

ਚਿਕਨਪੋਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਵੈਕਸੀਨ Chickenpox (Varicella) Vaccine

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ।

ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਿਵਾਓ।

ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਵਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਿੰਦਗੀ-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।

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?ਡ

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ, ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਰੂਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਨੇਮਕ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਮੁਫਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ 12 ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੀ 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 ਦੂਜੀ 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 ਵੈਰੀਸੈਲਾ \(ਐਮ ਐਮ ਆਰ ਵੀ\)](#) ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ। ਬੱਚੇ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦੂਸਰੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

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

ਚਿਕਨਪੋਕਸ 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 ਜਿੰਨਾਂ 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। ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 6 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿਕਨਪੋਕਸ 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 ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਹੋ ਜਾਏ। ਜਿੰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ 1 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਤੇ ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਜਾਂ ਸਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਹੋਇਆ ਸੀ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਜਹੁਰੀ 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।

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?

ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਚਿਕਨਪੋਕਸ 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 ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੀਮਾਰੀ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਹੁਤ ਹਲਕੀ ਹੋਏਗੀ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਓ ਲਈ ਟੀਕਾ ਨਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

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

ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜਲਨ, ਲਾਲੀ, ਅਤੇ ਸੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਲਗਭਗ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ, ਚਿਕਨਪੋਕਸ ਵਰਗ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਪਰ ਘੱਟੋ ਧੱਬਿਆਂ ਵਾਲਾ ਰੈਸ਼, ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

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

ਅਸੀਟਾਮੋਨੋਫੇਨ (Acetaminophen) (ਉਦਹਾਰਣ ਲਈ ਟਾਇਲੋਨੋਲ (Tylenol®)) ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ (ibuprofen*) (ਉਦਹਾਰਣ ਲਈ ਐਡਵਿਲ (Advil®)) ਬੁਖਰ ਜਾਂ ਜਲਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏਏਸੇਸੇ (ASA) (ਉਦਹਾਰਣ ਲਈ ਐਸਪਰਿਨ (Aspirin®)) ਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਰਕੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਜਾਣੀ ਸਿੰਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਫਾਈਲ [HealthLinkBC File #84](#) ਰੇਖੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇਖੋ।

ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 15 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਐਪੀਨੋਫਿਲਿੰਨ (ਐਂਡੋਨੋਲਿੰਨ) ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੱਕ ਐਮਬੁਲੇਂਸ ਰਾਹੀਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਜੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਹੈ, ਤਾਂ 9-1-1 ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਉਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਸਾਰੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਣਿਆਈ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

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

- ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਨਿਓਨਾਈਸਿੰਨ ਜਾਂ ਜੈਲੋਟਿੰਨ 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 ਕਮਜ਼ੂਰ ਹੈ
- ਦਾ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਬਦਲੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ ਤੋਂ ਬਣੇ ਉਤਪਾਦ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ
- ਦਾ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਬਦਲੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ 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। ਅੰਰਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ 1 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿੰਚ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਕਾਮ 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।

ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਕੀ ਹੈ?

ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਡਿੱਕਣ 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 ਬੱਕ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਪੇਜ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਸਿਗਰੇਟ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਾਂ ਚੰਮਣ ਨਾਲ। ਇਹ ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਦੇ ਦ੍ਰਵ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਔਸਤਨ 350 ਲਾਲ, ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਛਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਿਗਾੜ ਨਵਜ਼ਮੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਕਿਸੋਰਾਂ, ਬਾਲਗਾਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਅੰਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੂਰ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮੋਨੀਆ (ਫੇਫ਼ਿਆਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ), ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਜ਼) ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਏਨਸਿਫਾਲਾਇਟਸ ਕਰਕੇ ਦੌਰੇ, ਬੋਲਾਪਨ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। 13,000 ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਦੀ ਵਿਗਾੜ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

ਗਰਭ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ 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-ਬਾਹਰਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਿਕਨਪੈਕਸ 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 ਸਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਨਾਮ ਦੇ ਦਰਦਨਾਕ ਰੈਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੈਕਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC Files #44a](#) ਮਾਤਾ ਸਬੰਧੀ ਤੱਥ ਦੇਖੋ। ਸਿੰਗਲਜ਼ (shingles) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC File #111](#) ਸਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਖੋ।

ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ

ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਧੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਟੀਕਾਕਰਣ (ਇਮੀਉਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ) ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ। 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਹੜੇ ਹਰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਇਮੀਉਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਸਮਝਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਣ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਮੀਉਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ 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 ਇਮੀਉਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇਖੋ।



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਾਸਤੇ, [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](#) ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਥਲਿਕ ਹੈਲਸ਼ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ. ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਨੌਨ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ, [www.HealthLinkBC.ca](#) ਤੇ ਜਾਓ। ਜਾਂ 8-1-1 (ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਅਤੇ ਉਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ, 7-1-1 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੋਂ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।