

‘ಋತುಚಕ್ರ’ದ ಆರಂಭದಿಂದ ‘ಋತುಬಂಧ’ದವರೆಗೆ ಮಹಿಳೆಯ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಏರಿಳಿತ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಮದುವೆಯ ನಂತರದ ಜೀವನ ಮಹಿಳೆಯ ಪಾಲಿಗೆ ‘ಚೈತ್ರಕಾಲ’ವಾಗಿದ್ದರೂ ಋತುಬಂಧದ ನಂತರದ ಜೀವನ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ತ್ರಾಸದಾಯಕವೇ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಸ್ತ್ರೀ ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಕುಗ್ಗುವುದು ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಆಸಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಮೆನೊಪಾಸ್ ಕುರಿತಾದ ತಪ್ಪುಗ್ರಹಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸುವ ಹಂಬಲದ ಈ ಬರಹವನ್ನು ‘ಸುಧಾ’ ಕಾಲಜಿಯಿಂದ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಋತುಬಂಧದ ನಂತರ ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯ