

ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਸ਼ਟਾ (ਸਟ੍ਰੈਂਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੇਸ਼ਨ (ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ.): ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਗਾਈਡ



*Urology
Care*
FOUNDATION™

Powered by trusted experts of the
 American
Urological
Association

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੁਚੀ

ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ (ਸਟ੍ਰੈਂਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਸ) ਮਾਹਿਰ ਪੈਨਲ	. 2
ਟ੍ਰੈਸੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ	3
ਜਾਣ-ਪਛਾਣ: ਬਲੈਡਰ ਦਾ ਕੰਮ	3
ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ	4
ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?	4
ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ (ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ.)?	5
ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?	5
ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਲੱਛਣ	5
ਨਿਦਾਨ ਕਰਵਾਓ	6
ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?	6
ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਓ	6
ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦ	6
ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ	7
ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ	8
ਭਵਿੱਖੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਖਾਮ	8
ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ	8
ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ	10
ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ	[ਪਿਛਲਾ ਕਵਰ]

ਸਟ੍ਰੈਂਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਸ ਮਾਹਿਰ ਪੈਨਲ

ਚੇਅਰਮੈਨ

ਮਾਈਕਲ ਜੇ ਕੈਨਲੀ, ਐਮ.ਡੀ.

ਕੈਰੋਲੀਨਾਸ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਸਿਸਟਮ

ਸ਼ਾਰਲੇਟ, ਐਨ.ਸੀ.

ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ

ਮਾਈਕਲ ਈ. ਅਲਬੋ, ਐਮ.ਡੀ.

ਯੂ.ਸੀ. ਸੈਨ ਡਿਏਗੋ ਹੈਲਥ

ਸੈਨ ਡਿਏਗੋ, ਸੀ.ਏ.

ਹੈਰੀਏਟ ਐਮ. ਸਕਾਰਪੀਰੋ, ਐਮ.ਡੀ.

ਐਸੋਸੀਏਟਿਡ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਆਫ ਨੈਸ਼ਨਲ, ਐਲ.ਐਲ.ਐਸ.

ਨੈਸ਼ਨਲ, ਟੀ.ਐਨ.

ਟ੍ਰੈਸੀ ਸੈਪਲਰ

ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ

ਫਾਈਡੇ ਹਾਰਬਰ, ਡਬਲਿਊ.ਏ.

ਟ੍ਰੈਸੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ



ਟ੍ਰੈਸੀ ਸੈਪਲਰ ਇੱਕ ਰਿਟਾਈਰਡ ਹੋਅਰ ਡੈਸਰ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਜ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਤੀਜੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਿਜ਼ੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਜਨਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਸ ਦਾ ਸਟ੍ਰੈਂਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ.) ਨਾਲ ਨਿਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀ (ਜਿਵੇਂ ਖੰਘਣਾ, ਛਿੱਕਣਾ, ਚੱਲਣਾ) ਬਲੈਂਡਰ 'ਤੇ ਦਬਾਅ (ਤਣਾਅ) ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਟ੍ਰੈਸੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲੀਕ ਨੂੰ ਰੋਕ ਨਹੀਂ ਸਕੀ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਓ.ਬੀ.-ਗਾਈਨਾਕੋਲੋਜਿਸਟ ਕੋਲ ਗਈ। ਟ੍ਰੈਸੀ ਦੇ ਓ.ਬੀ.-ਗਾਈਨਾਕੋਲੋਜਿਸਟ ਨੇ ਵੈਜਾਈਨਲ ਮਿਡ-ਯੂਰੋਪੀਅਰਲ ਸਲਿੰਗ ਅੰਦਰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰਜਰੀ ਕੀਤੀ। ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਸੀ।

ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ, ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਨੇ ਟ੍ਰੈਸੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਟ੍ਰੈਸੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਲਿੰਗ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰੈਸੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, *ਮੈਂ ਬਚਰਾ ਗਈ ਸੀ, ਪਰ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਬੜੀ ਤਸੱਲੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸੀ।* ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕ੍ਰਿਸਮਸ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ। ਪਰ, ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਸਮਾਂ ਇੱਕ ਵਿਆਸਤ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੀ ਪਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਮੰਦਿਅਤ ਘਟਨਾ, ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ ਰਿਕਵਰੀ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਘਟ ਸੀ। ਟ੍ਰੈਸੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਮੇਰੀ ਬਿੱਲੀ ਇੱਕ ਮੇਰੀ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਹੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਹੁੰਚੀ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟਾਂਕਿਆਂ ਦੇ ਫੱਟ ਜਾਣ ਵਾਂਗ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ!” ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਫੇਰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਾਰ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਨਾਲ।

ਟ੍ਰੈਸੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦੀ ਹੈ: “ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮੇਰੀ ਇਹੋ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੋ। “ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮੇਰੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਸਲਿੰਗ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਆਪਣੀ ਬਿੱਲੀ ਨਾਲ ਹੋਈ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਏ ਟ੍ਰੈਸੀ ਮਜ਼ਾਕ ਵਿੱਚ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰਿਕਵਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹਾਂਗੀ।* ਉਹ ਅੱਗੇ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, *ਇੱਕ ਵਧੀਆ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਣੀਏ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਅਤੇ ਬਲੈਂਡਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਸਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰੀਰਕ ਬੈਰੋਪਿਸਟ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ।* ਟ੍ਰੈਸੀ ਦਾ ਕਹਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਸਰਤ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਸੱਚਾਂਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟ੍ਰੈਸੀ ਹੁਣ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ 80% ਸੁਧਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ। “ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ!”

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ: ਬਲੈਂਡਰ ਦਾ ਕੰਮ

ਬਲੈਂਡਰ ਦਾ ਕੰਮ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਧਾਰਨ ਕਰਨਾ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਬਲੈਂਡਰ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਲੀਕ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕੀਤੇ ਉਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਕੂਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦੁਕਾਨ ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਾਰ ਤੇ ਬੈਠਨ ਕੇ ਲੰਬੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਸਰਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਬਰੋਕ ਦੇ ਚੰਗੀ ਫਿਲਮ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤ ਲੋਕ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 6 ਤੋਂ 8 ਵਾਰ ਬਾਬੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਨਹੀਂ)। ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਲੈਂਡਰ ਦੇ ਨਾਲ, ਬਾਬੂਮ ਜਾਣ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਅਸੰਜਮਤਾ ਬਲੈਂਡਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਦਮੀ, ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਬਾਬੂਮ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ ਹੀ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਨਾਲ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਰਾਹਤ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ

ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਮਹਿਲਾ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ

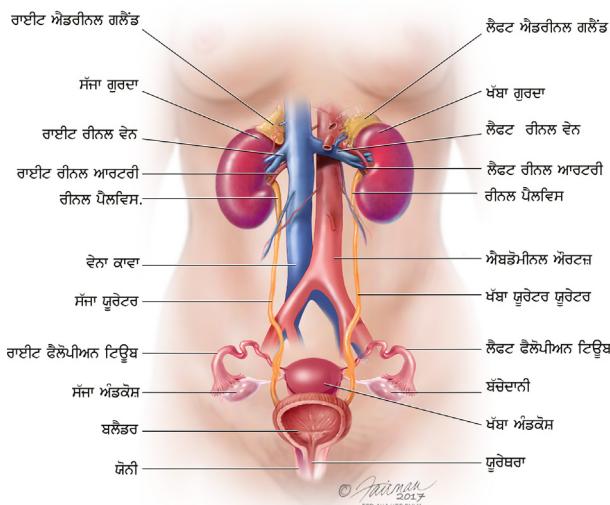


Image © 2017 Fairman Studios, LLC

ਮਰਦ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ

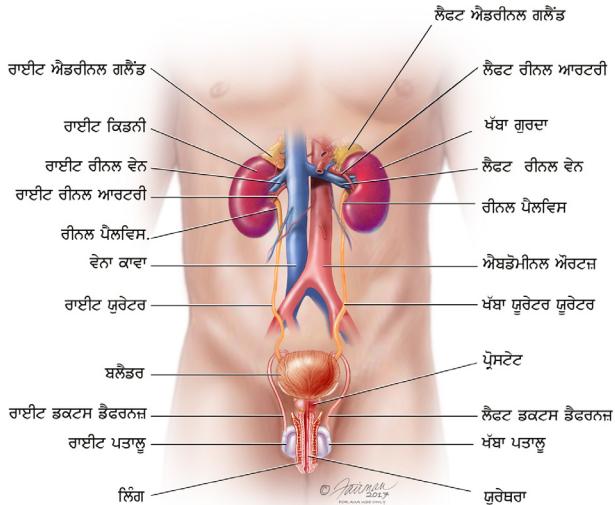


Image © 2017 Fairman Studios, LLC

ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੈਡਰ ਉਹ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ **ਪਿਸ਼ਾਬ** ਦਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਭੰਡਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਇਹ ਲਚਕੀਲੇ ਟਿਸੂ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਲੈਡਰ ਭਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੇ ਰੇਸੇ ਸੁੰਗੜ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯੂਰੇਬਰਾ ਉਹ ਟਿਊਬ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੀ ਹੈ। ਇਹ **ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ** ਨਾਲ ਧਿਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜੋ ਯੂਰੇਬਰਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਲੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਫੇਸ਼ੀਆ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਸਤ੍ਤਾ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪੇਡੂ (ਪੈਲਾਵਿਸ) ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਯੂਰੇਬਰਾ ਨੂੰ ਰੋਕੀ-ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਦਿਮਾਗ ਬਲੈਡਰ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਣ (ਸਕਵੀਜ਼) ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਆਰਾਮ ਦੀ ਸਥਿਤ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਯੂਰੇਬਰਾ ਰਾਹੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਫੇਰ ਬਲੈਡਰ ਖਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਕੀ ਹੈ?

ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਪਿਸ਼ਾਬ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਹੋਣ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ:

- **ਸਟ੍ਰੈਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਟੀਨੈਸ** (ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ.) ਦੇ ਲੱਛਣ
 - ਥੋੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਿਨਾਂ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੇ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਦਾ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੱਘਦੇ, ਛਿੱਕਦੇ ਜਾਂ ਹੱਸਦੇ ਹੋ।
- **ਅਰਜ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਟੀਨੈਸ** (ਯੂ.ਯੂ.ਆਈ.), ਜਾਂ **ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ** (ਓ.ਏ.ਬੀ.):
 - ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਅਚਾਨਕ ਅਤੇ ਅਨਿਯੰਤਰਿਤ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੀਕ ਦਰਮਿਆਨੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
 - ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਅਤੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਸਰੀਰ-ਰਚਨਾ ਸਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਦੀ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਲੈਡਰ ਦੀ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਉਦੋਂ ਵਧਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੇਬਰਾ) ਦਬਾਅ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੱਘਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਛੁਕਦੇ ਹੋ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੇ ਨਾਲ, ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਅਨਿਯੰਤਰਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਕੜਾਹਟ ਆਵੇਗੀ ਅਤੇ ਸੁੰਗੜੇਗਾ, ਬੇਕਾਸ਼ੁ ਹੋ ਕੇ ਨਿਚੁੜ ਜਾਵੇਗਾ।
 - ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਵੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਅਸੰਜਮਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ *ਮਿਕਸਡ ਇਨਕੋਟੀਨੈਸ* (ਮਿਸ਼ਰਤ ਅਸੰਜਮਤਾ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਕੀ ਹੈ?

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਖਰਾ) 'ਤੇ ਅਚਾਨਕ ਦਬਾਅ ਨਾਲ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਖੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਖੇਲ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਹਲਕੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਨਾਲ, ਦਬਾਅ ਅਚਾਨਕ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ, ਛਿੱਕ ਮਾਰਨਾ, ਹੱਸਣਾ ਜਾਂ ਖੰਘਣਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਰਮਿਆਨੀ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਘਟ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੋੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ, ਤੁਹਨਾ ਜਾਂ ਝੁੱਕਣ ਨਾਲ ਵੀ ਲੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਲੀਕ ਹੋ ਰਹੀਆਂ “ਦੁਰਘਟਨਾਵ” ਕੁਝ ਥੁੰਦਾ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੱਪੜੇ ਭਿੱਜ ਜਾਣ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

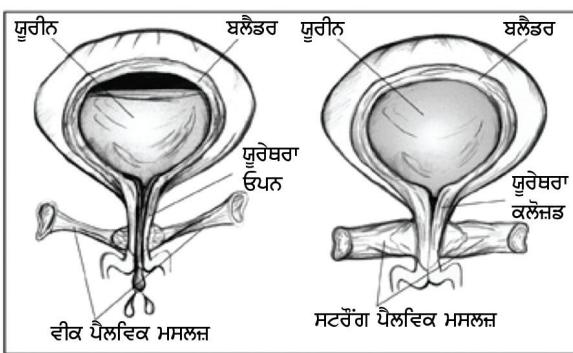
ਤੁਹਾਡੀ ਸੌਰ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਹੈ। ਲਗਭਗ 3 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਔਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅਕਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੱਤ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸੰਜਾਮਤਾ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਕੀਲ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਕੀ ਵੇਖਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਕ ਹਨ:

- ਲਿੰਗ: ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਹੋਣ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਗਰਭਾਵਸਥਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ
- ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਨੱਸਾਂ ਨੂੰ ਚੋਟ ਲੱਗਣਾ
- ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰ (ਪੈਲਾਵਿਕ) ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਦੀ ਸਰਜਰੀ
- ਚਿਰਕਾਲੀ ਖੰਘ
- ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ (ਜੋ ਚਿਰਕਾਲੀ ਖੰਘ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ)
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰ ਹੋਣਾ



ਬਲੈਡਰ ਦੇ ਅਗਲੇ ਪਾਸੇ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾ ਪੇਂਡੂ (ਪੈਲਾਵਿਕ) ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਵਗਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਖੇਡ) ਪੇਂਡੂ (ਪੈਲਾਵਿਕ) ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਖਰਾ) ਨੂੰ ਬੰਦ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਐੰਡ ਡਾਇਸੈਟਿਵ ਐੰਡ ਡਿਡੀ ਡੀਸੀਸਿਸ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਲੱਛਣ

ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ:

- ਕੀ ਮੈਂ ਬਾਬੂਰੂਮ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਡਰਦਾ(ਦੀ) ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਖੇਡਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜਿਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਬੇਆਰਾਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਸਬੰਧ ਬਦਲ ਦਿੱਤੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਜਿਨਸੀ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚਦਾ(ਦੀ) ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਫਿਕਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੀਕ ਕਰ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਮੈਂ ਸ਼ਰਮੰਦਗੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂਗਾ(ਗੀ)

ਜੇਕਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤੀ ਤੁਹਾਡਾ ਜਵਾਬ ਹਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਮੀਦ ਕਾਇਮ ਹੈ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ।

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਬਾਰੇ ਮਿੱਥਾ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਿੱਥਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ:

- ਇਹ ਔਰਤ ਹੋਣ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਉਮਰ ਵਧਣ ਤੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਜੱਦੀ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਸੀ।
- ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਨਿਦਾਨ ਕਰਵਾਓ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਗਲੋਬਿੰਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਫੇਰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਲੀਕ ਹੋਣਾ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਰੀਰਮਿਦਾ ਨਾ ਹੋਵੋ; ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ। ਜੇ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਿਰ ਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ। **ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ** ਅਤੇ ਗਾਈਨਕੋਲੋਜਿਸਟ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਸੰਸ਼ਤਤਾ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਕਈਆਂ ਦੀ **ਫੀਮੇਲ ਪੇਲਵਿਕ ਮੈਡੀਸਨ ਰੀਕੰਸਟ੍ਰੋਕਟਿਵ ਸਰਜਰੀ** (ਐੱਡ.ਪੀ.ਐਮ.ਆਰ.ਐੱਸ.) ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ **ਬਲੈਡਰ ਡਾਇਰੀ** ਬਣਾਉਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਲੈਡਰ ਡਾਇਰੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾਂ ਤਰਲ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਦੋਂ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਸਾਬ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਰਿਕਾਰਡ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਸੁਰਗ ਦੇਣਗੇ। ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੋ ਤਾਂ ਡਾਇਰੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਓ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋਗੇ।

ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਗੇ (ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਦੋਂ ਲੀਕ ਹੋਇਆ ਹੈ? ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ? ਕਿੰਨਾ ਹੋਇਆ ਹੈ?)। ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ **ਮੈਡੀਕਲ ਇਤਿਹਾਸ** ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ, ਸਰੀਰ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਟੈਂਸਟਾਂ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਔਰਤਾਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰੀਕਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ, ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਵਿਚਲੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ **ਗੁਦਾ** ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਰਦਾਂ ਲਈ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ, ਪ੍ਰੋਸਟੋਟ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਹ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੇਡੂ ਸੜ੍ਹਾ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀਆਂ ਇੱਕ ਕੇਗਲ ਟੈਂਸਟ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹਨ।

ਟੈਂਸਟ

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਝ ਟੈਂਸਟਾਂ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੈਂਸਟਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੈਂਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ (**ਯੂਰੋਅਨੈਲੋਸਿਸ**) ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾਲੀ ਦੀ ਲਾਗ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਬਲੈਡਰ ਸਕੈਨ**। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- **ਸਿਸਟੋਸਕੋਪੀ** ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾਲੀ ਦੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹੋਣ ਨੂੰ ਨਕਾਰਨ ਲਈ ਬਲੈਡਰ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਸਿਸਟੋਸਕੋਪੀ ਕੈਮਰੇ ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਤੰਗ ਟਿਊਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਯੂਰੋਡਾਇਨਾਮਿਕ ਅਧਿਐਨ** (ਯੂ.ਡੀ.ਐੱਸ.) ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਲੈਡਰ, ਸਫਿੰਕਟਰ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਬਰਾ) ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਟੈਂਸਟ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਲੈਡਰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਓ

ਸਟ੍ਰੋਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਨੈਨਸ

ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦੋਵੇਂ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਅਤੇ ਸਰਜੀਕਲ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਹਰ ਇਲਾਜ ਹਰੇਕ ਲੀਕ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।

ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦ

- **ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ:** ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਲੱਛਣ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਭਾਰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤੰਬਾਕੁਨੋਸੀ ਨੂੰ ਰੋਕ ਦਿੰਦੇ ਹੋ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਘੰਘਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ) ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੀਕ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਲੈਡਰ ਦੀ

ਸਿਖਲਾਈ, ਜਾਂ ਬਾਬਰੂਮ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- **ਪੇਡੂ ਸੜ੍ਹਾ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ:** ਇਸਨੂੰ **ਕੇਗਲਜ਼** ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਾ ਕੇਗਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਦੀ ਸੜ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਭਕਾਰੀ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਜੋ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਨਾਲ (ਜਾਣ ਬੁੱਝ ਕੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੇਡੂ ਸੜ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੇ ਅਤੇ ਛੱਡ ਕੇ) ਤੁਸੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- **ਉਤਪਾਦ:** ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਅਤੇ ਲੰਮੇ-ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਸੋਖਣ (ਐਬਸੈਰਬੈਟ) ਪੈਂਡ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਸੋਖਣ ਉਤਪਾਦ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪੈਡਜ਼ ਜਾਂ ਪੁੱਲ-ਆਨ ਬ੍ਰੀਫਸ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਲੀਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਉਪਕਰਣ: ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੇਡੂ ਸਤ੍ਤਾ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਔਰਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਉਪਕਰਣ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਹਨ, ਯੋਨੀ ਯੰਤਰ, ਯੂਰੋਖਰਲ ਪਲੱਗਜ਼ ਅਤੇ ਪੇਸਮੀਜ਼। ਇੱਕ ਯੋਨੀ ਯੰਤਰ ਯੋਨੀ ਦੁਆਰਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੇਖਰਾ) ਨੂੰ ਸਮਰੱਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਲਿੰਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਯੂਰੋਖਰਲ ਪਲੱਗ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਨੂੰ ਹੋਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪ੍ਰਵਾਨਗ ਯੂਰੋਖਰਲ ਪਲੱਗਜ਼ ਉਪਲੱਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ ਇੱਕ ਯੋਨੀ ਪੇਸਮੀਜ਼ ਇੱਕ ਸਖਤ ਪਰ ਲਚਕੀਲਾ ਉਪਕਰਣ ਹੈ ਜੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਸਥਾਨ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਨ ਲਈ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਓਵਰ-ਦ-ਕਾਊਂਟਰ ਖਰੀਦੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਵਿੱਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
 - ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਉਪਕਰਣ: ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਲੀਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਪੇਨਾਈਲ ਕਲੈਂਪ/ਕਲਿੱਪ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਬਾਹਰੀ ਕਲੈਂਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਿੰਗ ਤੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਵਗਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
 - ਦਵਾਈਆਂ: ਇਸ ਸਮੇਂ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਅਤੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. (ਮਿਕਸਡ ਇਨਕੋਟੀਨੈਸ) ਦੋਵੇਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਇੱਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬਲੈਂਡਰ ਤੋਂ ਲੀਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

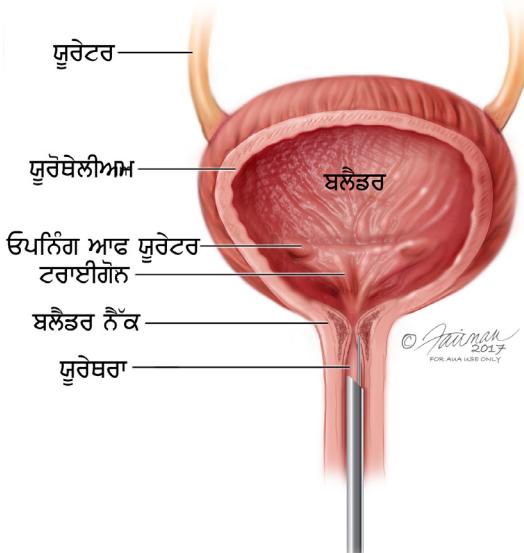
ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

ਸਰਜ਼ਰੀ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਨਿੱਜੀ ਹੈ। ਜੇ ਸਰਜ਼ਰੀ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨਾ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਓਨਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਐਸ.

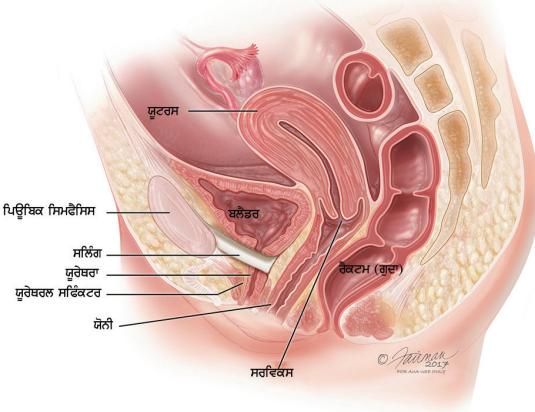
ਯੂ.ਆਈ. ਸਰਜ਼ਰੀ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਯੂਰੋਪੋਜ਼ਿਸਟ ਜਾਂ ਗਾਈਨਕੋਲੋਜ਼ਿਸਟ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਐਂਡ.ਪੀ.ਐਮ.ਆਰ.ਐਸ., ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਸਰਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਖਮ ਅਤੇ ਲਾਭਾਂ, ਅਤੇ ਸਰਜ਼ਰੀ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਸਿੱਖੋ।

ਇੰਜੈਕਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

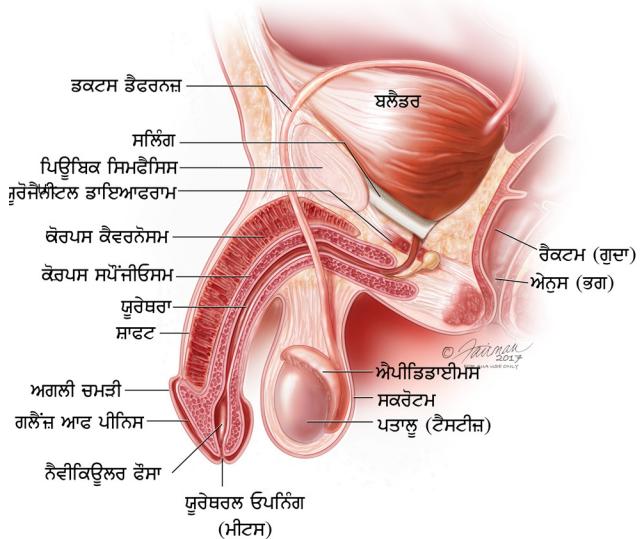
- **ਯੂਰੇਖਰਲ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ/ਬਲਕਿੰਗ ਏਜੰਟਸ:** ਯੂਰੇਖਰਲ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪਿਸਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੇਖਰਾ) ਨੂੰ “ਬਲਕ ਅੱਪ” ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। “ਬਲਕਿੰਗ ਏਜੰਟ” ਨੂੰ ਸਫਿੰਕਟਰ ਦੇ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਯੂਰੇਖਰਲ ਸਫਿੰਕਟਰ ਵਿੱਚ ਇੰਜੈਕਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



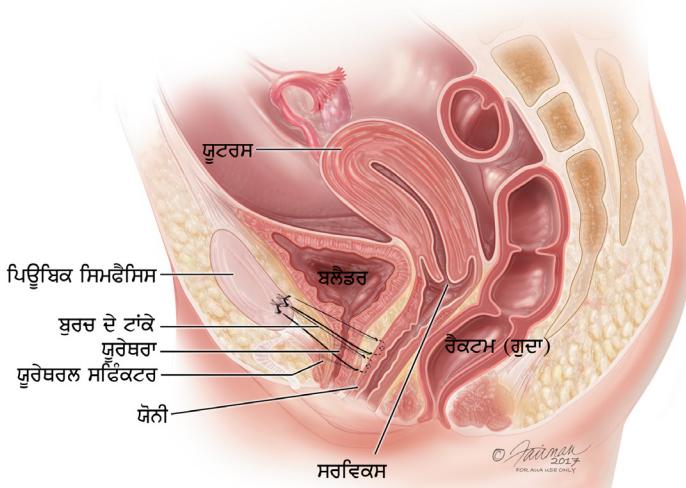
- **ਸਲਿੰਗ (ਐਰਤਾਂ ਲਈ):** ਐਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਸਰਜਰੀ "ਸਲਿੰਗ" ਹੈ। ਇਸਦੇ ਲਈ, ਸਮੱਗਰੀ (ਸਲਿੰਗ) ਦੀ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਪੱਟੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਖਰਾ) ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੂਰੋਖਰਾ ਅਤੇ ਬਲੈਂਡਰ ਦੀ ਗਰਦਨ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਇੱਕ ਝੂਲੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਲਿੰਗ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਮਿਡ-ਯੂਰੋਖਰਲ ਤਕਨੀਕ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਸਲਿੰਗ ਸਿੰਘੋਟਿਕ ਜਾਲ ਦੀ ਇੱਕ ਤੰਗ ਪੱਟੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਯੂਰੋਖਰਾ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰੈਟਰੋਪਿਊਬਿਕ, ਟ੍ਰਾਂਸੈਬਟੂਰੋਟਰ ਅਤੇ ਇਕੱਲਾ-ਚੀਰਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਜਾਲੀ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਯੂਰੋਖਰਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਵਾਇਤੀ ਸਲਿੰਗ (ਆਟੋਲੋਗੋਸ) ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਟਿਸੂਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਪੱਟੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੇਠਲੇ ਪੇਟ ਜਾਂ ਪੱਟ ਤੋਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਲਿੰਗ ਵਜੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੋਸਲਿੰਗ ਦੇ ਸਿਰੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚੀਰੇ ਰਾਹੀਂ ਸਥਾਨ ਤੇ ਸਿਉਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।



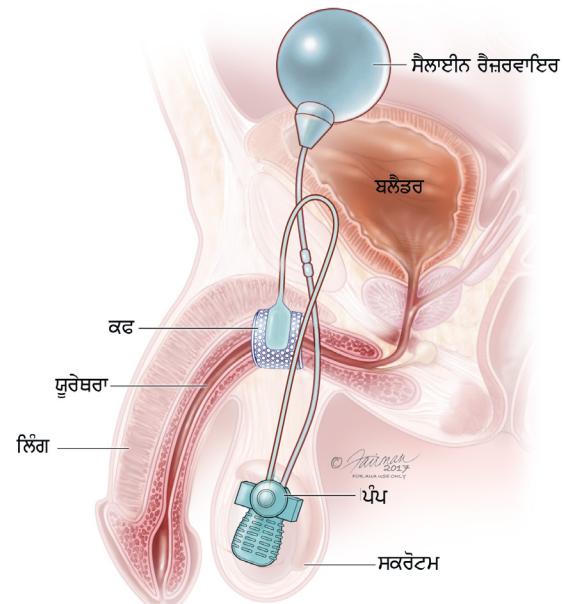
- **ਸਲਿੰਗ (ਮਰਦਾਂ ਲਈ):** ਹਲਕੇ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਵਾਲੇ ਮਰਦਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਲਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਲਿੰਗ ਯੂਰੋਬਰਾ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਸੜ੍ਹਾ ਅਤੇ ਬਲੈਟਰ ਦੀ ਗਰਦਨ ਦੇ ਯੂਰੋਬਰਾ ਅਤੇ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਝੂਲੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਕਸਰ, ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਸਲਿੰਗ ਸਰਜੀਕਲ ਜਾਲ ਦੁਆਰਾ ਬਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਲਿੰਗ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਦਾ ਚੀਰਾ ਸਕਰੋਟਮ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਲਿੰਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਜਾਂ ਯੂਰੋਬਰਾ ਲਈ ਰੋਡੀਏਸ਼ਨ ਬੈਰੇਪੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਆਸੰਜ਼ਮਤਾ ਹੈ।



- ਬਲੈਡਰ ਨੈੱਕ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ:** ਇਸ ਨੂੰ ਰੈਟਰੋਪਿਊਬਿਕ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ, ਕੋਲਪੋਸ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਬੁਰਚ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਲਿੰਗ ਸਰਜਰੀ ਵਾਂਗ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ, ਟਾਂਕੇ ਬਲੈਡਰ ਨੈੱਕ ਅਤੇ ਯੂਰੇਖਰਾ ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਦੇ ਟਿਸੂਆਂ ਤੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਊਬਿਕ ਬੋਨ ਨਾਲ ਇੱਕ ਲਿਗਮੈਂਟ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯੂਰੇਖਰਾ ਅਤੇ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਕੁਝ ਜੋਖਮ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਚੋਣ ਹੈ।



- ਨਕਲੀ ਸਫਿੰਕਟਰ (ਮਰਦਾਂ ਲਈ):** ਮਰਦ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਇੱਕ ਨਕਲੀ ਸਫਿੰਕਟਰ ਉਪਕਰਣ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਉਪਕਰਣ ਨੂੰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ: (1) ਤੁਹਾਡੇ ਯੂਰੇਖਰਾ ਦੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਜੁੜੇ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰੇ ਕੱਢ (ਨਕਲੀ ਸਫਿੰਕਟਰ); (2) ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ, ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਗੁਬਾਰਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ; (3) ਇੱਕ ਪੰਪ ਜਿਸ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਕਰੋਟਮ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੰਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਗੁਬਾਰੇ ਵਿਚਲਾ ਤਰਲ ਨਕਲੀ ਸਫਿੰਕਟਰ ਦੇ ਕੱਢ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਵਗਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕੱਢ ਮੁੜ ਹੋਲੀ-ਹੋਲੀ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੀਕ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।



ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਅਸੰਜਤਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਟੀਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ। ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰ ਜਦੋਂ ਜੀਵਨ ਸੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲੀਕ ਦਾ ਇਲਾਜ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੰਭਵ ਹੈ ਜੋ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਡਾਕਟਰੀ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਫਾਲੋ-ਅਪ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੋ। ਅਕਸਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਲੋ-ਅਪ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਦੀ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਜਾਂਚ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਉਸ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਦਰਦ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਭਵਿੱਖੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਖਾਮ

ਕੋਗਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਇੱਕ ਉਤਮ ਢੰਗ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ (ਪੈਲਵਿਕ ਮਸਲਸ) ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪੂਰੇ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਤਰਲ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਰ ਵਧਣ ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਤੇ ਤਣਾ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਰਜੀਕਲ ਮੁਰੰਮਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੰਦਰੁਸਤ ਭਾਰ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੋਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰੋ।

ਬਲੈਡਰ

ਇੱਕ ਖਾਲੀ ਗੁਬਾਰੇ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਅੰਗ ਜਿੱਥੇ ਪਿਸ਼ਾਬ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਘਰਾ) ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬਲੈਡਰ ਡਾਇਰੀ

ਇਹ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਕਿ ਕਿੰਨਾ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਤਰਲ ਪੀਂਦੇ ਹੋ, ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਲੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਬਲੈਡਰ ਸਕੈਨ

ਅਲਟ੍ਰਾਸਾਊਂਡ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ: ਇਹ ਆਵਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪ ਕੇ ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਮਾਪਦਾ ਹੈ।

ਸਿਸਟੋਸਕੋਪੀ

ਇੱਕ ਟੈਂਸਟ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਕੈਮਰਾ ਲੈਂਜ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਬਲੈਡਰ ਅੰਦਰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਘਰਾ) ਰਾਹੀਂ ਲੈਂਜ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਦਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਹਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੀਮੇਲ ਪੈਲਵਿਕ ਮੈਡੀਸਨ ਐਂਡ ਰੀਕੰਸਟ੍ਰੋਕਟਿਵ ਸਰਜਨਸ (ਐਂਡ. ਪੀ.ਐਮ.ਆਰ.ਐਸ.)

ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਜਾਂ ਓਬਸਟੈਟਰਿਕਸ ਅਤੇ ਗਾਈਨਾਕੋਲੋਜੀ ਜੋ ਜਟਿਲ ਕੋਮਲ ਪੈਲਵਿਕ ਸਮੱਸੀਆ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੈ।

ਮਿੱਡ ਯੂਰੋਘਰਲ ਸਲਿੰਗ

ਸਿੰਘੈਟਿਕ ਜਾਲ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਪੱਟੀ ਜੋ ਯੂਰੋਘਰਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਯੂਰੋਘਰਾ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਨੈੱਕ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਜਾਂ ਸਮਰੱਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਝੂਲੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਓਵਰਐਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ (ਓ.ਏ.ਬੀ.)

ਇੱਕ ਸਥਿਤੀ ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਅਚਾਨਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਨਿਕਲਣਾ, ਬਾਬੂਰੂਮ ਵਿੱਚ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਬਾਬੂਰੂਮ ਜਾਣ ਲਈ ਰਾਤ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਜਾਗਣਾ।

ਪੇਡੂ ਸਤ੍ਰਾ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ

ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਦੀ ਸਤ੍ਰਾ (ਪੈਲਵਿਕ ਫਲੋਰ) ਵਿੱਚ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਝੂਲਾ ਜਾਂ ਸਲਿੰਗ ਜੋ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ (ਬਲੈਡਰ, ਯੂਟਰਸ ਅਤੇ ਗੁਦਾ) ਨੂੰ ਸਮਰੱਥਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ

ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਅਖਰੋਟ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਗਲੈਂਡ। ਇਹ ਬਲੈਡਰ ਨੈੱਕ ਤੇ ਯੂਰੋਘਰਾ ਦੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਵੀਰਜ ਲਈ ਹਾਰਮੋਨਜ ਅਤੇ ਤਰਲ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਦਾ (ਰੈਕਟਮ)

ਵੱਡੀ ਅੰਦਰ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਭਾਗ, ਜੋ ਗੁਦਾ ਦੇ ਮੁੰਹ ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਕਰੋਟਮ

ਇਹ ਮਰਦ ਦੇ ਜਿਨਸੀ ਅੰਗ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਹ ਛੋਟੀ ਥੈਲੀ ਹੈ ਜੋ ਪਤਾਲੂਆਂ, ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਨਾੜ (ਸਪਰਮੈਟਿਕ ਕੋਰਡ) ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਰੱਖਦੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲਿੰਗ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ

ਇੱਕ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਇੱਕ ਅੰਗ ਦੇ ਮੁੰਹ ਦੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਅੰਗ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹਦੀ ਅਤੇ ਬੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੋਘਰਾ) ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਬੰਦ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸਟ੍ਰੋੱਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਨੈਨੈਸ (ਐੱਸ.ਯ.ਆਈ.)

ਛਿਕਣ, ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਅਚਾਨਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਣਾ।

ਰਿਵਾਇਤੀ ਜਾਂ ਆਟੋਲੋਗਸ ਸਲਿੰਗ

ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਇੱਕ ਪੱਟੀ ਪੇਟ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਜਾਂ ਪੱਟ ਤੋਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਲਿੰਗ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਯੂਰੋਘਰਾ

ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਜੋ ਬਲੈਡਰ ਤੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਵੀਰਜ ਵੀ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਲਿੰਗ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਯੂਰੋਘਰਲ ਪਲੱਗਜ਼

ਕੁਝ ਲੀਕਾਂ (ਚਿਸਣ) ਲਈ ਯੂਰੋਘਰਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਯੂਰੋਘਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਯੂ.ਐਸ. ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਪਲੱਗਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪੁਰਾਣਾ ਜਾਂ ਆਟੋਲੋਗਸ ਸਲਿੰਗ

ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਪੱਟ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀ ਇੱਕ ਸਟ੍ਰੋਪ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਲਿੰਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਯੂਰੋਘਰਾ

ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਹੋ ਬਲੈਡਰ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੀ ਹੈ। ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਵੀਰਜ ਲੈਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਲਿੰਗ ਦੇ ਅੰਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ।

ਯੂਰੋਘਰਲ ਪਲੱਗ

ਇੱਕ ਉਪਕਰਣ ਜਿਸ ਨੂੰ ਯੂਰੋਘਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਯੂਰੋਘਰਾ ਦੀ ਲੀਕੇਜ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਪਲੱਗਾਂ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਮੰਜੂਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ।

ਅਰਜ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਸ (ਯੂ.ਯੂ.ਆਈ.)

ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਨਿਕਲਣਾ, ਜਿਸ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਪਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਵੇ।

ਯੂਰੀਅਨੈਲੋਸਿਸ

ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਜਾਂਚ। ਇਹ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਸਮੰਖਿਅਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਸੰਕੇਤਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਹੇਠਾਂ)

ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ (ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਸ)

ਇੱਕ ਸਥਿਤੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਲੀਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਖਾਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਉਂਦਾ।

ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੀਨਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ)

ਅੰਗ ਜੋ ਖੂਨ ਤੋਂ ਰਹਿੰਦ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਯੂਰੀਨਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ (ਯੂਰੀਨਰੀ ਟ੍ਰੈਕਟ ਇੰਡੈਕਸ਼ਨ) (ਯੂ.

ਟੀ.ਆਈ.)

ਨਿਕਲਾਨਾਦੇਹ ਬੈਕਟੀਰਿਆ ਕਾਰਨ ਹੋਈ ਬਿਮਾਰੀ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਖਮੀਰ ਵੱਧਣਾ।

ਪਿਸ਼ਾਬ

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਖੂਨ ਤੋਂ ਛਾਣੀ ਗਈ ਰਹਿੰਦ, ਜਿਸ ਦਾ ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਭੰਡਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮੂਤਰ ਮਾਰਗ (ਯੂਰੇਥਰਾ) ਰਾਹੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਯੂਰੋਡਾਇਨਾਮਿਕ

ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਜੋ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਦੁਆਰਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗ ਨਾਲ ਭੰਡਾਰਣ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ

ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਅਧਿਐਨ, ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਜਦੋਂ ਨਿਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

- ਮੇਰੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?
- ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਐਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਹੈ?
- ਮੇਰੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੇ ਕੀ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ?

ਗੈਰ-ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ:

- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮੇਰੇ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਯੰਤਰ ਪਾਉਣ (ਵੈਜਾਈਨਲ ਇਨਸਰਟਸ) ਦੇ ਕੋਈ ਜੋਖਮ ਹਨ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਉੱਧਰ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਗੈਰ-ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਾਢੀ ਹੈ?

ਸਰਜਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

- ਮੇਰੀ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ?
- ਮੇਰੇ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?
- ਹਰ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਮੇਰੇ ਲੀਕ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?
- ਸਲਿੰਗ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਜੋਖਮ ਹਨ?
- ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਚੱਲੇਗਾ?
- ਸਲਿੰਗਾਂ ਲਈ: ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਲਿੰਗ ਸਮੱਗਰੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?
- ਕੀ ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਮੇਰੇ ਬੀਮੇ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ?
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਜੇ ਮੈਂ ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਹੁਣ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਂਦਾ(ਦੀ) ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

- ਕੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਟੈਂਸਟ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?
- ਇਸ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਐਨੇਸਥੀਜੀਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਦੂਜੀ ਰਾਏ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ਕਿਉਂ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ?

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

- ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਦੋਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂਗ(ਗੀ)? ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ? ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ?
- ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ?
- ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ? ਕੀ ਮੈਂ ਡਰਾਈਵ ਕਰ ਸਕਦਾ(ਦੀ) ਹਾਂ?
- ਮੈਂ ਕੰਮ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਦੋਂ ਜਾ ਸਕਦਾ(ਦੀ) ਹਾਂ?
- ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

નોટસ

ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ

ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਉੱਖੀ ਯੂਰੋਲੋਜਿਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ - ਅਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਿਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਸਿਹਤ ਦਾ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਰੱਖ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਮਰੀਕੀ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਲਕਣ ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੂਰੋਲੋਜਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ [UrologyHealth.org/UrologicConditions](https://www.UrologyHealth.org/UrologicConditions) 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਡਾਕਟਰ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [UrologyHealth.org/FindAUrologist](https://www.UrologyHealth.org/FindAUrologist) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਵੈ-ਤਫ਼ਤੀਸ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਇਸਤੇਮਾਲ ਜਾਂ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੈਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਦਵਾਈਆਂ ਸਮੇਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਰੋਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।



Powered by trusted experts of the
American
Urological
Association

National Headquarters: 1000 Corporate Boulevard, Linthicum, MD 21090
Phone: 410-689-3990 • 1-800-828-7866 • info@UrologyCareFoundation.org • UrologyHealth.org

@UrologyCareFdn



LEARN MORE



DONATE