

ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ:  
ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਨੂੰ ਕਟੌਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਸਾਨ ਕਦਮ

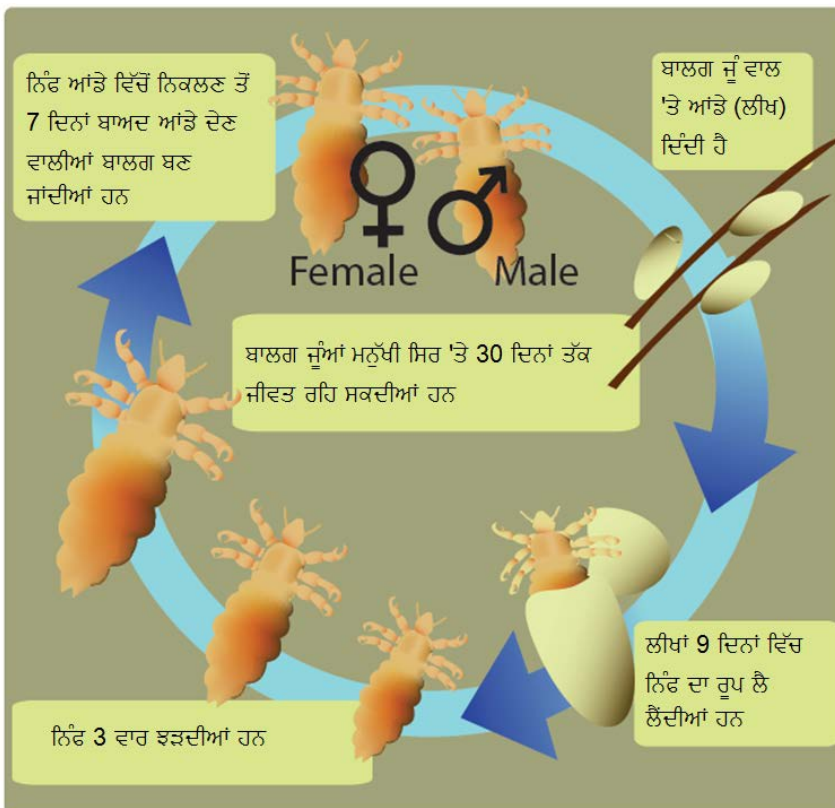
ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਕੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਕੀੜੇ-ਮਕੋੜੇ ਹਨ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੂਨ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜੂਆਂ ਆਪਣੇ ਆਂਡਿਆਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੀਖਾਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਚਿਪਕਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਛੇਤੀ ਮਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ (ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ) ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬਹੁਤਾ ਚਿਰ ਤੱਕ ਜਿੰਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ।

ਲੀਖ ਨੂੰ ਆਂਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਛੇ ਤੋਂ ਨੌਂ ਦਿਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੂ ਨੂੰ ਆਂਡੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਬਣਨ ਲਈ ਸੱਤ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ



## ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜ਼ੂਆਂ ਕਿਵੇਂ ਪੈਦੀਆਂ ਹਨ?

ਸਿਰ ਦੇ ਸਿਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੱਕ ਜ਼ੂਆਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਕੰਘੀਆਂ, ਟੋਪੀਆਂ, ਕਪੜੇ, ਬੈਰੇਟਸ, ਹੈਲਮੈਟ, ਸਕਾਰਫ, ਹੈਡਫੋਨ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜ਼ੂਆਂ ਘਰਾਂ, ਡੋਅਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ, ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ, ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹਮ-ਜਮਾਤੀਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਜ਼ੂਆਂ ਪੈਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ੂਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗੇਗਾ?

ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ, ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ੂਆਂ ਹਨ, ਇੱਕੋ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਬਾਲਗ-ਜ਼ੂਆਂ ਅਤੇ ਨਿੱਫਾਂ ਨੂੰ ਲੀਖਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇਖਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੋਪੜੀ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 1/4 ਇੰਚ 'ਤੇ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਜ਼ੂਆਂ ਤੋਂ ਖਹਿੜਾ ਕਿਵੇਂ ਛੁਡਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

### ਲੀਖਾਂ ਵਾਲੀ ਕੰਘੀ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ੂਆਂ ਪਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜ਼ੂਆਂ ਤੋਂ ਖਹਿੜਾ ਛੁਡਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਦੋ ਹਫਤਿਆਂ ਲਈ ਲੀਖਾਂ ਵਾਲੀ ਕੰਘੀ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਲ ਵਾਹੁਣਾ ਹੈ।

ਲੀਖਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਘੀਆਂ ਧਾਤ ਦੀਆਂ (ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਨਹੀਂ) ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਲੰਬੇ ਦੰਦੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਲੀਖਾਂ ਵਾਲੀ ਕੰਘੀ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਬ੍ਰਾਂਡ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਉਦਾਹਰਣ LiceMeister® ਦੀ ਧਾਤ ਵਾਲੀ ਕੰਘੀ ਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਲਗਭਗ \$10 ਹੈ। ਪਾਲਤੂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਧਾਤ ਦੀਆਂ ਪਿਸ਼ੂਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਘੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਵਾਲ ਨੂੰ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਣਾ ਹੈ। ਵਾਲ ਨੂੰ ਜੜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ (ਉਪਰਲੇ) ਸਿਰੇ ਤੱਕ ਵਾਹੋ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਹਰੇਕ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਵਾਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿਸ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਵਾਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਟ੍ਰੈਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਖੋਪੜੀ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿਓ। ਜੇ ਲੀਖਾਂ ਲੱਭਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੰਘੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰ ਦਿਓ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ। ਗਿੱਲੇ ਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਕੰਘੀ ਕਰਨੀ ਅਸਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਹੜੀਆਂ ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਵਾਲ ਵਾਹ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਹੁੰਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਜਾਂ ਖੋਪੜੀ ਦਰਮਿਆਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲੀਖਾਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉੱਥੇ ਇਕੱਲੇ ਵਾਲ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਆਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੁੰਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀਆਂ ਆਮ ਥਾਂਵਾਂ ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ, ਗਿੱਚੀ, ਅਤੇ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਹੜੀਆਂ ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਵਾਲ ਵਾਹ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਹੁੰਆਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਜਾਂ ਖੋਪੜੀ ਦਰਮਿਆਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲੀਖਾਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉੱਥੇ ਇਕੱਲੇ ਵਾਲ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਇਲਾਜ

ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੁੰਆਂ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਪਰਚੀ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ Permethrin (Nix®) ਜਾਂ pyrethrin ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੁੰਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ Benzyl Alcohol lotions (ਬੈਨਜ਼ਾਈਲ ਅਲਕੋਹਲ ਲੋਸ਼ਨ) (5%) ਜਿਵੇਂ ਕਿ Ulesfia® ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੀਖਾਂ ਅਤੇ ਜੁੰਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ Ivermectin (ਆਇਵਰਮੈਕਟਿਨ) (0.5%) ਇਲਾਜ ਜਿਵੇਂ ਕਿ Sklice® ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

4 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੀਖਾਂ ਅਤੇ ਜੁੰਆਂ, ਦੋਵਾਂ, ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ Spinosad (ਸਪਿਨੋਸੈਡ) (0.9%) ਇਲਾਜ ਜਿਵੇਂ ਕਿ Natroba® ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

AirAllé® ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਉਪਕਰਨ ਹੈ ਜੋ ਜੁੰਆਂ ਅਤੇ ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੈਲਪ 'ਤੇ ਤੇਜ਼ ਵਹਾਓ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਹਵਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

## ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ

ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ:

- ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨਪੂਰਵਕ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਸਿਰਫ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਜੁੰਆਂ ਹਨ।
- ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਾ ਰਹਿਣ ਦਿਓ; ਇਹ ਜੁੰਆਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।
- ਹਰੇਕ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਜੁੰਆਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਸ਼ੈਪੂ ਦੇ ਇੱਕੋ ਬਾਕਸ ਨੂੰ ਨਾ ਵੰਡੋ ਜਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਾਲ ਧੋਣ ਲਈ ਨਾ ਵਰਤੋ।
- ਇਲਾਜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਾਤ ਵਾਲੀ ਲੀਖਾਂ ਜਾਂ ਪਿਸੂ ਵਾਲੀ ਕੰਘੀ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਰੀਆਂ ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੱਢਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।
- ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਜੁੰਆਂ ਬਚ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਤ ਤੋਂ ਦੱਸ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਇਸ ਸੱਤ ਤੋਂ ਦੱਸ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੁੰਆਂ ਅਤੇ ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢ ਦਿਓ।

## ਜੇ ਇਲਾਜ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ?

ਇਹ ਕੁਝ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਨੇ ਅਸਰ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ:

- ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
- ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੱਢਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ ਸੀ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੁਆਂ ਪੈ ਗਈਆਂ ਸਨ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੁਆਂ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਮਰਨ।
- ਸਮੱਸਿਆ ਜੁਆਂ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸੀ।

ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਉਤਪਾਦ ਅਸਰ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਸਿਰਕਾ
- ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਪਦਾਰਥ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ “ਲੀਖਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ” ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੂੰਦ ਨੂੰ ਘੋਲ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਮਾਇਓਨੇਜ਼
- ਜੈਤੂਨ ਦਾ ਤੇਲ (ਓਲਾਈਵ ਆਇਲ)
- ਟੀ ਟ੍ਰੀ ਆਇਲ

ਇਹ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕੰਮ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚੋਂ ਜੁਆਂ ਜਾਂ ਲੀਖਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਸਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ (130F) ਵਿੱਚ ਧੋਵੋ ਫੇਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹੱਟ ਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸੁਕਾਓ।
- ਜੁਆਂ ਨੂੰ ਖੂਨ ਦਾ ਭੋਜਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਾਸਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਸੀਲ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਕੰਘੀਆਂ, ਬੁਰਸ਼, ਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਰਬੜਾਂ, ਅਤੇ ਬੈਰੇਟ ਨੂੰ ਪੰਜ ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਉਬਾਲੋ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਬਿੰਗ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ Lysol® ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਲਈ ਭਿਓ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਗਲੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਦੀ ਵੈਕਿਊਮ ਨਾਲ ਸਫਾਈ ਕਰੋ।

\* ਇਸ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਇਹ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਸਦੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪੈਨੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਆਂਡਾ (ਲੀਖ), ਨਿੰਫ (ਅਰਧ-ਵਿਕਸਿਤ ਰੂਪ), ਅਤੇ ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਬਾਲਗ ਜ਼ੂਆਂ ਦਾ ਅਸਲ ਆਕਾਰ।



ਨਿੰਫ, ਵਾਲ, ਅੰਡਾ, ਬਾਲਗ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ  
ਵੈਕਟਰ-ਬੋਰਨ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਸੈਕਸ਼ਨ

(916) 552-9730

[www.cdph.ca.gov](http://www.cdph.ca.gov)

2016