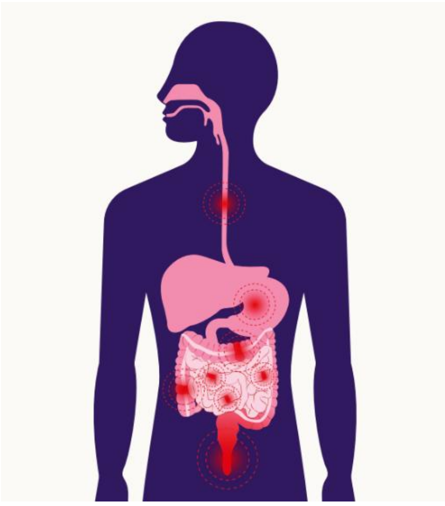
Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ

ਮੁੱਖ ਨੁਕਤੇ

- ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (IBD) ਦੀਆਂ ਦੋ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਦੂਜੀ ਕਿਸਮ ਅਲਸਰੇਟਿਵ ਕੋਲਾਈਟਿਸ ਹੈ।
- ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੁਦਾ ਤੱਕ ਪਾਚਨ ਨਾਲੀ (ਗੈਸਟਰੋਇੰਟੇਸਟਾਈਨਲ ਟ੍ਰੈਕਟ) ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਭਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕਈ ਵਾਰ ਤੀਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਲੰਬੇਪਨ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀਜਨਕ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?



ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (IBD) ਹੈ ਜੋ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਸੋਜਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।.

ਇਹ ਸੋਜਸ਼ ਲਾਲੀ, ਸੋਜ਼ ਅਤੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਸੱਟ ਜਾਂ ਜਲੂਣ ਪ੍ਰਤੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸੋਜਸ਼ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੋਟੀ ਅੰਤੜੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਅਖ਼ੀਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮੋਟਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇਹ ਸੁੰਗੜ (ਸਖ਼ਤ ਹੋ) ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮਲ-ਤਿਆਗ (ਰੁਕਾਵਟ) ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਲ-ਤਿਆਗ (ਫਿਸਚੁਲਾਸ/ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅਸਧਾਰਨ ਰਸਤੇ) ਰਾਹੀਂ ਚਮੜੀ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਲੂਪਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਛੇਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਇਸ ਨਾਲ ਪਾਕ ਇਕੱਠੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਫੋੜਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜਿਉਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਇੱਕ ਚਿਰ-ਸਥਾਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜੀਵਨ ਭਰ ਲਈ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇਸਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਉਣ (ਦੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ) ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਲੱਛਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਰਗਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਵੱਧ ਜਾਂਦੇ ਹਨ)। ਕੁੱਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣ ਵੱਧ ਜਾਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਵਾਰ ਹੀ ਹੋਣਗੇ ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੈ?

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਿਆ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਅਣੂਵੰਸ਼ਿਕ (ਜੈਨੇਟਿਕਸ) ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ) ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਜਾਪਦਾ ਹੈ।

ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਅਜੇ ਤੱਕ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਸੋਜ਼ਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਭੋਜਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿੱਠੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਖ਼ੁਰਾਕ, ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਛੂਤਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋਵੇਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (ਜਾਂ ਅਲਸਰੇਟਿਵ ਕੋਲਾਈਟਿਸ) ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ IBD ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਇਸ ਸਮੇਂ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਦਵਾਈਆਂ, ਕੁੱਝ ਖ਼ੁਰਾਕ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਸਰਜਰੀ ਇਸਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਲੰਬੇਪਨ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀਜਨਕ ਜੀਵਨ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਸਿੱਖ ਜਾਓਗੇ ਤੁਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾ ਸਕੋਗੇ, ਬਾਹਰ ਖਾ ਸਕੋਗੇ, ਕਸਰਤ ਕਰ ਸਕੋਗੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਕੈਰੀਅਰ ਬਣਾ ਸਕੋਗੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੰਦ ਹੈ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

1800 138 029

info@crohnsandcolitis.org.au

https://crohnsandcolitis.org.au/resources-in-other-languages

https://crohnsandcolitis.org.au/support-groups

ਕਰੋਹਨਜ਼ ਅਤੇ ਕੋਲਾਈਟਿਸ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜੋ

https://instagram.com/crohnsandcolitisau

https://facebook.com/crohnsandcolitis

https://youtube.com/c/crohnsandcolitisaustraliaCCA

https://tiktok.com/@crohnsandcolitisau

https://linkedin.com/company/crohnsandcolitisaus

https://x.com/crohnscolitisau