

# ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ HPV ਕੈਂਸਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ



Mission:  
**HPV** CANCER  
FREE

## HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ  
ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਕੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ  
ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।



ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਹਾਰ



ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ



ਸਨਸਕਰੀਨ



ਤੰਬਾਕੂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼

11 ਜਾਂ 12 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ 2 ਸ਼ੋਟਸ ਦੇਣ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ  
HPV ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## HPV ਵੈਕਸੀਨ ਮੁੰਡਿਆਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਜਿਹੇ ਸੰਕਰਮਣਾਂ  
ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ ਜੋ

## ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਦੇਰ ਨਾ ਕਰੋ।

ਡਾਕਟਰ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ 11 ਜਾਂ 12 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ HPV  
ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ। ਦੇਰ ਨਾਲ ਸੀਰੀਜ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ 3 ਸ਼ੋਟਸ ਦੀ  
ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਪਹਿਲਾ ਮੌਕਾ

9-10 ਸਾਲ  
ਦੀ ਉਮਰ  
2 ਖੁਰਾਕਾਂ  
6-12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ  
ਫਾਸਲੇ 'ਤੇ



### ਸਮੇਂ ਸਿਰ

11-12 ਸਾਲ  
ਦੀ ਉਮਰ  
2 ਖੁਰਾਕਾਂ  
6-12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ  
ਫਾਸਲੇ 'ਤੇ



### ਜਟਿਲ

13-14 ਸਾਲ  
ਦੀ ਉਮਰ  
2 ਖੁਰਾਕਾਂ  
6-12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ  
ਫਾਸਲੇ 'ਤੇ



### ਆਖਰੀ ਮੌਕਾ

15-26 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ  
3 ਖੁਰਾਕਾਂ  
ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕਾਰ ਵਿਖੇ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ  
1-2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ  
ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ  
ਬਾਅਦ ਤੀਜੀ ਖੁਰਾਕ



ਸਹੀ ਉਮਰ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ  
HPV ਕੈਂਸਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਓਦੇ ਹੋ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਕਰਨ ਨਾਲ HPV ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ  
ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

## 6 ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ



## HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।



HPV ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਵੀ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ  
ਤਰਾਂ ਮਾਮੂਲੀ ਪਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰੋਕਸ਼ਨਸ ਹੋ  
ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ HPV  
ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ  
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

[cancer.org/hpv](https://cancer.org/hpv) 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।