Punjabi - Number 50b
Child Immunization Series - February 2011

ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫ਼ਾਇਦੇ

The Benefits of Vaccinating Your Child

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ। ਵਕਤ ਸਿਰ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਪਬਲਿਕ ਹੈੱਲਥ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ।

ਜੈਨੇਟ ਅਤੇ ਨਾਥਨ ਦੀ ਕਹਾਣੀ

ਕਾਰ ਚਲਾਉਂਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਜੈਨੇਟ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪਿੱਛੇ ਬੈਠਾ ਹੋਇਆ 2½ ਸਾਲ ਦਾ ਨਾਥਨ ਬਿਲਕੁਲ ਚੁੱਪ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਜੈਨੇਟ ਨੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪਿੱਛੇ ਵੇਖਿਆ। ਨਾਥਨ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਪਿੱਛੇ ਸਿਰ ਵਲ ਮੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਖੱਬਾ ਪਾਸਾ ਨਿਢਾਲ ਸੀ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚੋਂ ਰਾਲ਼ਾਂ ਟਪਕ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਜੈਨੇਟ ਨਾਥਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੱਮ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਗਈ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ, ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ 6 ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਨਾਥਨ ਨੂੰ ਸਟ੍ਰੋਕ ਹੋਈ ਹੈ। ਨਾਥਨ ਨੇ ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਲਗਵਾਇਆ ਹੋਇਆ।

ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਟ੍ਰੋਕ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 12% ਬੱਚੇ ਸਟ੍ਰੋਕ ਕਾਰਨ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਸਟ੍ਰੋਕ ਕਾਰਨ ਨਾਥਨ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਲਈ ਖੱਬਾ ਪਾਸਾ ਪੂਰਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇ ਨਾਥਨ ਨੇ ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਉਸਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣੋ ਬਚ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਵੈਕਸੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਅਪਾਹਜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਅਤੇ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲੱਗ ਜਾਣ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਂਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਇਮਿਊਨ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈੱਕਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟੀਕਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਅੱਕਤੀਆਂ ਦੇ ਬਚਾਅ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ:

- ✓ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਵਾਰ, ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਗੁਆਂਢੀ
- ✓ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ
- ✓ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਰੋਗੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ

ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹੱਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਮੈਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਗੁਰਦਿਆਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਬੋਲ਼ਾਪਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਅੰਗ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ 10 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਮਰੀਜ਼ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੁਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਰਮਜ਼ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜਰਮ ਬਹੁਤ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦੇ ਹਨ। ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਲਿਸਟ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਹੜੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੇ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ❑ ਡੇਕੇਅਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ
- ❑ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ
- ❑ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦਾ ਵੇਟਿੰਗ ਰੂਮ
- ❑ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਸੰਗੀਤ ਸਮਾਰੋਹ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
- ❑ ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਪ
- ❑ ਬੱਸ ਜਾਂ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼
- ❑ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੋਈ ਮੁਲਕ

ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੁਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।
ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇ ਸਿਰ ਲਗਵਾਓ।

ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਮਰ ਭਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਗਾਏ ਜਾਣ।

ਵੈਕਸੀਨ ਬੜੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ

ਬਿਮਾਰੀ ਸਹੇੜਣ ਨਾਲੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਆਮ ਅਸਰ ਬਾਹਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬੁਖਾਰ ਜੋ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਕਰੀਬਨ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅੱਧੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਬੁਖ਼ਾਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੌਰੇ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੌਰੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
- ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲਾ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਦਸ ਲੱਖ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ। ਜੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿੰਨੇ ਕੇਸ ਹੁੰਦੇ ਸਨ*	ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿੰਨੇ ਕੇਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ*
ਡਿਪਥੇਰੀਆ	9,000	1
ਖਸਰਾ	300,000	8
ਪੋਲੀਓ	20,000	0
ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ	69,000	9
ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ	25,000	2,718
	*ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕ	*2004 ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕ

ਟੀਕਿਆਂ ਨੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਚਾਰਟ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੇਖ ਲਵੋ ਕਿ ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿੰਨੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਗਾਈਡ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਦੇਖੋ: www.phac-aspc.gc.ca/im/index-eng.php.

ਜੇ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾ ਲਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਤਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਗਰੁੱਪ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਬੱਚੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਕੈਨੇਡਾ, ਇੰਗਲੈਂਡ, ਸਵੀਡਨ, ਜਪਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਗਵਾਉ।

ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖੋ

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

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪਬਲਿਕ ਹੈੱਲਥ ਏਜੰਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.phac-aspc.gc.ca/im/index-eng.php

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੋਲੀਸ਼ਨ ਫ਼ਾਰ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਅਵੇਅਰਨੈਸ ਅਤੇ ਪਰਮੋਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ: http://immunize.ca/en/default.aspx

ਬਚਪਨ ਦੀ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ HealthLink BC Files (ਹੈੱਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਫ਼ਾਈਲਾਂ):

#50a ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ) ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ
#50c ਬਾਲ ਵਰੇਸ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ
#50d ਬਾਲ ਵਰੇਸ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ: ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹ
#50e ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

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