BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

SMART SEX RESOURCE

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ Pubic Lice

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਜੂਆਂ (ਅਕਸਰ "ਕਰੈਬਜ਼" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਉਹ ਉਪਜੀਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਇਹ ਲੱਤਾਂ, ਕੱਛਾਂ, ਮੁੱਛਾਂ, ਦਾੜ੍ਹੀ, ਭਰਵੱਟਿਆਂ ਜਾਂ ਪਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਜੂਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸ਼ੈਂਪੂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਣ Causes

ਕਾਮੁਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਸਮੇਤ ਨੇੜਲੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸੰਪਰਕ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਿਸਤਰ, ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਤੌਲੀਏ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲੱਛਣ Symptoms

ਖਾਜ ਹੋਣੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹੈ। ਜੂਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦੰਦੀਆਂ ਵੱਢਣ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਨਿੱਕੇ ਦਾਗ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਜੂਆਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਦਾਗ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਨਜ਼ਦੀਕ ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦੀਆਂ ਗੰਢਾਂ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਗੰਢਾਂ ਵੱਡੀਆਂ ਜੂਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਅੰਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ Tests and Diagnosis

ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਡੀਆਂ ਜੂਆਂ ਅਤੇ ਜੂਆਂ ਦੇ ਅੰਡਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਜੂਆਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 1 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੂਆਂ ਨਾਲ਼ੋਂ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਆਂ ਦੇ ਅੰਡੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ Treatment

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਜੂਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸ਼ੈਂਪੂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਵੀ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ੈਂਪੂ ਨੂੰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਾਰੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਬਿਸਤਰੇ ਦੀਆਂ ਚਾਦਰਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ (50 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ) ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਡ੍ਰਾਈ ਕਲੀਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਸ ਨੂੰ ਧੋਇਆ ਜਾਂ ਡ੍ਰਾਈ-ਕਲੀਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਹਵਾਬੰਦ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਸੀਲ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗੱਦੇ ਵੈਕਿਊਮ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ Sexual Partners

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪਲੰਘ, ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਤੌਲੀਏ ਸਾਂਝੇ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।

ਉਲਝਣਾਂ Complications

ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਕਾਰਣ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਜ ਕਰਨ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।

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) 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 ਪਰ ਨਿਰੋਧ ਨਾਲ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੁਕਣਗੀਆਂ ।

ਵਸੀਲੇ Resources

HealthLink BC (ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ) – ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ
https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/pubic-lice

SmartSexResource (ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰੀਸੋਰਸ) – ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਲ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਆਂ ਬਾਰੇ 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