ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਰਵਾ

HPV (ਹਿਊਮਨ ਪਾਪਿਲੋਮਾਵਾਇਰਸ) ਵੈਕਸੀਨ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

Many vaccine information statements are available in Punjabi and other languages. See www.immunize.org/vis

ਕਈ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਆਨ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। www.immunize.org/vis ਵੇਖੋ।

1. ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਈਏ?

HPV (ਹਿਊਮਨ ਪਾਪਿਲੋਮਾਵਾਇਰਸ) ਵੈਕਸੀਨਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਪਾਪਿਲੋਮਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

HPV ਦੇ ਲਾਗ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਵਾਈਕਲ, ਵਜਾਈਨਲ, ਅਤੇ ਵਲਵਰ ਕੈਂਸਰ
- ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗ ਦਾ ਕੈਂਸਰ
- ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੁਦਾ ਦੇ ਕੈਂਸਰ
- ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਟੌਂਸਿਲ, ਜੀਭ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ (ਓਰੋਫਾਰੇਂਜੀਅਲ ਕੈਂਸਰ) ਦੇ ਕੈਂਸਰ

HPV ਦੇ ਲਾਗ ਕਾਰਣ ਐਨੋਜਨੀਟਲ ਵਾਰਟਸ (ਮੱਸੇ) ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

HPV ਵੈਕਸੀਨ, HPV ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ 90% ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

HPV ਦਾ ਫੈਲਾਅ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸਪਰਸ਼ ਜਾਂ ਯੌਨ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। HPV ਲਾਗ ਇੰਨੇ ਆਮ ਹਨ ਕਿ ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਇਕ ਕਿਸਮ ਦੀ HPV ਹੋਵੇਗੀ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ HPV ਲਾਗ 2 ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਚੱਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ HPV ਲਾਗ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

2. HPV ਵੈਕਸੀਨ:

11 ਜਾਂ 12 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। HPV ਵੈਕਸੀਨ 9 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 26 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਰੋਗੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵਿਚਾਲੇ ਚਰਚਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ 27 ਤੋਂ 45 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

15 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ 15 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 3 ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

HPV ਵੈਕਸੀਨ ਹੋਰਨਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

3. ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇਕਰ ਟੀਕਾ ਲੱਗਵਾ ਰਹਿਾ ਵਿਅਕਤੀ:

- ਨੂੰ **HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਸੀ** , ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਸਨੂੰ ਕੋਈ **ਗੰਭੀਰ, ਜਾਨ-ਲੇਵਾ ਐਲਰਜੀਆਂ ਹਨ**
- **ਗਰਭਵਤੀ ਹੈ**—ਗਰਭਅਵਸਥਾ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੱਕ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੱਕ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਰਦੀ-ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੀਆਂ ਛੋਟੀਆ-ਮੋਟੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੱਧਮ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬੀਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

4. ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ ਦੇ ਜੋਖਮ

- HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੁਖ਼ਾਰ ਜਾਂ ਸਰਿਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਸਮੇਤ, ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਕਰਿਆਿਵਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਰਿ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵ ਹੈ ਜਾਂ ਕੰਨ ਵੱਜ ਰਹਿ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਕਸਿੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਵਾਂਗ, ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ, ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ, ਜਾਂ ਫਰਿ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5. ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਕਰੀਏ?

ਟੀਕਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਲੀਨਕਿ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ (ਪੱਤਿੀ, ਚਹਿਰੇ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀ ਸੋਜ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖਿਆਈ, ਦਲਿ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਨ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ) ਦੇ ਲੱਛਣ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ **9-1-1** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।

ਹੋਰਨਾਂ ਸੰਕੇਤਾਂ ਲਈ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਘਟਨਾ ਰਪਿੋਰਟਗਿ ਸਸਿਟਮ (Vaccine Adverse Event Reporting System - VAERS) ਨੂੰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਦਤਿੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਹ ਰਪਿੋਰਟ ਦਰਜ ਕਰੇਗਾ, ਜਾਂ ਫਰਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। **www.vaers.hhs.gov** 'ਤੇ VAERS ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਫਰਿ **1-800-822-7967** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। *VAERS* ਸਰਿਫ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿਵਾਂ ਦੀ ਰਪਿੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ, ਅਤੇ *VAERS* ਦੇ ਸਟਾਫ ਸਦੱਸ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦੰਿਦੇ ਹਨ।

6. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸੱਟ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (National Vaccine Injury Compensation Program)

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸੱਟ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (National Vaccine Injury Compensation Program - VICP) ਇਕ ਸੰਘੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਆਿ ਸੀ ਜਨਿ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੀ ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੋਂ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੋ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਥਤਿ ਸੱਟ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ 2 ਸਾਲ ਤੱਕ ਜਨਿੀ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** 'ਤੇ VICP ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਫਰਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਦਾਅਵਾ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਲਈ **1-800-338-2382** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

7. ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਨਕਾਰੀ ਕਥਿੇ ਮਲਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਰਾਜ ਸਹਿਤ ਵਭਿਾਗ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਵੈਕਸੀਨ ਪੈਕੇਜ ਪਰਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੂਡ ਐਂਡ ਡ੍ਰੀਗ ਐਡਮਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ (Food and Drug Administration - FDA) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਰੋਗ ਨਯਿੰਤ੍ਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰਾਂ (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ
  - **www.cdc.gov/vaccines** 'ਤੇ CDC ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

Punjabi translation provided by California Department of Public Health, Immunization Program