

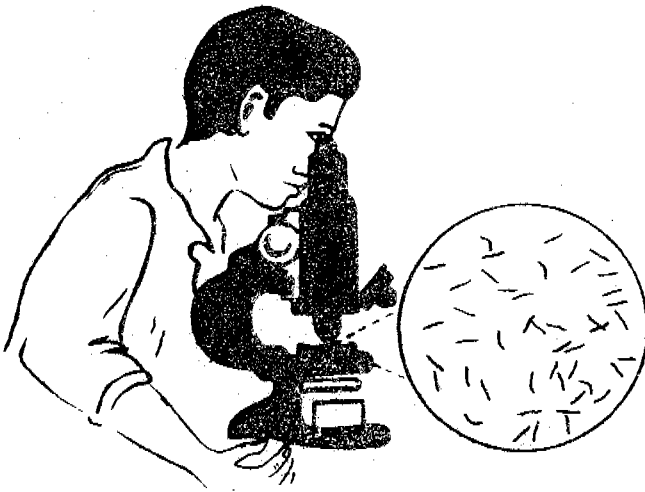
TISIKU UNKUY

Tuberculosis

Libro de Higiene y Salud N° 6

QUECHUA DE SAN MARTIN

con traducción al castellano



MINISTERIO DE EDUCACION
con la colaboración del
Instituto Lingüístico de Verano
Perú - 1987



MINISTERIO DE EDUCACION

EDUCACION BILINGÜE DE LA SELVA

MATERIAL EDUCATIVO: Serie para la enseñanza de las Ciencias Naturales en lengua vernácula quechua de San Martín.

Primera edición, 1987
aprobada por
R.D.D. N° 1186

Esta edición fue traducida de LA TUBERCULOSIS PULMONAR, publicado en 1976 por el Ministerio de Salud en colaboración con el Instituto Lingüístico de Verano.

Revisión del texto original:
Gerardo Vidal Lazarte,
Ezequiel Romero Sánchez-Concha

Dibujos:
Román del Aguila Silvano

La recopilación de TISIKU UNKUY ha estado a cargo del Instituto Lingüístico de Verano.

Colaboró como organismo revisor la Unidad de Supervisión Educativa de la Dirección Departamental de Educación - Ucayali.

La Agencia de Desarrollo Internacional Canadiense contribuyó con los fondos de impresión.

INTRODUCCION

Este libro ha sido preparado para ayudar a los promotores de salud y a los profesores en sus respectivas comunidades.

Las aplicaciones y los dibujos se han hecho tomando en cuenta la vida cultural y económica y el ambiente de las comunidades quechuas.

No se debe olvidar que las indicaciones dadas en este libro también son útiles para prevenir otras enfermedades que se contagian de manera parecida y que se transmiten por el aire: la tos ferina, el resfriado, la gripe, el sarampión, las paperas, la varicela, algunos tipos de pulmonía, etc.

A pesar de que la tuberculosis pulmonar es el tipo más frecuente de la tuberculosis, hay zonas en las que la tuberculosis glandular es común; esto sucede especialmente en las zonas donde se encuentra ganado enfermo. La tuberculosis glandular se contagia y se previene como la tuberculosis pulmonar; pero tenemos que agregar lo siguiente:

1. Toda leche fresca debe ser hervida o pasteurizada antes de ser tomada. (Esto se debe hacer para prevenir la tuberculosis además de otras enfermedades).

2. El pus o líquido que sale de los nódulos linfáticos tuberculosos puede contagiar esta enfermedad a otra persona sana si el líquido entra en su cuerpo, por lo tanto:

- a) Todo absceso (chupo) debe cubrirse con una venda limpia; esta venda debe cambiarse frecuentemente.
- b) Las vendas usadas deben quemarse inmediatamente.
- c) No se debe permitir que las moscas se posen en las partes que están drenándose (perdiendo pus).
- d) Se debe lavar bien con agua y jabón cualquier cosa que haya tocado las partes que están drenando pus: manos, ropa y cualquier otro objeto.
- e) La ropa personal y la ropa de cama de la persona enferma se deben lavar frecuentemente; el secado debe hacerse bajo la luz del sol brillante.

3. Igual que la tuberculosis pulmonar, la tuberculosis glandular es curable. El paciente debe buscar ayuda médica profesional para recibir un tratamiento con las medicinas apropiadas. Esto se debe hacer lo más pronto posible.

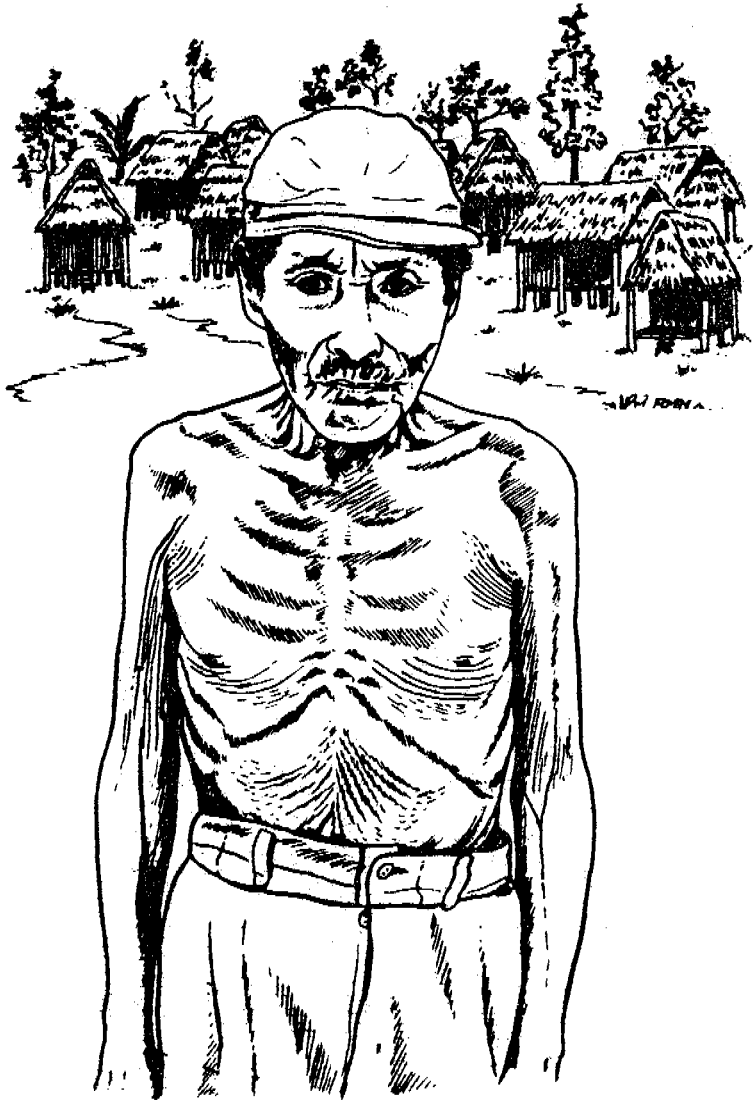
ORIENTACIONES PARA EL PROFESOR

Este es el sexto libro de una serie destinada a la enseñanza de diferentes aspectos de higiene y salud, en comunidades de habla quechua de San Martín.

El libro presenta los siguientes temas:

- Introducción y Contagio (pp. 9-24)
- Prevención (pp. 25-35)
- Diagnóstico y Tratamiento (pp. 36-43)
- Consejos al enfermo con tuberculosis (pp. 44-48)
- Historia acerca de Pablo y Tomás (pp. 49-58)

Los temas se presentan por medio de preguntas con sus respuestas. Para cada pregunta hay varias páginas de aspectos principales, y varias ilustraciones. El profesor y sus alumnos deben estudiar los temas juntos. Las preguntas e ilustraciones sirven para motivar el diálogo y otras actividades.



TISIKU UNKUY

KALLARIKNIN YACHAKUNANCHIKUNA
IMASHNAMI TISIKUYANCHIMANSAPA.



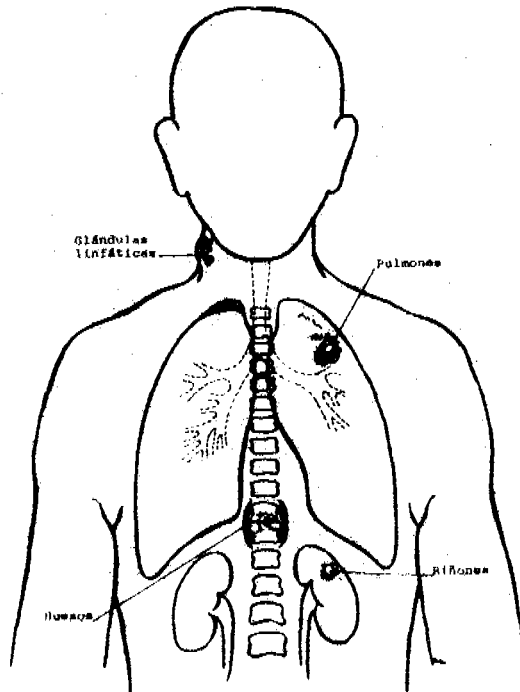
Suk llaktapi tiyarkan suk runa Noe. Chay runaka ña chusku chunka ashwan watayukna karkan. Payka rirkan trabajak suk karu llaktapi. Payka kallarinanpi sanulla trabajaykarkan. Chashna trabajaykashpa chay runaka mallinakurkan tipimanta tipimanta unkuđu kanantana. Mana primerpishinachu sukaman fwersas likidu karkan. Chay runaka ñawpa tyempo sukaman fwersas likidu kashpa unkuđu mallinakuykashpapish trabajaykaklla.

Chaymanta payka manana trabajayta atipashpana kutirkan wasinman. Chashna chayaptin warminka kusan tabayaduta kawashpa sukaman llakirkan. Chay Noepa unkuyninta mana ni pi yacharkanchu tisikuyananta. Chaymanta kusuta killu likiduta tukamuk. Chaymanta mana ni pi yacharkanchu chay unkuynan chay llakta masinkunata apichinankunata.

¿Ima layati chay tisikuka?

Chay tisikuka suk unkuymi. Chay unkuyka puspunchipi apikuwanchi. Chaymanta millpunanchipi tullunchipi riñonninchipi yaykun. Chay tisikuka tipimanta tipimanta puspunchipi kallarin.

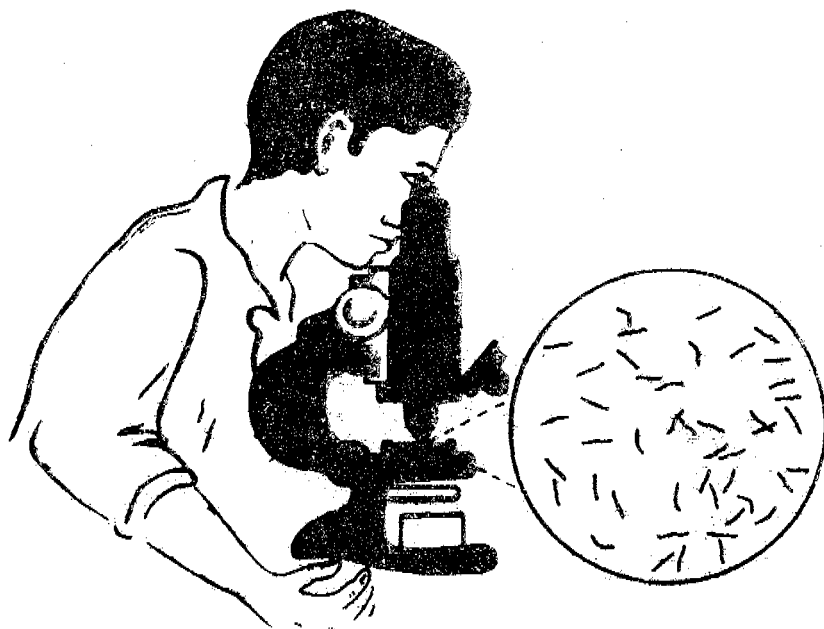
Chaymanta nima unku dushinachu mallinakunchi nima yachanchichu unku duchu manachu kanchi nishpa. Chaykamanka chay unkuyka ña puspunchipina miraykan. Chaymanta ña mallinakunchina alli unku du kananchi-tana. Mana remedykunata upyashpaka wañunchiman.



¿Ima layati chay tisiku mamanka?

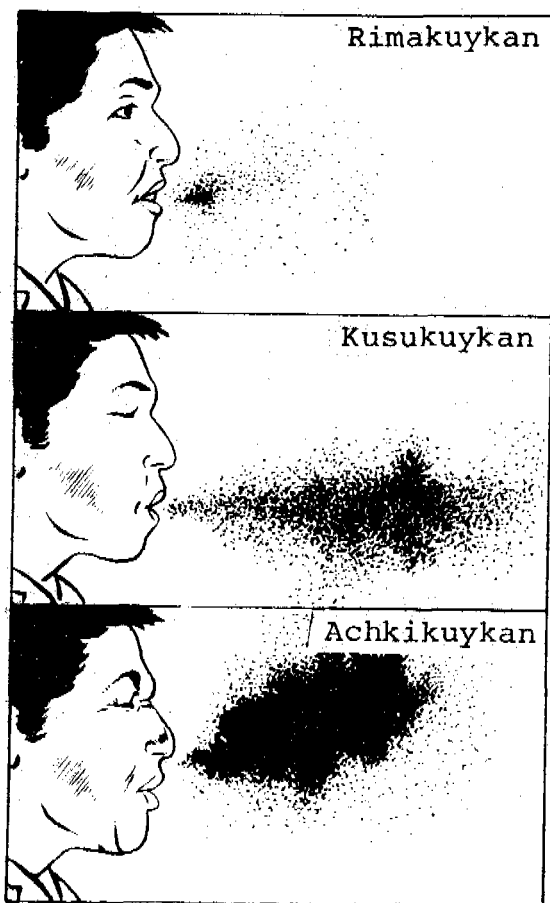
Chay tisiku mamanka playamanta ashwan takshasillu. Mana atipanchichu ñawinchillawan kawaytaka. Chaytaka kawanchi suk makina mikroskopyowanra. Chay unkuypa mamantaka chay makinawanra kawanchi atuntana chaymanta chay unkuypa mamasukaman aypa tiyan chay unkuypa tukayninpi. Chaymanta kay dibujupi kawanchi Noepa tukayninpi chay unkuypa mamanka ima layami nishpa.

Kay libruta kawashpa yachakushunchi imashnami Noeka chay unkuypa mamanka chay llakta masinkunata apichishka nishpa.

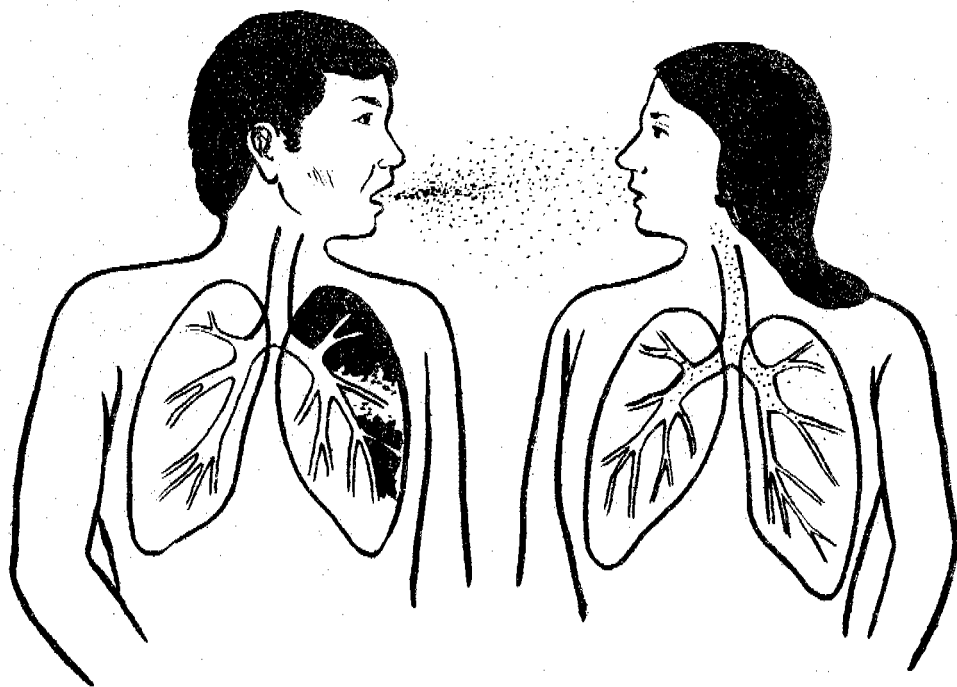


¿Imashnati Noepa unkuyninwanka chay llakta chay llakta masinkunata apichishka?

Chay Noepa unkuyninka pasarkan warminman.
Chay Noe samaykuptin rimakuptin kusukuptin, achki-
kuptin chay unkuyninka warminmanna pasarkan.

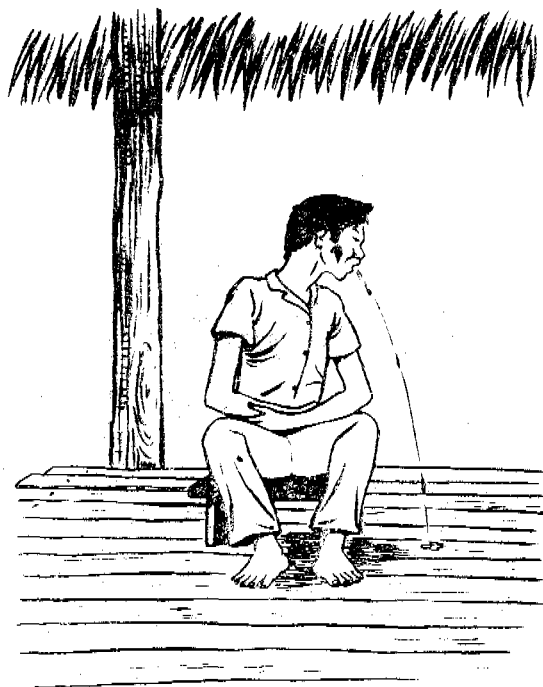


Chashna chay unkuyka warminpa puspunpika yaykurkan. Chaymanta chay warminpish sokta killapi kallarikanna kusukuytana. Chaymanta suk wata sokta killa ashwanta paktaykaptin ña tabayaduna karkan. Chay warminka sukaman kusukuk yawarta tukamunankaman. Chashna paypish tisikuyarkanna. Chaymanta paymantana pasarkan nyetanman. Akuychi kawaypachi imashnami chay unkuyka nyetanpika yaykushka nishpa.





Chay Noepa warminka sukaman chay wawankunata yanapashpa nyetankunata kuydak. Tiyan kan suk yaka ish kay watayuk nyetan. Chay nyetanka sukaman abwelanta amañak. Chashna tantalla kawsaksapa. Chaymanta chay toldallapi nyetanwan tantalla puñuksapa. Chaymanta chay nyetanka pusak killa washan kallarrir kan tabayayta chakiy puruta kusukuyta. Chaymanta tardenkuna kallarrir kan kalenturayta. Tutapika sukaman unpik. Chashna kalenturaptin pish mana ni pi malisyaksapachu chay wamrita tisiku unkuyananta. Chashna chay abwelan samaykuptin chay wamritapika chay unkuyka yaykurkan. Chashna chay unkuyka Noemanta warminmanta sukaman sukta sukta pasarkan. Chay Noepa chay warminpa samayninkunamanta chay unkuyninkunaka pasarkan sukkunaman.



Kay tisiku unkuykunaka yaykun suk sano runakunapi chay unkudu runakuna ladunpi samaykuptin. Chaymanta chay unkudu runakuna maypipish kaptin tukaykuptinkuna chay tisiku unkuyka yaykun suk sano runakunapi.

Chay Noeka maypipish kaptin tukaykuk. Payka chay llakta masinkunawan mana yachaksapachu chay tukaynin mana alli kananta. Chayrayku payka wasin ukupi wasin pampapi tukaykuk. Chay tukayninpika chay tisiku unkuy maman tiyak. Chay tisiku yaykun sano runakunapi. ¿Munankichichu kawayta imashnami kay unkuyka suk runapi yaykunanta?



Moskakunaka rikchak laya mana alli susyakunapi tiyarin. Chay moskakunaka chakinkunapi millwayuk. Chayrayku Noepa tukayninpi tiyariptinkuna chay tisuku unkuy mamanka chay moskakunapa chakinpi apikun.

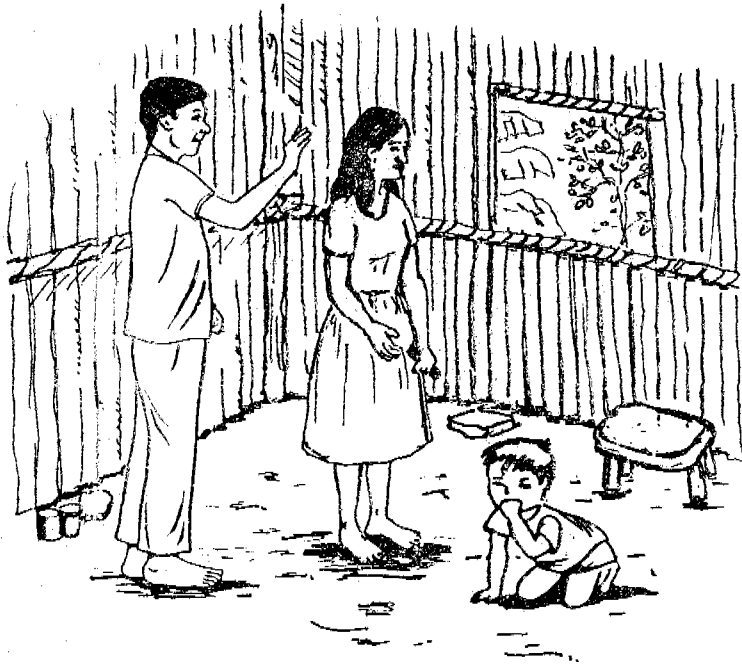


Tiyan suk chikan laya lentes. Chaywan kawash-
panchira chay moskakunapa chakin millwa ashwan atun
rikurin.

Kunan kawaychi chay moskakunapa chakinpi chay
susyakunata. Chashna chay moskakunaka Noepa tukay-
ninpi tiyarishpa chay tisiku unkuy mamantaka puri-
chin.



Chaymanta chay Noepa tukayninpi chay moskaku-
 kunaka tiyarishkan washa llukshirkansapa suk miku-
 nata maskak suk chikan wasikunapi. Chaypina chay
 moskakunaka suk wasipi tarirkansapa suk wayna mikuy-
 kaptin. Chay mikunanpi chay moskakunaka tiyarik
 rirkansapa. Mash kawaychi. Kay moskakuna tiyariy-
 kansapa kay waynapa mikunanpi. Kay waynaka chay
 layatana mikuykan. Chashna chay Noepa unkuyninka
 chay waynapika yaykurkan.



Chaymanta suk runa warminwan rirkan chay Noeta pasyak. Paykunapa tiyarkan suk watayuk wamritun. Chay wamritunka chay wasi ukupi chayashpa sukaman kushikuypi pukllarkan. Chay wamritupa tatankunaka mana yacharkansapachu chay wasipi unku y tiyanantaka. Chay wasi ukupi tiyarkan aypa Noepa tukaynin. Chay tukayka ña chakiduna karkan. Chashna chakidu kaptinpi chay unku y mamankunaka mana wañurkansapachu. Mash kawaychi. Chay tukaypi chay wamrituka llukakushpa makinkunata chapushpa shiminpi makinkunataka churarkan. Chay tatankuna mana yacharkansapachu chay wamritun tisiku unku ywan unku nantaka.



Chaymanta chay Noepa warminka masatuta rurarkan. Kankuna allita yachankichi chay Noepa warmin tisiku unkuyanantana. Payka unkushpa mana atiparanchu chakraman riytaka. Payka wasinllapi atiparakan trabajaytaka. Mana yacharkanchu chay masatuta tukashpa chay unkuyninwan chakrunakunanta.

Chaymanta chay masatuta upyakkunaka nima yacharkansapachu chay masatupi unku y tiyananta. Chay Noepa warmin chay rumu pankuduta mukushpa tukaptin chay tisiku unkuynincha chay masatuwanka chakrunakurkan. Chay laya ruradu masatuta upyakuna mana yachansapachu chaskiykansapachu manachu chay unkuytaka nishpa.



Chaypina suk purikuymanta shamuk runakunata chay Noeka konbidarkansapa wasinpi masatuta upyak. Chay runakunaka sukaman kushikushpa chay pati masatutaka chaskichinakurkansapa. Chay wasi dwey-ñun Noepish chay patillapi masatutaka upyak. Mana ni pi yacharkanchu chay Noepa unkuynin chay warminpa unkuynin suk sanukunapi yaykunanta. Chashna suk unku du warmikuna masatu rurashkanta suk sano runa upyaptin chay tisiku unku yka yaykun. Chashna suk unku du runa chay patillapi masatuta upyaptin chay suk sanu runa chay patillapi upyaktin chay tisiku unku ytake karanakunsapa.

Chashna chay Noepa llaktanpika chay tisiku unku yka sukaman sukpi sukpi yaykurkan.

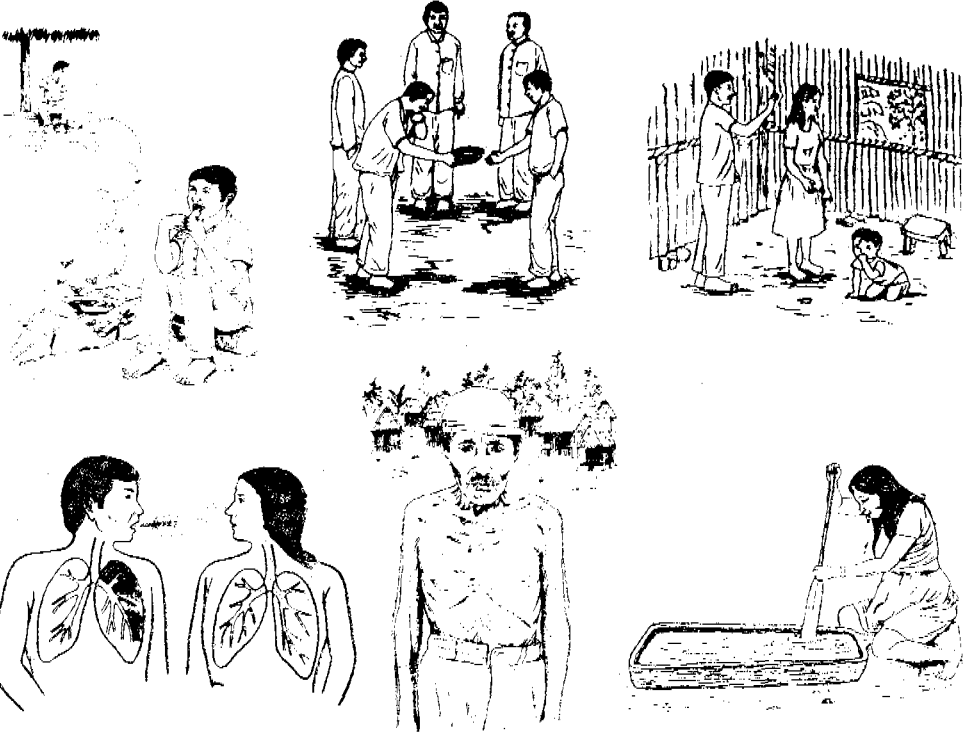


Chashna suk unku du mikukushman kallanapi suk sano mikukuptin unkuykunana yaykun.

Chaymanta chay Noepa llaktanpi tiyarkan suk warmi tisiku unkuyak. Chay warmipa mana tiyakchu aypa kallanankuna. Chayrayku chay warmika wawan-kunawan tantalla chay kallanallamanta chay kucharallawan mikuksapa. Chashna chaputa sopata upyak-sapa chay patillawan chay kucharallawan chay kallanallapi mikukuksapa. Chashna chay warmipa tisiku unkuyninka chay wamrankunapika yaykurkan. Chay warmika mana yacharkanchu chay unkuyninwan chay wamrankunata apichiykananta.

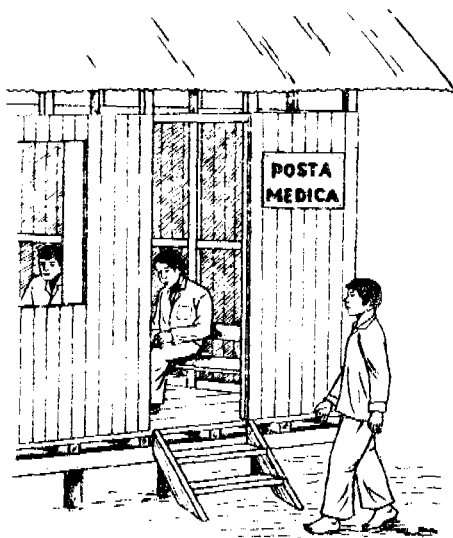


Chaymanta chay mamankuna amañarkan sinkanta shiminta makinwan wichkashpa kusukuyta. Chashna kusukushkan washa payka mana makintaka mayllakchu. Chashna mana makinta mayllashpa chay ollamanta rumuta inkirita apishpa wawankunataka karaksapa. Chashna chay mamanka unkuyninwan chay wamrankunataka apichirkan. Chashnamanta chay wamrankunaka unkuytaka kallarirkansapana.



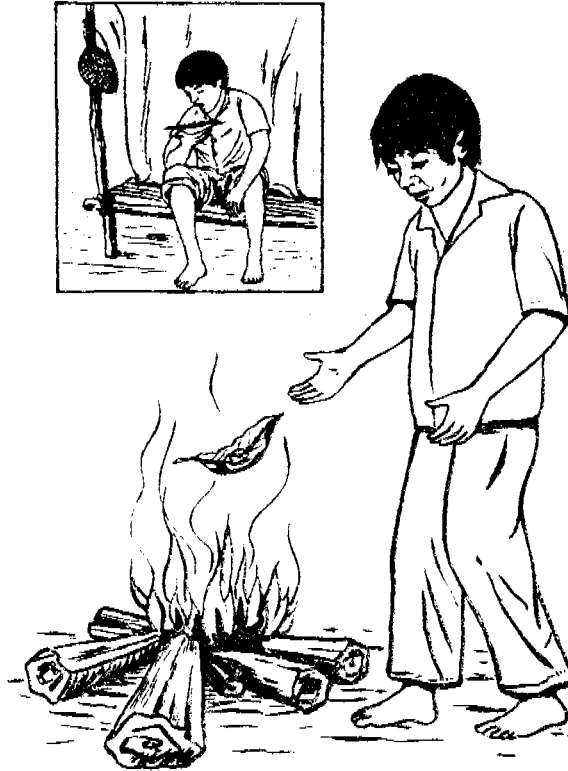
Chay Noepa llaktanpi kawsakkuna mana ni pi yacharkanchu chay unkuyninwan apichinakuykansapachu manachu nishpa. Chashnami chay unkuykunaka yaykuwanchisapa. Nami aypa watana chay Noe warminwan chay suk llakta masinkunapish wañushkankunaka. Kunankaman chay tisiku unkuyka chay llaktapika miraykan. Chay llaktapi kawsakkunaka mana yachansapachu imashnami chay unkuyka sukpi sukpi yaykun nishpa. Paykunaka mana yachansapachu imatami ruranakasapa nishpa chay tisiku unkuymanta alliyanan-kunapaka.

ISHIKAYNIN YACHAKUNANCHIKUNA
 IMATAMI RURANANCHIKUNA TIYAN AMA
 TISIKUYANANCHIKUNAPA.

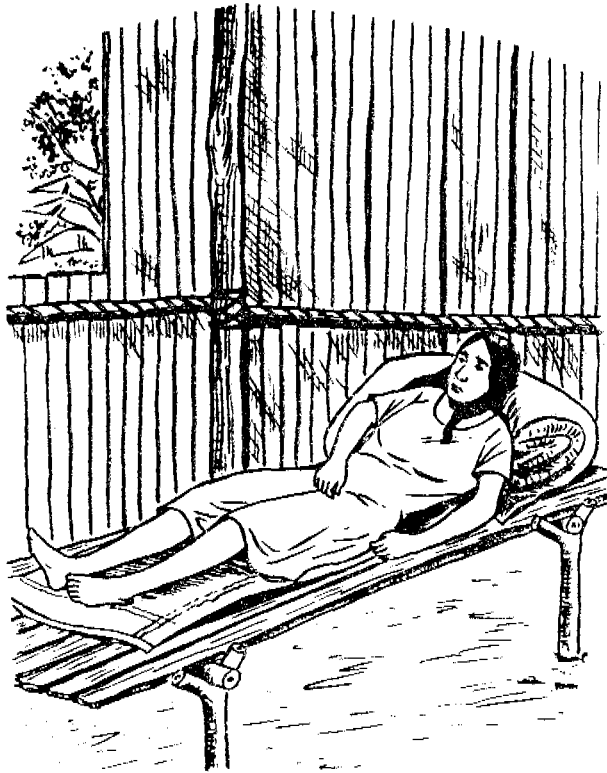


¿Imatati suk unkudu runa ruranman chay unkuy-
 nin ama suk sano runata apichinanpa? Chaymanta
 suk llaktakunapi ¿imatati ruranmansapa chay tisiku
 unkuy ama mirananpa?

1. Tukuy runakuna chay Noepa unkuyninwan
 unkushpankuna rinankuna tiyan suk sanitaryuman.
 Chay sanitaryu willanka ima remedyutami chaymanta
 imashnami upyankasapa nishpa. Chashna chay reme-
 dyota upyanankuna tiyan sanoyanankunakaman. Chay
 Noepish sanitaryuman rishpaka allita sanoyanman
 karkan, mana wañunmanchu karkan.



2. Chaymanta suk runa chay Noeshina unkushpa suk papelpi suk pankapi tukaykushpa chay papelta chay pankata rupachinan tiyan. Chashna ninapi rupachiptin chay tisiku unkuy mamankuna wañun. Chashna pampallapi mana tukaykuptinka manana wasi ukupika chay unkuykunaka tantanakunmannachu. Chashna rupachiptinchi nima moskakuna unkuykunataka apannachu suk chikan wasikunamanka niman suk sano runa unkunkasapanachu.



3. Chaymanta chay sanitaryo suk unkuḍuta ña alli sano kananta willanankaman chay unkuḍuka suk chikanpi sapallan puñunan tiyan. Tukayninpi chay tisiku unkuḍu maman manana ni sukta tariptinkunana willankasapa: -Manana unkuḍuchu kanki. Sanuna kanki, nishpa. Chashna willanankunakaman chay toldanpi sapallanlla puñunan tiyan. Chaymanta mana allichu suk unkuḍu suk taksha wamrakunawan tantalla puñunankunapa.



4. Chaymanta suk unkudu runa kusukunanpa ach-
 kikananpa suk llachapawan makinwan shiminta
 sinkanta wichkanan tiyan. Chashna chay unkuy-
 kunaka suk sano runakunamanka mana pasankachu
 wayrapi.



5. Chaymanta chashna kusukushpa achkikushpa makiwan shiminta wichkashkan washa utkakushpa makinta jaborwan mayllanan tiyan.



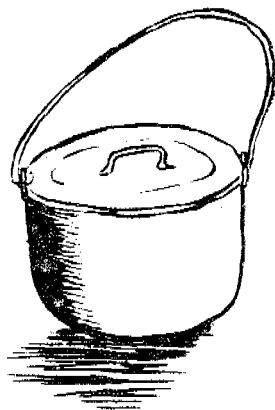
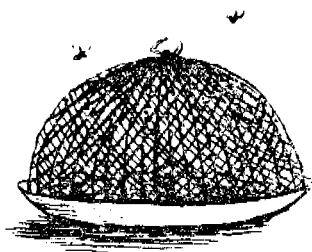
6. Chaymanta suk unku dupaka tukuy kallanankunata upyakunanta kucharankunata patinkunata suk chikanpi wakaychanankuna tiyan ama ni pi llankanankunapa. Chay kallanankuna chay kucharankuna chay patinkuna payllapa kanan tiyan. Chaymanta chay sanokunapa kallanankunata chikanpi mayllanankunankuna tiyan. Chay unku dupa mikukunan kallanankunata chay kucharankunata patinkunata chikanpi mayllanankuna tiyan, manana tantanachishpankunana sano kakkunapawan. Chaymanta tukuy chay unku dupa kallanankunata chay kucharankunata patinkunata yaku timpuduwan rupay rupaywan mayllananchikuna tiyan chay unku ykuna wañunanpa.



7. Chaymanta suk unku dukuna Noepa warminshina mana alichu taksha wamrakunata kuydanankunapa chay sanitaryo alli sano kananta willanankaman. Chaymanta suk unku du warmipa suk taksha wamrankuna tiyaptin paykunapish ichara unku mansapa. Chay-rayku chay sanitaryoka chay sano wamrakunata tukuy chay wasipi kawsakkunata chay laya remedyullata upyachinankuna tiyan ama chay unku ashwanta mirananpa.



8. Chaymanta kankuna ña allitana yachankichi
suk unkudu warmi mana allichu masatuta sara aswata
rurananpa ¿manachu? Chashna unkudu kashpaykichi
ama masatuta sara aswata ruraychichu.

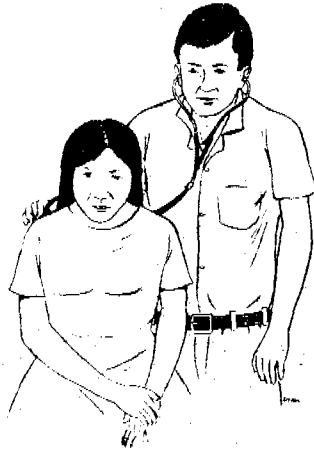


9. Chaymanta tukuy mikunaykichita allita
wichkaychi ama moskakuna yaykunanpa. Chashna
moskakuna yaykushpankuna unkuykunata churanman.



10. Chaymanta suk vakunanakunapa tyempon chayamuptin tukuy vakunado kanaykichi tiyan. Chay tisiku unkuypa kontranpi tiyan suk vakuna, chay vakunapa shutin B.C.G. Chay vakuna yanapan kwerpunchita sinchiyachiyta ama chay tisiku unkuypa timpivananchipa. Chaymanta alli chay chayrak nasidu wamrakunapish chay vakunawan vakunado kanankunapa. Sano kashpanchika chaskinanchikuna tiyan chay vakunataka ama unkunanchikunapa.





KIMSAYNIN YACHAKUNANCHIKUNA
IMASHNAMI SANoyACHISHUN SUK UNKUDUKUNATA

Suk llaktapi tiyarkan aypa runakuna tisikuwan unku dukuna. Chay llaktapi tiyarkan suk warmi Rosa. Chay warmika pichka killatana sukaman kusu-kushpa kawsak. Chaypina payka sukaman tabayadu mallinakurkan. Payka tardenkunaka sukaman kalenturak. Samaykuptin kaskun, washan sukaman nanak. Chashna mallinakushpa rirkan suk sanitaryuta willak. Chashna willaptin chay sanitaryuka malisyarkan chay warmi tisikuyananta. Chaymanta allita yachananpa ima laya unkuywanmi chay warmika unku nishpa chay sanitaryuka examinarkan. Chaymanta brasonpi pruebata churapurkan tisikuchu manachu nishpa yachananpa. Chaymanta suk radyografiyata surkupurkan. Chaymanta suk mikroskop-yopi chay tukayninta allita kawarkan.



¿Imashnami chay pruebaka?

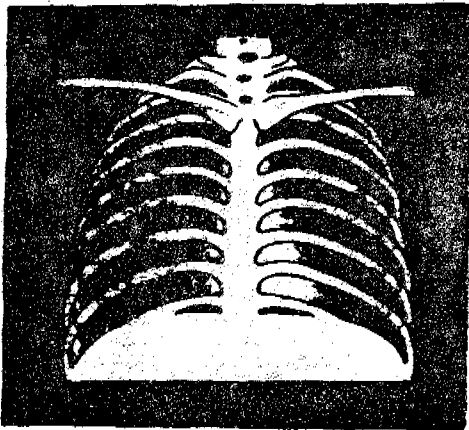
Chay tisikupa pruebaka suk takshasillo ampolla. Chayta brasunchipi churansapa, mana yakachu nanan chay ampollaka. Suk sankudu tuksiwananchishinallami nanan. Chaymanta kimsa chusku diya washan rinchi chay sanitaryo chay prueba churashkanta kawanampa. Chaypina chay ampollawan chay tisiku kashpaka chay tuksishkan-kuna partipi puka likidu tukushpa punkin. Chaypina puka likidu punkidu kaptin chay sanitaryuka yachan tisikuyananchita. Chaypina mana puspunchipa retratunta surkunnachu.



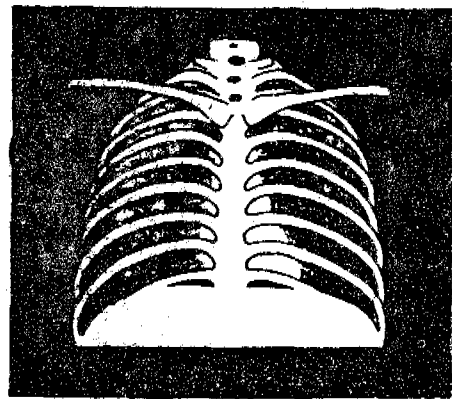
¿Imapati chay radyugrafiyaka alli?

Chay radiyugrafiyawan puspunchipa retratunta surkunsapa. Chay radyugrafiyaka surkuptinkuna chay unku duka mana niman nanachinchu. Chay radyugrafiyawan chay doktorkunaka kawansapa suk runa tisikuyanchu manachu nishpa. Chaymanta suk remedyukunata upyaptinkuna chay radyugrafiyaka servikun kawanankunapa chay unku dupa puspunta alliyaykanchu manachu nishpa.

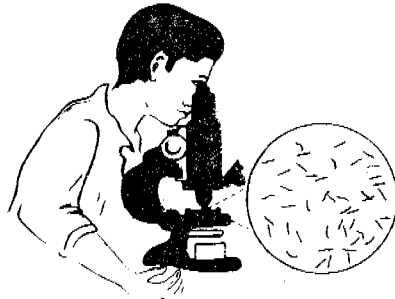
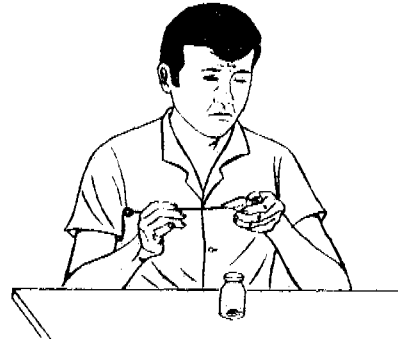
Chay radyugrafiyaka yanapawanchi kawayta suk runapa tisiku unkuyninta. Chaypina puspunchipa retratunpi kawanchi suk partikunapi utku tishadushina yurak likidukunata. Chayrayku samaykuptinchika wayraka mana chay unku du puspunchipika mana allitachu yaykun. Chayrayku radyugrafiyawan chay puspunchipa retratunta surkuptinkuna kawanchi yurak likidu puyukunatashina tisikuyaptinchi. Chaymanta mana tisikuyaptinchi samaykuptinchi chay ishkantin puspunchipi wayraka allita yaykun. Chashna radyugrafiyawan chay puspunchipa retratunta surkuptinkuna mana unku ptinchi chay puspunchika yana likidu rikurin.



Sanopa puspunkuna



Unkudupa puspunkuna



¿Imapati tukayninchita eksaminansapa?

Chashna unkuptinchi doktorkunaka tukayninchita eksaminansapa yachanankunapa tisikuyanchichu manachu nishpa. Chashna unkuptinchi tukayninchita eksaminankunapa suk taksha botellapi tantachinchi. Chashna tantachishpaka kayantinka chay sanitaryutana kunchi. Chaypina chay sanitaryuka chay tukaytaka churan suk taksha llapsha bidropi. Chay bidropi chay tukaytaka suk alli tintawan chakrun, allita chay unkuy rikurinanpa. Chayta churansapa suk makina mikroskopyopi. Chaypi chay tisiku unkuy mamankunata kawashpaka yachansapa tisikuyaykanchita.



Chashna kimsantin layata eksaminashpana chay doktorkuna yacharkan chay warmi Rosaka tisiku unkuayanamanta. Primero maypicha chay ampollata churashkankunapi chay brasunka puka likidu tukushpa punkirkan. Chaymanta chay radyugrafiyawan retratunta surkurkan. Chaypi chay sanitaryuka kawarkan Rosapa suk ladu puspunta suk utkushina yurak likiduta.

Chaymanta chay tukayninpipish kawarkan chay tisiku unkuyninta. Chashna chay sanitaryu tisi-kuyananta willaptin chay Rosaka sukaman llakishpa manchakurkan. Chashna llakiptin kawashpa chay sanitaryuka Rosataka willarkan:

-Suk remedyukuna tiyan chay unkuypa. Chayta upyashpayki sanoyanki.

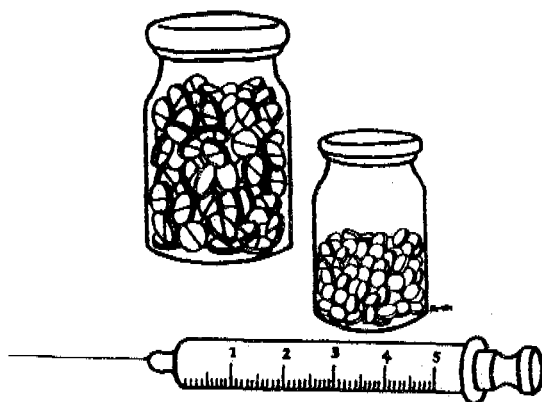
Chashna chay sanitariyu willaptinna Rosaka yuyarkan mana atipananta tukuy chay watata ampi-chinakuyta.

Chaymanta chay sanitaryuka Rosataka willarkan:

—Kaya kashkan shamuy tantalla tukuy chay wasiki pi kawsakkunawan paykunapapish suk pruebata churanaynipa. Ichara paykunapish tisikuyansapana. Mana unkudu mallinakushpapish tiyapunmanna chay unkuyka.



Chashna chay sanitaryu willaptinna chay Rosaka kayantinka rirkansapa kusanwan pichka wamrankunawan suedranwan tantalla. Chashna chayaptinkuna chay sanitaryuka chay pichka wamrankunapa chay kusanpa chay suedranpa suk pruebata churapurkansapa. Chaypina chay prueba churashkantaka chay kusanpa chay suedranpa chay ishkay wamrankunapa chay brasunkunapi prueba churashkankuna puka likidu tukushpa punkirkan. Chayta kawashpa chay sanitaryuka chay puspunkunapa retratunta radyugrafiyawan surkurkan. Chaypina suedran chay suk menornin wamran tisikuyarkansapa. Chaymanta chay kusanpa puspun retratunpi chay radyugrafiyawan surkushkankunapi rikurirkan chay puspun chay tisi ku alliyaduna. Chaymanta tiyarkan suk wamran chunka ishkay watayuk. Chay warmrapa chay puspun retratunta surkushkankunapi rikurirkan mana tisi kuyananta.



Chaymanta chay suedran chay wamran mana fatalrachu karkansapa. Chayrayku chay sanitaryuka paykunataka willarkansapa pastillakunallata suk watata upyanankunapa. Chaymanta chay Rosataka willarkan kimsa killata tuksichinakunapa. Chaymanta pastillakunata mana samashpa upyayta katinanpa sanoyanankaman. Chaymanta chay sanitaryuka Rosataka willarkan:

—Chay wamraykikunapish pastillakunata upyanankuna tiyan sokta killata.

Chashna willaptinna Rosaka sukaman manchakurkan. Chaypina chay sanitaryutaka Rosaka willarkan:

—Imapati chay wamraynikunaka pastillakunataka upyankasapa mana unkudu kaykashpankunaka?

Chaypina chay sanitaryuka Rosataka willarkan:

—Chashna pastillakunata upyashpankunaka chay wamraykikunaka mana unkunkasapachu.

CHUSKUYNIN YACHAKUNANCHIKUNA

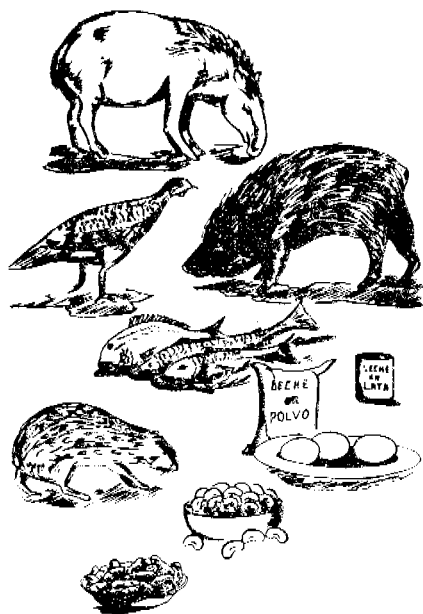
TISIKU UNKUDUKUNA IMAKUNATAMI RURANANKUNA TIYAN

Kuydanakunanchikuna tiyan ama unkuykunawan apichinakunanchikunapa.

Chaymanta suk enfermera tukuy familyantinta Rosataka allita yachachishpa willarkansapa:

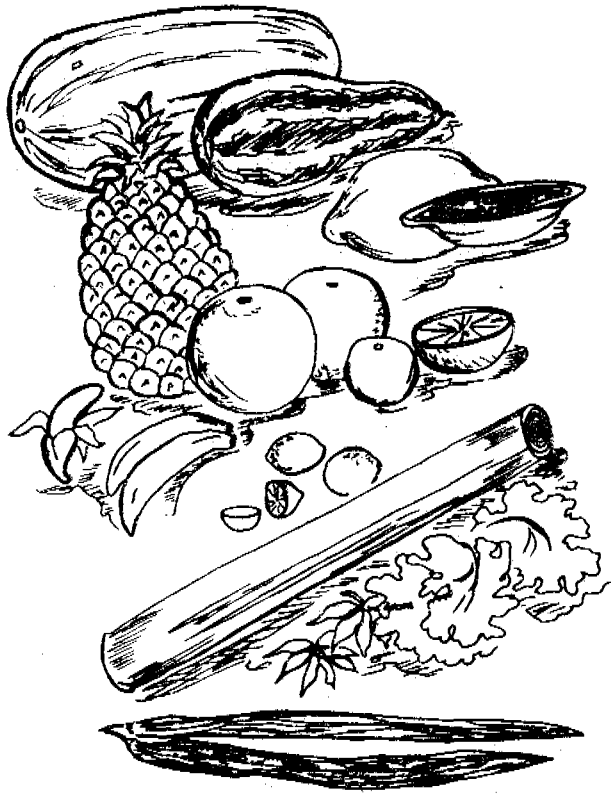
—Kunan tapunayaykichi kay tisiku unkuy ama mirananpa chay llaktaykichipi. Kankuna ñami allitana yachankichi tukuy chay willashkaynita. ¿Maykanti chay tapushkaynita willawankichiman?

1. Suk unku du kusukunanpa achkikunanpa chay unkuy-nin ama sukman pasanapa ¿imatati rurankuna tiyan?
2. Chaymanta suk unku du ¿imapati mana alli maypipish kaptin tukaykunapa?
3. ¿Imanachinkati suk unku duka tukaynintaka?
4. ¿Imapati suk sanukunapa mikukunankuna kallanapi patinkunapi mana allichu suk unku du mikukunanpa?
5. ¿Imapati mana alli suk unku duwan suk sano tantalla puñunanpa?
6. Chaymanta ¿imapati mana alli suk unku du masatuta aswata rurananpa?
7. Chaymanta kusukushkanwasha achkikushkan washaka ¿imatati ruranka suk unku du shiminta makinwan wichkashpa?



Rikchak laya mikunata mikunanchi tiyan.

Chaymanta chay enfermeraka willarkan tukuy unku dukuna tukuy diya allita rikchak laya mikunata mikunankunapa. Mikunankuna tiyan suk alli yanapawakninchi mikunata. Chay alli mikunapi tiyan proteyina, chaymanta bitamina, mineralkuna. Chaykunata mikuptinchi allita yanapawanchi puspunninchi utka sanoyanapa. Chaymanta kaypi kawaypachi ima animalkuna proteyinayuk nishpa: wallpa, challwa, chaymanta vaca leche, wallpa runtun, tukuy laya animalkuna. Chaymanta poroto, inchik, proteyinayuk. Tukuy kaykunami maykanpish kaptin alli mikunapaka ish kay kuti tukuy diya.



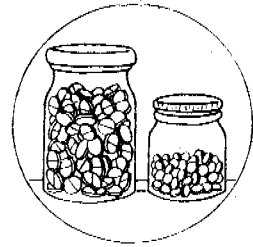
Chaymanta suk unkudu alli tukuy diya mikunan-
 pa suk vitaminayuk mineralyuk mikunakunata. Kaypi
 kawaypachi: papaya, chaymanta naranjakuna, cocona,
 sapallo, kumal, paltay, tomate, agwaje, repollo-
 kuna, rumu pankan, chonta, lechuga, culandro,
 chaymanta pishwaya, tukuy laya wayu mikunanchipa
 alli.



Allita samanankuna tiyan.

Chaymanta chay enfermeraka chay Rosataka famil-
yantaka entyendichirkansapa: -Tukuy tisikuwan
unkudukuna allita samanankuna tiyan. Chay unkudu
kallarinan killakunapi ampichinakuykashpa kaman-
llapi kiparinan tiyan.

Chaymanta chay familyan unkudukunamanta chay
Rosaka ashwan alli unkudu karkan. Chayrayku payta-
ka allita samanampa willarkan. Chashna chay
tisikuwan suk unkudu kashpa mana allichu chakraman
rinanchipa. Chashna mana trabajaptinchi pulmun-
ninchika utka sanuyan.



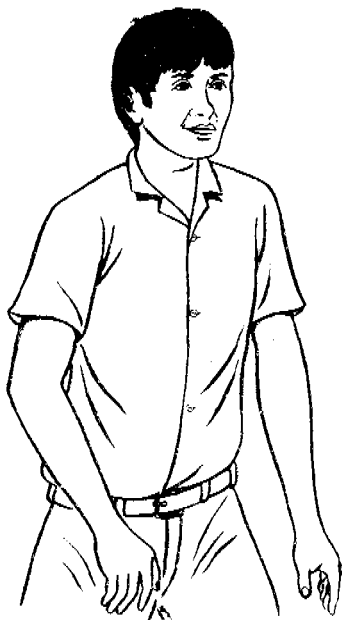
Allita upyananchikuna
tiyan remedykunata.

Chaymanta tukuymanta ashwan alli suk unkudu
allita sanoyanankaman ampichinakunanpa. Tukuy diya
pastillankunata upyanan tiyan chay sanitariyu
willanankaman: -Amana upyanachu, nishpa. Chay-
manta chay sanitaryuka Rosataka familiyantaka
ashwan allita entyendichinayashpa kashpa parla-
chirkansapa: -Kunan willaykichi ishkey ullkukunapa
ejemplunkunata. Suk karkan Pablo, sukka karkan
Tomas.

PICHKAYNIN YACHAKUNANCHIKUNA
PABLOPA TOMASPA EJEMPLON

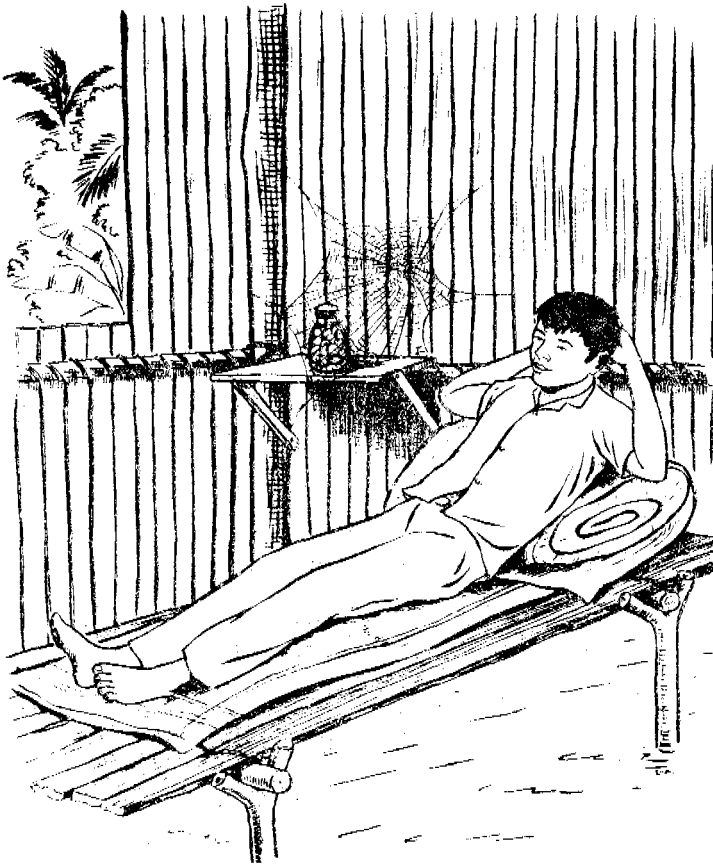


Nan ishkay watawasha Pablowan Tomas kay postapi chayarkansapa sanitaryupi ampichinakuk. Ishkantinkuna kimsa killapa tuksichinakuykarkansapa. Chaymanta ishkay watata pastillakunata upyanankunapa karkan. Chaypina Tomaska allita sanoyanankaman ampichinakurkan. Chaymanta Pabloka shaykushpa mana allita sanoyanankamanchu ampichinakurkan. Chay katiknin paginapi kawaypachi imapami mana sanoyarkanchu nishpa.



¿Imati sosedirkan Pabloka?

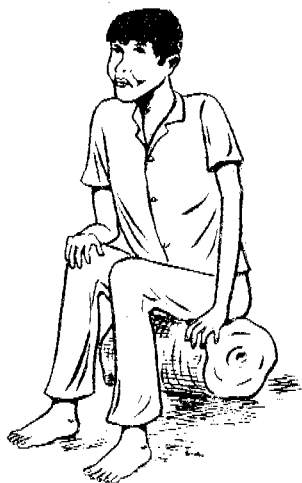
Chaypina Pabloka chay ampichinakunan killaka tukuy diya postapi tuksichinakuk rik. Chashna tuksichinakushpana mallinakurkan ña tipi sano kanantana. Chaymanta ishkaynin killaka manana tukuy diyanachu rik ampichinakukka. Chaymanta kimsaynin killaka ashwan manana rinayaknachu. Paytaka manana gustarkannachu chay tuksisu nanayninta. Chaymanta payka killakurkanna tukuy diya postaman riytaka. Chashna ña tipi mejorsitu kashpana payka yuyarkan yankamantana tuksichinakuykananta. Chaymantapish manana kuljkinta gastakunayarkannachu remedyokunata rantishpa. Chaymantapish manana yuyarkannachu wañuyta.



Chaymantapish kunkarkan upyayta chay pastilla-
 kunata. Chaymanta rabyashpa yuyarkan chay pastilla-
 kuna mana yaka alibyu kananta. Chaymanta rimarkan
 chay pastillakuna malta rurananta. Chaymanta
 gripe apiptin ishkey semanata mana niman pastillata
 upyknachu. Shutishina chay enfermeraka willak
 suk chikan unkuywan unkushpapih chay pastillakuna-
 taka upyananllapa.



Pabloka suk unku dukunawan tantalla kada killa postamanka rinanpa karkan pastillakunata chashkinanpa. Chaypina Pabloka chay pastillakunataka mana yaka upyaknachu. Chayrayku mana riknachu postamanka. Kashkan anchayashpan rirkan postamanka pastillata kunankunapa. Chaypina chay enfermeraka allita yachachishpa willarkan tukuy diya chay pastillakunata upyananpa. Chaymanta willarkan chashna ña tipi sanuna mallinakushpapish chay puspunninka manara alli sanorachu nishpa. Chashna pastillakunata manana upyaptinka kashkan anchayanman. Chashna kashkan anchayashpa manana allita atipanmannachu sanoyayta. Pabloka ashwan mana uyarikuk tukurkan. Chaymantaka tipimanta tipimantaka sakirkanna chay pastillakunata upyaytaka, manana nima suk pastillata upyanayarkannachu.



Chaymanta sokta killapika Pabloka kashkanna chay tisikuwanka fatal unkuwana karkan. Chashna fatal unkuwu mallinakushpana kashkan postamanka rirkan. Chaypina chay enfermerawan doctorka kawashpa sukamanna llakichirkansapa. Paykunaka chashna kawashpana yacharkansapa mana allita sanu-
yayta atipanantana. Paykunaka yacharkansapa chay remedyukuna chay unkuypa mamantaka manana wañuchi-
nantana. Chashna Pablo mana tukuy diya chay remedyukunata upyaptinna chay unkuypa mamanka sinchiyarkan. Chayraykuna kashkan chay pastilla-
kunata upyaptinka manana wañuchiya atipannachu. Kashkanna Pablopa tukayninpika chay unkuyninpa mamanka tiyak. Chayrayku llakta masinkunataka chay unkuyninwanka kunanlla apichinmansapara.



Kunan kawanchi kay Tomaska allita sanuyaptin. Payka mana nima killakushpa postaman riklla tuksichinakunanpaka. Payka tukuy diya chay pastillakunataka allita upyak. Chashna kimsa killata tuksichinakushpana mallinakurkan ña sanoyaykanantana. Chashna sanoyaykaptin kawashpana doktorka willarkan amana tuksichinakunanpana. Willarkan pastillakunata esika suk wata ashwanta upyananpa allita sanoyayta munashpaka. Chaypina sanitaryuka allita entyendichishpa willarkan: Chashna ña sanona mallinakushpaykipish, chay puspuykika manarami alli sanurachu nishpa willarkan.



Chaypina Tomaska yuyarkan manana ampichinakuyta atipanantana. Na tukuy kuchinkunatana tukuchar-kan ampollakunata pastillakunata rantishpana. Chaypina warmintaka willarkan:

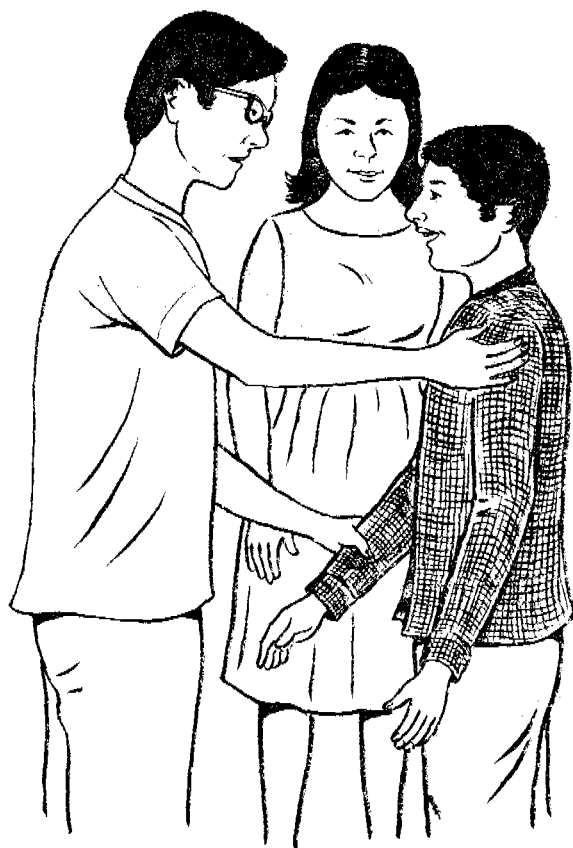
-Manami tukuy chay killapaka atipashanachu pastillakunata rantiytaka. Nami tukuy kuchinitana rantikushkani nishpa willarkan warmintaka.

Chaypina warminka willarkan:

-Oye, ñukaka sukaman manchakuni chay unkuyni-kipaka. Chashna mana allita sanoyashpaykika chashna unkuðulla kawsanayki tiyan. Ichara wañunkiman. Chashna wañuptikika pinati rinman sachamanka aycha-
ta apamukka? Pinati chakrakupanman wamranchikuna-
ta wiwanaynipaka? Chayrayku aku modosta rurashpa
remedyuykita rantiyta allita sanoyanaykipa. Chashna
sanoyashpayki aypa watakunata kawsanki. Rantikushun
kay wallpakuna tiyakta. Tipimanta tipimanta suk
tyempokaman kashkan wiwakushun.



Chaypina Tomaska yacharkan chay warmin alliy-
 ninpa chashna willashkanta. Chaypina wallpakunata
 rantikushpana remedyontaka rantirkan. Chay ran-
 tishken pastillankunataka tukuy diya upyarkan.
 Chaypina ishkay wata washana sanitaryuka chay radyu-
 grafiyawan puspunta kawashpana kawarkan ña alli
 sanoyadutana. Chaypina willarkan amana chay pasti-
 llakunata upyananpana.



Chashna chay sanitaryu willaptinna Tomas sukaman kushikurkan. Chay doktorwan enfermerapish sukaman kushikurkansapa. Allitana sanoyarkan chay pastillakunata allita sanoyanankaman upyashkan rayku. Chay enfermerawan doktorka Tomastaka sukaman kushichishpa willarkansapa:

--Allimata rurashkanki chay willashkaynikunata upyashpaykika. Kunanka sanunami kawsanki.



Chaypina Pablopa, Tomaspa parlachishkankuna washana chay enfermeraka Rosata chay familyanta willarkan:

-Kankuna unkudu kashpaykichika akllaychi imatami rurayta munankichi nishpa. ¿Munankichichu allita sanoyanaykichikaman pastillakunata upyaytaka? ¿Munankichichu pastillakunata mana allita upyashpa unku dulla kawsayta? ¿Sanoyaytachu munankichi manachu?

TRADUCCION AL CASTELLANO

página 9

LA TUBERCULOSIS PULMONAR
LECCION I

INTRODUCCION Y CONTAGIO

Hace tiempo en una comunidad había un hombre que se llamaba Noé. Tenía más de cuarenta años cuando salió de su pueblo a trabajar. Se fue lejos. Al principio todo marchaba bien. Pero Noé poco a poco comenzó a sentirse enfermo y no tenía tanta fuerza como antes. Noé era un hombre fuerte, por esto no hacía caso a su cansancio y seguía trabajando como siempre. Por fin se puso tan débil que ya no pudo trabajar y tuvo que regresarse a su casa. Su familia se asustó porque estaba muy delgado. Tenía mucha tos, y esputos muy amarillos. Pero nadie sabía que la enfermedad que Noé tenía se llamaba tuberculosis pulmonar. Tampoco sabían que esta enfermedad podía pasar a otras personas de la comunidad.

página 10

¿Qué es la tuberculosis?

La tuberculosis es una enfermedad que, casi siempre, ataca a los pulmones aunque puede atacar cualquier parte del cuerpo: las glándulas linfáticas, los huesos, los riñones, etc. Al principio, la tuberculosis pulmonar comienza en una parte pequeña de los pulmones. Y el enfermo, como Noé, no siente casi nada, ni sabe que está enfermo. Pero, la enfermedad sigue progresando hasta que destruye una gran parte de los pulmones. Y, al fin, el enfermo se siente muy mal. Sin las medicinas adecuadas, puede morir.

página 11

¿Cómo se origina la tuberculosis?

La tuberculosis se origina por microbios muy pequeños. No podemos ver estos microbios a simple vista. Podemos verlos solamente con un microscopio. En el microscopio, los

microbios parecen más grandes de lo que son. Estos microbios se encuentran en los esputos de los enfermos. En el dibujo se puede ver cómo eran los microbios en los esputos de Noé.

Ahora, vamos a seguir con la historia de Noé. Vamos a ver cómo los microbios de sus pulmones pasaron a otras personas de la comunidad.

página 12

¿Cómo pasó la enfermedad de Noé a las demás personas de la comunidad?

Primero, los microbios de la tuberculosis pasaron a la esposa de Noé. Pasaron fácilmente porque salieron con las gotitas de agua que salieron de los pulmones cuando Noé respiraba, hablaba, tosía o estornudaba.

página 13

Así entraron directamente a los pulmones de su esposa. Después de seis meses, ella comenzó a toser. Al año y medio, ya estaba delgada, débil, con mucha tos, y a veces escupía sangre: Estaba con tuberculosis también. De los pulmones de ella, los microbios pasaron directamente a los pulmones de su nieta. ¡Vamos a ver por qué!

página 14

A la esposa de Noé le gustaba cuidar a sus nietos. Los cuidaba para ayudarle a su hija, y porque los quería también. Una de sus nietas, que tenía casi dos años de edad, quería mucho a su abuelita. Siempre estaban juntas. A veces dormían dentro del mismo mosquitero. Después de 8 meses, la niña comenzó a perder peso y tenía una tos seca. Por las tardes tenía fiebre, y por la noche sudaba mucho. Nadie sabía que la niña estaba con tuberculosis. Se había contagiado al respirar el aire que botaban los pulmones de su abuelita. Y la enfermedad seguía pasando a otros. Pasaba con el aire que salía de los pulmones de Noé y su esposa.

página 15

Aunque la enfermedad casi siempre pasa directamente de una persona a otra por medio del aire que botan los enfermos al respirar, a veces también pasa por medio de los esputos del enfermo.

Noé escupía en cualquier sitio. Como los demás en la comunidad, él no sabía el peligro que había en eso. Escupía en el piso de la casa, debajo de la casa y en los terrenos alrededor de la casa. Estos esputos estaban llenos de microbios de tuberculosis. Y estos microbios entraban al cuerpo de los sanos. ¿Quieren ver cómo?

página 16

A las moscas les gusta pararse en los esputos, ¿no es cierto? Las moscas tienen muchos pelos en las patas. Por eso, al pararse en los esputos de Noé, los microbios de la tuberculosis se pegan a las patas de las moscas.

página 17

Con un vidrio de aumento podemos ver más claramente las patas de una mosca.

¡Mire la suciedad que está pegada a la pata de esta mosca! Y esa suciedad contiene los microbios que estaban en los esputos de Noé.

página 18

Después de pararse en los esputos de Noé, las moscas salieron de su casa en busca de más comida. En otro lado de la comunidad el almuerzo estaba listo. Aquí las moscas encontraron más comida. ¡Mire al joven que está comiendo la misma comida donde se habían parado esas moscas! Así pasaron los microbios de la boca de Noé al cuerpo del joven.

página 19

Un día una familia fue de visita a la casa de Noé. Esta familia tenía un niño de un año de edad. El niño estaba

jugando alegremente en el piso de la casa. Los padres del niño no sabían el peligro que había allí. El piso estaba lleno de esputos que Noé había escupido. Los esputos estaban secos, pero los microbios de la tuberculosis todavía estaban vivos. El niño tocó todo. Pero, ¡mire! ¡El niño se puso la mano en la boca! Pobres padres. Ellos no sabían que así su bebé podía enfermarse con la tuberculosis.

página 20

La esposa de Noé se puso a preparar masato. Como ustedes saben, ella estaba muy enferma con tuberculosis. Por su debilidad no podía ir a la chacra para trabajar. Pero en la casa podía masticar la yuca. Ella no sabía el peligro. Los que tomaron el masato tampoco sabían el peligro que había en eso. Pero los microbios de los pulmones de la esposa de Noé se mezclaron con la yuca. Cuando la señora de Noé escupía el masato, escupía también los microbios de la tuberculosis. De esta manera los sanos estaban en peligro de contraer la tuberculosis.

página 21

Cuando los hombres regresaron de cazar fueron invitados a tomar masato en casa de Noé. Todos estaban muy contentos. Se pasaron el tazón para tomar el masato. El dueño de casa, Noé, también usó el mismo tazón. Nadie sabía que la enfermedad de Noé y su esposa fácilmente podía pasarles a los demás. Pero así es con la tuberculosis. Cuando una persona sana toma masato preparado por un enfermo, los microbios pasan de la boca del enfermo al cuerpo de los sanos. Los microbios también pasan cuando una persona sana usa la misma taza o cualquier utensilio que ha usado una persona con tuberculosis. En la comunidad de Noé, la tuberculosis siguió pasando poco a poco a otros, y a otros.

página 22

Esto ocurre cuando la familia usa los utensilios que usa un enfermo. Por ejemplo, en la comunidad de Noé había otra familia donde la mamá también tenía tuberculosis. Como

no había suficientes platos, tazas, ni cucharas, la mamá y sus hijos usaban los mismos utensilios. Todos tomaban el chapo y la sopa con la misma taza, la misma cuchara, y el mismo plato. Entonces, así la tuberculosis de la mamá podía pasar a sus niños. ¡Pobre mamá! Ella no sabía el daño que les estaba haciendo a sus hijos.

página 23

La misma mamá tenía la buena costumbre de taparse la boca y la nariz al toser. Pero, después de toser no se lavaba las manos. Entonces, al sacar la yuca de la olla para darle a su hijo menor, pasaba en la yuca los microbios de la tuberculosis. Y así se enfermó el niño.

página 24

¿Quién iba a imaginarse que los microbios de Noé iban a pasar tan fácilmente a otros en la comunidad? Pero así es como pasó.

Ya han pasado varios años desde que murieron Noé, su esposa y otros en la comunidad, a consecuencia de la tuberculosis. Pero, hoy día, la tuberculosis sigue avanzando en la comunidad porque ellos todavía no saben cómo pasa de persona a persona la enfermedad. Ellos no saben tampoco qué pueden hacer para defenderse contra la tuberculosis.

página 25

LECCION II

PREVENCION

¿Qué puede hacer un enfermo para evitar que la tuberculosis pase a los sanos? ¿Qué puede hacer una comunidad para que la enfermedad no pase a todos?

1. Los enfermos con síntomas como los que tenía Noé, deben ir a un médico. Es posible sanarse si uno toma medicinas durante un tiempo largo con el control del médico. Noé se habría sanado completamente si hubiera ido al médico.

página 26

2. Un enfermo como Noé debe usar un papel o una hoja para escupir. Después debe botar el papel o la hoja al fuego. El fuego mata los microbios de la tuberculosis. Así no habrán microbios que contaminen el piso de la casa ni los alrededores; ni habrán microbios que pueden ser llevados por las moscas a otras casas donde las familias están sanas. La gente sana no encontrará microbios al tocar las cosas.

página 27

3. Hasta que el médico diga que ya no hay microbios de tuberculosis en sus esputos, el enfermo debe quedarse un poco aislado de la familia. Debe dormir en un cuarto separado, o a un lado de la casa, aparte de los demás, y con su propio mosquitero. Los enfermos nunca deben dormir cerca de los niños, ni dentro del mismo mosquitero.

página 28

4. Al toser o estornudar, uno debe cubrirse la boca y la nariz con la mano o un trapo. Así puede evitar que los microbios pasen a los sanos por medio del aire.

página 29

5. Debe lavarse las manos frecuentemente, especialmente después de que se ha cubierto la boca y nariz al toser o estornudar.

página 30

6. El enfermo debe tener y usar sus propios utensilios para comer, tomar masato, etc., hasta que el médico diga que ya no tiene nada de microbios en sus esputos. Es decir, debe tener su propia taza, cuchara y platos. Nadie debe usar los utensilios del enfermo.

Los utensilios del enfermo deben ser lavados separadamente de los utensilios de los sanos. Luego, es bueno hervir los utensilios para que mueran los microbios.

página 31

7. Los enfermos con tuberculosis, como la esposa de Noé, no deben cuidar a niños hasta que el médico les permita.

Si una señora que tiene un bebé u otros menores de edad, contrae esta enfermedad, el médico puede darles medicina a esos niños para protegerlos contra la enfermedad. También los adultos sanos en la familia pueden tomar la misma medicina para protegerse de la enfermedad.

página 32

8. Ustedes comprenden el peligro que hay si un enfermo mastica la yuca para hacer el masato, ¿verdad? Entonces los enfermos no deben hacer el masato.

página 33

9. Todos en la comunidad deben proteger los alimentos contra las moscas, porque las moscas pueden traer los microbios de la tuberculosis.

página 34

10. Cuando hay oportunidad, todos deben recibir la vacuna B.C.G. contra la tuberculosis. La vacuna B.C.G. ayuda al cuerpo a defenderse de tuberculosis. Aun los recién nacidos pueden recibir esta vacuna.

página 36

LECCION III

DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO

En una comunidad donde había muchos enfermos con tuberculosis, vivía una señora que se llamaba Rosa. Un día, ella fue a ver al médico. Rosa ya había tosido mucho durante cinco meses. Estaba delgada y débil. En las tardes tenía fiebre y siempre le dolía la espalda cuando respiraba. El médico pensó que Rosa tenía tuberculosis, pero para estar seguro tuvo que hacerle unos exámenes. Le hizo la prueba de

la tuberculina, le tomó una radiografía pulmonar, e hizo los análisis de sus esputos.

página 37

¿Cómo es la prueba de la tuberculina?

La prueba de la tuberculina es una pequeña inyección puesta en la piel del antebrazo. Casi no duele. Es parecida, más o menos, a la picadura de un zancudo grande. Después de 3 ó 4 días es posible saber el resultado de la prueba. Cuando la parte donde se inyecta la tuberculina se pone roja e hinchada, es una reacción positiva. Cuando no hay nada alrededor de la parte inyectada; indica que es una reacción negativa. Una reacción positiva no indica con seguridad que la persona tiene la enfermedad. Solamente le ayuda al médico a saber si es necesario sacar una radiografía de los pulmones, o no.

página 38

¿Qué es una radiografía pulmonar?

Una radiografía pulmonar es solamente una foto de los pulmones. La toma de una radiografía no produce dolor. El paciente no siente nada. Con una radiografía los médicos pueden ver si una persona tiene tuberculosis en los pulmones o no. También la radiografía sirve para saber cómo siguen los pulmones de un enfermo mientras está tomando las medicinas, y también para saber si los pulmones están completamente sanos.

página 39

Cuando alguien tiene tuberculosis, una radiografía nos ayuda a saberlo. Al mirar la fotografía de los pulmones vemos la parte nublada y las manchas blancas como si el enfermo tuviera pedacitos de algodón en sus pulmones. Al respirar, el aire no puede entrar a las partes enfermas; estas partes enfermas salen nubladas en la foto. Si una persona no tiene tuberculosis, el aire puede entrar bien a los dos pulmones. En la radiografía todo se ve oscuro y sin manchas blancas, cuando la persona está sana.

dos pulmones. En la radiografía todo se ve oscuro y sin manchas blancas, cuando la persona está sana.

página 40

¿Qué es un análisis de esputos?

Un análisis de esputos se hace para saber si el enfermo tiene microbios de tuberculosis en los esputos. Para hacer este análisis, el enfermo debe escupir en una botella o pomo lo que salga de sus pulmones cuando tose. Al día siguiente debe llevarlo para entregarlo al médico. El médico pone los esputos sobre una lámina de vidrio y los tiñe con un tinte especial. Luego los pone en un microscopio y los mira. Si ve microbios de tuberculosis, sabe que la persona tiene esa enfermedad.

página 41

Después de haber hecho estas tres pruebas, el médico ya estuvo seguro de que Rosa tenía tuberculosis. Su antebrazo tenía una mancha hinchada y roja; la radiografía mostró que uno de sus pulmones tenía una parte nublada (parecía estar lleno de algodón); y en los esputos también encontró microbios de tuberculosis. Pobre Rosa, tuvo miedo al saber que tenía tuberculosis. Pero el médico le explicó que había medicinas para esa enfermedad, y si Rosa las tomaba bien, podría sanarse por completo. Al saber eso, Rosa ya no se sintió tan triste. Pero el médico le dijo que debería tomar la medicina durante un tiempo largo, aun hasta dos años. Rosa pensó que eso sería muy duro.

página 42

El médico le pidió a Rosa que regresara al día siguiente. Tenía que regresar con todos los que vivían en la misma casa con ella. El médico le dijo que a ellos también debería tomarles la prueba de la tuberculina. Es posible que una persona tenga tuberculosis sin sentirse enferma. Entonces, al día siguiente, Rosa llegó con toda la familia: el esposo, su suegra y cinco hijos. Resultó que su suegra, su

esposo y dos de sus hijos tenían pruebas positivas. (Es decir que tenían manchas rosadas e hinchadas en el antebrazo.)

A los cuatro que tenían pruebas positivas les tomaron una radiografía. Resultó que la suegra y el hijo menor tenían tuberculosis. La radiografía de su esposo mostró una cicatriz sanada de tuberculosis en los pulmones. La radiografía del hijo mayor, un joven de 12 años de edad, indicaba que no tenía tuberculosis.

página 43

Como la tuberculosis de la suegra y el niño no estaba avanzada, sólo tenían que tomar pastillas durante un año. Rosa tenía que recibir inyecciones durante 3 meses, además de tomar las pastillas. El médico le dijo a Rosa que a los otros hijos en la familia también les iba a dar pastillas. Pero ellos deberían tomarlas durante 6 meses nada más. Eso la asustó a Rosa, y ella preguntó al médico: —¿por qué deben tomar las pastillas si no tienen tuberculosis?

El médico le explicó que eso los protegería del contagio.

página 44

LECCION IV

CONSEJOS AL ENFERMO CON TUBERCULOSIS

Evitar que la enfermedad pase a los demás.

Una enfermera les dio algunos consejos. Primero, les explicó lo que deben hacer los enfermos para evitar que la enfermedad pase a otros en la comunidad. Ustedes ya saben cuáles son estos consejos, ¿no es cierto? ¿Quiénes pueden contestar las siguientes preguntas? (El educador puede leer las páginas 25-34 para recordar bien las buenas respuestas.)

1. Para evitar que los microbios de los pulmones salgan al aire, ¿qué debe hacer el enfermo al toser o estornudar?
2. ¿Por qué el enfermo no debe escupir en cualquier lugar?

3. ¿Qué debe hacer el enfermo con los esputos?
4. ¿Por qué los enfermos no deben comer y tomar con los mismos utensilios (tazas, cucharas, platos, etc.) que usan los sanos?
5. ¿Por qué los enfermos no deben dormir con los sanos dentro del mismo mosquitero?
6. ¿Por qué un enfermo no debe hacer el masato?
7. ¿Qué debe hacer el enfermo después de taparse la boca con la mano al toser o estornudar?

página 45

Alimentarse bien

La enfermera les dijo también que los enfermos deben alimentarse bien todos los días. Deben comer alimentos que tengan muchas proteínas, vitaminas y minerales. Estos ayudan a que los pulmones se sanen más rápidamente.

Los alimentos ricos en proteínas son todos los alimentos de origen animal como carne, aves, pescado, leche (fresca, en polvo o lata), huevos de gallina o de otros animales, etc. También los frijoles y el maní tienen muchas proteínas. Es necesario comer algunos de estos alimentos ricos en proteínas dos veces al día, por lo menos.

página 46

También, los enfermos deben comer, todos los días, alimentos que tienen vitaminas y minerales como papaya, piña, naranja, cocona, zapallo, camote, palta, plátano, tomate, aguaje, hojas verdes (hojas tiernas de yuca, pituca, lechuga, etc.), chonta, culantro, pifayo, o cualquier fruta o verdura de la estación.

página 47

Descansar bien

La enfermera les explicó también que los enfermos con tuberculosis deben descansar el mayor tiempo posible. Es

bueno guardar cama durante los primeros meses de tratamiento. En esa familia la mamá era la más enferma, y ella tenía que descansar mucho. Un enfermo de tuberculosis no debe ir a la chacra a trabajar. Con el descanso, los pulmones pueden sanarse más fácilmente.

página 48

Tomar bien la medicina

El último consejo, y el más importante de todos, fue el de seguir bien el tratamiento. Especialmente, deben tomar sus pastillas todos los días hasta que el médico diga que las pueden dejar. Para ayudarle a Rosa y su familia a entender mejor la importancia de esto, les contó una historia acerca de dos hombres llamados Pablo y Tomás.

página 49

LECCION V

HISTORIA ACERCA DE PABLO Y TOMAS

Hace dos años que Pablo y Tomás llegaron a una posta médica. Los dos estaban muy enfermos con tuberculosis. Los dos necesitaron inyecciones durante tres meses, y pastillas aun hasta por dos años. Tomás se sanó bien, pero Pablo no. En las siguientes páginas vamos a ver por qué.

página 50

¿Qué pasó con Pablo?

Durante el primer mes de tratamiento, Pablo iba todos días a la posta médica para hacerse poner las inyecciones. Y comenzó a sentirse un poco mejor. Pero durante el segundo mes ya no iba todos los días; y al tercer mes, faltó mucho más. A él no le gustaban las inyecciones porque le dolían. Tampoco le gustaba pasar tanto tiempo yendo a la posta médica. Como se sentía un poco mejor, pensaba que ya no valía la pena. Además de eso, no quería gastar su dinero en las inyecciones, especialmente porque ahora no tenía miedo de morir.

página 51

Tampoco tomaba bien las pastillas. No se acordaba de tomarlas todos los días. ¡Tanta molestia era! y pensaba que en realidad las pastillas no servían casi para nada. Además de eso, decía que a él no le caían bien las pastillas para la digestión. Y cuando estaba resfriado, dejaba de tomar las pastillas por más de dos semanas, a pesar de que la enfermera le dijo que podía tomarlas aunque estuviera con otra enfermedad, o estuviese tomando otros remedios.

página 52

Igual que los otros enfermos con tuberculosis, Pablo tenía que regresar a la posta médica cada mes para recibir más pastillas. Pero, como Pablo no las tomaba bien, no regresaba. Por fin, Pablo regresó a la posta médica por sus pastillas. La enfermera trató de explicarle la importancia de tomar las pastillas todos los días. Le dijo que aunque se sintiera un poco mejor, sus pulmones todavía no estaban sanos; y si dejaba de tomar las pastillas, se empeoraría y sería aun más difícil recuperarse después. Pero Pablo no quería entender todo eso. Y durante los 3 meses siguientes no tomó bien las pastillas. Al fin, dejó de tomarlas por completo.

página 53

Pasaron seis meses. Nuevamente el pobre Pablo estaba muy enfermo con tuberculosis. Por fin, regresó a la posta médica. La enfermera y el médico sintieron mucha pena; ellos sabían que iba a ser muy difícil que Pablo se sanara. Iba a ser difícil porque los microbios iban a tener más fuerza para luchar contra la medicina. Iba a haber más resistencia a la medicina. Los microbios ganaron esta resistencia porque Pablo no tomaba la medicina todos los días. Es decir, ahora la medicina no iba a matar fácilmente los microbios. Lo peor era que Pablo todavía tenía los microbios de tuberculosis en los esputos. Por eso, la enfermedad todavía podía pasar fácilmente a otros en la comunidad por medio de él.

página 54

Ahora veamos qué pasó con Tomás

En cambio, Tomás, quien sanó bien, siempre llegaba a la posta médica para hacerse poner las inyecciones. El tomaba bien las pastillas todos los días. Después de tres meses, se sintió mucho mejor, y el médico le dijo que podía dejar de aplicarse las inyecciones; pero que siguiera tomando las pastillas un año y medio más si quería sanarse por completo. El médico le explicó que aunque se sintiera mejor, sus pulmones todavía no estaban sanos por completo.

página 55

Tomás pensaba que esto era muy difícil porque ya había vendido su chanco para pagar las inyecciones. Le dijo a su esposa: —¡No podemos comprar pastillas para tantos meses más!

Pero ella le dijo: —Tomás, yo tengo mucho miedo de esta enfermedad. Si no te sanas del todo, vas a vivir enfermo y, tal vez, puedes morir. Entonces, ¿Quién irá al monte? ¿quién hará la chacra para mí y para nuestros hijos? Mejor hacemos un sacrificio ahora para tenerte sano por muchos años. Podemos vender las gallinas; con el tiempo criaremos más.

página 56

Tomás supo que su esposa tenía razón. Vendieron las gallinas, y él pudo seguir tomando sus pastillas según las indicaciones del médico. Después de dos años, el médico le dijo que sus pulmones ya estaban bien sanos según la radiografía, y que podía dejar de tomar las pastillas.

página 57

Tomás se puso muy contento. La enfermera y el médico también estaban contentos. Lo felicitaron a Tomás porque había cumplido el duro trabajo de tomar correctamente la medicina hasta sanarse por completo.

página 58

Al terminar la historia acerca de Pablo y Tomás, la enfermera les dijo a Rosa y su familia: —Son ustedes los enfermos quienes pueden escoger su destino. Pueden tomar bien la medicina por un largo tiempo y sanarse, o tomarla mal y quedarse siempre medio enfermos. Su futuro está en las manos de ustedes mismos para sanarse o no.

ALFABETO QUECHUA DE SAN MARTIN

En este libro se utiliza el Alfabeto Básico General del Quechua, establecido por Resolución Ministerial N° 1218-85-ED del 18 de noviembre de 1985. El alfabeto para palabras de origen quechua está formado por las siguientes letras: *a, ch, h, i, k, l, ll, m, n, ñ, p, r, s, sh, t, u, w, y*. En préstamos del castellano se emplean también las letras *b, d, e, f, g, o*.

El idioma se lee más o menos según la pronunciación castellana, con algunas excepciones que nacen de la fonología quechua.

k se pronuncia como la *j* castellana pero es más suave. Ej.: *ikhñis* "manta blanca".

sh se pronuncia como *sh* en *Ancash*. Ej.: *shimi* "boca".

w se pronuncia como *hu* en *Huánuco* cuando ocurre al inicio de una sílaba y como *u* cuando ocurre al final. Ejs.: *wasi* "casa"; *wawki* "hermano".

Las oclusivas *p, t, k* fluctúan entre la pronunciación sorda (*p, t, k*) y la sonora (*b, d, g*) cuando ocurren después de una nasal (*m, n*). La sonorización es más frecuente en el caso de *k*, según la zona, el individuo o la palabra.

Cuando la letra *n* va delante de *p* o *b* se pronuncia *m*. Por ejemplo, *wasinpi* "en su casa" se pronuncia *wasimpi*.

INDICE

Kay yachachikunami tiyan kay libropi.

Tisiku Unkuy

| | |
|--|--------|
| Introducción | |
| Orientaciones al profesor | |
| Lección: | página |
| I Kallariknin yachakunanchikuna imashnami tisikuyanchimansapa | 9 |
| II Imatami rurananchikuna tiyan ama tisikuyananchikunapa. | 25 |
| III Imashnami sanoyachishun suk unkudukunata. | 36 |
| IV Tisiku unkudukuna imakunatami ruranankuna tiyan | 44 |
| V Pablopa Tomaspa ejemplon. | 49 |
| Traducción al castellano. | 59 |
| Alfabeto quechua de San Martín. | 74 |