# ਇਸ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ:
# **ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ**

NHS

BBUGSS
British Benign Upper Gastrointestinal Surgical Society

## ਇਹ ਪਰਚਾ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ?

ਇਹ ਪਰਚਾ **ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ** ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

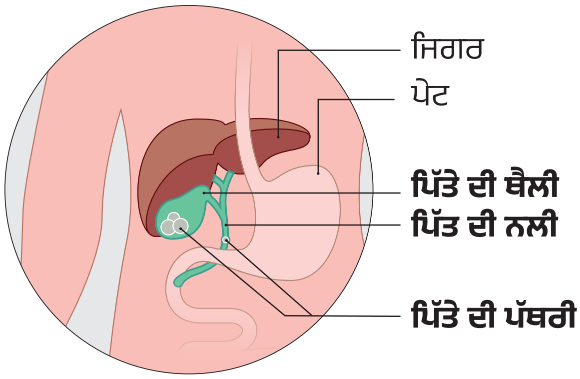
ਪੰਨਾ **1 – 5**
**ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ**

ਪੰਨਾ **6 – 10**
**ਇਲਾਜਾਂ** ਬਾਰੇ ਹਨ

ਪੰਨੇ **5 ਅਤੇ 11**
ਤੁਹਾਡੇ **ਭਰਨ** ਲਈ ਹਨ

ਪੰਨਾ **11** ਪੰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ **ਡਾਕਟਰ/ ਜੀਪੀ** ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹੈ

## ਇੱਕ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕੀ ਹੈ?




**ਪਿੱਤਾ** ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਬੈਗ ਹੈ ਜੋ ਬਾਇਲ (ਪਿੱਤ) ਸਟੋਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਾਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

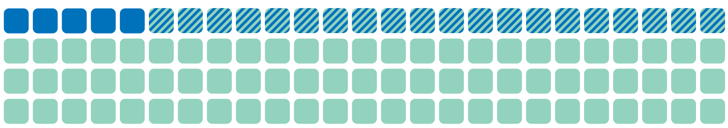
**ਬਾਇਲ (ਪਿੱਤ)** ਇੱਕ ਤਰਲ ਹੈ ਜੋ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਿਗਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਆਂਦਰਾਂ (ਅੰਤੜੀਆਂ) ਵਿੱਚ ਪਿੱਤ ਛੱਡਣ ਲਈ ਨਿਚੜਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਫਿਰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਰਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਿੱਤ ਸਿੱਧਾ ਜਿਗਰ ਤੋਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

**ਪਿੱਤ ਦੀ ਪੱਥਰੀ** ਕੋਲੇਸਟ੍ਰੋਲ ਅਤੇ ਬਾਇਲ ਤੋਂ ਬਣੀ ਛੋਟੀ ਪੱਥਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਾਲ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਜਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਉੱਥੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ:
- ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਹਿੱਲਦੀ ਹੈ  ਅਤੇ ਪਿੱਤ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀ ਹੈ
- ਪਿੱਤ ਦੀ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

## ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿੰਨੀ ਆਮ ਹੈ?

**5 ਅਤੇ 25** ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਹਰੇਕ **100** ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ **75 – 95** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ



## ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭਰਨ ਹਨ

**ਕੁਝ ਨਾ ਕਰੋ**

**ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ**
(ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ)

**ਦਵਾਈਆਂ**

**ਸਰਜਰੀ**

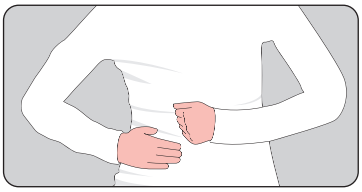
ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਇਲਾਜ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ।

# 2 ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ

## ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

### ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਾਰਨ **ਕਈ ਵਾਰ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ**

- ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਬੇਅਰਾਮੀ।
- ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਪੱਸਲੀਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਭਾਰੀਪਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ
- ਅਫ਼ਾਰਾ

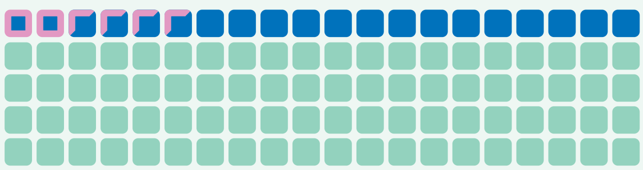


### ਕਈ ਵਾਰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਾਰਨ**ਅਚਾਨਕ ਅਟੈਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ** ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਲੀਰੀ ਕੋਲਿਕ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦਰਦ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ (ਢਿੱਡ ) ਦੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਜਾਂ ਮੋਢੇ ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦਰਦ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਤੱਕ ਛੁਰਾ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਦਰਦ ਅਕਸਰ ਤੀਬਰਤਾ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁੰਗੜ ਰਹੀ ਹੈ (ਨਿਚੜ ਰਹੀ ਹੈ)।
- ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਅਤੇ ਨਲੀ ਦਾ ਸੁੰਗੜਾਅ (ਨਿਚੋੜ) ਪਿਤ ਛੱਡਦਾ ਹੈ।
- ਦਰਦ ਲਗਾਤਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਜਾਣ, ਹਵਾ ਲੰਘਣ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਰਾਹਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।
- ਦਰਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਗਭਗ 30 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

### ਕਈ ਵਾਰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਾਰਨ **ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ** ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

- **ਚੋਲੇਸੀਸਟਾਇਟਿਸ** (ਪਿਤਾਲੀ ਦੀ ਸੋਜ)।
- **ਪੈਨਕ੍ਰੇਟਾਈਟਸ** (ਪੈਨਕ੍ਰੀਅਸ ਦੀ ਸੋਜਸ਼)।
- **ਚੋਲਾਂਗਾਈਟਿਸ** (ਪੱਥਰੀ ਬਾਇਲ ਡੈਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲਾਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ)।



- ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ **100** ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ **20** ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ **ਦਰਦਾਇਕ ਲੱਛਣ** ਹੋਣਗੇ, **80** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ।

**2 – 6** ਨੂੰ 5 ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਜਿਸਨੂੰ **ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ** ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ।

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਅਕਸਰ ਉਦੋਂ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਸਕੈਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 5 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਤੋਂ ਦਰਦ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦੋਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।•

### ਜ਼ਰੂਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਦੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ (A&E 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ)

- ਤੁਸੀਂ **ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ, ਠੰਢ ਅਤੇ ਪੀਲੀਆ** (ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਹਿੱਸੇ ਪੀਲੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ) ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ **ਬਿਮਾਰ** (ਉਲਟੀ ਕਰ ਸਕਦੇ) ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ **ਪੇਟ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਦਰਦ** ਦੇ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਬੁਖਾਰ** ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਹੈ **ਜੋ ਇੰਨਾ ਤੀਬਰ ਹੈ** ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਥਿਤੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਦਰਦ ਜੋ ਆਮ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਨਾਲ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

# 3 ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ

## ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ:

- ਮੋਟਾਪੇ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਹਨ (30 ਤੋਂ ਵੱਧ BMI)
- 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ
- ਮਾਦਾ ਹਨ
- ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਹੋਵੇ
- HRT ਜਾਂ ਸੰਯੁਕਤ ਮੌਖਿਕ ਗਰਭ ਗੋਲੀ ਜਾਂ ਨਿਰੋਧਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ
- ਆਪਣੀ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਹੈ
- ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ
- ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ
- ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਭਾਰ ਘਟ ਗਿਆ ਹੈ

## ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿਉਂ ਬਣਦੀ ਹੈ?

ਅਸੀਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿਉਂ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਬਾਇਲ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ, ਬਿਲੀਰੁਬਿਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੋਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਜਿਗਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੱਥਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ.

## ਬਾਇਲ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਬਾਇਲ ਜੋ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਸਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿਗਰ ਅਜੇ ਵੀ ਪਿੱਤ ਬਣਾਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀਆਂ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਨ ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਹੈ।

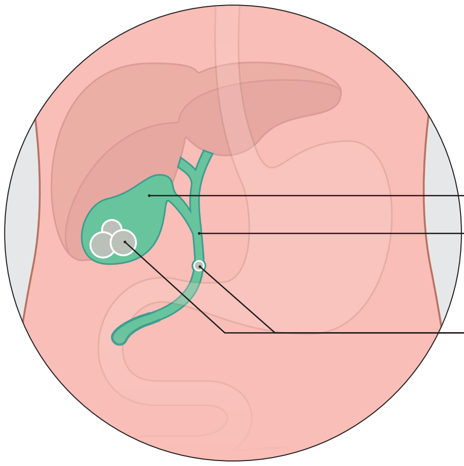
## ਉਹ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹਨ?

ਪੱਥਰ ਲੂਣ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿੰਨੇ ਛੋਟੇ ਜਾਂ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਗੋਲਫ ਬਾਲ ਜਿੰਨੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਛੋਟੀਆਂ ਪੱਥਰੀਆਂ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਕੇ ਪਿਤ ਨਲੀ ਨੂੰ ਹਿਲਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਲਾਕ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੱਡੀ ਪੱਥਰੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਇੱਕ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਕਿੰਨੀ ਵੱਡੀ ਹੈ?

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਲਗਭਗ 7 - 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਲੰਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਪਿੱਤ ਦੀ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ




## ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਬਣਨ ਵਿੱਚ 10-20 ਸਾਲ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹਨ।

## ਕੀ ਮੈਂ ਹੋਰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਬਣਾਵਾਂਗਾ/ਗੀ? ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦੇ ਹੋ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਬਣਾਉਗੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤ ਦੀ ਨਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਪੱਥਰੀ ਹਟਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਬਰਕਰਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਮਸਾਨੇ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਕਾਰਨ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵਧ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਨਵੀਂ ਪੱਥਰੀ ਵੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਕੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇ ਉਹ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਤੋਂ ਚਲੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਪਿਤ ਨਲੀ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰਕੇ ਪੀਲੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨਾ
- ਪੈਨਕ੍ਰੀਅਸ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੈਨਕ੍ਰੇਟਾਈਟਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਕਈ ਵਾਰ ਅੰਤੜੀ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦੇਣਾ

## ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਵਾਂਗ ਨਾਲ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ 'ਜ਼ੈਪ' ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਅਤੇ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਕਈ ਵਾਰ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਨਾਲ ਟੁੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨਹੀਂ ਟੁੱਟ ਸਕਦੀ।

# 4 ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

**ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਤੋਂ ਦਰਦ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਮਿਲਦੇ ਹਨ?**

**ਨਹੀਂ** →

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤ ਦੀ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਭੇਜਣ ਲਈ ਭੇਜੇਗਾ।

**ਹਾਂ** ↓

**ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਹੋ ?**

**ਨਹੀਂ** →

**ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੋ**

**ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ।**

ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ (ਢਿੱਡ ) 'ਤੇ ਹੱਥ ਰੱਖ ਕੇ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਬਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਸਾਹ** ਲੈਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।** ਇਹ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਹੈ ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਜਿਗਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

**ਹਾਂ** ↓

**ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਜਾਂ ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ?**

**ਨਹੀਂ** →

ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ:

**ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ**

**ਸਫ਼ਾ 6 ਦੇਖੋ**

**ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ**

**ਵੇਖੋ** ਪੰਨਾ 6

**ਹਾਂ** ↓

**ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ?**

**ਨਹੀਂ** →

ਜੇ ਕੁਝ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਦੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹਮਲੇ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਪੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਹਾਂ** →

ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਹਰ **ਟੈਸਟਾਂ** ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ **ਸਰਜਰੀ**

**ਸਫ਼ਾ 7 ਦੇਖੋ**

ਇੱਕ **ਐਂਡੋਸਕੋਪਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ** (ਗਲੇ ਦੇ ਵਿੱਚੋਂ) ਪਿੱਤ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ।

**ਸਫ਼ਾ 7 ਦੇਖੋ**

# 5 ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ?

**ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।**

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪੰਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

## ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਉਸ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਓ

ਦਰਦ | ਨੀਂਦ ਸਬੰਧੀ | ਮਾਨਸਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ | ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ | ਕੰਮ

## ਉਸ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਲਗਾਓ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮਲਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ → ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ (ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਚਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ)

## ਇਹਨਾਂ ਕਥਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ x ਲਗਾਓ

**ਨਹੀਂ/ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ** ↔ **ਹਾਂ/ਬਹੁਤ ਕੁਝ**

ਹਮਲਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਅਸਮਰੱਥ ਹਾਂ

ਮੈਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਅਣ-ਅਨੁਮਾਨਿਆ ਹਮਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਮੇਰੇ ਲੱਛਣ ਮੇਰੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ
ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਦਲਿਆ ਹੈ? ........................................

ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਦਾ ਦਰਦ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਮੈਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਜ਼ਮਾਈਆਂ ਹਨ
ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਜ਼ਮਾਈਆਂ ਹਨ? ........................................

ਇਸ ਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਰੋ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਤ ਹੋ

ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਮਲਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਹਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ?

........................................

ਹਮਲਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

........................................

# 6 ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਦਰਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ **ਸਰਜਰੀ** ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਬਦਲਣ ਨਾਲ** ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਬਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਾਲ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਨਵੀਂ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਬਣਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਕਹਿਣ ਲਈ ਅਜੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹਨ)।

ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੇਅਰਾਮੀ ਦੇ ਹਮਲਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ ਜੋ ਹਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਹਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ** ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ

### ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜੋ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹਮਲਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਜੋ ਦਰਦਾਇਕ ਐਪੀਸੋਡਾਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਦੇ ਹਨ।** ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦਰਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ, ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਕੋਈ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ।

**ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਸਾਰੀ ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।** ਤੇਲ ਵਾਲੀ ਮੱਛੀ, ਐਵੋਕਾਡੋ, ਗਿਰੀਦਾਰ, ਬੀਜ, ਜੈਤੂਨ ਅਤੇ ਜੈਤੂਨ ਦੇ ਤੇਲ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨ ਚੁਣੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 'ਸਿਹਤਮੰਦ' ਚਰਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

**ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਈਬਰ ਖਾਓ** (ਫਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਟੇ ਅਨਾਜ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਓਟਸ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਕਣਕ ਦੀ ਰੋਟੀ)।
ਇਹ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਨਵੀਂ ਪੱਥਰੀ ਜਾਂ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫਲਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੂਦੀਜ਼ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਫਾਈਬਰ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਗਿਣੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿੱਠੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਸਰਗਰਮ ਰਹੋ।** ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਸਰਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਬਜਾਏ **ਛੋਟੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਖਾਣਾ** ਅਕਸਰ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਦਵਾਈਆਂ

### ਪਿੱਤੇ ਦੇ ਦਰਦ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੈਣ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਈਬਿਊਪਰੋਫ਼ੈਨ ਜਾਂ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਆਈਬਿਊਪਰੋਫ਼ੈਨ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਤੁਹਾਡਾ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਂਟੀਸਪਾਸਮੋਡਿਕਸ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਸਕੋਪਨ।

ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਲਈ ਹੋਰ ਨੁਸਖ਼ਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

# 7 ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਪਿੱਤੇ ਦੇ ਪੱਥਰ ਦੇ ਦਰਦ ਲਈ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

## ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜਾ ਇਲਾਜ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ।

**ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ** ਇਹ ਦੇਖਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਵੱਡੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਦੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਧੁਨੀ ਤਰੰਗਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਗਭਗ 10 - 15 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਸਕੈਨ ਲਈ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣਾ ਨਾ ਖਾਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਹਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਭਰੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾਵੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ MRI ਜਾਂ CT ਸਕੈਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

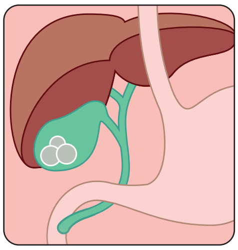
## ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

**ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ।**

**ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੇਕਰ:**

- ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸੋਜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਕੋਲੇਸੀਸਟਾਈਟਸ)। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

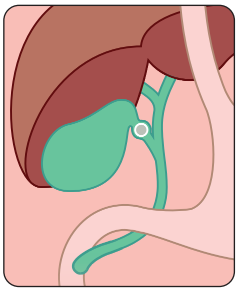
### ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਹੈ



ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ **ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਅਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ** ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

- ਸਰਜਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੈਪਰੋਸਕੋਪੀ (ਕੀਹੋਲ) ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਛੋਟੇ ਕੱਟ ਹੋਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਸੌਂ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ (ਜਨਰਲ ਐਨਸਥੀਟਿਕ)।
- ਜੇਕਰ ਕੀਹੋਲ ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਕੱਟ ਲਗਾਏਗਾ।

### ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਪਿੱਤ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਹੈ



**ERCP (ਐਂਡੋਸਕੋਪਿਕ ਰੀਟ੍ਰੋਗ੍ਰੇਡ ਚੋਲੈਂਜੀਓ ਪੈਨਕ੍ਰੇਟੋਗ੍ਰਾਫੀ)** ਇੱਕ ਲੰਮੀ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਐਂਡੋਸਕੋਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਂਡੋਸਕੋਪ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਪਿੱਤ ਨਲੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕੀਹੋਲ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।** ਇਹ ਅਜੇ ਤੱਕ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਿੱਤ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਹੈ।

# 8 ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ERCP ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

**ਇਹ ਪੰਨਾ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੱਥਰੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।**

| **ਪਿੱਤ ਦੀ ਥੈਲੀ ਅਤੇ ਪਿੱਤ ਨਲੀ** ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਹਟਾਉਣ ਲਈ | | **ਪਿੱਤ ਨਲੀ** ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਪਿੱਤ ਨਲੀ |
|---|---|---|
| **ਲੈਪਰੋਸਕੋਪਿਕ (ਕੀਹੋਲ) ਸਰਜਰੀ** | **ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ** | **ਐਂਡੋਸਕੋਪ (ਟਿਊਬ) ਗਲੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ (ERCP)** |
| | ਜੇਕਰ ਕੀਹੋਲ ਸਰਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। | ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ERCP ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। |
| **ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਆਮ ਹੈ?** | | |
| ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਭਗ 57,000 | ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਭਗ 3,000 | |
| **ਉਹ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚਣਗੇ?** | | |
| ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਕਈ ਛੋਟੇ ਕੱਟ ਲਗਾਏਗਾ। | ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਲਗਭਗ 10 - 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦਾ ਇੱਕ ਕੱਟ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ | ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ, ਇੱਕ ਐਂਡੋਸਕੋਪ, ਇੱਕ ਕੈਮਰੇ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। |
| **ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ?** | | |
| ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਕੱਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੁਆਰਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਔਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਲ ਹਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। | ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। | ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪਿੱਤ ਨਲੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਚੌੜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਂਡੋਸਕੋਪ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੱਥਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਲ ਰਾਹੀਂ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਇੱਕ ਸਟੈਂਟ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਪੀਲੀਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਟੈਂਟ ਅਤੇ ਪੱਥਰਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ERCP ਹੁੰਦਾ ਹੈ। |
| **ਕੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਟਾਂਕੇ ਲੱਗਣਗੇ?** | | |
| ਕੱਟਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘੁਲਣਯੋਗ ਟਾਂਕਿਆਂ ਅਤੇ ਗੂੰਦ ਨਾਲ ਬੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। | | ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੈ |
| **ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੀ ਦਵਾਈ?** | | |
| ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜਨਰਲ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਮਿਲੇਗੀ (ਤੁਸੀਂ ਸੌਂ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ) | | ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਹੋਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਗਦੇ ਹੋਵੋਗੇ ਪਰ ਸੌਂ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। |
| **ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?** | | |
| 60 - 90 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ | 2 – 2.5 ਘੰਟੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ | 30 - 60 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ |
| **ਹਸਪਤਾਲ ਰਹਿਣਾ** | | |
| ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। | ਤੁਸੀਂ 5 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। | ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਭਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। |
| **ਰਿਕਵਰੀ** | | |
| ਜੇ ਇਹ ਸਭ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚਲਦਾ ਹੈ, 7 - 10 ਦਿਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਹ ਅਵਧੀ ਲੰਬੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।<br>ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਕਸਰਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਟਾਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ | ਆਮ ਰੁਟੀਨ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ ਲਗਭਗ 6 ਹਫ਼ਤੇ।<br>ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਕਸਰਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਟਾਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ | ਤੁਸੀਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਦੇ। |

**ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਭੋਜਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।**

# 9 ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਲਾਭ ਅਤੇ ਜੋਖਮ

ਇੱਥੇ ਦਿੱਤੇ ਅੰਕੜੇ ਖੋਜ ਅਧਿਐਨਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹਨ (ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ **ਪੰਨਾ 12** ਵੇਖੋ)।
ਇਹ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਔਸਤ ਹਨ। ਜੋ ਇੱਕ ਲਈ ਵਧੀਆ ਕਾਰਗਰ ਹੈ ਉਹ ਦੂਜੇ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਾਰਗਰ ਨਾ ਹੋਏ।

## ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ ਸੀ (ਹਰ 100 ਵਿੱਚੋਂ)

ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਹਲਕਾ ਜਾਂ ਦਰਮਿਆਨਾ** ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪੱਥਰੀ **ਦਰਦ** ਸੀ ਅਤੇ ਚੁਣਿਆ

| | ਕੋਈ ਸਰਜਰੀ ਨਹੀਂ/ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ | ਪਤਿੱੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ |
|---|---|---|
| **1 ਸਾਲ** ਬਾਅਦ ਕਿਵੇਂ ਕਿੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ **ਦਰਦ** ਸੀ? | **50 – 60** ਨੂੰ ਦਰਦ ਸੀ<br>**40 – 50** ਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ | **65** ਨੂੰ ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ<br>**5** ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਸੀ<br>**30** ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਦਰਦ ਸੀ (ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਾਲ ਦਖਲ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ) |

ਅਜਿਹਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

**ਪਤਿੱੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਰਦ ਕਉਿਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?** ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਪਤਿੱੇ ਦੀ ਪਥਰੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਤਿਹਾਈ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, **ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।**

| | ਕੋਈ ਸਰਜਰੀ ਨਹੀਂ/ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ | ਪਤਿੱੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਰਜਰੀ |
|---|---|---|
| **ਪੈਨਕ੍ਰੇਟਾਈਟਸ** ਜਾਂ **ਪਿੱਤੇ ਨਲੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰੀ** ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ ਹੈ? | **2 – 6** ਨੂੰ ਪਈ<br>**94 – 98** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ | **1 – 4** ਨੂੰ ਪਈ<br>**96 – 99** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ |
| ਕੌਲਿਕ ਵਰਗੇ ਦਰਦ ਕਾਰਨ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ ਹੈ? | **3 – 4** ਨੂੰ ਪਈ<br>**96 – 97** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ | **1** ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੂੰ ਪਈ<br>**99** ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ |

## ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕੀਹੋਲ ਓਪਨ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਈ ਸੀ (ਹਰੇਕ 100 ਵਿੱਚੋਂ)

| | |
|---|---|
| ਕਿੰਨਿਆਂ ਨੂੰ **ਪਿਤ ਨਲੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ** 'ਤੇ ਇਕ ਹੋਰ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ? | **1** ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੂੰ ਪਈ<br>**99** ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ |
| ਕਿੰਨਿਆਂ ਵਿੱਚ **ਪਿਤ ਲੀਕ** ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਨਿਕਾਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? | **1** ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੂੰ ਪਈ<br>**99** ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਈ |
| ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪਿੱਤੇ ਨੂੰ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੱਟੀ (ਮਲ) ਢਿੱਲੀ ਦੇਖੀ** ਹੈ? | ਲਗਭਗ **10** ਨਹੀਂ ਦੇਖੀ<br>ਲਗਭਗ **90** ਨੇ ਨਹੀਂ ਦੇਖੀ |

ਕੁਝ ਲੋਕ ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੱਟੀ ਢਿੱਲੀ ਹੈ, **ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲੋ**, ਉਹ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

# 10 ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜੋਖਮ

## ਜਨਰਲ ਅਨੱਸਥੀਸੀਆ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਜੋਖਮ

| | | |
|---|---|---|
| 100 ਵਿੱਚੋਂ **ਕਿੰਨੇ** ਲੋਕ **ਪਿਆਸ** ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ**, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼ ਹੈ, ਬਿਮਾਰ** ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ**, ਜ਼ਖਮ ਹਨ** ਜਾਂ **ਕੰਬਦੇ ਹਨ**? | **60 - 65** ਹਰ **100** ਵਿੱਚ | **35 - 40** ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ |
| 100 ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ **ਲੋਕ** ਅਸਥਾਈ **(1 ਮਹੀਨਾ)** ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ **ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਦਿਮਾਗੀ ਅਸਪਸ਼ਟਤਾ**, **ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ**? | ਹਰ **100** ਵਿੱਚੋਂ **10** | **90** ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ |
| 100 ਵਿੱਚੋਂ **ਕਿੰਨੇ** ਲੋਕਾਂ ਦੀ **ਮਿਆਦ ਲੰਬੀ ਹੈ** (1 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ)**ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ**, **ਦਿਮਾਗੀ ਅਸਪਸ਼ਟਤਾ**, **ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ**? | ਹਰ **100** ਵਿੱਚੋਂ **1** | **99** ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ |
| **100,000** ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ **ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ** (ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ) **ਹੁੰਦੀ ਹੈ** | ਹਰ **100,000 ਵਿੱਚੋਂ** 1 ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ | **99,999 ਤੋਂ ਵੱਧ** ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ |

**ਰਾਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ਼ ਐਨੇਸਥੀਟਿਸਟ ਕੋਲ ਜਨਰਲ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਪਰਚੇ ਹਨ** https://rcoa.ac.uk/patients/patient-information-resources/

## 100 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ERCP ਹੈ

| | | |
|---|---|---|
| ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ **ਹਲ਼ਕ** (ਭੋਜਨ ਦੀ ਪਾਈਪ), **ਪੇਟ** ਜਾਂ **ਅੰਤੜੀਆਂ** (ਆਂਤ) ਨੂੰ **ਨੁਕਸਾਨ** ਹੋਇਆ ਹੈ? | **1** ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੂੰ ਹੋਇਆ | **99** ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ |
| ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ **ਹਲਕਾ ਪੈਨਕ੍ਰੇਟਾਈਟਸ** ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? | **5** ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਈ | **95** ਨੂੰ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਈ |
| ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ **ਮੱਧਮ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਪੈਨਕ੍ਰੇਟਾਈਟਸ** ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? | **1 – 2** ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਈ | **98 – 99** ਨੂੰ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਈ |
| ਕਿੰਨੇ ਨੂੰ **ਹੋਰ ਵੱਡੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ** ਹਨ ਜਿਵੇਂ **ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ** ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? | **1** ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਈ | **99** ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਈ |

# 11 ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

## ਮੇਰੇ ਡਾਕਟਰ ਲਈ ਸਵਾਲ

ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ।

## ਸੰਪਰਕ

ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਦਾ ਨਾਮ:

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਕੀ ਹਨ:

## ਅਗਲੇ ਕਦਮ

ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ (ਇਲਾਜ / ਟੈਸਟ?)

ਇਹ ਕਦੋਂ ਹੋਣਗੇ?

ਮੇਰੀ ਅਗਲੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਦੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ?

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅੱਜ ਕੁਝ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?
ਮੈਨੂੰ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਕਦੋਂ ਲੋੜ ਹੈ?

## ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ

| | |
|---|---|
| ਮੈਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਫ਼ੀ ਪਤਾ ਹੈ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |
| ਮੈਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਸੰਭਾਵੀ ਲਾਭ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |
| ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਹੈ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |
| ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਬਾਰੇ ਯਕੀਨ ਹੈ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |
| ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |
| ਮੈਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ | ਹਾਂ / ਨਹੀਂ |

## ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਹਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਨੁਸਖ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖੁਰਾਕਾਂ ਬਾਰੇ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੁਹਰਾਓ ਨੁਸਖ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰੋ
- ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ

# 12 ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

## ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

**ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਹੈ**
https://www.myplannedcare.nhs.uk

### ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

**ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ**
https://patient.info/news-and-features/gallstones-diet-sheet

**NHS ਈਟ ਵੈੱਲ ਗਾਈਡ**
https://www.nhs.uk/live-well/eat-well/

**NHS ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਹੋਣਾ**
https://www.nhs.uk/better-health/lose-weight/

### ਮਰੀਜ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ ਅਤੇ ਚੈਰਿਟੀਜ਼

**Guts UK**
https://gutscharity.org.uk/advice-and-information/conditions/gallstones/

**ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਲਿਵਰ ਟਰੱਸਟ - ਗੈਲਸਟੋਨ ਪੇਜ**
https://britishlivertrust.org.uk/information-and-support/liver-conditions/gallstones/

**ਰਾਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਐਨਸਥੀਟਿਸਟ - ਜਨਰਲ ਐਨਸਥੀਟਿਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ**
https://www.rcoa.ac.uk/patients/patient-information-resources/anaesthesia-risk/risk-explained

## ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਨੰਬਰ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲੇ?

**ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੱਥਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ:** 2013 ਤੋਂ ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਸਮੀਖਿਆ ਤੋਂ
https://doi.org/10.1002/14651858.CD005440.pub3

ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਤ ਨਲੀ ਦੀਆਂ ਪੱਥਰੀਆਂ ਹਨ: 2006 ਵਿੱਚ
https://doi.org/10.1016/j.bpg.2006.05.009 ਅਤੇ 1987 https://doi.org/10.1002/bjs.1800740703 ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਤੋਂ

**ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਨੂੰ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਨਾਲ ਰਾਹਤ ਮਿਲੀ:** 2019 ਤੋਂ 1000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਤੋਂ
https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30941-9 2000 ਤੋਂ 397 ਸਵਿਸ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਿਰੀਖਣ ਅਧਿਐਨ
https://doi.org/10.1007/s002680010243 1998, ਅਤੇ ਯੂਕੇ ਦੇ 92 ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2502763/

**ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ:** ਅਧਿਐਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਤੋਂ, 2006
https://doi.org/10.1002/14651858.CD006231 ਅਤੇ 2013 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
https://doi.org/10.1002/14651858.CD005440.pub3 ਅਤੇ 2023 ਤੋਂ C-Gall ਟ੍ਰਾਇਲ ਤੋਂ।

**ERCP ਦੇ ਜੋਖਮ:** 2002 ਤੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ 1000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਤੋਂ
https://doi.org/10.1016/S0016-5107(02)70112-0

**ਦਸਤ** ਅਤੇ 2012 ਅਤੇ 2022 ਦੇ ਡੇਟਾ ਦੀਆਂ ਦੋ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਤੋਂ
https://doi.org/10.4236/ss.2012.36065 ਅਤੇ https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-046172

**ਹਿੱਤਾਂ ਦੇ ਟਕਰਾਅ ਦੀਆਂ ਘੋਸ਼ਣਾਵਾਂ ਲਈ, ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਫੈਸਲੇ ਸਹਾਇਤਾ ਟੂਲ ਦੇਖਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ:**
https://www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making/decision-support-tools/

**ਵਿੰਟਨ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਰਿਸਕ ਐਂਡ ਐਵੀਡੈਂਸ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ NHS ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ**
ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਸਤੰਬਰ 2023
ਫੰਡਿੰਗ: NHS ਇੰਗਲੈਂਡ
ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੱਗਰੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਇੰਪੁੱਟ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸੀ।

BBUGSS
British Benign Upper Gastrointestinal Surgical Society