Punjabi

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ Emergency Services

ਐਨਜਾਇਨਾ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦਰਦ Angina Chest Pain

ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦਰਦ ਦੀ ਕੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ?

ਅਸੀਂ ਇਸ ਫ਼ੈਸਲੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦਰਦ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਐਨਜਾਇਨਾ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਐਨਜਾਇਨਾ ਉਦੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਵੱਲ ਵਗਦੇ ਖ਼ੂਨ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠੇ ਨੂੰ ਪੰਪ ਕਰਨ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠੇ ਕੋਲ ਕਾਫ਼ੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਇਸ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਨਜਾਇਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੀ ਮਾੜੀ ਹਾਲਤ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਇਸ ਵਜ੍ਹਾ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠੇ ਵੱਲ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਣ ਕਰ ਕੇ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪੱਠੇ ਦੇ ਉਸ ਹਿੱਸੇ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਾ ਪਹੁੰਚ ਪਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ। ਜਦ ਇੰਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠੇ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਐਨਜਾਇਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ?

ਜਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਨਜਾਇਨਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਐਨਜਾਇਨਾ ਦੇ ਦੌਰਿਆਂ ਦੇ ਸਵਰੂਪ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸ ਕਰ ਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜੇ ਐਨਜਾਇਨਾ ਦੇ ਦਰਦ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦਰਦ ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਇੰਝ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਜਿਵੇਂ ਛਾਤੀ ਘੁੱਟੀ ਜਾਂ ਕੁਚਲੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ
- ਛਾਤੀ ਤੇ ਭਾਰੀ ਬੋਝ ਹੋਵੇ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵੀ ਵਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਦਰਦ ਜੋ ਕਿ ਬਾਂਹ, ਮੋਢੇ, ਗਰਦਨ ਅਤੇ ਜਬਾੜ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਰਹੀ ਹੋਵੇ
- ਢਿੱਡ ਪੀੜ ਹੋਣਾ
- ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ
- ਸਾਹ ਲੈਣ 'ਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਣੀ
- ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ
- ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਜਾਂ ਸਿਰ ਭਰਮਾਉਣਾ
- ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ (ਤੇਜ਼, ਹੌਲੀ ਜਾਂ ਅਨਿਯਮਿਤ)
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਥਕੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ।

ਜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ?

☐ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਨਜਾਇਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਐਨਜਾਇਨਾ ਦੇ ਦੌਰਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਘਰ 'ਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ:

- ਉਸ ਵਿਉਂਤ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ
- **ਫ਼ੌਰਨ 9-1-1 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ:**
  - ਤੁਹਾਡਾ ਦਰਦ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੋਰ ਮਾੜਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
  - ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

☐ ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਦਰਦ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਆਦੀ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਨਵਾਂ ਅਤੇ ਵੱਖਰੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦਰਦ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉੱਪਰ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣਾਂ ਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹੈ ਤਾਂ:

- **ਫ਼ੌਰਨ 9-1-1 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।**

Print Shop #262947 (May 2012) Punjabi

ਹੋਰ ਜਾਨਣ ਲਈ, ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ
- ਤੁਹਾਡਾ ਫਾਰਮੇਸਿਸਟ
- ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਬੀਸੀ -8-1-1 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ (ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਨਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ 7-1-1) ਜਾਂ ਆਨਲਾਈਨ ਜਾਉ:
  www.HealthLinkBC.ca

Print Shop #262947 (May 2012) Punjabi