



यदि माहवारी (पीरियड) के दौरान या उसके आसपास पेल्विक दर्द, या दर्द आपको अपना जीवन जीने से रोकता है, या यदि आपको प्रजनन (फर्टिलिटी) संबंधी समस्याएं हैं, तो आपको एंडोमेट्रियोसिस हो सकता है।

# endometriosis

एंडोमेट्रियोसिस किशोरों सहित सभी पृष्ठभूमि और उम्र के लोगों को प्रभावित कर सकता है।

यह एक जीवन भर चलने वाली स्थिति है जिसका शीघ्र निदान किया जा सकता है एवं लक्षणों को पहचानने और लोगों को स्थिति के बारे में सही जानकारी होने पर इसे अच्छी तरह से प्रबंधित किया जा सकता है।

एंडोमेट्रियोसिस में हार्मोनल और प्रतिरक्षा प्रणाली शामिल होती है। गर्भाशय की परत से मिलती जुलती कोशिकाएं पेल्विक क्षेत्र और शरीर के अन्य हिस्सों में विकसित होती हैं। प्रजनन हार्मोन के जवाब में ये कोशिकाएं संतही पैच, गहराई से घुसपैठ करने वाले घावों (डीआईई), या डिम्बग्रंथि के सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) के रूप में बढ़ती हैं, जिससे सूजन और आसंजन (निशान ऊतक) होते हैं।

एंडोमेट्रियोसिस फैलोपियन ट्यूब, अंडाशय, आंत, मूत्राशय और श्रोणि / उदर क्षेत्र के अन्य अंगों और शरीर के अन्य हिस्सों को प्रभावित कर सकता है। जब यह गर्भाशय की मांसपेशियों की दीवार के अंदर जाता है तो इसे एडिनोमायोसिस कहा जाता है।

एंडोमेट्रियोसिस के लक्षणों का जीवन पर महत्वपूर्ण प्रभाव हो सकता है और यह न्यूज़ीलैंड में प्रजनन समस्याओं का एक प्रमुख कारण है।

## एंडोमेट्रियोसिस प्रभावित करता है 9 में 1

गर्भाशय के साथ पैदा हुआ



# एंडोमेट्रियोसिस के लक्षण

- आपके मासिक धर्म या उसके आसपास दर्द जो आपको अपना जीवन जीने से रोकता है (कष्टार्तव)
- संभोग के दौरान या बाद में दर्द (डिस्पेयूनिया)
- आपके श्रोणि (पेल्विक) क्षेत्र, पीठ के निचले हिस्से या पैरों में दर्द
- ओव्यूलेशन के समय या उसके आसपास दर्द होना
- दर्दनाक पेशाब (डिसुरिया)
- प्रजनन संबंधी समस्याएं
- मलाशय दर्द
- आपकी आंतों से जुड़ी समस्याएं जैसे दर्दनाक मल त्याग, फूला हुआ पेट, कब्ज या दस्त (अक्सर चक्रीय)
- लगातार थकान
- अवसाद, मनोदशा में गड़बड़ी, पीएमएस
- मासिक धर्म से पहले खून आना (प्रीमेंस्ट्रुअल स्पॉटिंग)
- प्रतिरक्षा प्रणाली संबंधी समस्याएं
- दर्दनाक ग्रीवा स्मीयर परीक्षण

लक्षण चिड़चिड़ा आंत्र सिंड्रोम (आईबीएस) या श्रोणि सूजन रोग (पीआईडी) के समान हो सकते हैं लेकिन अक्सर चक्रीय होते हैं।

# एडेनोमायोसिस के लक्षण

- पेल्विक दर्द और ऐंठन
- भारी मासिक धर्म रक्तस्राव
- एनीमिया (आयरन की कमी)
- गर्भाशय का बढ़ना (जो अल्ट्रासाउंड पर दिख सकता है)
- श्रोणि (पेल्विक) दबाव
- प्रजनन संबंधी समस्याएं
- संभोग के दौरान या बाद में दर्द (डिस्पेयूनिया)

# अगले कदम उठाने के लिए

1. इस ब्रोशर में 'संदिग्ध एंडोमेट्रियोसिस प्रश्न कब करें' पढ़ें ताकि आपको यह तय करने में मदद मिल सके कि क्या आपको चिकित्सकीय सहायता की आवश्यकता है, या एक साधारण लक्षण पहली के लिए हमारी वेबसाइट देखें।
2. हमारी वेबसाइट पर लक्षण ट्रैकर का उपयोग करके अपने लक्षणों को ट्रैक करें।
3. किसी डॉक्टर को आपका पूरा 'एंडोमेट्रियोसिस का संदेह कब करें' उत्तर लेते हुए देखें और लक्षण ट्रैकर सहायक हो सकता है।
4. एक स्त्री रोग विशेषज्ञ की तलाश करें जो एंडोमेट्रियोसिस में विशेषज्ञ हो। आपका जीपी आपको संदर्भित कर सकता है, या आप निजी प्रैक्टिस में स्त्री रोग विशेषज्ञ के साथ स्वयं परामर्श कर सकते हैं।

लक्षण, निदान, उपचार के विकल्प, जीवन शैली में परिवर्तन, या आपकी किसी भी अन्य चिंताओं पर चर्चा करने के लिए हमारे शिक्षक आपकी यात्रा के किसी भी चरण में उपलब्ध हैं।

**एंडोमेट्रियोसिस संबंधी जागरूकता और  
सही जानकारी के साथ  
आप अपनी सेहत और अपने लक्षणों को  
सर्वोत्तम प्रबंधित करने में निवेश  
कर सकते हैं।**

# एंडोमेट्रियोसिस का संदेह कब करें

- क्या आप माहवारी (पीरियड्स) के दर्द की दवा लेती हैं?
- जब आपकी अवधि होती है तो क्या आप काम या अध्ययन से अवकाश लेती हैं?
- क्या आपको अपनी अवधि के दौरान लेटने की ज़रूरत है?
- क्या आपको संभोग (सेक्स) के दौरान या बाद में दर्द होता है?
- क्या आपको अपने चक्र के बीच में दर्द होता है?
- क्या आपको सर्वाइकल स्मियर परीक्षण के दौरान दर्द का अनुभव होता है?
- क्या आपको पीठ के निचले हिस्से में दर्द है?
- क्या आप अन्य समय में पेल्विक दर्द का अनुभव करते हैं?
- क्या आपकी मल त्याग दर्दनाक है?
- क्या आपको माहवारी (पीरियड्स) से संबंधित दस्त या कब्ज है?
- क्या आपको पेशाब करते समय या मूत्राशय भर जाने पर दर्द होता है?
- क्या आपको अपनी प्रजनन क्षमता को लेकर चिंता है?
- क्या आपकी कोई माँ, बहन, या चाची है जिनके समान लक्षण हैं या एंडोमेट्रियोसिस का निदान किया गया है?

**लक्षण अलग-अलग और व्यापक होते हैं, जिससे एंडोमेट्रियोसिस को पहचानना और निदान करना मुश्किल हो सकता है।**

**दर्द का स्तर भी एंडोमेट्रियोसिस की सीमा से संबंधित नहीं है।  
पैल्विक दर्द की जांच अतिआवश्यक है।**

# याद रखें आप तनहा नहीं हैं

यदि आप एंडोमेट्रियोसिस से पीड़ित अन्य लोगों से जुड़ना चाहते हैं, तो कृपया हमसे संपर्क करें। हमारे पास न्यूज़ीलैंड के आसपास और ज़ूम पर विभिन्न स्थानों पर हमारी बैठकें होती हैं। हमारे शिक्षक आपसे व्यक्तिगत रूप से, ज़ूम या फोन द्वारा मुफ्त व्यक्तिगत अपॉइंटमेंट के लिए भी मिल सकते हैं।

सहायता आपके लक्षण, निदान, सर्जरी, उपचार के विकल्प, मुकाबला करने, मानसिक भलाई, या आपके एंडोमेट्रियोसिस के चल रहे प्रबंधन के बारे में हो सकता है।

अधिक जानकारी के लिए और निःशुल्क डाउनलोड करने योग्य जानकारी और फैक्टशीट के लिए हमारी वेबसाइट देखें।

[www.insightendometriosis.org.nz](http://www.insightendometriosis.org.nz)

हमारी वेबसाइट पर यह ब्रोशर अन्य भाषाओं में भी उपलब्ध है।

## संपर्क

फोन | 07 855 5123

मोबाइल | 022 585 5123

ईमेल | [info@InsightEndometriosis.org.nz](mailto:info@InsightEndometriosis.org.nz)

28 ते अरोहा स्ट्रीट, हैमिल्टन, 3216

[www.InsightEndometriosis.org.nz](http://www.InsightEndometriosis.org.nz)



/ इनसाइट एंडोमेट्रियोसिस



/ इनसाइट\_एंडोमेट्रियोसिस

इनसाइट एंडोमेट्रियोसिस एक पंजीकृत दान है (CC10906)

©इनसाइट एंडोमेट्रियोसिस चैरिटेबल ट्रस्ट

---

प्रिंट लागतों को प्रायोजित करने के लिए वाइकाटो डब्ल्यूडीएफएफ करमू ट्रस्ट को धन्यवाद, और ब्रोशर डिजाइन के लिए निकोला व्हाइट डिजाइन