Jean Hailes for Women's Health

Endometriosis

# கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி

## கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி (Endometriosis) என்றால் என்ன?

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி என்பது கருப்பையின் உட்புற சுவரில் உள்ளது போன்ற அணுக்கள் உடலின் பிற பகுதிகளில், முக்கியமாக இடுப்பு மற்றும் இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் தென்படும் ஒரு நிலையாகும். இந்த நிலையானது வெவ்வேறு அறிகுறிகளை ஏற்படுத்தும், மேலும் இது உங்கள் கருவுருத்திறனைப் பாதிக்கலாம். ஆரம்ப கட்டத்தில் மருத்துவமனை பரிந்துரை பெற்று மேலும் கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியில் நிபுணத்துவ பயிற்சி பெற்ற மருத்துவக்குழுவிடம் இருந்து பராமரிப்பு பெற்றால் பெரும்பாலானோருக்கு நல்ல பலன்கள் நீண்ட காலத்திற்கு ஏற்படும்.

## அறிகுறிகள்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி ஒவ்வொருவரையும் வெவ்வேறு வகையில் பாதிக்கும். ஒரு பொதுவான அறிகுறி வலி ஆகும். அறிகுறிகளின் தீவிரத்தன்மை என்பது நோயின் அளவை விட கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியின் இருப்பிடத்தைச் சார்ந்து இருக்கும். அறிகுறிகளில் இவை உள்ளடங்கும்:

- வலிமிகுந்த மாதவிடாய்
- வலிமிகுந்த உடலுறவு
- அடிவயிறு, கீழ் முதுகு மற்றும் இடுப்பு வலி
- அண்டவிடுப்பின் போது வலி.

இவையும் கூட ஏற்படலாம்:

- சிறுநீர்ப்பை மற்றும் குடல் பிரச்சனைகள்
- வயிறு உப்புசம்
- சோர்வு
- படபடப்பு மற்றும் மன அழுத்தம்.

## காரணங்கள்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டிக்கான சரியான காரணம் அறியப்படவில்லை. இந்த நிலை உருவாகும் வாய்ப்பை சில காரணிகள் அதிகரிக்கலாம். உதாரணமாக, நெருங்கிய உறவில் (உதாரணமாக தாய் அல்லது சகோதரி) கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இருந்தால், அவர்கள் இந்த நிலையைப் பெறுவதற்கு ஏழு முதல் 10 மடங்கு அதிக வாய்ப்பு உள்ளது.

## நோய் கண்டறிதல்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியைக் கண்டறிய சிறிது காலம் எடுக்கலாம். நோயைக் கண்டறியும் சராசரி காலம் ஏழு ஆண்டுகள். ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு அறிகுறி ஏற்படும் மேலும் அறிகுறிகள் காலப்போக்கில் மாறுபடும் என்பதால் இது நேரிடுகிறது. மேலும், மாதவிடாயின் போது வலி என்பது 'இயல்பானது' என்று ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகிறது.

உங்கள் அறிகுறிகள், மருத்துவ வரலாறு மற்றும் சோதனை முடிவுகளை முழுமையாக சரிபார்த்தல் நோயை முன்பே கண்டறியும் வாய்ப்புகளை அதிகரிக்கும்.

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி வெவ்வேறு வழிகளில் கண்டறியப்படலாம்:

- உடல் அகநோக்கியல் (Laparoscopy) - பொது மயக்க மருந்து செலுத்தி செய்யப்படும் சாவித்துவார அறுவை சிகிச்சை (அடிவயிறு வழியாக). கருப்பை அகப்படல புறவளர் திசு உள்ளது என்பதை உறுதி செய்யும் ஒரே வழி உடல் அகநோக்கியல் ஆகும்.
- புறவொலி (Ultrasound) - கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியைத் தோராயமாக கண்டறிய நிபுணத்துவ பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர்கள் புறவொலியை உபயோகிக்கலாம். உங்கள் கண்டறிதல்களைப் பொறுத்து உங்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம் அல்லது தேவையில்லாமலும் இருக்கலாம்.

- காந்த ஒத்திசை உருவமாக்கம் (MRI) - எதிர்காலத்தில் கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியைக் கண்டறிய MRI பயன்படுத்தப்படலாம். நிபுணர் புறவொளியை அணுக முடியாதவர்கள் அல்லது அறுவை சிகிச்சையைத் தவிர்க்க விரும்புபவர்களுக்கு இது நல்ல தேர்வாக இருக்கலாம்.

## கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியின் படிநிலைகள்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியை நிலை ஒன்று (சிறு), நிலை இரண்டு (இளநிலை), நிலை மூன்று (மத்திமம்) அல்லது நிலை நான்கு (தீவிரம்) என்று வகைப்படுத்தலாம். அறுவை சிகிச்சையின் போது கருப்பை அகப்படலத் திசுக்களின் இருப்பிடம், வளர்ச்சி மற்றும் ஆழத்தைப் பொறுத்து இந்த நிலைகள் வகைப்படுத்தப்படுகின்றன.

## சிகிச்சை மற்றும் மேலாண்மை

ஆரம்ப கட்டத்தில் பெண்கள் சுகாதார மையத்தில் பரிந்துரை பெற்று மேலும் கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியில் நிபுணத்துவ பயிற்சி பெற்ற மருத்துவக்குழுவிடம் இருந்து பராமரிப்பு பெற்ற பெரும்பாலான பெண்களுக்கு நல்ல பலன்கள் நீண்ட காலத்திற்கு ஏற்பட்டுள்ளது. உதாரணமாக, மருத்துவர்கள், பெண்நோய் மருத்துவர்கள், மேம்படுத்தப்பட்ட உடல் அகநோக்கியல் திறன் கொண்ட அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள் மற்றும் கூபகத் தள உடற்பயிற்சியாளர்கள்.

வலிநிவாரண மருந்துகள், ஹார்மோன் சிகிச்சை, ஹார்மோன் அல்லாத சிகிச்சைகள், மருந்தில்லா சிகிச்சைகள், அறுவை சிகிச்சை மற்றும் கலவையான சிகிச்சை முறைகள் ஆகியவை சிகிச்சைமுறையில் உள்ளடங்கும்.

உங்களுக்கான சிறந்த சிகிச்சைமுறை குறித்து உங்கள் மருத்துவர் அல்லது நிபுணரிடம் கேளுங்கள்.

## கருவுறுத்திறன் மற்றும் கர்ப்பம்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி உங்கள் கருவுறுத்தன்மையைப் பாதிக்கலாம், இருந்தாலும் மருத்துவ உதவி ஏதும் இல்லாமல் பல பெண்கள் கர்ப்பமடைகிறார்கள். கர்ப்பகால திட்டமிடல் குறித்து உங்கள் மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

## கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டியுடன் வாழ்தல்

கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி உங்கள் உடல் ஆரோக்கியம் மற்றும் மன நலத்தைப் பாதிக்கலாம். இது உங்கள் உறவுகள் மற்றும் பாலியல் ஆர்வத்தைப் பாதிக்கலாம். நீங்கள் தனியாக இல்லை என்பதை நினைவில் கொள்வது முக்கியமாகும். கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி பற்றியும் அது உங்களை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைப் பற்றியும் பேசுவது கடினமாக இருக்கலாம். உங்கள் வாழ்வில் உள்ளவர்கள் இந்த நிலை குறித்து புரிந்துகொண்டால், உங்களுடைய ஏற்ற இறக்கங்களில் அவர்களால் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்க முடியும்.

## எப்பொழுது உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும்

உங்கள் அன்றாட வாழ்வைப் பாதிக்கும் வகையில் கடுமையான மாதவிடாய் வலி இருப்பது சரியும் அல்ல இயல்பானதும் அல்ல. உங்கள் கருப்பை அகப்படல புறவளர்க் கட்டி இருப்பதாக உங்களுக்குத் தோன்றினால், கூடிய விரைவில் உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்கவும், ஏனென்றால் முன்கூட்டியே கண்டறிந்து சிகிச்சை பெறும்பொழுது நோயின் தீவிரம் மட்டுப்படும்.

**மேலும் தகவல்கள், ஆதாரங்கள் மற்றும் குறிப்புகளுக்கு இங்கே செல்க**
jeanhailes.org.au/health-a-z/endometriosis

Jean Hailes for Women's Health

தொலைபேசி 03 9453 8999
jeanhailes.org.au

பெண்கள் ஆரோக்கியத்திற்காக Jean Hailes ஆஸ்திரேலிய அரசாங்கத்தின் ஆதரவை நன்றியுடன் ஏற்றுக்கொள்கிறது.

**மே 2023 இல் புதுப்பிக்கப்பட்டது**

பொறுப்புத்துறப்பு: இந்தத் தகவல்கள் மருத்துவ ஆலோசனைக்கு மாற்றானது அல்ல. உங்கள் உடல்நலம் குறித்து நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது சுகாதாரக் குழுவிடம் பேசவும்.

பல்வேறு பின்னணிகள், அனுபவங்கள் மற்றும் அடையாளங்களைக் கொண்டவர்களுக்காக நாங்கள் சுகாதாரத் தகவலை எழுதுகிறோம். நாங்கள் 'பெண்கள்' என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்துகிறோம், ஆனால் இந்தச் சொல் எங்கள் தகவல்களைப் பயன்படுத்தக்கூடிய அனைவரையும் உள்ளடக்கியதல்ல என்பதை ஒப்புக்கொள்கிறோம்.

© பெண்கள் ஆரோக்கியத்திற்காக Jean Hailes 2023