Punjabi - Number 08b
STI series – March 2026

ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ
Urethritis

ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ ਕੀ ਹੈ?

ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ ਯੂਰੇਥਰਾ ਦੀ ਸੋਜ ਹੈ। ਯੂਰੇਥਰਾ ਉਹ ਨਲੀ ਹੈ ਜੋ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਬਲੈਡਰ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਲਿੰਗ (penis) ਵਿੱਚ, ਯੂਰੇਥਰਾ ਵੀਰਜ ਵੀ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੈ?

ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ ਅਕਸਰ ਸੁਜਾਕ, ਕਲੈਮੀਡੀਆ ਜਾਂ ਹਰਪੀਜ਼ ਸਿੰਪਲੈਕਸ ਵਾਇਰਸ ਵਰਗੇ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਲਾਗਾਂ (STIs) ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਜਾਕ, ਕਲੇਮਿਡੀਆ ਅਤੇ ਹਰਪੀਜ਼ ਸਿੰਪਲੈਕਸ ਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #08a ਸੁਜਾਕ, HealthLinkBC File #08l ਕਲੇਮਿਡੀਆ ਅਤੇ HealthLinkBC File #08d ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਹਰਪੀਜ਼'ਤੇ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਜੀਵ ਜੋ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਯੂਰੇਥਰਾ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਣਨ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਧਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਯੂਰੇਥਰਾ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਬਲੈਡਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਦੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ, ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰਾਂ ਜਾਂ ਸੱਟ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਯੂਰੇਥਰਾ, ਸਰੀਰਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਯੂਰੇਥਰਾ ਵਿੱਚ ਜਲਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੈਬ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਣਜਾਣ ਜਾਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਜੀਵਾਣੂ ਜੋ ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੌਖਿਕ, ਯੋਨੀ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਦੇ ਸੈਕਸ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਯੂਰੇਥਰਾ ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਜਾਂ ਲੇਸਦਾਰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਨਾਲੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਲਾਲੀ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਲਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਨਾਲੀ ਵਿੱਚ ਖੁਜਲੀ ਜਾਂ ਜਲਣ

ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬਾਲਗ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਇਹ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਪੇਟ ਦਰਦ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਨਾ ਹੋਣਾ
- ਬਲੈਡਰ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾ ਹੋਣਾ

ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ।

ਸੰਭਾਵੀ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

ਜੇਕਰ ਯੂਰੇਥ੍ਰਾਈਟਿਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ, ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸੋਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਂਝਪਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਯੂਰੇਥਰਾਈਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੋਲੀਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਲਈ, ਇਲਾਜ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੋਲੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਲਾਗ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਹੋਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ(ਆਂ) ਦੁਆਰਾ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 7 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕੋਈ ਵੀ ਮੌਖਿਕ, ਯੋਨੀ ਦਾ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਦਾ ਸੈਕਸ ਨਾ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ(ਡੇ) ਸਾਥੀ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ(ਦੇ), ਗੋਲੀਆਂ ਖਾਣ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਾਰੀ ਦਵਾਈ ਖਤਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲਾਗ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਪਾਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਲਾਗ (STI) ਹੋਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਘਟਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਇਹ ਕੁਝ ਕਦਮ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ STI ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ: ਵੱਖ-ਵੱਖ STIs ਨੂੰ ਸਮਝੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਓ: ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ(ਆਂ) ਨਾਲ STIs ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਸਕੋ।
- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕਰੋ: ਸੈਕਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੌਂਡਮ, ਬੈਰੀਅਰ ਜਾਂ ਲੂਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਓ: ਕੁਝ ਲਾਗਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਟੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ HPV, ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ A ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ(ਆਂ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ: ਸਹਿਮਤੀ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ, ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਪਸੰਦਾਂ, ਅਤੇ STI ਟੈਸਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

STI ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #08o ਸੰਭੋਗ ਦੁਆਰਾ ਸੰਚਾਰਿਤ ਵਿਗਾੜਾਂ (STIs) ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ 'ਤੇ ਜਾਓ।

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority