รู้ทันวัณโรค
เราจะเป็นหนึ่งพลัง... ร่วมหยุดยั้งวัณโรค

จัดทำโดย...

- มูลนิธิวิจัยวัณโรคและโรคเอดส์
- สถาบันวิจัยวัณโรค สมาคมปราบวัณโรคแห่งประเทศญี่ปุ่น

รู้ทันวัณโรค

จัดทำโดย มูลนิธิวิจัยวัณโรคและโรคเอดส์ และสถาบันวิจัยวัณโรค
สมาคมปราบวัณโรค แห่งประเทศญี่ปุ่น (RIT-JATA)

คณะบรรณาธิการ แพทย์หญิงพัชรี ขันติพงษ์
ดร.จินตนา งามวิทยาพงศ์ ยาไน
แพทย์หญิง ดร.เพชรวรรณ พึ่งรัศมี
นายแพทย์ ดร.ปฐม สวรรค์ปัญญาเลิศ
สายหยุด มูลเพ็ชร์
ทรามวัย หลวงจินา
อรนุช นำไพศาล

พิมพ์ครั้งที่ 1 มีนาคม 2551 จำนวน 10,000 เล่ม

ภาพประกอบ ชยุตม์ เกิดสิน

ออกแบบรูปเล่ม วิววายกราฟฟิคดีไซน์ แอนด์ ปริ้นท์ติ้ง

พิมพ์ที่ บริษัท จันทร์เที่ยงการพิมพ์ จำกัด

สงวนลิขสิทธิ์ การนำข้อความ - รูปภาพใดๆ ในหนังสือเล่มนี้ไปเผยแพร่หรือไปผลิดใหม่ ไม่ว่าโดยส่วนเดียวหรือทั้งหมด จะต้องได้รับความยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษรจากมูลนิธิวิจัยวัณโรคและโรคเอดส์

เลขที่ 1050 ถนนสถานพยาบาล อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
57000 โทรศัพท์ 0 5375 2162 โทรสาร 0 5375 2448

email: thrf@tbhiv.org

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ ส่วนหนึ่งได้จากโครงการวิจัยสังคมศาสตร์เกี่ยวกับวัณโรคและโรคเอดส์ สนับสนุนโดยมูลนิธิป้องกันเอดส์แห่งประเทศญี่ปุ่น Japanese Foundation for AIDS Prevention (JFAP)

เชื่อหรือไม่?

เชื่อหรือไม่... "วัณโรค" หรือที่เรียกว่า "ทีบี" (TB) เป็นโรคติดต่อเก่าแก่ที่เกิดขึ้นในโลกเป็นเวลานานกว่า 4,000 ปี มาแล้ว

เชื่อหรือไม่... องค์การอนามัยโลกประกาศว่า ประเทศไทยติดอันดับในกลุ่มประเทศที่มีจำนวนผู้ป่วยวัณโรคมาก มาตั้งแต่ปี พ.ศ.2541

เชื่อหรือไม่... วัณโรคเป็นโรคที่รักษาได้ แต่คนไทยเสียชีวิตด้วยวัณโรคโดยเฉลี่ยวันละสิบราย จังหวัดที่มีผู้ป่วยวัณโรคมาก เช่น จังหวัดเชียงราย โดยเฉลี่ยมีผู้เสียชีวิตด้วยวัณโรคเกือบทุกวัน

เชื่อหรือไม่... ถ้าอ่านหนังสือเล่มนี้จบ
ท่านจะมีส่วนช่วยประเทศไทย, ช่วยตัวท่านเองและครอบครัว
ให้ปลอดภัยจากวัณโรค!!!

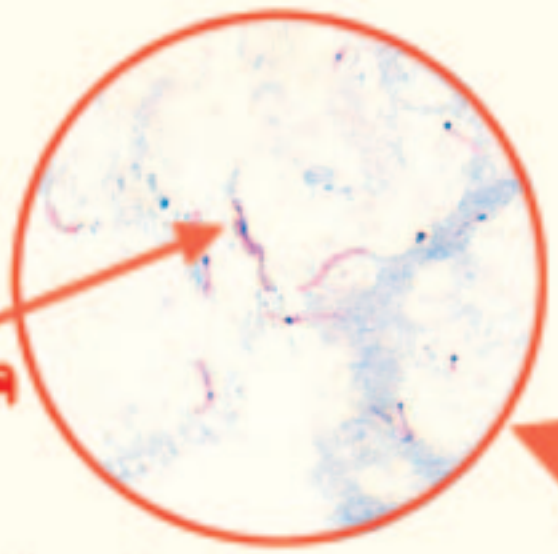
วัณโรคคืออะไร?

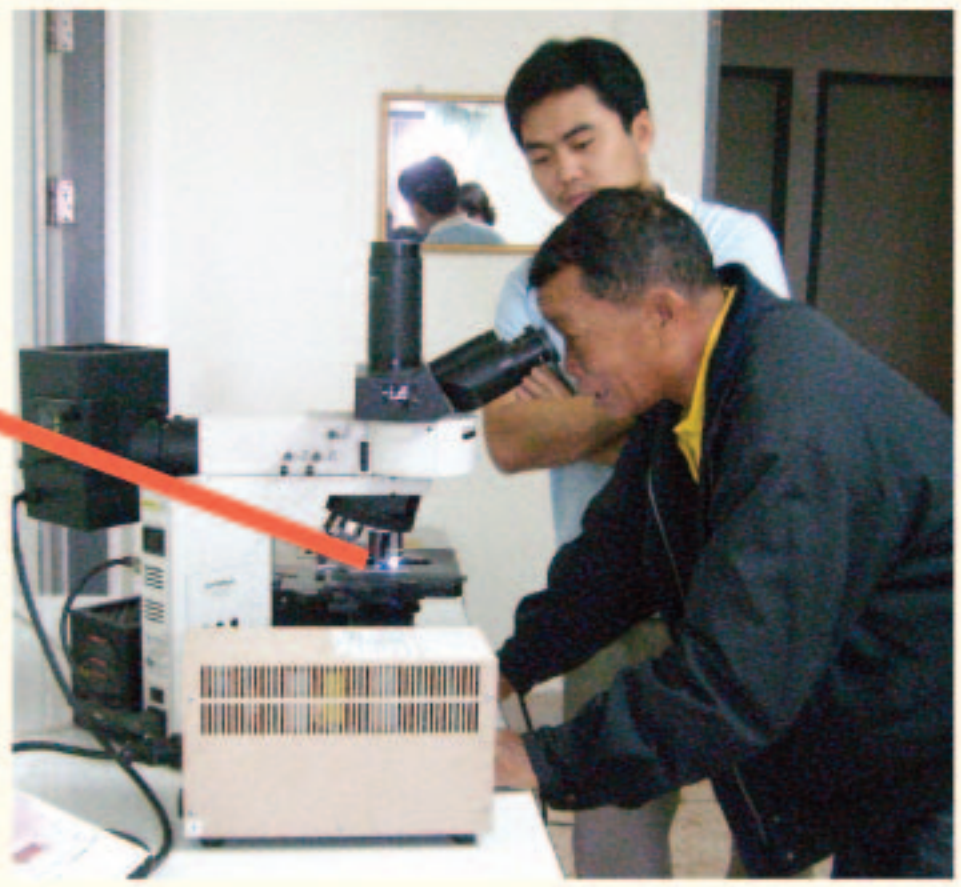
วัณโรค ไม่ใช่โรคหอบหืด, ไม่ใช่โรคปอดบวม และไม่ใช่โรคที่เกิดจากกรรมพันธุ์

วัณโรค เป็นโรคติดต่อทางลมหายใจจากคนสู่คน เกิดจากเชื้อวัณโรค ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งที่มีขนาดเล็กมากมองด้วยตาเปล่าไม่เห็น

ผู้ป่วยวัณโรค ที่ไม่ได้รับการรักษาจะแพร่เชื้อวัณโรคผ่านทางละอองเสมหะโดยการไอ, จาม, การขากเสมหะ, การหัวเราะ หรือการพูด

วัณโรค เกิดได้กับหลายส่วนของร่างกาย เช่น เยื่อหุ้มสมอง, กระดูก, ต่อมน้ำเหลือง หรือ เรียกว่า วัณโรคนอกปอด ซึ่งไม่สามารถติดต่อหรือแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ แต่วัณโรคที่เป็นกันมากที่สุดและเป็นวัณโรคชนิดที่ติดต่อกันได้คือ **วัณโรคปอด**





ต้องใช้กล้องขยายพิเศษส่องดูจึงจะมองเห็นเชื้อวัณโรค

เชื้อวัณโรค
ชอบอะไร? และ กลัวอะไร?

- เชื้อวัณโรคชอบความชื้น ชอบความมืดทึบ ชอบที่แออัดไม่มีอากาศถ่ายเท หากอยู่ในสภาพเช่นนี้เชื้อวัณโรคจะสามารถล่องลอยในอากาศ และมีชีวิตอยู่ได้นานเป็นปีๆ ดังนั้น เชื้อวัณโรคจึงชอบบรรยากาศของห้องหรือสถานที่ติดแอร์ทั้งหลาย

- เชื้อวัณโรคกลัว **"สายลมและแสงแดด"!!**
  - เชื้อวัณโรคกลัวแสงแดด โดยเฉพาะแสงแดดจัดจะสามารถฆ่าเชื้อวัณโรคได้ภายในห้านาที
  - การระบายอากาศที่ดีจะทำให้เชื้อวัณโรคถูกพัดออกไป

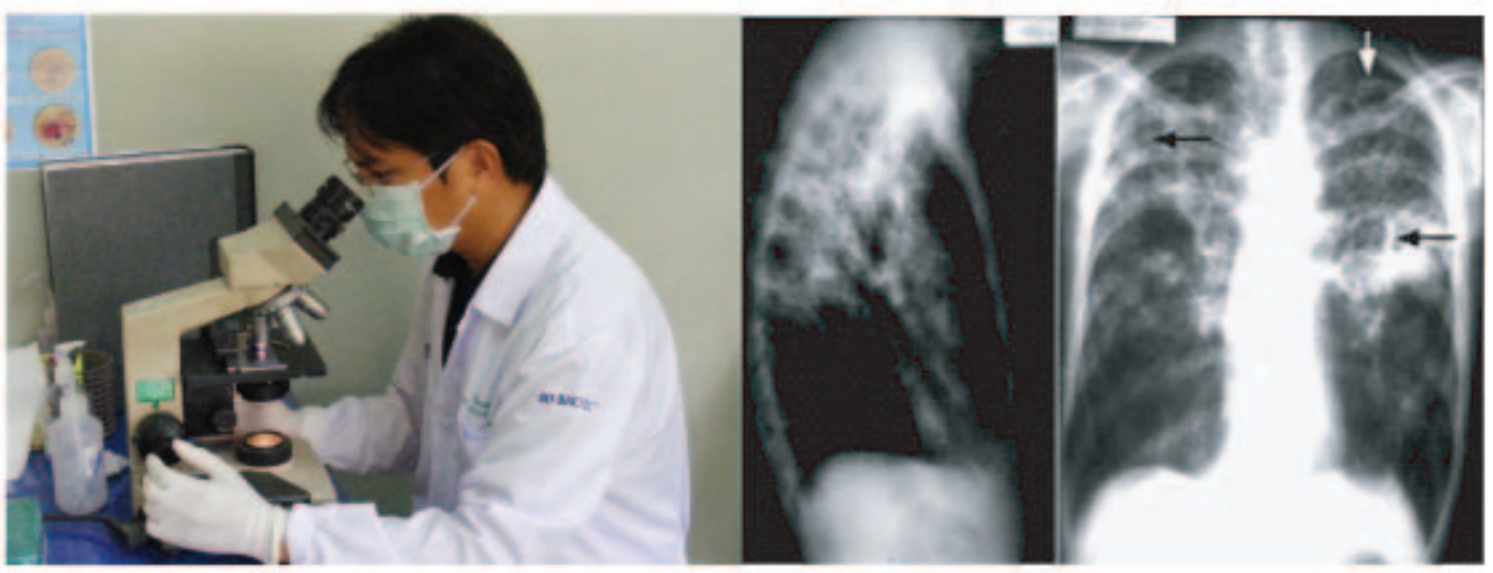
ดังนั้น เชื้อวัณโรคจึงไม่ชอบอยู่ในสถานที่ที่มีการถ่ายเทอากาศดี มีลมพัด และมีแสงแดดส่องถึง

ผู้ป่วยวัณโรคปอดมีอาการอย่างไร?

- ไอเรื้อรังอยู่เป็นเวลานานเกิน 2 อาทิตย์ หรือไอแล้วมีเลือดปนออกมากับเสมหะ (เสลด)
- มีไข้
- น้ำหนักตัวลดลง
- อ่อนเพลีย
- เบื่ออาหาร
- มีเหงื่อออกผิดปกติตอนกลางคืน
- เจ็บหน้าอก

จะรู้ได้อย่างไรว่าป่วยเป็นวัณโรคปอด?

การตรวจร่างกายหรือการดูจากอาการที่ปรากฏภายนอกไม่สามารถยืนยันว่าป่วยเป็นวัณโรคปอดได้ จะต้องเก็บเสมหะ (ไม่ใช่น้ำลาย) ของผู้มีอาการน่าสงสัยส่งไปที่โรงพยาบาล ให้เจ้าหน้าที่ส่องด้วยกล้องจุลทรรศน์เพื่อตรวจหาเชื้อและเพาะเชื้อวัณโรค แพทย์อาจจะพิจารณาผลการเอกซเรย์ปอดร่วมด้วย



วัณโรครักษาได้ไหม?

วัณโรคเป็นโรคที่รักษาให้หายได้ **แม้แต่ผู้ป่วยโรคเอดส์ที่ป่วยเป็นวัณโรคร่วมด้วยก็สามารถรักษาให้หายได้** โดยคนไข้ต้องกินยาอย่างต่อเนื่องเป็นเวลาอย่างน้อย 6 เดือน แต่หากคนไข้วัณโรคไม่รับการรักษาหรือรับการรักษาล่าช้ามาก คนไข้ก็อาจเสียชีวิตจากวัณโรคได้

วัณโรคทำให้เสียชีวิตได้ไหม?

หากไม่รักษา วัณโรคทำให้เสียชีวิตได้ ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยติดเชื้อหรือไม่ติดเชื้อเอชไอวี

วัณโรคดื้อยาคืออะไร?

มีเชื้อวัณโรคชนิดหนึ่งเป็นเชื้อดื้อยา ซึ่งยารักษาวัณโรคชนิดธรรมดารักษาไม่ได้ และอาจไม่มียาชนิดใดรักษาได้เลย วัณโรคดื้อยาทำให้คนไข้ เสียชีวิตมาก

วัณโรคดื้อยา อาจเกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติ แต่ที่อันตรายคือเชื้อดื้อยาที่เกิดจากฝีมือมนุษย์ เช่น การกินยาไม่สม่ำเสมอ การจ่ายยาไม่เหมาะสม ยาขาดคุณภาพ การรักษาวัณโรคดื้อยามีความยุ่งยากต้องฉีดยา ทุกวันติดต่อกันอย่างน้อย 2 เดือน ราคาแพง ได้ผลไม่ดีและอาจทำให้ เสียชีวิต

" วิธีที่ดีที่สุดที่จะป้องกัน
ไม่ให้เกิดวัณโรคดื้อยาก็คือ
ต้องดูแลให้กำลังใจคนไข้วัณโรค
กินยาอย่างต่อเนื่องทุกวัน
จนครบกำหนดซึ่งใช้เวลา
อย่างน้อยหกเดือน"

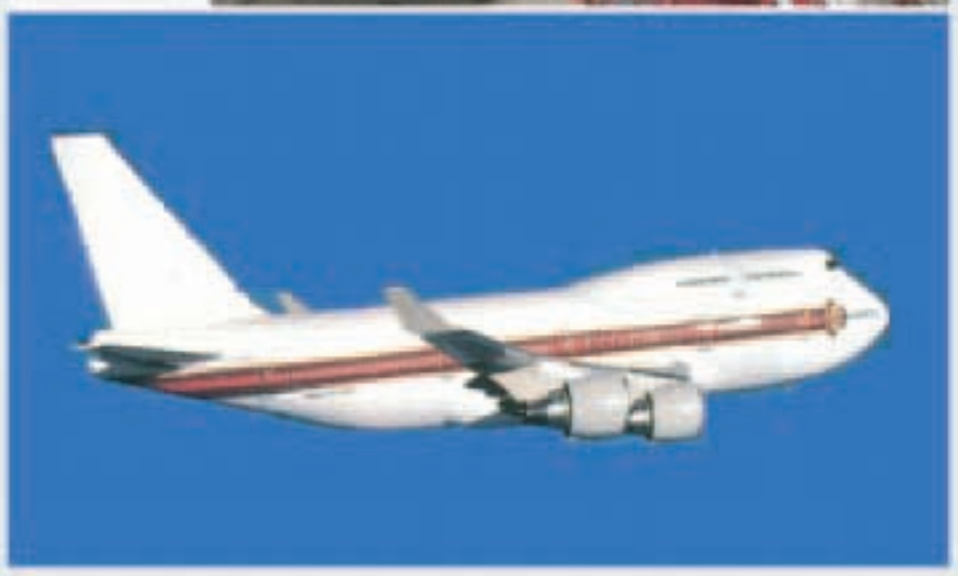
วัณโรคเป็นโรคติดต่อจริงหรือ?

ทำไมคนไข้วัณโรคบางคนไม่เคยมีญาติพี่น้องป่วยเป็นวัณโรค และไม่เคยใกล้ชิดกับผู้ป่วยวัณโรคจึงป่วยเป็นวัณโรคได้ และไปติดเชื้อวัณโรคจากที่ใด?

วัณโรค เป็นโรคติดต่ออย่างแน่นอน แต่ไม่ใช่โรคติดต่อเฉียบพลันที่จะทำให้คนอื่นป่วยเป็นวัณโรคได้ภายในสองสามวันหรือภายในหนึ่งอาทิตย์เหมือนอย่างไข้หวัดหรือโรคท้องร่วง

เราอาจมีโอกาสรับเชื้อวัณโรคได้จากสถานที่ชุมชนต่างๆ ซึ่งมีผู้ป่วยวัณโรคที่ยังไม่ได้รับการรักษาปะปนอยู่ โดยเฉพาะในสถานที่ที่แออัด ไม่มีการระบายอากาศและไม่มีแสงแดดส่อง เช่น ในตลาด, โรงหนัง, รถประจำทางหรือห้างสรรพสินค้าติดแอร์ หรือสถานที่ชุมนุมอื่นๆ โดยที่เราไม่มีโอกาสรู้ว่าใครป่วยเป็นวัณโรคบ้าง

งานวิจัยทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศพบว่าคนไข้วัณโรคที่ยังไม่ได้รับการรักษา มีการเดินทางอย่างกว้างขวาง ด้วยรถปรับอากาศและเครื่องบิน... หากท่านอยู่ในรถหรือเครื่องบินกับผู้ป่วยวัณโรค นานเกิน 10 ชั่วโมง ท่านก็มีโอกาสเสี่ยงต่อการรับเชื้อวัณโรค



วัณโรค

ติดต่อกันโดยการกินข้าวหรือดื่มน้ำด้วยกันหรือไม่? ทำไมชาวบ้านจึงรังเกียจไม่ยอมนั่งกินข้าวด้วย?

ชาวบ้านรังเกียจเพราะชาวบ้านมักล้อมวงและแบ่งอาหารกันกินโดยใช้ช้อนคันเดียวกันตักอาหารเข้าปาก และมักใช้แก้วใบเดียวดื่มน้ำด้วยกัน จึงกลัวว่าจะติดน้ำลายของคนไข้วัณโรค จึงทำให้เกิดความรู้สึกรังเกียจได้

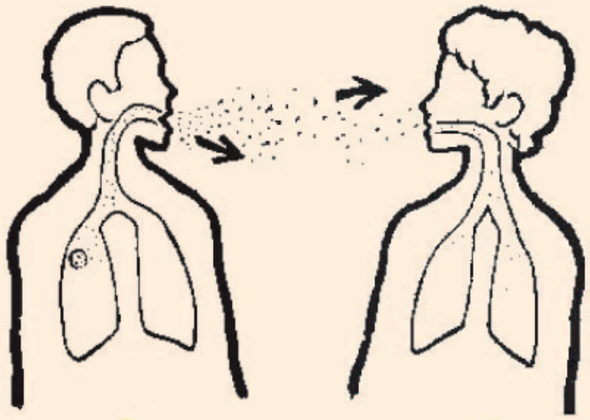
วัณโรคไม่ได้ติดต่อโดยการกินอาหารหรือดื่มน้ำด้วยกัน แต่มีโรคหลายโรคที่ติดต่อกันทางน้ำลาย เช่น แผลเริมที่ปาก, แผลร้อนใน, ไวรัสตับอักเสบ เพื่อสุขอนามัยของทุกคน เมื่อร่วมวงกินอาหารด้วยกัน ควรเตรียมช้อนให้เพียงพอจำนวนคน และต้องใช้ "ช้อนกลาง" ตักอาหารที่ต้องกินร่วมกัน และต้องมีแก้วน้ำแยกคนละใบ

ทีมหมอและพยาบาลแห่งโรงพยาบาลแม่จันนั่งล้อมวงกินข้าวโดยใช้ช้อนกลางร่วมกับคนไข้วัณโรคและโรคเอดส์ เพื่อพิสูจน์ให้เห็นกันชัดๆ ว่า คนไข้ที่กินยารักษาวัณโรคอย่างเคร่งครัดเกิน 3 อาทิตย์ไปแล้ว และมีอาการไอน้อยลง จะไม่แพร่เชื้อวัณโรคให้คนอื่น เพราะฉะนั้นชาวบ้านไม่ควรรังเกียจ สามารถร่วมวงกินอาหารกันได้

เกิดอะไรขึ้น?

เมื่อหายใจเอาเชื้อวัณโรค

เข้าไปในร่างกายของเรา!!!



คนไข้วัณโรคที่ไม่ได้รักษา จะแพร่เชื้อโดยการไอ จาม หรือขากเสมหะ

คนทั่วไปหายใจเอาละอองอากาศที่มีเชื้อวัณโรคเข้าไป

ร่างกายติดเชื้อวัณโรค

ร่างกายไม่ติดเชื้อวัณโรค

ถ้าร่างกายมีภูมิต้านทานดี

เขาจะเป็น "ผู้ติดเชื้อวัณโรค" คือ

- เชื้อวัณโรคถูกควบคุมไม่ให้ออกฤทธิ์ได้แต่แอบแฝงในร่างกาย โดยไม่ทำให้ป่วย
- ไม่มีอาการป่วย
- แพร่เชื้อวัณโรคให้ผู้อื่นไม่ได้

ถ้าร่างกายมีภูมิต้านทานไม่ดี

เขาจะเป็น "ผู้ติดเชื้อวัณโรคและผู้ป่วยวัณโรค" คือ

- มีอาการป่วยและสามารถแพร่เชื้อวัณโรค ให้ผู้อื่นได้ถ้าไม่รักษา
- ถ้ากินยารักษาวัณโรคอย่างถูกต้อง เขาจะหายป่วยได้ (ต้องใช้ยา 4 ชนิด กินอย่างน้อย 6-9 เดือน)
- ผู้ป่วยที่กินยารักษาวัณโรคไปเกิน 3 อาทิตย์ ยาจะควบคุมเชื้อวัณโรคไม่ให้แพร่ไปติดต่อคนอื่น

ใครเสี่ยงต่อการป่วยเป็นวัณโรค?

กลุ่มคนต่อไปนี้ หากมีการติดเชื้อวัณโรคเข้าไปแล้ว จะเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อการป่วยด้วยวัณโรค เพราะเป็นกลุ่มที่มีความต้านทานของร่างกายอ่อนแอ

- ผู้ที่ขาดสารอาหาร คนที่ผอมมากหรือมีน้ำหนักตัวต่ำกว่ามาตรฐาน 10%
- ผู้ที่ดื่มสุราและสูบบุหรี่จัดมากหรือผู้ติดยาเสพติด
- กลุ่มคนแก่, ทารกและเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี
- กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน, โรคมะเร็ง, โรคไตรุนแรง
- กลุ่มผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวีและกลุ่มผู้ป่วยโรคเอดส์ (มีความเสี่ยงต่อการป่วยด้วยวัณโรคมากกว่าผู้ที่ไม่ติดเชื้อเอชไอวีเป็นร้อยเท่า)

ติดเชื้อวัณโรคอย่างเดียว → โอกาสป่วยเป็นวัณโรค ร้อยละ 5-10

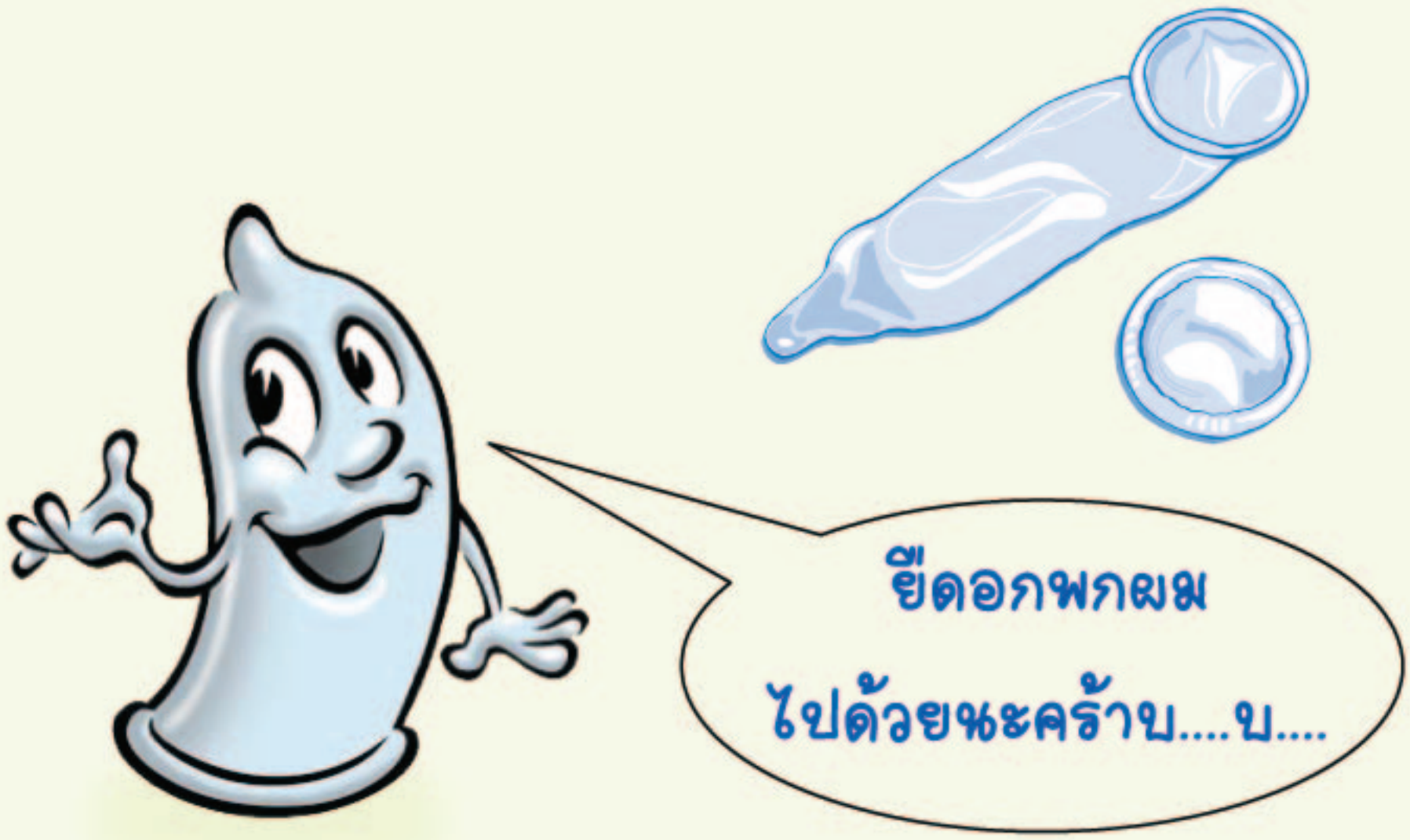
ติดเชื้อวัณโรคและติดเชื้อเอชไอวีด้วย → โอกาสป่วยเป็นวัณโรค ร้อยละ 50

จะป้องกันวัณโรคได้อย่างไร?

- การป้องกันวัณโรคที่ดีที่สุดก็คือ การตรวจหาและรักษาคนไข้วัณโรคให้เร็วที่สุด เพราะคนไข้ที่กินยารักษาวัณโรคไปได้ 2-3 อาทิตย์ แล้วอาการไอจะลดลง ความสามารถแพร่เชื้อวัณโรคให้ผู้อื่นก็ลดลงมาก

- การให้วัคซีนบีซีจีแก่เด็กทารกแรกเกิด ไม่สามารถป้องกันเด็กจากวัณโรคได้อย่างเด็ดขาด แต่สามารถป้องกันไม่ให้เด็กป่วยเป็นวัณโรคชนิดรุนแรง เช่น วัณโรคเยื่อหุ้มสมอง, วัณโรคชนิดกระจายทั่วร่างกาย ซึ่งเป็นวัณโรคชนิดที่มักทำให้เด็กเสียชีวิต การป้องกันเด็กจากวัณโรคที่ดีที่สุดก็ คือ การรักษาผู้ป่วยวัณโรคผู้ใหญ่ให้หายจากวัณโรค

- ป้องกันไม่ให้ติดเชื้อเอชไอวี เพราะหากติดเชื้อเอชไอวีแล้วจะทำให้มีโอกาสป่วยเป็นวัณโรคได้มาก



บำรุงสุขภาพกายใจให้แข็งแรง เพื่อสร้างภูมิต้านทานโรคแก่ร่างกาย

นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

กินอาหารถูกหลักโภชนาการ

หลีกเลี่ยงบุหรี่ เหล้า และยาเสพติด

หลีกเลี่ยงความเครียด
ทำจิตใจและอารมณ์ให้ดี

ออกกำลังกายเป็นประจำ
รับแสงแดดอ่อนๆ ยามเช้า

หลีกเลี่ยงการไปสถานที่ที่มีผู้คนมาก
มืดทึบ แออัด อากาศไม่ถ่ายเท

โรคอะไรเอ่ย?

ถาม **ถ้าพบผู้ชายหรือผู้หญิง อายุระหว่าง 15-50 ปี มีอาการน้ำหนักตัวลดมาก, ผอม, มีไข้และไอเรื้อรัง ท่านนึกถึงโรคอะไร?**

ตอบ **อย่ามัวแต่นึกถึงแต่โรคเอดส์! และอย่ามองว่า ทุกคนที่มีอาการแบบนี้ ป่วยเป็นเอดส์** อาการหลายอย่างของวัณโรคมีอาการคล้ายกับโรคเอดส์และมีโรคหลายโรคที่ทำให้ผู้ป่วยมีน้ำหนักตัวลด อ่อนเพลียได้ เช่น โรคเบาหวาน,โรคธัยรอยด์เป็นพิษ, โรคมะเร็ง. ผู้ป่วยวัณโรคที่กลัวว่า ตนเองเป็นโรคเอดส์และไม่กล้าไปรับการรักษา จนกระทั่งป่วยหนักมาก อาจเสียชีวิตได้ทั้งๆ ที่วัณโรคเป็นโรคที่รักษาได้ ถึงแม้จะป่วยเป็นเอดส์ด้วยก็ตาม

ถาม **จริงหรือไม่ คนหนุ่มสาวที่ป่วยเป็นวัณโรค จะต้องเป็นโรคเอดส์ร่วมด้วยเสมอ?**

ตอบ **ไม่จริง !** วัณโรคเกิดขึ้นได้กับคนทุกวัย หากพบคนหนุ่มสาวที่มีอาการไอเรื้อรังนานเกิน 2 อาทิตย์ ควรแนะนำไปตรวจเสมหะและเอกซเรย์ปอด คนหนุ่มสาวก็ป่วยเป็นวัณโรคปอดได้โดยไม่จำเป็นต้องป่วยเป็นโรคเอดส์เสมอไป

ถาม **จริงหรือไม่ว่า คนไข้วัณโรคที่ป่วยเป็นโรคเอดส์ร่วมด้วย ไม่จำเป็นต้องรักษาวัณโรค เพราะอย่างไรก็ต้องเสียชีวิตจากโรคเอดส์อยู่ดี?**

ตอบ **ไม่จริง!!!**

คนไข้วัณโรคที่ป่วยเป็นโรคเอดส์ร่วมด้วย ก็สามารถรักษาวัณโรคให้หายได้ ปัจจุบันวงการแพทย์ถือว่าโรคเอดส์เป็นโรคเรื้อรังชนิดหนึ่งคือ เป็นโรคที่ถึงแม้จะรักษาไม่หายขาดแต่มียาที่เรียกว่า "ยาต้านไวรัสเอดส์" ซึ่งเป็นยาที่พยุงชีวิตผู้ป่วยโรคเอดส์ให้ดำเนินชีวิตตามปกติได้ ไม่เสียชีวิตเหมือนสมัยก่อน

ก่อนรักษาวัณโรค

หลังจากรักษาวัณโรค

ตัวอย่างคนไข้วัณโรคที่ติดเชื้อเอชไอวีร่วมด้วย ตอนแรกที่ป่วยมีอาการหนักเหมือนจะขาดใจ แต่ก็อดทนกินยารักษาวัณโรคจนหายและได้รับยาต้านไวรัสมาตลอด ทุกวันนี้สามารถทำงานหาเงินและมีชีวิตอยู่กับครอบครัวได้อย่างมีความสุข

ไอถูกวิธี จะดีกับทุกคน!!

ทุกครั้งที่ไอ จำให้ขึ้นใจว่า

ไอแบบนี้ เท่แต่ไม่ปลอดภัย
ถ้าคนไอมีโรค
เชื้อโรคจะแพร่กระจายไปได้
สร้างบาปโดยไม่รู้ตัว

ใช้ผ้าปิดปากและจมูกมิดชิดเวลาไอ หรือสวมหน้ากากอนามัย
ปลอดภัย ไม่เอาโรคไปให้ใคร

เราจะเป็นหนึ่งพลัง...ร่วมหยุดยั้งวัณโรค

วัณโรคเป็นโรคติดต่อที่แพร่ทางอากาศ จึงส่งผลกระทบแก่สุขภาพของส่วนรวมได้ การรักษาคนไข้วัณโรคให้หายหนึ่งคน เท่ากับเป็นการป้องกันวัณโรคให้แก่ส่วนรวม ดังนั้นทุกคนในสังคมจึงมีส่วนร่วมหยุดยั้งวัณโรคได้ดังนี้

ทุกคน... หากมีอาการไอนานเกินสองอาทิตย์ควรรับการตรวจหาวัณโรค

ทุกคน... ควรใช้ผ้าปิดปากและจมูก หรือผูกหน้ากากอนามัย เวลาไอ, จามหรือเป็นโรคระบบทางเดินหายใจ

ทุกคน... ควรหยุดรังเกียจผู้ป่วยวัณโรคและโรคเอดส์ และให้กำลังใจแก่คนไข้วัณโรคกินยาให้ครบ การรังเกียจเป็นสาเหตุให้คนไข้ปิดบังตนเองไม่ไปรับการตรวจรักษา

คนไข้วัณโรค... ควรร่วมรับผิดชอบกินยารักษาวัณโรคอย่างต่อเนื่องจนครบกำหนด

ผู้ให้บริการสาธารณสุขในสถานีอนามัย, โรงพยาบาลรัฐและเอกชน, คลินิกเอกชน... ควรตรวจวัณโรคแก่คนไข้ที่มีอาการไอเรื้อรัง, วินิจฉัยและรักษาวัณโรคตามมาตรฐานของโครงการควบคุมวัณโรคแห่งชาติ, ติดตามคนไข้ให้ได้ยาอย่างถูกต้อง สม่ำเสมอ จนครบกำหนด

ครู... ควรสอนเรื่องวัณโรค, เรื่องมรรยาทการไอและการขากเสมหะที่ถูกวิธี, มอบหมายให้นักเรียนทำรายงานหรือจัดกิจกรรมเกี่ยวกับวัณโรค

ผู้นำศาสนา... ควรให้กำลังใจคนไข้วัณโรคในการรักษา, ควรอบรมชุมชนให้มีความเมตตา ไม่รังเกียจและให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลคนไข้วัณโรค, เชิญชวนทำบุญช่วยคนไข้วัณโรคยากจนโดยไม่เลือกเชื้อชาติ

ผู้นำชุมชน เช่น ผู้ใหญ่บ้าน, กำนัน, สมาชิก อบต., สมาชิกเทศบาล...

- ควรเป็นตัวอย่างของชุมชนในเรื่องการไม่รังเกียจผู้ป่วยวัณโรคหรือโรคเอดส์โดยการเยี่ยมบ้านทักทายให้กำลังใจผู้ป่วยในการกินยา
- จัดหางบประมาณช่วยเหลือคนไข้วัณโรคที่ยากจน เพื่อรับการตรวจและรักษาวัณโรคอย่างต่อเนื่อง

ภาคธุรกิจเอกชนหรือผู้ประกอบการ...

- ควรสนับสนุนให้ลูกจ้างเข้าถึงบริการตรวจหาวัณโรค เมื่อมีอาการสงสัย
- เมื่อลูกจ้างป่วยเป็นวัณโรค ควรส่งเสริมให้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องและครบถ้วน โดยไม่หักค่าแรงในวันที่ลูกจ้างไปตรวจตามแพทย์นัด