BRITISH COLUMBIA HealthLinkBC

Punjabi - Number 41c
Traveller's Series - April 2021

ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਟਰੈਵਲ ਇੰਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਜ਼
Travel Immunizations for Adults

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਤੋਂ 8 ਹਫਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਫਰ ਸੰਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਇੱਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ, ਕਿਸੇ ਟਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹਫਤੇ ਲਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਲਈ 1 ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਹੱਤਪੂਰਨ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਦਿਹਾਤੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਥੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸਪਲਾਈ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਣ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਟਰੈਵਲ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਈ ਲਾਗਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਫੀਸ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਲਗਵਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਟਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਲੈਕੇ ਜਾਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਸਫਰ ਲਈ ਲਗਵਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈਕੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਮੈਂ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੁੜੀਂਦੇ ਟੀਕੇ ਇਸ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫਰ ਕਰੋਗੇ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਿਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨੇਮਕ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਅਪ ਟੂ ਡੇਟ ਹੋ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਲਗ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਾਲੇ ਆਮ ਟੀਕੇ ਹਨ।

ਪੋਲੀਓ ਵੈਕਸੀਨ

ਪੋਲੀਓ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਲ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਥੇ ਪੋਲੀਓ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਲੀਓ ਵਿਰੁੱਧ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਬੂਸਟਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਪੋਲੀਓ ਵੈਕਸੀਨ (ਆਈਪੀਵੀ) ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #13 ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ (ਆਈਪੀਵੀ) ਦੇਖੋ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵੈਕਸੀਨ

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਜਿਗਰ ਦੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਸਮੇਂ ਦੀ ਛੋਟੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਚੰਗੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਅਤੇ ਬੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਵੈਕਸੀਨ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #33 ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਟਾਈਫੌਇਡ ਬੁਖਾਰ ਵੈਕਸੀਨ

ਟਾਇਫੌਇਡ ਬੁਖਾਰ ਟਾਇਫੌਇਡ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਲ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਟਾਇਫੌਇਡ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ – ਓਰਲ (ਮੂੰਹ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ) ਅਤੇ ਟੀਕਾ (ਸੂਈ ਦੁਆਰਾ)। ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵੈਕਸੀਨ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕੈਪਸੂਲਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਵੈਕਸੀਨ ਟਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕੇਵਲ 1 ਖੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #41j ਟਾਇਫੌਇਡ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੇ ਦਸਤ (traveller's diarrhea) ਅਤੇ ਹੈਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ

ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੇ ਦਸਤ (traveller's diarrhea) ਅਤੇ ਹੈਜ਼ਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆਂ ਦੀਆਂ 2 ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋਏ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਏ ਤਾਂ ਹੈਜ਼ਾ ਵਿਗਾੜ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਤਰਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #41k ਯਾਤਰੀ ਡਾਇਰੀਆ ਅਤੇ ਕੋਲੇਰਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ, ਜਾਂ ਫਲੂ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਨੱਕ, ਗਲੇ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ, ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਤੱਕ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਂ ਫਲੂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਫਲੂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਉੱਤਰੀ ਅਰਧਗੋਲੇ

(hemisphere) ਵਿੱਚ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਨਵੰਬਰ ਤੋਂ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੱਕ ਅਤੇ ਦੱਖਣੀ ਅਰਧਗੋਲੇ (hemisphere) ਵਿੱਚ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਅਕਤੂਬਰ ਤੱਕ ਅਤੇ ਗਰਮ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #12d ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਜਿਗਰ ਦੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲਿੰਗੀ ਸੰਭੋਗ, ਸੂਈਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਵਿਰਲੇ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ, ਇਹ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਖੂਨ ਦੇ ਬਣੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਕਰਕੇ ਜਿਗਰ ਦਾ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਿਗਰ ਦੇ ਕੈਂਸਰ,ਜੋ ਕਿ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਜਿਹੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜਿਥੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਆਮ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਤਾਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲਿੰਗੀ ਸੰਬੰਧ ਜਾਂ ਖੂਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਹੈ। ਤਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ 2 ਜਾਂ 3 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਅਤੇ ਬੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਵੈਕਸੀਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #25a ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਜਪਾਨੀ ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ ਵੈਕਸੀਨ

ਜਪਾਨੀ ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਈ ਵਾਰੀ ਕਈ ਏਸ਼ੀਆਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਦਿਹਾਤੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ 7 ਤੋਂ 28 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ੌਟਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #41h ਜਪਾਨੀ ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਮੇਨਿੰਨਜੋਕੋਕਲ ਵਿਗਾੜ ਵੈਕਸੀਨ

ਮੇਨਿੰਨਜੋਕੋਕਲ ਵਿਗਾੜ ਮੇਨਿੰਨਜੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਵਿਗਾੜ ਖੰਘਣ,ਛਿੱਕਣ ਜਾਂ ਨਿਕਟੀ ਆਮ੍ਹੋ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲਾਰ ਜਾਂ ਥੁੱਕ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੇਯ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿੰਨਾਂ ਦਾ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਕਟੀ ਸੰਪਰਕ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਮਹਾਂਮਾਰੀਆਂ ਆਮ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਤਰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਇੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਅਫਰੀਕਾ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪੂਰਬ (ਮਿਡਲ ਈਸਟ) ਦੇ ਹਿੱਸੇ। ਸਾਉਦੀ ਅਰਬ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਮੱਕਾ (ਸਲਾਨਾ "ਹੱਜ" ਵਾਸਤੇ) ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #23a ਮੇਨਿੰਨਜੋਕੋਕਲ ਸੀ ਕੌਨਜੁਗੇਟ (ਮੇਨ-ਸੀ) ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ HealthLinkBC File #23b ਮੇਨਿੰਨਜੋਕੋਕਲ ਕੁਆਡ੍ਰੀਵੇਲੈਂਟ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਹਲਕਾਅ (ਰੇਬੀਜ਼) ਵੈਕਸੀਨ

ਰੇਬੀਜ਼ ਅਜਿਹੇ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਕੱਟਣ ਜਾਂ ਝਰੀਟ ਮਾਰਨ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਰੇਬੀਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੇਬੀਜ਼ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ 1 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮਹਿਮਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਲੈਟਿਨ ਅਮਰੀਕਾ,ਦੱਖਣ ਪੂਰਬੀ ਏਸ਼ੀਆ, ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਅਫਰੀਕਾ। ਸਫਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੰਗਲੀ ਜਾਂ ਅਵਾਰਾ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਕਰਕੇ ਖਾਸ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #07a ਹਲਕਾਅ ਦੇਖੋ।

ਪੀਲਾ ਬੁਖਾਰ (ਯੈਲੋ ਫੀਵਰ) ਵੈਕਸੀਨ

ਪੀਲਾ ਬੁਖਾਰ (ਯੈਲੋ ਫੀਵਰ) ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਫਰੀਕਾ, ਅਤੇ ਮੱਧਵਰਤੀ ਅਤੇ ਦੱਖਣੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਗਰਮ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ 1 ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗਰਮ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਫਰ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਲਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਟਰੈਵਲ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਰਟੀਫੀਕੇਟ ਆਫ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਅਗੇਂਸਟ ਯੈਲੋ ਫੀਵਰ (International Certificate of Vaccination Against Yellow Fever) ਨਾਮ ਦਾ ਮੋਹਰ ਲਗਿਆ ਹੋਇਆ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮਿਲੇਗਾ। ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ ਇੱਕ ਸਰਕਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਆਵੱਸ਼ਕਤਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #41i ਯੈਲੋ ਫੀਵਰ (ਪੀਲਾ ਬੁਖਾਰ) ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਟਰੈਵਲ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ ਤੇ ਜਾਓ: https://travel.gc.ca/travelling/health-safety/vaccines ਦੇਖੋ।