ਕੋਵਿਡ-19 ਪੈਂਡੇਮਿਕ ਦੌਰਾਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼

Guidance for Families of Immunocompromised Children During the COVID-19 Pandemic

Tagline: ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ।

ਕਦੋਂ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ: ਦਸੰਬਰ 11, 2020

ਮੁੱਖ ਸੰਦੇਸ਼:

1. ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਦਰਮਿਆਨਾ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਵੇਗਾ।
2. ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ।
3. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ symptoms, ਹਨ ਤਾਂ ਟੈੱਸਟ tested ਕਰਵਾਓ।

ਕੁੱਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ ਤੱਕ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਤੀਬਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਇਆ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤੀਬਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਤੀਬਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਉਤਨਾ ਹੀ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ਜਿੰਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਹੈ।

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਰ ਬਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣੇ, ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣੀ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣੀ। ਬਚਾਅ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਰੱਖਣਾ ਆਮ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਇਹ ਕੁੱਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਅੰਗ ਬਦਲੇ ਗਏ ਹਨ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੀਬਰ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਟੀਰਾਇਡ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ Children with immune compromise

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੱਕ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਬਚਾਅ ਸਕਦਾ।

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਾਂਸ ਹਨ।

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮਾਂ ਹੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹਾਲਾਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮੁੱਢਲੇ ਤੌਰ ਤੇ ਇਮਿਊਨਟੀ ਦੀ ਕਮੀ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਿਤਾ ਪੁਰਖੀ ਹਾਲਾਤ ਹਨ ਜੋ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਸ਼ਰਤ ਇਮਿਊਨਟੀ ਦੀ ਕਮੀ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਦੁਸ਼ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਦਬਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਐਸੇ ਇਲਾਜਾਂ ਲਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ:
    - ਆਟੋਇਮਿਊਨ ਜਾਂ ਰਿਊਮੈਟੋਲੋਜਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੂਪਸ (lupus) ਜਾਂ ਜੁਵੇਨੀਲ ਆਈਡਿਓਪੈਥਿਕ (idiopathic) ਗੰਠੀਆ।
    - ਵੱਡੀ ਆਂਤ ਵਿਚ ਸੋਜਸ਼ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕ੍ਰੋਹਨ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਜਾਂ ਅਕਸਿਰੇਟਿਵ ਕੋਲਾਈਟਿਸ
    - ਇਮਿਊਨ- ਮੀਡੀਏਟਿਡ (immune-mediated) ਗੁਰਦਾ ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
    - ਅੰਗ ਬਦਲਣਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿਗਰ ਦਾ ਬਦਲਣਾ, ਗੁਰਦੇ ਬਦਲਣਾ ਜਾਂ ਦਿਲ ਬਦਲਣਾ
    - ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਮੱਜਾ ਜਾਂ ਸਟੈੱਮ ਸੈੱਲ ਦਾ ਬਦਲਣਾ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਮੋਥੈਰਪੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਚਿਰ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਮੋਥੈਰਪੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਕੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਹੋਣ ਦੀ ਕੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ:

- ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਣ ਦੀ
- ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਤੀਬਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ
- ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਲੈਵਲ ਉਸ ਦੀ ਹਾਲਤ, ਉਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਲੈਵਲ:

ਨੀਵਾਂ: ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਲੈਵਲ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਦਰਮਿਆਨਾ: ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਦਾ ਇਹ ਲੈਵਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸਨ ਹੋਣ ਦੇ ਚਾਂਸ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਨਫ਼ੈਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਿਮਾਰ ਰਹਿਣ ਦੇ ਚਾਂਸ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਐਸੀ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਏ ਜੋ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਇਹ ਤਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਮਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

ਉੱਚਾ: ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਾਂਸ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਐਸੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣੀ,
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਟੀਰਾਇਡ ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ
- ਮੁੱਢਲੀ ਇਮਿਊਨੋਡੈਫ਼ੀਸ਼ੈਂਸੀ (immunodeficiency) ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਕਿਸਮਾਂ ਜਾਂ
- ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਚਿੱਟੇ ਸੈੱਲ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਣੇ

ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਲੈਵਲ ਨੀਵਾਂ, ਦਰਮਿਆਨਾ ਜਾਂ ਉੱਚਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਪਰਵਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਉਹ ਵਰਚੂਅਲੀ Doctor of the Day ਸੇਵਾ ਲਈ 1-855-344-3800 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦਾ ਲੈਵਲ ਉੱਚਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਘਰ ਹੀ ਠਹਿਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਲੈਵਲ ਦਰਮਿਆਨਾ ਜਾਂ ਨੀਵਾਂ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

What can I do to protect my child who has low or medium risk?

ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਲੈਵਲ ਨੀਵਾਂ ਜਾਂ ਦਰਮਿਆਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੋਵਿਡ-19 precautions for COVID-19 ਲਈ ਉਹ ਹੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣੀ ਹੈ ਜੋ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵਰਤਣੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਲੈਵਲ ਉੱਚਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

What can I do to protect my child who has a high risk level?

ਉੱਚੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਲੈਵਲ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ   For children with a high risk level.

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਘਰ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੀ ਰਹੇ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਧੀਆ ਪਲੈਨ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।

ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਸ, ਫ਼ੈਰੀ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਸਫ਼ਰ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦਿਹਾਤੀ ਜਾਂ ਦੂਰ ਦੁਰਾਡੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਲੋਕਲ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਅਤੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?   What steps can I take to prevent COVID-19?

ਬੀ.ਸੀ.ਸੀ.ਡੀ.ਸੀ. preventing COVID-19. ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਸਲਾਹ ਹੋਰ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰਾ ਪਰਵਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੇ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਵਾਰ ਜਦੋਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੇ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਵਾਂਗ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੇ:

- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੰਘ, ਠੰਢ ਜਾਂ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕਿਸੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ 14 ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸੰਪਰਕ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 14 ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਫ਼ਰ ਕੀਤਾ

ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਿਟੀ ਤੋਂ ਰੋਕ-ਥਾਮ ਅਤੇ ਬਚਾਓ ਦੇ ਸਰੋਤ ਇੱਥੇ here ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਵਾਲੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਨਵੇਂ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ?

What if my child with immune compromise has new COVID-19 symptoms?

ਕੋਵਿਡ-19 ਕਈ ਵੱਖਰੇ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਨਵੇਂ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਓ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ.ਸੀ.ਡੀ.ਸੀ.ਦੀ testing ਅਤੇ symptom ਦੇਖੋ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਟੈੱਸਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੈ ਤਾਂ 911 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ:

- ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸੈਨੇਟਾਈਜ਼ਰ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਾਓ (ਜੇ ਬੱਚਾ 2 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੈ)। ਮਾਸਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।
- ਟ੍ਰਾਈਏਜ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਟ੍ਰਾਈਏਜ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ।
- ਟ੍ਰਾਈਏਜ ਨਰਸ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

Should my child stop taking immune compromising medications?

ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ **ਨਾ ਹੀ** ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ **ਨਾ ਹੀ** ਬਦਲੋ, ਜਦ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਨਾ ਕਹੇ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ **ਕੋਈ ਵੀ** ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਕਰਨੀਆਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਨਾਲ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹਾਲਤ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਬਚਾਏਗਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਦਵਾਈ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਕਰੇਗੀ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਜਾਂ ਲੈਬ ਟੈੱਸਟ ਹੋਣੇ ਹਨ – ਕੀ ਅਸੀਂ ਜਾਈਏ? ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

My child has appointments or needs regular lab tests – should we still attend? What should we expect?

ਜੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੇ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਪੈਂਡੇਮਿਕ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਲੈਬ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ keep patients safe. ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਕੋਵਿਡ-19 COVID-19 symptoms, ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਅੱਗੇ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਜਾਓ:

1. ਠੀਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਟਾਈਮ ਤੇ ਪਹੁੰਚੋ।

2. ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਾਓ (ਜੇ ਬੱਚਾ 2 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੈ)। ਮਾਸਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

3. ਜਦੋਂ ਟੈੱਸਟ ਲਈ ਪਹੁੰਚੋ ਤਾਂ ਚੈੱਕ ਇਨ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਐਸਾ ਸਥਾਨ ਚੁਣੋ ਜਿੱਥੇ ਘੱਟ ਲੋਕ ਹਨ। ਫਿਰ ਜਦ ਬੱਚੇ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਦਾ ਟਾਈਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਓ।

4. ਕਲੀਨਿਕ. ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਲੈਬ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

5. ਕਿੰਨੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰੋ। ਕੁੱਝ ਕਲੀਨਿਕ ਮਰੀਜ਼ ਨਾਲ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਹੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ।

ਜੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

What do I do if there has been an exposure reported at my child’s school?

ਨੀਵੇਂ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਲੈਵਲ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ, ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰੋ। ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਉੱਨਤੀ ਲਈ ਸਕੂਲ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਵਰਜਸ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ here ਦੇਖੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਚੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਲੈਵਲ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਨਾ ਜਾਣ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉੱਚੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਲੈਵਲ ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਨਾਲੋਂ ਅਲੱਗ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ? Can my child continue to take part in sports?

ਖੇਲ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਹਰ ਇੱਕ ਸੂਬੇ ਦੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਲਈ ਇੱਥੇ here ਦੇਖੋ। ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਲਈ ਇਹ sports ਦੇਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।