NSW HEALTH

ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ (CIPROFLOXACIN):

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ)

ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ (ciprofloxacin) ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਦੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਦਾ ਮੰਤਵ ਅਜਿਹੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ 'ਮੌਜੂਦ' ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਇਸ ਛੂਤ ਨੂੰ ਨਾ ਫੈਲਾਉਣ।

ਇਹ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ (ciprofloxacin) ਖਾਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼

- ਗੋਲੀ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚ 500 ਮਿ. ਗ੍ਰਾ. ਦੀ ਇੱਕੋ ਗੋਲੀ ਹੀ **ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ** ਦੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਸਾਬਤ ਗੋਲੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਇੱਕ ਪੂਰੇ ਭਰੇ ਹੋਏ ਗਿਲਾਸ ਨਾਲ ਨਿਗਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਗੋਲੀ ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਖਾਓ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਂਟਾਸਿਡ/ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਲੋਹੇ ਜਾਂ ਖਣਿਜ ਤੱਤਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ 4 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ (ciprofloxacin) ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜੇ ਤੁਸੀ:

- ਪਹਿਲਾਂ **ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ** ਦੇ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੋ;
- ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ;
- 12 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੋ।

ਜੇ **ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ** ਗ਼ੈਰ-ਵਾਜਬ ਹੈ ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦੀ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ (ciprofloxacin) ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਤੁਸੀਂ ਥਕਾਵਟ ਜਿਹੀ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦਰਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ ਉਤੇ ਛੇਤੀ ਹੀ ਦੂਰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਸਾਧਾਰਣ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਉਹ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਚਿਹਰੇ ਉਤੇ ਸੋਜ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਦੇ ਛੇਤੀ ਮਗਰੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। (ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਹੋ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ, ਜਾਂ 000 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ)।

ਹੋਰਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਗੋਭਾ (interactions)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ** (ciprofloxacin) ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਖਾਣ ਵਾਲੀ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ **ਸਿਪਰੋਫਲੌਕਸੀਨ** (ciprofloxacin) ਲੈਣਾ ਬਿਲਕੁਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ - NSW ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਥਾਨਕ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ - ਵਾਈਟ ਪੇਜਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਉਤੇ *NSW ਸਰਕਾਰ* ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

Metropolitan Areas	Location	Number	Rural Areas	Location	Number
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					

ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (RIFAMPICIN):
ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ)

ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਹੈ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਦੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਾ ਮੰਤਵ ਅਜਿਹੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ 'ਮੌਜੂਦ' ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਇਸ ਛੂਤ ਨੂੰ ਨਾ ਫੈਲਾਉਣ।

ਇਹ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਖਾਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼

- ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਦਿਨ 'ਚ ਦੋ ਵਾਰ ਲੈਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਕੁੱਲ ਚਾਰ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ)। ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ, ਕੈਪਸੂਲਾਂ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਵਜੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ ਖਾਓ ਜਾਂ ਖਾਣੇ ਦੇ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਮਗਰੋਂ ਖਾਓ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜੇ ਤੁਸੀਂ:

- ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਤੋਂ ਐਲਰਜਿਕ ਹੋ
- ਜਿਗਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਹੈ (ਪੀਲੀਆ ਰੋਗ ਸਮੇਤ)
- ਸ਼ਰਾਬ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀਂਦੇ ਹੋ; ਜਾਂ
- ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ।

ਜੇ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rimfampicin) ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ਼ੈਰ-ਵਾਜਬ ਲਗਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦੀ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ।

ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਕੁੱਝ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਖਾਣ ਮਗਰੋਂ ਮੂਡ ਖ਼ਰਾਬ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ: ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਘੂਕੀ ਜਿਹੀ ਚੜ੍ਹੀ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਰੰਗ ਨੂੰ ਗੁਲਾਬੀ-ਸੰਤਰੀ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਰੰਗ ਵੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨਰਮ ਨਜ਼ਰੀ ਸ਼ੀਸ਼ਿਆਂ (ਕੌਂਟੈਕਟ ਲੈਨਜ਼ਾਂ) ਉਤੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੱਬੇ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਗੋਭਾ (interactions)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ : ਲਹੂ ਦਾ ਗਤਲਾ (ਕਲੌਟ) ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਦਵਾਈ (anticoagulants) ਜਿਵੇਂ warfarin, ਸਟੀਰਾਇਡਜ਼, ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਦਵਾਈਆਂ, ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ

ਪਾਉਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ, ਮਿਰਗੀ ਲਈ ਗੋਲ਼ੀਆਂ, ਦਮੇ ਲਈ ਗੋਲੀਆਂ, ਮੈਥਾਡੋਨ (methadone), ਵਾਇਰਲ ਵਿਰੋਧੀ ਏਜੰਟਸ, ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (antidepressants) ਅਤੇ cyclosporin – ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ **ਅਧਿਸੂਚਿਤ ਕਰੋ** ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦੂਜੀ ਦਵਾਈ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ (rifampicin) ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲ਼ੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹ ਗੋਲੀ ਖਾਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਗੋਲੀ ਖਾਣਾ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਗੋਲੀ ਵਾਲੇ ਵਕਫ਼ੇ ਨੂੰ ਵੀ ਛੱਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ ਦੀ ਆਖ਼ਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਮਗਰੋਂ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਖਾਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ ਖਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਰੀਫੈਂਪਾਈਸੀਨ ਦੀ ਆਖ਼ਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਮਗਰੋਂ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭ ਠਹਿਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੇ ਵਾਧੂ ਤਰੀਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਨਿਰੋਧ, **ਵੀ** ਵਰਤਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ – NSW ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਥਾਨਕ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ – ਵਾਈਟ ਪੇਜਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਉਤੇ *NSW ਸਰਕਾਰ* ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

Metropolitan Areas	**Location**	**Number**	**Rural Areas**	**Location**	**Number**
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					

ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (CEFTRIAXONE):

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ’ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ)

ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (ceftriaxone) ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਹੈ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਦੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਦਾ ਮੰਤਵ ਅਜਿਹੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ‘ਮੌਜੂਦ’ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਇਸ ਛੂਤ ਨੂੰ ਨਾ ਫੈਲਾਉਣ।

ਇਹ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (ceftriaxone) ਨੂੰ ਪੱਟ ਜਾਂ ਚੂਲੇ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦੇ ਉਤਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (ceftriaxone) ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (ceftriaxone) ਜਾਂ cephalosporin ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਜਾਂ
- ਪੈਨਿਸਲੀਨ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਪ੍ਰਤੀ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ ceftriaxone ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਸੈਫਟ੍ਰਾਈਐਕਸੋਨ (ceftriaxone) ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਪਰ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੱਗੇ ਛਾਲੇ ਹੋ (ਲੇਸਦਾਰ ਝਿੱਲੀਆਂ ਦੀ ਸੋਜ ਜਾਂ ਖੁਜਲੀ) ਸਕਦੇ ਹਨ, ਦਸਤ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਲਟੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਘੁਕੀ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੀਭ ਦੇ ਸੁਆਦ ’ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਅਨਿਯਮਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ – ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ’ਤੇ ਸੋਜ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਅਕੜਾਅ ਜਿਹਾ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖਿਆਈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤੇਜ਼ ਖੁਜਲੀ ਜਾਂ ਛਪਾਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (000 ਉਪਰ ਫੋਨ ਕਰੋ)

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ – NSW ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਥਾਨਕ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ – ਵਾਈਟ ਪੇਜਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਉਤੇ *NSW ਸਰਕਾਰ* ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

Metropolitan Areas	**Location**	**Number**	**Rural Areas**	**Location**	**Number**
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					

NSW HEALTH

ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਕਲੀਅਰੈਂਸ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ) ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪਿਆਰੇ

ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਦੀ ਛੂਤ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦੀ ਛੂਤ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਬੈਕੀਟੀਰੀਆ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ 10% ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੱਕ ਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਂਇਆਂ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਕਈ ਮੌਕਿਆਂ ’ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਇਹ ਛੂਤ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਛੂਤ ਨਾਲ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦਾ ਰੋਗ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਇਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਮਗਰੋਂ ਇਸ ਛੂਤ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਦਸ ਕੁ ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਫੈਲਣੇ ਔਖੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਲਗਾਤਾਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੇੜੇ ਰਹੇ, ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਨੇੜੇ ਰਹੇ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ, ਦੰਦਾਂ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਿੱਕਲਣ ਵਾਲੀ ਲਾਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣੇ ਗਲੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਮੌਜੂਦ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਸ਼ੱਕੀ ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਕੇਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ’ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਇਹ ਰੋਗ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ
- ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਦੋਸਤ ਮੁੰਡਾ/ਦੋਸਤ ਕੁੜੀ/ਜਿਨਸੀ ਜਾਂ ਸੰਭੋਗੀ ਭਾਈਵਾਲ
- ਜਿਹੜੇ ਇੱਕੋ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕੇਂਦਰ (childcare centre) ਦੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਹੜਾ ਇਸ ਛੂਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਦਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਕੋਰਸ ਖਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਰੋਗ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਹਾਂ, ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ’ਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹਾਂ ਰਹਿਣ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਕਿਸਮ ਉਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦੀ ਛੂਤ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਦਾ ਕੋਈ ਲੱਛਣ (ਇਹ ਲੱਛਣ ਇੱਥੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਹਨ) ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। **ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਚਿੱਠੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ।**

ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਕਰੀਬੀ ਦੋਸਤ) ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵੀ ਇਹ ਜਾਣ ਸਕਣ ਕਿ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਗਏ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ।

ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜੇ ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ) ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਵੇਖਣ ਲਈ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਅਚਾਨਕ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋਣਾ
- ਜੋੜਾਂ ਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ
- ਜੀਅ ਮਿਤਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਅਕੜਾਅ
- ਚਮਕੀਲੀਆਂ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਦੀ ਨਾਪਸੰਦਗੀ
- ਥਕਾਵਟ
- ਚਮੜੀ ਉਤੇ ਕਿਤੇ ਵੀ ਚੁਭਵੀਂ ਛਪਾਕੀ ਨਿੱਕਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਛੇਤੀ ਹੀ ਵੱਡੇ ਲਾਲ-ਬੈਂਗਣੀ ਧੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਚਮੜੀ ਉਤੇ ਹਲਕੇ ਦਬਾਅ ਨਾਲ ਅਲੋਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੁੱਝ ਵਾਰ ਤਾਂ ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਅਲੋਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਬਹੁਤ ਮੁਢਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਤ ਦਰਦ, ਠੰਢੇ ਹੱਥ ਤੇ ਪੈਰ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦਾ ਅਸਾਧਾਰਣ ਰੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਨੌਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਲੱਛਣ ਵਧੇਰੇ ਉਜਾਗਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਚਿੜਚਿੜਾਹਟ, ਘੂਕੀ ਜਾਂ ਸੌਂ ਕੇ ਉਠਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਣੀ, ਉਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਦਰਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਣਾ, ਪੀਲੀ ਅਤੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਖਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਇਆ ਹੋਵੇ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਸਾਰੇ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵਿਆਂ ਵਾਲੀ ਤੱਥ-ਸ਼ੀਟ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:
www.health.nsw.gov.au/factsheets/infectious/meningococcal.html

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੁਆਲ ਹਨ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨਾਲ਼ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। *ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਤਾਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਫੋਨ ਨਾ ਕਰੋ - ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲ਼ੋ।*

ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸਪਾਤਰ,

ਡਾਇਰੈਕਟਰ
ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ

ਪਿਆਰੇ ਡਾਕਟਰ

ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਕਰ ਰਹੀ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਿਲੱਖਣ ਪਛਾਣ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਜੇ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਤਾਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਅਧਿਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ – NSW ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਥਾਨਕ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ – ਵਾਈਟ ਪੇਜਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਉਤੇ *NSW ਸਰਕਾਰ* ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

Metropolitan Areas	Location	Number	Rural Areas	Location	Number
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					

ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੰਪਰਕਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਕੋਈ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਨਹੀਂ)

ਪਿਆਰੇ

ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਛੂਤ ਹੈ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਛੂਤ ਉਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ 10 ਫ਼ੀ ਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੱਕ ਤੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਇਹ ਛੂਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਅੱਗੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਛੂਤ ਲੈ ਕੇ ਘੁੰਮਣ ਵਾਲ਼ੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਸਿਰਫ਼ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਛੂਤ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ 10 ਕੁ ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਫੈਲਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨੇੜੇ ਰਹਿਣ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ, ਦੰਦਾਂ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਿੱਕਲਣ ਵਾਲੀ ਲਾਰ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ।

ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ **ਬਹੁਤ ਹੀ** ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਛੂਤ ਹੋਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਛੂਤ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲ਼ੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ) ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਘਰ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਉਹ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਜਿਹੇ ਨੇੜੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੋਸਤ ਲੜਕਾ/ਦੋਸਤ ਕੁੜੀ/ਜਿਨਸੀ ਜਾਂ ਸੰਭੋਗੀ ਭਾਈਵਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕੋ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕੇਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਕੋਈ ਵੀ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ **ਨਹੀਂ** ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਛੂਤ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ (ਇਹ ਇੱਥੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ) ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਬੇਹੱਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। **ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ 'ਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਚਿੱਠੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।**

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਦੋਸਤ) ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਜਾਣ ਸਕਣ ਕਿ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਣ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਉਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ:

- ਅਚਾਨਕ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਜਾਣਾ
- ਜੋੜਾਂ ਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ’ਚ ਦਰਦ
- ਜੀਅ ਮਿਤਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਗਰਦਨ ’ਚ ਅਕੜਾਅ
- ਚਮਕੀਲੀਆਂ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਦੀ ਨਾਪਸੰਦਗੀ
- ਥਕਾਵਟ
- ਚਮੜੀ ਉਤੇ ਕਿਤੇ ਵੀ ਚੁਭਵੀਂ ਛਪਾਕੀ ਨਿੱਕਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਛੇਤੀ ਹੀ ਵੱਡੇ ਲਾਲ-ਬੈਂਗਣੀ ਧੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਚਮੜੀ ਉਤੇ ਹਲਕੇ ਦਬਾਅ ਨਾਲ ਅਲੋਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕੁੱਝ ਵਾਰ ਤਾਂ ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਅਲੋਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਬਹੁਤ ਮੁਢਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਤ ਦਰਦ, ਠੰਢੇ ਹੱਥ ਤੇ ਪੈਰ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦਾ ਅਸਾਧਾਰਣ ਰੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਨੌਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਲੱਛਣ ਉਜਾਗਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਚਿੜਚਿੜਾਹਟ, ਘੁਕੀ ਜਾਂ ਸੌਂ ਕੇ ਉਠਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਣੀ, ਉਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਦਰਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਣਾ, ਪੀਲੀ ਅਤੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਖਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਇਆ ਹੋਵੇ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਸਾਰੇ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਦਬਾਵਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵਿਆਂ ਵਾਲੀ ਤੱਥ-ਸ਼ੀਟ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:
www.health.nsw.gov.au/factsheets/infectious/meningococcal.html

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੁਆਲ ਹਨ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨਾ਼ਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। *ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਤਾਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਫੋਨ ਨਾ ਕਰੋ - ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲ਼ੋ।*

ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸਪਾਤਰ,

ਡਾਇਰੈਕਟਰ
ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ

ਪਿਆਰੇ ਡਾਕਟਰ

ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ (meningococcal) ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਕਰ ਰਹੀ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਿਲੱਖਣ ਪਛਾਣ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਜੇ ਮਿਨਿੰਜੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਤਾਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਅਧਿਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ – NSW ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਥਾਨਕ ਜਨ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ – ਵਾਈਟ ਪੇਜਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਉਤੇ *NSW ਸਰਕਾਰ* ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

Metropolitan Areas	**Location**	**Number**	**Rural Areas**	**Location**	**Number**
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					