



# COVID-19: ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ

20 ਜੂਨ 2022

ਲੱਛਣ	ਕੋਵਿਡ-19	ਜੁਕਾਮ	ਫਲੂਆ	ਐਲਰਜੀਆ*
ਬੁਖਾਰ	ਲੱਛਣ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਤੱਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ	ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ	ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂਆਤ	ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਜਾਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਖੰਘ	ਕਈ ਵਾਰ	ਦੁਰਲੱਭ	ਆਮ	ਨਹੀਂ
ਖਰਾਬ ਗਲਾ	ਆਮ	ਆਮ	ਆਮ	ਕਈ ਵਾਰ (ਗਲੇ ਅਤੇ ਤਾਲੂ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼)
ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਐਖ	ਕਈ ਵਾਰ	ਨਹੀਂ	ਨਹੀਂ	ਆਮ (ਦਮਾ)
ਥਕਾਵਟ	ਆਮ	ਕਈ ਵਾਰ	ਆਮ	ਕਈ ਵਾਰ
ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਦਰਦ	ਕਈ ਵਾਰ	ਨਹੀਂ	ਆਮ	ਨਹੀਂ
ਸਿਰ ਦਰਦ	ਆਮ	ਆਮ	ਆਮ	ਕਈ ਵਾਰ
ਵਗਦਾ ਜਾਂ ਬੰਦ ਨੱਕ	ਆਮ	ਆਮ	ਕਈ ਵਾਰ	ਆਮ
ਦਸਤ	ਬਹੁਤ ਘੱਟ	ਨਹੀਂ	ਕਈ ਵਾਰ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ	ਨਹੀਂ
ਛਿੱਕਾਂ	ਆਮ	ਆਮ	ਨਹੀਂ	ਆਮ

WHO, ਸੈਂਟਰਜ਼ ਫਾਰ ਡਿਜੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਐਂਡ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ ਅਤੇ ਅਮੈਰੀਕਨ ਅਕੈਡਮੀ ਆਫ ਐਲਰਜੀ, ਦਮਾ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨੋਲੋਜੀ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ।

\*ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਫੁੱਲਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਵਾਲੀ ਐਲਰਜੀ (ਪਰਾਗ ਵਾਲਾ ਤਾਪ), ਅਤੇ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਦਮਾ। ਪਰਾਗ ਦੇ ਤਾਪ ਦੇ ਹੋਰ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਖਾਰਸ਼ਦਾਰ ਅੱਥਰੂ ਭਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ।

COVID-19, ਫਲੂਆ ਅਤੇ ਜੁਕਾਮ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਛੂਤਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਲੱਛਣ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਲਾ ਖਰਾਬ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਬੁਖਾਰ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਐਖ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਖੰਘ ਜਾਂ ਨੱਕ ਵਗਣਾ) ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ। ਸਲਾਹ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਡਾਇਰੈਕਟ ਲੱਛਣ ਜਾਂਚਕਰਤਾ [www.healthdirect.gov.au/symptom-checker/tool](http://www.healthdirect.gov.au/symptom-checker/tool) 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਜੇ COVID-19 ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਪੌਜ਼ੀਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।



Australian Government

BE COVIDSAFE

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੁੱਲਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਵਾਲੀ ਐਲਰਜੀ (ਪਰਾਗ ਵਾਲਾ ਤਾਪ) ਅਤੇ ਐਲਰਜੀ ਦਮਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਤੇ COVID -19 ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਚਾਨਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਆਮ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, [www.health.gov.au/covid19-translated](http://www.health.gov.au/covid19-translated) 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਫਿਰ 1800 020 080 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਮੁਫਤ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਕਲਪ 8 ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ।