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

ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ಗಂಡಸು, 50 ವರ್ಷ. ವಿವಾಹವಾಗಿ 25 ವರ್ಷಗಳಾಗಿವೆ. ನಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯ ಜೀವನ ಈಗಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಂದ ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಚರ್ಮ ಬೇಗ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸರಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ, ಹಾಗೂ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಉರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನಾಕೆಯ ಯೋನಿಯ ದ್ವಾರದ ಬಳಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗಡ್ಡೆಯಾಗಿ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆ ಆಪರೇಶನ್ ಆಗಿ, ನಂತರ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಏನೂ ತೊಂದರೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಯೋನಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಗಿಯಾದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಹಾರವೇನು?

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಯೋನಿಯ ದ್ವಾರ ಕಿರಿದಾಗಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಕಾರಣಗಳಿವೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಅ) ನಿಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಯ ಮುಟ್ಟು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದ ಯೋನಿಯ ಒಳಭಿತ್ತಿ ತೆಳುವಾಗುತ್ತಿರುವುದು, ಮತ್ತು ಯೋನಿದ್ರವದ ಉತ್ಪಾದನೆ ಕಡಿಮೆ ಆಗಿರುವುದು; ಆ) ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜನನಾಂಗದ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವುದು.

ಇನ್ನು ಪರಿಹಾರ: 1) ಬೆಳಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ ಎರಡು ತಾಸಿನ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಅಳೆಯಿರಿ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯದ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಜನನಾಂಗದ ಸೋಂಕಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವರು. 2) ಹೆಣ್ಣು ಕುಳಿತುಕೊಂಡ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುಕಾಲ ಮುನ್ನಲಿವಿನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ. ಆಗ ಯೋನಿಯ ದ್ವಾರವು ಹೆಚ್ಚು ಒದ್ದೆಯಾಗಿ ಯೋನಿ ಪ್ರವೇಶ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಗತ್ಯವಾದರೆ ಜಾರುಕವನ್ನು (ಕೆ.ವೈ.ಜೆಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಲ್ಯೂಬಿಕ್ ಕ್ರೀಮ್ – ಇದನ್ನು ಕೊಳ್ಳಲು ವೈದ್ಯರ ಚೀಟಿ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.) ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಇಬ್ಬರ ಜನನಾಂಗಗಳಿಗೂ ಲೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. 3) ಒಂದುವೇಳೆ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವು ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಬಂದ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ನಂತರವೂ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಗೆಹರಿಯದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅಥವಾ ಸರಿಹೋದರೂ ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ಚರ್ಮವು ಬಿರುಕು ಬಿಡುವುದು ಮುಂದುವರಿದಲ್ಲಿ, ಅಥವಾ ಮುಂದೊಗಲನ್ನು ಹಿಂದೆ ಸರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕಾಂಡೋಮ್ ಧರಿಸಿ ಸಂಭೋಗಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಕಾಯಂ ಆಗಿ ಬಗೆಹರಿಸಲು ಸುನ್ನತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಇದು ನನ್ನ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತನ ಸಮಸ್ಯೆ. ಅವನು ಸಮಾಜದ ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವ ಶಿಸ್ತಿನ ಮನುಷ್ಯ. ಸದ್ಯದಲ್ಲೇ ಮದುವೆ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿದೆ. ಆರು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ ಒಬ್ಬ ದ್ವಿಲಿಂಗಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಮುಖ ಮೈಥುನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾನೆ. (ಅಂದರೆ ದ್ವಿಲಿಂಗಿಯ ಬಾಯಿಯಿಂದ ತನ್ನ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಮರ್ದಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.) ಇದಾದ ನಂತರ ಅವನಿಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವಾಗಿ ನೊಂದು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕುಗ್ಗಿಹೋಗಿದ್ದಾನೆ. ತನ್ನಂಥ ಉನ್ನತ ವಿಚಾರದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ್ದು ಅವನಿಗೆ ಆಘಾತಕರವಾಗಿದೆ. ಮುಂಚೆ ಎರಡು ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಹಸ್ತಮೈಥುನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದವನಿಗೆ ಈಗ ಶಿಶ್ನದ ಉದ್ರೇಕವೇ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮದುವೆ ಬೇಡವೆನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಉತ್ಸಾಹ ತುಂಬುತ್ತಿದ್ದ ಅವನಿಗೇ ಹೀಗಾಗಿರುವುದು ನನಗೆ ದಿಕ್ಕು ತೋಚದಂತಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು: ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನ ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣವೇನು? ದ್ವಿಲಿಂಗಿಯ (ನಪುಂಸಕ) ಜೊತೆಗೆ ಮುಖಮೈಥುನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಉದ್ರೇಕಹೀನ ಸ್ಥಿತಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆಯೆ? ಒಂದು ವೇಳೆ ದ್ವಿಲಿಂಗಿಯು ತನ್ನ ಬಾಯಿಯಿಂದ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನ ಜನನಾಂಗದೊಳಗೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಸೇರಿಸಿರುವುದು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಇದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ನೀವು ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವ ದ್ವಿಲಿಂಗಿ ಅಥವಾ ನಪುಂಸಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಹಿಜಡಾ ಅಥವಾ ಖೋಜಾ ಎಂದು ಹೆಸರಿದೆ. (ಇವರು ಗಂಡಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿ ತಮ್ಮ ಗಂಡುತನವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡದೆ ಹೆಣ್ಣಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು. ಇವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ತಮ್ಮ ಜನನಾಂಗಗಳ ವಿಚ್ಛೇದನಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಗಂಡುತನಕ್ಕೆ ತಿಲಾಂಜಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮಂತೆ ಬದುಕಲು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೂ ಸಮಾಜವು ಅವರನ್ನು ಕೀಳು ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿ ಕಡೆಗಣಿಸುವುದರಿಂದ ಉದ್ಯೋಗ ದೊರಕದೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ.) ಅನೇಕ ಗಂಡಸರು ಹಿಜಡಾಗಳಿಂದ ಮುಖಮೈಥುನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ತೃಪ್ತಿಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಕಾಯಿಲೆ ಬರಬಹುದೇ ವಿನಾ ಮತ್ತಾವ ದೋಷವೂ ಬರಲಾರದು. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಬರಲು ಪ್ರಬಲ ಕಾರಣವೊಂದಿದೆ. ಹೊರಗಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಎಂದು ಬಲವಾಗಿ ನಂಬಿದ್ದವನು ಹೆಣ್ಣು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ, ಹಿಜಡಾ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿ ತನ್ನ ನೈತಿಕ ಮಟ್ಟದಿಂದ ತಾನೇ ಅಧಃಪತನ ಹೊಂದಿದ್ದರಿಂದ ತನ್ನ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ವರ್ತನೆಯ ಬಗೆಗೆ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಯಾಗಿದೆ. ನಾನಿಷ್ಟು ಅನೀತಿವಂತನೆ? ಎಂದು ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ನಂಬದಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಮನದಲ್ಲಿ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ, ಅಪರಾಧಿ ಭಾವ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಜಿಗುಪ್ಸೆ ತುಂಬಿರುವಾಗ ಕಾಮ ಭಾವನೆಯು ಅರಳಲು ಆಸ್ಪದವಿಲ್ಲದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಶಿಶ್ನೋದ್ರೇಕವು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಅಷ್ಟೆ! ಇನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಂತೆ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಶಿಶ್ನದೊಳಗೆ ಏನನ್ನೂ ಸೇರಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯ ರೋಗಾಣುಗಳ ಹೊರತಾಗಿ!

ಇನ್ನು ಪರಿಹಾರ: ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಈ ಲೇಖನ ತೋರಿಸಿ, ಅನೇಕರು ಈ ರೀತಿ ಸುಖಪಡುವುದರಿಂದ ಇದೊಂದು ಮಾಡಬಾರದ ಕೃತ್ಯವೇನೂ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಸಮರ್ಥನೆ ನೀಡಿ. ಮುಖಮೈಥುನದಿಂದ – ಅದರಲ್ಲೂ ಒಂದೇ ಒಂದು ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ– ಎಚ್‌ಐವಿ ಕ್ರಿಮಿ ಹರಡುವುದು ತೀರಾ ಅಪರೂಪವೆಂದು ಭರವಸೆ ಕೊಡಿ. ನಂತರ ಅವನಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿ. ಈ ಸೋಂಕು ಇಲ್ಲವೆಂದು ಖಚಿತವಾದಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಅರ್ಧ ಜೀವ ಮರಳುವುದು. ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆ ಅವನನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಮನೋಲೈಂಗಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ (ಮನೋ ವೈದ್ಯರಲ್ಲ!) ಬಳಿ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದು. ಅವರು ಆತನ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಪರಾಧಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕಿತ್ತುಹಾಕಲು ವಿಶೇಷ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು (ಉದಾ. ಗೆಸ್ಟಾಲ್ಟ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಇದರಿಂದ ಬೇಡದ ಘಟನೆ ನಡೆದ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಅದನ್ನು ಪುನಃ ಅನುಭವಿಸುತ್ತ ಅಂತಿಮ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಮಾತ್ರ ತನಗೆ ಬೇಕಾದಂತೆ ತಿರುಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು) ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನು ಸರಿಹೋಗಲು ನೀವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲಿರಿ.

ನೀತಿ: ಎಂಥದ್ದೇ ಕಹಿ ಘಟನೆ ನಡೆದಿರಲಿ, ಅದರಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಭವಿಷ್ಯ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ!

ಹದಿವಯಸ್ಕ. ನಾನು ನನ್ನ ಗುದದ್ವಾರದಲ್ಲಿ ಶಿಶ್ನದಂಥ ವಸ್ತುವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸುಖಪಡುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದ ಏನಾದರೂ ತೊಂದರೆ ಇದೆಯೆ?

ಏನೂ ಇಲ್ಲ – ಘಾಸಿಯಾಗದಿರುವಂತೆ ಹಾಗೂ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ!

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿಯವರನ್ನು 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