

ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਕਦੋਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ



ਹੇਠਾਂ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਘਰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨੋਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ [CDPH ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਪੰਨੇ](#) 'ਤੇ ਜਾਓ।



ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ	ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਕਦੋਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਦੋਂ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ?
 <p>ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ, ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ</p>	<p>ਘਰ ਰਹੋ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੁਟੀਨ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਰਥਪੂਰਨ ਭਾਗ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ।</p>
 <p>ਬੁਖਾਰ</p>	<p>ਘਰ ਰਹੋ ਜੇਕਰ ਬੁਖਾਰ 100.4°F (38°C) ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੈ।</p> <p>ਜਦੋਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ Tylenol®, Advil® ਵਰਗੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਵੇਰੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਪਸ ਜਾਓ , ਜਾਂ ਮੋਟਰਿਨ® (ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫਿਨ ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪਰੋਫੈਨ)।</p>
 <p>ਉਲਟੀਆਂ</p>	<p>ਜੇਕਰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 2 ਜਾਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ।</p> <p>ਜਦੋਂ ਉਲਟੀਆਂ ਰਾਤ ਭਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੋ।</p>
 <p>ਦਸਤ</p>	<p>ਘਰ ਰਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਟੱਟੀ ਡਾਇਪਰ ਤੋਂ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜੇ ਪਾਟੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ)। ਜੇਕਰ ਟੱਟੀ ਖੂਨੀ ਜਾਂ ਕਾਲਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ।</p> <p>ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਕਰੋ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿਓ।</p>



ਇਸ ਫਲਾਇਰ ਦਾ ਨਵੀਨਤਮ ਸੰਸਕਰਣ ਲੱਭਣ ਲਈ [QR ਕੋਡ](#) ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।



ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਕਦੋਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ



ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਕਦੋਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਦੋਂ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਲਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਉਮਰ 2 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।

ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਜਾਂ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਜਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਲਾਰ ਆਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਲਓ।

ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 12 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਲਓ।



ਜੁਕਾਮ ਦੇ ਲੱਛਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੰਘ, ਭਰੀ ਹੋਈ ਨੱਕ, ਛਿੱਕ

ਹਲਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਉਮਰ 2 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।

ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਲਓ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੁਰੀ ਖੰਘ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਲਬਿਊਟਰੋਲ)

ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਸਾਈਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



ਕੰਨ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਲਣ, ਗੁਲਾਬੀ ਅੱਖ ਸਮੇਤ

ਹਲਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ।

ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੋ।

ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਮੰਗੋ

ਦੇਖਣ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਅੱਖ ਦੀ ਸੱਟ, ਜਾਂ ਦਰਦ ਲਈ ਉਹ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।



ਧੱਫੜ

ਹਲਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ।

ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਮੰਗੋ

ਜੇਕਰ ਧੱਫੜ ਵਿਗੜ ਰਹੇ ਹਨ, ਦਰਦ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਛਾਲੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਜਾਓ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਜੂਆਂ, ਇਮਪੀਟੀਗੋ, ਰਿੰਗਵਰਮ, ਖੁਰਕ, ਅਤੇ ਪਿੰਨਵਰਮ ਵਰਗੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਚਿਤ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।