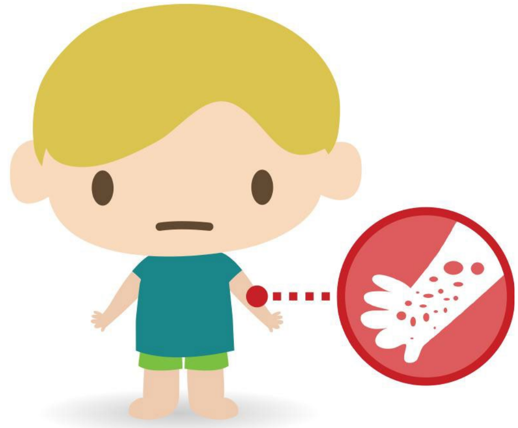
Health Education and Learning
heal

Alberta Health Services

ਧੱਫੜ (Rashes)



ਇਹ ਕੀ ਹੈ? (What is it?)

- ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਤੇ ਧੱਫੜ ਬਹੁਤ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਡਰੱਗ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ
- ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਧੱਫੜ ਅਕਸਰ ਮਾਮੂਲੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਵਾਇਰਸ) ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾਟਕੀ ਲੱਗਦੇ ਹਨ
- ਅਜਿਹੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਾਇਰਸ ਹਨ ਜੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਗਦਾ ਨੱਕ, ਖੰਘ, ਦਸਤ, ਬੁਖ਼ਾਰ) ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਧੱਫੜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਅਕਸਰ ਅਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਵਾਇਰਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਆਮ ਧੱਫੜ (Common Childhood Rashes)

ਹੱਥ ਪੈਰ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਕਸਅਕੀ ਵਾਇਰਸ)

- ਵਾਇਰਲ ਬਿਮਾਰੀ ਜੋ ਕਿ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਲੱਛਣ ਬੁਖ਼ਾਰ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ
- ਧੱਫੜ ਛੋਟੇ ਛਾਲੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮੂੰਹ ਦੇ ਦੁਆਲੇ, ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ, ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਉੱਤਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਤਲੇ ਅਤੇ ਡਾਇਪਰ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਚਿਤੜ੍ਹਾ ਅਤੇ ਕੁੱਲਿਆਂ) ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਛਾਲੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹ ਅਕਸਰ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ
- ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗਲੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਛਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਲਾਜ਼ ਜਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਿਨ ਭਰ ਤਰਲਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫ਼ਿਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਰੱਖੋ

ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ ਜੇ: (Seek Immediate Medical Attention if:)

- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਵਿਗਾੜਦੇ ਧੱਫੜ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ (ਬਹੁਤ ਨੀਂਦ ਆਉਣਾ, ਸੁਸਤ ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾ ਹੋਣਾ)
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ, ਉਲਟੀਆਂ ਜਾਂ ਦਸਤ ਹਨ ਜਾਂ ਧੱਫੜ ਹੋਣ ਨਾਲ ਚੱਕਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਨਵਾਂ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 5 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਨਾਲ ਧੱਫੜ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਰਦਨਾਕ ਅਤੇ ਸੁੱਜੀਆਂ ਹੋਇਆ ਧੱਫੜ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਰਦਨਾਕ ਛਾਲੇ ਜਾਂ ਛਿਲਦੀ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਧੱਫੜ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਧੱਫੜ ਹੈ ਜੋ ਛੋਟੇ ਜਖਮਾਂ ਵਾਂਗ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੁਣ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧੱਫੜ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਵੇਂ ਛਾਲੇ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ

ਰੋਜ਼ੋਲਾ (Roseola)

- ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ ਜੋ 12 ਤੋਂ 24 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੰਘ ਜਾਂ ਨੱਕ ਵਗਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ 3 ਤੋਂ 4 ਦਿਨਾਂ ਤਕ ਅਕਸਰ ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਬੁਖ਼ਾਰ ਦੇ ਹੋਣ ਦੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਧੱਫੜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਦਰਦਨਾਕ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
- ਧੱਫੜ 3 ਤੋਂ 5 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਇਕ ਵਾਰ ਬੁਖ਼ਾਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ

ਲਾਲ ਹੋਈ ਗੱਲ / ਪੰਜਵਾਂ ਰੋਗ (Slapped Cheek / Fifth's Disease)

- ਆਮ ਵਾਇਰਲ ਬਿਮਾਰੀ ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੰਘ ਅਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਇਹ ਲੱਛਣ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਗਲ ਅਤੇ ਨੱਕ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਲਾਲ ਧੱਫੜ ਹੋਣਗੇ - ਅਜਿਹਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਲ੍ਹ ਤੇ ਚਪੇੜ ਮਾਰੀ ਗਈ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਛਾਤੀ, ਪੇਟ ਅਤੇ ਬਾਂਹਾਂ/ਲੱਤਾਂ ਤੇ ਲੇਸੀ-ਪੈਟਰਨ ਵਾਲੇ ਧੱਫੜ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
- ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਅੱਲੜ੍ਹ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਕਠੋਰ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਧੱਫੜ 1 ਤੋਂ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ

ਛਪਾਕੀ (Hives)

- ਆਮ ਧੱਫੜ ਜੋ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਾਂ ਹਲਕੀ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਧੱਫੜ ਚਮੜੀ ਤੇ ਚਮਕਦਾਰ ਲਾਲ, ਉਭਰੇ ਹੋਏ ਧੱਬਿਆਂ ਵਰਗੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਕਾਫ਼ੀ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਬੱਚੇ ਵੈਸੇ ਠੀਕ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ - ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਲਕੀ ਖੰਘ ਜਾਂ ਵਗਦਾ ਨੱਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਖਾਰਸ਼ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ Benadryl® ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

- ਛਪਾਕੀ ਹਫਤੇ ਤੱਕ ਆ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਖੁਰਕ (Eczema)

- ਖੁਰਕ ਚਮੜੀ ਦੀ ਇਕ ਸਧਾਰਣ, ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਖੁਸ਼ਕ, ਪੇਪੜੀਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਖੁਰਕ ਕਿਸੇ ਵਾਇਰਲ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਖੁਰਕ ਓਥੇ ਜ਼ਿਆਦਾ 'ਫੈਲ ਸਕਦੀ' ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਖੇਤਰ ਬਹੁਤ ਲਾਲ, ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਕੋਮਲ ਹੋ ਜਾਣ।
- ਖੁਰਕ ਕੋਈ ਜਾਨਲੇਵਾ ਧੱਫੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਧੱਫੜ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ (Key Points)

- ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਦੇ ਧੱਫੜ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਹੀ ਬਹੁਤ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਧੱਫੜ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਅਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਤੋਂ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
- ਧੱਫੜ ਬਹੁਤ ਨਾਟਕੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਧੱਫੜ 5 ਤੋਂ 7 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਵਾਈ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ

ਲੱਛਣ (Symptoms)

ਧੱਫੜ ਇੱਕ ਦੱਮ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਨਾਟਕੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਚਮੜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਲਾਲ ਅਤੇ ਗਰਮ
- ਛੂਹਣ ਤੇ ਥੋੜੀ ਨਰਮ
- ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੀ

ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ, ਪੈਰਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਸੋਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਬੱਚੇ ਧੱਫੜ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

ਇਲਾਜ਼ (Treatment)

- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਧੱਫੜ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਚਲੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਲਾਜ਼ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਖਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਬੇਅਰਾਮੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਂਟੀ-ਹਿਸਟਾਮਾਈਨ ਦਵਾਈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ Benadryl® ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਖੁਜਲੀ ਵਾਲੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਜਲਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਵੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਅਨੁਸਾਰ Benadryl® ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਕਰੀਮ ਜਾਂ ਸਾਬਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪ ਜਾਣੋ (Know Your Options)

ਇਹ ਡਰਾਉਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਸ਼ਚਤ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਾਂ।

ਕ੍ਰਿਪਾ ਧਿਆਨ ਦਿਓ (Please Note)

ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਨਿਆਂ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਮੱਗਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਜਾਉ ਜਾਂ 911 ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ। Alberta Health Services ਅਤੇ Project HEAL ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਜਾਂ ਅਧੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।