

ਜੇਕਰ C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ 2 ਜਾਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੀਸਲ ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਾਇਓਟਾ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਲ ਵਿੱਚੋਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ

ਆਪਣੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ, ਕੈਪਸੂਲ ਜਾਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਜਲਦੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ

C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਰੋ

- ਦਸਤ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ।
- ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਧੋਵੋ।
- ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟਾਇਲਟ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਹੋਰ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਚਾਦਰਾ ਧੋਵੋ।

ਨਾ ਕਰੋ

- ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਫਲਾਨਲ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸਾਂਝੇ ਨਾ ਕਰੋ।
 - ਦਸਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦਵਾਈ ਨਾ ਲਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੋਪੇਰਾਮਾਈਡ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਹੋਣ ਤੇ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਓਪਨ ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਲਾਇਸੈਂਸ v3.0 ਦੇ ਤਹਿਤ ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਜਨਤਕ ਖੇਤਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: <https://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/>

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੋਧ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰ ਸੁਝਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ SWB ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 3587 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ swbh.library@nhs.net ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।



A Teaching Trust of The University of Birmingham

Incorporating the Midland Metropolitan University Hospital, City Health Campus, Sandwell Health Campus and Rowley Regis Hospital.

© Sandwell and West Birmingham NHS Trust

M7999

Issue Date: January 2025
Review Date: January 2028

ਕਲੇਸਟ੍ਰੀਡੀਓਡਜ਼ ਡਿਫਿਸਾਈਲ (C. diff) ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ

ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਿਯੰਤਰਣ

ਕਲੇਸਟ੍ਰੀਡੀਓਡਜ਼ ਡਿਫਿਸਾਈਲ(C. diff)

ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕੀ ਹੈ?

ਕਲੇਸਟ੍ਰੀਡੀਓਡਜ਼ ਡਿਫਿਸਾਈਲ (C. diff) ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ ਜੋ ਦਸਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਦਸਤ।
- ਉੱਚ ਬੁਖਾਰ।
- ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ।
- ਉਲਟੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ।
- ਪੇਟ ਦਰਦ।

ਤੁਹਾਨੂੰ C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

C. diff ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਲ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸਤਹਾਂ ਤੇ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਲਈਆ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ - ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸ਼ੂਗਰ ਵਰਗੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜਾਂ ਗੁਰਦੇ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੇ ਇਲਾਜ ਕਾਰਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੋਟੋਨ ਪੰਪ ਇਨਹਿਬਿਟਰ (PPI) ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਓਮੇਪ੍ਰਾਜ਼ੋਲ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਪੇਟ ਦੇ ਐਸਿਡ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਸੀ. ਡਿਫ (C. diff) ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਲਾਹ: ਤੁਰੰਤ ਜੀਪੀ-ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ NHS 111 ਤੇ ਮਦਦ ਲਓ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਲਏ ਹਨ।
 - ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨੀ ਦਸਤ ਹਨ ਜਾਂ ਤਲ ਤੋਂ ਖੂਨ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ।
 - ਤੁਹਾਨੂੰ 7 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੇ ਦਸਤ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ 111 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ 111 ਤੋਂ ਐਨਲਾਈਨ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਲਈ ਇਲਾਜ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ C. diff ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਜਾਂਚ ਲਈ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਵਾਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ C. diff ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਈ ਵਾਰ ਸੈਪਸਿਸ ਵਰਗੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

C. diff ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

- ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਾ 10-ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਕੋਰਸ ਲੈਣਾ ਜੋ C. diff ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਪੀਂਦੇ ਹੋ।

ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦਾ ਨਵਾਂ ਕੋਰਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਹੋਣ ਵਿੱਚ 1 ਤੋਂ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਵਾਪਸ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

