Punjabi – Number 13
September 2022

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ (ਆਈਪੀਵੀ)
Polio Vaccine (IPV)

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

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ (ਆਈਪੀਵੀ) ਕੀ ਹੈ?

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਪੋਲਿਓ ਵਾਇਰਸ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ 3 ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ (ਆਈਪੀਵੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ।

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਬੂਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲੜੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਪੋਲੀਓ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ। ਵਧ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਪੋਲੀਓ ਅਜੇ ਵੀ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਸਮੇਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਮੱਲ (ਸਟੂਲ) ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਫਰ ਰਾਹੀਂ ਪੋਲਿਓ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨੂੰ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।ਇੰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 3 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।ਪਹਿਲੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ 4 ਤੋਂ 8 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਫਾਸਲੇ ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੀਸਰੀ ਖੁਰਾਕ, ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 6 ਤੋਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਪੋਲਿਓ ਵਿਰੁੱਧ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਸਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ, ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਅਤੇ *ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾਈ* ਟਾਈਪ ਬੀ., ਦੇ ਨਾਲ ਸਮਿਲਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #15b ਡਿਫਥੇਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ, ਪੋਲੀਓ, ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾਈ ਟਾਈਪ ਬੀ. (DTaP-IPV-Hib) ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #105 ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ, ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ, ਪੋਲਿਓ, ਅਤੇ *ਹੀਮੋਫਿਲਿਸ ਇੰਫਲੁਐਨਜ਼ਾਏ* ਟਾਇਪ ਬੀ (ਡੀਟੈਪ-ਐਚਬੀ-ਆਈਪੀਵੀ-ਹਿਬ) ਵੈਕਸੀਨ

ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲੜੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਦੂਸਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ ਅਤੇ ਹਿਬ ਕੋਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਪੋਲਿਓ ਜੋ ਕਿ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਵੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

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

ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜਲਨ, ਲਾਲੀ, ਅਤੇ ਸੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

> ਅਸੀਟਾਮੇਨੋਫੇਨ (Acetaminophen) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਟਾਇਲੇਨੌਲ (Tylenol®) ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ (ibuprofen*) (ਉਦਹਾਰਣ ਲਈ ਐਡਵਿਲ (Advil®) ਬੁਖਾਰ 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।

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

ਰੇਏ 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 ਖ਼ਤਰੇ 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 ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਐਪੀਨੈਫਰਿੰਨ (ਐਡਰੇਨੇਲਿੰਨ) ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਐਂਬੁਲੈਂਸ ਰਾਹੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੱਕ ਟਰਾਂਸਫਰ। ਜੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ **9-1-1** ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਸਾਰੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਣਿਆਈ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਸਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੋਲਿਓ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਜਾਂ ਨਿਓਮਾਈਸਨ ਜਾਂ ਸਟ੍ਰੈਪਟੋਮਾਈਸਿਨ ਜਾਂ ਪੌਲੀਮੈਕਸਿੰਨ ਬੀ ਸਮੇਤ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ।

ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੀ ਬੀਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਨੂੰ ਟਾਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਪੋਲਿਓ ਕੀ ਹੈ?

ਪੋਲਿਓ, ਪੋਲਿਓ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਪੋਲਿਓ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਗਾੜ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਦਰਸ਼ਾਉਂਦੇ, ਦੂਸਰਿਆਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਬਾਹਵਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਦਾ ਲਕਵਾ ਅਤੇ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਕਵਾ ਪੋਲਿਓ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ 200 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ।

ਪੋਲਿਓ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਲ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਲ ਦੇ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਕੇ, ਪੋਲਿਓ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। 1994 ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ "ਪੋਲਿਓ ਮੁਕਤ" ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰ, ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪੋਲੀਓ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਟੀਕਾਕਰਣ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ।

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 #119 ਦ ਇੰਨਫੈਂਟਸ ਐਕਟ, ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇਖੋ।

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority