BC Epilepsy Society

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (Information on Alcohol and Drugs)

ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਨੂੰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦੇ ਪੱਖ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਿਚ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮਿਰਗੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਖਤਰਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਨੇਮ ਨਾਲ ਪੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਰਾਬ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਰੋਕ-ਸੀਮਾ ਘੱਟ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸ਼ਰਾਬ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧਣ ਨਾਲ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਦਾ ਹੈ।

ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਅਕਸਰ ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਡ੍ਰਿੰਕ ਵਜੋਂ ਪੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਸੀਜ਼ਰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਮਿਰਗੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਏ ਈ ਡੀਜ਼) ਦੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਖਾਸ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ ਕੁਝ ਏ ਈ ਡੀਜ਼ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਘੱਟ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਵਿਚ ਅਣਗਹਿਲੀ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨੀ ਸ਼ਰਾਬ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੀ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋਵੇਗਾ। ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖਤਰੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਖਤਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੋਕੈਨ, ਪੀ ਸੀ ਪੀ, ਸਪੀਡ ਵਰਗੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਡਰੱਗਜ਼ ਦਾ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ। ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਨਾ ਲੱਗਦੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਿਲਾਈਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਮਿਲਾਵਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰਨਾਕ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਨਾਲ ਵੀ ਖਤਰਨਾਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੀਐਕਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਮਿਰਗੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਮੌਤ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਬਚਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਟਰੈੱਸ ਜਾਂ ਸੰਬੰਧਾਂ, ਕੰਮ ਜਾਂ ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਦੀ ਅਸਮਰਥਾ ਦਾ ਅਕਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਤੋਂ ਫੌਰਨ ਮਦਦ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਹਵਾਲੇ

Brust, John C.M., "Neurological Effects of Illicit Drug Use." *The Neurologist* 1, (1995): 105-114.
Epilepsy Foundation, "Epilepsy: Part of Your Life." Pamphlet produced by the Epilepsy Foundation. Landover, Maryland.

Hopkins, Anthony, Simon Shorovon, and Gregory Cascino, eds. *Epilepsy; Second Edition*. London: Chapman & Hall Medical, 1995.

Leone, M., E. Bottacchi, E. Beghi, E. Morgando, R. Mutani, G. Amedeo, R. Cremo, M. Gianelli, and L. Ravagli Ceroni. "Alcohol Use is a Risk Factor for a First Generalized Tonic-Clonic Seizure." *Neurology* 48, (1997): 614-620.

Porter, Roger J., Richard H. Mattson, Joyce A. Cramer, and Ivan Diamond, eds. *Alcohol and Seizures.* Philadelphia: F.A. Davis Company, 1990.

ਬੀ ਸੀ ਦੀਆਂ ਰੀਹੈਬਲੀਟੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਅਲਕੋਹਲ ਐਂਡ ਡਰੱਗ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
604-660-9382 ਜਾਂ 1-800-663-1441
ਇਹ ਫੋਨ ਸਰਵਿਸ ਬੀ.ਸੀ. ਭਰ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਉਪਬਲਧ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ, ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ।

ਹੇਅਰ ਟੂ ਹੈਲਪ:
www.heretohelp.bc.ca
ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ, ਬੀ ਸੀ ਪਾਰਟਨਰਜ਼ ਫਾਰ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਅਡਿਕਸ਼ਨਜ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਦਾ ਇਕ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਟੀਚਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
www.vch.ca
ਰਿਚਮੰਡ, ਨੌਰਥ ਅਤੇ ਵੈੱਸਟ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਸੀਅ-ਟੂ-ਸਕਾਈ ਹਾਈਵੇਅ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਕੋਸਟ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਸੈਂਟਰਲ ਕੋਸਟ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
www.fraserhealth.ca/your_care/mental_health_and_substance_use/substance_use_services
ਫਰੇਜ਼ਰ ਨੌਰਥ, ਫਰੇਜ਼ਰ ਸਾਊਥ ਅਤੇ ਫਰੇਜ਼ਰ ਈਸਟ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਨਟੀਰੀਅਰ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
www.interiorhealth.ca
ਸਾਊਦਰਨ ਇਨਟੀਰੀਅਰ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਲੋਨਾ, ਕੈਮਲੂਪਸ, ਕਰੇਨਬੁਰੱਕ, ਪਨਟਿਕਟਿਨ ਅਤੇ ਵਰਨਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਨੌਰਦਰਨ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
www.northernhealth.ca/YourHealth/MentalHealthAddictions.aspx
ਨੌਰਥਈਸਟ, ਨੌਰਦਰਨ ਇਨਟੀਰੀਅਰ, ਅਤੇ ਨੌਰਥਵੈੱਸਟ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼:
www.viha.ca/mhas/services/default.htm
ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਜੌਰਜੀਆ ਸਟਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਾਂ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਪੌਵਲ ਰਿਵਰ ਅਤੇ ਰਿਵਰਜ਼ ਇਨਲੈਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀਆਂ ਮੇਨਲੈਂਡ ਕਮਿਉਨਟੀਆਂ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ ਫਰਵਰੀ 2008 ਨੂੰ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਾਲ ਅਪਣਾਈ ਗਈ

ਤੁਸੀਂ ਬੀ ਸੀ ਐਪੀਲੈਪਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
#2500-900 West 8th Avenue, Vancouver, BC V5Z 1E5
ਫੋਨ: (604) 875-6704 ਫੈਕਸ: (604) 875-0617 info@bcepilepsy.com www.bcepilepsy.com