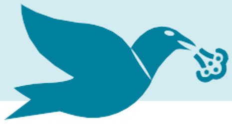
ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਬਰਡ ਫਲੂ)

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਪਿਛਲਾ ਅੱਪਡੇਟ: ਅਪ੍ਰੈਲ 2024

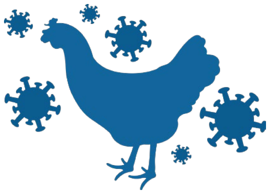


ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਬਰਡ ਫਲੂ) ਕੀ ਹੈ?

ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਬਰਡ ਫਲੂ) ਇੱਕ ਐਸਾ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਪੰਛੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪੰਛੀ ਤੱਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਹ ਮੁਰਗੀਆਂ, ਟਰਕੀ, ਗੀਜ਼, ਬਤਖਾਂ ਅਤੇ ਸਵੈਨ ਵਰਗੇ ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਦੂਜੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। **ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।** ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲੱਛਣ ਆਮ (ਮਨੁੱਖੀ) ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਹਨ।
ਜੇ ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਇਰਸ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। **ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ।**

ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ



- ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੱਲ ਨੂੰ **ਨਾ ਛੂਹੋ।**
- ਬੀਮਾਰ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ **ਨਾ ਲਿਆਓ।**
- ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਲ (ਪੂ) ਤੋਂ **ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।** ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੱਟੇ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਜਾਂ ਖਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕੋ। .
- **ਮਰੇ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ** ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰੋ:

ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਕਿਸਮ	**ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ**
ਘਰੇਲੂ ਜਾਨਵਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਸ਼ੂ	ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ
ਜੰਗਲੀ ਪੰਛੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਮੁੰਦਰੀ ਪੰਛੀ, ਗੀਜ਼, ਬੱਤਖ, ਈਗਲ	ਬੀ ਸੀ ਵਾਈਲਡ ਬਰਡ ਮੋਰਟੈਲਿਟੀ ਲਾਈਨ: 1-866-431-2473
ਜੰਗਲੀ ਥਣਧਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੂੰਬੜੀ, ਰੇਕੂਨ, ਸਕੰਕਸ, ਮਿੰਕਸ	ਨਿਯਮਤ ਬਿਜ਼ਨਸ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ: ਬੀ ਸੀ ਵਾਈਲਡ ਲਾਈਫ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (250-751-7246) ਬਾਅਦ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ: ਤੁਹਾਡਾ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਮੁੜ ਵਸੇਬਾ
ਸਮੁੰਦਰੀ ਥਣਧਾਰੀ ਜੀਵ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੂੰਬੜੀ, ਰੇਕੂਨ, ਸਕੰਕਸ, ਮਿੰਕਸ	ਬੀ ਸੀ ਮੈਰੀਨ ਮੈਮਲ ਰਿਸਪੌਂਸ ਨੈੱਟਵਰਕ 1-800-465-4336

ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੈ

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰ ਨਾਲ **ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਸੀਮਤ ਕਰੋ** ਅਤੇ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇੱਕ ਸੰਦ ਜਾਂ ਬੇਲਚਾ ਵਰਤ ਕੇ **ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।**
- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ **ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਨਾਂ** ਦੀ ਵੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:
    - ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਸਕ
    - ਰਬੜ ਜਾਂ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਦਸਤਾਨੇ
    - ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਜਿਵੇਂ , ਚਸ਼ਮੇ, ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਨਕਾਂ) ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਗਾਊਨ ਜਾਂ ਕਵਰਆਲ
    - ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਲੇ ਜੁੱਤੇ/ਬੂਟ ਕਵਰ ਜਾਂ ਰਬੜ ਦੇ ਬੂਟ
- ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ।**
- ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਦਸਤਾਨੇ ਉਤਾਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ **ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।**
- ਇੱਥੇ ਦੱਸੇ ਗਏ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕੱਪੜੇ, ਉਪਕਰਣ ਜਾਂ ਸਤਹ ਨੂੰ **ਸਾਫ਼ ਕਰੋ, ਰੋਗਾਣੂ ਮੁਕਤ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸੁੱਟ ਦਿਓ।**

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਛੂਹਿਆ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲਿਆ ਹੈ

ਕੋਈ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰਿਆ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰ

ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **10 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਲੱਛਣਾਂ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ।**

ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੱਛਣ ਦਿਖਦੇ ਹਨ:

- **ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ** ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਅਤੇ ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਢੁਕਵੀਂ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ
- ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ 24 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਤੱਕ **ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ।** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ **ਮਾਸਕ ਪਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਧੋਵੋ।**

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

- ਬੀ ਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/avian-influenza
- ਬੀ ਸੀ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਐਗਰੀਕਲਚਰ ਐਂਡ ਫੂਡ: Avian influenza (AI) - Province of British Columbia
- ਬੀ ਸੀ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਵਾਟਰ, ਲੈਂਡ ਐਂਡ ਰਿਸੋਰਸਿਸ ਸਟਿਊਡਰਸ਼ਿੱਪ: Wildlife Health
- ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ: Status of ongoing avian influenza response by province
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ: Wildlife and avian influenza – Handling guidelines to protect your health