સ્ત્રીની પીડા સામે એક વૈશ્વિક વર્ષ
વાસ્તવિક સ્ત્રી, વાસ્તવિક પીડા

સ્ત્રીઓ અને પુરૂષો વચ્ચે પીડામાં તફાવતો

પીડામાં જાતિય તફાવતો : પુરાવો

- સામાન્ય રીતે સ્ત્રીઓ પુરૂષો કરતાં વધુ પુનરાવર્તી પીડા, વધુ ગંભીર પીડા અને લાંબા સમય સુધી ચાલુ રહેતી પીડા અનુભવતી હોવાનું નોંધાવે છે
- પીડામાં જાતિય તફાવતો માટેના પુરાવો વ્યાપક છે અને તેમાં મૂળભૂત વિજ્ઞાન, એપીડેમીઓલોજી અને ચિકિત્સાકીય સંશોધનનો સમાવેશ થાય છે
- ઉદાહરણ તરીકે, પ્રાયોગીક અભ્યાસો દર્શાવે છે કે પુરૂષોની તુલનાએ સ્ત્રીઓ નિમ્ન પીડા આરંભો અને પીડા ઉદ્દીપનોની શ્રેણી પ્રત્યે નિમ્ન સહ્યતા ધરાવે છ

પુરૂષો અને સ્ત્રીઓમાં પીડાકારક સ્થિતિઓનું પ્રાબલ્ય

- કેટલીક પીડાકારક પરિસ્થિતિઓ માટેના પ્રાબલ્ય દરોમાં જાતિય તફાવતો જોવા મળે છે
- નર પ્રાબલ્ય કરતાં માદા પ્રાબલ્ય વધુ હોય ત્યારે વધુ પીડાકારક સ્થિતિઓ હોય છે
- પીડાકારક સ્થિતિઓના ઉદાહરણો, જ્યારે વધુ માદા પ્રાબલ્યમાં ફાઇબ્રોમાઇલજીય, દાહક બોવેલ સિન્ડ્રોમ, ટેમ્પરોમેન્ડીબ્યુલર બિમારી, સંધિવા અને ઓસ્ટિઓઆર્થરીટીઝ, આધાશીશી માથાનો દુ:ખાવો વગેરેનો સમાવેશ થાય છે
- પીડાકારક સ્થિતિઓના ઉદાહરણો, જ્યારે વધુ નર પ્રાબલ્યમાં માથાનો દુ:ખાવો, કોરોનરી હ્રદય રોગો, ગાઉટ, એન્કાયલોઝીંગ સ્પોન્ડીલીટીસ, ડ્યુઓડિનલ અલ્સર, પેટના રોગો વગેરેનો સમાવેશ થાય છે

પીડાનુભવમાં જાતિય તફાવતો પર અસરકર્તા અન્ય પરિબળો

- પીડાનુભવો, જાતિઓમાં ગણનાપાત્ર રીતે બદલાય છે
- પીડા હળવી કરવા માટે જાતિય અંત:સ્ત્રાવોમાં ફેરફારો જોવા મળ્યાં છે (જેમ કે, માસિકચક્ર, સગર્ભાવસ્થા).
- જીવનકાળ દરમ્યાન પીડામાં જાતિય તફાવતો બદલાઇ શકે છે. પીડા પ્રાબલ્ય (જેમ કે માથાનો દુ:ખાવો પેટનો અને પ્રજોત્પતિકારક વિસરે પીડા) માં નોધાયેલ ઘણાં જાતિ તફાવતો, પ્રજોત્પાદક વર્ષો પર ઘટતા જણાય છે
- વિવિધ સંસ્કૃતિઓ અનુસાર પીડામાં જાતિય તફવાતો બદલાઇ શકે છે

પીડાની સારવારમાં જાતીય તફાવતો

- પીડા વિહિન અસ્તિત્વમાં જાતિય તફાવતો
- પીડાશામક સહિતની દવાઓ સાથે સંકળાયેલી આડઅસરોમાં જાતિય તફાવતો જોવા મળે છે
- નોન-ફાર્માકોલોજીકલ લાંબાગાળાની પીડાની સારવારોમાં પણ જાતિય તફાવતો જોવામાં આવ્યા છે.

પીડા અને પીડા રહિતતામાં પુરૂષો અને સ્ત્રીઓ અલગ હોવા માટેના કારણો

- જૈવિક સંરચનાઓમાં જાતિય અંત:સ્ત્રાવ, જનિનિક અને શરીર રચના સંબંધીત તફાવતોનો સમાવેશ થાય છે. આ જૈવિક પરિબળો (જેમ કે ગોનેડલ અંતસ્ત્રાવ) પૈકીના કેટલાક રજોનિવૃત્તિ પછીના વર્ષો ઓછા સ્પષ્ટ બન્યાં છે
- મનોવૈજ્ઞાનિક અસરોમાં લાગણી (જેમ કે આતુરતા, તણાવ), સ્થિતિને પહોંચી વળવાની વ્યૂહરચનાઓ, જાતિની ભૂમિકાઓ, આરોગ્ય વર્તણૂંકો અને આરોગ્ય સંભાળ સેવાઓના ઉપયોગનો સમાવેશ થાય છે

શું કરવું જોઇએ ?

- પીડાની તપાસમાં જાતિય તફાવતો બાબતે વિચારવું જોઇએ
- પીડા અને પીડારહિતતા વિશે વિચારણા કરતી વખતે જાતિઓ વચ્ચેની સમાનતા અને તફાવતો અંગેની જાગૃતિ કેળવો
- પુરૂષો અને સ્ત્રીઓની વિવિધ આરોગ્ય જરૂરિયાતોની સમજણને સમજાવવી

Copyright International Association for the Study of Pain, February 2008.
References available at www.iasp-pain.org/GlobalYear.