



एंडोमेट्रियोसिस

एंडोमेट्रियोसिस क्या है?

एंडोमेट्रियोसिस एक ऐसी स्थिति है जहां गर्भाशय की रेखा के समान कोशिकाएं शरीर के अन्य हिस्सों, मुख्य रूप से श्रोणि और प्रजनन अंगों में पाई जाती हैं। यह स्थिति विभिन्न लक्षणों का कारण बन सकती है और यह आपकी प्रजनन क्षमता को प्रभावित कर सकती है। अधिकांश लोगों को जब स्वास्थ्य क्लिनिक के लिए प्रारंभिक रेफरल मिलता है और एंडोमेट्रियोसिस में विशेषज्ञ प्रशिक्षण प्राप्त चिकित्सा टीम से देखभाल मिलती है, तो अच्छे दीर्घकालिक परिणाम दिखने को मिलते हैं।

लक्षण

एंडोमेट्रियोसिस का प्रभाव हर किसी पर अलग तरह से पड़ता है। दर्द एक सामान्य लक्षण है। लक्षणों की गंभीरता अक्सर बीमारी की सीमा के बजाय एंडोमेट्रियोसिस के स्थान से संबंधित होती है। लक्षणों में निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं:

- दर्दनाक मासिक धर्म
- दर्दनाक सेक्स
- पेट, पीठ के निचले हिस्से और पेल्विक में दर्द
- ओव्यूलेशन के दौरान दर्द।

आपको यह भी अनुभव हो सकता है:

- मूत्राशय और आंत्र की समस्याएं
- सूजन
- थकान
- चिंता और अवसाद।

कारण

एंडोमेट्रियोसिस का सटीक कारण अज्ञात है। कुछ कारक इस स्थिति के विकसित होने की संभावना को बढ़ा सकते हैं। उदाहरण के लिए, जिन लोगों के किसी करीबी रिश्तेदार (जैसे मां या बहन) को एंडोमेट्रियोसिस है, उनमें इस स्थिति के विकसित होने की संभावना सात से 10 गुना अधिक होती है।

निदान

एंडोमेट्रियोसिस का निदान पाने में समय लग सकता है। निदान पाने का औसत समय सात वर्ष है। ऐसा इसलिए है क्योंकि लोगों में अलग-अलग लक्षण होते हैं और समय के साथ लक्षण बदल सकते हैं। साथ ही, मासिक धर्म के दर्द को अक्सर 'सामान्य' मान लिया जाता है।

आपके लक्षणों, चिकित्सा इतिहास और परीक्षण परिणामों की गहन समीक्षा से आपके शीघ्र निदान की संभावना में सुधार होगा।

एंडोमेट्रियोसिस का निदान विभिन्न तरीकों से किया जा सकता है:

- लैप्रोस्कोपी - कीहोल सर्जरी (पेट के माध्यम से) सामान्य एनेस्थेटिक के तहत की जाती है। लैप्रोस्कोपी यह पुष्टि करने का एकमात्र तरीका है कि एंडोमेट्रियल टिश्यू (ऊतक) मौजूद है।
- अल्ट्रासाउंड - विशेषज्ञ प्रशिक्षण वाले डॉक्टर एंडोमेट्रियोसिस का 'कार्यशील निदान' करने के लिए अल्ट्रासाउंड का उपयोग कर सकते हैं। निष्कर्षों के आधार पर, आपको सर्जरी की आवश्यकता हो भी सकती है और नहीं भी।
- मैग्नेटिक रेसोनेंस इमेजिंग (MRI) - भविष्य में, MRI का उपयोग एंडोमेट्रियोसिस के निदान में मदद के लिए किया जा सकता है। यह उन लोगों के लिए एक अच्छा विकल्प हो सकता है जो विशेषज्ञ अल्ट्रासाउंड स्कैन तक नहीं पहुंच सकते हैं या जो सर्जरी से बचना चाहते हैं।

एंडोमेट्रियोसिस के चरण

एंडोमेट्रियोसिस को चरण एक (न्यूनतम), चरण दो (हल्का), चरण तीन (मध्यम) या चरण चार (गंभीर) के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है। चरण सर्जरी के दौरान देखे गए एंडोमेट्रियल ऊतक के स्थान, विस्तार और गहराई पर आधारित होते हैं।

उपचार एवं प्रबंधन

अधिकांश महिलाओं को जब महिला स्वास्थ्य क्लिनिक के लिए प्रारंभिक रेफरल मिलता है और एंडोमेट्रियोसिस में विशेषज्ञ प्रशिक्षण प्राप्त चिकित्सा टीम से देखभाल मिलती है, तो अच्छे दीर्घकालिक परिणाम दिखाई देते हैं। उदाहरण के लिए, डॉक्टर, स्त्री रोग विशेषज्ञ, एडवांस लैप्रोस्कोपी कौशल प्राप्त सर्जन और पेल्विक फ्लोर फिजियोथेरेपिस्ट।

उपचार में दर्द निवारक दवाएं, हार्मोन थेरेपी, गैर-हार्मोन उपचार, गैर-दवा उपचार, सर्जरी और संयुक्त उपचार शामिल हो सकते हैं।

अपने डॉक्टर या विशेषज्ञों से अपने लिए बेहतरीन उपचार के बारे में पूछें।

प्रजनन क्षमता और गर्भावस्था

एंडोमेट्रियोसिस आपकी प्रजनन क्षमता को प्रभावित कर सकता है, हालांकि कई महिलाएं बिना चिकित्सीय सहायता के गर्भवती हो जाएंगी। गर्भावस्था की योजना के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।

एंडोमेट्रियोसिस के साथ जीना

एंडोमेट्रियोसिस आपके शारीरिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण को प्रभावित कर सकता है। इसका असर आपके रिश्तों और यौन इच्छा पर भी पड़ सकता है। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि आप अकेली नहीं हैं। एंडोमेट्रियोसिस के बारे में और इस बारे में बात करना मुश्किल हो सकता है कि यह आपको कैसे प्रभावित करता है। लेकिन जब आपके जीवन में लोग स्थिति को समझते हैं, तो वे आपके उतार-चढ़ाव में बेहतर ढंग से आपका समर्थन करने में सक्षम होते हैं।

अपने डॉक्टर के पास कब जाएँ

मासिक धर्म में गंभीर दर्द होना, जो आपके दैनिक जीवन को प्रभावित करता हो, ठीक या सामान्य नहीं है। यदि आपको लगता है कि आपको एंडोमेट्रियोसिस है, तो जल्द से जल्द अपने डॉक्टर से मिलें, क्योंकि शीघ्र निदान और उपचार से स्थिति की गंभीरता को कम किया जा सकता है।

और अधिक जानकारी, संसाधनों और संदर्भों के लिए

jeanhailes.org.au/health-a-z/

[endometriosis](#) देखें

 **Jean Hailes**
for Women's Health

फ़ोन नंबर: 03 9453 8999

jeanhailes.org.au

महिलाओं के स्वास्थ्य के लिए जीन हेल्स (Jean Hailes)
ऑस्ट्रेलियाई सरकार के समर्थन के लिए आभार व्यक्त करता है।

मई 2023 को अपडेट किया गया

अस्वीकरण: यह जानकारी चिकित्सा सलाह की जगह नहीं लेती है। यदि आप अपने स्वास्थ्य के बारे में चिंतित हैं, तो अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य सेवा टीम से बात करें।

हम विविध पृष्ठभूमि, अनुभव और पहचान वाले लोगों के लिए स्वास्थ्य की जानकारी के बारे में लिखते हैं। हम 'महिला' शब्द का उपयोग करते हैं, लेकिन हम स्वीकार करते हैं कि इस शब्द में वे सभी लोग शामिल नहीं हैं जो हमारी सामग्री का उपयोग कर सकते हैं।

© महिला स्वास्थ्य 2023 के लिए जीन हेल्स