BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

SMARTSEX RESOURCE

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ Vaginitis

ਯੋਨੀ ਜਾਂ ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸੋਜਿਸ਼ ਨੂੰ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਲਾਗ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ) ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰਨਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਐਟ੍ਰੌਫ਼ਿਕ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ (ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ) ਅਤੇ ਵੁਲਵੋਡਾਇਨਿਆ (ਯੋਨੀ ਦੁਆਰ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲੇ ਦਰਦ)।

ਐਟ੍ਰੌਫ਼ਿਕ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਟਿਸ਼ੂ ਹਲਕੇ ਪੈਣ ਕਾਰਣ ਅਤੇ ਯੋਨੀ ਦੇ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ ਕਾਰਣ ਯੋਨੀ/ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋਣੀ। ਮੈਨੋਪਾਜ਼ (ਮਾਹਵਾਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣੀ) ਦੌਰਾਨ ਅਜਿਹਾ ਅਕਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਨਾਂ ਦਾ ਹਾਰਮੋਨ ਘੱਟ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਵੁਲਵੋਡਾਇਨਿਆ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਕੋਈ ਵਜ੍ਹਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਦਰਦ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਵੁਲਵਾ (ਯੋਨੀ ਦੁਆਰ)/ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲਾਗ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਠੀਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਾਰਣ Causes

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਯੀਸਟ (ਖਮੀਰ), ਜਰਾਸੀਮ ਤੋਂ ਵੈਜੀਨੌਸਿਸ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਕੋਮੋਨਿਐਸਿਸ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਹੋਰਨਾਂ ਜਰਾਸੀਮਾਂ, ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੈਮੀਕਲਾਂ ਤੋਂ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਡੂਸ਼ (ਯੋਨੀ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ) ਜਾਂ ਯੋਨੀ ਦੀਆਂ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਕਾਰਣ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ Symptoms

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਮੌਜੂਦ ਹਨ:

- ਯੋਨੀ/ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਾਂ ਖਾਰਿਸ਼
- ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਆਲ਼ੇ-ਦੁਆਲੇ ਲਾਲੀ, ਦਰਦ ਅਤੇ ਸੋਜਿਸ਼
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਰਿਸਾਵ
- ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਮੁਸ਼ਕ
- ਸੰਭੋਗ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਹੋਣਾ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਦਰਦ

*ਨੋਟ: ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ Tests and Diagnosis

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੇ ਟੈਸਟ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਰੂਈ ਦੇ ਫੈਹੇ ਨਾਲ ਲਏ ਸੈਂਪਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਲਾਜ Treatment

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਇਸ ਗੱਲ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਹੋਣ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਕੀ ਹੈ। ਜੇ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਕਿਸੇ ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ (ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਲਗਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ) ਕਰਕੇ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਜਾਂ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਟੌਫ਼ਿਕ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਡਾਕਟਰੀ ਤਜਵੀਜ਼ ’ਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਕ੍ਰੀਮਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ Sexual Partners

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

ਰੋਕਥਾਮ Prevention

ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਅਨੇਕਾਂ ਕਾਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਲਈ ਗੰਧ-ਰਹਿਤ ਸਾਬਣ ਵਰਤੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਬਣ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾ ਕਰੋ
- ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਲਈ ਤੇਜ਼ ਸਾਬਣ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਵਾਰੀ ਧੋਵੋ
- ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਸੂਤੀ ਕੱਛੀ ਪਹਿਨੋ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ਡੂਸ਼ਿੰਗ (ਯੋਨੀ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਧੋਣ ਲਈ), ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਲਈ ਡਿਓਡੋਰੈਂਟ ਸਪ੍ਰੇ ਅਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਪੈਡਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ਗੰਧ-ਰਹਿਤ, ਗਲਿਸਰਿਨ-ਰਹਿਤ ਲਿਊਬ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ

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 ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਗ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਸੀਲੇ Resources

SmartSexResource (ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰੀਸੋਰਸ) – ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਜੀਨਾਇਟਿਸ 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