

ਅਤਿ-ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬਲੈਡਰ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਇਹ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਾਰੇ
ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ



ਅਤਿ-ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬਲੈਡਰ (ਓ.ਏ.ਬੀ.) ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਅਤਿ-ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬਲੈਡਰ (ਓ.ਏ.ਬੀ.) ਪਿਸ਼ਾਬ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸਧਾਰਨ ਲੱਛਣ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਦੋਂ ਇਹ ਇੱਛਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸ ਜਾਵੇਗਾ। ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਜਾਣਾ ਵੀ ਓਏਬੀ ਦਾ ਇੱਕ ਲੱਛਣ ਹੈ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਆਮ ਹੈ?

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਆਮ ਹੈ। ਇਹ 30 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਮਰੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯੂਨਾਈਟਡ ਸਟੇਟਸ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰਦ ਅਤੇ 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਔਰਤਾਂ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਨਾਲ ਕਿਸਨੂੰ ਜੋਖਮ ਹੈ?

ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਵੱਧਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੇ ਉਚੇਰੇ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਮਰਦ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ। ਉਹ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੀਨੋਪਾਜ਼ (“ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ”) ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਸਧਾਰਨ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਵੀ ਵਧਿਆ ਹੋਇਆ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ ਜੋ ਦਿਮਾਗ ਜਾਂ ਨਾੜੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਟਰੋਕ ਜਾਂ ਮਲਟੀਪਲ ਸਲੇਰੋਸਿਸ (ਐੱਮ. ਐੱਸ.), ਵੀ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਤਰਲ (ਜਿਵੇਂ ਕੈਫੀਨ, ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਭੋਜਨ) ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹੈ?

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਅਚਾਨਕ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਬਲ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਹ “ਭੱਜ ਕੇ ਜਾਣਾ ਪੈਣਾ” ਭਾਵਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫੌਰਨ ਬਾਥਰੂਮ ਨਹੀਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ। ਇਹ ਇੱਛਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਤੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸ ਜਾਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਵੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਨਾਲ ਜਿਉਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਿਸਣਾ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ “ਇੱਛਾ ਅਸੰਜਮਤਾ” ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕਦਮ ਜਾਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੋਵੇ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਟਰੈੱਸ ਯੂਰੀਨਰੀ ਇਨਕੋਂਟੀਨੈਂਸ ਜਾਂ ਐੱਸ. ਯੂ. ਐਏ. ਦੇ ਸਮਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਐੱਸ.ਯੂ.ਐਏ. ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਉਦੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਛਿੱਕ ਮਾਰਨ, ਹੱਸਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਰੀਰਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ

ਕਰਦੇ ਹੋਣ। ਤੁਸੀਂ ਐੱਸ.ਯੂ.ਐਏ. ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ UrologyHealth.org/SUI ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਲਗਾਤਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਅੰਤਰ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਹਿਰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅੱਠ ਵਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣਾ “ਲਗਾਤਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ” ਹੈ।
- ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਉੱਠਣਾ। ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਉੱਠ ਕੇ ਜਾਣਾ ਓ.ਏ.ਬੀ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਹੈ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਦਿਮਾਗੀ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿਗੜਨਾ ਅਤੇ ਹਾਰਮੋਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਨਾੜੀ ਸੰਕੇਤ ਬਲੈਡਰ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਆਖਦੇ ਹਨ, ਚਾਹੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਵੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਾਹੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਡਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ “ਸੁੰਗੜ” ਜਾਣ। ਇਹ ਸੁੰਗੜਨਾ ਹੀ ਅਚਾਨਕ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣ ਬਾਥਰੂਮ ਵਿੱਚ ਕਈ ਗੇੜੇ ਮਾਰੇ ਬਗੈਰ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਨ ਲੰਘਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਓ.ਏ.ਬੀ. ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ, ਸਮਾਜਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਡਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਾਥਰੂਮ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਉੱਠ ਕੇ ਥੱਕੇ ਹੋਏ, ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸੀਮਤ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਕੱਲਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਚਮੜੀ ਰੋਗ ਜਾਂ ਸੰਕਰਮਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਮਦਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦਾ ਪਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ, ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਹੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਤੱਥ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਤਰਲ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।
- ਉਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ, ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਮਲਦੁਆਰ, ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਅਤੇ ਮਲਦੁਆਰ ਨੂੰ ਵੇਖੇਗਾ।
- ਸੰਕਰਮਣ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦਾ ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ ਲਵੇਗਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਨ-ਪ੍ਰਤੀ-ਦਿਨ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਨਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਡਾਇਰੀ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ।
- ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਰੇਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੂਰੀਨ ਕਲਚਰ ਜਾਂ ਬਲੈਂਡਰ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ, ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।

ਕੀ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੇ ਇਲਾਜ ਮੌਜੂਦ ਹਨ?

ਜੀ ਹਾਂ। ਓ.ਏ.ਬੀ. ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਕਈ ਇਲਾਜ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਬਦਲਣਾ: ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਕੈਫੀਨ, ਅਲਕੋਹਲ, ਮਿੱਠਾ ਅਤੇ ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਭੋਜਨ ਘੱਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਘਟਦੇ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਖਾਂਦੇ ਜਾਂ ਪੀਂਦੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਭਾਰ ਘਟਾਉਣਾ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਲੈਂਡਰ ਟਰੇਨਿੰਗ ਅਤੇ ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਬਾਥਰੂਮ ਗੇੜੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। “ਕੁਇੱਕ ਫਲਿੱਕ” ਪੇਡੂ ਕਸਰਤਾਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਬਲੈਂਡਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇਣ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਲਈ ਅਸੰਜਮਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖ ਕੇ ਦੇਣਾ: ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਬਲੈਂਡਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਗਲਤ ਸਮਿਆਂ ਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਣ, ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਦੋ ਕੁ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦੀ ਜੋ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸੁਮੇਲ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਬੋਟੋਕਸ® (ਬੋਟੁਲੀਨਮ ਟੌਕਸਿਨ) ਇਲਾਜ: ਜੇਕਰ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਬਦਲਾਅ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਬੋਟੋਕਸ ਦੇ ਟੀਕੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਮਿਆਦਾਂ ਤੱਕ ਬਲੈਂਡਰ ਨੂੰ ਸੁੰਗੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਨਾੜ ਉਤੇਜਨਾ: ਇਹ ਇਲਾਜ, ਨਿਊਰੋਮੋਡੂਲੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ ਵੀ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੈਂਡਰ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਸੁਪਾਰਨ ਲਈ ਇਲੈਕਟ੍ਰੀਕਲ ਸੰਕੇਤ ਭੇਜਦਾ ਹੈ।
- ਬਲੈਂਡਰ ਪੁਨਰ-ਉਸਾਰੀ/ਯੂਰੀਨਰੀ ਡਾਈਵਰਜ਼ਨ ਸਰਜਰੀ: ਇਹ ਵਿਕਲਪ ਕੇਵਲ ਦੁਰਲੱਭ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ: ਆਗੂਮੈਂਟੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟੋਪਲਾਸਟੀ, ਜੋ ਬਲੈਂਡਰ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਯੂਰੀਨਰੀ ਡਾਈਵਰਜ਼ਨ, ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਵਹਾਅ ਨੂੰ ਪੁਨਰ-ਰਸਤਾ (ਨਵਾਂ ਰਾਹ) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਓਏਬੀ ਲੱਛਣ ਪਿਸ਼ਾਬ-ਨਲੀ ਸੰਕਰਮਣ(ਯੂ.ਟੀ.ਆਈ.), ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ, ਨਾੜਾਂ ਨੂੰ ਸੱਟ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਹੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਕੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਓ.ਏ.ਬੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਤੱਥ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ItsTimeToTalkAboutOAB.org ਤੇ ਜਾਓ। ਇਸ ਸਾਈਟ ਤੇ ਡਫੀ ਸਮੱਗਰੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮੰਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ “ਸੋਚੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓ.ਏ.ਬੀ. ਹੈ” ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਲੈਂਡਰ ਡਾਇਰੀ ਵੀ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇੱਕ-ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ-ਲੱਭੋ ਸੰਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਜਾਨਣ ਲਈ, ਯੂਰੋਲੋਜੀ ਕੇਅਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ UrologyHealth.org/UrologicConditions ਜਾਓ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ UrologyHealth.org/FindAUrologist ਤੇ ਜਾਓ

ਬੇਦਾਵਾ:

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਵੈ ਰੋਗਨਿਦਾਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਦ ਜਾਂ ਇੱਕ ਮਾਹਿਰ ਮੈਡੀਕਲ ਮਸ਼ਵਰੇ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤਣ ਜਾਂ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਯੂਰੋਲੋਜਿਸਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਸਮੇਤ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।