# ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ)

ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਉਦੋਂ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਪ੍ਰੋਟੀਨ (ਐਲਰਜੇਨ) ਨਾਲ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਐਲਰਜੀ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਿਤ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ (ਐ-ਨਾ-ਫਿਲੈ-ਕ-ਸਿਸ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਅਕਸਰ ਫੌਰੀ ਤੌਰ ਤੇ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ) ਦੇ ਲੱਛਣ

ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਨਾਮਕ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਐਰਲਜੇਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਈ ਘੰਟੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਲੱਛਣ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕੋ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਣ ਤੇ ਵੱਖਰੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਨਾਫਿਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਬਿਨਾਂ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- **ਤਵੱਚਾ:** ਛਪਾਕੀ, ਸੋਜ (ਚਿਹਰਾ, ਬੁੱਲ੍ਹ, ਜੀਭ), ਖੁਜਲੀ, ਤਪਸ਼, ਲਾਲੀ, ਰੈਸ਼
- **ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ (ਸਾਹ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ):** ਖੰਘ, ਛਿੱਕਾਂ ਆਉਣਾ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਸੀਨੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਕੜ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਜਕੜ, ਭਰੜਾਉਂਦੀ ਅਵਾਜ਼, ਨੱਕ ਸਬੰਧੀ ਜਮਾਉ ਜਾਂ ਪਰਾਗ ਤਾਪ (ਹੇ ਫੀਵਰ) ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ (ਨੱਕ ਵਗਣਾ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਖੁਜਲੀ ਹੋਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਆਉਣਾ, ਛਿੱਕਾਂ ਆਉਣਾ), ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- **ਗੈਸਟ੍ਰੋਇਨਟੈਸਟਾਇਨਲ (ਪੇਟ):** ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ, ਉਲਟੀ ਹੋਣਾ, ਦਸਤ
- **ਕਾਰਡਿਓਵੈਸਕਿਉਲਰ (ਦਿਲ):** ਤਵੱਚਾ ਦਾ ਰੰਗ ਸਧਾਰਨ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੱਧ ਪੀਲਾ ਹੋਣਾ/ਨੀਲਾ ਰੰਗ, ਨਬਜ਼ ਬਿਲਕੁੱਲ ਹੌਲੀ ਚੱਲਣਾ, ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਹੋਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਘੁੰਮਣਘੇਰੀ, ਅਧਰੰਗ
- **ਹੋਰ:** ਚਿੰਤਾ, ਬਰਬਾਦੀ ਦੇ ਭਾਵ (ਇੰਜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਕਿ ਕੁਝ ਬੁਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੈ), ਸਿਰ ਦਰਦ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਵਿੱਚ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ, ਧਾਤ ਜਿਹਾ ਸੁਆਦ ਆਉਣਾ

## ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿਖਾਉਣਾ

ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਖਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿਖਾਈ ਜਾਵੇ:

1. ਗਿਆਤ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕੀ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਲੱਛਣ ਤੇ ਹੀ **ਐਪਾਈਨਫਰੀਨ (epinephrine) ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ** ਦਿਓ (ਜਿਵੇਂ EpiPen® ਜਾਂ Allerject™)
2. **9-1-1** ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ **ਫੋਨ ਕਰੋ**। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ
3. ਜੇਕਰ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਬਾਅਦ ਪੰਜ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ **ਐਪਾਈਨਫਰੀਨ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿਓ**
4. **ਤੁਰੰਤ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ (ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਰਾਹੀਂ)** ਭਾਵੇਂ ਲੱਛਣ ਮਾਮੂਲੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਫਿਰ ਰੁਕ ਗਏ ਹੋਣ। ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਹੋਰ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਚਿਕਿਤਸਕ ਸਲਾਹ ਦੇਣ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲਗਭਗ 4 ਤੋਂ 6 ਘੰਟੇ), ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ

5. **ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ (ਜਿਵੇਂ ਮਾਪਾ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ**

## EpiPen® ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ

1. EpiPen® ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਉਤਪਾਦ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪੁੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਉਤਪਾਦ ਉੱਤੇ ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ 31 ਜਨਵਰੀ ਤੱਕ ਵੈਧ (ਮਿਆਦ ਨਹੀਂ ਪੁੱਗੀ) ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ
2. ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਿਆ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਲਓ
3. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਨਾਫਿਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਿਆ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਿਆ ਉਤਪਾਦ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ **9-1-1** ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
4. ਭਾਵੇਂ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਉਤਪਾਦ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਲੇਬਲ ਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

## ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਭੋਜਨ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅਲੈਰਜਨ (ਐਲਰਜੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੱਤ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਹੋਵੇ, ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀਆਂ – ਵਸੀਲੇ ਦੇਖੋ।

ਸਾਡੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਗੰਭੀਰ ਅਲਰਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਨੁਸਖੇ ਵੀ ਮਿਲਣਗੇ:

- HealthLink BC File #100a ਖਾਣੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ – ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ
- HealthLinkBC File #100c ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਅਲਰਜੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ

ਬੱਚੇ ਦੇ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਅਲਰਜੀ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਲਈ, ਦੇਖੋ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ

ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਅਲਰਜੀਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਬਾਲਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #100b ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਐਲਰਜੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ

## ਉਪਯੋਗੀ ਵੈੱਬਸਾਇਟਾਂ

ਬੀਸੀ ਸਰਕਾਰ

ਬੀਸੀ ਸਰਕਾਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਅਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਦੇ ਸਾਧਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ, ਨੀਤੀਆਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

- ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ (Anaphylaxis)

## ਫੂਡ ਐਲਰਜੀ ਕੈਨੇਡਾ (Food Allergy Canada)

ਫੂਡ ਐਲਰਜੀ ਕੈਨੇਡਾ (Food Allergy Canada) ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨ, ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਐਲਰਜੀ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਖੋਜ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੰਦੇ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹਨ। ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਲਈ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ,ਦੇਖੋ :

- ਐਲਰਜੀ ਅਵੇਅਰ (Allergy Aware)
- ਫੂਡ ਐਲਰਜੀ ਕੈਨੇਡਾ: ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ
- ਫੂਡ ਐਲਰਜੀ ਕੈਨੇਡਾ: ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪਲਾਨ
- ਫੂਡ ਐਲਰਜੀ ਕੈਨੇਡਾ: ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਦਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ
- ਭੋਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਅਲਰਜੀ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੀਣਾ ਨਵੀਂ ਤਸ਼ਖੀਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ
- ਜਲਦੀ (F.A.S.T) ਸੋਚੋ...
- ਵਾਏ ਰਿਸਕ ਇਟ (Why Risk It)

## ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਅਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਆਮ ਤੱਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਧਨਾਂ ਲਈ ਦੇਖੋ:

- ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਬਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਆਮ ਤੱਤ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ
- ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਨੁਸਖੇ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ

## ਕੈਨੇਡਿਅਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਔਫ ਐਲਰਜੀ ਐਂਡ ਕਲੀਨਿਕਲ ਇਮਿਯੂਨੋਲੋਜੀ (Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology)

ਕੈਨੇਡਿਅਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਔਫ ਐਲਰਜੀ ਐਂਡ ਕਲੀਨਿਕਲ ਇਮਿਯੂਨੋਲੋਜੀ, ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਇਮਿਯੂਨੋਲੋਜੀ ਖੋਜ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਸੋਸਾਇਟੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਮ ਅਲਰਜੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਨਮੂਨਾ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ:

- ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਐਨਾਫਿਲਲੈਕਸਿਸ

ਪਿਛਲੀ ਵਾਰ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ: 21 ਦਿਸੰਬਰ, 2018

ਐਲਰਜੀ ਸਬੰਧੀ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੈਲਥ ਫੀਚਰ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ ਇੰਨ ਸਕੂਲਜ਼ ਐਂਡ ਅਦਰ ਸੈਟਿੰਗਜ਼ ਕਾਪੀਰਾਇਟ 2005-2016 ਕੈਨੇਡਿਅਨ ਸੋਸਾਇਟੀ ਔਫ ਐਲਰਜੀ ਐਂਡ ਕਲੀਨਿਕਲ ਇਮਿਯੂਨੋਲੋਜੀ (Anaphylaxis in Schools and Other Settings, Copyright 2005-2016 Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology) ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।

EpiPen® ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਇੰਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਅੱਪਡੇਟ – ਸ਼ੌਰਟੇਜ ਔਫ EpiPen (0.3 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ) ਅਤੇ EpiPen Jr (0.15 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ) ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰਜ਼ ਇੰਨ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ, ਜਿਸ ਤੱਕ 12 ਦਿਸੰਬਰ, 2018 ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।