility
towards the health of my family and my society.

Even if someone around me is suffering from
T.B. and is not taking treatment, then

I will encourage him/her to take proper treatment
give every possible help to fight against Tuberculosis.

I promise that will use mask and do not spit
in public places in case if I am suffering from
respiratory illness. I repeat
my pledge to make Bharat free of Tuberculosis.



अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान
ALL INDIA INSTITUTE OF AYURVEDA
(आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत स्वायत्त संस्थान)
(An Autonomous Organization Under Ministry of Ayush, Govt of India)



मैं ये प्रतिज्ञा करता / करती हूँ

कि मैं भारत को टी.बी. मुक्त करने के लिये अपनी सक्रिय सहयोगिता दूंगा/ दूंगी।

मैं अपने परिवार तथा अपने समाज के स्वास्थ्य के प्रति अपनी जिम्मेदारी

का पूरी इमानदारी से निर्वाहन करूंगा/ करूंगी।

मैं अपने आस-पास भी यदि कोई व्यक्ति टी.बी. से ग्रस्त है

तथा उपचार नहीं ले रहा है तो मैं उसको उचित उपचार लेने हेतु

प्रोत्साहित तथा उचित सहायता प्रदान करूंगा/ करूंगी।

मैं सार्वजनिक जगहों पर थूकना तथा श्वसन संबंधित व्याधि होने पर

इसके बचाव हेतु मास्क का उपयोग करूंगा/ करूंगी।

मैं भारत वर्ष को टी.बी. मुक्त करने के अपने वचन को दोहराता/ दोहराती हूँ।



CURE CASES OF LTBI



More than 500
ADD MORE.....



Thank You



सत्यमेव जयते

Ministry of AYUSH

टीबी से जंग जीतेंगे हम आयुर्वेद के संग