ਫ਼ਲੂ,

ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਖੁਮਾਰੀ

ਜਾਂ

ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ?

ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ 'ਤੇ ਚੌਕਸੀ ਰੱਖੋ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MenC ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਲਿਆ ਹੋਵੇ, ਜੋ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ C ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਹੋਰ ਦੂਜੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵੀ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ **ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ** ਜਾਂ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ **ਚੁੰਮਣ** ਨਾਲ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।
ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਵੱਡੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜਾਣਨ ਵਾਲੀ ਅਹਿਮ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ **ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਸੈਪਟੀਸੀਮੀਆ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ,** ਕਈ ਵਾਰੀ ਕੁਝ ਹੀ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ।

ਪਰ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫ਼ਲੂ ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਮਗਰੋਂ ਹੁੰਦੀ ਖੁਮਾਰੀ (ਹੈਂਗਓਵਰ) ਵਰਗੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਿਸਾਲ ਲਈ:

- **ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ;**
- **ਬੁਖਾਰ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ;**
- **ਪਿੱਠ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ;**
- **ਸਿਰਦਰਦ;**
- **ਅਕੜੀ ਹੋਈ ਗਰਦਨ।**

ਪਰ ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- **ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਸਖਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਾਪਸੰਦ ਕਰਨਾ;**
- **ਸਥਿਤੀ ਭਰਮ;**
- **ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਧੱਬਿਆਂ ਜਾਂ ਦਾਗਾਂ ਦੇ ਧੱਫੜ ਜਿਹੜੇ ਦਬਾਏ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵੀ ਹਲਕੇ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੇ; ਜਾਂ**
- **ਕੋਮਾ (ਡੂੰਘੀ ਬੇਹੋਸ਼ੀ)।**

ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ – ਛੇਤੀ ਇਲਾਜ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਡਰਦੇ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ (ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ) ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ www.wales.gov.uk/immunisation ਜਾਂ www.cymru.gov.uk/imiwneiddio ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ:

ਅਰਬੀ, ਬੰਗਾਲੀ, ਬਲਗਾਰੀਅਨ, ਚੀਨੀ, ਚੈੱਕ, ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ, ਫ਼ਾਰਸੀ, ਫ੍ਰੈਂਚ, ਗੁਜਰਾਤੀ, ਹਿੰਦੀ, ਕੁਰਦਿਸ਼ (ਸੋਰਾਨੀ), ਲਿੰਗਾਲਾ, ਪੋਲਿਸ਼, ਪੁਰਤਗਾਲੀ, ਰੂਸੀ, ਸੋਮਾਲੀ, ਸਪੇਨਿਸ਼, ਸਵਾਹਿਲੀ, ਟਾਗਾਲੋਗ, ਉਰਦੂ, ਵੀਅਤਨਾਮੀ।

© ਕ੍ਰਾਊਨ ਕਾਪੀਰਾਈਟ
ਜੁਲਾਈ 2008
CMK-22-02-233 D2160809