

ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਮਿਰਗੀ (Menopause And Epilepsy)

ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦਾ ਮੇਰੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਨਾਲ ਕੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ?

ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣਾ (ਮੈਨੋਪੌਜ਼) ਔਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਓਵਰੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਦੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਪੀਰੀਅਡ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚਲੇ ਸੈਕਸ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਘਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਕਾਰਜ 'ਤੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਣ ਵੇਲੇ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਸੈਕਸ ਪੈਟਰਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਹਾਰਮੋਨਲ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਮਿਆਂ ਵਿਚ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, *ਹਾਰਮੋਨਜ਼ ਅਤੇ ਮਿਰਗੀ* ਵਰਗੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੈਂ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਪੀਰੀਅਡ ਘੱਟ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਗਰਮੀ ਵੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸੀਜ਼ਰ ਹੈ?

ਸ਼ਾਇਦ ਨਹੀਂ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਗਰਮੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ ਲਈ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਣਾ ਅਤੇ “ਅਚਾਨਕ ਗਰਮੀ ਲੱਗਣਾ” (ਹੋਟ ਫਲੈਸ਼ਿਜ਼) ਮੈਨੋਪੌਜ਼ ਦਾ ਇਕ ਬੇਆਰਾਮੀ ਵਾਲਾ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਹੋਣਾ ਆਮ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਿਊਰੋਲੋਜਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਰੇ ਵਿਚ ਘੱਟ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਸੀਜ਼ਰ ਬਿਹਤਰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਹੋਏ?

ਇਹ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਗੱਲ ਹੈ। ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਖਾਸ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸੀਜ਼ਰ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਜਾ ਮਾਦਾ ਹਾਰਮੋਨ, ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਨ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦੋਨੋਂ ਹਾਰਮੋਨ ਘਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਣ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕੁਝ ਨੂੰ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਪਤਲੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਣ ਦੌਰਾਨ ਮੈਨੂੰ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਲੈਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਨਿੱਜੀ ਫੈਸਲਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਕਈ ਪੱਖਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਲੈਣ ਨੂੰ ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ (ਐੱਚ ਆਰ ਟੀ) ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਓਸਟੀਓਪੋਸਿਸ (ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਪਤਲਾ ਹੋਣ) ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਗਰਮੀ ਲੱਗਣ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਅਤੇ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਲੈਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਨ ਵੀ ਲਵੋਗੇ। ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਕੁਝ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੁਦਰਤੀ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਨ, ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਸੀਜ਼ਰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਓਸਟੀਓਪੋਸਿਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਹਾਂ, ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਖੁਰਾਕ ਖਾਉ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਵਾਲੇ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਸਪਲੀਮੈਂਟਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਨੇਮ ਨਾਲ ਕਸਰਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੀਮਤ ਕਰੋ। ਸਿਗਰਟਾਂ ਨਾ ਪੀਉ। ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਔਰਤ ਲਈ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉਮਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਕੀ ਸੀਜ਼ਰ ਦੀ ਮੇਰੀ ਦਵਾਈ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗੀ?

ਇਹ ਕਈ ਖੱਬਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਖਾ ਬਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤ ਕੇ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਬੁਢਾਪੇ ਵੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਾਡਾ ਮੈਟਾਬੋਲਿਜ਼ਮ ਬਦਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਡੋਜ਼ਾਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੀਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਪਤਲਾ ਕਰਦੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਤਾਂ ਨਹੀਂ।

ਮੈਂ ਅੱਧਖੜ ਉਮਰ ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅੱਜਕਲ ਮੇਰੇ ਸੀਜ਼ਰ ਵਧ ਗਏ ਹਨ। ਕੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ?

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਸਦਾ ਲਈ ਬੰਦ ਹੋਣਾ ਇਕ ਸਿਲਸਿਲਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਅਚਾਨਕ ਵਾਪਰੀ ਘਟਨਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਸੀਜ਼ਰ ਪੈਟਰਨ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਆਗਿਆ ਲੈ ਕੇ ਅਪਣਾਇਆ। 2009 ਵਿਚ ਵੰਡਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ (ਐੱਸ ਪੀ)

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