BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Clinical Prevention Services
Provincial STI/HIV Clinic

655 West 12th Avenue
Vancouver, BC V5Z 4R4

Tel 604.707.5600
Fax 604.707.5604

www.bccdc.ca
www.SmartSexResource.com

ਯੀਸਟ ਅਤੇ ਫ਼ੰਗਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ:
ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਲਈ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ
Yeast and Fungal Infections:
Internal and External Genital Treatments

ਯੀਸਟ (ਖ਼ਮੀਰ) ਅਤੇ ਫ਼ੰਗਲ (ਉੱਲੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ "ਓਵਰ-ਦਾ-ਕਾਊਂਟਰ" (ਓ.ਟੀ.ਸੀ.) ਭਾਵ ਡਾਕਟਰੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ, ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਦੇ 'ਸੈਲਫ਼ ਸੀਲੈਕਸ਼ਨ" ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਫ਼ਲੂਕੋਨੇਜ਼ਲ ਦਾ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੁਸੀਂ ਕਾਊਂਟਰ ਤੋਂ (ਓ.ਟੀ.ਸੀ.) ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ 'ਤੇ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਇਹ ਪਰਚਾ ਸਤਿਹ 'ਤੇ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਅਤੇ ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫ਼ਲੂਕੋਨੇਜ਼ਲ ਪਰਚਾ ਦੇਖੋ।

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ/ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ: (Treatment for Internal Genital / Vaginal Symptoms)

ਪਹਿਲੀ ਚੋਣ:
- ਕਲੋਟ੍ਰੀਮਾਜ਼ਲ (Canesten® - ਕੈਨਸਟੈਨ) ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਕ੍ਰੀਮ 3, 6 ਜਾਂ 7 ਰਾਤਾਂ ਲਈ ਲਗਾਓ **ਜਾਂ**
- ਮੀਕੋਨਾਜ਼ਲ (Monistat® - ਮੋਨੀਸਟੈਟ, Micatin® - ਮਿਕਾਟਿਨ) ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਕ੍ਰੀਮ 3, 6 ਜਾਂ 7 ਰਾਤਾਂ ਲਈ ਲਗਾਓ।

ਬਦਲਵਾਂ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ: ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ:
- ਬੋਰਿਕ ਐਸਿਡ: ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ 600 ਐੱਮ.ਜੀ. ਦੇ ਕੈਪਸੂਲ। ਕੁੱਲ 14 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕੈਪਸੂਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੋਨੀ ਅੰਦਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ/ਯੋਨੀ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ (ਗੁਪਤ ਅੰਗ ਉੱਪਰ ਧੱਫੜ, ਯੋਨੀ ਦੁਆਰ, ਪੁਰਸ਼-ਇੰਦਰੀ ਦਾ ਸਿਰਾ)
- ਕਲੋਟ੍ਰੀਮਾਜ਼ਲ (Canesten® - ਕੈਨਸਟੈਨ) ਜਾਂ ਮੀਕੋਨਾਜ਼ਲ (Monistat® - ਮੋਨੀਸਟੈਟ, Micatin® - ਮਿਕਾਟਿਨ) ਸਤਿਹ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 10 ਤੋਂ 14 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਧੱਫੜ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ।

ਐਲਰਜੀਆਂ (Allergies)
- ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰੋਡੱਕਟ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ।

Provincial Health Services Authority
Province-wide solutions. Better health.
ACCREDITED • AGRÉÉ • CCHSA • CCASS
A research and teaching centre affiliated with UBC

ਯੀਸਟ ਅਤੇ ਫ਼ੰਗ ਲਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ: ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਲਈ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ (ਚਲਦਾ)
Yeast and Fungal Infections: Internal and External Genital Treatments

ਗਰਭਕਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ (Pregnancy and Chest/Breastfeeding)

- ਗਰਭਕਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਸਮੇਂ ਕਲੋਟ੍ਰੀਮਾਜ਼ਲ ਅਤੇ ਮੀਕੋਨਾਜ਼ਲ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਸਾਵਧਾਨੀ (CAUTION)

- **ਦੂਜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉੱਪਰ ਪ੍ਰਭਾਵ:** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ, ਗ਼ੈਰ-ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ, ਹਰਬਲ, ਜਾਂ ਮਨ-ਪਰਚਾਵੇ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਉੱਪਰ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਖ਼ੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ** ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ; ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖ਼ੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮੀਕੋਨਾਜ਼ਲ ਲੈਣੀ ਠੀਕ ਨਾ ਰਹੇ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ (Side Effects)

- ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰੌਡੱਕਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਪ੍ਰੌਡੱਕਟ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਪ੍ਰੌਡੱਕਟ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ (Storage Instructions)

- 15 ਅਤੇ 30°C ਵਿਚਕਾਰ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ’ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਰੋਸ਼ਨੀ, ਤਪਸ਼ ਅਤੇ ਨਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗ ਜਾਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਿਦਾਇਤਾਂ (Special Instructions)

- ਪ੍ਰੌਡੱਕਟ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਣ ਹੋਈ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੁਝ ਦੇਰ ਪਹਿਲਾਂ ਲੈ ਕੇ ਹਟੇ ਹੋ ਤਾਂ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਯੀਸਟ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਲੈਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦਵਾਈ ਦਾ 6 ਤੋਂ 7 ਦਿਨ ਦਾ ਕੋਰਸ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਲੱਛਣ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ www.smartsexresource.com ’ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Provincial Health Services Authority
Province-wide solutions. Better health.
ACCREDITED • AGRÉÉ • CCHSA • CCASS
A research and teaching centre affiliated with UBC