

ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਟੂਲ

ਇਹ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਾਰੇ
ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ



ਮੈਂ ਇਸ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਇਸ ਸੂਚੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਆਪਣਾ ਪੂਰਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ। ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਬਣਾ ਦੇਣਗੇ। ਇਹ ਸਵਾਲ ਇਹ ਮਾਪਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ (ਓ.ਏ.ਬੀ.) ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਜਿੰਨਾ ਵਧੀਆ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਹ ਓਨੀ ਹੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ	ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ	ਕਦੇ-ਕਦੇ	ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਵਾਰ	ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਤਿੰਨ ਵਾਰ	ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਅੱਧੀ ਵਾਰ	ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ	ਸਕੋਰ	
1. ਕਾਹਲ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਗੰਭੀਰ, ਅਚਾਨਕ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਥਰੂਮ ਨਾ ਜਾ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਵੇਗਾ?	0	1	2	3	4	5		
2. ਕਾਹਲ ਅਸੰਜਮਤਾ - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਜਾਣ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਕਸਰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? (ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਪੈਡ/ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ)	0	1	2	3	4	5		
	ਕੋਈ ਨਹੀਂ	ਬੁੱਧਾ	1 ਛੋਟਾ ਚੱਮਚ	1 ਵੱਡਾ ਚੱਮਚ	¼ ਕੱਪ	ਪੂਰਾ ਬਲੈਡਰ		
3. ਨਿਰਵਿਘਨਤਾ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿੰਨਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ? (ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਪੈਡ/ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ)	0	1	2	3	4	5		
	1-6 ਵਾਰ	7-8 ਵਾਰ	9-10 ਵਾਰ	11-12 ਵਾਰ	13-14 ਵਾਰ	15 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ		
4. ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ - ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਹੋ?	0	1	2	3	4	5		
	ਕੋਈ ਨਹੀਂ	1 ਵਾਰ	2 ਵਾਰ	3 ਵਾਰ	4 ਵਾਰ	5 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ		
5. ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਉੱਠਣਾ - ਸੌਣ ਜਾਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਣ ਤੱਕ ਰਾਤ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਉੱਠਦੇ ਹੋ?	0	1	2	3	4	5		
ਕੁੱਲ ਲੱਛਣ ਸਕੋਰ							ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਸਕੋਰ ਜੋੜੋ 1+2+3+4+5 =	<input type="text"/>

*ਜੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੋਰ 0 ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਨਹੀਂ ਹੈ।

0 = ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ
5 = ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ

ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਟੂਲ

ਇਹ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ

ਉਸ ਉੱਤਰ 'ਤੇ ਗੋਲ ਚੱਕਰ ਲਗਾਓ ਜੋ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:	ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ					ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
	0	1	2	3	4	5
1b. ਕਾਹਲ - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਗੰਭੀਰ, ਅਚਾਨਕ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਥਰੂਮ ਨਾ ਜਾ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਵੇਗਾ?	0	1	2	3	4	5
2b. ਕਾਹਲ ਅਸੰਜਮਤਾ - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਣਾ?	0	1	2	3	4	5
3b. ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ - ਅਕਸਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨਾ	0	1	2	3	4	5
4b. ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਉੱਠਣਾ?	0	1	2	3	4	5
5b. ਸੰਪੂਰਨ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ - ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬਾਕੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਿਤਾਉਣੀ ਪਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇਗਾ?	0	1	2	3	4	5
6b. ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਦਲਿਆ ਹੈ? - ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ (ਕਾਹਲ, ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਣਾ, ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਉੱਠਣਾ) ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਦਲਿਆ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ: (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜੋ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ) <input type="radio"/> ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫਰ ਕਰਨ, ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਜਾਣ, ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਲੋਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦਿੰਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਕੰਮ 'ਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ? <input type="radio"/> ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਹੈ:	0	1	2	3	4	5

“ਸਮੱਸਿਆ” ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ (1, 2, 3, 4, 5, 6) ਦਾ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਕੋਰ ਕਰੋ।
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਨਾ ਜੋੜੋ।

ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਵੀ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਉਪਲੱਬਧ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਕੋਰ ਕਰਾਂ?

“ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ” (1 ਤੋਂ 5) ਲਈ:

0 (ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ) ਤੋਂ 25 (ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ) ਤੱਕ ਸਕੋਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ $1 + 2 + 3 + 4 + 5$ ਨੂੰ ਜੋੜੋ।

“ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ” ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ (1, 2, 3, 4, 5, 6) ਲਈ:

“ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ” ਸਕੋਰਜ਼ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਨਾ ਜੋੜੋ। ਹਰੇਕ “ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ” ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਕੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਮੇਰੇ ਕੁੱਲ “ਲੱਛਣ” ਸਕੋਰ ਦਾ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੈ:

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1-5 ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੋਰ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣ ਓਨੇ ਹੀ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੋਰ 0 ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਤੀਬਰ ਅਚਾਨਕ ਜ਼ਰੂਰਤ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਦਾ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੈ। “ਲੱਛਣ” ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਹੜੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹਨ।

ਮੇਰੇ “ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ” ਨਤੀਜਿਆਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੈ:

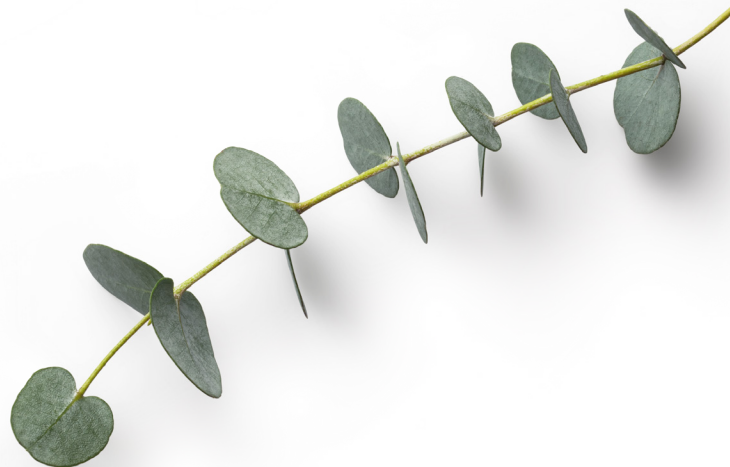
ਇਸ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1, 2, 3, 4, 5, ਅਤੇ 6 ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਵੇਖਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸਹੀ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਸ ‘ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। (ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਲਈ, ਕੀ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਿੱਕ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਸਰਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ?) ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੇ ਉਹ ਵਿਕਲਪ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ UrologyHealth.org/FindAUrologist ‘ਤੇ ਜਾਓ। ਉਹ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਹੈ, “ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ” ਵਜੋਂ “ਅਸੰਜਮਤ” ਨੂੰ ਚੁਣੋ।



ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਟੂਲ

ਇਹ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਾਰੇ
ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ

ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ

ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਉੱਘੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ - ਅਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਕ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਰੱਖ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਮਰੀਕੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ, UrologyHealth.org/UrologicConditions 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਡਾਕਟਰ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ UrologyHealth.org/FindAUrologist 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਬੇਦਾਵਾ:

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਵੈ-ਨਿਦਾਨ ਲਈ ਇੱਕ ਟੂਲ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਦਵਾਈਆਂ ਸਮੇਤ, ਕੋਈ ਵੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਅਤੇ ਹੋਰ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਛਪੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਲਈ, UrologyHealth.org/Order 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 800-828-7866 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।



ਇਹ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਹੈ।
ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ItsTimeToTalkAboutOAB.org

 **astellas** ਮਰੀਜ਼ ਸਰੋਤ ਇਸ ਦੇ ਉਦਾਰਸ਼ੀਲ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹੈੱਡ ਕੁਆਰਟਰ: 1000 ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਬੁਲੇਵਾਰਡ, ਲਿਨਬਿਕਮ, ਐਮ.ਡੀ. 21090

ਫੋਨ: 410-689-3990 • ਫੈਕਸ: 410-689-3878 • 1-800-828-7866 • info@UrologyCareFoundation.org • www.UrologyHealth.org

© 2018 Urology Care Foundation, Inc.
BladderControl-OABAssessmentTool-FS-2018-Punjabi



Urology Care
FOUNDATION™
The Official Foundation of the
American Urological Association