Punjabi - Number 04
April 2017

ਟੌਕਸਿਕ ਸ਼ੌਕ ਸਿੰਡਰੋਮ
Toxic Shock Syndrome

ਟੌਕਸਿਕ ਸ਼ੌਕ ਸਿੰਡਰੋਮ ਕੀ ਹੈ?

ਟੌਕਸਿਕ ਸ਼ੌਕ ਸਿੰਡਰੋਮ (ਟੀਐਸਐਸ) ਇੱਕ ਵਿਰਲੀ, ਪਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਅਕਸਰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਟੀਐਸਐਸ (TSS) ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਟੌਕਸਿੰਨ (ਜ਼ਹਿਰ) ਉਤਪੰਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਚਾਨਕ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਲਦੀ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਗਰ,ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਸਮੇਤ ਕਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਟੀਐਸਐਸ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਟੀਐਸਐਸ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੁਅਰਾ ਟੈਮਪੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀਐਸਐਸ ਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਿਰਫ ਅੱਧੇ ਕੇਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

> ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਹੈ, **9-1-1** ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਟੀਐਸਐਸ ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਟੀਐਸਐਸ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਜ਼ਹਿਰ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 2 ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਿਹੜੇ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਹਿਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਹਨ:

- *ਸਟੈਫਿਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ (ਐਸ ਏ) (Staphylococcus aureus* (SA)) (ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਸਟੈਫ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)
- ਗਰੁਪ ਏ ਸਟ੍ਰੈਪਟੋਕੋਕਸ (ਜੀਏਐਸ) (Group A *Streptococcus* (GAS))

ਗਰੁਪ ਏ *ਸਟ੍ਰੈਪਟੋਕੋਕਸ* ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #106 ਗਰੁੱਪ ਏ. ਸਟ੍ਰੈਪਟੋਕੋਕਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਦੇਖੋ।

ਸਟੈਫਿਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ (*Staphylococcus aureus)* 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੱਕ ਲੋਕਾਂ ਦੇ 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੱਕ ਦੇ ਨੱਕ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਲਗਭਗ 10 ਤੋਂ 20 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਨੱਕ, ਗਲੇ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹਲਕੇ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਐਸਏ (SA) ਵਿਗਾੜਾਂ ਕਰਕੇ ਟੀਐਸਐਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐਸਏ (SA) ਕਈ ਜ਼ਹਿਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ਹਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਹਿਰ ਸਰਜੀਕਲ ਜ਼ਖਮ ਸਮੇਤ, ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖਮ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੀਐਸਐਸ ਟੈਮਪੋਨ ਜਾਂ ਮਹਾਵਾਰੀ ਵਾਲਾ ਕੱਪ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਹਾਵਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਦਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ।

ਟੀਐਸਐਸ ਦੇ ਕੀ ਲੱਛਣ ਹਨ?

ਟੀਐਸਐਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜ਼ਖਮ ਦੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਦਰਦ, ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ, ਘੱਟ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਕਰਕੇ ਜਲਨ ਵਰਗੇ ਰੈਸ਼ ਸਮੇਤ ਸ਼ੌਕ (ਸਦਮੇ) ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ।

ਆਮਤੌਰ ਤੇ, ਟੀਐਸਐਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸਰਜੀਕਲ ਵਿਧੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮਤੌਰ ਤੇ 3 ਤੋਂ 5 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਟੌਕਸਿਕ ਸ਼ੌਕ ਸਿੰਡਰੋਮ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਫੌਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ **9-1-1** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤਣ ਦੌਰਾਨ ਟੀਐਸਐਸ ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਟੈਮਪੋਨ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਸੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਤੁਸੀਂ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤ ਰਹੇ ਸੀ।

ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਕੀ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਟੈਫ ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਟੀਐਸਐਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਬੰਧਤ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਦਮੇ (ਸ਼ੌਕ) ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਹਿਰ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਿੱਚ ਟੈਮਪੋਨ, ਡਾਇਆਫਰਾਮ ਜਾਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸਪੌਂਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਹਟਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਜੋਖਮ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੈ?

ਸਟੈਫ ਵਿਗਾੜ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਟੀਐਸਐਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਪਰ, ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਜੋਖਮ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਟੀਐਸਐਸ ਲਈ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਐਸਏ ਟੌਕਸਿਕ ਸ਼ੌਕ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਇਤਿਹਾਸ।
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਟੈਮਪੋਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਸੋਖਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ,ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸਪੌਂਜਾਂ, ਡਾਇਆਫਰਾਮਾਂ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਗਏ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਜਲਣ ਅਤੇ ਸੋਜ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੈਜੀਨਾਈਟਸ (vaginitis) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਚਮੜੀ ਦਾ ਜਲਣਾ, ਵਿਗਾੜ ਜਾਂ ਸੱਟ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਸੱਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਸਏ ਸੱਟ ਵਿਗਾੜ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਜਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸਾਹ ਦੇ ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਵਿਗਾੜ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਇਨੇਸਾਈਟਸ (sinusitis), ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ (ਫੈਰੇਨਜਾਈਟਸ), ਲੈਰੇਨਜਾਈਟਸ (laryngitis), ਟੌਨਸੀਲਾਈਟਸ (tonsillitis) ਜਾਂ ਨਿਮੋਨੀਆ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਜਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ, ਟੈਮਪੋਨਾਂ ਕਰਕੇ ਟੀਐਸਐਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਕੀ ਟੀਐਸਐਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਟੀਐਸਐਸ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਸੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ, ਸੱਟਾਂ, ਝਰੀਟਾਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖ ਕੇ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੈਮਪੋਨ, ਮਹਾਵਾਰੀ ਵਾਲੇ ਕੱਪ, ਡਾਇਆਫਰਾਮ, ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਪਾਂ ਜਾਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸਪੌਂਜ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਐਸਐਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਪੈਕੇਜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ।
- ਟੈਮਪੋਨ, ਮਹਾਵਾਰੀ ਵਾਲੇ ਕੱਪ, ਡਾਇਆਫਰਾਮ ਜਾਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸਪੌਂਜ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਜਾਂ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ।
- ਆਪਣੇ ਟੈਮਪੋਨ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਹਰ 8 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਬਦਲ ਕੇ, ਜਾਂ ਦਿਨ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਹੀ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤ ਕੇ।
- ਟੈਮਪੋਨ ਅਤੇ ਸੈਨੇਟਰੀ ਪੈਡਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਵਰਤ ਕੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਰਾਤ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਪੈਡ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਟੈਮਪੋਨ।
- ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੋਖਣ ਸ਼ਕਤੀ ਵਾਲੇ ਟੈਮਪੋਨ ਵਰਤਣਾ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਸੋਖਣ ਵਾਲੇ ਟੈਮਪੋਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਟੀਐਸਐਸ ਦਾ ਜਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਡਾਇਆਫਰਾਮ ਜਾਂ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸਪੌਂਜ ਨੂੰ 12 ਤੋਂ 18 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਈ ਅੰਦਰ ਨਾ ਛੱਡ ਕੇ।

BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority