ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಅಂಕಣವಿದು. ನೀವೂ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಡಾ.ವಿನೋದ ಛಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ಕೆಲವು ವೈದ್ಯರು ಸ್ತ್ರೀರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಅನೈತಿಕ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರುತ್ತಾರೆ (ಥಿಂಕ್ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಅಂತ ಬೋರ್ಡ್ ಬೇರೆ!) ಇಂಥ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಅಸಹ್ಯವಾದ ಭಾವನೆ ಹುಟ್ಟಿ ರೋಗಿ ತನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ದೂರ ಸರಿಯುತ್ತಾಳೆ. ಇವರು ಹೀಗೇಕೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ? ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಸೆಳೆಯಲು ಹಲವಾರು ಟ್ರಿಕ್ಸ್ ಬಳಸುವಂತೆ ಹೀಗೆ ವರ್ತಿಸಿ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸೆಳೆದು ತಮ್ಮ ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಉಪಾಯವಿರಬಹುದೇ? ಇಂತಹ ರೋಗಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆ ಏನು?

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜೊತೆಗೆ ದುಃಖಾರ್ತರಿಗೆ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವುದೂ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯ ಧರ್ಮ. ಆದರೆ ಇದರ ದುರ್ಲಾಭ ಪಡೆಯುವವರು ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಇಲ್ಲೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಹಿಂದೆ ಹೆಚ್ಚಿನಂಶ ಕಾಮುಕತೆ ಅಥವಾ ಅಧಿಕಾರಶಾಹಿ ಉದ್ದೇಶವಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ್ಕಾಗಿ ವೈದ್ಯಕೀಯದಲ್ಲಿ ನೀತಿಸಂಹಿತೆಯೇ ಇದೆ. ದುರುಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಒಳಪಡುವ ಸಂದೇಹ ಬಂದರೆ ಈ ಅಂಶಗಳ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ: 1) ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಬೇಡಿ; ನಂಬಿಕೆಗೆ ಅರ್ಹರಾದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು (ಪತಿ, ಗೆಳತಿ, ಸೋದರಿ) ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ. ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯರ ಕಡೆಯಿಂದ ಯಾರಾದರೂ ಮಹಿಳಾ ಸಹಾಯಕಿ ಇರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. 2) ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡುವ ಮುಂಚೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಮಾತಾಡಿಸಿ, ನೀವು ಅವರನ್ನು ನಂಬಬಹುದೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. 3) ಶಾರೀರಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಪ್ಪುವ ಮುಂಚೆ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರದ ಯಾವ್ಯಾವ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಲಾಗುವುದು, ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ವಿವಸ್ತ್ರರಾಗಬೇಕು ಎನ್ನುವುದರ ಬಗೆಗೆ ಖಚಿತ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಿರಿ. 4) ವಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಕಳಚುವಾಗ ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಂತರವಿರಲಿ. 5) ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಯುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಗಮನವು ವೈದ್ಯರ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮತ್ತು ಸ್ವರದ ಏರಿಳಿತದ ಮೇಲೆ ನೆಟ್ಟಿರಲಿ. (ದೃಷ್ಟಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ಸೇರಿಸಿ, ತನ್ನ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ರೋಗಿಗೆ ಏಕಸ್ವರದಿಂದ ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ.) 6) ಯಾವುದೇ ಸ್ಪರ್ಶವು ನಿಮಗೆ ಹಿತವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ನಿಲ್ಲಿಸುವಂತೆ ಕೇಳಲು ನಿಮಗೆ ಹಕ್ಕಿದೆ. 7) ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಾಯ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ಸಂದೇಹ ಬಂದರೂ ಸಾಕು, ನೇರ ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ (ಡಾಕ್ಟರ್, ನನಗಿದು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ, ನಿಲ್ಲಿಸಿ!) ಅಥವಾ ಕೃತ್ಯದ ಮೂಲಕ (ವೈದ್ಯರ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುವ ಕೈಯನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯುವುದು) ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿ. ಕೇಳದಿದ್ದರೆ ಜೋರಾಗಿ ಕಿರುಚುವ ಬೆದರಿಕೆಯೊಡ್ಡಿ. ಇನ್ನು, ಅಸಭ್ಯ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು? ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಅಥವಾ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಪೊಳ್ಳು ಮಾತಾಡುವ, ತನ್ನ ಮಾತಿಗೆ ಒಪ್ಪುವಂತೆ ಅವಸರ / ಒತ್ತಾಯ ತರುವ, ತನ್ನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸುವ, ಮಾತಿಗೂ ನಡತೆಗೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಂತೆ ವರ್ತಿಸುವ, ಪರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಅನವಶ್ಯಕ ಸ್ವರಕಂಪನ ಅಥವಾ ಗೊಗ್ಗರು ಕಂಡುಬರುವ, ನಿಮ್ಮ ಬಗೆಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ (ನೀವು ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೀರಿ!) ವೈದ್ಯರಿಂದ ಬಹುಶಃ ತೊಂದರೆಯಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಇಂಡಿಯನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕೌನ್ಸಿಲ್‌ಗೆ ಅಥವಾ ಗ್ರಾಹಕರ ವೇದಿಕೆಗೆ ದೂರು ಕೊಡಿ. ಮಹಿಳಾ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಪ್ರಸಂಗ ಬಂದಾಗ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಈ ಮಾತು: 1) ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮಹಿಳಾ ರೋಗಿಯನ್ನು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. 2) ಅನಿವಾರ್ಯ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ನೀವೇನು ಮಾಡಲಿರುವಿರಿ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವ್ಯಾವ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕಾದೀತು ಎಂಬುದನ್ನು ಮುಂಚೆಯೇ ವಿವರಿಸಿ, (ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಲಿಖಿತ) ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ; 3) ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಹಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ರೋಗಿಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತ ಹೋಗಿ – ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಟದ ವೀಕ್ಷಕ ವಿವರಣೆಯ ಹಾಗೆ!

ನೀತಿ: ವೈದ್ಯರ ಅಹಿತಕರ ವರ್ತನೆಯ ಬಗೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹ ಬಂದರೆ ಅಂತರ್ಯವನ್ನೇ ಮೊದಲು ನಂಬಿ; ವೈದ್ಯರ ಮಾತನ್ನಲ್ಲ!

ಗಂಡು 28, ಅವಿವಾಹಿತ. ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ಒಬ್ಬಳು ಗೆಳತಿಯನ್ನು (24) ತುಂಬ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಆಗಾಗ ಸಂಭೋಗಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದ ಅವಳು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಬಹುದು ಎಂದು ಭಯಪಟ್ಟು ಸುಮ್ಮನೇ ತಲೆ ಬಿಸಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಆಗದಂತೆ ತಡೆಯುವ ಒಂದು ಮಾತ್ರೆಯ ಜಾಹೀರಾತು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಂತರ ಈ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದೆ?

ಇಂಥ ಮಾತ್ರೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲ ಹೆಣ್ಣು ಮುಟ್ಟಾಗುತ್ತಾಳೆ; ನಿಯಮಿತವಾದ ಮುಟ್ಟನ್ನು ಅನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೆಣ್ಣಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅದಿರಲಿ, ಒಂದುಕಡೆ 'ಅವಳು ಸುಮ್ಮನೆ ತಲೆ ಬಿಸಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ' ಎನ್ನುವ ನೀವು ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ ಗರ್ಭನಿರೋಧ ಮಾತ್ರೆಯ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಕೇಳಿದ್ದೀರಿ. ಅಂದರೆ ಅವಳ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯುವ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಸ್ವತಃ ನಿಮಗೇ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲ! ಹೀಗಾಗಿ ನೀವು ಕೇಳಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಒಳಾರ್ಥವು ಹಲವಾರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಿದೆ: 1) ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗೆಳತಿಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಅವಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಗರ್ಭವನ್ನೂ ಯಾಕೆ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ? 2) ಅವಳಿಗೆ ಭಯವಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಸಂಭೋಗದ ಹಪಾಹಪಿಕೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವಳ ಪ್ರೀತಿಯ ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡಿದಂತಾಗಲಿಲ್ಲವೆ? 3) ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವಳನ್ನು ಮದುವೆ ಯಾಕಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ? 'ನಡೆದಷ್ಟು ದಿನ ನಡೆಯಲಿ' ಎಂಬ ವಿಚಾರವಿದೆಯೆ? 4) ಒಂದುವೇಳೆ ದಾಂಪತ್ಯದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊರುವ ವಿಚಾರವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಅರ್ಹತೆ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ಒಟ್ಟು ಲೈಂಗಿಕ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೂಕಹಾಕಿದಾಗ ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗೆ ಈ ಅರ್ಥ ಬರುತ್ತದೆ: ನಿಮಗೆ ಅವಳಿಂದ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಕಾಮತೃಪ್ತಿಯಷ್ಟೇ ವಿನಾ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಸಂಬಂಧವಲ್ಲ. ಕಾಮದ ಹಪಹಪಿಕೆಯನ್ನೇ ನೀವು ಪ್ರೀತಿಯೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಹೆಸರಿಸಿದ್ದೀರಿ. ನಿಮಗೆ ಕ್ಷಣಿಕ ಖುಷಿಯು ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯೇ ವಿನಾ ಭವಿಷ್ಯದ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸುಖವಲ್ಲ. ಆ ಹುಡುಗಿಗೆ ಯಾವ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನೂ ನಿಮ್ಮಿಂದ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂಬ ಅರಿವಿದ್ದೂ ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಅವಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಬೇಕೆಂಬ ಹಪಾಹಪಿ ನಿಮ್ಮದು. (ದೇವರೇ ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆ ತಪ್ಪಿರಲಿ!) ಆದುದರಿಂದ ನಾನು ಹೇಳುವುದಿಷ್ಟೆ: ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ನೀವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಂಡು ನೋಡಿ. ನಿಮಗೊಬ್ಬರಿಗೇ ಖುಷಿ ಬೇಕಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅವಳಿಂದ ತೃಪ್ತಿ ಬೇಕಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಜೊತೆಜೊತೆಯಾಗಿ ತೃಪ್ತಿಪಡಲು ದಾಂಪತ್ಯವೆಂಬ ಕಾಯಂ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮೊದಲು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ. ಕೊನೆಯ ಮಾತು: ಕಾಮವನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಲಾರದ, ಪ್ರೀತಿಗಿಂತ ಕಾಮಕ್ಕೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆಲೆಕೊಡುವ ದುರ್ಬಲ ಮನಸ್ಸಿನವರು ಮಾತ್ರ ವಿವಾಹಪೂರ್ವ ಸಂಭೋಗದ ಮತ್ತು ಗರ್ಭನಿರೋಧದ ಮೊರೆಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ತಿಳಿದಿರಲಿ. ಈ ಉತ್ತರವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಗೆಳತಿಗೂ ತೋರಿಸುವಿರೆಂದು ನಂಬಲೆ?

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಛಬ್ಬಿಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಮತ್ತು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದೂರವಾಣಿ; (080) 23111666 ಅಥವಾ 23101205ರ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ದೂರವಾಣಿ ಸಿಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ವೈದ್ಯರ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬಹುದು. ಅಥವಾ www.medisex.org ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' 'ಸುಖೀಭವ' ವಿಭಾಗ, ನಂ. 75 ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-01 ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ