CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA
www.chs-ca.org

ਵਾਧੂ CHS ਫੈਮਿਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ (714) 712-7888 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। CHS ਜਲਦੀ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, (888) CHS-4KIDS 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਫੈਮਿਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਪੌਡਕਾਸਟ, ਅਤੇ CHS ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.chs-ca.org 'ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Corporate Headquarters
1300 West Fourth Street
Los Angeles, CA 90017
(213) 240-5900
(213) 240-5945 Fax

©2022 Children's Home Society of California

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਲਈ?

ਕਿੰਨਾ ਬਿਮਾਰ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਸੰਕੇਤਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ

ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਬਿਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਤੋਂ ਕਦੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ, ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਵਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ: ਕੀ ਬੱਚਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ? ਕੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਸਟਾਫ਼ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਵੱਧ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ? ਕੀ ਬਿਮਾਰ ਬੱਚਾ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰੇਗਾ? ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਜੇਕਰ ਬਿਮਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਹਰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ-ਮੰਦ ਰਹੇਗਾ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅੰਦਰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ ਅਤੇ 100 ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾ ਮੌਖਿਕ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਅਸਾਧਾਰਨ ਧੱਬੇ, ਧੱਫੜ, ਜਾਂ ਸੱਟ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ
- ਅਸਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਾੜ੍ਹਾ, ਚਾਹ-ਰੰਗ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ
- ਸਲੇਟੀ ਜਾਂ ਸਫ਼ੈਦ ਰੰਗ ਦਾ ਮਲ-ਤਿਆਗ
- ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼ ਜਾਂ ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਚਮੜੀ ‘ਤੇ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਪੈਚ
- ਦਸਤ
- ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਅਕੜਾਅ
- ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਅਸਾਧਾਰਨ ਵਿਵਹਾਰ — ਬੱਚਾ ਬੇਚੈਨ ਹੈ; ਬੱਚਾ ਸਧਾਰਨ ਬੇਅਰਾਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ; ਬੱਚਾ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਰੋਂਦਾ ਹੈ
- ਬੱਚਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ
- ਕੰਨ ਦਾ ਦਰਦ

ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸਭ-ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਇੱਕ ਸਹੀ ਕੋਰਸ ਲਿਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਬੇਦਖ਼ਲੀ ਸੰਬੰਧੀ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਿਮਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸੰਬੰਧੀ ਨੀਤੀ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਚਾਨਕ ਦਿਨਾਂ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਲਈ ਬੈਕ-ਅੱਪ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ

ਬੱਚਿਆ ਲਈ ਪੁਸਤਕਾਂ

GOING TO THE DOCTOR
Anne Civardi, illustrated by Stephen Cartwright

WHEN YOUR ELEPHANT HAS THE SNIFFLES
Susanna Leonard Hill, illustrated by Daniel Wisemen

DRAGONS GET COLDS TOO
Rebecca Roan, Charles Santoso ਦੁਆਰਾ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ

ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਪੁਸਤਕਾਂ

TAKING CARE OF YOUR CHILD, NINTH EDITION: A PARENT’S ILLUSTRATED GUIDE TO COMPLETE MEDICAL CARE
Robert H. Pantell, M.D., James F. Fries, M.D., & Donald M.Vickery, M.D.

CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD, 7TH EDITION: BIRTH TO AGE 5
American Academy of Pediatrics/Tanya Altman, M.D., F.A.A.P., & David L. Hill, M.D., F.A.A.P.

ਸੰਗਠਨ

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION
(800) 232-4636 or www.cdc.gov

NATIONAL RESOURCE CENTER FOR HEALTH AND SAFETY IN CHILD CARE AND EARLY EDUCATION (888) 227-5125 or https://nrckids.org

★ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਬੀਮਾਰੀਆਂ	★ ਸੰਭਾਵਿਤ ਲੱਛਣ	★ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਿਤ ਕਾਰਨ
ਚਿਕਸ ਪੌਕਸ (ਚੇਚਕ)	ਬੁਖ਼ਾਰ, ਥਕਾਵਟ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ, ਸਿਰਦਰਦ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਧੱਫੜ, ਜੋ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖਾਰਸ਼, ਤਰਲ-ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਭਰੇ ਛਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ	ਵਾਇਰਸ, ਜ਼ਖਮਾਂ, ਗਲੇ ਦੇ ਦ੍ਰਵ (ਲਾਰ ਜਾਂ ਥੁੱਕ) ਤੋਂ ਤਰਲ-ਪਦਾਰਥ, ਜਾਂ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਰਾਹੀਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਵਾ ਦੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ	ਵਗਦਾ ਜਾਂ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਨੱਕ, ਛਿੱਕਾਂ ਆਉਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਖੰਘ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਦਸਤ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ	ਵਾਇਰਸ, ਦੂਸ਼ਿਤ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਂ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਤੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਕੰਨਜੰਕਟਿਵਾਇਟਿਸ (ਅੱਖਾਂ ਦੁਖਣੀਆਂ) (ਗੁਲਾਬੀ ਅੱਖ)	ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਸਫੈਦ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਗੁਲਾਬੀ ਜਾਂ ਲਾਲ ਰੰਗ, ਅੱਖ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਲਕਾਂ ਦੀ ਸੋਜ, ਡਿਸਚਾਰਜ (ਪਪਸ ਜਾਂ ਬਲਗ਼ਮ), ਛਾਲੇ, ਖਾਰਸ਼, ਜਲਣ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜਲਣ	ਐਲਰਜੀ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ, ਜਾਂ ਜਲਣ
ਖੰਘ		ਐਲਰਜੀ, ਦਮਾ, ਵਾਇਰਸ, ਜਾਂ ਜਲਣ
ਦਸਤ	ਵਾਰ-ਵਾਰ ਨਰਮ ਜਾਂ ਢਿੱਲਾ ਮਲ-ਤਿਆਗ (ਟੱਟੀ), ਸੋਜਸ਼, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਬੁਖ਼ਾਰ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਕੜਵੱਲ	ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ, ਜਾਂ ਪਰਜੀਵੀ
ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)	ਬੁਖ਼ਾਰ, ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ, ਖੰਘ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਵਗਦਾ ਜਾਂ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਨੱਕ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ (ਥਕਾਵਟ), ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦਸਤ	ਵਾਇਰਸ, ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਖੰਘ, ਛਿੱਕ, ਜਾਂ ਗੱਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਹਨ
ਇਮਪੇਟੀਗੋ	ਲਾਲ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਛਾਲੇ (ਨੱਕ, ਮੂੰਹ, ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਆਮ), ਤਰਲ-ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੋਏ ਛਾਲੇ, ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਛਾਲੇ ਜਾਂ ਸੁਨਹਿਰੀ ਰੰਗ ਦੀ ਪੇਪੜੀ ਨਾਲ ਢੱਕੇ ਹੋਏ ਦਾਣੇ	ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਅਕਸਰ ਕੱਟਣ, ਕੀੜੇ ਦੇ ਕੱਟਣ, ਜਾਂ ਜਲਣ ਤੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਦੇ ਤਰਲ-ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ	ਖਾਰਸ਼, ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਜ਼ਖਮ, ਖੋਪੜੀ ਜਾਂ ਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜੂਆਂ (ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਕੀੜੇ), ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਫ਼ਟ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜੂਆਂ (ਜੂਆਂ ਦੇ ਅੰਡੇ)	ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਆਹਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕੰਘੇ, ਬੁਰਸ਼, ਕੱਪੜੇ, ਜਾਂ ਬਿਸਤਰੇ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਮੇਨਿਨਜਾਈਟਿਸ	ਗੰਭੀਰ ਸਿਰਦਰਦ, ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਭੁੱਖ ਜਾਂ ਪਿਆਸ ਵਿੱਚ ਕਮੀ, ਦਿਲ ਘਬਰਾਉਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ, ਸੁਸਤੀ, ਗਰਦਨ ਅਤੇ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਅਕੜਾਅ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ	ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਾਇਰਸ
ਓਟਾਇਟਿਸ ਮੀਡੀਆ (ਕੰਨ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ)	ਕੰਨ ਦਾ ਦਰਦ, ਬੁਖ਼ਾਰ, ਸਿਰਦਰਦ, ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣਾ ਜਾਂ ਰਗੜਨਾ, ਕੰਨ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਸੋਜ, ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਸੰਤੁਲਨ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਨਿਕਲਣਾ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ	ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ, ਅਕਸਰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੋਣਾ, ਜਾਂ ਐਲਰਜੀ
ਪਿੰਨਵਰਮ	ਗੁਦਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਜਲਣ ਅਤੇ ਖਾਰਸ਼; ਗੁਦਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ, ਚਿੱਟੇ ਕੀੜੇ	ਪਰਜੀਵੀ, ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਲਿਜਾਏ ਗਏ ਸੂਖ਼ਮ ਅੰਡੇ ਦੁਆਰਾ, ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਸਤ੍ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈੱਡ ਲਿਨਨ, ਕੱਪੜੇ, ਭੋਜਨ, ਖਿਡੌਣੇ ਅਤੇ ਸੈਂਡਬੌਕਸ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ
ਰਿੰਗਵਰਮ	ਚਮੜੀ 'ਤੇ: ਉੱਭਰੇ ਹੋਏ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲਾਲ ਜਾਂ ਗਾੜ੍ਹੇ ਸਕੇਲਿੰਗ ਗੋਲਾਕਾਰ ਧੱਬੇ; ਖੋਪੜੀ 'ਤੇ: ਲਾਲ, ਟੁੱਟੇ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੋਪੜੀ ਦੀ ਸਕੇਲਿੰਗ ਜਾਂ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਝੜਨ ਨਾਲ ਧੱਬੇ	ਉੱਲੀ ਜਾਂ ਉੱਲੀ ਦੀ ਲਾਗ, ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦੀ ਹੈ; ਦੂਸ਼ਿਤ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਪੜੇ, ਬਿਸਤਰਾ, ਜਾਂ ਤੌਲੀਏ
ਰੋਜ਼ੀਓਲਾ	ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਦਾਣੇ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ, ਹਲਕੇ ਦਸਤ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ, ਸੁੱਜੀਆਂ ਪਲਕਾਂ	ਮਨੁੱਖੀ ਹਰਪੀਜ਼ (ਦਾਦ) ਵਾਇਰਸ 6 ਜਾਂ 7, ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖੰਘ, ਛਿੱਕ, ਜਾਂ ਗਲੇ ਦੇ ਦ੍ਰਵ (ਲਾਰ) ਤੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਸੀਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ (RSV)	ਖੰਘ, ਜੋ ਘਰਘਰਾਹਟ ਤੱਕ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ, ਵਗਦਾ ਨੱਕ, ਐਪਨੀਆ (ਸਾਹ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਰੁਕਣਾ)	ਵਾਇਰਸ, ਵਾਇਰਸ, ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖੰਘ, ਛਿੱਕ, ਜਾਂ ਗਲੇ ਦੇ ਦ੍ਰਵ (ਲਾਰ) ਤੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
ਖਾਰਸ਼	ਤੀਬਰ ਖਾਰਸ਼, ਲਾਲ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਛਾਲੇ, ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਗੁੱਟ ਦੇ ਨੇੜੇ, ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕਮਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ	ਮਾਇਟਸ (ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪਿਕ ਬੱਗ), ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ, ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕੱਪੜੇ, ਬਿਸਤਰੇ, ਜਾਂ ਤੌਲੀਏ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦੇ ਹਨ
ਸਟਰੈਪਟੋਕੋਕਲ ਫੈਰੇਨਜਾਈਟਿਸ (ਖਰਾਬ ਗਲਾ)	ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਬੁਖ਼ਾਰ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਟੌਨਸਿਲ, ਦਰਦਨਾਕ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਦੀਆਂ ਸੁੱਜੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਪੇਟ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਆਮ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦਿਲ ਘਬਰਾਉਣਾ	ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖੰਘ, ਛਿੱਕ ਤੋਂ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ, ਜਾਂ ਜ਼ਖਮਾਂ ਤੋਂ ਤਰਲ-ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।