

(Punjabi Hindu) ਸਫਰ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਬਾਰੇ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ

ਸਥਿਤੀ: ਸਰਗਰਮ
ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ: 31 ਮਈ 2024
ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ: ਡਾ. ਕਲੇਅਰ ਲੁਕਰ, ਮੁੱਖ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ
ਜਿਸਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ: ਵਿਕਟੋਰੀਆਈ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ

ਮੁੱਖ ਸੁਨੇਹੇ

ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਅੱਪਡੇਟ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਫਰ ਤੋਂ 6-8 ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ (GP) ਜਾਂ ਇੱਕ ਸਫਰ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਨਿਰਧਾਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਹੈ ਜੋ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਦੇਸ਼ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਖਸਰੇ ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਖਸਰੇ ਦੇ ਕੇਸਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਰੋਤ ਹਨ।

ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਖਸਰੇ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਸਰਾ ਲੱਗਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤਿਮੋਰ-ਲੇਸਟ ਪਹਿਲਾਂ ਰੇਬੀਜ਼-ਰਹਿਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਇੰਡੋਨੇਸ਼ੀਆ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੂਬੇ ਵੈਸਟ ਤਿਮੋਰ ਵਿੱਚ ਰੇਬੀਜ਼ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਹੁਣ ਤਿਮੋਰ-ਲੇਸਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਉਹ ਯਾਤਰੀ ਜੋ ਰੇਬੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤਿਮੋਰ-ਲੇਸਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਨੂੰ ਰੇਬੀਜ਼ ਟੀਕੇ ਲਈ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੋਈ ਵੀ ਵਾਪਸੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯਾਤਰੀ ਜੋ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ, ਨਵਾਂ ਰੋਸ਼ ਜਾਂ ਦਸਤ) ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਵਿਸਥਾਰ ਲਈ, ਇਥੇ ਪੜ੍ਹੋ: [Health Advice on Immunisations for Travel](#)

CONTACT US: INFO@AFRIAUSILEAC.ORG



Status: Active

Date issued: 31 May 2024

Issued by: Dr Clare Looker, Chief Health Officer

Issued to: Victorian community and health professionals

Key messages

Victorians planning overseas travel should ensure their routine vaccinations are up to date. This includes vaccination against vaccine-preventable diseases that may be more common in the countries that they are visiting.

Travellers should seek advice from a General Practitioner (GP) or a travel health professional 6-8 weeks before travelling to determine which vaccinations are needed. This includes anyone travelling to visit friends and family, or people travelling to their country of birth.

Measles infections acquired during international travel are a significant source of measles cases in Australia.

Travellers should all ensure they have received two doses of measles-containing vaccine. Any international travel puts you at risk of getting measles.

Timor-Leste had previously been considered rabies-free, however an outbreak of rabies in the neighbouring Indonesian province of West Timor has now spread to Timor-Leste.

Travellers to countries with rabies, including Timor-Leste, should be assessed for rabies vaccination.

Any returned traveller who develops illness after returning home (such as a fever, new rash or diarrhoea) should seek medical advice.

For further details, read on: [Health Advice on Immunisations for Travel](#)

