BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

SMARTSEX RESOURCE

ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ Urethritis

ਯੁਰੇਥਰਾ (ਮੂਤਰ-ਮਾਰਗ) ਮਸਾਨੇ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕੱਢਣ ਵਾਲੀ ਨਲ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਲ਼ੀ ਦੀ ਸੋਜਿਸ਼ ਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਹੋਣ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕਾਰਣ ਹਨ ਪਰ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਲਗਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ.) ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੈ।

ਜੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਹੋਣ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਗੌਨੋਰੀਆ (ਸੁਜਾਕ) ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨੌਨ-ਗੌਨੋਕੌਕਲ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ (ਐੱਨ ਜੀ ਯੂ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਪਰ ਤਕਲੀਫ਼ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਣ Causes

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਕਲਾਮੀਡੀਆ, ਗੌਨੋਰੀਆ, ਹਰਪੀਜ਼ ਸਿੰਪਲੈਕਸ ਵਾਇਰਸ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਈਕੋਮੋਨਾਸ ਜਿਹੇ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਂ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ) ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਯੋਨੀ, ਮੌਖਿਕ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਰਾਹੀਂ ਕਾਮੁਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗ 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 ਵੀ ਲਾਗ ਲਗੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ, ਫ਼ਿਰ ਵੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਇਹ ਲਾਗ ਲਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਰਾਸੀਮ ਜਾਂ ਯੂਰੈਥਰਾ (ਮੂਤਰ-ਮਾਰਗ) ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿਸੇ ਝਟਕੇ ਕਾਰਣ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ Symptoms

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਦਰਦ
- ਤੁਹਾਡੇ ਮੂਤਰ ਮਾਰਗ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਰਿਸਾਵ
- ਮੂਤਰ ਮਾਰਗ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਜੀਬ, ਦਰਦਨਾਕ ਅਹਿਸਾਸ

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ Tests and Diagnosis

ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਜਾਂ ਰੂਈ ਦੇ ਫੈਹੇ ਨਾਲ ਸੈਂਪਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਹੋਣ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ Treatment

ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ 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 ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਖੁੰਝਾ ਦਿਓ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਾਗ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਵਾਪਸ ਜਾਓ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤਕ (ਨਿਰੋਧ ਪਾ ਕੇ ਵੀ) ਸੰਭੋਗ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਲਾਗ ਲਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵੀ 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 ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਤੇ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸੰਭੋਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੀ ਵਾਰੀ ਸੰਭੋਗ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਆਪਣੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦ ਜਾਂ ਗੁਮਨਾਮ ਰਹਿ ਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਸਹੀ ਹੈ।

ਉਲਝਣਾਂ Complications

ਜੇ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਛੇਤੀ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਕਾਰਣ ਗੰਭੀਰ ਉਲਝਣਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਐਪੀਡਿਡੀਮਾਈਟਿਸ (ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀਰਜ ਨਿਕਾਸ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲੀ ਨਲ਼ੀ ਦੀ ਸੋਜਿਸ਼)
- ਨਪੁੰਸਕਤਾ
- ਰੀਐਕਟਿਵ ਆਰਥਰਾਇਟਿਸ (ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਗਠੀਆ)

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 – ਨਿਰੋਧ ਦਾ ਸਹੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਲਗਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਸੀਲੇ Resources

HealthLink BC (ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ) – ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ

https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/urethritis

SmartSexResource (ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰੀਸੋਰਸ) – ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਾਇਟਿਸ 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