



ਜਵਾਨ ਕੁੜੀਆਂ ਦੇ ਮਿਰਗੀ ਬਾਰੇ ਖਾਸ ਫਿਕਰ (Special Concerns about Epilepsy for Teenage Girls)

ਜਿਹੜੀ ਨਰਸ ਮਿਰਗੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ “ਜਵਾਨੀ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੀ ਹਾਂ” ਅਤੇ “ਮੇਰੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਵਧ” ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

ਜਵਾਨੀ ਵੱਲ ਜਾਣਾ (ਪਿਊਬਰਟੀ) ਇਕ ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਬਾਲਗ ਵੱਲ ਤਬਦੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਰ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਰੀਰਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸੀਜ਼ਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਜਿਹੜੀ ਡੋਜ਼ (ਖੁਰਾਕ) ਪਹਿਲਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਸੀ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨਵੇਂ ਆਕਾਰ ਕਰਕੇ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਗਰੇਡ ਤੋਂ “ਪੈਟੀ ਮਾਲ” ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਟੀਨਏਜਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗੀ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਟੀਨਏਜ (ਜਵਾਨ ਉਮਰ) ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਤਕਰੀਬਨ ਹਟ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਨਾਇਨ ਰੋਲੈਂਡਿਕ ਨਾਂ ਦੀ ਮਿਰਗੀ ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ। ਐਬਸੈਂਸ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਵਾਲੇ ਤਕਰੀਬਨ 75 ਫੀ ਸਦੀ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਐਬਸੈਂਸ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਦੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਤਕਰੀਬਨ 25 ਫੀ ਸਦੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸੀਜ਼ਰ ਟੀਨਏਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਜਾਂ ਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਕਦੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੀਜ਼ਰ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਨੌਰਮਲ, ਭਰਪੂਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣਾ ਜਾਰੀ ਵੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਮੇਰੀ ਸਹੇਲੀ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਵੱਖਰੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਹੜੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ?

ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸੀਜ਼ਰ ਦੀ ਇਕ ਕਿਸਮ ਲਈ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਜੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਚੋਣ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਮੁਤਾਬਕ, ਈ ਈ ਜੀ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਮੁਤਾਬਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਵਾਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਉਦੇਸ਼ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਹਲਕੀ ਡੋਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੇ। ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਬਦਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਪੀਰੀਅਡ ਆਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਰ ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਇਹ ਦੱਸਣ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪੀਰੀਅਡ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਬਦਲ ਜਾਣਗੇ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਜਵਾਨ ਔਰਤਾਂ ਲਈ, ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪਰ, ਕੁਝ ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੀਰੀਅਡ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ, ਪਰ ਇਹ ਹਾਰਮੋਨਲ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੀਰੀਅਡ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਕਾਂ ਲਿਖਣੇ ਹਨ।

ਮਾਹਵਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਅਤੇ ਮਿਰਗੀ 'ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਮੇਰਾ ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾਉਣਗੇ। ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਿਰਗੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਹ ਕਦੇ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦੋਸਤਾਂ ਤੋਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹੋ ਲੁਕਾਉਣਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਟੀਨਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਾਲੇ ਲੱਗੇ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰਾ ਬੋਆਏਫਰੈਂਡ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡਾ ਇਸ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਕਰਨਾ ਨੌਰਮਲ ਹੈ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਚਾਣਚੱਕ ਹੈਰਾਨੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਸਾਰੀਆਂ ਉਮਰਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਮਝਦੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹ ਆਸ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੋਆਏਫਰੈਂਡ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੀ ਆਸ ਰੱਖਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਸਰਾ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਇਕ ਮਾਪਾ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤੱਥਾਂ ਬਾਰੇ ਖਾਸ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਲਈ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਨਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਮਾਪੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਰਗੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪੁਰਾਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਖਿਆਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਾਜਬ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਗੱਲ ਕਰਾਉਣਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਵਾਧੂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਟ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗੀ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਕੀਅ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦਾ ਕੋਈ ਜਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਚੇਅਰਲਿਫਟ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਪਲੈਨ ਲੱਭਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰੋ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਦੋਨਾਂ ਲਈ ਆਰਾਮਦੇਹ ਹੋਵੇ।

ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਮੈਨੂੰ ਸਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਲੈਕਚਰ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਹਰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ?

ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨਾ ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਰਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਇਸੈਂਸ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਸੀਜ਼ਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਵੇ, ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਈਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਡਰਾਈਵਰਜ਼ ਲਾਇਸੈਂਸ (ਕਲਾਸ 5-8) ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਛੱਡਣ ਕਰਕੇ ਸੀਜ਼ਰ ਜਾਂ ਸਿੰਪਲ ਪਾਰਸ਼ਲ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦਵਾਈਆਂ ਬਦਲਣ ਦੌਰਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਸਿਰਫ ਨੀਂਦ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਜਾਗਣ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਅਤੇ ਮੇਰਾ ਬੋਆਏਫਰੈਂਡ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਮਿਰਗੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕੀ ਅਸੀਂ ਵਿਆਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਹੋਰਨਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੀਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਬਾਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਜਵਾਨ ਜੋੜਿਆਂ ਲਈ ਵਿਚਾਰਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਾਮਲੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਾਂ ਅਤੇ ਸੈਕਸੂਅਲਟੀ ਬਾਰੇ ਸਚਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਭੋਗ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੈਕਸੂਅਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਰੋਕੂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਹਾਂ। ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤਿਆਂ ਦੇ ਨੌਰਮਲ, ਤੰਦਰੁਸਤ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੀਜ਼ਰ ਕੰਟਰੋਲ, ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਫੋਲਿਕ ਐਸਿਡ ਨਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਵਿਟਾਮਿਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਲੈਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਫਿਕਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਲੈਣਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੋੜੇ ਲਈ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ

ਲਈ ਪਲੈਨਿੰਗ ਅਤੇ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਅਡਜਸਟ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਬਦਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗਰਭ ਦੀ ਪਲੈਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਨਿਊਰੋਲੋਜਿਸਟ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਕਾਮਯਾਬ ਮਾਪਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਫਰਤ ਹੈ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਫੁੱਟ ਫੁੱਟ ਰੋ ਪੈਂਦੀ ਹਾਂ। ਮਿਰਗੀ ਵਾਲਾ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਕਦੇ ਕਦੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਅਤੇ ਉਦਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੌਰਮਲ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਆਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਬੋਝ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਦਦ ਲਵੋ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੀ ਅਤੇ ਸਟਰੈੱਸ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ।

ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ। 2009 ਵਿਚ ਵੰਡਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ (ਐੱਮ ਸੀ)

ਤੁਸੀਂ ਬੀ ਸੀ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

#2500-900 West 8th Avenue, Vancouver, BC V5Z 1E5

ਫੋਨ: (604) 875-6704 ਫੈਕਸ: (604) 875-0617 info@bcepilepsy.com www.bcepilepsy.com