NHS
North East London

ਬਾਲਪਣ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਨਹਿਰੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਣਾ

ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸਦੀ ਲੋੜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਦ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਹੈ।

Bright Start in Life

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ **northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart** ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਨ

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਜਾਂ ਨਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਵੈਕਸੀਨ, ਯੂ.ਕੇ. ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਦਾ ਸਧਾਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ, ਜੋ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ, ਪੋਲੀਓ, ਖਸਰਾ, ਕਨੇਡੂ ਅਤੇ ਜਰਮਨ ਖਸਰਾ (ਰੁਬੇਲਾ)।

ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਜਾਣੋਗੇ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਫੈਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਕਿੰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖਤਰਨਾਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸਲਈ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਉਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਬਲਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਖਿਆਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ?

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਾਲੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਬਚਾਅ ਤੰਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ।

ਨਿਯਮਿਤ ਬਾਲਪਣ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸਰਬੋਤਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ **northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart** ਤੇ ਜਾਓ।

ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਕਿਵੇਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਹੈ

ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. (NHS) ਬਾਲਪਣ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਜੀ.ਪੀ. (GP) ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗਣੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਤਰ, ਫੋਨ ਕਾੱਲ, ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਸੱਦਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਲੱਗ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜੀ.ਪੀ. ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਰਜਿਸਟਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇੰਗਲੈਂਡ (England) ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ, ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਕੋਲ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤੇ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਬੂਤ, ਆਈ.ਡੀ. (ID) ਜਾਂ ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. ਨੰਬਰ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਲਗਵਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੇਗਾ।

ਯੂ.ਕੇ. (UK) ਵਿੱਚ, ਬਾਲ ਸਿਹਤ ਰਿਕਾਰਡ, ਜਿਸਨੂੰ ਰੈੱਡ ਬੁੱਕ (Red Book) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੈੱਡ ਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਵੀ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰੈੱਡ ਬੁੱਕ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲੱਗ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸਰਬੋਤਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰੇਗਾ।

ਉਮਰ	ਵੈਕਸੀਨ	ਉਹ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ
8 ਹਫ਼ਤੇ	6-ਇਨ-1 ਵੈਕਸੀਨ (ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ)	ਪੋਲੀਓ, ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ ਬੀ, ਕਾਲੀ ਖੰਘ (ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ), ਗਲ-ਘੋਟੂ ਰੋਗ, ਐਚ.ਆਈ.ਬੀ. (ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟਾਈਪ ਬੀ.) ਅਤੇ ਟੈਟਨਸ
	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ ਵੈਕਸੀਨ (ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ)	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ
	MenB ਵੈਕਸੀਨ (ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ)	ਮੇਨਿੰਗੋਕੋਕਲ ਗਰੁੱਪ ਬੀ. ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਜੋ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਸੈਪਸਿਸ (ਸਾੜ੍ਹਾ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ
12 ਹਫ਼ਤੇ	ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨ (ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ)	ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਬੰਧੀ ਸੰਕ੍ਰਮਣਾਂ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੈਪਸਿਸ, ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ
	6-ਇਨ-1 ਵੈਕਸੀਨ (ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
	ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ ਵੈਕਸੀਨ (ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
16 ਹਫ਼ਤੇ	6-ਇਨ-1 ਵੈਕਸੀਨ (ਤੀਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
	MenB ਵੈਕਸੀਨ (ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
1 ਸਾਲ	ਐਚ.ਆਈ.ਬੀ./ MenC ਵੈਕਸੀਨ	ਹੀਮੋਫਿਲਸ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟਾਈਪ ਬੀ. (ਐਚ. ਆਈ.ਬੀ.) ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ ਸੀ.
1 ਸਾਲ	ਐਮ.ਐਮ.ਆਰ. (MMR) ਵੈਕਸੀਨ (ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ)	ਖਸਰਾ, ਕਨੇਡੂ ਅਤੇ ਜਰਮਨ ਖਸਰਾ
	ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨ (ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
	MenB ਵੈਕਸੀਨ (ਤੀਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਉੱਪਰ ਦੇਖੋ
2 – 15 ਸਾਲ	ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ (ਹਰ ਸਾਲ)	ਫਲੂ (ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ), ਜੋ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ
3 ਸਾਲ ਅਤੇ 4 ਮਹੀਨੇ	ਐਮ.ਐਮ.ਆਰ. ਵੈਕਸੀਨ (ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ)	ਖਸਰਾ, ਕਨੇਡੂ ਅਤੇ ਜਰਮਨ ਖਸਰਾ
	4-ਇਨ-1 ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਬੂਸਟਰ ਵੈਕਸੀਨ	ਟੈਟਨਸ, ਕਾਲੀ ਖੰਘ, ਗਲ-ਘੋਟੂ ਰੋਗ ਅਤੇ ਪੋਲੀਓ
12-13 ਸਾਲ	ਐਚ.ਪੀ.ਵੀ. (HPV) ਵੈਕਸੀਨ	ਹਿਊਮੈਨ ਪੈਪਿਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (ਐਚ.ਪੀ.ਵੀ.), ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਸਮੇਤ
14 ਸਾਲ	3-ਇਨ-1 ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੂਸਟਰ ਵੈਕਸੀਨ (ਟੀ. ਡੀ./ਆਈ.ਪੀ.ਵੀ. (Td/IPV) ਵੈਕਸੀਨ)	ਪੋਲੀਓ, ਗਲ-ਘੋਟੂ ਰੋਗ ਅਤੇ ਟੈਟਨਸ
	MenACWY ਵੈਕਸੀਨ	ਮੇਨਿੰਗੋਕੋਕਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ – ਏ. ਸੀ. ਡਬਲਯੂ. ਅਤੇ ਵਾਈ. (A, C, W and Y) ਦੇ 4 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਟ੍ਰੇਨ, ਜੋ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ, ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਪੀਪ ਹੋਣਾ (ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣਾ) ਅਤੇ ਸੈਪਸਿਸ

ਨਿਊਹੈਮ (Newham) ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 28 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤਪੇਦਿਕ (ਟੀ.ਬੀ.) ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬੀ.ਸੀ.ਜੀ. ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਨਿਊਹੈਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਬੀ.ਸੀ.ਜੀ. ਵੈਕਸੀਨ ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀ.ਬੀ. ਹੋਣ ਦਾ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਊਹੈਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ 28 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬੀ.ਸੀ.ਜੀ. ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ **0208 214 1395** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ **newham.bcg@nhs.net** ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ?

ਗਲ-ਘੋਟੂ ਰੋਗ
ਗਲ-ਘੋਟੂ ਰੋਗ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਛੂਤਕਾਰੀ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਨੱਕ, ਗਲੇ ਅਤੇ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਰੰਤ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ।

ਫਲੂ
ਫਲੂ, ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖਰਾਬ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਵੱਧ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਸਾਹ-ਨਾਲੀ ਦੀ ਸੋਜ (ਬ੍ਰੌਂਕਾਈਟਿਸ) ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐਚ.ਪੀ.ਵੀ.
ਹਿਊਮੈਨ ਪੈਪਿਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (ਐਚ.ਪੀ.ਵੀ.) ਇੱਕ ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਹੈ, ਜੋ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਵੇਲੇ)। ਐਚ.ਪੀ.ਵੀ. ਦੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਖਸਰਾ
ਖਸਰਾ ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਬਹੁਤ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਧੱਫੜ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੱਡੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

MenB ਅਤੇ MENACWY
ਮੇਨਿੰਗੋਕੋਕਲ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣਾ (ਸੈਪਸਿਸ), ਜੋ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਨੇਡੂ
ਕਨੇਡੂ ਇੱਕ ਛੂਤਕਾਰੀ ਵਾਇਰਲ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਚਿਹਰੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਜ਼ਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਲਗ ਹੋਣ ਤੇ, ਵੱਧ ਗੰਭੀਰ ਗੁੰਝਲਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ
ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਸੰਕ੍ਰਮਣ, ਨਿਮੋਨੀਆ, ਸੈਪਸਿਸ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਤੋੜ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਿਆਣੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ, ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਸੰਕ੍ਰਮਣਾਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਤਲਬ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸੰਕ੍ਰਮਣਾਂ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੋਲੀਓ
ਪੋਲੀਓ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੋਲੀਓ, ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਪੋਲੀਓ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਨਸਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ (ਅਧਰੰਗ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈਟਨਸ
ਟੈਟਨਸ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ, ਜਾਨਲੇਵਾ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਜ਼ਖਮ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਖਤ ਜਬਾੜ੍ਹਾ, ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਖਿਚਾਅ, ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ ਦੌਰੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਾਲੀ ਖੰਘ (ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ)
ਕਾਲੀ ਖੰਘ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੈ, ਜੋ ਨਿਆਣਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ ਹੋਣ ਦਾ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਾਸਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂਚਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੇਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਰਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਨੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਆ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਚੇਚਕ ਅਤੇ ਟੈਟਨਸ ਵਰਗੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਜੋ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਨ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਪੰਗ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਸਨ, ਹੁਣ ਗਾਇਬ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਇਸਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹਨ?

ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁੱਲ ਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਆਮ ਮਾਮੂਲੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਤੇ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਦਰਦ, ਜਿੱਥੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤਾਪਮਾਨ ਵਧਣਾ
- ਥੋੜ੍ਹਾ ਢਿੱਲਾ, ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਭੁੱਖ ਦੀ ਘਾਟ
- ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ ਵਧਣਾ ਜਾਂ ਰੋਣਾ ਆਉਣਾ

ਇਹ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜੋਖਮ, ਮਾਮੂਲੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧ ਕੇ ਹੈ।

ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਰਕ ਜੈਲੇਟਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕੁਝ ਐਮ.ਐਮ.ਆਰ. ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਫਲੂ ਨਸਲ ਸਪ੍ਰੇ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪੋਰਕ ਜੈਲੇਟਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਰਕ ਜੈਲੇਟਿਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਕਲਪ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਇਸ ਸਵਾਲ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ?

ਵੈਕਸੀਨ-ਵਿਰੋਧੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਕਸਰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਲਵੋ, ਜਿਵੇਂ ਐਨ.ਐਚ.ਐਸ. ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ (ਡਬਲਯੂ.ਐਚ.ਓ.) (World Health Organisation) (WHO)।

ਜੇਕਰ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ., ਮਿਡਵਾਈਫ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ੀਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕੇਗਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਸਕੋ।

ਸਾਰੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਬੂਤ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ, ਵੈਕਸੀਨ ਨਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕਾਫੀ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਿਰਵਿਘਨ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸੁਝਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪਿਕ ਫੌਰਮੈਟ, ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

VISIT OUR WEBSITE • VISIT OUR WEBSITE •

northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart