ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ

(Ear Pain)

ਕੰਨ ਦਾ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਜਾਂ ਅਕਯੂਟ ਓਟਾਈਟਿਸ ਮੀਡੀਆ) ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੱਧ ਕੰਨ, ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਬੈਕਟਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਜਲਣ ਅਤੇ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੰਨ ਦਾ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
(What Causes an Ear Infection?)

ਯੂਸਤਾਚੀਅਨ ਟੀਊਬ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੰਨ ਨੂੰ ਗਲੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਟਿਊਬ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਅਤੇ ਮੱਧ ਕੰਨ ਦੀ (ਹਵਾ) ਨਿਕਾਸੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ੁਕਾਮ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਲਗਮ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਸੋਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜੋ ਯੂਸਤਾਚੀਅਨ ਟੀਊਬ ਨੂੰ ਜਾਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ 2 ਮੁੱਖ ਨਤੀਜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਇਹ ਟੀਊਬ ਨੂੰ ਮੱਧ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਹਵਾ ਦੇ ਦਬਾਅ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੇਕ-ਆਫ/ਲੈਂਡਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ।
2. ਇਹ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ (ਇਕ ਐਫਯੂਜ਼ਨ) ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਓਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਉਥੇ ਫਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਰਨ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਨ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਦਬਾਅ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੰਨ ਦਾ ਪਰਦਾ ਸੁੱਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦਰਦਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

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

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਕਠੋਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਦਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਵਿਗੜ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਦਰਦ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਨ ਬਾਹਰ ਦੀ ਤਰਫ ਨਿਕਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੁਸਤ (ਨੀਂਦ ਵਾਲਾ) ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਚਿੜਚਿੜਾ (ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ) ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਲਟੀਆਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਿਸਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? (Who Gets Ear Infections?)

ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ 2 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਪੂਰੇ ਬਚਪਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਯੂਸਤਾਚੀਅਨ ਟੀਊਬ ਛੋਟੀ ਅਤੇ ਨਿੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ੁਕਾਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੋਜ ਅਤੇ ਬਲਗ਼ਮ, ਜਾਂ ਨੇੜਲੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿਵਧੀਆ ਹੋਈਆਂ ਗਲੇ ਦੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਸਦੇ ਜਾਮ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੰਨ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ (Key Points)

- ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਮੱਧਮ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 2 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ
- ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਬੈਕਟਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਨਾਲ, ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੁਟੀਨ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾ ਕੇ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ 2 ਤੋਂ 3 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਜਾਓ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ/ਕਠੋਰਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਸੁਸਤ ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜੇ ਹਨ
- ਲੱਛਣ

ਲੱਛਣ (Symptoms)

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਪਰਲੇ ਸਾਹ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਜਿਵੇਂ: ਜ਼ੁਕਾਮ) ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਹਰ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਵੱਲ ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਤਰਲ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਆਮ ਲੱਛਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬੁਖ਼ਾਰ
- ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖਿੱਚ ਪੈਣੀ
- ਖ਼ਰਾਬ ਨੀਂਦ
- ਰੋਣਾ ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ
- ਉਲਟੀਆਂ
- ਕੰਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤਰਲ ਨਿਕਲਣਾ

ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਕੰਨ ਦੇ ਉੱਚ ਦਬਾਅ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾ ਪਾੜ (ਪਾੜ/ਮੋਰੀ) ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਤੁਸੀਂ ਕੰਨ ਤੋਂ ਬੱਦਲਵਾਈ ਜਾਂ ਪੀਲੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਨਿਕਲਦਾ ਵੇਖੋ। ਇਹ ਛੇਕ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਬਾਰ ਬਾਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਪਾੜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਨੂੰ ਦਾਗੀ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਣਣ-ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਿਯਮਤ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਇਸਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੰਨ ਦੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? (How are Ear Infections Diagnosed?)

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਪਏਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਇਕ ਓਟੋਸਕੋਪ (ਹਲਕਾ ਸੀਸ਼ਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਦਿਖਦਾ ਹੈ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੀ ਲਾਲੀ, ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਸੋਜਨ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਜਾਨਣਾ ਕਿ ਕੰਨ ਦਾ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਸੂਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਰਫ ਕੰਨ, ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਮਾਹਰ (ਈਐਨਟੀ) ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ਼ (Treatment)

ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ਼ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਕਿ ਲੱਛਣ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਰਾਮਦੇਹ ਰੱਖਣਾ।

1. ਦਰਦ ਅਤੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਨਿਯੰਤਰਣ:
   - ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਰਾਮਦੇਹ ਰੱਖਣ ਲਈ ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ (Tylenol® or Tempra®) ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫਿਨ (Advil® or Motrin®) ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੈਕਿੰਗ ਤੇ ਨਿਰਦੇਸਿਤ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੋਂ
2. ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ:
   - **ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ**
   - ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ
   - ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਬੇਹਤਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ:
   - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦਾ ਹੈ
   - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ
   - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ (> 39°C (102.2°F)
   - ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 2 ਤੋਂ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੇਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣ
3. ਡੇਅਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲ:
   - ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਚਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਮਸਹਸੂਸ ਕਰਨ ਤੇ ਡੇਅਕੇਅਰ/ਸਕੂਲ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
   - ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਿਸ ਜ਼ੁਕਾਮ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦੀ
4. ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ:
   - ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿਯਮਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੇਡ ਸਕਦਾ ਹੈ
   - ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਛੇਕ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੱਕ ਤੈਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤਕ ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ

5. ਉਡਾਣ:
    - ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਡਾਣ ਭਰਨਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
    - ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਦੇ ਅੰਤਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੇ ਫਟਣ (ਪਾਟਣ) ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
    - ਜਹਾਜ਼ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਚੂਸਣ, ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਜਾਂ ਅਕਸਰ ਨਿਗਲਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ

ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ: (How to Prevent Ear Infections:)

1. ਜ਼ੁਕਾਮ ਕਾਰਨ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚੋ:
    - ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਕਸਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
    - ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੋਏ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ
2. ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਾਓ। ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਅਤੇ ਨਿਮੋਕੋਕਲ ਟੀਕੇ ਲਈ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਵਰਗੇ ਟੀਕੇ ਜੋ ਨਿਯਮਿਤ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ, ਉਹ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ
3. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਾਓ
4. ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਓ ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਹਨ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੰਨ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
5. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੋਤਲ ਰਾਹੀਂ ਦੁੱਧ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੋਤਲ ਨੂੰ ਸਿਰ੍ਹਾਣੇ, ਬੈੱਡ ਤੇ ਜਾਂ ਕੰਧ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਾਫੀ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਚੂਸਦਾ ਹੈ ਹੈ ਅਤੇ ਯੂਸਤਾਚੀਅਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਬਦਲਦਾ ਹੈ

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।