BRITISH COLUMBIA | HealthLinkBC

Punjabi - Number 111
November 2019

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ

Shingles Vaccines

ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਜਤਨ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੀ ਹਨ?

2 ਵੈਕਸੀਨਾਂ, ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਅਤੇ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੈ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਵਿਚ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਰੂਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਵਿਚ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਿਰਫ ਇਕ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਦੀ 50 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਲੱਗੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 1 ਸਾਲ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜਾਂ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਲਗਵਾਈ ਸੀ।

ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) 50 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਕਾਰਨ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ।

ਮੈਂ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਜਿਆਦਾਤਰ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਜੋਂ, 2 ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਲਾਗਤ ਲਗਭਗ $150/ਖੁਰਾਕ ਹੈ। ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਨੂੰ 1 ਖੁਰਾਕ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਕੀਮਤ ਲਗਭਗ $200 ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ; ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਟ੍ਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਕ ਔਨ-ਸਾਈਟ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੇ ਦਰਸ਼ਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ 50% ਤੱਕ, ਅਤੇ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਨਾਲ 90% ਤੋਂ ਵੱਧ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਓ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਵੈਕਸੀਨ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਉਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਦਰਦ ਜੋ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜਲਨ, ਲਾਲੀ, ਸੋਜ, ਖੁਜਲੀ ਜਾਂ ਰੈਸ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਾਰਿਸ਼ ਅਤੇ ਧੱਫੜ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਜੋ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਕੰਬਣੀ, ਮਤਲੀ, ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

> ਅਸੀਟਾਮੇਨੋਫੇਨ (Acetaminophen) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਟਾਇਲੇਨੌਲ (Tylenol®)) ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ (ibuprofen) (ਉਦਾਹਾਰਣ ਲਈ ਐਡਵਿਲ (Advil®)) ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਜਲਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏਐਸਏ (ASA) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਐਸਪਰੀਨ (Aspirin®)) ਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਰਕੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਦ 15 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਐਨਾਫਲਾਕਸਿਸ ਨਾਮ ਦੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਅਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦੀ ਅਤਿ

ਵਿਰਲੀ, ਇੱਕ ਮਿਲਿਅਨ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ, ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਛਪਾਕੀ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ, ਜਾਂ ਗਲੇ, ਜੀਭ ਜਾਂ ਬੁਲਾਂ ਦੀ ਸੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਐਪੀਨੈਫਰਿੰਨ (ਐਡਰੇਨੇਲਿੰਨ) ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਰਾਹੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੱਕ ਟਰਾਂਸਫਰ। ਜੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ **9-1-1** ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਸਾਰੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਣਕਿਆਸੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ (Shingrix®) ਲਗਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਸੀ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਲਗਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੈਲੇਟਿੰਨ ਜਾਂ ਨਿਓਮਾਈਸਨ ਸਮੇਤ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ, ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਪਦਿਕ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ੋਸਟਾਵੈਕਸ II (Zostavax® II) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ 1 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਲਈ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਨੂੰ ਟਾਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਕੀ ਹੈ?

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਛਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਦਰਦਨਾਕ ਰੈਸ਼ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਵਾਇਰਸ ਜੋ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਗੇ ਦੁਬਾਰਾ ਸਕ੍ਰਿਏ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। 3 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 1 ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨਕਾਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹੋਣਗੇ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ ਜਿੰਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਰੈਸ਼ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਭਰਦਾ ਹੈ। ਰੈਸ਼ 2 ਤੋਂ 4 ਹਫਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੈਸ਼ ਉਭਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਖੁਜਲੀ, ਜਾਂ ਝੁਣਝੁਣੀ ਦੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਸਿਰਦਰਦ, ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਕੰਬਣੀਆਂ। ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹੈ ਦਰਦ ਜੋ ਕਿ ਤੀਬਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ 5 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 1 ਨੂੰ ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਰੈਸ਼ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੋਸਟ ਹਰਪੇਟਿਕ ਨਯੂਰਲਜੀਆ (post-herpetic neuralgia) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੀਆਂ ਵਿਰਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਨਜ਼ਰ ਦਾ ਨਾਸ, ਚਮੜੀ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ (scarring), ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਜ (ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ) ਜਾਂ ਮੌਤ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲੋਂ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪਰ, ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਨਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲੋਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਜਾਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਧਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਲੇ ਦ੍ਰਵ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਅਤੇ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #44a ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਸਬੰਧੀ ਤੱਥ ਅਤੇ HealthLinkBC File #44b ਚਿਕਨਪੌਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ https://immunizebc.ca/. ਦੇਖੋ।

BRITISH COLUMBIA | ImmunizeBC

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority