



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

ಡಾ. ವಿನೋದ ಭಟ್ಟಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

● ಹುಡುಗಿ, 17 ವರ್ಷ. ದೊಡ್ಡಮ್ಮ - ಅಂಕಲ್ ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದ್ದು ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗ ದೊಡ್ಡಮ್ಮ ನನ್ನ ಯೋನಿಯ ಮೇಲೆ ಕೈ ಆಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಭಯವಾಗಿ ಸುಮ್ಮನಿದ್ದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಆಕೆ ನನಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ಕರೆದು ನನ್ನ ಯೋನಿಯನ್ನು ಮುತ್ರಿ ಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ನಾನು ಸರಿಯಾಗಿ ಓದುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಗದರಿಸಿ, ಅಂಕಲ್‌ನ (55 ವರ್ಷ) ವೀರ್ಯ ನುಂಗಿದರೆ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಅವರ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ತಾನೇ ಬೇಡಿ, ನಂತರ ನನಗೆ ಚೇಪಲು ಹೇಳಿದರು. ಅಂಕಲ್ ತನ್ನ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನನ್ನ ಬಾಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಚೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ವೀರ್ಯ ಬಿಟ್ಟರು. ಆಗ ನನಗೆ ವಾಂತಿಯಾಯಿತು. ಹೀಗೆ ಆಗಾಗ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ವೀರ್ಯ ನುಂಗುವ ತನಕ ಅವರು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ತೆಗೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ವೀರ್ಯ ನುಂಗಿದರೆ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆಯೇ? ಅವರಿಬ್ಬರೂ ನನ್ನನ್ನು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ದಿಕ್ಕೇ ತೋರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ಮಗೂ, ನಿನ್ನ ಸ್ಥಿತಿ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ. ವೀರ್ಯ ನುಂಗುವುದಕ್ಕೂ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಗೂ ಏನೇನೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ನಿನ್ನ ಹಿರಿಯರು ನಿನ್ನನ್ನು ತಮ್ಮ ಕಾಮತ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಒಳಸಿಕ್ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ದೊಡ್ಡಪ್ಪ ನಡೆಸುವ ಈ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮುಖಮೃಥನ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನ ನಿನ್ನೊಡನೆ ಅವರು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ದುಷ್ಕೃತ್ಯಕ್ಕೆ 'ಎಳೆಯರ ಮೇಲೆ ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಳಕೆ' (ಚೈಲ್ಡ್ ಸೆಕ್ಸ್ ಅಬ್ಯೂಸ್) ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅನ್ಯಾಯವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಕಾನೂನಿನ ಪ್ರಕಾರ ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹ ಅಪರಾಧ. ಅವರ ಕಾಮದಾಟಕ್ಕೆ ನೀನು ಸಹಕರಿಸಲೆಂದು ನಿನಗೆ ಪ್ರೀತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಇನ್ನು ಪರಿಹಾರ: ನಿನ್ನ ಮನೆಯ ಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗಿದೆಯೆಂದು ನೀನು ತಿಳಿಸಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಈ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. 1) ನಿನ್ನ ದೊಡ್ಡಪ್ಪ, ದೊಡ್ಡಮ್ಮ ಇಬ್ಬರನ್ನೂ ದೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸು. ವೀರ್ಯ ನುಂಗುವುದಕ್ಕೂ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಗೂ ಏನೇನೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲವೆಂದು ವೈದ್ಯಮೂಲಗಳಿಂದ ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸು. ಅಲ್ಲದೆ, ಈ ಕೆಲಸ ನಿನಗೆ ಅಸಹ್ಯವೆಂದೂ, ಇದೇ ವಿಚಾರ ನಿನ್ನ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಓದುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದೂ ಹೇಳು. ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ಇಂಥದನ್ನು ಸೃಷ್ಟವಾಗಿ (ಆದರೆ ಮೃದುಮಾತುಗಳಿಂದ) ನಿರಾಕರಿಸು. ಅಷ್ಟು ಕಾಳಜಿ ಇದ್ದರೆ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಲು ಹೇಳು. ಇಷ್ಟಾದ ಮೇಲೆ, 'ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಮರೆತುಬಿಡೋಣ' ಎಂದು ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡಿ, ಬಾಕಿ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ-ಸೌಹಾರ್ದತೆಯಿಂದಲೇ ಇರು. ಅವರ ವಿರೋಧ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬೇಡ. ಇಷ್ಟಕ್ಕೆ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಿಸಿದರೆ ಸರಿ. ಅವರ ಬಲಾತ್ಕಾರ ಮುಂದುವರಿದರೆ, ಅಥವಾ ಅವರು ನಿನ್ನನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಲು, ವಿನಾಕಾರಣ ಬೈಯಲು, ಆರೋಪಿಸಲು ಶುರುಮಾಡಿದರೆ ಕೂಡಲೇ ನಿನ್ನ ತಾಯ್ತಂದೆಯರನ್ನು ಮುಖಿತ: ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂಗತಿಯನ್ನೂ ಬಾಯಿಬಿಟ್ಟು ಹೇಳು (ಭಯ ಬೇಡ, ನಿನ್ನ

ಮನೆಯವರು ನಿನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥವರ ಜೊತೆಗೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಸೃಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸು. ಆ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಹಾಸ್ಟೆಲ್, ಬಾಡಿಗೆಯ ಮನೆ, ಅಥವಾ ಸಹವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರ ಜೊತೆಗೆ ವಸತಿ ಸೌಕರ್ಯ-ಏನಾದರೂ ಸರಿ, ಬೇರೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಡುವಂತೆ ಕೇಳಿಕೋ. ಒಟ್ಟಾರೆ ನಿನ್ನ ಮೇಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಅನ್ಯಾಯವನ್ನು ನೀನು ವಿರೋಧಿಸಲೇಬೇಕು. ನನಸಿಡು: ಅಪರಾಧಿಗಳು ಎಷ್ಟೇ ದೊಡ್ಡವರಲ್ಲಿ, ತಾವು ಮಾಡುವುದು ಅಪರಾಧ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ; ಹೀಗಾಗಿ ನೀನು ಅವರಿಗೆ ಭಯಪಡುವುದು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ!

● ಪುರುಷ, ಮದುವೆಯಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಎರಡು ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನನಗೆ ಶೀಘ್ರಸ್ವಲನದ ತೊಂದರೆಯಿದೆ. ಶಿಶ್ನದ ಮೂತಿಯನ್ನು ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವಾಗಲೇ ಸ್ವಲನವಾಗುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯ ಹೊರಗೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೆಂಡತಿ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಗರ್ಭಧರಿಸಲು ಒಂದೇ ಒಂದು ತೊಟ್ಟು ವೀರ್ಯ ಸಾಕು ಎಂದು ಟೀವಿಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ನಾವು ಇಷ್ಟು ಸಲ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಒಂದು ತೊಟ್ಟಾದರೂ ವೀರ್ಯ ಒಳಗೆ ಹೋಗಿರಲೇಬೇಕು. ಆದರೂ ಯಾಕೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ? ಸಲಹೆ ಕೊಡಿ.

ಗರ್ಭಕಟ್ಟಲು ಒಂದು ತೊಟ್ಟು ವೀರ್ಯವೇಕೆ, ಒಂದೇ ವೀರ್ಯಾಣು ಸಾಕು ಎನ್ನುವುದೇನೋ ಸರಿ, ಆದರೆ ಒಂದು ತೊಟ್ಟು ವೀರ್ಯ ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರೂ ಸಾಕು ಎನ್ನುವುದು ಎಷ್ಟು ಸರಿಯಲ್ಲ! ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಶಿಶ್ನದಿಂದ ಹೊರಬಂದ (ಸುಮಾರು ಒಂದು ಚಮಚಿಯಷ್ಟು) ವೀರ್ಯವೆಲ್ಲವೂ ಯೋನಿಯ ಅತ್ಯಂತ ಆಳಕ್ಕೆ ಮುಟ್ಟಿ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಬಾಗಿಲಲ್ಲಿ ಕೆರೆಕಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಅದರೊಳಗಿಂದ ಅತಿ ಸಶಕ್ತವಾದ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಿಂದ ಗರ್ಭಕೋಶದ (ಅಥವಾ ಡಿಂಭನಾಳದ) ಒಳಗೆ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ಅಂಡಾಣುವಿನ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಈಜಲು ಶುರುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಸಮರ್ಥವಾದ ಒಂದೇ ಒಂದು ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಸೇರಿ, ಗರ್ಭಕಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಉಳಿದ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿ ಅದರೊಂದಿಗಿನ ದ್ರವದೊಂದಿಗೆ ಯೋನಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹರಿಯುತ್ತವೆ. (ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೀಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ಕರ್ನಾಟಕದ ಮತದಾರರೆಲ್ಲರೂ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಯಾಗಲು ಸ್ಪರ್ಧಿಸುತ್ತ, ವಿಧಾನಸಭೆಯೊಳಗೆ ನುಗ್ಗುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರೇ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದೆ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ!) ಹೀಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕಟ್ಟಲು ಆಗದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಶಿಶ್ನವು ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡದೆ, ಆ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ ವೀರ್ಯವು ಹೊರಗೆ ಸ್ವಲನವಾಗುವುದು.

ಇನ್ನು, ಪರಿಹಾರ: ಸಾಕಷ್ಟು ಹೊತ್ತಿನ ಮುನ್ನಲಿವನ ನಂತರ ಹೆಂಡತಿಯು ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಮುಖಮೇಲಾಗಿ ಒರಗಿ ತನ್ನ ಮೊಳಕಾಲುಗಳನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಮೇಲೆತ್ತಿ, ತೊಡೆಗಳನ್ನು ಅಗಲಿಸಿ ಎದೆಯ ಕಡೆಗೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿ. ಆಗ ಯೋನಿಯ ದ್ವಾರವು ನಿಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನೀವು ಆಕೆಯ ತೊಡೆಗಳ ನಡುವೆ ನಿಮ್ಮ ನಿತಂಬ ಬರುವಂತೆ ಆಕೆಯ ಮೇಲೆ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ಮಲಗಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಯೋನಿಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ತೂರಿಸಿ, ಕೆಲವು ಪ್ರಯತ್ನದ ನಂತರ ಶಿಶ್ನವು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಒಳಹೋಗಿ ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಸ್ವಲನವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು. ಇಷ್ಟಾದರೂ ಸ್ವಲನವು ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪತ್ತೀಸಹಿತ ಲೈಂಗಿಕ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ. ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ದಿನ ಬಿಟ್ಟು ದಿನ ಸಂಭೋಗಿಸಿ ನೋಡಿ. (ಸ್ವಲನದ ನಂತರ ನೀವು ಆಕೆಯಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು ಮೇಲೆ ಆಕೆ ತನ್ನ ಮೊಳಕಾಲುಗಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ, ಪರಸ್ಪರ ಜೋಡಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸುಮಾರು ಒಂದು ತಾಸು ಮಲಗಿದರೆ ಗರ್ಭಕಟ್ಟುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಿಗಿದೆ.) ಆಗಲೂ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಭಟ್ಟಿಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಮತ್ತು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಖ್ಯೆ (080) 23111666 ಅಥವಾ 23101205ರ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಪರ್ಕ 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