

Para sa mga dayuhang nagtatrabaho sa Japan

Tuberculosis (TB)

Paano mapanatili ang kalusugan sa pagta-trabaho



Ang Tuberculosis ay sakit sa baga na dulot ng MTB na bakterya

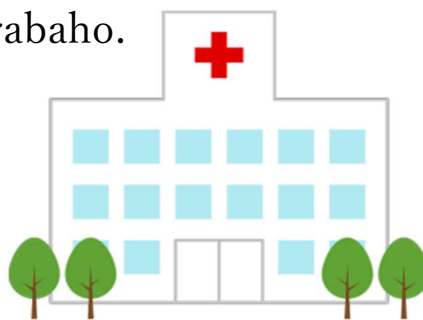


Ang TB ay maaring lumala.



- Nakakahawa ito sa ibang tao.
- Ang pasyente ay maaring kailanganing ma-confine.

Importanteng matuklasan ang TB nang mas maaga.
Kapag ito ay nasa maagang stage pa lamang, ikaw ay makatanggap ng outpatient na pangangalaga at maaring magpatuloy ng pagtatrabaho.



Bantayan ang mga sumusunod na
sintomas ng TB!



Pag-ubo at plema na patuloy ng 2 linggo.



Mababang lagnat.



Walang ganang kumain.



Mabigat na pakiramdam.

Upang maagang matuklasang ang TB, magpatingin agad sa doctor kapag ikaw ay nakaramdam ng mga sintomas.

Makilahok sa general health check-up ng kumpanya sa bawat taon.

Mga Susi upang Mapanatili ang Kalusugan sa Pagtatrabaho



Maayos na Pamumuhay

Kumain ng balanseng pagkain at matulog nang sapat sa oras.



Magpatingin ng inyong kalusugan at tingnan ang resulta

Makilahok sa general

health checkup ng kumpanya sa bawat taon. Kapag hindi maintindihan ang resulta, magtanong sa mga kasamahan sa trabaho.



Kapag may problema, pumunta sa ospital

Kapag hindi makaintindi ng salitang hapon, humingi ng interpretasyon sa union o kumpanya na pinagtatrabahuhan.

Palaging tingnan ang resulta ng pagsusuring medikal para malaman nang maaga. Sundin ang pamamaraan ng paggamot upang mapagaling agad.



Kung may problema, humingi ng tulong sa inyong kumpanya.



«Japan Anti-Tuberculosis Association website for foreigners»

URL : https://www.jatahq.org/about_tb/qa#foreigner

«Tuberculosis telephone consultation service»

TEL : 03-3292-1218 (every Tuesday)

10:00~12:00 / 13:00~15:00

«Toyohashi City Public Health Center»

TEL : 0532 - 39 - 9104