BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

SMARTSEX RESOURCE

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ Epididymitis

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਐਪੀਡਿਡੀਮਿਸ ਵਿੱਚ ਸੋਜਿਸ਼ ਹੋਣੀ। ਐਪੀਡਿਡੀਮਿਸ ਉਹ ਟਿਊਬ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ "ਵਾਸ ਡੈਫਰੈਂਸ" (ਨਲੀ ਜਿੱਥੋਂ ਨਿਕਾਸ ਲਈ ਵੀਰਜ ਅੱਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ) ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਹੋਰ ਵਾਲੀ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦੀ ਲਾਗ (ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈ'ਜ਼) ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਣ ਹੈ।

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਕਸਰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਣ Causes

ਅਕਸਰ ਕਲਾਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਗੋਨੋਰੀਆ ਜਿਹੀਆਂ ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈ'ਜ਼, ਜੋ ਯੋਨ ਜਾਂ ਮੌਖਿਕ ਕਾਮੁਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਫੈਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਯੋਨੀ ਅੰਦਰ ਪਾ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੰਭੋਗ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸਪਰਸ਼ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਮੁਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲਾਗ ਲਗੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ, ਫ਼ਿਰ ਵੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਇਹ ਲਾਗ ਲਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਉਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਰਾਸੀਮ ਜਾਂ ਸੱਟ ਕਾਰਣ ਵੀ ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ Symptoms

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸੋਜਿਸ਼, ਨਪਿਆਂ ਦਰਦ, ਪੀੜ - ਆਮ ਇੱਕੋ ਪਾਸੇ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਨਾਲ਼ੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਰਿਸਾਵ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਨਾਲ਼ੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਸਾਧਾਰਣ, ਦਰਦਨਾਕ, ਖਾਰਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣੀ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਜਲਣ ਜਾਂ ਪੀੜ ਹੋਣੀ
- ਬੁਖ਼ਾਰ

ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਹੋਣਾ ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੰਸੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ Tests and Diagnosis

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜਾਂਚ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੂਈ ਦਾ ਫੈਹਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ ਵਿੱਚ ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ

ਇਲਾਜ Treatment

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ’ਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲੈਣਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਖੁੰਝਾ ਦਿਤੀ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਾਗ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।

ਇਹ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 10 ਦਿਨਾਂ ਤਕ (ਨਿਰੋਧ ਨਾਲ ਵੀ) ਸੰਭੋਗ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਲਾਗ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ Sexual Partners

ਪਿਛਲੇ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈ.’ਜ਼ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਤੇ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸੰਭੋਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੀ ਵਾਰੀ ਸੰਭੋਗ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਉਲਝਣਾਂ Complications

ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਸੋਜਿਸ਼
- ਨਪੁੰਸਕਤਾ (ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜੇ ਦੋਵੇਂ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ)

ਰੋਕਥਾਮ Prevention

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੇਪਾਬੰਦਗੀ ਵਾਲੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਪ੍ਰੇਮ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ (ਐੱਸ.ਟੀ.ਆਈ.’ਜ਼) ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣੀ ਹੈ। ਜੇ ਨਿਰੋਧ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤਾਂ ਇਹ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ – ਨਿਰੋਧ ਦਾ ਸਹੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਹੋਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਸੀਲੇ Resources

SmartSexResource (ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰੀਸੋਰਸ) – ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ ਸੰਬੰਧੀ ਫ਼ਿਕਰ ਜਾਂ ਬੇਚੈਨੀ ਹੈ

https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety

TransCareBC (ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ.ਸੀ.) – ਹਰ ਲਿੰਗ ਲਈ ਹਾਮੀ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਕਾਮੁਕ ਅਤੇ ਪੁਨਰ–ਉਤਪਤੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ

http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth