Punjabi - Number 01
June 2024

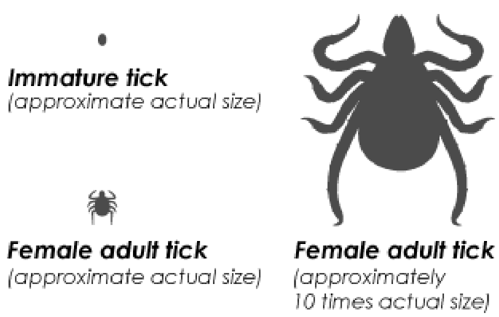
ਚਿੱਚੜਾਂ ਦਾ ਕੱਟਣਾ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ

Tick bites and disease

ਚਿੱਚੜ ਕੀ ਹਨ?

ਚਿੱਚੜ ਤਿਲ ਦੇ ਬੀਜ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਛੋਟੇ ਕੀੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਖੂਨ ਨੂੰ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਚਿੱਚੜ ਲੋਕਾਂ ਸਮੇਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਖੂਣ ਪੀਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਕੁਝ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚਿੱਚੜ ਲੰਬੇ ਘਾਹ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਉੱਤੇ ਦੇਖਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਖੂਨ ਪੀ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਚਿੱਚੜ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਧਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕੱਟਦੇ ਹਨ, ਖੂਨ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਡਿੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਖੂਨ ਚੂਸ ਰਹੇ ਚਿੱਚੜ ਦਾ ਮੂੰਹ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਖੂਨ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੀਲੇ-ਸਲੇਟੀ ਰੰਗ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ (engorged) ਚਿੱਚੜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਚਿੱਚੜ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਚਿੱਚੜ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਚਿੱਚੜ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਾ ਰੁਕੋ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਵੀ ਹੋਣ। ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਰੋਸ਼ਨੀ ਚੰਗੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੱਚੜ(ੜਾਂ) ਨੂੰ ਮਿਸ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੱਚੜ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜਾਂ ਉਸਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ 'ਤੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਗਏ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਚਿੱਚੜ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਚਿੱਚੜ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਖੁਭਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ। ਅਜਿਹਾ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਚਿੱਚੜ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਜਾਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਚਿੱਚੜ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘੀ ਧੱਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੂੰਹ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡੇ ਬਿਨਾਂ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਲਾਗ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾਵੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

1. ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੇ ਨੇੜੇ ਫੜਨ ਲਈ ਟਵੀਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਚਿੱਚੜ ਦਾ ਸਰੀਰ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਨੰਗੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਓ।

2. ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਸਥਿਰਤਾ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਸਿੱਧਾ ਚੁੱਕੋ। ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਦਬਾਓ ਨਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਸ ਦੇ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਬਰਦਸਤੀ ਜ਼ਖ਼ਮ ਵਿੱਚ ਧੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲਾਗ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਝਟਕੋ, ਘੁਮਾਓ ਜਾਂ ਮਰੋੜੋ ਨਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਦੱਬੇ ਹੋਏ ਮੂੰਹ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਸਮੇਤ, ਸਾਰਾ ਚਿੱਚੜ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

3. ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ-ਅਧਾਰਤ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਖੇਤਰ 'ਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਮਲ੍ਹਮ ਵੀ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।

ਤੁਸੀਂ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਸਾੜ ਕੇ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰੀਜ਼, ਗੈਸੋਲੀਨ, ਨੇਲ ਪਾਲਿਸ਼, ਅਸੈਂਸ਼ੀਅਲ ਤੇਲ, ਜਾਂ ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਜੈਲੀ ਨਾਲ ਢੱਕ ਕੇ ਨਹੀਂ ਹਟਾ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦਾ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਚਿੱਚੜ ਜ਼ਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਗਿੱਲੇ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਰੂੰ ਦੇ ਫੋਹੇ ਦੇ ਨਾਲ ਘੁੱਟ ਕੇ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਢੱਕਣ ਵਾਲੇ ਛੋਟੇ ਕੰਟੇਨਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਗੋਲੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਬੋਤਲ) ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਰੱਬਿੰਗ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਚਿੱਚੜ ਵਾਲੇ ਕੰਟੇਨਰ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨਿਵਾਸੀ 'ਤੇ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਜਾਂ ਪਛਾਣ ਇਹ ਕਰਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

1. ਚਿੱਚੜ ਦੀ ਫ਼ੋਟੋ ਨੂੰ www.etick.ca 'ਤੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੀ ਜਲਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਤਰਜੀਹੀ ਢੰਗ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਚਿੱਚੜ ਦੀ ਪਛਾਣ ਉਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਵਾਹਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ 30 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।
2. ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ 'ਤੇ ਪਾਏ ਦਾਣ ਵਾਲੇ ਚਿੱਚੜ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ
3. ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਚਿੱਚੜਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੁੱਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਰੱਬਿੰਗ ਅਲਕੋਹਲ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬਾ ਕੇ ਜਾਂ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਕੇ ਮਾਰੋ। ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਨੰਗੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨਾਲ ਮਿੱਧਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿਚਲੇ ਚੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਾਗ ਲੱਗਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰੇਲੂ ਕੂੜੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਚਿੱਚੜ ਦੁਆਰਾ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਂ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਚਿੱਚੜ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਚਿੱਚੜਾਂ ਅਤੇ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਲੰਬੇ ਘਾਹ ਜਾਂ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੈਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਮਾਰਗਾਂ 'ਤੇ ਚੱਲੋ।
- ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਬੰਦ ਪੈਰਾਂ ਵਾਲੇ ਜੁੱਤੇ ਪਾਓ, ਆਪਣੀ ਟੌਪ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੈਂਟ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਓ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪੈਂਟ ਦੇ ਪੌਂਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੂਟਾਂ ਜਾਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਓ।
- ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਨੰਗੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ DEET ਜਾਂ ਇਕੈਰੀਡਿਨ (Icaridin) ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ ਭਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਕੰਟੇਨਰ 'ਤੇ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਲਾਗੂ ਕਰੋ। ਕੀੜੇ ਭਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ DEET ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ HealthLinkBC File #96 ਕੀੜੇ ਭਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ DEET 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਜਿੱਥੇ ਚਿੱਚੜ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ, ਆਪਣੀ ਖੋਪੜੀ, ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਤਹਿਆਂ, ਬਾਹਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸਮੇਤ, ਕੱਪੜੇ, ਗੀਅਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਲੰਬੇ ਘਾਹ ਅਤੇ ਜੰਗਲ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਘਰੇਲੂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।

ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਿਹੜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਮਸ਼ਹੂਰ ਲਾਈਮ (Lyme) ਰੋਗ ਹੈ।

ਬੋਰੇਲੀਆ ਬਰਗਡੋਰਫੇਰੀ (Borrelia burgdorferi), ਉਹ ਜੀਵ ਜੋ ਲਾਈਮ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਚਿੱਚੜਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 15 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਮ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਦਰਜਨਾਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਲਾਈਮ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਪ੍ਰਾਂਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਗਏ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗੀ ਸੀ।

ਸਾਰੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਮ ਰੋਗ ਲਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੇਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਉਂਕਿ ਲਾਈਮ ਬਿਮਾਰੀ ਅਜਿਹੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣਾ ਉਚਿਤ ਹੈ।

ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਮੁੜ ਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲ ਬੁਖਾਰ (relapsing fever), ਟੁਲਾਰੇਮੀਆ (tularemia), ਰੌਕੀ ਮਾਉਂਟੇਨ ਸਪਾਟਿਡ ਫੀਵਰ (RMSF), ਕਿਊ ਫੀਵਰ, ਅਤੇ ਐਨਾਪਲਾਸਮੋਸਿਸ (anaplasmosis) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਰਲੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਚਿੱਚੜ ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪਦਾਰਥ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਸਥਾਈ ਲਕਵੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਪੂਰੇ ਚਿੱਚੜ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚਿੱਚੜਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਜੇਕਰ ਚਿੱਚੜ ਦੁਆਰਾ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੱਚੜ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਕੱਟਿਆਂ ਸੀ।

- ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਜਾਂ ਚਿਹਰੇ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣ।
- ਚਮੜੀ ਦੇ ਧੱਫੜ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਜੋ ਟਾਰਗੇਟ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਚੱਕਰ (bull's eye) ਵਰਗਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਲਕਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਕਵਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ, ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਲਕਵਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਚਿੱਚੜਾਂ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸਮੇਂ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਲਾਈਮ ਰੋਗ ਅਤੇ ਚਿੱਚੜਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਲਦੀ ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

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