

ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉ

Protecting Your Baby against Hepatitis B at Birth

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।
ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਵਾਉ।

ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਉਪਾਅ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਹਨ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ (Hepatitis B) ਵੈਕਸੀਨਜ਼ ਕੀ ਹਨ?

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ (Hepatitis B) ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ Health Canada (ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ) ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਹਨ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਕੀ ਹੈ?

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਕੇ ਜਿਗਰ ਵਿੱਚ ਚਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਤਾਂ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕੋ ਹੀ ਹੈ।

ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਐਸੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸਮ ਫ਼ਰੋਸ਼ੀ ਦਾ ਧੰਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਮਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਬਚਾਉ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ 2 ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਇੱਕ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਇਮਿਊਨ ਗਲੋਬਿਊਲਿਨ ਹੈ। ਇਹ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਜਰਮਜ਼ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਟੀਕਾ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਪਰ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਸਿਰਫ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਦਾ ਟੀਕਾ ਹੀ ਲਗੇ ਗਾ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, 2, 4, 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 3 ਹੋਰ ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਬਚਪਣ ਦੇ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਇਮਿਊਨ ਗਲੋਬਿਊਲਿਨ ਜਾਂ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਦੇ ਹਨ, ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਸਟ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨਜ਼	ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ
ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ	ਜਨਮ ਸਮੇਂ
ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ	2 ਮਹੀਨੇ
ਤੀਜੀ ਖੁਰਾਕ	4 ਮਹੀਨੇ
ਚੌਥੀ ਖੁਰਾਕ	6 ਮਹੀਨੇ
ਖੂਨ ਟੈਸਟ	ਚੌਥੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ

ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਹੀ ਲਗਵਾਏ ਜਾਣ। ਸਾਰੀਆਂ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਜ਼ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਖੂਨ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਦਰਵਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ - ਜਿਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ। ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਐਸੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ

ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖੂਨ ਲਗਾ ਹੋਵੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਬੁਰਸ਼, ਉਸਤਰਾ, ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਧਾਗਾ, ਨਹੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਰੇਤੀ, ਨਸ਼ੇ ਵਾਲੀਆਂ ਗੰਦੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਦੀ ਹੈ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਾਅ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬਾਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਮੁਫਤ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਾਂਵਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਹੈ ਉਹ ਤਾਂ ਹੀ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਇਮਿਊਨ ਗਲੋਬਿਊਲਿਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਕੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ ਟੀਕੇ 2, 4 ਅਤੇ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਲਗਵਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ।

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ

ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਉਲਝਨਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਗਰ ਦਾ ਪੱਕੇ ਤੌਰ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ, ਜਿਸਤੋਂ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਚਾਉ ਲਈ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਕੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬਚਾਉ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 2, 4 ਜਾਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ ਜੇ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਜਾਂ ਯੀਸਟ ਅਤੇ ਲੈਟੈਕਸ ਸਮੇਤ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਰਿਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।

ਵੈਕਸੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੰਭਵ ਰਿਐਕਸ਼ਨ

ਵੈਕਸੀਨ ਬੜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲੋਂ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਆਮ ਰਿਐਕਸ਼ਨਜ਼ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ, ਖਾਰਸ਼ ਹੋਣੀ, ਲਾਲ ਹੋਣਾ, ਸੁਜਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬੇਚੈਨੀ ਜਾਂ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ ਜਾਂ ਟੈਲੀਨੋਲ (Tylenol®) ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੁਖਣ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰਾਈ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਾਰਨ ਏ ਐਸ ਏ ਜਾਂ ਐਸਪ੍ਰੀਨ 20 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ

ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 15 ਮਿੰਟ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੁਕਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਕਦੀ ਕਦਾਈਂ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਨ ਲੇਵਾ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਛਪਾਕੀ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼, ਗਲਾ, ਜੀਭ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹ ਵੀ ਸੁੱਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 911 ਜਾਂ ਲੋਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਇਸ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਦਸ ਲੱਖ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਚਾਨਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੀ ਇਤਲਾਹ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਨਰਸ ਨੂੰ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਦੇਖੋ:

[#25a ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ](#)

[#25b ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਇਮਿਊਨ ਗਲੋਬਿਊਲਿਨ](#)

[#25c ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਇਨਫੈਂਟ ਵੈਕਸੀਨ](#)

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।

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

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



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY