ಮಹಿಳೆಯರ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪೂರಕವಾಗಿರುವ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿರುವ, ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರೂ ಆದ, ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ವೈದ್ಯೆ,

ಡಾ.ಪದ್ಮಿನಿ ಪ್ರಸಾದ್

ಈ ಹೊಸ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವಾರವೂ 'ಸುಧಾ' ಓದುಗರ ಜತೆ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಿದ್ದಾರೆ. -ಸಂ.

‣ ನಮ್ಮೂರು ಕಾರ್ಕಳ. ಯುವಕ 33 ವರ್ಷ, ಪತ್ನಿಗೆ 24 ವರ್ಷ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೆಂದರೆ ನನಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಎರಡೂವರೆ ವರ್ಷ ಕಳೆಯಿತು. ಇನ್ನೂ ಮಗುವಾಗಿಲ್ಲ. ಆರಂಭದ ಎರಡು ವರ್ಷ ನಿತ್ಯವೂ ಸೇರುತ್ತಿದ್ದೆವು, ಏನೂ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರಲಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದ ಎರಡು ಮೂರು ದಿನ ಬಿಟ್ಟು ಶಿಶ್ನದ ಒಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಕಜ್ಜಿಯಂತೆ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಏಳುತ್ತಿವೆ. ಅದು ಎರಡು ಮೂರು ದಿನ ಇದ್ದು ಬಳಿಕ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿನ ತುರಿಕೆ ಕೂಡ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತೀವ್ರ ಆಘಾತವಾಗಿದೆ. ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಲು ಮನಸ್ಸು ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಮುಟ್ಟಿನ 5 ದಿನದ ಬಳಿಕ ಒಂದೆರಡು ದಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಳಿಸ್ರಾವ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ಗುಳ್ಳೇ ಏಳುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಬರಬಹುದೇ. ಇದರಿಂದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆಯೇ? ನಮಗೆ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ವೈದ್ಯರಿದ್ದಾರಾ? ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನ ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಅವಕಾಶ ವಿದೆಯೇ. ನನ್ನ ಈ ನೋವಿಗೆ ತಾವು ಸ್ಪಂದಿಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವಿರೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನಿಮಗೆ ಜನನಾಂಗದಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಪತ್ನಿಗೂ ಬಿಳೀಸ್ರವಿಕೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರಿಗೂ ಸೋಂಕಾಗಿರಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದೆ. ಬಹುಶಃ ಫಂಗಸ್ ಸೋಂಕಾಗಿರಬಹುದು. ಇಬ್ಬರೂ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಬಹುದು. ಮಣಿಪಾಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರೂ ಸಿಗುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿಯೇ ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀವು ಅಷ್ಟೊಂದು ಚಿಂತಾಕ್ರಾಂತರಾಗುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ದೇಹದ ಇತರೆ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಸೋಂಕಾಗುವಂತೆ ಜನನಾಂಗದಲ್ಲೂ ಸೋಂಕಾಗಬಹುದು. ನಾಚಿಕೆ, ಮುಜುಗರ ಎಂದು ಖಾಯಿಲೆ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ನಿಮಗೆ ಮಕ್ಕಳಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಇಬ್ಬರೂ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

‣ ನನ್ನ ವಯಸ್ಸು 43, ನನ್ನ ಗಂಡನದು 49. ಗಂಡ ಸರಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿ. ಅವರಿಗೆ ಮೊದಲೆಲ್ಲ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಾಪಟ್ಟೆ ಆಸಕ್ತಿ. ನನಗೆ ಅಷ್ಟಿರಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಈ ನಡುವೆ ನನಗೂ ಕೂಡ ಆಸಕ್ತಿ ಹುಟ್ಟಿದೆ. ಅವರು ಮಾತ್ರ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸಲಿಲ್ಲ. ಏನೋ ನನ್ನ ಬಲವಂತಕ್ಕೆ ಎಂಬಂತೆ ಮಾಡಿ ಬೆನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿ ಮಲಗುತ್ತಿದ್ದರು. ನನಗೆ ಕಾರಣ ಗೊತ್ತಾಗಲಿಲ್ಲ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನದ ಹಿಂದೆ ಅವರ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ ಚೆಕ್ ಮಾಡಿದೆ ಅವರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ ಒಬ್ಬಳ ಜೊತೆ ತುಂಬಾ ಪೋಲಿಯಾಗಿ ಚಾಟ್ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅವರ ಫೋನ್ ಚೆಕ್ ಮಾಡಿದೆ. ಆಫೀಸ್ ಟೈಪಿಸ್ಟ್‌ಗೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಬಾರಿ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ಮಾತಾಡಿದ್ದಾರೆ ಕೇಳಿದರೆ ಏನೇನೋ ಕಥೆ ಕಟ್ಟಿ ಹೇಳಿದರು. ನನ್ನ ಗಂಡ ಎಂತಹ ಲಂಪಟ ಎಂದರೆ ಅವನು ನನ್ನೆದುರಿಗೆ ಬೇರೆ ಹೆಂಗಸಿನ ಜೊತೆ ಮಲಗಿದ್ದರೂ ಅದು ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಒಳಿತಿಗೆ ಎನ್ನುವಂತೆ ಮಾತಾಡಿ ನನ್ನ ನಂಬಿಸಿ ನಾನೇ ಅದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕು ಹಾಗೆ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೇ ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಮಾತು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರಿಗೆ ಹಾಗೇ ಮಾಡಲಿಕ್ಕೆ ಯಾವ ನೈತಿಕ ಹಕ್ಕು ಇದೆಯೋ ಕಾಣೆ. ಆಫೀಸಿನ ಹುಡುಗಿ ಜೊತೆ ಮಾತಾನಾಡುವುದು ಕೂಡ ಒಂದೆರೆಡು ಬಾರಿ ಕದ್ದು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಜೋರಾಗಿ ಮಾತಾಡಿದ್ರೆ ಅವಳಿಗೆ ಎಲ್ಲಿ ನೋವಾಗುತ್ತೋ ಅನ್ನುವಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮೆದು ಮಾತು. 20 ವರ್ಷದ ನನ್ನ ಮದುವೆಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಒಂದು ಪ್ರೀತಿ ಮಾತು ನನಗಾಗಿ ಇಲ್ಲ. ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆಗೂ ಒಂದು ಪ್ರೀತಿಯ ಮಾತಿಲ್ಲ ತೆವಲು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಇಂತಹ ಗಂಡ ನನಗೆ ಬೇಕಾ? ಅನ್ನೋ ಯೋಚನೆ ಶುರುವಾಗಿದೆ. ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯೋಣ ಅಂತ ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವುದಾದರು ಮಹಿಳಾ ಸಂಘಟನೆಗಳು ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಯಾರಿಂದ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಗದಿದ್ರೆ ನಾನು ನನ್ನ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಬದುಕು ಬೇಸರವಾಗಿದೆ. ಮದುವೆಯಾದಂದಿನಿಂದ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸಿ ಸಾಕಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ. ಈ ಮನುಷ್ಯ ನನ್ನ ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಾ ಹೆಂಗಸರ ಜೊತೆನೂ ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಮನಸ್ಸು ಬಿಚ್ಚಿ ಮಾತಾಡ್ತಾನೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ನನಗೊಂದಿಷ್ಟು ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮ ಗಂಡ ವಿವಾಹೇತರ ಸಂಬಂಧ ಮಾಡಿರುವುದರಿಂದ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಬಿರುಕುಬಿಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಇದರಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾಗಬಹುದು. ನಿಮ್ಮವರಿಗೆ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಗಳಿಂದ ಹೇಳಿಸಿ. ನೀವೂ ಕೂತು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಮಾತನಾಡಿ. ಅವರು ಸಹಕರಿಸಿದರೆ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ಕರೆತನ್ನಿ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಖಂಡಿತ ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಹಕ್ಕು ನಿಮಗಿಲ್ಲ. ಅವರನ್ನು ಬಾಳಲು ಬಿಡಿ. ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ಜೀವನ ಎದುರಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾದರೂ ಒಂದು ಕೆಲಸ ಹಿಡಿದು ನಿಮ್ಮ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ನೀವು ನಿಂತುಕೊಳ್ಳಿ. ಕೆಲವರ ಸ್ವಭಾವ ಬದಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿ. ಬೇರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯನ್ನು ಸರಿಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಬೇರೆಯಾಗುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿ. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತಾಳ್ಮೆ ಇರಲಿ.

‣ ನಾನು 45 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ವಿವಾಹಿತೆ. ಹತ್ತನೇ ಕ್ಲಾಸಿನ ಒಬ್ಬ ಮಗಳಿದ್ದಾಳೆ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದರೆ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಋತುಚಕ್ರದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಬರುತ್ತದೆ. ಮಾಸಿಕ ಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 10 ದಿನ ಮೊದಲೇ ಹೊಟ್ಟೆ, ಬೆನ್ನು ಸೊಂಟ ನೋವು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ 15 ದಿನ ಕಾಲ ನಾನು ಈ ಎಲ್ಲ ನೋವುಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಆಗ ಅವರು 'ಗರ್ಭಕೋಶ ಹಿಗ್ಗಲಿಕೆ' ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಇನ್ನು ಎರಡು ವರ್ಷ ಹೀಗೇ ನೋವು ಇರುತ್ತದೆ. ಆಮೇಲೆ ಋತುಬಂಧ ಉಂಟಾಗಿ ನೋವು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮಾತ್ರೆ ಕೊಟ್ಟರು. ಈಗ ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆ ಎಂದರೆ ಇನ್ನೂ ಎರಡು ವರ್ಷ ನಾನು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ನೋವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೋ? ಅಥವಾ ಇದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಬೇರೆ ಪರಿಹಾರ ಇದೆಯೇ? ದಯವಿಟ್ಟು ತಿಳಿಸಿ.

ನಿಮಗೆ ತೀವ್ರತರಹದ 'ಮುಟ್ಟಿನ ನೋವು' ಮತ್ತು 'ಮುಟ್ಟಿನ ಮುನ್ನಾ ದಿನದ ನೋವು' ಇದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ಕಾರಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಉದಾ: ಗರ್ಭಕೋಶದ ಗಡ್ಡೆ, ಸೋಂಕು, ಎಂಡೋಮೆಟ್ರಿಯೋಸಿಸ್ ತೊಂದರೆ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಅಡಿನೋಮಯೋಸಿಸ್ (ಗರ್ಭಕೋಶ ಹಿಗ್ಗಲಿಕೆ). ಇತರೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ನೋವು ಶಮನವಾಗದಿದ್ದರೆ ಗರ್ಭಕೋಶ ತೆಗೆಸಬೇಕಾಗಬಹುದು ನಿಮಗಿನ್ನೂ 45 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು ಇನ್ನೂ 5-6 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಾಗಬಹುದು. ನೀವು ನೋವು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ. ಸರಿಯಾದ ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮಗೆ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್, D& C ಮುಂತಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಸಹಾಯವಾಣಿ: (080) 23154293

ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಕರು 'ಸುಧಾ' 'ಆಪ್ತಗೆಳತಿ' ವಿಭಾಗ, ನಂ.75 ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು 01 ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ