



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

ਕੁਝ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਮਰਦ, ਦੋਵੇਂ ਝਿਜਕਦੇ ਹਨ। (ਡਾ. ਏ. ਕੁਮਾਰ)

ਬਿਮਾਰੀ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਹੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਝਿਜਕ ਕਾਹਦੀ? ਨੁਕਸਾਨ ਕਿਸ ਦਾ ਹੈ? ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ - ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਹੱਦ ਤੀਕ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਵੀ। ਬਿਮਾਰ ਰਹੋਗੇ, ਸ਼ਰਮਾਉਗੇ, ਬਿਮਾਰੀ ਵਧੇਗੀ ਜਾਂ ਨੀਮ ਹਕੀਮਾਂ ਕੋਲ ਪੈਸੇ ਤੇ ਵਕਤ ਬਰਬਾਦ ਕਰੋਗੇ, ਦਿਮਾਗ 'ਚ ਹਲਚਲ ਰਹੇਗੀ, ਚਿੰਤਾ ਵਧਦੀ ਜਾਏਗੀ, ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲੱਗ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਕੰਮਕਾਰ ਤੇ ਅਸਰ ਪਏਗਾ, ਕਮਾਈ ਤੇ ਅਸਰ ਪਏਗਾ ਤੇ ਆਖੀਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਭੁਗਤੇਗਾ। ਬੜੀਆਂ ਐਸੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਲੋਕ ਝਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਤਰਾਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਆਉ, ਅੱਜ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਈਏ।

1. ਏਡਜ਼: ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਮਰਦਾਂ-ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏਡਜ਼ - ਐਕਵਾਇਰਡ ਇਮਿਊਨੋ-ਡੈਫੀਸ਼ੀਐਨਸੀ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਹੈ ਤੇ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗ ਹੈ। ਏਡਜ਼ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਐਚ.ਆਈ.ਵੀ., ਹਿਊਮਨ ਇਮਿਊਨੋ-ਡੈਫੀਸ਼ੀਐਨਸੀ ਵਾਇਰਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਏਡਜ਼ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਕੋਈ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਫਿਰ ਕਦੇ ਵੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਏਡਜ਼ ਸਿਰਫ ਤਾਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਐਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਵਾਇਰਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵੀਰਜ, ਯੋਨੀ ਦੇ ਦ੍ਰਵ, ਜਾ ਖੂਨ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੀ ਲਾਗ ਉਦੋਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਸ ਵਿਚ ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਟ ਔਰਤ ਨੂੰ ਏਡਜ਼ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਜੰਮਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਏਡਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏਡਜ਼ ਕਦੇ ਵੀ 'ਕਿੱਸ' ਕਰਣ ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਐਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਹਰ ਵਾਰ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਨਵੇਂ ਕਾਂਡੋਮ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਮੌਖਿਕ ਸੈਕਸ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੈਂਗਿਕ ਸਾਥੀ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸੂਈਆਂ, ਸਰਿੰਜ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਹੋਰ ਭਾਗ ਸਾਂਝੇ ਨਾ ਕਰੋ। ਰੇਜ਼ਰ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬਰੱਸ ਵੀ ਸਾਂਝੇ ਨਾ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਮੈਂਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

2. ਸੈਕਸੁਅਲ ਵੀਕਨੈਸ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ: ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਪਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਯਾਨਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੈਕਸ ਨੂੰ ਜੀਅ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਦੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ, ਵੀਰਜ ਦਾ ਜਲਦੀ ਸਖਲਨ ਹੋ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਲਿੰਗ 'ਚ ਸਖਤੀ ਦੀ ਕਮੀ। ਮੈਡੀਕਲ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਪ੍ਰੀ-ਮੈਚਿਊਰ ਇਜੈਕੁਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਰੈਕਟਾਇਲ ਡਿਸਫੰਕਸ਼ਨ। ਹੋਰ ਵੀ ਬੜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਰਦ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਈ ਮਰਦ ਤਾਂ ਵਿਆਹ ਤੱਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਦੇ ਵਿਆਹ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਮਰਦ ਦਿਮਾਗੀ ਤੌਰ ਤੇ ਵੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਮਰਦ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਜਦ ਕਿ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਸੱਮਸਿਆ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਹੋਣ ਤੇ ਮਰਦ ਸ਼ਰਮ ਕਰਕੇ ਚੰਗੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਅਪਨੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਦੋਸਤ ਨਾਲ ਗੱਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਨੀਮ-ਹਕੀਮ ਤੋਂ ਜਾਂ ਲੁੱਟਮਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੌਡੂ ਹਕੀਮਾਂ ਤੋਂ ਦੇਸੀ ਦਵਾ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੇ ਪਾਉਡਰ ਤੇ ਮਾਲਿਸ਼ ਦੀਆਂ ਸ਼ੀਸ਼ੀਆਂ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦੇ ਨੇ। ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਐਸੇ ਸੈਂਕੜਿਆਂ ਲੋਕ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਇੰਗਲੈਂਡ ਤੱਕ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ੀ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ

ਦਵਾਈਆਂ ਮੰਗਵਾ ਕੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਪਾਉਂਡ ਗੁਆ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਫ਼ਾਲੀਫ਼ਾਈਡ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਹੀ ਸਲਾਹ ਲਉ - ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਉਗੇ। ਕਈ ਵਾਰ, ਸਾਡੀਆਂ ਆਪ ਕੀਤੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ, ਬਾਹਰੋਂ ਲਿਆਂਦੇ ਸੈਕਸੁਅਲ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ, ਵਧਦੀ ਉਮਰ, ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਅਸਰ ਤੇ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ 'ਚ ਕੁਝ ਮਿਨਰਲ ਵਗੈਰਾ ਦੀਆਂ ਕਮੀਆਂ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਪ੍ਰਾਬਲਮਜ਼ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਲਾਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਲਾਜ ਕਰ ਲੈਣ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੰਗੀ ਸੈਕਸ ਲਾਇਫ਼ ਬਿਤਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਾਂ, ਗੰਦੀ ਦੋਸਤੀ ਤੋਂ ਕਿਨਾਰਾ ਕਰੋ, ਬਲੂ ਫਿਲਮਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਆਉਂਦੇ ਫ਼ਰੀ ਦੇ ਗੰਦੇ ਟੀ.ਵੀ. ਚੈਨਲ ਨਾ ਵੇਖੋ ਬਲਕਿ ਸੋਹਨਾ ਸਹਿੱਤ ਪੜ੍ਹੋ।

3. ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੈਕਸ 'ਚ ਰੁਚੀ ਨਾ ਹੋਣਾ: ਇਸਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਕਿ ਦਿਮਾਗੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਮਾੜੀ ਖੁਰਾਕ, ਥਕਾਵਟ ਰਹਿਣਾ, ਲਕੋਰੀਆ ਜਾਂ ਪਾਨੀ ਪੈਣਾ, ਪੀਰੀਅਡਾਂ 'ਚ ਖ਼ਰਾਬੀ, ਮੈਨੋਪਾਜ਼ਲ ਸੱਮਸਿਆ, ਪਾਰਟਨਰ ਜਾਂ ਪਤੀ ਨਾਲ ਅਣਬਨ, ਸੈਕਸ ਪ੍ਰਤੀ ਅਧੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੈਕਸ ਵੇਲੇ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋਣਾ, ਪਾਰਟਨਰ ਜਾਂ ਪਤੀ ਦਾ ਸੈਕਸ 'ਚ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾ ਮਿਲਨਾ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਕਾਰਨ ਆਦਿ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਕਈ ਵਾਰ ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਦੇ ਸੰਬਧਾਂ 'ਚ ਵਿਗਾੜ ਤੱਕ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਪਰ - ਇਹ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਸੱਮਸਿਆ ਨਹੀਂ, ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4. ਨਾਈਟ ਡਿਸਚਾਰਜ: ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਘੱਟ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਇੱਕ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਨਾਮ ਨੋਕਚੁਰਲ ਐਮਿਸ਼ਨ ਹੈ। ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ 'ਵੈੱਟ ਡ੍ਰੀਮਜ਼' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਹੀ ਵੀਰਜ ਦਾ ਡਿਸਚਾਰਜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਮਰਦਾਂ ਦਾ ਵੀਰਜ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਵੀ ਯੋਨੀ 'ਚ ਗਿੱਲਪਨ ਜਾਂ ਡਿਸਚਾਰਜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਫ਼ਨੇ 'ਚ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਰੂਪ 'ਚ ਸੈਕਸ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਖਲਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਖਲਨ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਨੀਂਦ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਮਸਲਨ ਨੀਂਦ ਪੈਣ ਤੋਂ ਘਬਰਾਹਟ, ਸਰੀਰਿਕ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਗੋਡਿਆਂ 'ਚ ਦਰਦ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਯਾਦਾਸ਼ਤ, ਸਪਰਮਜ਼ ਦੀ ਘਾਟ, ਬੱਚੇ ਨਾ ਕਰ ਪਾਣਾ, ਸੈਕਸੁਅਲ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਨਜ਼ਰ ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਹੀਨੇ - ਪੰਦਰਾਂ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਜੇ ਕਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਰ ਨਾਈਟ ਡਿਸਚਾਰਜ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨਾ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਪੈਸੇ ਖੱਟਣ ਦੀ। ਇਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਤੇ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

5. ਲਕੋਰੀਆ: ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਹੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਲਕੋਰੀਆ ਨੂੰ ਆਮ ਬੋਲਚਾਲ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ 'ਪਾਨੀ ਪੈਣਾ' ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਲਕੋਰੀਆ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਮੈਨੂੰ ਤਕਰੀਬਨ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹੀ ਕਈ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ, ਚਿੱਠੀਆਂ ਤੇ ਈ-ਮੇਲਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੜੇ ਹੀ ਅਫ਼ਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਇਸ ਨਾਮੁਰਾਦ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਔਰਤਾਂ ਹੀ ਇੰਨਾ ਘੱਟ ਜਾਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਲਗਭਗ ਹਰ ਲੜਕੀ ਜਾਂ ਔਰਤ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲਕੋਰੀਆ ਹੈ ਕੀ? ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਸਫ਼ੇਦ ਪਾਣੀ ਬਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਘੱਟ ਤੇ ਕਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ। ਮੈਡੀਕਲ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਇਹ ਦੋ ਤਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - ਵੈਜਾਇਨਲ ਜਾਂ ਸਰਵੀਕਲ ਲਕੋਰੀਆ। ਲਗਾਤਾਰ ਬਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਾਨੀ ਸਫ਼ੇਦ ਰੰਗ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਾਨੀ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਗਾੜ੍ਹਾ ਤੇ ਚਿਪਚਿਪਾ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਨਾ ਕਰਨ ਤੇ ਇਹ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪੀਲਾ, ਹਲਕਾ ਹਰਾ ਜਾਂ ਫਿਰ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਿਨ 'ਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਅੰਡਰਵੀਅਰ ਬਦਲਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਦਬੂ ਆਉਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਬਹਿਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੈਕਸ ਵੇਲੇ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਮਰ ਦਰਦ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕਾਲੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਟੁੱਟਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਖੁਜਲੀ ਹੋਣ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਫੈਲ ਜਾਣ ਤੇ, ਬਾਂਝਪਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਉਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਕੋਰੀਏ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਕੋਈ ਔਖਾ ਨਹੀਂ। ਬਿਨਾ ਦੇਰ ਕੀਤਿਆਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਿਸਟਮ 'ਚ ਲਕੋਰੀਏ ਦੇ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ

ਤੇ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਹਰਬਲ ਮੈਡੀਸਨ ਕੋਲ ਲਕੋਰੀਏ ਦੇ ਕਈ ਚੰਗੇ ਇਲਾਜ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲਕੋਰੀਏ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਗਏ ਹੋ ਤਾਂ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਲਕੋਰੀਆ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਪੁਰਾਨਾ ਹੋਵੇ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

6. ਹਰਪੀਸ - ਸੈਕਸ ਦੀ ਇਕ ਲਾਇਲਾਜ ਬਿਮਾਰੀ: ਹਰਪੀਸ ਮਰਦਾਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਹੈਰਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੰਗਲੈਂਡ 'ਚ ਹਰ ਚੌਥੇ ਵਿਅਕਤ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਸੈਕਸੁਅਲ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਹਰਪੀਸ ਇਹ ਇਕ ਛੂਤ ਦਾ ਲਾਇਲਾਜ ਰੋਗ ਹੈ ਅਤੇ ਇਕ ਵਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਿਰ ਕਦੇ ਵੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸਹੀ ਕੇਯਰ ਨਾ ਕਰਨ ਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਪਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗੋਂ ਬੱਚੇ ਵੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੰਮ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਦਿਮਾਗੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਪਾਗਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰੇ ਪਹੁੰਚਦਿਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਦੇ ਸੈਕਸ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੇ ਛਾਲੇ ਜਾਂ ਦਾਨੇ ਜਿਹੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵੈਸੇ ਇਹ ਛਾਲੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਛਾਤੀ, ਗਰਦਨ, ਪੱਟਾਂ, ਪਿੱਠ, ਅੱਖਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਣ ਵੇਲੇ ਚੀਸ ਜਿਹੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਵਧ ਜਾਣ ਤੇ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਵੀ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਵੀ ਇਹ ਦਾਨੇ ਸੈਕਸ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਕਦੇ ਵੀ ਸੈਕਸ ਨਾ ਕਰੋ ਵਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦੂਜੇ ਪਾਰਟਨਰ ਨੂੰ ਵੀ ਹਰਪੀਸ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਬਾਹਰ ਸੈਕਸ ਲਈ ਜਾਣਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭੈਣ-ਭਰਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਵੇਂ ਕੰਡੋਮ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਸੋਚਨ।

7. ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ : ਇਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੀ ਸੈਕਸ ਦੀਆਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਕਿ ਕਲਾਮਿਡੀਆ, ਗਨੋਰੀਆ, ਸਿਫਲਿਸ, ਕੰਡੀਡਿਆਸਿਸ, ਕਨਕਰੋਇਡ, ਕ੍ਰੈਬਸ, ਹੈਪਾਟਾਇਟਿਸ, ਜਨਾਇਟਿਲ ਵਾਰਟਸ, ਵੈਜਿਨਾਇਟਿਸ, ਸਕੈਬਿਜ਼ ਵਗੈਰਾ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਫਿਰ ਕਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਾਂਗੇ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੋਟ : ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਸਮਝੋ, ਕਦੇ ਵੀ ਝਿਜਕ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮ ਨਾ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਤਰਾਂ ਸੈਕਸੁਅਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੀ ਹਨ ਕੋਈ ਅਜੂਬਾ ਨਹੀਂ। ਜਰਾ ਵੀ ਸ਼ੱਕ ਹੋਣ ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਤੇ ਸਲਾਹ ਲਉ। ਹਾਂ ਇੰਨਾਂ ਖਿਆਲ ਜ਼ਰੂਰ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਅਨਰਜਿਸਟਰਡ ਤੇ ਝੋਲਾਛਾਪ ਵੈਦ-ਹਕੀਮ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਨਾ ਜਾਉ। ਇਹਨਾਂ ਕੋਲ ਜਾਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਤੇ ਸਿਹਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਖਰਾਬ ਕਰਦੇ ਬਲਕਿ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਝੂਠੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।

ਇੰਸਾਨ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਹੀ ਚੰਗੇ ਸੈਕਸ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਬਣਾ ਕੇ ਰਖਣਾ ਜਰਾ ਵੀ ਔਖਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਪਾਉ। ਬੁਰੇ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਉੱਠੋ, ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸੋਵੋ, ਹਰੀਆਂ ਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਰੂਟ ਤੇ ਸਲਾਦ ਖਾਉ, ਖੂਬ ਪਾਣੀ ਪੀਉ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਭੈੜੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਸੈਕਸ ਲਈ ਨਾ ਜਾਉ। ਚੰਗਾ ਸਾਹਿਤ ਪੜ੍ਹੋ ਤੇ ਸਬ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ - ਖੁਸ਼ ਰਹੋ ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਰੱਬ ਦੇ ਸਿਰ ਧਰ ਦਿਉ।

For any advice, contact Dr.A.Kumar : info@yorkscollge.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)