

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ Emergency Services

ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ (ਨਾ ਕਿ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ) Chest Pain (Non-Cardiac)

ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੈ ?

ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖੋਫ਼ਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕੁਝ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ 'ਚੋਂ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।

ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਦੇ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਛਾਤੀ 'ਚ ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਜੋੜ (ਪੱਸਲੀਆਂ ਅਤੇ ਰੀੜ ਦੀ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਜੋੜ)
- ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਪੱਠੇ
- ਤਿੜਕੀਆਂ ਜਾਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਪੱਸਲੀਆਂ
- ਦੱਬੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨਸਾਂ
- ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲਜੇ ਦੀ ਜਲਣ, ਪਿੱਤ-ਕੋਸ਼ ਦੀਆਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ, ਅਲਸਰ (ਨਾਸੂਰ) ਵਗੈਰਾ
- ਭੈ-ਭੀਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੌਲਨਾਕ ਹਮਲਾ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਉਦਾਸੀ ਰੋਗ
- ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੰਫੈਕਸ਼ਨ (ਨਮੋਨਿਆ), ਜੰਮੇ ਖੂਨ ਦਾ ਕਤਰਾ, ਗੁਰਦੇ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੇਜ਼ਿਸ਼ ਦੀ ਪਰਤ, ਵਗੈਰਾ
- ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਨਜਾਇਨਾ

ਇਹਨਾਂ 'ਚੋਂ ਕੁਝ ਕਾਰਨ ਸੰਗੀਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸੰਗੀਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਕਾਰਨਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕੋਈ ਖ਼ਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੀੜ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ, _____ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਮਿਲਣ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

Based on the cause of your pain, arrange to see your family doctor in this many days.

ਕਦੇ ਮਦਦ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਂਬਾ ਛਿੱੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 38.5°ਸੀ (101.3°ਐਫ਼) ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਬੁਖਾਰ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਖੰਘ ਵਿੱਚ ਪੀਲਾ-ਹਰਾ ਬਲਗ਼ਮ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਆਉਂਦੀ ਜਾਉਂਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਲੇ 'ਚੋਂ ਕੁਝ ਲੰਘਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਜਲਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀੜ ਜਾਂ ਤਾਂ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਦਾ ਕੋਈ ਹਿੱਸਾ ਸੁੰਨ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਝਰਨਾਹਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ।

ਫ਼ੋਰਨ 9-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਛਾਤੀ ਅਚਾਨਕ ਕੁਚਲੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਨਿਚੋੜੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਛਾਤੀ 'ਚ ਤੰਗੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਦਬਾਉ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ ਪਿੱਠ, ਗਰਦਨ, ਜਬਾੜੇ, ਢਿੱਡ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋਹਾਂ ਮੋਢਿਆਂ ਜਾਂ ਬਾਹਾਂ 'ਚ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਫੈਲ ਜਾਵੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਛਾਤੀ 'ਚ ਤਿੱਖੀ ਪੀੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਵਰਗੀ ਪੀੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਰਕਤ ਨਾਲ ਹੋਰ ਵੱਧ ਜਾਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਧੁਰ ਤਕ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਸੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੰਝ ਲਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਦਿਲ ਨੱਸ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਰੁੱਕ-ਰੁੱਕ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ ਜਾਂ ਹੌਲੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ।

ਹੋਰ ਜਾਨਣ ਲਈ, ਪੁੱਛਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ
- ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀਸੀ 8-1-1 (ਜਾਂ 7-1-1 ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸੁਨਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ) ਜਾਂ ਆਨ-ਲਾਈਨ ਜਾਓ www.HealthLinkBC.ca