ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

A Parent's Guide to *Vaccination* — Punjabi

Guide sur la *vaccination* à l'intention des parents — punjabi

Public Health Agency of Canada
Agence de la santé publique du Canada

Canada

ਜਨ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਅਗਵਾਈ, ਭਾਈਵਾਲੀ, ਨਵੀਂਆਂ ਕਾਢਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜਨਤਾ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ।

—ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ (Public Health Agency of Canada)

Available in English under the title:
A Parent's Guide to Vaccination
Also available in other selected languages.

Disponible en français sous le titre :
Guide sur la vaccination à l'intention des parents
Également disponible dans d'autres langues.

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
Public Health Agency of Canada
Address Locator 0900C2
Ottawa, ON K1A 0K9
ਫੋਨ: 613-957-2991
ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ: 1-866-225-0709
ਫੈਕਸ: 613-941-5366
TTY: 1-800-465-7735
ਈ-ਮੇਲ: hc.publications-publications.sc@canada.ca

ਇਹ ਲਿਖਤ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ `ਤੇ ਬਦਲਵੇਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

© ਹਰ ਮੈਜਸਟੀ ਦਿ ਕੁਈਨ ਇਨ ਰਾਈਟ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ,ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਦੁਆਰਾ, 2020

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਮਿਤੀ: ਜਨਵਰੀ 2020

ਇਹ ਲਿਖਤ ਬਿਨਾਂ ਆਗਿਆ ਦੇ ਸਿਰਫ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹੀ ਦੁਬਾਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

Print Cat.: HP40-38/2018Pu
ISBN: 978-0-660-33091-4
PDF Cat.: HP40-38/2018Pu-PDF
ISBN: 978-0-660-33090-7
Pub.: 190418

ਟੀਕਾਕਰਨ (ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ) ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਬਿਹਤਰੀਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ

ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ (ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ) ਨਾਲ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ।

ਮਾਪੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੌਣ ਦੇ ਪੱਕੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਬਚਪਨ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਬਿਹਤਰੀਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਟੀਕਾ (ਵੈਕਸੀਨ) ਕੀ ਹੈ?

ਟੀਕੇ ਮ੍ਰਿਤ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਤੋਂ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰਤਿਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਖੁਦ ਦਾ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸਲ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹਨ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ?

ਟੀਕਾਕਰਨ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ, ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ, ਵੈਕਸੀਨ, ਸ਼ੌਟਸ ਜਾਂ ਨੀਡਲਜ਼ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਇੱਕੋ ਹੀ ਮਤਲਬ ਹੈ।

ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕੀ ਹੈ?

ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੈਟਵਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਵਰਗੇ ਉਹਨਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲੜੀ ਰਾਹੀਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨ ਰਿਸਪੌਂਸ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਇਹ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਘਰ, ਡੇਅਕੇਅਰ ਜਾਂ ਗਰੌਸਰੀ ਸਟੋਰ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਦੀ ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਚੁੰਮੀ ਵੀ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਜਰਾਸੀਮ ਨੁਕਸਾਨ-ਰਹਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੁਝ ਜਰਾਸੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਬਦੌਲਤ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਇਹ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ!

ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮ੍ਰਿਤ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਜਰਾਸੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਦੋ ਅਹਿਮ ਸਾਧਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ: ਐਂਟੀਬੌਡੀਜ਼ (ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਅੰਸ਼) ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਰੱਖਿਆ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ। ਜੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਧਨ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਜਿਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਟੀਕਾਰਨ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਸਿਰਫ ਅਧੂਰੀ ਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਹਤ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ `ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਆਉਣਗੀਆਂ।

ਇਹ ਮਹਿਜ਼ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ......ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਡ੍ਰਾਇਵਿੰਗ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ 100% ਅਸਰਦਾਇਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਪਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘਟਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ?

ਇਮਿਊਨਾਈਜੇਸ਼ਨ ਸ਼ਬਦ ਇਮਿਊਨ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ—ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ।

ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਾਂਹ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਪੱਟ ਵਿੱਚ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ (ਸੂਈ) ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਟੀਕੇ (ਵੈਕਸੀਨਜ਼) ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ (ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਸਪ੍ਰੇਅ ਕਰਕੇ) ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਵਾਰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਟੀਕੇ ਇੱਕੋ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਦੂਜੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ?

ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕਰਕੇ ਕੁਝ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਟੀਕੇ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਸੀ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਰਹਿੰਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀਆਂ ਉਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ?

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਫਰ ਕਰੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਂਗ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਮ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ

ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲਗਭਗ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਰਾਹੀਂ। ਉਹ ਐਨੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਸੰਭਵ ਲੱਛਣ	ਸੰਭਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
ਡਿਪਥੇਰੀਆ Diphtheria / Diphtérie	› ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਪਾਲਾ ਲੱਗਣਾ › ਗਲਾ ਦੁਖਣਾ ਅਤੇ ਗਲੇ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣੀ ਬਲਗਮ › ਨਿਗਲਣ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ	› ਸਾਹ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ › ਲਕਵਾ › ਮੌਤ
ਪਰਟਿਉਸਸ (ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ) Pertussis (Whooping cough) / Coqueluche	› ਹਲਕੀ ਜਿਹੀ ਠੰਢ ਲੱਗੀ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ › ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰੇ (ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ) › ਖੰਘਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗਲਾ ਘੁੱਟ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ › ਖਾਣ, ਪੀਣ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ *ਹੋ ਸਕਦਾ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ ਪਰ ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਬੇਬੀਆਂ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।*	› ਨਮੂਨੀਆ › ਦੌਰੇ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਮੌਤ
ਟੈਟਨਸ Tetanus / Tétanos	› ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣਾ (ਧੌਣ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ) › ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ › ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ › ਸੀਜ਼ਰ (ਸਰੀਰ ਦਾ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਿੱਲਣਾ)	› ਨਮੂਨੀਆ › ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ (ਪੱਠਿਆਂ ਦੇ ਖਿੱਚ ਹੋਣ ਕਰਕੇ) › ਨਰਵ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ › ਮੌਤ

ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਸੰਭਵ ਲੱਛਣ	ਸੰਭਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
ਪੋਲੀਓ Polio	› ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਥਕੇਂਵਾਂ › ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ › ਦੁਖਦੇ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੱਠੇ	› ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ › ਬਾਂਹਵਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਲਕਵਾ › ਮੌਤ
***ਹਿਮੋਫੀਲਸ ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ* ਟਾਈਪ ਬੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ** *Haemophilus influenzae* type b infections / Infections à *Haemophilus influenzae* de type b	› ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ › ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ › ਖੰਘ ਨਾਲ ਸੰਘਣੀ ਬਲਗਮ ਨਿਕਲਣਾ › ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ › ਧੌਣ ਅਤੇ ਪਿੱਠ ਦਾ ਆਕੜਨਾ	› ਨਮੂਨੀਆ › ਪੱਕੇ ਤੌਰ `ਤੇ ਸੁਣਨਾ ਘੱਟ ਹੋਣਾ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ › ਮੌਤ
ਖ਼ਸਰਾ Measles / Rougeole	› ਬੁਖਾਰ › ਖੰਘ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਗਣਾ › ਅੱਖਾਂ ਲਾਲ ਹੋਣਾ › ਉਂਘਣਾ ਅਤੇ ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ › ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੀ ਰੈਸ਼ ਅਤੇ ਚਿੱਟੇ ਨਿਸ਼ਾਨ	› ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ › ਨਮੂਨੀਆ › ਸੀਜ਼ਰ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਮੌਤ
ਕੰਨ ਪੇੜੇ Mumps / Oreillons	› ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਥਕੇਂਵਾਂ › ਸਿਰਦਰਦ ਜਾਂ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ › ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਧੌਣ ਵਿੱਚ ਸੋਜ	› ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ *(ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ)* › ਬਹਿਰਾਪਨ › ਬਾਂਝਪਣ

ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਸੰਭਵ ਲੱਛਣ	ਸੰਭਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
ਛੋਟੀ ਸੀਤਲਾ (ਰੁਬੈਲਾ) Rubella / Rubéole	› ਧੱਫੜ › ਦੁਖਦੀਆਂ ਲਾਲ ਅੱਖਾਂ › ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਬੁਖਾਰ › ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ › ਸੁੱਜੇ ਗਲੈਂਡਜ਼	› ਅੰਦਰੂਨੀ ਬਲੀਡਿੰਗ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਗਰਭਪਾਤ ਜਾਂ ਮ੍ਰਿਤਕ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ (ਜੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਵੇ) › ਬਾਲ ਵਿੱਚ ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਗਰਭਪਾਤ *(ਜੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਵੇ)*
ਵੈਰੀਮੇਲਾ (ਚਿਕਨਪੌਕਸ) Varicella (Chickenpox) / Varicelle	› ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਬੁਖਾਰ › ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਗਣਾ › ਥਕੇਂਵਾਂ ਅਤੇ ਆਮ ਬੇਆਰਾਮੀ › ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੀ ਰੈਸ਼ ਛਾਲੇ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਖਰਸ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ	› ਨਮੂਨੀਆ › ਹੱਡੀ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਬਾਲ ਵਿੱਚ ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁ ਕਸਾਨ *(ਜੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਜਾਵੇ)* › ਮੌਤ (ਬਹੁਤ ਘੱਟ)
ਮੈਨਿਨਗੋਕੋਕਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ Meningococcal infection / Infection méningococcique	› ਅਚਾਨਕ ਬੁਖਾਰ ਹੋਣਾ › ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿਰਦਰਦ › ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ › ਧੌਣ ਆਕੜਣਾ › ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਪਿੰਨ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਨੀਲ	› ਮੇਨਿਨਜਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ) › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ (ਖੂਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ) › ਹੱਥ ਜਾਂ ਪੈਰ ਕੱਟਣਾ › ਕੋਮਾ/ਮੌਤ
ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ Pneumococcal infection / Infection pneumococcique	› ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ › ਖੰਘ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ › ਬੁਖਾਰ › ਸਿਰਦਰਦ › ਧੌਣ ਦਾ ਆਕੜਨਾ › ਭੁੱਖ ਮਰਨਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ	› ਬਹਿਰਾਪਨ › ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ › ਨਮੂਨੀਆ › ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ *(ਖੂਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ)* › ਮੇਨਿਨਜਾਈਟਿਸ *(ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ)* › ਮੌਤ

ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਸੰਭਵ ਲੱਛਣ	ਸੰਭਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) Influenza (flu) / Grippe	› ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਥਕੇਂਵਾਂ › ਖੰਘ › ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸਿਰਦਰਦ › ਗਲਾ ਦੁਖਣਾ › ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗਣਾ *(ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ)*	› ਕੰਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਾਈਨਸ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ › ਬ੍ਰੌਂਕਾਈਟਸ *(ਸਾਹ-ਨਾਲੀ ਦੀ ਸੋਜ)* › ਨਮੂਨੀਆ › ਮੌਤ
ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ Rotavirus	› ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ › ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ › ਗੰਭੀਰ, ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਦਸਤ	› ਗੰਭੀਰ ਡੀਹਾਈਡ੍ਰੇਸ਼ਨ (ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ) › ਮੌਤ
ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਬੀ Hepatitis B / Hépatite B	› ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਥਕੇਂਵਾਂ › ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ › ਚਿੱਤ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗਣਾ › ਪੀਲੀਆ *(ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਪੀਲੀਆਂ ਹੋਣਾ)*/ ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ	› ਲਿਵਰ ਦਾ ਸਿਰੋਸਿਸ *(ਜਿਗਰ 'ਤੇ ਦਾਗ ਪੈਣਾ)* › ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ › ਮੌਤ

ਹੋਰ ਟੀਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਿਊਮਨ ਪਾਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ) ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੱਖਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੱਡਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਲਵਾਉਣ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਉਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Canada.ca/vaccines 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਜਿਹੜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਆਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ ਹੁਣ ਉਹ ਟੀਕੇ ਕਰਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਸਰੇ ਦਾ ਇੱਕ ਕੇਸ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖਸਰੇ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਉਸੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਘੰਟਾ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਸਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਕਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਰਾਸੀਮ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਮੁਕੰਮਲ ਉਪਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਿਹਤਰੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੱਸਣ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ:
ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਕਿਸ਼ਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮੋਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਕਿਸ਼ਤੀ ਪਾਣੀ (ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ) ਭਰੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੇ (ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਂਦੇ) ਰਹੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਹੁਣ ਕਿਸ਼ਤੀ ਲਗਭਗ ਖਾਲੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ (ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ) ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਅੰਦਰ ਆਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਮੋਰੀ ਹੈ (ਲਾਗ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਜੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ)।

ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ

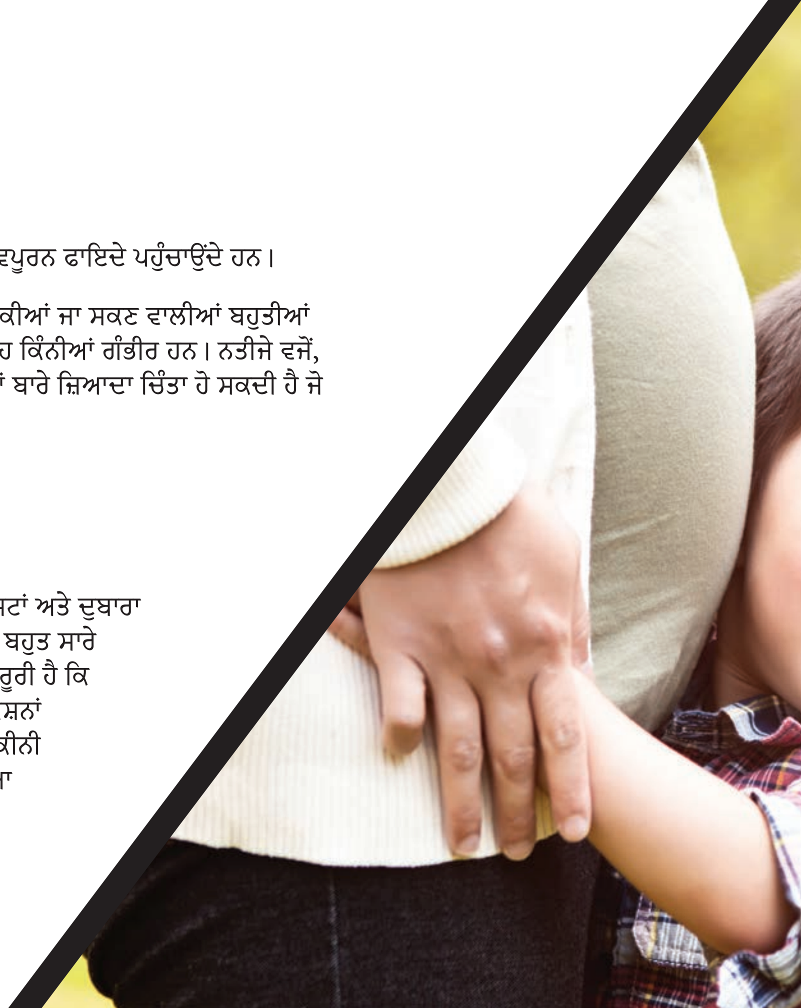
ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੌਰਾਨ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫਾਇਦੇ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤੀਆਂ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਹਨ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਉਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਟੀਕਿਆਂ (ਵੈਕਸੀਨਾਂ) ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਖੋਜ, ਟੈੱਸਟਾਂ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਟੈੱਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦੀ ਲੰਘਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਬਣਾਉਣ, ਉਨ੍ਹਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਿਸਟਮ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਹਰ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਵਲੋਂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਅਸਧਾਰਨ ਜਾਂ ਅਣ-ਕਿਆਸੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

Canada.ca/vaccines `ਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸੇਫਟੀ ਵੀਡਿਓ ਦੇਖੋ।



ਕੀ ਟੀਕਾ ਅਸਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਕਮਜ਼ੋਰ ਅਤੇ ਮ੍ਰਿਤ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਦੁੱਖ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਕੁਝ ਦਿਨ ਤੱਕ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਨਹੀਂ ਪੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਪਰ, ਜੇ ਟੀਕਾ ਨਾ ਲਗਵਾਏ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਨਤੀਜਾ ਗੰਭੀਰ, ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਰਗਰਮ ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਆਪਣਾ ਬਚਾਉ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ?

ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੋ-ਤੋਂ-ਤਿੰਨ ਮਿਲੀਅਨ ਮੌਤਾਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਆਸਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ!

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ ਕਾਰਗਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਸਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨੇਮ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਮੁਫਤ ਹੈ, ਪਰ ਹਰੇਕ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟਰੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖੁਦ ਦੇ ਟੀਕੇ ਤਾਜ਼ਾ ਹਨ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਐਨੀ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਲਈ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕੋਲ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਕਦੋਂ ਲਗਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਪੜਾਵਾਂ 'ਤੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਟੀਕੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ) ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ `ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟਰੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟਰੀ ਇੱਕੋ ਟੀਕਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰਾਂ 'ਤੇ ਦੇਣਗੇ। ਪਰ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦੇਵੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕਿਸ ਉਮਰ 'ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕਾ Canada.ca/vaccines ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਹਰੇਕ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟਰੀ ਲਈ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਆਮ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦੀ ਉਦਾਹਰਣ ਇਹ ਹੈ; ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਜਾਂ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ, ਫੇਰ ਚਾਰ ਮਹੀਨਿਆਂ, ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ, 12 ਅਤੇ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ —ਅਤੇ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਵੀ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਕਈ ਟੀਕੇ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਿਸਟਮ **ਬਹੁਤ ਸ਼ਾਨਦਾਰ** ਹੈ! ਇਹ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਹਰੇਕ ਵਿਜ਼ਟ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸ ਟੀਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਕਿੱਥੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਹਨ?

ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਟੀਕੇ ਕਿੱਥੋਂ ਲਗਵਾਉਣੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਆਫਿਸ (ਕਿਊਬੇਕ ਵਿੱਚ Centre Local de Services Communautaires (CLSC) ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈਟ 'ਤੇ ਸਰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

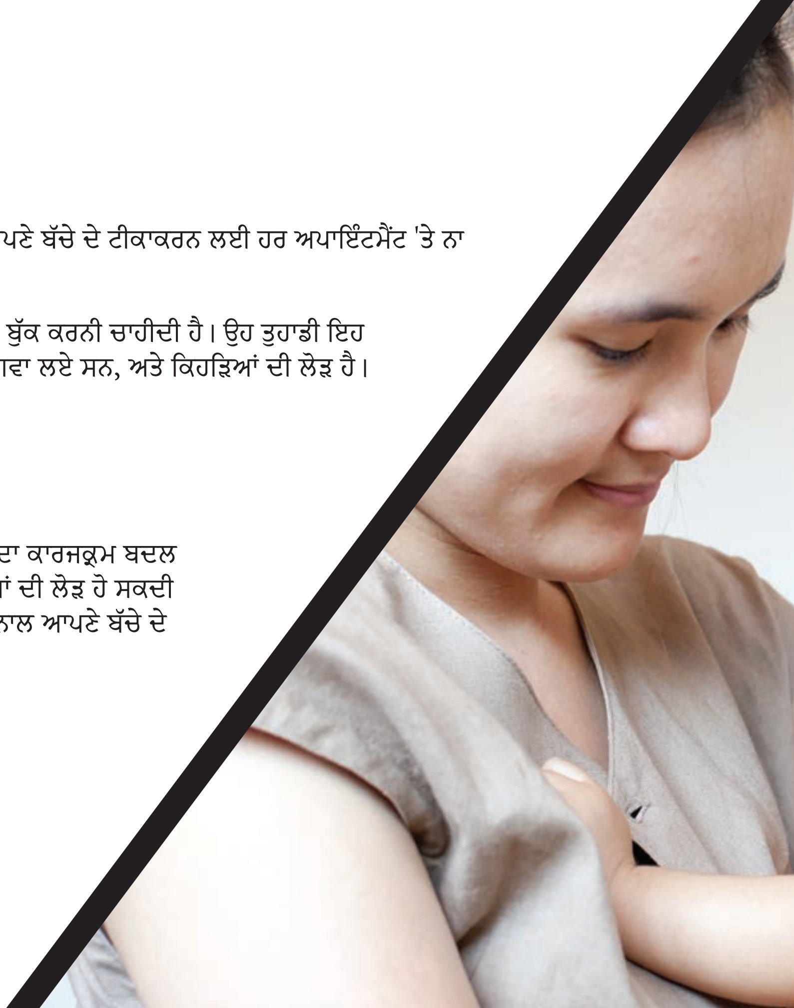
ਜੇ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਟੀਕਾ ਖੁੰਝ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਹੁਤ ਰੁਝੇਂਵਿਆਂ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਨਾ ਜਾ ਸਕੋ। ਪਰ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ 'ਤੇ ਪਰਤਣਾ ਅਹਿਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਲਗਵਾ ਲਏ ਸਨ, ਅਤੇ ਕਿਹੜਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਅਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟਰੀ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਲਿਜਾਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।



ਟੀਕਾਕਰਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪੇ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਰਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਅਹਿਮ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਸਬੂਤ ਮੰਗਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਹਨਾਂ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਜੇ ਕਦੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਲਿਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਫਰ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਓਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ (ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕਿਤਾਬਚਾ) ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ। ਹਰ ਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਇਹ ਰਿਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੀ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੂਚੀ ਵਰਤਣਾ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਲਈ ਮੁਫਤ **CANImmunize mobile app** ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?

ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਹਫਤੇ ਪਹਿਲਾਂ, ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਟਰੈਵਲ ਹੈਲਥ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਕੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਹੜੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਫਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ Canada.ca/travel `ਤੇ ਜਾਉ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਇਹ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਠੀਕ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਹਿਲਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕੀ ਆਸ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਦਾ ਉਸ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਚੰਗਾ ਰਹੇ। ਇਹ ਸਮਝਣ ਨਾਲ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਵਾਪਰੇਗਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਅਸਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਆਫਿਸ (ਕਿਊਬੇਕ ਵਿੱਚ CLSC) ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਲਿਜਾਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੌਰਾਨ

ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀਆਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ।

ਇਹ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- **ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ।** ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ `ਤੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੀ ਖੁਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ।
- **ਲਾਡ ਕਰੋ।** ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਫੜੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਈ ਲਗਵਾਉਣ ਸਮੇਂ ਫੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਘੱਟ ਰੋਂਦੇ ਹਨ।
- **ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਓ।** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੂਈ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਐਨ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲੇਗਾ।
- **ਧਿਆਨ ਹਟਾਉ।** ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਮ, ਆਰਾਮ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਜਾਂ ਛੋਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਸੰਦੀਦਾ ਖਿਡੌਣਾ, ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣੀ ਜਾਂ ਗਾਣਾ ਗਾਉਣਾ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਟੀਕਾ-ਕਰਨ 'ਤੇ ਬਿਲਕੁਲ ਕੋਈ ਵੀ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਨਾ ਕਰੇ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ:

- ਚਿੜਚਿੜਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ;
- ਆਮ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਨੀਂਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ;
- ਉਸ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਾਂ
- ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਸੀ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਦਰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੁੱਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉੱਥੇ ਲਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਆਮ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 12 ਤੋਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਜਾਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ।

ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਗਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ 15 ਤੋਂ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਤਕ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਗੰਭੀਰ ਰੀਐਕਸ਼ਨ (ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ) ਹੋਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ (ਘਰਘਰ ਕਰਨਾ);
- ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸੋਜ; ਅਤੇ/ਜਾਂ
- ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਚਮੜੀ (ਛਪਾਕੀ)।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੰਭੀਰ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਅਸਧਾਰਨ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਆਫਿਸ (ਕਿਊਬੇਕ ਵਿੱਚ CLSC) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਅਸਧਾਰਨ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- 40°C (104°F) ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੁਖਾਰ;
- 24 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰੋਣਾ ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾ ਰਹਿਣਾ;
- ਸੂਈ ਲੱਗੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸੋਜ ਦਾ ਵਧਣਾ; ਅਤੇ/ਜਾਂ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਂਦ ਆਉਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

ਇਹ ਗੱਲ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਤੱਥ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਲਏ ਜਾਣ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕੁਝ ਵੈਬਸਾਈਟ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ (Public Health Agency of Canada)
Canada.ca/vaccines

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪਿਡੀਆਟ੍ਰਿਕ ਸੋਸਾਇਟੀ (Canadian Paediatric Society)
caringforkids.cps.ca

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ ਕੈਨੇਡਾ (Immunize Canada)
immunize.ca

ਸੁਸਾਇਟੀ ਆਫ ਆਬਸੇਟ੍ਰੀਸ਼ਨਜ਼ ਐਂਡ ਗਾਇਨੇਕੌਲੋਜਿਸਟ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ
(The Society of Obstetricians and Gynaecologists of Canada)
sogc.org
hpvinfo.ca

ਤੁਸੀਂ **Canada.ca/vaccines** `ਤੇ ਹੋਰ ਮੁਫਤ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਮੰਗ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
Not Just For Kids. An Adult Guide to Vaccination Teens, meet *Vaccines*

ਤੁਹਾਡੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੂਚੀ

- ☐ **ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ।** ਪਹਿਲਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਪੱਕਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦੇਵੇਗਾ।
- ☐ **ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਨਾਲ ਲਿਆਉ।** ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ☐ **ਅਗਲੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ।** ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਅਗਲੀ ਤਾਰੀਕ ਤੈਅ ਕਰੋ।
- ☐ **ਆਪਣੇ ਸੈੱਲ ਫੋਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਕਲੰਡਰ 'ਤੇ ਅਗਲੀ ਤਾਰੀਕ ਨੋਟ ਕਰੋ।** ਇਹ ਜਿੰਨਾ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਉ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕੋ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨੇਮ ਨਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

canada.ca/vaccines

canada.ca/vaccins