

ਸੈਲੀਅਕ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ?



ਸੈਲੀਅਕ ਬਿਮਾਰੀ (CD) ਕਰਕੇ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਣਕ, ਰਾਈ, ਜੌਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਿਟਿਕੇਲ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਗਲੂਟਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਗਲੂਟਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਛੋਟੀ ਆਂਦਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਅਧੂਰੀ ਖੁਰਾਕ, ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ, ਪੇਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ, ਹੋਰ ਆਂਟੋਇਮਿਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਆਂਦਰਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਚਮੜੀ ਦੀ ਸੈਲੀਅਕ ਬਿਮਾਰੀ **ਡਰਮਾਟਾਇਟਿਸ ਹਰਪੈਟੀਫੋਰਮਿਸ (DH)** ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਪੈਣੇ ਅਤੇ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਧੱਫੜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਅਕਸਰ ਕੂਹਣੀਆਂ, ਗੋਡਿਆਂ, ਚਿਤੜਾਂ, ਧੌਣ ਦੇ ਪਿੱਛੇ, ਖੋਪਰੀ ਅਤੇ ਪਿੱਠ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਡਰਮਾਟਾਇਟਿਸ ਹਰਪੈਟੀਫੋਰਮਿਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੱਖ ਲੱਛਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੇਟ ਦੀ ਆਂਦਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

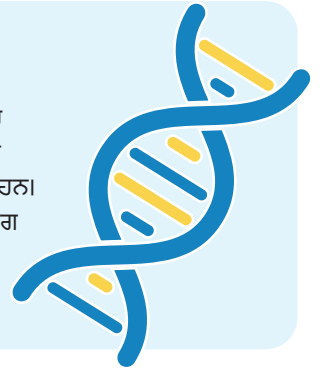
ਵਿਆਪਕਤਾ

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ **CD 1:100** ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।^{1,2} ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਵਿਆਪਕ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਲਈ ਵਧ ਰਹੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਉੱਨਤ ਸੈਟਰ।



ਜਣਨਕ (ਜੈਨੇਟਿਕਸ)

CD ਜਮਾਂਦਰੂ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਉਭਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। CD ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਭੈਣ-ਭਰਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਣਪਛਾਤੀ CD (5-15%) ਹੋਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੋਖਮ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤਣਾਅ, ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ, ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਲਾਰ ਵਰਗੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਬੰਧੀ ਕਾਰਕ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇ ਪ੍ਰੇਰਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਲੱਛਣ

ਬਿਨਾਂ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ CD ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, CD ਵਾਲੇ ਬਿਨਾਂ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਮੇ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਆਂਦਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਲੋਹ-ਤੱਤ ਦੀ ਕਮੀ ਵਾਲਾ ਅਨੀਮੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

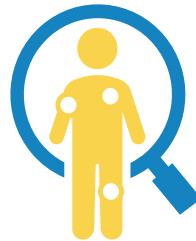
CD ਦੇ ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ-ਜੁਲਦੀਆਂ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਪੇਟ ਖ਼ਰਾਬ ਰਹਿਣ ਦੇ ਸਿੰਡਰਮ, ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਲੈਕਟੋਸ, ਗੰਭੀਰ ਥਕੇਵੇਂ ਬਾਰੇ ਸਿੰਡਰਮ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ ਦੀਆਂ ਹੇਠਲੀਆਂ ਪਰਤਾਂ 'ਤੇ ਕਈ ਥੈਲੀਆਂ ਬਣਨ ਦਾ ਅਕਸਰ ਗ਼ਲਤ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ (misdiagnosis) ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂ ਸੁਮੇਲ (Individually or in combination) ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਅਤੇ ਕਚਿਆਹਣ
- ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਸੋਜ਼ਸ਼, ਪੀੜ, ਵੱਟ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਗੈਸ ਬਣਨੀ
- Lactose intolerance (ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਲੈਕਟੋਸ)
- ਅਨੀਮੀਆ - ਲੋਹ-ਤੱਤ, ਫੋਲੇਟ ਜਾਂ b12 ਦੀ ਘਾਟ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਥਕੇਵਾਂ
- ਅੱਧੇ ਸਿਰ ਦੀ ਪੀੜ (ਮਾਈਗ੍ਰੇਨ)
- ਹੱਡੀ/ਜੋੜ ਦੀ ਪੀੜ
- ਗਿੱਟਿਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ਸ਼
- ਵਾਰ-ਵਾਰ/ਲਗਾਤਾਰ ਦਸਤ ਲੱਗਣੇ
- ਕਬਜ਼ੀ
- ਵਜ਼ਨ ਘਟਣਾ
- ਵਿਟਾਮਿਨ a, d, e ਅਤੇ k ਦੀ ਘਾਟ
- ਮੂੰਹ ਦੇ ਅਲਸਰ/ਮੂੰਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜ਼ਖ਼ਮ
- ਢਹਿੰਦੀ-ਕਲਾ
- ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬੇਨੋਮੀਆਂ
- ਬਾਂਝਪੁਣਾ/ਹਮਲ ਡਿਗਣਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਲੱਛਣ:

- ਦੇਰ ਨਾਲ ਵਾਧੇ ਪੈਣਾ
- ਖਿੜ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿਚਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ
- ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ
- ਗਭਰੇਟ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਹੋਣੀ (Delayed puberty)
- ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਪਰਤ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ



ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ



CD ਅਕਸਰ ਹੋਰਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ CD ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੂਨ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ।

- CD ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ
- ਟਾਈਪ 1 ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼
- ਆਂਟੋਇਮਿਊਨ ਰੈਪੋਟਾਈਟਸ
- ਲਿੰਫੋਮਾ ਕੈਂਸਰ
- ਬਾਂਝਪੁਣਾ
- ਹੱਡੀਆਂ ਖੂਰਣੀਆਂ
- ਡਾਉਨ ਸਿੰਡਰਮ
- ਟਰਨਰ ਸਿੰਡਰਮ
- ਕਾਲਜੇ ਦੀ ਅਣਕਿਆਸੀ ਹਾਲਤ, ਐਂਜ਼ਾਈਮ ਵਧਣਾ



ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ (DIAGNOSIS)

ਮਾਮੂਲੀ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਣ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ CD ਲਈ ਜਾਂਚ ਵਾਸਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਟੈਸਟ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ CD ਹੈ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਆਂਦਰ ਦੀ ਬਾਇਓਪਸੀ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੇ।

ਸਿਰਫ਼ ਛੋਟੀ ਆਂਦਰ ਦੀਆਂ ਬਾਇਓਪਸੀਆਂ CD ਦੇ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਦਾ ਆਖਰੀ ਜ਼ਰੀਆ ਹਨ।

ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਬਾਇਓਪਸੀਆਂ ਕਰਾਏ ਜਾਣ

ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਨਾ ਗਲੂਟਨ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਟੀਕ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



ਇਲਾਜ

ਇਸ ਸਮੇਂ CD ਦਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਲਈ ਬਿਨਾ ਗਲੂਟਨ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਆਂਦਰਾਂ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਵਧਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਘਟ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ਕ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ CD ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰ ਰਜਿਸਟਰਡ ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ ਕੋਲ ਭੇਜਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਡਿਜ਼ੀਸ਼ੀਅਨ ਨਾਲ ਬਾਇਓਪਸੀਆਂ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

CD ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡਮੁੱਲੀ ਵਿਹਾਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਜਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਲੀਅਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (CCA) ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਚੈਪਟਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। CD ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਲੀਅਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ CCA ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: www.celiac.ca.

ਹਵਾਲੇ:

1. NIH ਦੀ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਾ ਵੈਬ ਲਿੰਕ: http://consensus.nih.gov/cons/118/118cdc_intro.htm.
2. Fasano A, Berti I, Gerarduzzi T ਅਤੇ ਹੋਰ, 'ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਲੇ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਬਿਨਾ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੈਲੀਅਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ। ਆਰਕ ਇੰਟਰਨ ਮੈਡ (Arch Intern Med) 2003; 163:286-292.



ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਲੀਅਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ
ਕਾਲ ਕਰੋ: 905.507.6208 | ਟੈਲ-ਫ੍ਰੀ: 1.800.363.7296
ਵੈਬ: www.celiac.ca | ਈਮੇਲ: info@celiac.ca
ਕਾਪੀਰਾਈਟ © 2021 ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਲੀਅਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ

