ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਟੀਚੇ ਕੀ ਹਨ?

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ (urticaria pigmentosa) ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਝ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ (urticaria pigmentosa) ਕੀ ਹਨ, ਇਸਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ (urticaria pigmentosa) ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲ ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ (urticaria pigmentosa) ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੀ ਇੱਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮ ਕਲਿਨਕੀ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਸਮੂਹਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ 'ਕਿਊਟੇਨੀਅਸ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ' (cutaneous mastocytosis) ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੁਝ ਕੁ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਸਧਾਰਨ ਜਮਾਵਟਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਊਟੇਨੀਅਸ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮਾਸਟ ਸੈੱਲ, ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਖੂਬੀ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਲੂਣ-ਉਕਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਰਾਸਾਇਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਰਾਸਾਇਣਾਂ ਦਾ ਰਿਸਾਓ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਛਪਾਕੀ (ਨੈੱਟਲ ਰੈਸ਼) ਤੋਂ ਲੈਕੇ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਸ਼ਾਂ ਸ਼ਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦਸਤ ਲੱਗਣ ਤੱਕ, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਦੁਰਲੱਭ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ, ਜੀਵਨ ਲਈ ਮਾਰੂ ਗਿਰਾਵਟ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰਕ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਾਸਾਇਣਾਂ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਨੂੰ ਤੂਲ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਐਸਪਰਿਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੈਰ-ਸਟੀਰੋਇਡ ਜਲੂਣ-ਵਿਰੋਧੀ

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266   Fax: 020 7388 5263   e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

ਦਵਾਈਆਂ, ਕੋਡੀਨ ਅਤੇ ਮਾਰਫ਼ੀਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਕੁ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ), ਸ਼ਰਾਬ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਓ, ਸਰੀਰਕ ਉਕਸਾਹਟ (ਤਾਪ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਰਗੜ) ਅਤੇ ਮੱਖੀਆਂ ਦੇ ਡੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਆਮ ਕਰਕੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਬਾਲਗ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦੋਨਾਂ ਲਿੰਗਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਨਸਲੀ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ (urticaria pigmentosa) **ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ, ਹਾਲੀਆ ਸਬੂਤ ਇਹ ਸੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ (ਜਿਸਨੂੰ ਸੀ-ਕਿੱਟ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਣੁਵਾਂਸ਼ਿਕ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹਨਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਗੈਰ-ਸਾਧਾਰਨ ਪਾਸਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਆਣੁਵਾਂਸ਼ਿਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਇੱਕ ਗੁੱਝੇ ਆਣੁਵਾਂਸ਼ਿਕ ਕਾਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਇੱਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦੇ; ਭੈਣ ਅਤੇ ਭਰਾ ਅਕਸਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ?

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਦਿੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਭੂਰੇ ਜਾਂ ਲਾਲ-ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦੀਆਂ ਛਾਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੜ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਛਾਹੀਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਜਮਾਵਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਛਾਹੀ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਰਗੜਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲ ਆਪਣੇ ਰਾਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਛਾਹੀ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਖੁਰਕਦਾਰ ਅਤੇ ਸੁੱਜੇ ਹੋਣ ਦਾ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ, ਛਾਲੇਦਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ; ਇਸਨੂੰ ਡੇਰੀਅਰ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਹੈ।

ਕੁਝ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਗਦਾਰ ਧੱਬਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਕੁਝ ਖੁੱਲ੍ਹ ਚੁੱਕੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਲਹੂ ਵਹਿਣੀਆਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਹੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ *telangiectasia macularis eruptiva perstans* ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266   Fax: 020 7388 5263   e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਛਾਹੀਆਂ ਜੋ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੱਦੀਆਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਮਹੁਕੇ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖਾਰਸ਼ਦਾਰ ਧੱਫੜ (ਛਪਾਕੀ ਜਾਂ ਨੈੱਟਲ ਰੈਸ਼) ਜੋ ਛਾਹੀਆਂ ਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਰਗੜਨ 'ਤੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਖੁਰਚਣ ਦੇ ਨਾਲ ਖੁਜਲੀ ਹੋਰ ਵੀ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਤੋਂ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਦੀਆਂ ਭਾਰੀ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਦਾ ਰਿਸਾਅ ਚਮੜੀ ਦੇ ਲਾਲ ਹੋਣ, ਫੜੱਕ ਫੜੱਕ ਵਜਦੀ ਧੜਕਣ, ਦਸਤ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਸ਼ਾਂ ਸ਼ਾਂ ਕਰਨ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਲੱਛਣ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਰਵਾਇਤੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ ਦੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਤੀਬਰ ਵਿਆਪਕ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ, ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੀਬਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਵੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੀੜੇ ਡੰਗ ਮਾਰ ਦੇਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੱਖੀਆਂ ਅਤੇ ਭੂੰਡ।

ਬਹੁਤ ਦੁਰਲੱਭ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ, ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਹੱਡੀ ਦੀ ਮਿੱਝ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਆਪਕ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਇਹ ਖੂਨ ਦੇ ਉਚਿਤ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਅੰਦਾਜ਼ੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਨੀਮੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੱਡੀ ਦੀ ਘਣਤਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ (ਓਸਟੀਓਪੋਰੋਸਿਸ) ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੱਡੀ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਹੱਡੀ ਦੇ ਤਿੜਕਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਛਪਾਕੀਆਂ ਦੀ ਕਲਿਨਕੀ ਦਿੱਖ ਅਤੇ ਡੈਰੀਅਰ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਤਸ਼ਖੀਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਜੇ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਚਮੜੀ ਦਾ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਛਾਹੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਵਧੀ ਹੋਈ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਧੀਕ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ, ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜੋ ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਜਮਾਵਟੇ ਨੂੰ ਸੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਖੂਨ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇਵੇ ਅਤੇ, ਸ਼ਾਇਦ ਹੱਡੀ ਦੀ ਘਣਤਾ 'ਤੇ ਝਾਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਐਕਸਰੇ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇਵੇ।

ਕੀ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਪੱਕਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266 Fax: 020 7388 5263 e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474

ਨਹੀਂ, ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਪੱਕਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਪਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਹੀਂ, ਬਾਲਗਪਣ ਤੱਕ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ, ਦਿੱਖ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਬਹੁਤ ਦੁਰਲੱਭ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਇਹ ਵਧਕੇ ਮਾਸਟੋਸਾਈਟੋਸਿਸ ਦੀ ਇੱਕ ਵਧੇਰੇ ਤੀਬਰ ਵਿਆਪਕ ਕਿਸਮ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ *ਐਂਟੀਹਿਸਟਾਮੀਨ* ਦਵਾਈਆਂ, ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਵੱਲੋਂ ਉਕਸਾਏ ਲੱਛਣਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੁਜਲੀ, ਚਮੜੀ ਦਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ, ਛਾਤੀ ਦਾ ਸ਼ਾਂ ਸ਼ਾਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦਸਤ ਵਾਸਤੇ ਅਕਸਰ ਮਦਦਗਾਰੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- *ਮੌਖਿਕ ਡਾਈਸੋਡੀਅਮ ਕਰੋਮੋਗਲਾਈਕੇਟ* ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਮਦਦਗਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- *ਅਲਟਰਵਾਇਲਟ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ* ਮਦਦਗਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦੇ ਫਾਇਦੇ ਥੋੜ-ਚਿਰੇ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।
- *ਸਮਰੱਥ ਸਟੀਰੌਇਡ ਕਰੀਮਾਂ* ਖਾਜ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫਾਇਦੇ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਸਟੀਰੌਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਦੁਆਰਾ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਪੈਣੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- *ਲੇਜ਼ਰ ਚਿਕਿਤਸਾ* ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਰਕਤਪਿੱਤੀ ਦੀ ਸੋਹਜਾਤਮਕ ਦਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕੀਟ ਦੇ ਡੰਗ ਪ੍ਰਤੀ ਮਾੜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਾਪਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੇ ਕਿ ਹੋਰ ਡੰਗਾਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਖੁਦ-ਲਗਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਐਡਰੈਨਾਲਿਨ ਕਿੱਟ ਜਿਵੇਂ ਕਿ EpiPen® ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ।

ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

- ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਤੂਲ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਕਸਰਤ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੇ ਟੱਬ ਵਿੱਚ

ਜਾਂ ਸ਼ਾਵਰ ਹੇਠ ਨਹਾਉਣਾ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ ਨੂੰ ਜੋਰ ਨਾਲ ਰਗੜਨਾ ਮਾਸਟ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਬਹੁਤ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਤਸ਼ਖੀਸ਼ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਤੇ ਦਵਾਈ ਵਿੱਚ ਹਿਸਟਾਮੀਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਡਾਕਟਰੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਿੱਧਾ ਕਾਊਂਟਰ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੰਘ ਦੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਦਸਤ ਵਾਸਤੇ ਇਲਾਜ (ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕੋਡੀਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ) ਵੀ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਐਨਾਸਥੀਟਿਸਟ ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੀ ਤਸ਼ਖੀਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ।
- ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਦੱਸਦੇ ਇੱਕ ਮੈਡਿਕਅਲੱਰਟ® (MedicAlert®) ਬਰੇਸਲੈੱਟ ਜਾਂ ਨੈੱਕਲੇਸ ਨੂੰ ਪਹਿਨਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛਪਾਕੀ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੈਂ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

http://emedicine.medscape.com/article/1057932-overview
http://www.dermnetnz.org/colour/urticaria-pigmentosum.html
www.ukmasto.co.uk

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ ਟੀਚਾ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਸਟੀਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਡਰਮਾਟੋਲਜਿਸਟਜ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕਮਤਤਾ ਦਾ ਸਾਰ ਹੈ: ਪਰ ਇਸਦੇ ਅੰਸ਼, ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ) ਪੜ੍ਹਨਯੋਗਤਾ ਵਾਸਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆੱਫ ਡਰਮਾਟੋਲਜਿਸਟਜ ਦੇ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲੇ ਰੀਵਿਊ ਪੈਨਲ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਡਰਮਾਟੋਲਜਿਸਟਜ
ਮਰੀਜ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਤਾਬਚਾ
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਸਤੰਬਰ 2008
ਨਵੀਨਤਮ ਕੀਤਾ ਅਕਤੂਬਰ 2011

4 Fitzroy Square, London W1T 5HQ
Tel: 020 7383 0266   Fax: 020 7388 5263   e-mail: admin@bad.org.uk
Registered Charity No. 258474