Punjabi - Number 18c
June 2011

ਟੈਟਨਸ, ਡਿਫਥੇਰੀਆ, ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਵੈਕਸੀਨ
Tetanus, Diphtheria, Pertussis Vaccine

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈ ਕੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਟੈੱਟਨਸ, ਡਿਫਥੇਰੀਆ, ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ (Tdap) ਵੈਕਸੀਨ 9 ਗ੍ਰੇਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਵੈਕਸੀਨ ਪਹਿਲੇ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਖ਼ੁਰਾਕ ਟੈੱਟਨਸ, ਡਿਫਥੇਰੀਆ, ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ।

Tdap ਵੈਕਸੀਨ 7 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਜਾਂ ਇਮੀਗਰੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ।

Tdap ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?

Tdap ਵੈਕਸੀਨ ਤਿੰਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ:
- ਟੈੱਟਨਸ
- ਗਲਘੋਟੂ ਰੋਗ (ਡਿਫਥੇਰੀਆ)
- ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ

ਟੈੱਟਨਸ ਕੀ ਹੈ?

ਟੈੱਟਨਸ, ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਲੌਕਜਾਅ' ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ, ਇੱਕ ਜਰਾਸੀਮ ਜਾਂ ਬੈੱਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬਹੁਤਾ ਕਰ ਕੇ ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੱਟੀ ਜਾਂ ਰਗੜ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਰਾਹੀਂ ਬੈੱਕਟੀਰੀਆ ਚਮੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤੰਤੂਆਂ 'ਚ ਦਰਦਨਾਕ ਅਕੜਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਹ ਵਾਲੇ ਤੰਤੂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੈੱਟਨਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ 10 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 2 ਤੱਕ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਲਘੋਟੂ (ਡਿਫਥੇਰੀਆ) ਰੋਗ ਕੀ ਹੈ?

ਡਿਫਥੇਰੀਆ ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਿਫਥੇਰੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ 10 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 1 ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਰਾਸੀਮ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਛਿੱਕਣ ਜਾਂ ਖੰਘਣ ਨਾਲ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਰਲਣ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਦੇ ਹਨ। ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਅਤੇ ਲਕਵਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਜਾਂ "ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ" ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ ਕਾਰਨ 1 ਤੋਂ 3 ਮੌਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਰਾਸੀਮ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਖੰਘਣ, ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦਾ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਨਿਕਟ ਸੰਪਰਕ ਕਾਰਨ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਖੰਘ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਅਕਸਰ ਅਗਲੇ ਸਾਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੀਟੀ ਵਰਗੀ ਆਵਾਜ਼ ਨਾਲ ਖ਼ਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਖੰਘ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਕਾਰਨ ਨਮੂਨੀਆ, ਕੜਵੱਲ, ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਲਝਣਾਂ ਬਹੁਤਾ ਕਰ ਕੇ ਛੋਟੇ ਬਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ; ਪਰ ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਵਾਲੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਹੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਇਤਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲ ਸਕੇ।

Tdap ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ

ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ 'ਚ ਲੋਦੇ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਦਾ ਦੁਖਣਾ, ਲਾਲ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਸੋਜ ਪੈਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਹਲਕਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਜਾਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੇ ਐਨਾਫਾਇਲੈਕਿਸਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਛਪਾਕੀ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ ਜਾਂ ਗਲੇ, ਜੀਭ, ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ, ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ 911 ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਦਸ ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 15 ਮਿੰਟ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਠਹਿਰਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਐਨਾਫ਼ਾਇਲੈਕਿਸਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਅਚਨਚੇਤ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਪਬਲਿਕ ਹੈੱਲਥ ਨਰਸ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

Acetaminophen ਜਾਂ Tylenol® ਬੁਖਾਰ ਲਈ ਅਤੇ ਦੁਖਣ ਤੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ASA ਜਾਂ Aspirin® ਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਕਾਰਨ **20** ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ **ਨਹੀਂ** ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ Tdap ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ?

ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ:

- ਟੈੱਟਨਸ, ਡਿਪਥੇਰੀਆ ਜਾਂ ਪ੍ਰਟੂਸਿਸ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਕਾਰਨ ਜਾਨ-ਲੇਵਾ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੋਇਆ ਸੀ।
- ਟੈੱਟਨਸ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ 8 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਗੁਇਲੇਨ-ਬਾਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (GBS) ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। GBS ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਅਧਰੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। GBS ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਵਿਰਲੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ

ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਲੈਣ। ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਪਿਆਂ /ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਲੈਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜੋ ਹਰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ ਉਹ ਕਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.immunizebc.ca ਦੇਖੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਹੈਲਥਫਾਈਲ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ਵੇਖੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

ਗੈਰ-ਹੰਗਾਮੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ www.HealthLinkBC.ca 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਜਾਂ **8-1-1** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲ਼ੇ ਮਦਦ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 7-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੰਗੇ ਜਾਣ 'ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

British Columbia
The Best Place on Earth
ImmunizeBC
BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY