



Public Health
Agency of Canada Agence de la santé
publique du Canada

(ਰੋਗ ਆਦਿ ਤੋਂ) ਸੁਰੱਖਿਆ (ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ IMMUNIZATION)

ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

A Parent's Guide to Immunization - Punjabi Version
Guide des parents sur la vaccination - Version pendjabie



Canada

**“ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ, ਭਾਈਵਾਲੀ, ਕਾਢ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੁਆਰਾ
ਕਨੇਡਾ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁਲਤ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ।”**

— Public Health Agency of Canada

ਮੁੱਲਿਆ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਤੇ ਤੋਂ ਇਹ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਚੋਣਵੀਆਂ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:
www.publichealth.gc.ca/immunization

ਬੇਨਤੀ 'ਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਬਦਲਵੀਂ ਬਣਤਰ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਾਧੂ ਕਾਪੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

1 800 O-Canada (1-800-622-6232)

ਟੀ ਟੀ ਵਾਈ: 1-800-926-9105

© Her Majesty the Queen in Right of Canada, 2010

© Sa Majesté la Reine du Chef du Canada, 2010

Cat.: HP40-38/2009Pu-PDF

ISBN: 978-0-662-03341-7

(ਰੋਗ ਆਦਿ ਤੋਂ) ਸੁਰੱਖਿਆ (ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ
IMMUNIZATION)

ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਗਾਈਡ





ਸੁਰੱਖਿਆ - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਯਕੀਨੀ ਤਰੀਕਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਿਹਤ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 13 ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਧੋਗ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਇੱਕੋ ਵਾਰੀ ਹੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।

ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੂਸਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਾਲਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਇਹ ਸਾਚਾ ਹੈ - ਅਤੇ ਇਹ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ!

ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ? ਟੀਕੇ? ਵੈਕਸੀਨਾਂ?
ਸੂਈਆਂ?

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਮਤਲਬ ਇੱਕ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਾਲਾਂ ਲਈ 'ਟੀਕੇ ਲਵਾਉਣ' ('ਗੈਟਿੰਗ ਸ਼ਾਟਸ' - 'getting shots'), 'ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿਵਾ ਲੈਣੀ' ਜਾਂ 'ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ' ਬਾਰੇ ਲੋਕ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸ਼ਹੀ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੈਂ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇੱਕ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਰੱਖਿਆ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।

ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੋਸ਼ਨ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੁਕਤ (ਇਮਯੂਨ - immune) ਸਿਸਟਮ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਤਾ ਉਸ ਦੀ ਜਰਮਾਂ (germs) ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਲਸਿਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਤਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚੁੱਧ ਲਤਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਰੋਜ਼, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਜਰਮਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ: ਘਰ ਵਿੱਚ, ਡੇਅਕੋਅਰ ਵਿਖੇ ਅਤੇ ਗਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਖੇ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਕਿਸੇ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮਿੱਠਾ ਚੁਮਣ ਵੀ ਜਰਮਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਰਮਾਂ 'ਚੋਂ ਬਹੁਤਿਆਂ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰੀ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਜਰਮ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਹਤਾ ਉਸ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਧ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਿੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿਵੇਂ ਖਾਣਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖੁਕਾਕ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੋਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਰੋਲ ਆ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੋਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚੁੱਧ ਲੜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਇਮਯੂਨਿਟੀ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਕਿ ਸ਼ਬਦ 'ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੋਸ਼ਨ' 'ਇਮਯੂਨ' ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ - ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਰੋਗ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ।

2



ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ 13 ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ 13 ਵੈਕਸੀਨਾਂ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਰੋਗ ਇਨ੍ਹੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਤਕਰੀਬਨ ਉਹ ਸਾਰੇ ਹੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਨਾਲ। ਵਕਤ ਸਿਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਿਹੜੇ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰੋਕ ਦਿੰਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ 13 ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤ ਹੁਣ ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - ਅਤੇ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ।

- Diphtheria (ਡਿਫ਼ਥੇਰੀਆ)** ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਡਿਫ਼ਥੇਰੀਆ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਦਿਲ ਅਤੇ ਨਰਵਸ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧੰਰਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- Tetanus (ਟੈਂਟਨਸ)** ਇੱਕ ਰੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਲੋਕ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਸੇ ਜੰਗਲੇ ਕਿੰਲ 'ਤੇ ਪੈਰ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਟੈਂਟਨਸ ਸਿੰਟੀ, ਰੂਝੀ ਅਤੇ ਮਹੁੰਥੀ ਮਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਟੈਂਟਨਸ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੰਗੇ ਜਥਮ ਵਿੱਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਪੱਠਾ ਜਕੜਾਂ, ਕਵਲੋਲਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- Pertussis (Whooping Cough) (ਪਰਟਸਿਸ-ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ/ਕੁੱਕਾ ਖਾਂਸੀ)** ਸਖ਼ਤ ਖਾਂਸੀ ("ਖਉੰ ਖਉੰ" ਆਵਾਜ਼ਾਂ), ਸਾਹ ਰੋਤੂ, ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਭਰ ਚੱਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਵੀ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਸਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- Polio (ਪੋਲੀਓ)** ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਰਵਸ ਸਿਸਟਮ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਨੂੰ ਅਧੰਰਗ ਕਰ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- Haemophilus influenzae type b (Hib) (ਹੈਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਿਏ ਟਾਈਪ ਬੀ (ਐਚ ਆਈ ਬੀ))** ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸੋਜ ਹੋਣ ਦਾ ਰੋਗ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੀਤ ਦੀ ਹੱਡੀ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਤਹਿ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਛੂਤ। ਇਹ ਨਮੂਨੀਆਂ, ਗਲ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸੋਝ, ਬੋਲਾਪਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- Measles (ਮੀਜ਼ਲ - ਖਸਰਾ)** ਧੱਢਤ, ਉੱਚਾ ਬੁਖਾਰ, ਖੰਖ, ਨੱਕ 'ਚੋਲਦਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ 'ਚ ਛੁੱਬੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਜਿਹਤਾ 1-2 ਹਫ਼ਤੇ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੀਜ਼ਲਜ਼ ਨਮੂਨੀਆ, ਕਤਵੱਲਾ, ਬੋਲਾਪਣ, ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- 7. Mumps (ਮੰਪਸ - ਕਨੇਡੂ)** ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਅਤੇ ਸੁੱਜੀਆਂ, ਦੁਖਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਅਤੇ ਧੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੋਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨਿਨਾਈਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਪੱਟ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਮੰਪਸ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- 8. Rubella (German measles) (ਭੁਬੇਲਾ (ਜਰਮਨ ਮੀਜ਼ਲਜ਼))** ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਧੋਡਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਤਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਅਣਜੰਸੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਜਿਸ ਨੂੰ ਭੁਬੇਲਾ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਰੱਖਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਥਵਾਂ ਉਮੀਦਵਾਰੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਗਰਭਾਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੈ। ਭੁਬੇਲਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਪਿੱਛੋਂ, ਬੱਚਾ ਬੋਲਾ, ਅੰਨ੍ਹਾ, ਜਾਂ ਦਿਲ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਨੁਕਸਾਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੁਬੇਲਾ ਟੀਕੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।
- 9. Varicella (Chickenpox) (ਵੈਨੀਸੋਲਾ (ਚਿਕਨਪਾਕਸ - ਸੁਬਤਾ))** ਇੱਕ ਨੀਵਾਂ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅੰਚਵੀਂ ਲਾਉਣ ਵਾਲਾ ਧੋਫ਼ਤਾਂ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹਤੇ ਖਰੀਂਚ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸੁਬਤਾ ਸਖ਼ਤ ਚਮਤੀ ਛੁਤਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਮਾਸ-ਖਾਣਾ ਰੋਗ), ਦਾਗਾਂ, ਨਮੂਨੀਆ, ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- 10. Hepatitis B (ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ)** ਇਹ ਜਿਗਰ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਜਿਗਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਲ-ਵਰੇਸ ਜਾਂ 9 ਅਤੇ 12 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚਕਾਰ ਸ਼ਬਦ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਉਪਲਬਧ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- 11. Pneumococcal disease (ਪਨੋਮੋਕੋਕਲ ਰੋਗ)** ਪਨੋਮੋਕੋਕਲ ਮੈਨਿਨਾਈਟਿਸ, ਨਮੂਨੀਆ, ਕੰਨ ਅਤੇ ਖੂਨ ਛੁਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੋਲਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- 12. Meningococcal disease (ਮੇਨਿਗੋਕੋਕੋਕਲ ਰੋਗ)** ਮੈਨਿਨਾਈਟਿਸ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੀਤ੍ਤੀ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਅੰਦਰੀਲੀ ਤਹਿ ਦੀ ਇੱਕ ਛੁਤ - ਜਾਂ ਇੱਕ ਬਲੱਡ ਛੁਤ। ਮੈਨਿਨਾਈਟਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਮਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- 13. Influenza (The flu) (ਇਨਫਲਊਇੰਜ਼ਾ (ਦ ਫਲੂ))** ਇੱਕ ਆਮ ਸੂਆਸ ਸੰਬੰਧੀ ਛੁਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਨਫਲਊਇੰਜ਼ਾ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਲਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਨਫਲਊਇੰਜ਼ਾ ਗੰਭੀਰਾਂ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪੇਸ਼ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਮੂਨੀਆ ਉਪਦੇਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੌਸਮੀ ਇਨਫਲਊਇੰਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਹਰ ਸਾਲ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਸਾਂ ਹੀ ਇਹ ਰੋਗ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?**
- 50 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤਿਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ - ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਹਾਂ। ਕਿਉਂਕਿ ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ਡ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੋਗ ਤਕਰੀਬਨ ਅਲੋਪ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ - ਪਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਈਏ, ਇਹ ਰੋਗ ਦੁਬਾਰਾ ਆਮ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਦੂਸਰੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ-ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਲਈ।
-  ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ਿੰਗ ਨਾ ਕਰਵਾ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਲਈ 100% ਕਮਜ਼ੋਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ।

3

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲਾਭਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹਨ – ਉਸ ਦੀ ਤਾਜ਼ੀ ਦਿਗੀ ਲਈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਹੁੰਦੀ ਕੀ ਹੈ?

ਵੈਕਸੀਨ ਸੂਝੀ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਜਰਮਾਂ ਦੀ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਅਸਲ ਰੋਗ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਾਰਜ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੇ ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਜਰਮ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਰੋਗ ਵਿਚੁੱਧ ਲੜਨ ਦੇ ਲਈ ਅਧਿਮ ਸੰਦਾਂ ਦੇ ਧੋਤੇ ਦਬ ਦਿੰਦੀ ਹੈ: ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਇੱਕ ਲਾਭਕਾਰੀ ਇਮਯੂਨ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ।

ਦੋਵੇਂ ਸੰਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜ਼ਿਸਮ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਜਰਮਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਲੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵੀ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਅੰਸਿਕ ਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਰਮ ਜਿਹੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਉਹ ਰੋਗ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਿਨਾਂ ਗੰਭੀਰ ਗੁੰਝਲਾਂ ਦੇ।

ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਪੱਕਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਨਿਰੰਤਰ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਜਾਂਚਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਪਿੱਛੋਂ ਅਸਿਥੇ ਆਸਥਾਰਣ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਪੋਰਟ 'ਤੇ ਚੌਕਸ ਅੱਖ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਈ ਤੰਤਰ ਕਾਇਸ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨਾਲ ਸਖ਼ਤ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਧੱਟ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਰਤ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਇੰਜੰਸੀ ਆਫ ਕਨੇਡਾ (Public Health Agency of Canada) ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਵਰਤਮਾਣ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਸਰਦਾਰ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। 13 ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਰੋਕਦੀਆਂ ਹਨ ਨਾਲੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।

ਕੀ ਵੈਕਸੀਨ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਹ ਸਿਖਾ ਕੇ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਛੂਤ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਲਤਨਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜ਼ਰਮਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਿਠਣ ਅਤੇ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਆਮ ਜਾਂ ਖਬਤੀ ਜਾਂ ਝਮੇਲੀਆ ਹੋਣ ਨਾਲੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਬੁਝਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਦ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ਸ਼ਨ ਪਿੱਛੋਂ ਇਹ ਸਾਧਾਰਣ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਝ ਇੱਕ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਫਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਤਮਲੀਨਤਾ (ਆਟਿਜ਼ਮ), ਉਮਰ ਭਰ ਦੀਆਂ ਵਿਕਾਸਤਮਕ ਬੇਤਰਤੀਬੀਆਂ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਖੋਜੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਟਿਜ਼ਮ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਆਪਸੀ ਕੱਢੀ ਹੈ। ਖੋਜੀਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਟਿਜ਼ਮ ਜਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਿਚਲੇ ਕਿਸੇ ਕੜੀ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਆਧੁਨਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ। ਕਲੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਗੰਭੀਰ ਅਸਿੱਧੇ ਅਸਰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ - ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਹਰ ਇੱਕ ਮਿਲੀਅਨ ਡੋਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ। ਜੇ ਕਿਤੇ ਉਹ ਵਾਪਰ ਵੀ ਜਾਵੇ - ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ - ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਇੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

4

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਦੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਇੱਤਿਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰਤ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾਜ਼ੂਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਹੀ ਵਕਤ ਕਿਹੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸਮਾਂ ਸੂਚੀ ਦੇਵੇਗੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਰੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗੀ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸਮਾਂ ਸੂਚੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਦੁਸਰਾ ਤਰੀਕਾ www.publichealth.gc.ca/immunization 'ਤੇ ਦੇਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ 4 ਮਹੀਨੇ 'ਤੇ, 6 ਮਹੀਨੇ, 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਅਤੇ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ - ਅਤੇ 4 ਤੋਂ 6 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ। ਵਧੀਕ

ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸਕੂਲ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰੇਡ 4 ਅਤੇ 8 ਦਰਮਿਆਨ ਉਪਲਬਧ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਾਂ ਸੂਚੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਉਸਾਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਇੱਕ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਿਟੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੂਸਟਰ (ਸਕਤੀਵਰਕ) ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤਾ ਛੋਟਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 13 ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ 'ਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੋ ਲੱਗ ਜਾਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਟੂਸਿਸ (ਕਾਲੀ ਖੰਘ) ਜਾਂ ਮੇਨਨਜਾਈਟਸ ਵਰਗ ਕੋਈ ਰੋਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਹੈ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮਰ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਹੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - ਸ਼ੁਰੂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ।

ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਕਿਨੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਏਗੀ ਕਿ ਸਮਾਂ ਸਾਰਨੀ ਮੁਤਾਬਕ ਹਰ ਫੇਰੀ 'ਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ 'ਨਾਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਹੈ ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ਸ਼ਨਾਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲੈ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਦਾ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੋਂ ਸਿਖ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਨਾ ਹੈ - ਦੋਹਾਂ ਹੁਣ ਵੀ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ।

ਜੇ ਅਸੀਂ ਸਮਾਂ ਸਾਰਨੀ ਤੋਂ ਪਛੜ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਫਿਰ ਕੀ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਂਕੈਂਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ- CLSC) ਨਾਲ ਕੋਈ ਨਿਯੁਕਤੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰ ਲਵੇ। ਉਹ ਹਿਸਾਬ ਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹੁਣ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

5



ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਸ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਮਾਪੇ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੁਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਹ ਵੱਡਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਉਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਜਦੋਂ ਉਹ ਦਸ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੀਂ ਹਾਂ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਾਸਤੇ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮੈਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਮੁਹਾਈਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਮਿਡਵਾਈਫ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ, 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਿਆਂ।

ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਮੈਡੀਕਲ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਲੈਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ? ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਾਰੀਕ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫੋਨ ਬੁਕ ਜਾ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਦੇਖੋ।

ਪਹਿਲੀ ਫੇਰੀ 'ਤੇ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਬਾਕੀ ਰਹਿਦੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਮਾਂ ਸਾਰਨੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਿਤਾਬਚਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਹਰ ਫੇਰੀ 'ਤੇ, ਇਹ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਅਗਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਬਣਾ ਲਵੇ।

ਕੀ ਇਹ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਕਨੇਡਾ ਭਰ ਵਿੱਚ ਰੁਟੀਨ ਬਾਲਪਣ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਚੈਕ ਕਰ ਲਵੇ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਹਨ।

ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕਨੇਡਾ ਦਾ ਹਰ ਭਾਗ ਮੁਫਤ ਰੁਟੀਨ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਉਪਲਬਧ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਏ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਨੂੰ ਪੂਰੀਆਂ ਹਨ। ਰਿਕਾਰਡ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲੋਚੀਦੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗੀ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਚੈਕ ਕਰ ਲਵੇ ਅਤੇ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਲੈਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ? —

ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਸਫਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋਂ ਘੱਟ ਛੇ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿੱਥੇ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਵਧੀਕ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਯਾਦ ਰਹੋ ਕਿ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਛੁੱਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਇੱਕ ਉਮਰ ਭਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਸਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੇਸਤਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ — ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ!

ਮੈਂ ਯਾਦ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ?

ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਜਿੰਦਗੀ ਬਹੁਤ ਰੁਸ਼ੇਵੇਂ ਭਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਹ 5 ਗੁਰ ਹਨ:

1. ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਅਗਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰ ਲਵੇ — ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਅੱਗੇ ਦੀ ਹੋਵੇ।
2. ਜਦੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਗਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਦੀ ਮਿਤੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੈਲੰਡਰ 'ਤੇ ਲਿਖ ਲਵੇ।
3. ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੁਣ ਤੱਕ ਲੈ ਚੁਕਿਆ ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਵਿਸੇਸ਼ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਾਰਡ ਦੇਣ ਲਈ ਕਰੋ।
4. ਹਰ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਨਾਲ ਲੈਕੇ ਆਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਨਰਸ ਇਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਸਕੇ।

5. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗਾਹ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਦੀ ਪਿਛੋਂ ਡੇਅਕੋਅਰ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ, ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੰਕਟ ਵਕਤ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਆਂਦਾ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੀ ਚੈਕ-ਲਿਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ!

ਕੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਕਨੇਡਾ ਦੇ ਕੁਝ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਹਨ।

ਕਨੇਡਾ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫੌਨ ਬੁੱਕ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਦੇਖੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜਿਨ੍ਹੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੱਕ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨਾਂ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਡ ਸੁੱਟਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।



ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ-ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਸੂਈਆਂ ਲਵਾਉਣੀਆਂ ਇੱਕ ਹਾਸਾ-ਠੱਠਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਲਕੀ ਜਿਹੀ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਬਹੁਤੀ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ - ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਇੱਕ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ!

ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਹਨ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ:

ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ...

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਵਿਖੇ ਜਾਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਮ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਅਲਰਜ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ।



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪਿੱਛੋਂ ਅਲਰਜ਼ਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ 15 ਮਿਨਾਂ ਲਈ ਰੁਕਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਅਲਰਜ਼ੀ ਹੈ ਫਿਰ ਕੀ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਅਲਰਜ਼ਿਕ ਹੈ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੈਕਸਿਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦਿਓ।

ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਨਾਲ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਇੱਕ ਸਖ਼ਤ ਅਲਰਜ਼ਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੋਣ ਦੀ ਬੋਡੀ ਜਿਹੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਸਖ਼ਤ ਅਲਰਜ਼ਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ (ਸੂਕਣਾ), ਸੋਜ ਅਤੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਚਮਤੀ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦੁਆਲੇ (ਗੁੱਛੇ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਵੀ ਅਲਾਮਤ ਨਸਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਚਿੱਤਰ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਤੁਰਤ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਰਤ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੁਕਾਮ ਹੈ ਫਿਰ ਕੀ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦਾ ਇਹ ਵਕਤ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਅਨਮਾਣ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿ ਇੱਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ...

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਅਲਸਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਚਿੱਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਜਿਆਦਾ ਸੂਝੀਆਂ ਲੱਗਣ ਹੀ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੂਝੀ ਦੀ ਦਰਦ ਨਰਮ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਲਸਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦਿੜ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੀ ਖੁਸ਼ ਰਹੇਗਾ।

ਲਾਡ ਕਰੋ। ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਢੱਡ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸੂਝੀ ਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਘੱਟ ਰੋਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਾਤੀ ਵੱਧ ਚੁਗਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਖਦ ਕਰਨ ਲਈ ਐਨ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਸੂਝੀ ਲੱਗਣ ਦੌਰਾਨ ਵੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਧਿਆਨ ਪਰੇ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਧੀਮੀ, ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਜਾਂ ਛੋਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਖੁਤਮ ਹੋਣ ਪਿੱਛੋਂ ...

ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕਰੇਗਾ?

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪਿੱਛੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਰਨ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਜਾਂ ਉਹ ਝਮੇਲੀਆ ਜਾਂ ਖਲਬਲੀਆ ਜਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਸੌਂ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਬੇਤ੍ਰੂ ਜਿਹਾ ਬੁਖਾਰ, ਇੱਕ ਦੁਖਦਾ ਲਾਲ ਧੋਬਾ ਜਿਥੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੂਝੀ ਲੱਗੀ ਸੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਿਹੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਸਭ ਆਮ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਉਹ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੇਵਲ ਕੁਝ ਇੱਕ ਦਿਨ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਦਰਦ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਸ ਨੂੰ ਕੀ ਦੇਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਰਮਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਮੈਂ ਕਦੇਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪਿੱਛੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਅਲਾਸਤਾਂ ਹੋਣ:

- 40 ਡਿਗਰੀ ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ ਜਾਂ 104 $^{\circ}$ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਬੁਖਾਰ ਹੈ
- ਕੋਈ ਦੌਰਾ ਜਾਂ ਕਤਵੱਲ ਪਏ ਹਨ - ਇਹ ਅਕਸਰ ਕਿਸੇ ਉੱਚੇ ਬੁਖਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- 24 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਰੋਈ ਜਾਂਦਾ ਜਾਂ ਖਲਬਲੀਆ ਹੈ
- ਜਿਥੇ ਸੂਝੀ ਲੱਗੀ ਸੀ ਸੋਜ ਹੈ - ਅਤੇ ਇਹ ਬਦਤਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ
- ਆਸਥਾਰਣ ਤੌਰ ਤੇ ਅਨੀਂਦਰਾਇਆ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪਿੱਛੋਂ ਉਸ ਲਈ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਲੈਣੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੁਖਾਰਕਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੋਕਣ ਯੋਗ ਰੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

7

ਮੈਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਬਹੁਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਂਗ, ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੌਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਕਨੇਡਾ ਭਰ ਵਿੱਚ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਇਲਾਕੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇਖੋ।



ਇਹ ਹਨ ਕੁਝ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ
ਤੁਸੀਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
ਲੈਣ ਲਈ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- Public Health Agency of Canada
(ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਇੰਜੰਸੀ ਆਫ਼ ਕਨੇਡਾ)
www.publichealth.gc.ca/immunization
- Canadian Paediatric Society
(ਕਨੇਡੀਅਨ ਪੈਡਾਟਰਿਕ ਸੋਸਾਈਟੀ)
www.caringforkids.cps.ca
- Canadian Coalition for Immunization Awareness and Promotion
(ਕਨੇਡੀਅਨ ਕੋਲੀਸ਼ਨ ਫਾਰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਅਵੇਅਰਨੈਸ਼ ਐਂਡ ਪ੍ਰਮੋਸ਼ਨ)
www.immunize.ca

ਇਨਫਲੂਏਂਸ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵਿਰੁੱਧ ਕਿਵੇਂ ਲੜਨਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਬਿਲਕੁਲ ਤਾਜ਼ਾ
ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਦੇਖੋ: www.fightflu.ca

8

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਤੇਜ਼ ਚੈਕਲਿਸਟ

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਨਿਯੁਕਤੀ ਬਣਾਓ।** ਪਹਿਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਲਿਆਓ।** ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਨਿਯੁਕਤੀ 'ਤੇ ਲਵੇਗੇ।
- ਅਗਲੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਬਣਾ ਲਵੋ।** ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ (ਕਿਊਬੈਕ ਵਿਚ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ) ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਗਲੀ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੀ ਮਿਤੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਾ ਲਵੋ।
- ਆਪਣੇ ਕੈਲੰਡਰ 'ਤੇ ਅਗਲੀ ਮਿਤੀ ਮਾਰਕ ਕਰ ਲਵੋ।** ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰ ਲਵੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਵੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਸੁਰੱਖਿਆਤ ਰੱਖੋ।** ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਆਤ ਜਗਾਹ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲੈ ਸਕੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਾਦ ਰੱਖੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆਤ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।





ନେଟ୍ସ















www.publichealth.gc.ca/immunization