Dr. A. Kumar, Consultant Herbalist & Dietician, D.Sc. (HS) USA

ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ
ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੈਕਸ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ

ਡਾ. ਏ. ਕੁਮਾਰ

ਸੈਕਸ ਦੀਆਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਣ ਅਤੇ ਕਲਾਈਮਾਈਡੀਆ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਅਫ਼ਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਏਡਜ਼ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਗਨੋਰੀਆ ਤੱਕ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਛੂਤ ਦੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਸੰਭੋਗ ਨਾਲ ਫੈਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕੋਈ ਖਾਸ ਲੱਛਣ ਵਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ 'ਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ, ਮੂਤਰ ਦੀ ਨਲੀ ਯਾਨਿ ਯੁਰੇਥਰਾ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਯਾਨਿ ਸਰਵੀਕਸ, ਗੁਦਾ ਜਾਂ ਰੈਕਟਮ ਅਤੇ ਐਨੱਸ, ਗਲਾ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਗ੍ਰਸਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਦੀ ਛੂਤ ਨਾਲ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਬਲਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਣ ਪਰ ਚੰਗੀ ਗਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਦਾ ਛੂਤ : ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੈਕਸ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸ ਛੂਤ ਦਾ ਰੋਗੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਣਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦ :

- ਮਰਦ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਸੈਕਸ ਲਈ ਪਾਰਟਨਰ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਣ
- ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੈਕਸੁਅਲ ਡਿਸੀਜ਼ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ

ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗਣ ਦੇ 2 ਤੋਂ 14 ਦਿਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਣ। ਐਸੇ ਕੇਸ ਵੀ ਮੈਂ ਵੇਖੇ ਹਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੇ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਾ।

ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ : ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਜੇ ਕਰ ਇਹ ਰੋਗ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪੇਡੂ 'ਚ ਮਰੋੜ ਜਾਂ ਦਰਦ ਉੱਠ ਸਕਦੇ ਹਣ, ਮਹਾਵਾਰੀ ਜਾਂ ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਣ ਵੇਲੇ ਦਰਦ ਉਠ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੈਕਸ ਦੇ ਦੌਰਾਣ ਜਾਂ ਮਗਰੋਂ ਖ਼ੂਨ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪੀੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ : ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਅਗਰ ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਿੰਗ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤਰਾਂ ਦਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਿਕਲਦਾ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪਤਾਲੂਆਂ 'ਚ ਸੋਜ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਬਹੁਤ ਪੀੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਰਦਾ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ : ਮਰਦਾ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਗੁਦਾ (ਉਹ ਜਗਹਿ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਮਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ) ਦੀ ਛੂਤ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਥਾਂ ਤੇ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉੱਥੋਂ ਦੀ ਵੀ ਕੋਈ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਰਿਸ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੈਸਟ : ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਟੈਸਤ ਤੋਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਮੂਤਰ ਨਲੀ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਗੁਦਾ 'ਚੋਂ ਸਵੈਬ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਮਗਰੋਂ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ : ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਛੂਤ ਹੈ ਸੋ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਚੰਗੀ ਤੇ ਹਾਈ ਪੋਟੈਂਸੀ ਦੇ ਐਂਟੀ-ਬਇਓਟਿਕਸ ਨਾਲ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦਾ ਕੋਰਸ ਕਦੇ ਵੀ ਅਧੂਰਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।

ਜਰੂਰੀ ਗੱਲ : ਜੇ ਕਰ ਸਮੇਂ ਰਹਿੰਦੇ ਕਲਾਮਾਈਡੀਆ ਦਾ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਈ ਸੀਰੀਯਸ ਪ੍ਰਬਲਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ : 1) ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਜਲਣ ਦਾ ਰੋਗ (ਪੈਲਵਿਕ ਇਨਫ਼ਲੇਮੇਸ਼ਨਰੀ ਡਿਜ਼ੀਜ਼), 2) ਪੇਡੂ 'ਚ ਚਿਪਕਾਅ ਤੇ ਪੇਡੂ ਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਦਰਦ 3) ਫੈਲੋਪੀਅਨ ਟਿਊਬਾਂ ਦੇ ਨਸ਼ਟ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬਾਂਝਪਣ (ਬੱਚਾ ਨਾ ਹੋ ਸਕਣਾ) ਅਤੇ 4) ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਗਰਭ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਥਾਂ ਫੈਲੋਪੀਅਨ ਟਿਊਬ 'ਚ ਹੀ ਠਹਿਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਐਕਟੋਪੀਕ ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ)

ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ : 1) ਮੂਤਰ ਨਾਲੀ ਯਣਿ ਯੁਰੇਥਰਾ 'ਚ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸੋਜ਼ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ 2) ਪਤਾਲੂਆਂ ਦੀ ਟਿਊਬ ਦੀ ਸੋਜ਼ (ਐਪੀਡੀਡਾਈਮਾਇਟੀਸ)

ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ : 1) ਮੂਤਰ ਨਾਲੀ 'ਚ ਸੋਜ਼ 2) ਗੁਦਾ 'ਚ ਜਲਣ (ਪਰੋਕਟਾਇਟੀਸ) ਅਤੇ 3) ਅੱਖ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਦੀ ਸੋਜ (ਕੰਜਕਟੀਵਾਇਟੀਸ ਤੇ ਉਵੇਆਇਟੀਸ)

ਖ਼ਾਸ ਨੋਟ : ਸੈਕਸ-ਸਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸੰਖੇਪ 'ਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ।ਕਲਾਈਮਾਈਡੀਆ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੀ ਸੈਕਸ ਸੰਬਧੀ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਗਨੋਰੀਆ, ਏਡਜ਼, ਸਿਫ਼ਲਿਸ, ਗ੍ਰੈਨਲੋਮਾ, ਫ਼ੰਗਸ ਰੋਗ - ਕੈਂਡੀਡਿਆਸਿਸ, ਵਾਇਰਲ ਰੋਗ - ਹਰਪੀਸ, ਹੈਪਾਟਾਇਟਿਸ, ਏਡਜ਼ ਆਦਿ ਤੇ ਪੈਰਾਸਿਟਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਕਿ ਸਕੈਬੀਜ਼ ਤੇ ਕਰੈਬ ਲਾਉਸ ਵਗੈਰਾ।

ਇਹ ਸਬ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੀਏ, ਜਗਹਿ - ਜਗਹਿ ਸੈਕਸ ਨਾ ਕਰੀਏ, ਇੱਕੋ ਪਾਰਟਨਰ ਰੱਖੀਏ, ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ, ਰੈਗੁਲਰ ਥੋੜੀ ਬਹੁਤ ਕਸਰਤ ਕਰੀਏ, 8 - 10 ਗਿਲਾਸ ਪਾਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੀਵੀਏ, ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਆਪਣੇ ਕੱਦ ਅਨੁਸਾਰ ਰੱਖੀਏ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਫ਼ੀਲੀਂਗ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 35 - 40 ਵ੍ਹਰਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ 'ਚ ਇਹ ਸੱਮਸਿਆ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਿਰ ਕੱਢਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸ਼ੁਕਰਾਨੁਆਂ ਦੀ ਕਮੀ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਨਾਈਟ ਡਿਸਚਾਰਜ ਵਗੈਰਾ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਾ ਲੈਣ ਤੇ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ੁਗਰ ਤੇ ਹਾਈ ਬੀ.ਪੀ. ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਖਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਵੀ ਮਰਦਾਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ, ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਹੀ ਸੈਕਸ ਲਾਈਫ਼ ਤੇ ਬੜਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਰੋਕਥਾਮ : ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੈਕਸ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਬੈਸਟ ਤੇ ਆਸਾਨ ਕੰਮ ਤਾਂ ਕੰਡੋਮ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਹੀ ਹੈ । ਇਹ ਬਾਕੀ ਦੀਆਂ ਸੈਕਸੁਅਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ 'ਚ ਵੀ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਣਚਾਹੇ ਗਰਭ ਨੂੰ ਵੀ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਸੈਕਸੁਅਲ ਵੀਕਨੈੱਸ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਵਾਈ ਤੇ ਸਹੀ ਖਾਣ-ਪਾਣ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰੀ ਠੀਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਸ਼ੁਗਰ ਤੇ ਹਾਈ ਬੀ.ਪੀ. ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਾਰਨ ਹੋਈ ਸੈਕਸੁਅਲ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਤਾਂ ਇੱਕ ਹੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ੁਗਰ ਤੇ ਹਾਈ ਬੀ.ਪੀ. ਤੋਂ ਬਚੋ, ਵਧਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਮਿੱਠੇ ਤੇ ਨਮਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ, 2 ਮੀਲ ਦੀ ਸੈਰ ਤੇਜ਼-ਤੇਜ਼ ਤੁਰ ਕੇ ਹਫ਼ਤੇ 'ਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 5 ਦਿਨ ਜਰੂਰ ਕਰੋ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਉ, ਰੋਟੀਆਂ ਘਟਾਉ ਤੇ ਹਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਫ਼ਰੂਟ ਖਾਉ, ਰਾਤ ਦੀ ਰੋਟੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿਉ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਦਾਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਜਰੂਰ ਕਰੋ, ਕੱਚੇ ਪਿਆਜ਼ ਤੇ ਹਰੀ ਮਿਰਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਕਰੇਲੇ ਤੇ ਹਰੇ ਆਂਵਲੇ ਦੀ ਚਟਨੀ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਰੋ, ਬਦਖੋਹੀਆਂ ਤੇ ਨਿੰਦਿਆ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ਆਪਣੀ ਫ਼ਿਕਰ ਕਰੋ, ਈਰਖਾ ਨਾ ਕਰੋ ਤੇ ਸਦਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਰਹੋ - ਵੇਖਣਾ ਫ਼ਿਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਮੁਸਕਰਉਂਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫ਼ਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਮਸ਼ਵਰੇ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ- **ਡਾ. ਕੁਮਾਰ, ਈ.ਮੇਲ. dr.kumar@medicalindia.org**

For any advice, contact Dr. A. Kumar: info@yorkscollege.com

Dr. Ashok Kumar
Consultant Herbalist & Dietician
D.Sc. (HS) USA

(Disclaimer: This article is only for the general information & nothing should be substituted as prescription. Author & publishers will in no way can be held responsible for any consequence if the reader(s) use any of the information of their own. Editor Yorks College)

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ

ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ, ਸ਼ੁਗਰ, ਅਥਰਾਇਟੀਸ, ਕਮਰ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ, ਲਕੋਰੀਆ, ਦਮਾ, ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਕਮੀ, ਹਾਈ ਬੀ.ਪੀ., ਮੋਟਾਪਾ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦੀ ਹਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਫ਼ਰੀ ਕੰਸਲਟ ਕਰੋ:

ਡਾ. ਏ. ਕੁਮਾਰ / Dr. A. Kumar

Consultant Herbalist & Dietician
D.Sc. (HS) U.S.A.
Member:
West B'ham & Sandwell Hospitals NHS Trust UK
American Botanical Council USA
West Montreal Counselling Centre, Montreal, Canada
email: info@yorkscollege.com

With a balanced diet, change in life style & some regular exercise, you can remain healthy forever!