ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆಗೆ (postpartal depression) ಏನು ಕಾರಣ ಇರಬಹುದು?

69: ತಂದುಕೊಳ್ಳುವ ತಾಯ್ತನ

ಹೆಣ್ಣಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಮಹತ್ವ ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯ ಎರಡೂ ಬೇರೆಬೇರೆಯೇ ಎಂದು ತಿಳಿದೆವು. ದಾಂಪತ್ಯ ಕುಂಟುತ್ತಿದ್ದರೂ ಮಗುವಿಗಾಗಿ ಹಪಾಹಪಿಸುವ ಹೆಂಗಸರನ್ನು ಕಂಡೆವು. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ಸುಖದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಕೆಲವರು ಮಗುವನ್ನು ಬಯಸುವವರಾದರೂ ಹಪಾಹಪಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ ಎಂದರಿತೆವು. ಹಾಗಾದರೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯ ಹಪಾಹಪಿ ಎಲ್ಲಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ? ಈ ಹುಟ್ಟು ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಬೇರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆಯೆ? ನೋಡೋಣ.

ಈ ಮಹಿಳೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ 6 ವರ್ಷಗಳಾದವು. ಗಂಡನೊಡನೆ ಸೇರುವಾಗ ನೋವಾಗುವುದರಿಂದ ಮೈಕೈ ಬಿಗಿ ಹಿಡಿಯುತ್ತಾಳೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸಮಾಗಮ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ 'ಜಾಲಾ'ಡಿ ಯೋನಿಸೆಡೆತ (**vaginismus**) ಇದೆಯೆಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡು, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾಳೆ. ಆಕೆಯ ಇತಿಹಾಸ?

ಈಕೆ ಚಿಕ್ಕವಳಿರುವಾಗಿನಿಂದಲೂ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟುತನ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ, ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾಗಿ ಆಗಲೇಬೇಕು ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದಾಳೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಕೆಲವು ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನೂ ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅಮ್ಮನಿಂದ ಕಲಿತಿದ್ದು ಏನೆಂದರೆ, ಮದುವೆಯಾಗದ ಹೊರತೂ ಯಾವುದೇ ಗಂಡಿನಿಂದ ಮುಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಕೂಡದು, ಹಾಗೂ ಮದುವೆಯ ನಂತರ ಒಂದೇಸಲ ಗಂಡನಿಗೆ ಮೈ ಒಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಅದೇ ಒಳ್ಳೆಯ ಹುಡುಗಿಯರ ಲಕ್ಷಣ. ಎರಡು: ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಲನಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಬಂಜೆಯೆಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಹೆಣ್ಣು ತುಚ್ಛೀಕರಣಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದನ್ನು ನೋಡಿ, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಮೊದಲು ತಾಯಿಯಾಗುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಎಂದು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮದುವೆಯಾದ ಕೂಡಲೇ ಮೊದಲ ಕೆಲಸ ಮಗು 'ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು' ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಮೂರು: ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಓದಿದ ಒಂದು ಲೇಖನದಲ್ಲಿ, ಹೆಣ್ಣಿಗೆ 28ರೊಳಗೇ ಮಕ್ಕಳಾದರೆ ಸೂಕ್ತ; ತಡವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿಗೆ ಡೌನ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಇರುವ ಸಂಭವವಿದೆ ಎಂದಿತ್ತಂತೆ. ಅದೆಷ್ಟು ನಿಜವೆಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಹೋಗದೆ 28ರೊಳಗೇ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು 'ಹೆತ್ತುಹಾಕಿಬಿಡುವ' ಯೋಜನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾಳೆ. ನಾಲ್ಕು: ವೃತ್ತಿಪರ ಶಿಕ್ಷಣ ಓದುತ್ತಿರುವಾಗ ಹೆತ್ತವರು ಅವಳ ಮದುವೆಯ ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಿವಿಗೆ ಬಿದ್ದು ಒಳಗೊಳಗೇ ಖುಷಿಪಟ್ಟಿದ್ದಾಳೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಬೇಕೆಂದೇ ಓದಿನಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದಿದ್ದಾಳೆ. ಯಾಕೆ? ಒಂದುವೇಳೆ ಪಾಸಾಗದಿದ್ದರೆ ಕಾಲೇಜು ಬಿಡಿಸಿ ಬೇಗ ಮದುವೆ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತಾರಲ್ಲವೆ? ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಉತ್ತಮ ಅಂಕಗಳಿಂದ ಪಾಸಾಗಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಸೇರಬೇಕಾಗಿದೆ. 25ದರಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಾಗ ಒಬ್ಬನ ಪರಿಚಯವಾಗಿದೆ. ಪ್ರೀತಿ ಮೂಡಿದೆ. ಅವನು ಮೊದಲ ಸಲ ತಬ್ಬಿಕೊಂಡಾಗ ಉದ್ವೇಗದಿಂದ ಮೈತುಂಬ ಸುಖದ ಲಹರಿ ಹರಿದಿದೆ. ಕೂಡಲೇ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವವೂ ಮೂಡಿದೆ ಗಂಡನಲ್ಲದವನಿಗೆ ಮೈ ಒಪ್ಪಿಸಿಬಿಟ್ಟೆನಲ್ಲ! ಕೂಡಲೇ ಅವನಿಂದ ಭಾಷೆ ಪಡೆದಿದ್ದಾಳೆ: ಮದುವೆ ಆಗುವ ತನಕ ಯಾವೊತ್ತೂ ಹೀಗೆಲ್ಲ ಮುಂದುವರಿಯಕೂಡದು! ನಂತರ ಅವನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಓದು ಮುಗಿಸುವ ತನಕ ಕಾಯ್ದಿದ್ದಾಳೆ. ಮದುವೆಯಾದಾಗ 28 ದಾಟಿದೆ ಹೆರುವ ಅವಧಿ ಮೀರುತ್ತಿದೆ, ಅದೂ ಎರಡು ಮಕ್ಕಳನ್ನು! ಹಾಗಾಗಿ ಮೊದಲ ರಾತ್ರಿಯೇ ಗಂಡನನ್ನು ಸೇರಲು ಅವಸರಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಸರಿಯಾಗಿ ತಬ್ಬಿಕೊಂಡೇ ಅಭ್ಯಾಸವಿರದ ಹೆಣ್ಣಿನ ಜೊತೆಗೆ 'ಎಲ್ಲವನ್ನೂ' ಮಾಡಿಮುಗಿಸಿಬಿಡುವುದು ತೀರಾ ಎನ್ನಿಸಿ ಆತ ಹಿಂದೆಗೆದಿದ್ದಾನೆ. ಆಗಲೇ ಶುರುವಾಗಿದೆ ಇವರಿಬ್ಬರ ಜಟಾಪಟಿ. ಮುಂದಿನ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಇವಳು ಅವನನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುವುದು, ಅವನು ತಯಾರಾಗಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇವಳು ಅವಸರಿಸುವುದು, ಅವನಿಗೆ ಉದ್ರೇಕ ಇಳಿದುಬಿಡುವುದು ಸುಮಾರು ಸಲ ನಡೆದ ನಂತರ ಹತಾಶೆಯಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನೇ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಂತರ ಗಂಡ ಮನವೊಲಿದು ಬಂದಾಗ ಆಕೆಗೆ ಅರಿವಾಗಿದೆ: ತನಗೇ ನೋವಿರುವುದರಿಂದ ಗಂಡನನ್ನು ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ! ಮಹಿಳಾವೈದ್ಯರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಾಗಿ ಭರವಸೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡರೂ ನೋವು ಹೋಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಇಬ್ಬರೂ ಅದೊಂದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಿ ತೃಪ್ತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಇವಳಿಗೆ ಮೂವತ್ತೈದು ಕಳೆದದ್ದರಿಂದ ಕೊನೆಯ ಪ್ರಯತ್ನವೆಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ.

ನನಗೆ ಸವಾಲಾಯಿತು. ಒಂದುಕಡೆಗೆ ಮಗು ಬೇಕೆಂದು ಹಪಾಹಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಸಮಾಗಮದಲ್ಲಿ ಮನಸಾರೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಆದರೆ ಮೈಕೈ ಬಿಗಿ ಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಇದೆಲ್ಲಿಂದ ಬಂತು? ಮೈಕೈ ಬಿಗಿಯುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಸಮಾಗಮಕ್ಕೆ ಅವಸರಿಸುವ ಉದ್ದೇಶ ಏನಿರಬಹುದು?

ಯೋನಿಸೆಡೆತಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ: ಮುಂಚೆ ತಾನು (ಅಥವಾ ತನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವವರು) ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವುದು; ಮೊದಲ ಸಮಾಗಮದಲ್ಲಿ ನೋವಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರಿವರು ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ನಂಬಿರುವುದು; ತನ್ನ ಲೈಂಗಿಕತೆಯನ್ನು ಇತರರು ಕೀಳಾಗಿ ಕಂಡಿರುವುದು. ಮೂರನ್ನೂ ಆಕೆ ಖಚಿತವಾಗಿ ಅಲ್ಲಗಳೆದಳು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಆಕೆಯ ಹಿರಿಯ ಹೆಂಗಳೆಯರು ಸಮಾಗಮ ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ ಹೆರಿಗೆಗಳೇ ಆರಾಮವಾಗಿ ಆಗಿರುವುದರ ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಅಷ್ಟಲ್ಲದೆ ಆಕೆಗೆ ತನ್ನ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಅಭಿಮಾನವಿದೆ. ಹಲವು ಸಂದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಬಗೆದಾಗ ಬಯಲಾದದ್ದು ವಿಸ್ಮಯಕರವಾಗಿತ್ತು.

ಸಮಾಗಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ತಲೆಯೊಳಗೆ ಏನು ವಿಚಾರ ಬರುತ್ತಿತ್ತು? 'ಈಗ ಸೇರುವುದರಿಂದ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತೊಂದು ತಿಂಗಳು ಮುಂದೆ ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಛೆ, ತಾನು ಎಣಿಸಿದಂತೆ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲವಲ್ಲ...?' (ಇಲ್ಲಿ ಅವಳ ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾದ ಯೋಚನಾಲಹರಿ ಗಮನಿಸಿ.) ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಸಲವೂ ಆತಂಕದ ಭಾವ ಮೂಡುತ್ತಿತ್ತೇ ವಿನಾ ಕಾಮಭಾವನೆ ಮೂಡಲೇ ಇಲ್ಲ. ಅಂದರೆ, ಆಕೆ ಆ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿದ್ದು ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಬದಲು ಅದು ಮುಗಿಯುವುದನ್ನೇ ಕಾಯುತ್ತಾಳೆ. ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿನ ಸ್ಪರ್ಶವನ್ನು ಆಕೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆಂದರೆ ಅದೇ ನೋವಿನ ಅನುಭವ ಕೊಡುತ್ತಿದೆ... ಹೀಗೆಲ್ಲ ವಿವರಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತಿರುವಾಗ ಆಕೆ, 'ಮಗುವನ್ನು ಹೆತ್ತುಹಾಕಿದರೆ ಸಾಕು' ಎಂದದ್ದು ನೆನಪಾಗಿ ಏನೋ ಹೊಳೆದು ಕೇಳಿದೆ: 'ಒಂದು ನಿಮಿಷ ಹೀಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ತಡವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆತ್ತರೂ ಮಗುವು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗೇ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮಗು ಆಗಿರುವವರಿಗೂ ಆಗದಿರುವವರಿಗೂ ಸಮಾನ ಸ್ಥಾನ ಇದೆಯೆಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾರೂ ಯಾರಿಗೂ ಮಕ್ಕಳ ಬಗೆಗೆ ಕೇಳುವ ವಾಡಿಕೆಯೇ ಇಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ... ಆಗ ನಿಮಗೇನು ಅನ್ನಿಸಬಹುದಿತ್ತು, ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಿರಿ?' ಆಕೆಯ ಉತ್ತರ ಯಾರನ್ನಾಗಲೀ ತಬ್ಬಿಬ್ಬುಗೊಳಿಸುವಂತಿತ್ತು. 'ಹಾಗೊಂದುವೇಳೆ ಇದ್ದರೆ ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಆಗಿ ನನ್ನದೇ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೆಲವು ವರ್ಷ ಸೆಕ್ಸ್ ಎಂಜಾಯ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರವೇ ಮಗುವಿನ ಯೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ...' ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ ಏನೋ ಹೊಳೆದವಳಂತೆ ಉದ್ಗರಿಸಿದಳು: 'ನನಗೀಗ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ: ನನ್ನ ಲೆಕ್ಕದಂತೆ ಮುಂಚೆಯೇ ಮಗುವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದರ ಮೇಲೆ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಉಕ್ಕುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಅಮ್ಮನ ಮೇಲೆ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದೆ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ನಾನು ತಾಯಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೂ ತಯಾರೇ ಆಗಿಲ್ಲ!'

ಅಂದರೆ, ಮಗು ಆಗಲೇಬೇಕೆನ್ನುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಲುವು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹೇರುತ್ತಿರುವಾಗ ಶರೀರವು ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸುವದರ ಪರಿಣಾಮವೇ ಅವಳ ಯೋನಿಸೆಡೆತ!

ಈಗ ಹೇಳಿ: ತಾಯ್ತನದ ಬಯಕೆ ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಹಜ, ಹಾಗೂ ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪರಂಪರಾಗತ?

ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆ (**postpartal depression**) ಆಗುವುದು ಅಂತಿದೆಯಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕೂ ಕಾರಣ ಒತ್ತಾಯದ ತಾಯ್ತನ ಇರಬಹುದೆ? ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.

ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಹಾಗೂ ಶುಕ್ರವಾರ ಕರೆಮಾಡಿ.
ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ: **8050255229** (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ);
ದಾಂಪತ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ: **8494944888** (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5ರ ತನಕ)
ಲೇಖಕರ ವಿಳಾಸ: **www.medisex.org**