

1. 正常飲食，若因疾病及藥物之反應感到食慾不振，建議少量多餐及攝取高熱量食物，也可加強菜色以提高食慾。結核菌不會經由食物傳染，原則上肺結核病人與家人不需分食，也可採公筷母匙方式
2. 適度的運動，正常的作息，除了少數特別嚴重的病人外，都可以照常工作。不熬夜、不抽煙、不喝酒
3. 保持室內空氣流通、乾燥，陽光充足。病人的被褥、衣物要經常換洗、陽光曝曬消毒一天
4. 盡量少到公共場所，必要時戴口罩，以免上呼吸道感染。公共場所如醫院、車廂內病菌多且空氣較不流通，請記得戴口罩
5. 多曬太陽。養成經常洗手的習慣
6. 結核病的主要傳染途徑是飛沫與空氣傳染，所以打噴嚏、咳嗽時須用衛生紙掩住口鼻後包起來丟入馬桶沖掉，並且洗手；不可對著垃圾桶、馬桶吐痰，避免細菌在空氣中停留
7. 按醫師指示規則服藥及定期追蹤。規則服藥 2-4 週後，傳染力就會大幅降低，所以不要害怕與病人相處。假使能夠依規定服藥，六個月的治療率可達 95% 以上，而復發率在 5% 以下
8. 若有大量咳血、呼吸急促、發燒、胸痛的情形，請立即就醫