BRITISH COLUMBIA HealthLinkBC

Punjabi - Number 54
October 2024

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ (ਪਾਰਵੋਵਾਇਰਸ ਲਾਗ)

Fifth disease (parvovirus infection)

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਪਾਰਵੋਵਾਇਰਸ B19 ਨਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਚਮਕਦਾਰ ਲਾਲ ਧੱਫੜਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ "ਸਲੈਪਡ ਚੀਕ" (slapped cheek) ਬਿਮਾਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੋਂ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਬੁਖਾਰ, ਧੱਫੜਾਂ, ਖੰਘ ਜਾਂ ਵਗਦੇ ਨੱਕ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਚੌਥਾਈ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਜੋ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹਨ:

- ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 2 ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਲਾਲ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਧੱਫੜ ਇੰਝ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਥੱਪੜ ਮਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਮੂੰਹ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਫਿੱਕਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੇਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
- ਬਾਹਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲ, ਧੱਬੇਦਾਰ, ਲੈਸ ਵਰਗੇ ਧੱਫੜ ਉਭਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਛਾਤੀ, ਪਿੱਠ ਅਤੇ ਪੱਟਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਫਿੱਕੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬਦਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਗਰਮੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਮ ਇਸ਼ਨਾਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਿੱਧੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ। ਧੱਫੜ ਕਈ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਧੱਫੜ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਦਿਖਾਈ ਨਾ ਦੇਣ, ਜਾਂ ਇਹ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੱਥਾਂ, ਪੈਰਾਂ ਜਾਂ ਗੋਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਬਾਲਗਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਉਸ ਤੋਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦੀ ਹੈ?

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਕੇਵਲ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲਾਰ ਜਾਂ ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਗਿੱਲਾ ਟਿਸ਼ੂ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਜਾਂ ਖਿਡੌਣੇ ਤੋਂ)। ਇੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸਨੂੰ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਖ਼ੂਨ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੋਵੋਗੇ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਧੱਫੜਾਂ ਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 7 ਤੋਂ 10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੇ, ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ। ਇਸ ਲਈ, ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕੰਮ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਦੁਬਾਰਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ। ਅੱਧੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਕੀ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ?

ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਗੰਭੀਰ ਹੀਮੋਲਿਟਿਕ ਅਨੀਮੀਆ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿੱਕਲ ਸੈੱਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ)

ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

- ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਕਾਰਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲਾਗ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੀਮੀਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਦੁਰਲੱਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਖੂਨ ਦਾ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਪਾਰਵੋਵਾਇਰਸ B19 ਨਾਲ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋਏ ਹੋ ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਮਿਊਨ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੇ 4 ਤੋਂ 20 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮੀਜ਼ ਦੀ ਆਸਤੀਨ ਵਿੱਚ ਖੰਘਣਾ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਵਰਤੇ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਕੂੜੇ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ HealthLinkBC File #85 ਹੱਥ ਧੋਣਾ: ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੀਮੀਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਕੇਵਲ ਘਰੇਲੂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਹੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਫਿਫਥ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸਿਰਫ਼ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਘਰੇਲੂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਵਧੇਰੇ ਸੁਖਾਵਾਂ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਿਓ
- ਅਸੀਟਾਮੇਨੋਫੇਨ ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ ਨਾਲ ਬੁਖ਼ਾਰ ਘਟਾਓ, ਅਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਓ

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

* ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਈਬਿਊਪਰੋਫ਼ੈਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਰੇਏ ਸਿੰਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ HealthLinkBC File #84 ਰੇਏ ਸਿੰਡਰੋਮ 'ਤੇ ਜਾਓ।

- ਨਹੁੰਆਂ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਖੁਰਕਣ ਨੂੰ ਰੋਕੋ, ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਖੁਰਕਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨੋ
- ਧੱਫੜਾਂ 'ਤੇ ਲੋਸ਼ਨ ਜਾਂ ਕਰੀਮ ਲਗਾ ਕੇ ਖੁਜਲੀ ਨੂੰ ਘਟਾਓ ਅਤੇ ਢਿੱਲੀ-ਫਿਟਿੰਗ ਵਾਲੇ ਸੂਤੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਖੁਜਲੀ ਲਈ ਲੋਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਜੇ ਖੁਜਲੀ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਐਂਟੀਹਿਸਟਾਮੀਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। 6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿੰਦਰਾਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority