ਚਿਕਨਪੌਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਬਾਰੇ ਤੱਥ

Facts about chickenpox (varicella)

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਕੀ ਹੈ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਰੀਸੈਲਾ-ਜ਼ੋਸਟਰ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਲਾਗ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ, ਬਾਲਗਾਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਕੀ ਹਨ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਮੂਨੀਆ (ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ), ਏਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਜ) ਅਤੇ ਖੁਰਕਣ ਕਰਕੇ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਲਾਗਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ ਕਾਰਨ ਦੌਰੇ, ਬੋਲਾਪਣ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵਾਲੇ ਹਰ 3,000 ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਦੀ ਮੌਤ ਲਾਗ ਕਰਕੇ ਹੋਵੇਗੀ।

ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਬੱਚਾ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਂ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਕੰਨਜੈਨੀਟਲ ਵੈਰੀਸੈਲਾ ਸਿੰਨਡਰੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਾਗ ਅਤੇ ਅੰਗਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਕਰਕੇ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈ?

ਦੋ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਚਿਕਨਪੌਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਵੈਕਸੀਨ
- ਮੀਜ਼ਲਜ਼, ਮੰਮਪਸ, ਰੁਬੈਲਾ ਅਤੇ ਵੈਰੀਸੈਲਾ (MMRV) ਵੈਕਸੀਨ

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਚਪਨ ਦੇ ਨਿਯਮਤ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਹ ਫਾਈਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #44b ਚਿਕਨਪੌਕਸ (ਵੈਰੀਸੈਲਾ) ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #14e ਮੀਜ਼ਲਜ਼, ਮੰਮਪਸ, ਰੁਬੈਲਾ ਅਤੇ ਵੈਰੀਸੈਲਾ (MMRV) ਵੈਕਸੀਨ

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਦੇ ਨਾਲ ਹਵਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅਸਾਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਥੁੱਕ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਪੀਣ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਸਿਗਰੇਟਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਚੁੰਮਣ ਦੁਆਰਾ। ਇਹ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਜਾਂ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਤਰਲ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵਾਲਾ ਗਰਭਵਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਰੈਸ਼ ਦੇ ਛਾਲੇ ਸੁੱਕ ਜਾਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਪੇਪੜੀ ਬਣ ਜਾਣ ਤੱਕ (ਲਗਭਗ 5 ਦਿਨ ਬਾਅਦ) ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 2 ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਗਲੇ 2 ਤੋਂ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਲਾਲ ਧੱਬੇ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਖੋਪੜੀ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਧੱਬੇ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰੇ ਛਾਲਿਆਂ ਵਾਂਗ ਦਿਖਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਹੋਰ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਤਰਲ ਧੁੰਧਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਛਾਲੇ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਪਪੜੀ ਜਾਂ ਪਰਤ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਧੱਬਿਆਂ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ "ਫਸਲਾਂ" ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਛਾਲੇ ਬਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਪਪੜੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਗਭਗ 10 ਦਿਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ, ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਜਾਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਘਰ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ
- ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਫੌਰਨ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਇਲਾਜ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਦਵਾਈ, ਵੈਰੀਸੇਲਾ ਜ਼ੋਸਟਰ ਇਮਿਊਨ ਗਲੋਬੂਲਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਘਰੇਲੂ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਇੱਕ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਮਦਦਗਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਣੀ, ਜੂਸ ਅਤੇ ਸੂਪ ਪੀਓ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਬੁਖਾਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਓ
- ਨਹੁੰ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ, ਅਤੇ ਖੁਰਕਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਨਾਲ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕੋ।
- ਖੁਜਲੀ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਰੱਖੋ। ਹਲਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਹਾਉਣ ਅਤੇ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਆਪਣੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਸ਼ਨਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਖੁਜਲੀ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਨਾਲ ਗੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਘਰੇਲੂ ਕਲੀਨਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਾਗ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕੋ। ਸੰਕਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

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

ਰੇਏ ਸਿੰਨਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #84 ਰੇਏ ਸਿੰਨਡਰੋਮ 'ਤੇ ਜਾਓ।

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

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਕੀ ਹੈ?

ਉਹੀ ਵਾਇਰਸ ਜੋ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਹੋਇਆ ਸੀ ਲਈ, ਵਾਇਰਸ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਧੱਫੜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਬੁਖਾਰ, ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਠੰਡ ਲੱਗਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖੁਜਲੀ, ਝਰਨਾਹਟ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਧੱਫੜ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਛਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ 2 ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੁਝ ਦਾਗ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਧੱਫੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੱਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ। ਪਰੰਤੂ, ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਚਿਕਨਪੌਕਸ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਾਧਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #111 ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ 'ਤੇ ਜਾਓ।