

ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਸਰੇ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੀਏ

ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ

- ਮੈਂ ਜਾਂਚ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਖਸਰੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਸਰਾ ਹੈ, ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।
- ਜੇ ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋਵਾਂ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਡਿਲਵਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹਾਂ।



ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੀ ਹਾਂ।

- ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੈਂ ਜਾਂਚ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਖਸਰੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ।
- ਮੇਰਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ!

ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਹੈ

- ਮੈਂ ਜਾਂਚ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਖਸਰੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ।
- ਜੇ ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋਵਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹਾਂ।



ਕੀ ਮੈਂ ਖਸਰੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ?

ਮੇਰਾ ਜਨਮ 1980 ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਮੈਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਅਦ 2 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲਈਆਂ ਸਨ

ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ

ਜੇ ਨਹੀਂ, ਮੈਂ ਇਹ ਜਾਂਚਣ ਲਈ 1-877-644-4545 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ **CLSC** ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਂ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੈਂ clicsanté.ca ਉੱਤੇ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ 1-877-644-4545 ਜਾਂ Info-Santé (811) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਆਨਲਾਈਨ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੁੱਕ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

ਵੈਕਸੀਨ Montréal ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ **ਮੁਫਤ** ਹੈ। ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ (RAMQ) ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।



ਵੈਕਸੀਨ
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ
ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੈ।



ਗੈਰ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਜੋ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਹਨ ਨੂੰ ਖਸਰੇ ਸਬੰਧੀ ਗੰਭੀਰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਸਰਾ ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ Info-Santé (811) ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।