

# ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਸਪਰਟੋਰੀ ਸਿਨਸਿਸ਼ਲ ਵਾਇਰਸ (Respiratory Syncytial Virus) (RSV) ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ



## ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਹਲਕੀ, ਫਲੂ ਵਰਗੀ RSV ਲਾਗ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗੀ।

RSV ਇੱਕ ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਾਹ ਨਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰਕੇ ਕਈ ਵਾਰ RSV ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ RSV ਲਾਗ ਦਾ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚੇ, ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਜਮਾਂਦਰੂ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (CHD), ਵਾਲੇ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ RSV ਬ੍ਰੌਨਕਿਓਲਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਨਿਮੋਨੀਆ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰੌਨਕੋਪੁਲਮੋਨਰੀ ਡਿਸਪਲੇਸੀਆ (BPD) ਜਿਸ ਨੂੰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀ (CLD) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ (ਮਕੈਨੀਕਲ ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਵੱਧ ਜ਼ੋਖਮ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### RSV ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

RSV ਦੀ ਲਾਗ ਇੱਕ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਾਂਗ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬੁਖਾਰ
- ਖੰਘ
- ਵਗਦਾ ਨੱਕ
- ਘਬਰਾਹਟ
- ਖਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ



ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ: RSV ਸਖ਼ਤ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਕੀ RSV ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ! RSV ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ RSV ਬ੍ਰੌਨਕਿਓਲਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ:

- ਡੂੰਘੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖੰਘ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਤੇਜ਼ ਸਾਹ, ਘਰਘਰਾਹਟ
- ਨੀਲੇ ਨਹੁੰ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹ
- ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ (ਸੁੱਕੇ ਡਾਇਪਰ, ਸੁੱਕਾ ਮੂੰਹ)
- ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਜਾਂ ਬੋਤਲ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਹੌਲੀ ਜਾਂ ਬੰਦ ਹੋਇਆ ਸਾਹ (ਐਪਨੀਆ) \*ਇਸ ਲੱਛਣ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

### RSV ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

- ਛੂਹਣ, ਚੁੰਮਣ, ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ
- ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੇ ਜਨਤਕ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ

### ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੁੰਮੋ ਨਾ
- ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖੋ
- ਡੋ-ਕੋਅਰ, ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਮਾਲ, ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਵਰਗੇ ਭੀੜ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੇੜੇ (ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਕਦੇ ਵੀ ਸਿਗਰਟ ਨਾ ਪੀਓ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ RSV ਦੀ ਲਾਗ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ: ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ 911 ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਵਿੱਚ ਹੈ।



ਨਵਜਾਤਾਂ ਦੀ ਨਰਸ Marianne Bracht, Dr. Bosco Paes, Rebecca Pearce, Kojo Mensah

**CPBF** Canadian Premature Babies Foundation  
(ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪ੍ਰੀਮੇਚਿਓਰ ਬੇਬੀਜ਼ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ)

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਰੋਤ:  
[www.canadianpreemies.org](http://www.canadianpreemies.org)

