COVID-19 ਦੀ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ: ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

Vaccinate WA
CovidVaccineWA.org

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਪਰਤ ਦੀ ਸੋਜਸ਼। ਇਸਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਅਸਧਾਰਨ ਧੜਕਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਅਕਸਰ ਵਾਇਰਸ ਵਰਗੇ ਸੰਕਰਮਣ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਇਸ ਸੋਜਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਘਾਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦੇ200,000 ਤੋਂ ਘੱਟ ਮਾਮਲੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 2% ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਮਾਮਲੇ ਘਾਤਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। 5 ਤੋਂ 11 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ 3,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਵੈਕਸੀਨ ਕਾਰਨ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਈ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ।

- ਇਸਨੂੰ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲੇ ਬਹੁਤ ਮਾਮੂਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਇਲਾਜ ਵੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦੇ ਨਾਲ)

ਕੀ ਇਸਦਾ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਹੈ?

ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਜਿਹਾ ਘੱਟ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਬੂਤਾਂ ਨੇ mRNA COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ / ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਬੰਧ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ। COVID-19 ਦਾ ਸੰਕਰਮਣ ਵੀ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ) ਨੇ ਅਧਿਐਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ COVID-19 ਦੇ ਸੰਕਰਮਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਹੋਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਮੌਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇਸ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲੇ ਅੱਲ੍ਹੜ ਉਮਰ ਦੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਅਤੇ 30 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

CDC ਵੱਲੋਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼
- ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਤੇਜ਼, ਅਨਿਯਮਤ ਜਾਂ ਭਾਰੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ

ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਤੀ ਚੰਗਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਿਆ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਵੀ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਸਰਤ ਵਰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਡੀਓਲੋਜਿਸਟ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ/ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਅਜੇ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਚੋਣ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਚੰਗੇ ਲਾਭ, ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਵਰਗੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹਨ। COVID-19 ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਲਈ CDC ਵੱਲੋਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

Washington State Department of HEALTH

DOH 348-835 September 2023 Punjabi

ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, 1-800-525-0127'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਗਾਹਕ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਗਾਹਕਾਂਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ doh.information@doh.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।