



ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਪਰਤ ਵਰਗੇ ਸੈੱਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੇਡੂ ਅਤੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਲਈ ਛੇਤੀ ਰੈਫ਼ਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਵਾਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਟੀਮ ਤੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਇੱਕ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਅਕਸਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਹੱਦ ਦੀ ਬਜਾਏ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੇ ਸਥਾਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਮਾਹਵਾਰੀ
- ਸੈਕਸ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ
- ਪੇਟ, ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਓਵੂਲੇਸ਼ਨ (ਅੰਡੇਦਾਨੀ ਤੋਂ ਆਂਡਿਆਂ ਦਾ ਛੱਡਿਆ ਜਾਣਾ) ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਅਫ਼ਰੇਵਾਂ
- ਥਕਾਵਟ
- ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਰੋਗ।

ਕਾਰਨ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦਾ ਸਹੀ ਕਾਰਨ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਕਾਰਕ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਂ ਜਾਂ ਭੈਣ) ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ 7 ਤੋਂ 10 ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰੋਗ ਪਛਾਣ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੋਗ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਦਾ ਔਸਤ ਸਮਾਂ ਸੱਤ ਸਾਲ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ, ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਹੋਣ ਨੂੰ ਅਕਸਰ 'ਆਮ' ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸਮੀਖਿਆ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਛੇਤੀ ਰੋਗ ਪਛਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਲੈਪਰੋਸਕੋਪੀ - ਕੀਹੋਲ ਸਰਜਰੀ (ਪੇਟ ਰਾਹੀਂ) ਜਨਰਲ ਅਨੱਥੀਸੀਆ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੈਪਰੋਸਕੋਪੀ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਐਂਡੋਮੈਟਰੀਅਲ ਟਿਸ਼ੂ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।
- ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ - ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੀ 'ਸੰਭਾਵੀ ਰੋਗ ਪਛਾਣ' ਕਰਨ ਲਈ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਖੋਜਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ।
- ਮੈਗਨੈਟਿਕ ਰੈਜ਼ੋਨੈਂਸ ਇਮੇਜਿੰਗ (MRI) - ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ, MRI ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਾਹਰ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਜੋ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੇ ਪੜਾਅ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਨੂੰ ਪੜਾਅ ਇੱਕ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ), ਪੜਾਅ ਦੋ (ਹਲਕੇ), ਪੜਾਅ ਤਿੰਨ (ਦਰਮਿਆਨੀ) ਜਾਂ ਪੜਾਅ ਚਾਰ (ਗੰਭੀਰ) ਵਜੋਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੜਾਅ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਦੇਖੇ ਗਏ ਐਂਡੋਮੈਟਰੀਅਲ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਹੱਦ ਅਤੇ ਡੂੰਘਾਈ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਲਈ ਛੇਤੀ ਰੈਫ਼ਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਸਿਖਲਾਈ ਵਾਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਟੀਮ ਤੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਡਾਕਟਰ, ਗਾਇਨਾਕੋਲੋਜਿਸਟ, ਐਡਵਾਂਸ ਲੈਪਰੋਸਕੋਪੀ ਹੁਨਰ ਵਾਲੇ ਸਰਜਨ ਅਤੇ ਪੇਲਵਿਕ ਫਲੋਰ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ।

ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਦਰਦ-ਰਹਿਤ ਦਵਾਈਆਂ, ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ, ਹਾਰਮੋਨ-ਰਹਿਤ ਇਲਾਜ, ਦਵਾਈਆਂ ਰਹਿਤ ਇਲਾਜ, ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਜਣਨ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਉਣਾ

ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਅਤੇ ਕਾਮੁਕ ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਉਤਰਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਰਦ ਹੋਣਾ ਠੀਕ ਜਾਂ ਆਮ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਛੇਤੀ ਰੋਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਦਰਭਾਂ ਲਈ,

jeanhailes.org.au/health-az/endometriosis
'ਤੇ ਜਾਓ।

 **Jean Hailes**
for Women's Health

ਫੋਨ 03 9453 8999

jeanhailes.org.au

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੀਨ ਹੇਲਸ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ।

ਮਈ 2023 ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਬੇਦਾਅਵਾ: ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਅਸੀਂ ਵਿਭਿੰਨ ਪਿਛੋਕੜ, ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਪਛਾਣਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ 'ਔਰਤਾਂ' ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲਾ ਸ਼ਬਦ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

© ਜੀਨ ਹੇਲਸ ਫਾਰ ਵੂਮੈਨਜ਼ ਹੈਲਥ 2023