

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

Why Seniors Should Get the Inactivated Influenza (Flu) Vaccine

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ, ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਅਤੇ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵੱਧਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਜਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ ਹੋਏ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਟੀਕਾ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਲਾਲੀ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੋਜ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰਦਰਦ, ਦੁਖਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸੀਆਂ ਅਤੇ ਥਕੇਵਾਂ ਜਿਹੜਾ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਛੋਟੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਫਲੂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਫਲੂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਰੁਧ ਰੱਖਿਆ

(ਇੰਮਯੂਨਿਟੀ) ਨਿਰਮਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ - ਲਗਭਗ 2 ਹਫਤੇ - ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰੱਖਿਆ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਫਲੂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੌਸਮ, ਜੋ ਕਿ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਅਪ੍ਰੈਲ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀ ਟੀਕਾ ਲਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿਮਾਗ, ਬਲੱਡਸਟ੍ਰੀਮ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਕੰਨ ਦੇ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਅਤੇ ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਤੇ ਲੈਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਕੇਵਲ 1 ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੁਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC File #62b ਨਿਯੁਮੋਕੋਕਲ ਪੌਲੀਸੈਕਰਾਇਡ ਵੈਕਸੀਨ](#) ਦੇਖੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਇੰਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਦੱਸਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਸੰਪਰਕਾਂ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪੂਰਵ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ। ਅੰਡਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਅਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਦੇਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰਵ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੀਬਰ ਓਕੁਲੋ-ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (ਲਾਲ ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਖਾਂਸੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭਾਰੀ ਅਵਾਜ਼) ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਚੈਕਪੁਆਇੰਟ ਇੰਨਹਿਬਿਟਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ 8 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਗੁਲਿਅਨ - ਬਾਰ (Guillain-Barré Syndrome (GBS)) ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਗਿਆ

ਜੀ ਬੀ ਐਸ (GBS) ਇੱਕ ਵਿਰਲੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਲਕਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਵਿਗਾੜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਵਿਰਲੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਜੀ ਬੀ ਐਸ ਵਾਪਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੀ ਬੀ ਐਸ (GBS) ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਮਿਲੀਅਨ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਵਿੱਚ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕੀ ਹੈ?

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ, ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਸਾਹ ਦੀ ਨਲੀ ਦੇ ਉਪਰੀ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ।

ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਵਗਦਾ ਨੱਕ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਤੀਬਰ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਖੰਘ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਦੂਸਰੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਮਿਲਦੇ ਜੁਲਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਜਿਆਦਾ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰਕੇ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਸਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਧੋਣਾ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਛੂਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ
- ਵਰਤੇ ਹੋਏ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਕੂੜੇ ਵਾਲੀ ਬਾਸਕਿਟ ਜਾਂ ਕੂੜੇ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਣਾ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੀ ਕਮੀਜ਼ ਦੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਖੰਘਣਾ ਅਤੇ ਛਿੱਕਣਾ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਰਹਿਣਾ
- ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾਉਣ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ, ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਤੱਕ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਉੱਤੇ ਖਾਂਸੀ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਤੋਂ ਛੋਟੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹਦੇ ਹਨ।

ਲੱਛਣ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਗਭਗ 1 ਤੋਂ 4 ਦਿਨਾਂ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਔਸਤਨ 2 ਦਿਨ। ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਲੱਛਣ ਆਮਤੌਰ ਤੇ 7 ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਖੰਘ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ 1 ਤੋਂ 2 ਹਫਤੇ ਜਿਆਦਾ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ 5 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੀ ਜਿਆਦਾ ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਿੰਨਾ ਗੰਭੀਰ ਹੈ?

ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਸਰੀਰ ਦੀ ਦੂਸਰੇ ਵਿਗਾੜਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਜੋ ਕਿ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਹੈ, ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਜਟਿਲਤਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ। ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਦੂਸਰੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਇਹ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- [HealthLinkBC File #12b ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਬਾਰੇ ਤੱਥ](#)
- [HealthLinkBC File #12c ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ: ਮਿੱਥਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥ](#)
- [HealthLinkBC File #12d ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ](#)



ImmunizeBC



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

ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਾਸਤੇ, www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ. ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਨੌਨ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ, www.HealthLinkBC.ca ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **8-1-1** (ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ, **7-1-1** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।