ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਕੀ ਹੈ ?

ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਗੇਤਕੀ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਖ਼ਰਾਬੀ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ) 45 ਵਰ੍ਹੇ ਦੇ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ 40 ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਹਰ 100 ਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਮਹਿਲਾ ਨੂੰ 30 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ 1,000 ਚੋਂ 1 ਮਹਿਲਾ ਨੂੰ ਅਤੇ 20 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ 10,000 ਚੋਂ 1 ਮਹਿਲਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ 'ਚ ਅੰਡਕੋਸ਼ 'ਚ ਅੰਡੇ ਬਹੁਤ ਘਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੋ ਮੁੱਖ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਹੌਰਮੋਨ ਐਸਟਰੋਜਨ (Oestrogen) ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੇਰੋਨ (Progesterone) ਬਣਨਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਅੰਡੇ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਮਾਸਿਕ ਚੱਕਰ ਅਤੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਰੱਤ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਏਗਾ।

ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਕਈ ਕਾਰਣਾਂ ਤੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਤਿਹਾਈ ਮਹਿਲਾਵਾਂ 'ਚ ਇਕ ਸਵੈ-ਛੂਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰ ਹੈ – ਇੱਥੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਛੂਤ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿਸਟਮ, ਗਲਤੀ ਨਾਲ, ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਰੋਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦੇ ਗੌਣ-ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਜੋਂ, ਅੰਡਕੋਸ਼ ਨੂੰ ਹਾਨੀ ਪਹੁੰਚਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲ ਦੀ ਰਿਸਰਚ ਨੇ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਾਲੀਆਂ ਲਗਭਗ 5% ਮਹਿਲਾਵਾਂ 'ਚ ਇਸ ਦਾ ਜਮਾਂਦਰੂ ਆਨੁਵੰਸ਼ਕ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਦੂਜੀਆਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ 'ਚ ਇਕ ਅਸਾਮਾਨਯ X ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ – ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਆਕਾਰ ਹੈ ਟਰਨਰ ਸਿੰਡਰੋਮ (Turner Syndrome), ਜਿੱਥੇ X ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।

ਪੇਡੂ ਸਰਜਰੀ, ਕੇਮੋਥੈਰਿਪੀ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓਥੈਰਿਪੀ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ, ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਾਨੀ ਨਾਲ ਵੀ ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰਸੌਲੀ ਕਾਰਣ ਜਾਂ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਕੱਢਣ ਦੇ ਨਾਲ, ਅੰਡਕੋਸ਼ ਹਟਾਉਣ ਕਾਰਣ ਵੀ ਅਚਾਨਕ ਅਕਸਰ ਨਾਟਕੀ ਰੂਪ 'ਚ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਮਹਿਲਾਵਾਂ 'ਚ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੱਖ ਕਾਰਣ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ।

ਸੁਆਸਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਕਾਰਣ ਸਿਹਤ ਲਈ ਕਈ ਤੁਰੰਤ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਅਵਧੀ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਲੱਛਣ – ਅੱਤ ਗਰਮੀ ਲਗਣਾ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਯੋਨੀ ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਹੋਣਾ, ਕਾਮ ਸ਼ਕਤੀ ਘਟ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਲੱਛਣ – ਸਰੀਰ 'ਚ ਐਸਟਰੋਜਨ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਿਰਦਾ ਰੋਗ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਆਂਤਾਂ ਦੇ ਸਖ਼ਤ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹਿਰਦਾ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਆਸਟੀਓਪੋਰੋਸਿਸ (Osteoporosis) – ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੱਡੀ ਰੋਗ ਆਖਦੇ ਹਨ – ਬੁਢਾਪੇ 'ਚ ਅਯੋਗਤਾ ਦਾ ਇਕ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ, ਕੁੱਲੇ, ਕਲਾਈ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ 'ਚ ਹੱਡੀ ਘਣਤਾ ਘੱਟ ਹੋਣ ਨਾਲ ਅਸਥੀ-ਭੰਜਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਐਸਟਰੋਜਨ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਹੈ, ਅਤੇ ਐਸਟਰੋਜਨ ਪਰਿਵਰਤਨ ਚਿਕਿਤਸਾ ਇਸ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਵਿਧੀ ਹੈ।

ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵੀ ਦੁਖਦਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਅਪੂਰਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਜਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਆਸ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੀਆਂ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ, ਮਾਹਵਾਰੀ, ਗੋਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੈਦਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ, ਜੋ ਇਸ ਸਥਿਤੀ 'ਚ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਅਪਨਾਉਣ 'ਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਦੱਸਾਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਜੋ ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰੀਆਂ ਹਨ, ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਦਾ ਕਾਫ਼ੀ ਲਾਭ ਹੋਇਆ ਹੈ।

HRT

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਕਾਰਣਾਂ ਕਰਕੇ, ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਵਾਲੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੌਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰਿਪੀ (HRT) ਦੱਸੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਟੋ ਘੱਟ 50 ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੌਜਵਾਨ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਲਈ ਐਸਟਰੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟਰੋਨ ਦੀ ਸੰਯੁਕਤ ਥੈਰਿਪੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਕ ਮਾਹਵਾਰੀ ਚੱਕਰ, ਰੱਤ ਨਿਕਾਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਕਢੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਐਸਟਰੋਜਨ ਥੈਰਿਪੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

HRT ਗੋਲੀ, ਸਕਿਨ ਪੈਚ, ਨੱਕ ਦੇ ਸਪ੍ਰੇ ਜਾਂ ਛੇ-ਮਹੀਨੇ ਇੰਪਲਾਂਟ ਰੂਪ 'ਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਬ੍ਰਾਂਡ ਜਾਂ ਆਕਾਰ ਆਜ਼ਮਾ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਉਪਯੁਕਤ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੁਝ ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਦੂਜੀ ਦਵਾ, ਆਹਾਰ ਪੂਰਕ, ਹਰਬਲ ਜਾਂ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਹੱਡੀ ਸੱਘਣਤਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ।

ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ

ਬਾਂਝਪਣ, ਅਪ੍ਰੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਿਨਾਸ਼ਕ ਪਰਿਣਾਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਜੋੜੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੇ-ਔਲਾਦ ਹੋਣਾ ਵੀ ਇਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਗੋਦ ਲੈਣਾ, ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਲਾਹੇਵੰਦ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਅੰਗੀਕਰਨ (Adoption) ਏਜੰਸੀਆਂ ਇਹ ਆਸ ਰੱਖ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗੋਦੀ ਲੈਣ ਦੇ ਆਵੇਦਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜਣਨ-ਯੋਗਤਾ ਲਈ ਸਾਰੇ ਇਲਾਜ ਮੁਕਾ ਲਏ ਹੋਣ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ ਵਿਭਾਗ (social services department) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਅਜੇ ਹੈ, ਗਰਭ ਧਾਰਣ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਅੰਡੇ-ਅਣਦਾਤਾ ਦੇ ਅੰਡਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦੇ ਬੀਜ ਨਾਲ ਇਕ ਟੈਸਟ ਟਿਊਬ 'ਚ ਜਣਨ ਯੋਗ ਬਣਾਏ ਹੋਣ (ਇਨ ਵਿਟਰੋ ਫ਼ਰਟੀਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਜਾਂ IVF)। ਇਸ ਨਾਲ ਭਰੂਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਧਿਕਤਮ ਦੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ 'ਚ ਰੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੱਛੀ ਕੁਆਲਿਟੀ ਦੇ ਵਾਧੂ ਭਰੂਣ ਨੂੰ ਯਖ਼ ਕਰਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਡਾ ਦਾਨ (Egg Donation)/IVF ਉਪਚਾਰ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਲੀਨਿਕ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਦਰ ਬਾਰੇ ਨਵੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹਿਊਮਨ ਫ਼ਰਟਿਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਐਂਬ੍ਰੀਆੱਲੋਜੀ ਅਥਾਰਿਟੀ (Human Fertilisation and Embryology Authority) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੁਝ ਭਾਗਾਂ 'ਚ ਇਹ ਉਪਚਾਰ NHS ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਉਪਚਾਰ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ 2003 'ਚ ਪ੍ਰਤਿ ਉਪਚਾਰ ਚੱਕਰ, ਉਸ ਦੀ ਲਾਗਤ £3,500-£4,000 ਸੀ।

ਦਾਨਕਰਕਤਾ ਲੱਭਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ ਅਤੇ ਦਾਨਕਰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਜਿਸਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਦਾਨਕਰਤਾ ਨਾ ਲੱਭ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਦੀ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ 'ਚ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ – ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੈ, ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਕੁਝ ਵੱਡੇ ਕੇਂਦਰਾਂ 'ਚ 2 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਕ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ ਲੱਭਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ :

The Human Fertilisation and Embryology Authority
21 Bloomsbury Street
London
WC1B 3HF

ਉਹ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗਰਭਕੋਸ਼ ਛੇਦਨ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਰੋਗੇਸੀ (ਪ੍ਰਤਿਨਿਯੁਕਤੀ) ਚੁਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ COTS Childlessness Overcome Through Surrogacy, Tel: 01549402401 www.surrogacy.org.uk

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਤੁਹਾਡੇ ਇਕ ਸਦੱਸ ਬਣਨ ਤੇ, ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ (Daisy Network) ਇਹ ਕੁਝ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ :

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਕ ਨੈਟਵਰਕ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਸਦੱਸਾਂ ਨੂੰ ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਿਜੀ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਦੀ ਅਨੁਮਤੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- HRT ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਹੀਂ ਗਰਭਧਾਰਣ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ 'ਚ ਉਪਚਾਰ ਅਤੇ ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੀਪੀਜ਼ (GPs), ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੁਦਾਇ ਅਤੇ ਪਾਲਿਸੀ ਸਾਜ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਵਿਭਿੰਨ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਵਿਵਿਧ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਸ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਦੱਸਾਂ ਨੂੰ ਰਿਆਇਤੀ ਮੁੱਲ ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਸਾਡੀ ਇਕ ਸਦੱਸ, ਕੇਰੋਲੀਨ ਹਾੱਕ੍ਰਿਜ (Caroline Hawkridge) ਨੇ ਇਕ ਕਿਤਾਬ 'Menopause, HRT and You' ਲਿਖੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਅਸੀਂ ਉੱਚ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਅਸੀਂ ਇਕ ਪੁਸਤਕ ਸੇਵਾ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਚੋਣਵੀਆਂ ਸਹਾਇਕ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੇਚਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਤੋਂ ਮੋਝ ਨਾਲ ਖ਼ਰੀਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਮੰਗ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਡੇ ਸਦੱਸਾਂ ਦੇ ਮਨਪਸੰਦ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ 'ਚ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਾਂਗੇ।

ਅਸੀਂ ਇਕ ਵਾਰਸ਼ਿਕ ਖੁਲ੍ਹਾ ਦਿਵਸ (Open Day) ਵੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਅਵਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਦੇ ਹਨ। ਮਹਿਮਾਨ ਵਕਤਾ HRT ਅਤੇ ਜਣਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਉਪਚਾਰ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਸਦੱਸਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ, ਮਿਤਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ – ਇਹ ਸੂਚਨਾਤਮਕ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਬੜਾ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ!

ਬੇਸ਼ਕ, ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੀ, ਜੋ ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਪੀੜਿਤ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ 'ਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰਖਦੇ ਹਨ, ਫ੍ਰੈਂਡਸ ਆੱਫ਼ ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਸਕੀਮ (Friends of The Daisy Network Scheme) 'ਚ ਸੁਆਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਮੀਨੋਪਾੱਜ਼ ਅਤੇ ਫ਼ਰਟਿਲਿਟੀ ਕਲੀਨਿਕਸ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਕ ਸਦੱਸਤਾ ਵੀ ਆਫਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ

ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਲਈ ਇਕਮਾਤਰ ਦੇਸ਼ਵਿਆਪੀ ਸਮਰਥਨ ਗਰੁੱਪ ਹੈ, ਜੋ ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਪੀੜਿਤ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਕ ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਹਾਂ ਜੋ ਇਨ ਯੂ.ਕੇ., ਨੈਸ਼ਨਲ ਇਨਫ਼ਰਟਿਲਿਟੀ ਸਪੋਰਟ ਨੈਟਵਰਕ (IN UK, the National Infertility Support Network) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ।

ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ, ਬਰਬਾਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਜੀਵਨ-ਬਦਲਨ ਵਾਲੇ ਨਿਦਾਨ ਰਾਹੀਂ, ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਡੇਜ਼ੀ ਨਾਟਵਰਕ, ਸਵੈ-ਸੇਵੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਪੀੜਿਤ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਮਿਡਲਸੈਕਸ ਹਸਪਤਾਲ, ਲੰਡਨ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਗ੍ਰੇਰਾਡ ਕੌਨਵੇ (Gerard Conway), ਜੋ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਇਕ ਮਾਹਿਰ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਇਕ ਸਰਪਰਸਤ ਹਨ।

ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਆਪਣੇ ਨੈਟਵਰਕਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਦੱਸਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਨੈਟਵਰਕਰ, ਸਦੱਸ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਵੈ-ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾੱਲਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇਖੇਤਰ 'ਚ ਮਿਲਨ ਸਮਾਰੋਹ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਆਪਣੇ ਸਦੱਸਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਤਿਮਾਹੀ ਸਮਾਚਾਰ ਪਤ੍ਰਿਕਾ '*Update*' ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। *Update* 'ਚ HRT, ਅੰਡਾ ਦਾਨ, ਵਿਕਲਪਕ ਉਪਚਾਰ, ਸਦੱਸਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਨੈਟਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਚੇਤੇ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ – ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਹੈ।

ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਲੀਫ਼ਲੇਟ, ਲਾਹੇਵੰਦ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾਤਮਕ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਵਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੰਸਾਧਨ, ਸ਼ਿਰਕਤ ਦੁਆਰਾ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਡੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਧਨ ਕੇਵਲ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ 'ਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਡੇਜ਼ੀ ਨੈਟਵਰਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਇਕ ਟਿਕਟ ਲੱਗਾ, ਸਵੈ-ਪਤੇ ਵਾਲਾ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਾ, ਇਸ ਪਤੇ ਤੇ ਭੇਜੋ :

The Daisy Network
PO Box 183
Rossendale
BB4 6WZ

ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਇਟ www.daisynetwork.org.uk ਵੇਖੋ

ਈ-ਮੇਲ : membership&media@daisynetwork.org.uk

ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 1077930

© The Daisy Network

The Daisy Network

ਅਪੌੜ ਰਜੋ-ਨਿਵਰਤੀ ਸਮਰਥਨ ਗਰੁੱਪ

ਸਰਪਰਸਤ :

ਡਾ. ਗੇਰਾਰਡ ਕੌਨਵੇ (Gerard Conway)

ਡਾ. ਐਂਡਰਿਉ ਸ਼ੈਲਿੰਗ (Andrew Shelling)

ਡਾ. ਮੈਰਿਲਿਨ ਗਲੈਨਵਿਲ (Marilyn Glenville)