BRITISH COLUMBIA | HealthLinkBC

Punjabi - Number 43
September 2011

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ
Toxoplasmosis

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਉੱਤਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿਚ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮਾ ਗਾਂਡੀਆਈ ਨਾਮਕ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉੱਤਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ 20% ਲੋਕ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਬਾਲਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਦੀਆਂ ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ?

ਇਸ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਇਸ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

ਜੋ ਲੋਕ ਕੁੱਝ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਫ਼ਲੂ ਵਰਗੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਗਲ਼ਾ ਦਰਦ ਕਰਨਾ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਰਦਨ, ਕੱਛਾਂ ਜਾਂ ਚੱਡਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਲਟੀਆਂ ਸੁੱਜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਧੁੰਦਲੀ ਜਾਂ ਨਜ਼ਰ ਦਾ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਜਾਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ./ਏਡਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਲਝਣਾ ਹੋਰ ਵਧ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦੀ ਹੈ?

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਪੰਛੀ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਕੱਚਾ ਮੀਟ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪੀਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਿੱਲੀਆਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮੈਲ਼ੇ ਨਾਲ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਨੂੰ ਫੈਲਾਅ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਆਮ ਤਰੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਲੋਕ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਵਾਲਾ ਡੱਬਾ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਈ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਗਾ ਕੇ ਉਹ ਹੀ ਹੱਥ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ
- ਕੱਚਾ ਜਾਂ ਘੱਟ ਪੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਮੀਟ ਖਾਣ ਨਾਲ
- ਪੈਸਚੁਰਾਈਜ਼ਡ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਦੁੱਧ ਪੀਣ ਨਾਲ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਗ਼ੀਚਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰੇਤ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚ ਖੇਡਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬਿੱਲੀ ਦਾ ਮਲ਼ ਹੋਵੇ
- ਖੇਡਣ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਮਿੱਟੀ ਅਚਾਨਕ ਅੰਦਰ ਲੰਘਾ ਲੈਣੀ।

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋਣ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ:

- ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮਾ ਵਾਲਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ
- ਦੂਸ਼ਿਤ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਖ਼ੂਨ ਚੜ੍ਹਨਾ – ਪਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਅਤੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ HealthLink BC (ਹੈੱਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ.) ਫ਼ਾਈਲ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਏ ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੋ ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ ਵਿਚ ਵਧ ਰਿਹਾ ਭਰੂਣ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋ ਜਾਏ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਸੀ ਤਾਂ ਭਰੂਣ ਦਾ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਜੇ ਭਰੂਣ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਦੂਜੇ ਜਾਂ ਛੇਵੇਂ ਮਹੀਨੇ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੀਬਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਜੇ ਭਰੂਣ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਗਰਭਪਾਤ, ਭਰੂਣ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਕਮੀ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਮ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਬੱਚਾ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮਾ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ, ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਪਾਣੀ (ਹਾਈਡ੍ਰੋਸਿਫ਼ਲਸ), ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਉਹ ਦਿਮਾਗ਼ੀ ਅਪਾਹਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੀ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਿਆਂ ਜੰਮਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰੀ ਰੋਕੀ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਇਲਾਜ

ਕਰ ਕੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜਦੋਂ ਲਿਟਰ ਬਾਕਸ (ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਵਾਲਾ ਡੱਬਾ) ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲੱਗੋ ਤਾਂ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਰਹੋ ਕਿ ਕਿਤੇ ਅਚਾਨਕ ਉੱਥੋਂ ਦੀ ਧੂੜ ਅੰਦਰ ਨਾ ਲੰਘਾ ਲਵੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਲਿਟਰ ਬਾਕਸ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
- ਬਿੱਲੀ ਦਾ ਲਿਟਰ ਬਾਕਸ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨੋ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਆਪਣੇ ਰੇਤ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ ਤੇ ਪੱਕਾ/ਪੀਡਾ ਢੱਕਣ ਦਿਓ ਤਾਂ ਕਿ ਬਿੱਲੀ ਉਸ ਨੂੰ ਲਿਟਰ ਬਾਕਸ ਵਾਂਗ ਨਾ ਵਰਤੇ।
- ਕੱਚਾ ਜਾਂ ਘੱਟ ਪੱਕਿਆ ਮੀਟ ਨਾ ਖਾਓ।
- ਕੱਚੇ ਮੀਟ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ, ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਮੀਟ ਕੱਟਣ ਵਾਲੇ ਬੋਰਡ ਨੂੰ ਧੋਵੋ ਤਾਂ ਕਿ ਹੋਰ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ।
- ਪੈਸਚੁਰਾਈਜ਼ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਦੁੱਧ ਨਾ ਪੀਓ।
- ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨ ਕੇ ਬਾਗ਼ ਬਗ਼ੀਚੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕੁਆਲਿਟੀ ਬਾਰੇ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਟਰੀਟਮੈਂਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬੋਤਲ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ।

ਬਿੱਲੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ

ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਾਂਗ ਬਿੱਲੀ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਬਿੱਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ। ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਇਨਫ਼ੈਕਟਿਡ ਹੋਣ ਤੋਂ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਹੀ ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਵਿਚ ਪੈਰਾਸਾਈਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ 1 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਸੀਆਂ ਬਿੱਲੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਬਿੱਲੀਆਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਪਲ਼ੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਚੂਹੇ ਜਾਂ ਪੰਛੀ ਕਦੇ ਪਕੜੇ ਅਤੇ ਖਾਧੇ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਕੱਚਾ ਮੀਟ ਖਾਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਆਵਾਰਾ ਜਾਂ ਓਪਰੀ ਬਿੱਲੀ ਜੋ ਬਿਮਾਰ ਜਿਹੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਐਸੀ ਬਿੱਲੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਐੱਸ.ਪੀ.ਸੀ.ਏ. (SPCA) ਜਾਂ ਹਿਊਮੈਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਨੂੰ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਾਲਤੂ ਬਿੱਲੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਕੁੱਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

- ਬਿੱਲੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ, ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਜੇ ਬਿੱਲੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਟਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਲਿਟਰ ਬਾਕਸ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਕੂੜੇ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰੋ।
- ਬਿੱਲੀ ਦੇ ਮਲ਼ ਦੀ ਖਾਦ ਨਾ ਬਣਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬਗੀਚੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਸੁੱਟੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿੱਲੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।
- ਆਪਣੀ ਬਿੱਲੀ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਕੱਚਾ ਮੀਟ ਖਾਣ ਨੂੰ ਨਾ ਦਿਓ।

ਕੀ ਟੌਕਸੋਪਲਾਜ਼ਮੋਸਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਟੌਕਸੋਪਲਾਮੋਸਿਸ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਜੇ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਦਿਲ ਤੇ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਈ ਹੈ ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ, ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਏਡਜ਼ ਜਾਂ ਕੈਂਸਰ ਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

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

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 ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

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