Jean Hailes FOR WOMEN'S HEALTH

jeanhailes.org.au
1800 JEAN HAILES (532 642)

Endometriosis

Burmese

Endometriosis ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

Endometriosis ဆိုသည်မှာ ပုံမှန်အားဖြင့် သားအိမ်ထဲတွင်သာ ရှိနေရမည့် တစ်ရှူးများကို တင်ပါးဆုံရိုးခွင်တွင် တွေ့ရသည့် ရောဂါဖြစ်သည်။ ဤရောဂါသည် အမျိုးသမီး ၁၀ ယောက်တွင် တစ်ယောက်နှုန်းခန့် ဖြစ်ပွားတတ်သည့် အဖြစ်များပြီး ဆက်လက်ဖြစ်ပွားနေသော ရောဂါဖြစ်သည်။

Endometriosis ရောဂါအဘယ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားရသနည်း။

ဖြစ်ပွားရသည့် အကြောင်းရင်းကို အပြည့်အဝ မသိရသေးသော်လည်း လစဉ် ဓမ္မတာလာနေစဉ်အတွင်း သွေးနှင့် တစ်ရှူးအချို့သည် ယောနိထဲမှ လျှံထွက်လာပြီး ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်းရှိ တင်ပါးဆုံရိုး အခေါင်းပေါက်ထဲသို့ စီးဝင်သွားခြင်းကြောင့်ဟု ယူဆထားကြသည်။

ယင်းတစ်ရှူးများသည် သားအိမ်ထဲရှိစဉ်ကကဲ့သို့ပင် အလုပ်လုပ်ကြပြီး သင်ဓမ္မတာလာနေစဉ်အတောအတွင်း သွေးစိမ့်ထွက်ပါသည်။

Endometriosis သည် မည်သူများတွင် ဖြစ်ပွားသနည်း။

ဆွေမျိုးနီးစပ်သူ တစ်ယောက်ယောက်တွင် Endometriosis ရောဂါရှိသော အမျိုးသမီးများသည် ယင်းရောဂါရရှိနိုင်ခြေ မြင့်မားသည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိထားပါသည်။ ဆယ်ကျော်သက် အမျိုးသမီးငယ်များသည် ယင်းရောဂါအခြေအနေ ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိသည်ကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့သိရှိထားပါသည်။

အောက်ပါ လက္ခဏာများ ခံစားနေရလျှင် သင့်တွင် ဤရောဂါ ရှိကောင်း ရှိနေနိုင်ပါသည်။

- ပထမ တစ်ရက် သို့မဟုတ် နှစ်ရက်ပြီးနောက် ပျောက်ကင်း မသွားသည့် ဓမ္မတာမလာမီ နှင့်/ သို့မဟုတ် လာနေစဉ်အတောအတွင်း နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊
- လိင်ဆက်ဆံနေစဉ် သို့မဟုတ် အိမ်သာတက်နေစဉ် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အချို့အမျိုးသမီးများသည် ဝမ်းဗိုက်အောက်ပိုင်း၊ နံဘေးတစ်ဖက်ဖက် သို့မဟုတ် ခါးနာတတ်လေ့ ရှိပါသည်။
- ဓမ္မတာ မလာမီ၊ လာပြီးခါစ သို့မဟုတ် လာနေစဉ်တွင် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊
- ကျင်ငယ် သို့မဟုတ် ကျင်ကြီးစွန့်ရာတွင် အိမ်သာ အခေါက်ခေါက် အခါခါ သွားနေရခြင်း၊
- အထူးသဖြင့် ဓမ္မတာ လာသည့်အချိန် တစ်ဝိုက်အတွင်း လွန်စွာ မောပန်းနေတတ်ခြင်း၊
- ဝမ်းနည်းစိတ် သို့မဟုတ် စိုးရိမ်စိတ်တို့ကို ကြာမြင့်စွာ ခံစားနေရတတ်ခြင်း၊

သင် ဘာလုပ်နိုင်သနည်း၊

ရောဂါလက္ခဏာ စတွေ့လာသည်နှင့် ဆရာဝန်ကိုသွားပြပါ။ ကုသမှုကို စောစီးစွာ ခံယူလိုက်လျှင် ကျန်းမာရေး ပြဿနာများ နာတာရှည် ဖြစ်မလာစေရန် ကြိုတင် ကာကွယ်ရေးအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါသည်။

ရောဂါရှိမရှိ သိနိုင်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းမှာ ကိုယ်တွင်းကြည့် မှန်ပြောင်းဖြင့် ကြည့်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယင်းမှာ မီးအလင်းရောင်ပါသည့် ပြွန်ငယ်ကို ချက်တွင် ဖောက်ထားသည့် အပေါက်မှတစ်ဆင့် သွင်း၍ ကြည့်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆေးရုံများတွင် ထုံဆေး၊ မေ့ဆေးပေး၍ ယင်းသို့ကြည့်ပါသည်။ တစ်ရှူးစ အချို့ကိုထုတ်ယူပြီး အဏုကြည့်မှန်ပြောင်းဖြင့် စစ်ဆေး ကြည့်ရှုပါသည်။

ကုသမှု

- အကိုက်အခဲပျောက်အောင် ကုသပေးရာတွင် အရောင်ကျဆေး ကဲ့သို့သော ဆေးဝါးများပေးခြင်း သို့မဟုတ် သန္ဓေတားဆေး ကဲ့သို့သော ဟိုမုန်းပါသည့်ဆေးများ ပေးခြင်းတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။
- အချို့ရောဂါသည်များတွင် ရှိနေသည့် endometrial တစ်ရှူးများကို ဖယ်ထုတ်ရန်အတွက် ခွဲစိတ်ကုသရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ဝမ်းနည်းစိတ်များနှင့် စိုးရိမ်စိတ်များကို လျော့ပါးစေရန် အတွက် အကူအညီရှာရန်သည်လည်း အရေးကြီးပါသည်။
- အခြားသော ကုသမှုနည်းများမှာမူ သင့် ရောဂါလက္ခဏာများ အပေါ်မူတည်ပါသည်။
- တတ်နိုင်သမျှ လှုပ်လှုပ်ရှားရှား နေရန် ကြိုးစားကြည့်မည် ဆိုပါကလည်း ရောဂါပိုသက်သာရန် အထောက်အကူ ဖြစ်သည်။

ဓမ္မတာလာစဉ် ပြင်းထန်စွာ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းသည် ပုံမှန်မဟုတ်သည်ကို သတိထားပါ။ နာကျင်ကိုက်ခဲလွန်း၍ ကျောင်းမတက်နိုင်၊ အလုပ်မဆင်းနိုင်၊ အခြား ဘာမျှလည်း မလုပ်နိုင်တော့ပါက ကျေးဇူးပြု၍ ကုသမှုခံယူပါ။

အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက jeanhailes.org.au/health-a-z/endometriosis **တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။**

Endometriosis (အကျဉ်းချုပ်ထားသော) အချက်အလက်စာလွှာ – ၂၀၁၅ ခု၊ ဧပြီလတွင် မွမ်းမံပြင်ဆင်သည်

ဤလူထုသတိပေးချက်မှာ အသိပေးရန်နှင့် ပညာပေးရန်အတွက်သာဖြစ်သည်။ ကုသမှုအတွက် သီးခြား အကြံပေးခြင်း သို့မဟုတ် သင့်ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်ကို အစားထိုးရန် မဟုတ်ပါ။

ဤစီမံကိန်းကို Collie ဖောင်ဒေးရှင်းမှ ထောက်ပံ့ကြေးတစ်ခုဖြင့် ရန်ပုံငွေထောက်ပံ့ပြီး ANZ Trustees က စီမံခန့်ခွဲသည်။