ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਹੋ ਜਾਣਾ: ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

Vaccinate WA
CovidVaccineWA.org

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਕੀ ਹੈ

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ (ਅਤੇ ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼) ਟਰਮਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਦਿਲ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੋਜ ਆਉਣ ਤੋਂ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼, ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਧੜਕ ਰਿਹਾ ਹੈ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਦਾ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਿਸਟਮ ਅਕਸਰ ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸੋਜਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਆਮ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਘਾਤਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਰੇ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਦੇ 200,000 ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੇਸ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ 2% ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਘਾਤਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਏ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਮੌਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ।

- ਇਸਨੂੰ ਸੰਕਰਮਣ ਵਜੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਣਿਆ ਜਾਂਦਾ
- ਜ਼ਿਆਦਤਰ ਕੇਸ ਬਹੁਤ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘੱਟ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹੀ ਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਕੀ ਇਸਦਾ ਕੋਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੈ?

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਇਸਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖ਼ਮ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਂਦੇ।

Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ) ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਨਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਜ਼ ਅਤੇ mRNA ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕੇ (Moderna ਅਤੇ Pfizer-BioNTech ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਮਿਤ) ਵਿਚਕਾਰ "ਸੰਬੰਧ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ" ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਸੰਕੇਤਾ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾ ਤੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੇਸ ਅਲੱੜਾਂ ਅਤੇ 30 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ ਦੂਜੀ ਡੋਜ਼ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਧਾਰਣ ਲੱਛਣ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ।

CDC ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਪਾਏ ਗਏ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ
- ਸਾਹ ਚੜਨਾ, ਘਬਰਾਹਟ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ

ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਵਾਪਰਨ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਂਵਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਹਲਕੇ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੇ ਲੱਛਣ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ, ਸਮੇਤ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ/ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਦਿਨ ਰਹਿਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਅਜੇ ਵੀ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਚੋਣ ਹੈ

ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਲਾਭ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟੀਜ਼ ਦੇ ਬਹੁਤ ਥੋੜੇ ਜੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹਨ। ਮੌਤ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਇਹ ਟੀਕਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਾਰਗਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਨਵੇਂ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਨਾਕ ਰੂਪਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

Washington State Department of Health

DOH 348-835 August 2021 Punjabi

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ, 1-800-525-0127 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬੋਲੇ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ civil.rights@doh.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।