



ਸਧਾਰਨ ਜੁਕਾਮ ਲਈ ਕੁਝ ਪਹਿਲੀ ਰੇਖਾ ਦਵਾਈਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਲੱਛਣ	ਦਵਾ
- ਖੁਸ਼ਕ, ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਚਾਨਕ ਹਮਲਾ - ਨਿੱਛਾਂ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵੱਗਣਾ - ਬੇਚੈਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਥਕਾਵਟ - ਪਿਆਸ ਵੱਧ ਲੱਗਣਾ	ਐਕੋਨਿਟਮ ਨੈਪਲਸ 30
- ਜੁਕਾਮ ਦੇ ਹਿੰਸਕ ਹਮਲੇ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ - ਤੇਜ਼ ਨਬਜ਼ ਚਲਣ, ਸਿਰ ਪੀੜ ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ - ਦੁਖਦਾ ਗਲਾ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵੱਗਣਾ	ਬੈਲਾਡੋਨਾ 30
- ਸਰਦੀ ਵਿੱਚ ਜੁਕਾਮ ਦਾ ਹਮਲਾ - ਨੱਕ 'ਚੋਂ ਪਤਲੀ, ਪਾਣੀ ਵਰਗੀ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਨਿਕਾਸੀ - ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਨੱਕ - ਲਗਾਤਾਰ ਨਿੱਛਾਂ ਆਉਣਾ - ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਆਸ ਲੱਗਣਾ ਪਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ - ਗਰਮ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੇਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ	ਆਰਸੈਨਿਕ ਐਲਬਮ 30

ਪਰਚੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।



ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਵੇਲੇ ਆਮ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

- ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਦਰਸ਼ਾਈਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਦੋਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਰੋਗੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹੋਣ।
- ਦਵਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ - ਹਰ 3 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਕਾਰ 40 ਦੀਆਂ 3 ਗੋਲੀਆਂ ਨਿਰੀਆਂ ਜੁਬਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਜਾਂ ਸਾਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ।
- ਮੂੰਹ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਦਵਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਲੈਣ 'ਤੇ ਤਰਜੀਹ ਦਿਓ।
- ਜੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦਵਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਰੋਗੀ ਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਹਾਲਤ ਬਹੁਤ ਮਾੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਰੀਬੀ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ, ਮੈਂਥੋਲ (ਪੂਦਨੇ ਦਾ ਸੱਤ) ਜਿਹੇ ਵਧੇਰੇ ਸੁਗੰਧਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਠੰਡੀ, ਖੁਸ਼ਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
ਡਾ. ਆਰ.ਕੇ. ਨਚੰਦਾ, ਆਈਐਸਐਮ ਅਤੇ (ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ) ਦੇ ਉੱਪ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ (ਐਚ) ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਚਾਲਕ (ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਵਿੰਗ)
ਸੀਐਸਸੀ-ਤੀਜਾ, ਪਹਿਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਬੀ-ਬਲਾਕ, ਪ੍ਰੀਤ ਵਿਹਾਰ, ਦਿੱਲੀ - 110092
ਟੈਲੀਫੋਨ: 2240019/20/22 ਟੈਲੀ-ਫੈਕਸ: 22440021
ਈਮੇਲ: ddhom.delhi@nic.in
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.delhihomeo.com www.homeo.delhigovt.nic.in



ਮਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ
ਲਈ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ
'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਭਿਆਨ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ
ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਧਾਰਨ ਜੁਕਾਮ ਲਈ.



ਆਯੁਰਵੇਦ, ਯੋਗ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਚਿਕਿਤਸਾ, ਯੂਨਾਨੀ, ਸਿੱਧ ਅਤੇ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ (ਏਵਾਈਯੂਐਸਐਚ) ਵਿਭਾਗ
ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲਾ
ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ



ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਵਿੱਚ
ਸੇਧ ਲਈ ਕੇਂਦਰੀ ਕੌਂਸਲ
(ਏਵਾਈਯੂਐਸਐਚ ਵਿਭਾਗ ਦਾ
ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਸੰਗਠਨ,
ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲਾ)

