UK Health Security Agency

NHS

ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋਣ 'ਤੇ

ਸਤੰਬਰ 2024 ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ

immunisation
the safest way to protect your child

ਬਚਪਨ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਹਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲ ਕਿਤਾਬ ਲਿਆਉਣਾ।

ਇਹਨਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਵੇਖੋ **www.nhs.uk/vaccinations**

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਸਤੰਬਰ 2024 ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ

ਸੰਖੇਪ

ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਹੋਣਗੇ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਦੌਰੇ 'ਤੇ 4 ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਉਹਨਾਂ ਦਾ **MenB** ਬੂਸਟਰ ਟੀਕਾਕਰਨ
- ਇੱਕ **Hib/MenC** ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕਾਕਰਨ:
  - Hib (ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਿਸਮ b), ਅਤੇ
  - ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ C ਬਿਮਾਰੀ (MenC)
- ਇੱਕ **PCV13** ਬੂਸਟਰ ਟੀਕਾਕਰਨ:
  - ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾ **MMR** ਟੀਕਾਕਰਨ:
  - ਖਸਰਾ
  - ਕੰਨ ਪੇੜੇ
  - ਰੁਬੇਲਾ

ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋਣ ' ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ

Hib, ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ B ਅਤੇ C ਰੋਗ, ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ, ਖਸਰਾ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਅਤੇ ਰੁਬੇਲਾ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ

Hib ਕੀ ਹੈ?

Hib ਇੱਕ ਸੰਕਰਮਣ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਈ ਵੱਡੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੇਨਿਨਜਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਸੋਜਸ਼), ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ (ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰ) ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ।

Hib/MenC ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ Menitorix ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ www.medicines.org.uk/emc/product/167/pil 'ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੀਫਲੇਟ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਲਾਗ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਗਰੁੱਪ B ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (MenB) ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ C (MenC) ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁਣ ਅਸਧਾਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ MenC ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

MenB ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ Bexsero ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ www.medicines.org.uk/emc/product/5168/pil 'ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੀਫਲੈਟ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੰਯੁਕਤ ਡੋਜ਼, Hib/MenC ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ MenB ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਬੂਸਟਰ ਡੋਜ਼ ਮਿਲੇਗੀ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਪੱਟ ਜਾਂ ਉਪਰਲੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੂਸਟਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਬੂਸਟਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕੇ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਖਤਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਬੂਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਦੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ Hib/MenC ਅਤੇ MenB ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿੱਥੇ ਉਸ ਦੇ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਸੀ, ਓਥੇ ਲਾਲੀ, ਸੋਜ ਜਾਂ ਕੋਮਲਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ ਅੱਧੇ ਬੱਚੇ ਚਿੜਚਿੜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ, ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ, ਨਮੂਨੀਆ, ਕੰਨ ਦੀ ਲਾਗ (ਓਟਿਟਿਸ ਮੀਡੀਆ) ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀਆਂ 90 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ।

ਕਿਹੜੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵਰਤੀ ਜਾਵੇਗੀ?

ਵਰਤੀ ਗਈ ਵੈਕਸੀਨ PCV13 (ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਕਨਜੁਗੇਟ ਵੈਕਸੀਨ) ਦੀ ਇੱਕ ਬੂਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਹੈ ਜੋ ਕਿ 13 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਕਿਸਮਾਂ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਰੋਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ Hib/MenC ਅਤੇ MenB ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਪੱਟ ਜਾਂ ਉੱਪਰੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੀ PCV ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ?

ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ 10 ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ, 1 ਜਾਂ 2 ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸੋਜ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਕੋਮਲਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। PCV ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਵੇਨਰ (Prevenar) 13 ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ www.medicines.org.uk/emc/product/453/pil 'ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੀਫਲੈਟਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਖਸਰਾ ਕੀ ਹੈ?

ਖਸਰਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਛੂਤ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲਗਭਗ ਹਰ ਕੋਈ ਜੋ ਇਸ ਨਾਲ ਗ੍ਰਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ, ਧੱਫੜ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣਗੇ। ਖਸਰੇ ਦੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦੀ ਲਾਗ,
ਫਿੱਟਜ਼ (ਦੌਰੇ), ਇਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਲਾਗ), ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਖਸਰਾ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਕੀ ਹੈ?

ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਚਿਹਰੇ, ਗਰਦਨ ਅਤੇ ਜਬਾੜੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦਾਇਕ, ਸੁੱਜੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਥਾਈ ਬੋਲ਼ੇਪਣ, ਵਾਇਰਲ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਇਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਜਲੂਣ ਅਤੇ ਸੋਜ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰੁਬੇਲਾ ਕੀ ਹੈ?

ਰੁਬੇਲਾ (ਜਰਮਨ ਖਸਰਾ) ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵੀ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਰੁਬੇਲਾ ਅਣਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ, ਸੁਣਨ, ਦਿਲ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਕਨਜੇਨਿਟਲ ਰੁਬੇਲਾ ਸਿੰਡਰੋਮ (CRS) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

MMR ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?

ਇਸ ਵਿੱਚ ਖਸਰੇ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਅਤੇ ਰੁਬੇਲਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਜੀਵੰਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸੰਸਕਰਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਇਰਸ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਹੈ, ਉਹ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਕੋਲ 2 MMR ਟੀਕੇ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਬਹੁਤ ਕਾਰਗਰ ਹਨ; ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਪੋਰਸੀਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੋਰਸੀਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਮੁਕਤ ਵੈਕਸੀਨ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਜਾਂ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਪੱਟ ਜਾਂ ਉਪਰਲੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲਗਭਗ 3 ਸਾਲ ਅਤੇ 4 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਦੁਬਾਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

MMR ਵੈਕਸੀਨ ਕਿੰਨੀ ਅਸਰਦਾਰ ਹੈ?

MMR ਵੈਕਸੀਨ 1988 ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ 3 ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

ਕੀ MMR ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ?

ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੇ 3 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਾਇਰਸ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ 6 ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਖਸਰੇ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਲਗਭਗ 10 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੂੰ ਹਲਕੇ ਖਸਰੇ ਵਰਗੀ ਧੱਫੜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਹਰ 1,000 ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਕਾਰਨ ਦਿਮਾਗੀ ਦੌਰਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਬੁਖ਼ਾਰ ਦਾ ਕੜਵੱਲ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਸਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿਮਾਗੀ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ 3 ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- MMR ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 3 ਹਫਤਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਹੀ ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ (ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਸੁੱਜੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ) ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

MMR ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਸਰੇ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਅਤੇ ਰੁਬੇਲਾ ਦੇ ਵਿਰੁਧ **ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ** ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਜ਼ਖਮ ਵਰਗੇ ਧੱਬੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਖਸਰੇ ਜਾਂ ਰੁਬੇਲਾ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧੱਬੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਜਾਓ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਧੱਫੜ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ
- MMR ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਮਿਲੀਅਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਘੱਟ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ (ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਜਲੂਣ ਅਤੇ ਸੋਜ) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਸਰਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਨਸੇਫਲਾਈਟਿਸ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ 200 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਅਤੇ 5,000 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

MMR ਵੈਕਸੀਨ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਤੀਬਰ ਐਲਰਜੀ (ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ) ਹੋਈ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ, ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕੀ MMR ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਜੈਲੇਟਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

UK ਵਿੱਚ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ 2 MMR ਵੈਕਸੀਨ ਹਨ ਜੋ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਪੋਰਸੀਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੋਰਸੀਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਜਾਂ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ MMR ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਰੋਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੀਫਲੈਟਸ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ:

Priorix:
www.medicines.org.uk/emc/product/1159/pil

MMRVAXPRO:
www.medicines.org.uk/emc/product/6307/pil

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੋਵੇਂ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹਨ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਫਲੂ (ਬੁਖਾਰ, ਉਲਟੀਆਂ, ਚਿੜਚਿੜੇਪਨ ਅਤੇ ਬੇਚੈਨੀ) ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ। ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਾਂ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਲਾਗ ਕਾਰਨ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ, ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ (ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰ), ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ (ਦਿਲ ਵਾਲੀ ਥੈਲੀ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਸੋਜਸ਼) ਅਤੇ ਗਠੀਆ (ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸੋਜ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਾਲੀ, ਚੀਕਣ ਵਾਲੀ ਚੀਕ
- ਜਦੋਂ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਇੱਕ ਉਭਰਦਾ ਫੌਂਟੇਨੇਲ
- ਸੁਸਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ - ਜਾਗਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣਾ
- ਢਿੱਲਾ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੀ ਘਾਟ
- ਝਟਕੇਦਾਰ ਹਰਕਤਾਂ ਨਾਲ ਕਠੋਰ (ਕੜਵੱਲ/ਦੌਰੇ)
- ਫੀਡ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਉਲਟੀਆਂ
- ਚਮੜੀ ਜੋ ਫਿੱਕੀ, ਧੱਬੇਦਾਰ ਜਾਂ ਨੀਲੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ
- ਇੱਕ ਬੁਖਾਰ

ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਕੀ ਹੈ?

ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਪ੍ਰਵਾਹ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਠੰਡੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ, ਫਿੱਕੀ ਚਮੜੀ, ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਜਾਂ ਜਾਗਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਲਦੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਲਓ।

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਦੇ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਜਾਂ ਅਸਧਾਰਨ ਪੈਟਰਨ
- ਚਮੜੀ ਜੋ ਫਿੱਕੀ, ਧੱਬੇਦਾਰ ਜਾਂ ਨੀਲੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ
- ਠੰਡੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ
- ਕੰਬਣਾ
- ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਫੀਡ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ
- ਲਾਲ ਜਾਂ ਜਾਮਨੀ ਧੱਬੇ ਜੋ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਫਿੱਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ (ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਗਲਾਸ ਟੈਸਟ ਕਰੋ)*
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਅੰਗ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਤੀਬਰ ਅਕੜਾਅ ਤੋਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ
- ਢਿੱਲਾਪਣ
- ਤੀਬਰ ਨੀਂਦ

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਸਾਰੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਇਹ ਸੂਚੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਲੱਛਣ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਜਾਮਨੀ ਧੱਬੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਮਝ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ।

*ਕਾਲੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ, ਪਲਕਾਂ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਧੱਬੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

'ਗਲਾਸ ਟੈਸਟ'

ਸਾਫ਼ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਗਲਾਸ ਦੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਧੱਫੜ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਦਬਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕੋ ਕਿ ਕੀ ਧੱਫੜ ਫਿੱਕੇ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਰੰਗ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਰੰਗ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦਾ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਇਹ ਚੈਰਿਟੀਆਂ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਰਿਸਰਚ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ
ਮੁਫ਼ਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 080 8800 3344
(ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 10 ਵਜੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਕੰਮਕਾਰੀ ਦਿਨ, ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ)
www. meningitis.org

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਨਾਓ
24 ਘੰਟੇ ਦੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 0808 8010 388
www.meningitisnow.org

ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਨੂੰ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ **NHS** ਨੂੰ **111** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ ਰਾਹੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸ਼ੱਕੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

SCAN ME

ਇਹ **yellowcard.mhra.gov.uk** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ **0800 731 6789** 'ਤੇ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਹੌਟਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਔਨਲਾਈਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ QR ਕੋਡ ਜਾਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਤੰਬਰ 2024 ਤੋਂ ਰੁਟੀਨ ਦਾ ਬਚਪਨ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਯੋਗ ਉਮਰ	ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ	ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਗਈ
ਅੱਠ ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਉਮਰ	ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ (ਕਾਲੀ ਖੰਘ), ਪੋਲੀਓ, *ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਿਸਮ b (Hib) ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B*	DTaP/IPV/Hib/HepB
	ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ B (MenB)	MenB
	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ ਗੈਸਟਰੋਐਂਟਰਾਇਟਿਸ	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ[2]
ਬਾਰ੍ਹਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ	ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ, ਪੋਲੀਓ, Hib ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B	DTaP/IPV/Hib/HepB
	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ (13 ਸੀਰੋਟਾਈਪਸ)	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਕੰਨਜੁਗੇਟ ਵੈਕਸੀਨ (PCV)
	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ[2]
ਸੋਲ੍ਹਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ	ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ, ਪੋਲੀਓ, Hib ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B	DTaP/IPV/Hib/HepB
	MenB	MenB
ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ (ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮਦਿਨ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ)	Hib ਅਤੇ MenC	Hib/MenC
	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ	PCV ਬੂਸਟਰ
	ਖਸਰਾ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਅਤੇ ਰੁਬੈਲਾ (ਜਰਮਨ ਮੀਜ਼ਲਜ਼)	MMR
	MenB	MenB ਬੂਸਟਰ
ਯੋਗ ਬਾਲ ਉਮਰ ਸਮੂਹ[4]	ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਹਰ ਸਾਲ ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ)	ਲਾਈਵ ਐਟੇਨਿਉਏਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ LAIV[3,6]
ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਬਾਅਦ	ਡਿਪਥੀਰੀਆ, ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ ਅਤੇ ਪੋਲੀਓ	dTaP/IPV
	ਖਸਰਾ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ ਅਤੇ ਰੁਬੇਲਾ	MMR (ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ)
ਬਾਰ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਤੇਰ੍ਹਾਂ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਮੁੰਡੇ-ਕੁੜੀਆਂ	ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV) ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਕਿਸਮਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਫੋੜੇ	HPV[5]
ਚੌਦਾਂ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ (ਸਕੂਲ ਸਾਲ 9)	ਟੈਟਨਸ, ਡਿਪਥੀਰੀਆ ਅਤੇ ਪੋਲੀਓ	Td/IPV (MMR ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ)
	ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ A, C, W ਅਤੇ Y	MenACWY

[1] ਉੱਪਰੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਪੱਟ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਡੈਲਟੋਇਡ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਾਮਸਕੂਲਰ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ। **[2]** ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ ਵੈਕਸੀਨ ਕੇਵਲ SCID ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। **[3]** ਪੋਰਸੀਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। **[4]** ਸਾਲਾਨਾ ਫਲੂ ਪੱਤਰ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ: www.gov.uk/government/collections/annual-flu-programme। **[5]** ਇਮਿਊਨੋਕੰਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 3 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਨੂੰ ਇਮਯੂਨਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਬੁੱਕ HPV ਅਧਿਆਇ 18a ਦੇਖੋ। **[6]** ਜੇਕਰ LAIV (ਲਾਈਵ ਐਟੇਨਿਊਏਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ) ਨਿਰੋਧਕ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅਣਉਚਿਤ ਹੈ, ਨਾ-ਸਰਗਰਮ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ (ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਬੁੱਕ ਚੈਪਟਰ 19 ਦੇਖੋ)। **[7]** ਯੋਗ ਉਮਰ ਸਮੂਹਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਤੀਬਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਮਯੂਨੋਸਪਰਪ੍ਰੈੱਸਡ ਵਿਅਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਬੁੱਕ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਅਧਿਆਇ 28a ਦੇਖੋ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਟੀਕੇ

ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ	ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ	ਵੈਕਸੀਨ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ[1]
ਐਸਪਲੇਨੀਆ ਜਾਂ ਸਪਲੀਨਿਕ ਨਪੁੰਸਕਤਾ (ਸਿਕਲ ਸੈੱਲ ਅਤੇ ਸੇਲੀਏਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ)	ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਸਮੂਹ A, B, C, W ਅਤੇ Y ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	MenACWY MenB PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
ਕੋਕਲੀਅਰ ਇਮਪਲਾਂਟ	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ	PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ) [2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ)
ਸਾਹ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੀਬਰ ਦਮਾ, ਪੁਰਾਣੀ ਪਲਮੋਨਰੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਅਸਫਲਤਾ)	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਨਿਊਰੋਲੋਜਿਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਰਕਿੰਸਨ'ਸ ਜਾਂ ਮੋਟਰ ਨਿਊਰੋਨ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਅਯੋਗਤਾ)	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
ਸ਼ੂਗਰ	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	PCV13 (10 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਚਿਰਕਾਲੀਨ ਬਿਮਾਰੀ (CKD) (ਹੀਮੋਡਾਇਆਲਿਸਿਸ ਸਮੇਤ)	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ (ਸਟੇਜ 4 ਅਤੇ 5 CKD) ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਸਟੇਜ 3, 4 ਅਤੇ 5 CKD) ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ (ਸਟੇਜ 4 ਅਤੇ 5 CKD)	PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B
ਜਿਗਰ ਦੇ ਚਿਰਕਾਲੀਨ ਹਾਲਾਤ	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ A ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B	PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ A ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B
ਹੀਮੋਫਿਲਿਆ	ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ A ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B	ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ A ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B
ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਮਯੂਨੋਸਪਰਪ੍ਰੈੱਸ਼ਨ[4]	ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਵੈਕਸੀਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	PCV13 (10 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ)[2,3] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸ਼ਿੰਗਰਿਕਸ - 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ[5] ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
ਪੂਰਕ ਵਿਕਾਰ (ਪੂਰਕ ਇਨਿਹਿਬਟਰ ਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਸਮੇਤ)	ਮੈਨਿਨਜੋਕੋਕਲ ਸਮੂਹ A, B, C, W ਅਤੇ Y ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	MenACWY MenB PCV13 (10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ)[2] PPV23 (2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ) ਸਲਾਨਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ

[1] ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ: www.gov.uk/government/collections/immunisation-against-infectious-disease-the-green-book. **[2]** ਜੇਕਰ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ PCV13 ਖੁਰਾਕ ਦਿਓ। **[3]** ਤੀਬਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਮਯੂਨੋਸਪਰਪ੍ਰੈੱਸਡ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਲਈ। **[4]** ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਾਲਾਨਾ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। **[5]** ਗ੍ਰੀਨ ਬੁੱਕ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਚੈਪਟਰ 28a ਦੇਖੋ www.gov.uk/government/publications/shingles-herpes-zoster-the-green-book-chapter-28a.

ਬਚਪਨ ਲਈ ਚੋਣਵਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਟੀਚਾਬੱਧ ਸਮੂਹ	ਉਮਰ ਅਤੇ ਅਨੁਸੂਚੀ	ਰੋਗ	ਲੋੜੀਂਦੀ ਵੈਕਸੀਨ
ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B ਸੰਕਰਮਿਤ ਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚੇ	ਜਨਮ ਸਮੇਂ, ਚਾਰ ਹਫ਼ਤੇ ਅਤੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ[1,2]	ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B	ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B (ਐਂਜੇਰਿਕਸ B/HBvaxPRO)
ਦੇਸ਼ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਜਿੱਥੇ ਟੀਬੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ >= 40/100,000	ਲਗਭਗ 28 ਦਿਨ ਦੀ ਉਮਰ[4]	ਤਪਦਿਕ	BCG
ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਜਾਂ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਟੀਬੀ ਦੀ ਉੱਚ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ[3]	ਲਗਭਗ 28 ਦਿਨ ਦੇ[4]	ਤਪਦਿਕ	BCG
ਇੱਕ ਕਲੀਨਿਕਲ ਜੋਖਮ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚਲੇ ਬੱਚੇ	6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ	ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	LAIV ਜਾਂ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ, ਜੇਕਰ LAIV ਜਾਂ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨਿਰੋਧਿਤ ਹੈ
ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ	ਫਲੂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ	ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ	ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ
	16 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਗਰਭ ਤੋਂ[5]	ਪਰਟੂਸਿਸ	Tdap ਜਾਂ dTaP/IPV
	28 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਗਰਭ ਤੋਂ	RSV	RSV ਵੈਕਸੀਨ

[1] ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ HBsAg ਲਈ ਖੂਨ ਲਓ। **[2]** ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੈਕਸਾਵੈਲੈਂਟ ਵੈਕਸੀਨ (ਇਨਫੈਨਰਿਕਸ ਹੈਕਸਾ ਜਾਂ ਵੈਕਸੇਲਿਸ) 8, 12 ਅਤੇ 16 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। **[3]** ਜਿੱਥੇ ਟੀਬੀ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਸੰਕਰਮਣ >= 40/100,000 ਹੈ – ਵੇਖੋ www.gov.uk/government/publications/tuberculosis-tb-by-country-rates-per-100000-people. **[4]** BCG ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ SCID ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। **[5]** ਆਦਰਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ 32 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਗਰਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰ 32 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

NHS

Published by
UK Health Security Agency

© Crown copyright 2024

2024QG1PAN Panjabi 1p 500K AUG 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024509

ਇਹ ਸੰਸਕਰਣ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦਸੰਬਰ 2019 ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਆਰਡਰਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ, www.healthpublications.gov.uk 'ਤੇ ਜਾਓ। Ph1: 0300 123 1002 ਮਿਨੀਕਾਮ: 0300 123 1003 (ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ, ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ)।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਉਤਪਾਦ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ: 2024QG1PAN Panjabi

www.nhs.uk/vaccinations