Punjabi

Meningitis Research Foundation

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਨਿਆਣੇ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਕੁਝ ਹੀ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਨ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਲਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਅਪਾਹਜ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਹਿਮ ਢੰਗ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਾਉਣਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬੜਾ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਵੇ। ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਕਿਸਮ ਦਾ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਉੱਤਮ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਤੋ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗਣ। ਬਚਪਨ ਦੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ - **MenC, Hib** ਅਤੇ **pneumococcal (ਨਿਊਮੋਕੋਕੱਲ)**, ਅਤੇ **mumps (ਕੰਨਪੇੜੇ)** ਦੁਆਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਣਾ ਵਿਅਕਤੀ, **ਨਿਊਮੋਕੋਕੱਲ** ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਊਮੋਕੋਕੱਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰੇ 'ਚ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- TB ਵੈਕਸੀਨ (ਜਿਸਨੂੰ **BCG** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ TB ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਤੋਂ ਖ਼ਾਸ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨਿਆਣਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਟੀਕਾ ਲੱਗੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਿਆਣੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ TB ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰੇ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਦਾਦਕੇ/ਨਾਨਕੇ TB ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਦਰਾਂ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਆਏ ਸਨ।

- ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੁਸਾਫ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ 'ਕੁਆਡ੍ਰੀਵੇਲੈਂਟ' ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਰ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ: **Men A, C, Y** ਅਤੇ **W135** ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਊਦੀ ਅਰਬ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਹੁਣ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਕ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਵੀਜ਼ਾ ਲੈਣ ਦੀ ਇੱਕ ਲੋੜ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਬੀਤੇ 3 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀਂ 'ਕੁਆਡ੍ਰੀਵੇਲੈਂਟ' ACWY ਮੈਨਿਨਗੋਕੋਕੱਲ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਇਆ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਊਦੀ ਅਰਬ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਟ੍ਰੈਵਲ ਕਲਿਨਿਕ ਤੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਕੇ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਲੈਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਪਏਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਫਾਸਲੇ 'ਤੇ ਦੋ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਅਫ਼ਰੀਕਾ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਆਡ੍ਰੀਵੇਲੈਂਟ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਏ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਟ੍ਰੈਵਲ ਕਲਿਨਿਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਯੂਕੇ ਅਤੇ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ **MenB** ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, **ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ**। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੇ ਕੀ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ: ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਹਵਾਲੇ ਲਈ ਰੱਖੋ

- ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਔਖੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣ ਕਈ ਹਲਕੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਾਂਗ ਹੀ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੁਖਾਰ, ਉਲਟੀਆਂ, ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। **"ਲਾਲ ਝੰਡੇ ਵਾਲੇ"** 🚩 ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਅਕਸਰ ਅਕੜਨ ਅਤੇ ਰੌਸ਼ਨੀ ਚੰਗੀ ਨਾ ਲੱਗਣ ਵਰਗੇ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ 🔴 ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਹਰੇਕ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।
- ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

	ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ	ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ
ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਉਲਟੀਆਂ	⚪	⚪
ਤਿੱਖਾ ਸਿਰਦਰਦ		⚪
ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ / ਜੋੜਾਂ / ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ (ਕਈ ਵਾਰ ਪੇਟ ਦਰਦ / ਪੇਚਸ਼)	🚩	
ਠੰਡੇ ਹੱਥ ਅਤੇ ਪੈਰ / ਕਾਂਬਾ	🚩	
ਪੀਲੀ ਜਾਂ ਚਿਤਰ-ਮਿਤਰ ਚਮੜੀ	🚩	
ਤੇਜ਼ ਸਾਹ ਆਉਣਾ / ਹੱਫਣਾ	⚪	
ਧੱਫੜ (ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਕਿਤੇ ਵੀ)	🔴	🔴 ਸਾਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ
ਅਕੜੀ ਹੋਈ ਗਰਦਨ		⚪ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਆਮ
ਤਿੱਖੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਚੰਗੀ ਨਾ ਲੱਗਣਾ		⚪ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਆਮ
ਬਹੁਤਾ ਉਨੀਂਦਾ / ਡੌਰ-ਭੌਰ / ਨੀਂਦ ਤੋਂ ਉਠਾਉਣਾ ਔਖਾ	🔴	🔴
ਘਬਰਾਇਆ ਹੋਇਆ / ਬੇਸੁੱਧ	🔴	🔴
ਦੌਰੇ (ਦੰਦਲਾਂ) ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ		🔴

ਕੀ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਿਆਣਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਜੀ ਹਾਂ। ਨਿਆਣਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਨਿਆਣੇ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਜਾਂ ਉਭਰੀ ਹੋਈ ਨਰਮ ਜਗ੍ਹਾ
- ਦੁੱਧ ਪੀਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ
- ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਚਿੜਚਿੜੇ ਹੋ ਕੇ, ਉੱਚੀ ਤਿੱਖੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਰੋਣਾ ਜਾਂ ਕਰਾਹੁਣਾ
- ਝਟਕੇ ਮਾਰਦਾ ਅਕੜਿਆ ਹੋਇਆ ਸਰੀਰ, ਜਾਂ ਫੇਰ ਢਿੱਲਾ ਅਤੇ ਬੇਜਾਨ

ਨਿਆਣੇ ਬੜੀ ਛੇਤੀ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਅਕਸਰ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

ਕੀ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਹੋਣਗੇ?

ਜੀ ਨਹੀਂ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਤੀਬ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਧੱਫੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੰਬਲਰ ਟੈਸਟ (ਕੱਚ ਦੇ ਗਲਾਸ ਨਾਲ ਜਾਂਚ) ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੱਚ ਦੇ ਇੱਕ ਗਲਾਸ ਨੂੰ ਕੱਸ ਕੇ ਧੱਫੜ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਕੇ ਦਬਾਓ। ਜੇ ਧੱਫੜ ਫਿੱਕਾ ਨਾ ਪਏ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਗਲਾਸ ਵਿੱਚੋਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।

ਕਾਲੀ ਜਾਂ ਸਾਂਵਲੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਫਿੱਕੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਪੇਟ ਉੱਤੇ, ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਪਪੋਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਤਾਲੂ 'ਤੇ ਵੀ ਦੇਖੋ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਭਾਵੇਂ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਹੀ ਦਾਗ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਹੋਵੇ ਜੋ ਫਿੱਕਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਧੱਫੜ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਬੀਮਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਕੋਈ ਬੀਮਾਰ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ
ਮਦਦ ਲਓ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਰਿਸਰਚ ਫ਼ਾਊਂਡੇਸ਼ਨ **ਫ੍ਰੀ**ਫ਼ੋਨ 24 ਘੰਟੇ ਹੈਲਪਲਾਈਨ

ਯੂਕੇ - **080 8800 3344**

ਰਿਪਬਲਿਕ ਆਫ਼ ਆਇਰਲੈਂਡ - **1800 41 33 44**

ਮੁੱਖ ਦਫ਼ਤਰ:
Midland Way Thornbury
Bristol
BS35 2BS
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01454 281811

ਸਕੋਟਲੈਂਡ ਦਫ਼ਤਰ:
28 Alva Street
Edinburgh
EH2 4PY
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0131 510 2345

ਨੌਰਦਰਨ ਆਇਰਲੈਂਡ ਦਫ਼ਤਰ:
71 Botanic Avenue
Belfast
BT7 1JL
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 028 9032 1283

ਰਿਪਬਲਿਕ ਆਫ਼ ਆਇਰਲੈਂਡ ਦਫ਼ਤਰ:
63 Lower Gardiner
Street
Dublin 1
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01 819 6931

ਇੱਕ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਇੰਗਲੈਂਡ ਅਤੇ ਵੇਲਜ਼ ਵਿੱਚ ਨੰ: 1091105, ਸਕੋਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਨੰ: SC037586, ਅਤੇ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ CHY 12030

© ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਰਿਸਰਚ ਫ਼ਾਊਂਡੇਸ਼ਨ 2007

Translated by
K International plc
The Multilingual Solutions Company