ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਦਾ ਇਲਾਜ

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

ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ(ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ) ਕੀ ਹੈ?

ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ, ਜਾਂ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ, ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਯੂਰੇਥਰਾ ਉੱਤੇ ਅਚਾਨਕ ਦਬਾਅ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।ਦਬਾਅ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਚਾਨਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਲਕੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਦਬਾਅ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ੋਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ, ਛਿੱਕਣਾ, ਹੱਸਣਾ ਜਾਂ ਖੰਘਣਾ। ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ, ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਜ਼ੋਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਪਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ, ਤੁਰਨਾ ਜਾਂ ਝੁਕਣਾ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਿਕਲਣਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਬੂੰਦਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜੇ ਗਿੱਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਸੰਜਮਤਾ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਉਹ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਹ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

- **ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ)** ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਰਿਸਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੰਘਦੇ ਹੋ, ਛਿੱਕ ਮਾਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੱਸਦੇ ਹੋ।
- **ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ.) ਜਾਂ ਓਵਰੈਕਟਿਵ ਬਲੈਡਰ (ਓ.ਏ.ਬੀ.)** ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਜ਼ੋਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰਿਸਣਾ ਮੱਠੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹਨ:

- ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਸਮੇਂ
- ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮ
- ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ (ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੰਘ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)
- ਲੰਬੇ ਸਮੇ ਲਈ ਖੰਘ ਹੋਣਾ
- ਮੋਟਾਪਾ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਮਿੱਥਾਂ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਚਲਿੱਤ ਹੈ। ਇਹ ਮਿੱਥ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ:

- ਇਹ ਇੱਕ ਔਰਤ ਹੋਣ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ
- ਇਹ ਉਮਰ ਦੇ ਵਧਣ ਦਾ ਇੱਕ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ
- ਇਹ ਖਾਨਦਾਨੀ ਹੈ – ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸੀ, ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ
- ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਸੀ
- ਇਸ ਲਈ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਿਕਲਣਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਕੁਝ ਤੁਪਕੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜੇ ਗਿੱਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਕੀ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦ: ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੁਝ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨਾ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਭਾਰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਜਿਸ ਨਾਲ ਖੰਘ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ) ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਸਰਤ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਾਰਨ ਲਈ ਬਲੈਡਰ ਨੂੰ ਆਦਤ ਪਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਉਤਪਾਦ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- **ਪੇਡੂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ (ਕੇਗਲ)**: ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੇਗਲ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਡੂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਲੈਡਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੇਗਲ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

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

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

UrologyCareFoundation @UrologyCareFdn @UrologyCareFdn UrologyCareFoun

ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਸੰਜਮਤਾ ਦਾ ਇਲਾਜ

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

- **ਸੋਖਣ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦ:** ਜੇਕਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰਿਸਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਨਿਜਾਤ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਸੋਖਣ ਵਾਲੇ ਪੈਡ ਉਪਲੱਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੈਡ, ਜਾਂ ਪੁਲ-ਆਨ ਬ੍ਰੀਫ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- **ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਉਪਕਰਣ:** ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੇਡੂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ, ਤਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਇਕ ਟੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਯੋਨੀ ਦੀਆਂ ਪੇਸਰੀਆਂ:** ਇਕ ਯੋਨੀ ਦੀ ਪੇਸਰੀ ਇਕ ਪੱਕਾ ਪਰ ਲਚਕੀਲਾ ਟੂਲ ਹੈ ਜੋ ਯੋਨੀ ਵਿਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੂਰੇਥਰਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਸਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜੋ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂ ਸੁੱਟੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੇਸਰੀਆਂ ਅਕਸਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਣ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਦੋਬਾਰਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਯੂਰੇਥਰਲ ਪਲੱਗ:** ਉੱਚ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਔਕਲਿਉਜ਼ਿਵ ਟੂਲ (ਜਿਸਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਲ ਪਲੱਗ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਵੀ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਯੂ.ਐੱਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਯੂਰੇਥ੍ਰਲ ਪਲੱਗ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ ਯੂਰੇਥਰਾ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਕ ਯੋਨੀ ਟੂਲ ਯੋਨੀ ਰਾਹੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ: ਜੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ। ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੋਖਮਾਂ ਅਤੇ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ। ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਕਿਸੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਵਾਲੇ ਯੂਰੋਲੌਜਿਸਟ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਫੀਮੇਲ ਪੇਲਵਿਕ ਮੈਡੀਸਨ ਐਂਡ ਰੀਕੰਸਟਰੱਕਸ਼ਨ ਸਰਜਨ (ਐੱਫ.ਪੀ.ਐੱਮ.ਆਰ.ਐੱਸ.) ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਡੂ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹਨ।

- **ਯੂਰੇਥਰਲ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ / ਬਲਕਿੰਗ ਏਜੰਟ:** ਯੂਰੇਥਰਾ ਨੂੰ "ਬਲਕ ਅਪ" ਕਰਨ ਲਈ ਯੂਰੇਥਰਲ ਸ਼ਾਟਸ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਫਿੰਕਟਰ ਨੂੰ ਬਲੈਡਰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ "ਬਲਕਿੰਗ ਏਜੰਟ" ਨੂੰ ਯੂਰੇਥਰਾ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਸਫਿੰਕਟਰ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਥਾਈ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਸਲਿੰਗ:** ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਸਰਜਰੀ ਹੈ "ਸਲਿੰਗ" ਸਰਜਰੀ । ਕੰਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਯੂਰੇਥਰਾ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਸ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਸਟ੍ਰਿਪ (ਇੱਕ ਸਲਿੰਗ) ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਯੂਰੇਥਰਾ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਝੂਲੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਲਿੰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਮਿਡਯੂਰੇਥਰਲ ਸਲਿੰਗ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਰਮਿਤ ਮੇਸ਼ ਦੀ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਸਟ੍ਰਿਪ ਹੈ, ਜੋ ਯੂਰੇਥਰਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰੈਡੀਸ਼ਨਲ ਸਲਿੰਗ (ਆਟੋਲੋਗਸ) ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸਟ੍ਰਿਪ ਪੇਟ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਪੱਟ ਤੋਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਲਿੰਗ ਵਜੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- **ਬਲੈਡਰ ਨੈੱਕ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ:** ਇਸ ਨੂੰ ਰੈਟਰੋਪਿਊਬਿਕ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ, ਕੋਲਪੋਸਸਪੈਂਸ਼ਨ ਜਾਂ ਬੁਰਚ ਸਸਪੈਂਸ਼ਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਬਲੈਡਰ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਯੂਰੇਥਰਾ ਦੇ ਨਾਲ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ, ਟਾਂਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪਿਊਬਿਕ ਬੋਨ ਦੇ ਇੱਕ ਭਾਗ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਹ ਯੂਰੇਥਰਾ ਅਤੇ ਸਫਿੰਕਟਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕੇ। (ਇਹ ਸਲਿੰਗ ਸਰਜਰੀ ਜਿੰਨਾ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ)।

ਦਵਾਈਆਂ: ਇਸ ਸਮੇਂ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਯੂ.ਐੱਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਸ਼ਰਤ ਅਸੰਜਮਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਸਿਰਫ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਅਸੰਜਮਤਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਟੀਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ। ਸਰਜੀਕਲ ਇਲਾਜ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਜਾਣ। ਪੇਡੂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੇਗਲ ਕਸਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਐੱਸ.ਯੂ.ਆਈ. ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਯੂਰੋਲੌਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ

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

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਯੂਰੋਲੌਜੀ 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 ਯੂਰੋਲੌਜਿਸਟ 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।

ਛਪਾਈ ਗਈ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਯੂਰੋਲੌਜਿਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ, **UrologyHealth.org/Order** 'ਤੇ ਜਾਓ।

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

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

UrologyCareFoundation @UrologyCareFdn @UrologyCareFdn UrologyCareFoun

©2017 Urology Care Foundation. All Rights Reserved.

BladderControl-SUWomen-FS-2017-Punjabi