Punjabi - Number 79
February 2010

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ

Q Fever

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ "ਕੋਕਸਿਏਲਾ ਬੁਰੰਟੀ" (*Coxiella burnetii*) ਨਾਮਕ ਬੈਕਟੇਰੀਏ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੈਕਟੇਰੀਏ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਜਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਮਿੱਟੀ ਘੱਟੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਜਗ੍ਹਾ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦੀਆਂ ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ?

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਅੱਧਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਕਤ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ ਵਾਇਰਲ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੀ ਸਮਝ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਰਭਾਵਤ ਹੋਏ ਹੋ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ 2 ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਗੀਆਂ।

ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇੱਕਦਮ ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ ਦਾ ਆਉਣਾ,
- ਠੰਡ ਲਗਣੀ,
- ਸਿਰ ਦਰਦ,
- ਕਮਜ਼ੋਰੀ,
- ਬੇਚੈਨੀ (ਬੁਖ਼ਾਰ ਜਿਹਾ ਲਗਣਾ), ਅਤੇ
- ਬਾਰ ਬਾਰ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਉਲਝਨਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਲਝਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਗਰਭਪਾਤ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼, ਦਿਮਾਗ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਸੋਜਸ਼।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਬਕਰੀਆਂ, ਭੇਡਾਂ, ਗਾਂ ਮੱਝ ਅਤੇ ਹੋਰ ਘਰੇਲੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦੇ ਬੈਕਟੇਰੀਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬੈਕਟੇਰੀਏ ਬੱਚੇਦਾਨੀ, ਜੇਰ ਅਤੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਰਗੇ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਲੋਕੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬੈਕਟੇਰੀਏ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਤ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪਸ਼ੂ ਦੇ ਦੂਸ਼ਤ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਸਿਧੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਵੀ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੋਕਸਿਏਲਾ (*Coxiella*) ਬੈਕਟੇਰੀਆ ਦੂਸ਼ਤ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੂਸ਼ਤ ਦੁੱਧ ਜੋ ਪਾਸਚੁਰੀਕ੍ਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਪੀ ਕੇ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਫੈਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਬੜੀ ਛੂਤ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਬੈਕਟੇਰੀਆ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦਾ ਕੀ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੁਝ ਕੁ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਪੀਲੀਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਪੀਲੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਗਹਿਰਾ ਪੀਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਟਿਕਸ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦਾ ਕਿਸ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੈ?

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਖੇਤੀ ਬਾੜੀ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੇੜੇ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਲੋਕ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਤ ਮਿੱਟੀ ਘੱਟੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦਾ ਬੈਕਟੇਰੀਆ ਹਵਾ ਦੇ ਰੁਖ ਨਾਲ ਇੱਕ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਦੂਰ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਿਮਾਰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀਆਂ

ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਲੈਬਾਰਟਰੀਜ਼ ਜੈਸੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੜੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਕਿਸਾਨ, ਪਸ਼ੂ ਪਾਲਕ, ਅਤੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਮੇਂ ਜੋ ਭੇਡਾਂ, ਬਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਖਾਸਕਰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ;
- ਪਸ਼ੂ ਵਾੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਮੇਂ;
- ਜ਼ਿੰਦਾ ਪਸ਼ੂ ਢੋਣ ਵਾਲੇ ਟਰੱਕਾਂ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ, ਟਰੱਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਬੋਲੀਆਂ ਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਰਸ਼ਕ;
- ਮੀਟ ਪੈਕ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਹੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ;
- ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਫੰਦਕ;
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਾਇਕ;
- ਪਾਲਤੂ ਪਸ਼ੂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੇ ਕਾਮੇਂ – ਡੰਗਰ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਚਿੜੀਆ ਘਰ ਦੇ ਨੌਕਰ; ਅਤੇ
- ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਲੋਕ ਜੋ ਦੂਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖੂਨ, ਥੁੱਕ, ਜਾਂ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਊ ਫ਼ਿਵਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਪਸ਼ੂਆਂ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰੀਕੇ (ਸਾਰੀਆਂ ਜਨਮ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਗ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਦੱਬ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ) ਨਸ਼ਟ ਕਰਨਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੇਰ, ਝਿੱਲੀ, ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਬੱਚਾ।
- ਕੁੱਤੇ, ਬਿਲੀਆਂ, ਪੰਛੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਖਾਣ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
- ਜਿੱਥੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਪਰਸੂਤ ਲਈ ਵੱਖਰੀ ਜਗ੍ਹਾ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜਿਹੜੇ ਕੋਠੇ/ਵਾੜੇ ਅਤੇ ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ ਉਥੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜਾਣ ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇ।
- ਸਿਰਫ਼ ਪਾਸਚੁਰੀਕ੍ਰਿਤ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਪਦਾਰਥ ਹੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਆਯਾਤ ਕੀਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੱਖਰਾ ਰੱਖੋ।
- ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਕਿਉਂਕਿ ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਨੇਮ ਨਾਲ ਟੈਸਟ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਇਹ ਇਹਤੀਆਤ ਵਰਤੋ ਕਿ ਹਵਾ ਦੂਜੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾ ਜਾਵੇ।
- ਹਿਫ਼ਾਜ਼ਤੀ ਕਪੜੇ, ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਨਕਾਬ ਵਰਤੋ ਜਦੋਂ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਜਾਨਵਰਾਂ (ਖਾਸਕਰ ਗੱਭਣ) ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ਾਰਮਾਲਿਨ ਜਾਂ ਬਲੀਚ ਘੋਲ ਨਾਲ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਦੂਸ਼ਤ ਕਚਰੇ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰੋ।
- ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਮਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੋਈ ਫਾਰਮ ਵੇਖਣ ਜਾਓ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ੋ ਤੇ ਜਾਓ ਤਾਂ ਹੱਥਾਂ, ਜੁਤੀਆਂ, ਟਰੱਕਾਂ, ਟਰੇਲਰਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਸਾਫ਼ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ HealthLinkBC File (ਹੈੱਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਫ਼ਾਈਲ) ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ Canadian Centre for Occupational Health and Safety (CCOHS) (ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਂਟਰ ਫ਼ਾਰ ਆਕੁਪੇਸ਼ਨਲ ਹੈੱਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫ਼ਟੀ (ਸੀ.ਸੀ.ਓ.ਐੱਚ.ਐੱਸ)) ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹਨ: www.ccohs.ca/oshanswers/diseases/qfever.html

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 ਫ਼ੋਨ 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।