Punjabi - Number 44b
September 2022

ਚਿਕਨਪੌਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਵੈਕਸੀਨ
Chickenpox (Varicella) Vaccine

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।
ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਿਵਾਓ।

ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਵਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ-ਭਰ ਲਈ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

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

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?ਡ

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ, ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਰੂਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਨੇਮਕ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਮੁਫਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ 12 ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ 4 ਤੋਂ 6 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਖਸਰਾ (ਮੀਜ਼ਲਜ਼), ਕੰਨ ਪੇੜੇ (ਮੰਮਪਸ), ਰੁਬੈਲਾ (ਜਰਮਨ ਖਸਰਾ) ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਸਮਿਲਿਤ ਮੀਜ਼ਲਜ਼, ਮੰਮਪਸ, ਰੁਬੈਲਾ ਅਤੇ ਵੈਰੀਸੈਲਾ (ਐਮ ਐਮ ਆਰ ਵੀ) ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।ਐਮ ਐਮ ਆਰ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #14e ਮੀਜ਼ਲਜ਼,ਮੰਮਪਸ,ਰੁਬੈਲਾ ਅਤੇ ਵੈਰੀਸੇਲਾ (ਐਮ ਐਮ ਆਰ ਵੀ) ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।ਬੱਚੇ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦੂਸਰੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ	ਟੀਕਾਕਰਣ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ
1ਲੀ ਖੁਰਾਕ	12 ਮਹੀਨੇ
2ਰੀ ਖੁਰਾਕ	4 ਤੋਂ 6 ਸਾਲ

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਗਰੇਡ 6 ਵਿਚਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ।ਗਰੇਡ 6 ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਗਰੇਡ 6 ਦੇ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ, ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਫਾਸਲੇ ਤੇ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਮਿਲਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ 13 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਬਚਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ ਲਈ ਨੂੰ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 6 ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਰੱਖਿਆ ਵਿਕਸਤ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੋਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਕੇ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਜਾਏ। ਜਿੰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ 1 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਤੇ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਜਾਂ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਹੋਇਆ ਸੀ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੇ:

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ 2004 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੀ ਜਾਂ
- ਇਕ ਲੈਬ ਟੈਸਟ ਦੁਆਰਾ ਰੋਗ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਵਿਰਲਾ ਹੈ, ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਬਿਮਾਰੀ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਹਲਕੀ ਹੋਏਗੀ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਓ ਲਈ ਟੀਕਾ ਨਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜਲਨ, ਲਾਲੀ, ਅਤੇ ਸੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਲਗਭਗ 2 ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ, ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵਰਗਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਪਰ ਘੱਟ ਧੱਬਿਆਂ ਵਾਲਾ ਰੈਸ਼, ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਿਰਲੇ, ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਾਸਤੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੈਸ਼ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚੋਂ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਰੈਸ਼ ਨੂੰ ਛਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸੁੱਕ ਜਾਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ ਪਪੜੀ ਬਣ ਜਾਣ ਤੱਕ ਢੱਕਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

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

ਰਾਈ ਸਿੰਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਫ਼ਾਈਲ HealthLinkBC File #84 ਰੇਏ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇਖੋ।

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, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰ ਹੈ।ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਐਪੀਨੇਫਰਿੰਨ (ਐਡ੍ਰੇਨੇਲਿੰਨ) ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੱਕ ਐਮਬੁਲੈਂਸ ਰਾਹੀਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।ਜੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਹੈ, ਤਾਂ 9-1-1 ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਸਾਰੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਣਿਆਈ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ:

- ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਜਾਂ ਨਿਓਮਾਈਸਿੰਨ ਜਾਂ ਜੈਲੇਟਿੰਨ ਸਮੇਤ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ
- ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ
- ਦਾ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਬਦਲੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਤੋਂ ਬਣੇ ਉਤਪਾਦ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ
- ਦਾ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਬਦਲੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਤੋਂ ਬਣੇ ਉਤਪਾਦ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ
- ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਤਪਦਿਕ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ 1 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ 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 ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਕੀ ਹੈ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ।ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਦੇ ਨਾਲ ਹਵਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅਸਾਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।ਤੁਸੀਂ ਵਿਗਾੜ ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹਵਾ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਤਲ ਨੂੰ ਸਪਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਥੁੱਕ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਪੇਯ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਸਿਗਰੇਟ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਾਂ ਚੁੰਮਣ ਨਾਲ। ਇਹ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਦੇ ਦ੍ਰਵ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਔਸਤਨ 350 ਲਾਲ, ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਛਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਵਿਗਾੜ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ, ਬਾਲਗਾਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ,ਜਿੰਨਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਜਿਅਦਾ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮੋਨੀਆ (ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ), ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਜ) ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਿਸ ਕਰਕੇ ਦੌਰੇ, ਬੋਲਾਪਨ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।3,000 ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਦੀ ਵਿਗਾੜ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

ਗਰਭ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਂ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਨਜੈਨੀਟਲ ਵੈਰੀਸੈਲਾ ਸਿੰਨਡਰੋਮ (congenital varicella syndrome) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਘੱਟ ਭਾਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੱਤਾਂ-ਬਾਹਵਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਕਰਕੇ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ,ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਗੇ ਜਾਕੇ ਮੁੜ ਕੇ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਨਾਮ ਦੇ ਦਰਦਨਾਕ ਰੈਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC Files #44a ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ ਸਬੰਧੀ ਤੱਥ ਦੇਖੋ।ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #111 ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ

ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਟੀਕਾਕਰਣ (ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ) ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ।19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਹੜੇ ਹਰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਸਮਝਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਣ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ HealthLinkBC File #119d ਇੰਨਫੈਂਟਸ ਐਕਟ, ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇਖੋ।

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨਾਂ 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