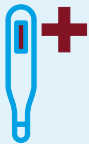


ਖਸਰੇ ਦੇ ਲੱਛਣ

ਖਸਰੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ **10 ਤੋਂ 12 ਦਿਨਾਂ** ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਵਿੱਚ **21 ਦਿਨ ਤੱਕ** ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਖਸਰਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖਸਰੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:



ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ



ਵਗਦਾ ਜਾਂ
ਬੰਦ ਨੱਕ



ਲਾਲ, ਦੁਖਦਾਈ, ਪਾਣੀ
ਵਾਲੀਆਂ ਅੱਖਾਂ



ਛਿੱਕਣਾ



ਖੰਘ



ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਗੱਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਛੋਟੇ ਧੱਬੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਧੱਬੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।



ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ **2 ਤੋਂ 4 ਦਿਨਾਂ** ਬਾਅਦ ਧੱਫੜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਧੱਫੜ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਕੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



ਖਸਰੇ ਦੇ ਧੱਫੜ ਦੇ ਧੱਫੜ ਕਈ ਵਾਰ ਉੱਠ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜੁੜ ਕੇ ਧੱਬੇਦਾਰ ਧੱਬੇ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।



ਚਿੱਟੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਭੂਰੇ ਜਾਂ ਲਾਲ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਭੂਰੀ ਅਤੇ ਕਾਲੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਦੇਖਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਖਸਰੇ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ।

ਖਸਰਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਛੂਤ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ **MMR** ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਖਸਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ। ਇਹ ਮੁਫਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ **12** ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ।

ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, NHS GGC ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ **MMR** ਟੀਕਾਕਰਨ ਸੈਸ਼ਨ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ MMR ਦੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।



ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ MMR ਟੀਕਾਕਰਨ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਬਾਰੇ ਮੌਜੂਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ,
www.nhs.gov.uk/ggc/scot/generalvaccinations
'ਤੇ ਜਾਓ।

