

Patient Education

COVID-19 ਡਿਸਚਾਰਜ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ, ਬੱਚੇ

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ 2019 ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ -19 (COVID-19) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਵਾਇਰਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ (ਵਿਸ਼ਾਣੂ) ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਐਸਏਆਰਐਸ (SARS)-ਸਬੰਧਤ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (SARS-CoV-2) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

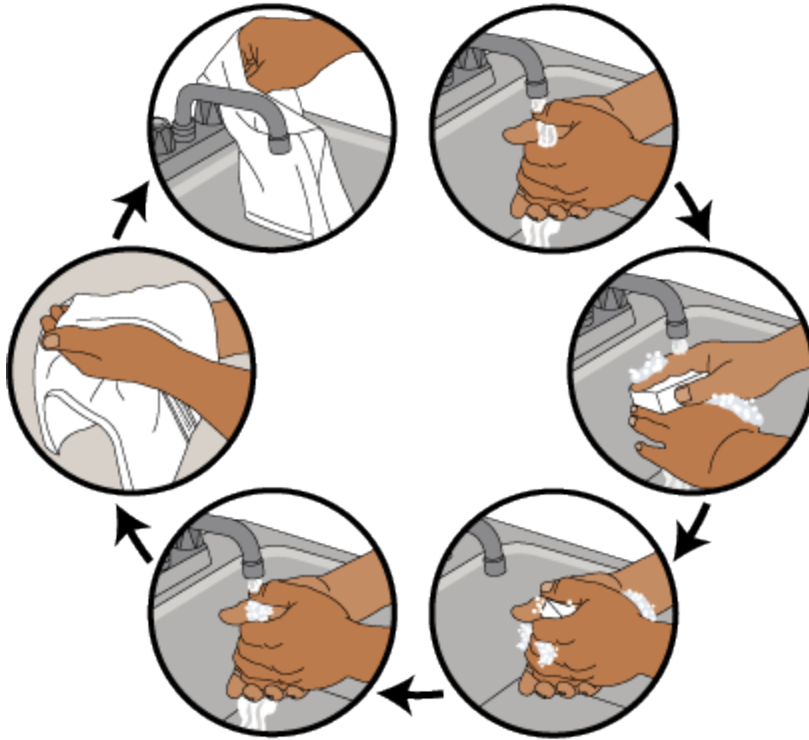
COVID-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ, ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਦੂਜੇ ਕਦੇ ਵੀ ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਾਂਸੀ, ਬੁਖਾਰ, ਠੰਡ ਲੱਗਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਿਲਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਥੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਝੁਣਝੁਣੀ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪੇਟ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦਸਤ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈਆਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੁੰਘਣ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। COVID-19 ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਲ-ਜਾਮਨੀ ਧੱਬੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹਰ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਗੱਲ ਕਰਨ, ਛਿੱਕ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਖਾਂਸੀ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਵਾਇਰਸ ਬੂੰਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਨੇੜਿਓਂ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਜੱਫੀ ਪਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਖਾਣਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਹੱਥ ਮਿਲਾ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਮੇਜ਼, ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਹੈਂਡਲ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਵਰਗੀਆਂ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਤੇ ਵੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਆਮ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਲਾਗ ਨੂੰ ਫੈਲਾ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ, ਪਰ ਉਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋਵੋ ਤੁਹਾਡੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID-19) ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। COVID-19 ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਇਕੱਲਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਉਦੋਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਆਸ ਪਾਸ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਕਹਿ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

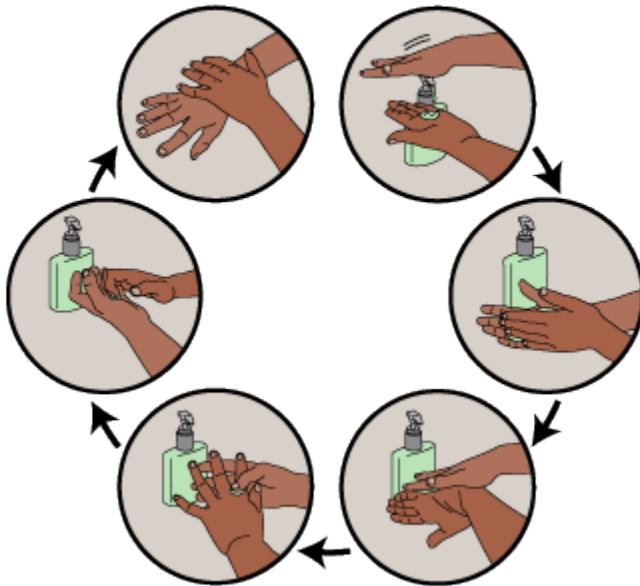
Image Filename

ਹੱਥ ਧੋਣਾ



੨੦ ਸਕਿੰਟ
ਲਈ ਮਲ ਕੇ ਧੋਵੋ

ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ



ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਜਾਣ ਬਾਅਦ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।
- ਬੁਖਾਰ ਕਾਰਨ ਹੋਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ, ਜੂਸ ਜਾਂ ਸ਼ੇਰਬਾ (ਸੁਪ) ਪਿਲਾਓ।
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕੁਲ ਮਿਸਟ ਹਿਯੂਮਿਡਿਫਾਇਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਲੇਟਣ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣ ਲਈ 2 ਤੋਂ 3 ਸਿਰਗਾਣਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਸੌਣਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੁਆਲੇ ਸਿਗਰਟ ਨਾ ਪੀਓ।
- ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਤ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ, ਉਹ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਯੋਗ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ:
 - 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੇ ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ ਜੋ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਪੜੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੱਪੜੇ ਦੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਰਤਾਂ ਹੋਣ।
 - ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ।
 - ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਲੱਗ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਬਾਹਰ ਲਿਜਾਓ।
 - ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਬਾਥਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਾਓ।

ਕਿਹੜੀ ਫਾਲੋ-ਅਪ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂਚੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ -19 (COVID-19) ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਜਾਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਬੁਖਾਰ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ
- ਸਾਹ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ

ਕੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸੀਮਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਮਿਕਦਾਰ ਬਾਰੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਤਾਕਤ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?

ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ, ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਲਈ, ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਧਾਰਣ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੁਆਰਾ ਹੋਰ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਦਵਾਈਆਂ ਲਏ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਬੁਖਾਰ ਮੁਕਤ ਰਹੋ
- ਖਾਂਸੀ ਜਾਂ ਸਾਹ ਔਖਾ ਆਉਣ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਜਾਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਦਿਨ ਉਡੀਕ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਪਰੋਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਲੱਛਣ ਰਹਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਕੁ ਮਾਹਰ 20 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

- ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਨੁਕਸ
- ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਮੌਤ

ਮੈਨੂੰ ਕਦੋਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਇੰਨੀ ਜਿਆਦਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸਿੱਧੇ ਬੈਠਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਲੇਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਦਬਾਅ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂ ਚਿਹਰਾ ਨੀਲੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੈ 100.4° F (38.4°C) ਤੋਂ ਉੱਪਰ, 24 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੱਛੜ ਪਏ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ, ਜਾਂ ਟਿਕ ਕੇ ਬੈਠਣ ਵੇਲੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ, ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਉਸਨੂੰ ਪੀਣ ਲਈ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ, ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਮ ਵਾਂਗ ਸੁਚੇਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਉਨੀਂਦਰਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਰੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਡਾਇਪਰ ਗਿੱਲਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਪਈ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਠੰਡੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਰੋਣ ਵੇਲੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੰਝੂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਗੂੜ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਲਟੀ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਾਲੇ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹਨ ਜੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਲਟੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਜੇ 1 ਦਿਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਗੜਦੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਲ-ਜਾਮਨੀ ਚਟਾਕ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੁਬਾਰਾ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ: ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਟੀਚ ਬੈਕ ਮੈਥਡ (ਵਾਪਸ ਪੜ੍ਹਾਓ ਤਰੀਕਾ) ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਟਾਫ ਨੇ ਹਰੇਕ ਗੱਲ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਨਾਲ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਮਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਉਲਝਣ ਵਾਲੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨੀ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਤਕ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇ, ਨੀਂਦ ਆਵੇ ਜਾਂ ਉਲਝਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਥਾਂ ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਲ-ਜਾਮਨੀ ਚਟਾਕ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂਗਾ।

ਉਪਭੋਗਤਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਬੇਦਾਅਵਾ:

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਖੇਪ ਸਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਸੱਟਾਂ, ਜਾਂਚਾਂ, ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਇਲਾਜਾਂ, ਥੈਰੇਪੀਆਂ, ਛੁੱਟੀ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਮੁਕੰਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਸਲਾਹ, ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਸਲਾਹ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਹੈ। <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.