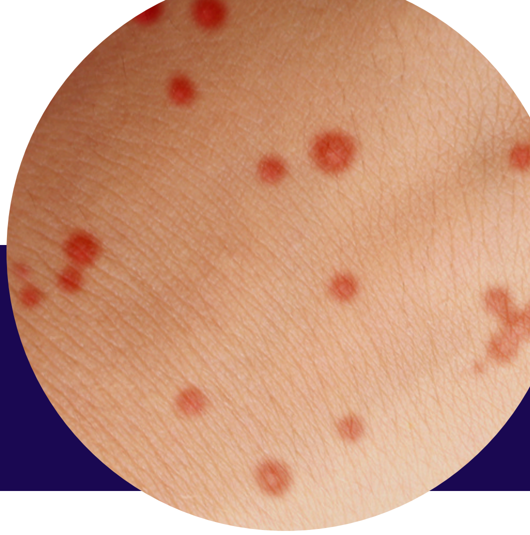
WESTERN Public Health Unit | Western Health

17/04/2025



ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ਸਰਾ - ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੋ MMR ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਏ ਹਨ?

- ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ਸਰਾ ਫ਼ੈਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ਸਰੇ ਦੇ ਬਹੁਤ ਮਾਮਲੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੁਣ ਕੁੱਝ ਮਾਮਲੇ ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਖ਼ਸਰਾ ਇੱਕ ਵਾਇਰਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫ਼ੈਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ 2 MMR ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਵੱਧ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ 'ਤੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹੋਣ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ MMR ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ

- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MMR ਟੀਕੇ (ਖ਼ਸਰਾ, ਕੰਨ ਪੇੜੇ, ਅਤੇ ਰੂਬੇਲਾ) ਦੀਆਂ 2 ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲਗਵਾਈਆਂ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੋ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲਗਵਾਈਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ MMR ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ।
- MMR ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 1966 ਤੋਂ 1992 ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਜਨਮੇ ਸੀ ਜਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਜਨਮੇ ਸੀ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ 1 ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੀ ਲਗਵਾਈ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ GP ਜਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਫਾਰਮੇਸੀ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ MMR ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣੇ MMR ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MMR ਦੀਆਂ 2 ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲਗਵਾਈਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ
- ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਸਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੋਧਕਤਾ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਡਾ ਜਨਮ 1966 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਖ਼ਸਰੇ ਅਤੇ MMR ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, 'ਤੇ ਜਾਓ।
www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/measles

ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ਸਰੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ, 'ਤੇ ਜਾਓ।
www.health.vic.gov.au/health-alerts/new-measles-case-in-victoria-4

Contact us
176 Furlong Road,
St Albans, VIC 3021

1800 497 111
WPHU@wh.org.au
www.wphu.org.au