ਕੀ ਇਹ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੈ ਜਾਂ ਫਲੂ ਹੈ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਫਲੂ, ਆਮ ਜੁਕਾਮ, ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਵੀ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ, ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੁਕਰ ਹੈ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇਸ ਚਾਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਟੈਸਟਿੰਗ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਾਰੇ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **www.doh.wa.gov/coronavirus** ’ਤੇ ਜਾਓ।
- ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਫਲੂ, ਫਲੂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਤੇ ਫਲੂ ਸਰਗਰਮੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ **www.KnockOutFlu.org** ‘ਤੇ ਜਾਓ।

ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਲਈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ’ਤੇ, **911** ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਲੱਛਣ	ਕੋਵਿਡ-19	ਫਲੂ	ਜੁਕਾਮ	ਐਲਰਜੀ
ਖੰਘ	ਅਕਸਰ	ਅਕਸਰ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ
ਬੁਖਾਰ	ਅਕਸਰ	ਅਕਸਰ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਸਾਂਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ
ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਅਕਸਰ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਸਿਰਦਰਦ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਅਕਸਰ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ
ਥਕਾਵਟ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਅਕਸਰ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ
ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ
ਸੁਆਦ ਜਾਂ ਗੰਧ ਦੇ ਪਤਾ ਨਾ ਲੱਗਣ ਵਿੱਚ ਨਵਾਂ ਬਦਲਾਅ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ
ਟੱਟੀਆਂ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਦਬਾਅ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਵਗਦੀ ਨੱਕ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਅਕਸਰ	ਅਕਸਰ
ਛਿੱਕ ਆਉਣਾ	ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਦੇ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਅਕਸਰ	ਅਕਸਰ
ਗਿੱਲੀਆਂ ਅੱਖਾਂ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ	ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ	ਅਕਸਰ

Washington State Department of Health

DOH 820-094 September 2021 Punjabi

ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੂਜੇ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, 1-800-525-0127 ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬੋਲ਼ੇ ਜਾਂ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ civil.rights@doh.wa.gov ‘ਤੇ ਜਾਓ।