එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස්

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් යනු කුමක්ද?

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් යනු සාමාන්‍යයෙන් ගර්භාෂයේ වැඩෙන පටක සිරුරේ වෙනත් කොටස්වල වර්ධනය වීම සිදු වීමයි. කාන්තාවන්ට මුලු ජීවිත කාලය පුරා ම මෙම තත්ත්වය ඇති විය හැකි අතර එය කල් ගත වන විට දරුණු බවට පත් විය හැකිය. අධ්‍යයනවලින් පෙන්වා දෙන අන්දමට ඔසප්වීම සිදුවන කාන්තාවන් 10 දෙනෙක් අතරින් 1ක් අයෙක් එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් රෝගයට ගොදුරු වෙයි. ලොව පුරා කාන්තාවෝ මිලියන 176කට අධික ප්‍රමාණයක් එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස්වලින් පෙළෙති.

සිදු වන්නේ කුමක්ද?

ඔබට එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් ඇති විට, මෙම පටක මගින්:

- උකුලේ ඇති අවයවවලට තදවීම
- උකුළේ පටකවලින් ඔබ්බට වර්ධනය වී ඩිම්බ කෝෂ වැනි අවයව දක්වා වර්ධනය වීම
- එය ගර්භාෂයේ දී ක්‍රියාකාරන ආකාරයට ම ක්‍රියාත්මක වීම, එනම්, ඔසප්වීමසිදුවන අවස්ථාවේ දී රුධිරය වහනය වීම සිදු විය හැකිය.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් ඇතිවන්නේ කෙසේද?

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් ඇති වීමට හේතුව හෝ එය ඇති වන්නේ ඇයි දැයි අපි නොදනිමු.

සමහර ගැටලු එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් තත්ත්වයට සම්බන්ධ වේ. එනම්:

- පැලෝපීය නාල ඔස්සේ ආපසු යටි බඩට නැත්නම් උකුල් කුහරයට ගලන ආකාරයේ ප්‍රතිවර්තී ඔසප් වීමක්
- එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් සම්බන්ධයෙන් පවුලේ ඉතිහාසයක් තිබීම
- උකුල් කුහරය ඇතුළත එන්ඩොමෙට්‍රියල් පටක වර්ධනය වීම
- ලාබාල වයසේ දී ඇති වන ඔසප් වීම
- නිතර නිතර සිදුවන, අධිකව රුධිරය වහනය වන, දීර්ඝ වේදනාකාරී ඔසප් වීම
- බර අඩු වීම.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් තත්ත්වයේ රෝග ලක්ෂණ

රෝග ලක්ෂණ එකිනෙකාට වෙනස් විය හැකි අතර වඩාත් සුලබ රෝග ලක්ෂණ මෙසේ වේ:

- විවිධ අවස්ථාවල, උදාහරණ වශයෙන් ඔසප් වීම පවතින විට හෝ ලිංගිකව හැසිරේම් දී බඩේ, කොන්දේ හෝ උකුලේ ඇතිවන වේදනාව
- අධික වශයෙන්, දීර්ඝ කාලයක් තිස්සේ පවත්නා හෝ අවිධිමත් රුධිර වහනය
- මල බද්ධය, අතීසාරය හා බඩ පිපුම වැනි මුත්‍රාශය හා මල පහ කිරීම පිළිබඳ ගැටලු. වැසිකිළි යාමේ දී වේදනාවක් දැනීම හා වැඩි පුර මුත්‍රා කිරීමේ අවශ්‍යතාව.

ඔබට කළ හැක්කේ කුමක්ද?

ඔබේ වේදනාව බොහෝ දරුණු නම්, ඔබට පාසැල් යෑමට හෝ වැඩට යාමට හෝ වෙනත් ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීමට නොහැකි නම්, කඩිනමින් ඔබේ වෛද්‍යවරයා වෙත යෑම වැදගත්. ඔබේ එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් තත්ත්වය කලින් හඳුනාගෙන ප්‍රතිකාර කිරීම සුදුසු වේ. එය කලින් හඳුනාගත හොත්, එය එතරම් දරුණු විය නොහැක.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් හඳුනාගැනීම

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් හඳුනාගැනීමට පහසුමගක් නොවන්නේ එය ඉතාම සුලු තත්ත්වයේ සිට දරුණු තත්ත්වය දක්වා විවිධ විය හැකි අතර රෝගීන් චිකිනෙකාගෙන් වෙනස් රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන හෙයිනි.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් හඳුනාගැනීමට ඇති එක ම මාර්ගය ලැපරොස්කොපි පරීක්ෂණයයි. මෙහි දී කැමරාවක් යොදා ගනිමින් උකුල් කුහරයේ එන්ඩොමෙට්‍රියල් පටක තිබේ දැයි සොයා බැලීම සිදු වේ.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් තත්ත්වයට ප්‍රතිකාර කිරීම හා එය පාලනය කිරීම

ප්‍රතිකාර ඔබේ රෝග ලක්ෂණ මත හා ඒවා ඔබේ එදිනෙදා ජීවිතයට බලපාන්නේ කෙසේදැයි යන්න මත පදනම් වේ.

ඔබට රෝග ලක්ෂණ මෙසේ පාලනය කළ හැකිය:

- එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් පටක ඉවත් කිරීමට, හානිය නැවත සැකසීමට හා ඔබට දරුවන් ලැබීමේ හැකියාව වැඩි දියුණු කිරීමට ශල්‍යකර්මයක් සිදු කිරීම
- වේදනා නාශක ගැනීම
- වේදනාව හා රුධිර වහනය අඩු කර ගැනීමට උපත් පාලන පෙති හෝ ප්‍රොජෙස්ටින් වැනි හෝමෝනමය ප්‍රතිකාර ගැනීම
- ඔබේ වේදනාව දරුණු නම්, පැතිරී ඇති අවයවය හෝ එහි කොටසක් ඉවත් කිරීම ශල්‍යකර්මයක් සිදු කිරීම
- සැහැල්ලු ව්‍යායාම - දිනකට විනාඩි 30ක්වත් ශාරීරික ව්‍යායාමවල යෙදීම
- ගුණාත්මක නින්දක් ලබා ගැනීම
- ආතතිය අඩු කිරීමට යෝග ව්‍යායාම වැනි සැහැල්ලු ක්‍රියාකාරකම් කිරීම

වැඩිදුර විස්තර සඳහා **jeanhailes.org.au/health-a-z/endometriosis** වෙත යන්න.

යාවත්කාලීන කිරීම **2019** ජූලි

මෙම තොරතුරු පත්‍රිකාව තොරතුරු ලබා දීමට හා දැනුම වැඩි දියුණු කිරීමට සැලසුම් කර ඇත. එමගින් විශේෂිත වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා නොදෙන අතර, එය ඔබේ වෛද්‍යවරයාගෙන් ලැබෙන උපදෙස් වෙනුවට ආදේශකයක් සේ භාවිත නොකළ යුතුය.

Jean Hailes for Women's Health ඕස්ට්‍රේලියානු රජයේ සහයෝග කෘතඥ පූර්වකව පිළිගනියි.

මෙම ව්‍යාපෘතිය සඳහා වික්ටෝරියානු ප්‍රාන්ත රජයෙන් අරමුදල් ලැබේ.

© Jean Hailes for Women's Health 2019

Jean Hailes for Women's Health විසින් කාන්තා සෞඛ්‍ය යන මාතෘකාව සම්බන්ධයෙන් පුළුල් හා අවබෝධාත්මක ප්‍රවේශයක් අනුගමනය කරයි. මෙම තොරතුරු පත්‍රිකාවේ දී 'කාන්තාවන් හා දැරියන්' යන යෙදුම් යොදාගෙන තිබේ.

මෙම යෙදුම් විවිධ ලිංගිකත්වයෙන් යුතු කාන්තාවන්, අන්තර් ලිංගික කාන්තාවන් හා සංක්‍රාන්ති ලිංගික අත්දැකීම් ඇති කාන්තාවන් ඇතුළත් වන ආකාරයට යොදාගෙන ඇත.

Jean Hailes FOR WOMEN'S HEALTH

1800 JEAN HAILES (532 642)

jeanhailes.org.au