02_08 TB Flyers 2 AFR.pdf 1 24/02/2022 10:50:35

Begin veilig weer TB-sorg kry

- **Die koronavirus-pandemie het ons almal se lewens omgekrap en dinge moeilik gemaak vir almal.**
- **Ons verstaan dat jy dalk weens hierdie probleme opgehou het om na jou kliniekafsprake te gaan of jou TB-behandeling te gebruik.**
- **Inenting, om 'n masker te dra en om jou afstand van ander te behou, is alles belangrike maatreëls om die verspreiding van COVID-19 te voorkom.**
- **Maar dis ook belangrik om in kontak te bly met jou kliniek sodat jy steeds behandeling kan kry.**

Hoekom weer TB-sorg kry?

- Jy voel dalk beter vandat jy met TB-behandeling begin het, maar dis nog steeds baie belangrik dat jy die volle behandeling voltooi.
- Dit vat tyd voordat ál die TB-kieme in jou longe doodgaan.
- As jy nie elke dag jou pille drink nie, kan die TB-kieme weer aktief word en jou weer siek maak.
- Jy kan TB-kieme versprei na familielede en ander mense wat saam met jou woon as jy nie jou behandeling voltooi nie. Beskerm jou geliefdes deur weer TB-sorg te kry.

Bly gesond deur afsprake by te woon

- Dis belangrik dat jy al jou afsprake by die kliniek bywoon sodat die TB-verpleegkundige of -dokter jou reaksie op die behandeling kan monitor om te kyk of jou gesondheid verbeter.
- Dit kan moeilik wees om elke dag oor 'n lang tydperk pille te gebruik. As jy al jou kliniekafsprake bywoon, sal jou TB-verpleegkundige, -dokter of -berader jou kan help om voort te gaan om die behandeling te gebruik.
- Sê vir jou TB-verpleegkundige of -dokter van enige newe-effekte. Hulle sal die newe-effekte behandel of kan selfs jou behandeling verander indien nodig.

Gaan na die gesondheids-fasiliteit wat gerieflik is vir jou

- Jy kan weer TB-sorg begin kry deur na jou naaste kliniek te gaan.
- Dis veilig om weer te gaan – klinieke het veiligheidsmaatreëls in plek om te verhoed dat jy COVID-19 opdoen wanneer jy daar is.
- Al is jou gewone kliniek in 'n ander stad of provinsie, kan jy na jou naaste kliniek gaan en jou afspraakkaart wys – hulle sal jou inligting kan kry by jou gewone kliniek en jou behandeling voortsit.

Wes-Kaapse Regering
VIR JOU
Gesondheid

CITY OF CAPE TOWN
ISIXEKO SASEKAPA
STAD KAAPSTAD

Wes-Kaapse inbelsentrum: 0860 142 142

02_08 TB Flyers 2 AFR.pdf 2 24/02/2022 10:50:39

Belangrike dinge om te onthou:

- TB kan genees word deur elke liewe dag, sewe dae 'n week (Maandag tot Sondag), TB-behandeling te gebruik tot die volle behandeling voltooi is.
- Moenie iemand anders se medikasie gebruik nie.
- Moenie jou medikasie met ander mense deel nie.
- Jou kliniek kan reël dat jy twee maande se medikasie kry, indien nodig.

Kyk na jou gesondheid

- Kry genoeg slaap in (ses tot agt uur per nag).
- Doen gereeld oefening en vermy dit om te rook.
- Sê vir jou verpleegkundige of dokter as jy enige newe-effekte van die medikasie het.
- Gaan kliniek toe op jou afspraakdae om te kyk of jy beter raak.
- Gaan dringend na die gesondheidsfasiliteit as jy kortasem is, borspyn het wanneer jy asemhaal, swak of duiselig voel of as jy bloed hoes.

Wes-Kaapse Regering
VIR JOU
Gesondheid

CITY OF CAPE TOWN
ISIXEKO SASEKAPA
STAD KAAPSTAD

Wes-Kaapse inbelsentrum: 0860 142 142