Pandemic Influenza Preparedness

QUESTIONS & ANSWERS
ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ

4 ਸਤੰਬਰ 2009

ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਹੈਲਦੀ ਲਿਵਿੰਗ ਐਂਡ ਸਪੋਰਟ
ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ: H1N1 ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਾਪਸੀ
FOR STUDENTS: H1N1 AND BACK-TO-SCHOOL

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਕਾਰਣ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਾਲਾਤ ’ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖ ਰਹੇ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਤਸਦੀਕ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੱਡੀ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਂ ਤਾਂ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਾਂ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸ: H1N1 ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਕੀ ਹਨ?

- ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਬਾਕਾਇਦਾ ਮੌਸਮੀ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਖੰਘ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਹੱਡ ਭੰਨਵੀਂ, ਗਲ਼ਾ ਦੁਖਣਾ, ਥਕਾਵਟ, ਅੱਖਾਂ ਦੁਖਣਾ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ, ਛੋਟੇ ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

- H1N1 ਫ਼ਲੂ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਉਨਾਂ ਦਾ ਨੱਕ ਵਗਦਾ ਹੈ, ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ।

ਸ: ਇਹ ਫੈਲਦਾ ਕਿਵੇਂ ਹੈ?

- ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਵਾਂਗ H1N1 ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਵੀ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਥੁੱਕ ਦੇ ਕਤਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।

- ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਨਾਂ ਹੱਥਾ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਨਾਲ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਜਾਂ ਕਿਰਮ ਲੱਗੇ ਹੋਣ। ਸਖ਼ਤ ਥਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮੁੱਠਿਆਂ ਉੱਤੇ ਲੱਗੇ ਕਿਰਮ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਜਿਹੇ ਪਲੀਤ ਹੱਥ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਲਾ ਲਵੇ ਤਾਂ ਕਿਰਮ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤਕ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸ: ਕਿਸੇ ਨੇ ਮੇਰੇ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਖੰਘਿਆ ਸੀ। ਕੀ ਮੈਂ ਹੁਣ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ?

- ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਫੈਲਦੇ ਹਨ ਪਰ ਸਿਰਫ਼ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਕਰੀਬ ਤੋਂ ਖੰਘਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦੀ ਛੂਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ (ਖੰਘ, ਬੁਖ਼ਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਹੱਡ ਭੰਨਵੀਂ, ਗਲ਼ਾ ਪੱਕਣਾ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ) ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਸਲਾਮਤੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਜਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਣ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਣ ਤਕ ਘਰ ਹੀ ਰਹੋ।

- ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਬੁਣ ਅਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਧੋਵੋਂ, ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਤਬੀਅਤ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਘਰ ਰਹੋ। ਜੇ ਅਲਾਮਤਾਂ ਵਿਗੜ ਜਾਣ ਤਾਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. (HealthLink BC) ਨੂੰ 8-1-1 ’ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਜੇ ਅਲਾਮਤਾਂ ਨਾ ਸੁਧਰਨ ਤਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸ: ਕੀ ਇਹ ਮਾਰੂ ਰੋਗ ਹੈ? ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਵਰਲਡ ਹੈਲਥ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (World Health Organization) ਮੁਤਾਬਕ H1N1 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਹਾਲੇ ਵੀ ਦਰਮਿਆਨੀ ਸ਼ਿੱਦਤ ਵਾਲੀ ਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਬਿਨਾ ਹਸਪਤਾਲ ਗਿਆਂ ਹੀ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹਾਲੇ ਤਕ ਇਹੋ ਹੀ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ।

- ਹੁਣ ਤਕ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਵੱਲੋਂ ਪੈਦਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਕਾਇਦਾ ਮੌਸਮੀ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਨਾਲੋਂ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਵਰਗਾਂ ’ਤੇ ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਵਾਂਗ H1N1 ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੀ ਹੋਰ ਮਰਜ਼ਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਣ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਦਮੇ, ਸ਼ੂਗਰ, ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ ਵਰਗੀਆਂ ਲੰਮਾਂ ਸਮਾਂ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਛੂਤ ਕਾਰਣ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖੋ ਕਿ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜੀ-ਤੋੜ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸ: ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

- ਹੇਠਾਂ ਕੁੱਝ ਵਿਹਾਰਕ ਤਰੀਕੇ ਦੱਸੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਛੂਤ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ:
  - ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਕਸਰ ਧੋਵੋ, ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ;
  - ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ;
  - ਹੋਰਨਾ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੂਠੇ ਭਾਂਡੇ ਨਾ ਆਪ ਵਰਤੋ, ਨਾ ਆਪਣੇ ਜੂਠੇ ਭਾਂਡੇ ਹੋਰਨਾ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਿਓ;
  - ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਵੇਲ਼ੇ ਆਪਣਾ ਨੱਕ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਢਕਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਸੇ ਟਿਸ਼ੂ ਨਾਲ ਢਕੋ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਸੁੱਟ ਦਿਓ; ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟਿਸ਼ੂ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਨਿੱਛਣ ਵੇਲ਼ੇ ਆਪਣਾ ਨੱਕ-ਮੂੰਹ ਨੰਗੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੀ ਕਮੀਜ਼ ਦੀ ਬਾਂਹ ਨਾਲ ਢਕੋ; ਅਤੇ
  - ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਤਬੀਅਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੇ ਬਜਾਏ ਘਰ ਰਹੋ।

ਸ: ਕੀ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨਣ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਨਕਾਬਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਗੱਲ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ।

- ਜੇ ਫ਼ਲੂ ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਸਰ ਨਾ ਸਕੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਾਦਾ ਡਾਕਟਰੀ ਨਕਾਬ ਪਹਿਨਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ **ਦੂਜਿਆਂ** ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੰਘ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਸਕੋਂਗੇ।

- ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਸਵੱਛ ਅਤੇ ਸਾਫ-ਸੁਥਰੇ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤਣਾ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਹ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ।

ਸ: ਜੇ ਮੇਰੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕੀ ਸਕੂਲ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ?

- ਆਮ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਕਾਰਣ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਅੰਦੇਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

- ਸਕੂਲ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ, ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

- ਜੇ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਹਾਲਾਤ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਜਿਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਸਕੂਲ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਮੈਡੀਕਲ ਹੈਲਥ ਅਫ਼ਸਰ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ਿਅਲ ਹੈਲਥ ਅਫ਼ਸਰ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸ: ਕੀ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਹੈ?

- ਵਿਸ਼ਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ (antiviral) ਕਹੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਵੱਲੋਂ ਪੈਦਾ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਉੱਤੇ ਤੁਰੰਤ ਲੈ ਲਈ ਜਾਵੇ।

- ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਹੈ ਚੋਖੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਕਰਨਾ; ਬੁਖ਼ਾਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਲੈਣ ਦਾ ਵੀ ਫਾਇਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- H1N1 ਫ਼ਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਟੀਕਾ ਨਵੰਬਰ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵਿੱਚ ਹਰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜਾਂ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਲਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਫ਼ਲੂ ਦੇ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਰਾਹੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰੇਗਾ।

- ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਇਸ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹਾਲੇ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਇਹਤਿਆਤ ਸਿੱਧੇ-ਸਾਦੇ ਉਪਾਅ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹੈ।

ਸ: ਮੈਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ/ਅਲਾਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਤੌਖ਼ਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 8-1-1 'ਤੇ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ/ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਕਿਸੇ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀ.ਸੀ. (HealthLink BC) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਸਕੂਲ ਵਾਪਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਮੇਤ H1N1 ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾਤਰੀਨ ਤੱਥਾਂ ਲਈ www.gov.bc.ca/h1n1 ਵੇਖੋ।

Find us on twitter   Find us on Facebook