ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ

ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਫਲੂ ਅਤੇ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਸਮੇਤ, ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ ਜੁਲਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਤੱਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਲੋਕ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ -19 ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਬੁਖਾਰ
- ਠੰਡ ਲਗਣੀ
- ਖੰਘ ਜਾਂ ਬਦਤਰ ਹੋ ਰਹੀ ਪੁਰਾਣੀ ਖੰਘ
- ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ
- ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਵਗਦਾ ਨੱਕ
- ਗੰਧ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ
- ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ
- ਦਸਤ
- ਸਿਰਦਰਦ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦਾਂ
- ਥਕੇਵਾਂ
- ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ

ਕਈ ਵਾਰੀ ਕੋਵਿਡ -19 ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਬਦਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਘੱਟ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਬੰਦ ਨੱਕ, ਕੰਨਜੰਕਟੀਵਾਈਟਿਸ (ਗੁਲਾਬੀ ਅੱਖ), ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ, ਉਲਝਣ, ਪੇਟ ਦਰਦ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੈਸ਼ ਜਾਂ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦਾ ਬਦਰੰਗ ਹੋਣਾ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਹਲਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਵੀ, ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸਫੇ ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਤੱਕ ਨਾ ਫੈਲਾਓ। ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ, ਕਿਸ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਖਤਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇਖੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਦੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਫੇ ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੋਵਿਡ -19 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ, ਹੋਰ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਦੇਖੋ:

- ਜ਼ੁਕਾਮ
- ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀਆਂ, 11 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ
- ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀਆਂ, 12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ
- ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, 11 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ
- ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, 12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ

ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ -19 ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਿਓ, ਕਾਫੀ ਸਾਰਾ ਆਰਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖੰਘ ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਹਯੁਮਿਡਿਫਾਇਅਰ ਜਾਂ ਗਰਮ ਸ਼ਾਵਰ ਵਰਤੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਬੀਸੀ ਕੋਵਿਡ -19 ਲੱਛਣ ਸਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਟੂਲ ਵਰਤੋ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਹਲਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਵੀ, ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ (ਉਹ ਸਥਾਨ ਜਿਥੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਲੱਭਣ ਲਈ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਦੇ ਟੈਸਟਿੰਗ ਸਫੇ ਤੇ ਜਾਓ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਲੱਛਣ ਦੂਸਰੇ ਮੈਡੀਕਲ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ **8-1-1** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੇਠ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਾਗਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਲਝਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **9-1-1** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਕੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਆਮ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ, ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀਸੀ (**8-1-1**) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਪੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਬਦਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੱਕ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਤਾਗੀਦੀ (urgent) ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਮੰਗੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਬਲੀਡਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ **9-1-1** ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਵਾਲੀ ਆਬਾਦੀ ਹੋ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਕਰਕੇ ਵੱਧ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦਾ ਵੱਧ ਸੰਜੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਆਬਾਦੀਆਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਵਾਲੀਆਂ (ਅਤੇ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ) ਆਬਾਦੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਆਬਾਦੀਆਂ
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ: ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ ਆਬਾਦੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ -19 (PDF 335KB)
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ; ਕੋਵਿਡ - 19 ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਕੋਵਿਡ -19 ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਸੇਧਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ - 19 ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ - 19 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਕੋਵਿਡ - 19 ਅਤੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ
- ਬੀਸੀ ਵਿਮਿੰਨਜ਼ ਹੌਸਪਿਟਲ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਕੋਵਿਡ -19 ਜਾਣਕਾਰੀ (ਆਮ ਸਵਾਲ)
- ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ: ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ - 19) ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ, ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਅਤੇ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ: ਮਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ (PDF 355KB)

ਕੋਵਿਡ - 19 ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ

ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ - 19 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ, ਦੇਖੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਕੋਵਿਡ - 19 ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ: ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ - 19): ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ

ਕੋਵਿਡ - 19 ਅਤੇ ਆਪਣੀ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19) ਦੇਖੋ।

ਆਖਰੀ ਵਾਰੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ : 19 ਜੂਨ, 2020

ਉੱਤੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, 19 ਜੂਨ, 2020 ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਦੇ ਕੋਵਿਡ - 19 ਸਾਧਨਾਂ, ਅਤੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਪੀਐਚਏਸੀ: ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ - 19): ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ 19 ਜੂਨ, 2020 ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।