ಖಿನ್ನತೆ ಬರದ ಹಾಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ

ಶೋಭಾ ಮತ್ತು ಸುಧಾಕರ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಐದು ವರ್ಷ ಆದರೂ ಮಕ್ಕಳಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವುದು, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ, ಪೂಜೆ, ಹರಕೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಡೆದಿತ್ತು. ಅವರಿವರು ಹೇಳಿದರೆಂದು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಡೆದಿತ್ತು. ಹೀಗೆ ಮಕ್ಕಳಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪದೇ ಪದೇ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಬದಲಿಸುತ್ತ, ಇನ್ನೂ ಆಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತ, ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲರೂ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಇವರಿಬ್ಬರಿಗೆ ಇದು ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯೇನೋ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಇದು ಅವರಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡಕ್ಕೂ, ಒಂದು ರೀತಿಯ ಖಿನ್ನತೆಗೂ ಕಾರಣವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಎಲ್ಲವುಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಇವರಿಬ್ಬರೂ ವಿಪರೀತ ದಪ್ಪ ಆಗಿದ್ದರು. ಅಸಹಜ ಎನ್ನಿಸುವಷ್ಟು ದಪ್ಪವಾಗಿರುವ, ಅಷ್ಟೇನೂ ವಯಸ್ಸಾಗಿರದ ದಂಪತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದಾಗ ತುಂಬ ನಿರಾಶರಾಗಿದ್ದರು.

ಶೋಭಾ 80 ಕೆ.ಜಿ ತೂಕ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಸುಧಾಕರ ಅವರ ತೂಕ 100 ಕೆ.ಜಿ. ಯಷ್ಟಿತ್ತು. ಅತಿ ತೂಕ ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದ ಮೇಲೂ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿತ್ತು. ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನ ಅಷ್ಟೇನೂ ತೃಪ್ತಿ ಕರವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಿಗಾಗಿಯೇ ಅವರು ಇನ್ನಷ್ಟು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದರು, ಇದು ಬಹಳಷ್ಟು ಸಾರಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯವರೆಗೂ ಯೋಚಿಸುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಮೊದಲು ಇಬ್ಬರನ್ನೂ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಯಿತು. ಶೋಭಾ ಅವರಿಗೆ ಪಾಲಿಸಿಸ್ಟಿಕ್ ಒವೆರಿಯನ್ ತೊಂದರೆ ಇತ್ತು. ಅವರ ಪತಿ ಸುಧಾಕರ ಅವರಿಗೆ ನಿಮಿರುವಿಕೆಯ ತೊಂದರೆ ಇತ್ತು. ಇಬ್ಬರನ್ನೂ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರು ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಕುಳ್ಳಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಮಾತನಾಡಿಸಿದರು. ಮೊದಲು ಅವರಿಬ್ಬರ ತೂಕವೂ ಇಳಿಯಬೇಕು. ಹಾಗೆ ತೂಕ ಇಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಪದೇ ಪದೇ ಆಪ್ತ ಸಲಹೆಗಾರರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಅವರು ತೂಕ ಇಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ದೃಡ ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೆ ಆಯಿತು. ಅದೆ ವೇಳೆ ಆಹಾರ ತಜ್ಞರು, ಯೋಗ, ನಡಿಗೆ, ಜಿಮ್ ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅವರ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಬದಲಾವಣೆ ತರಲಾಯಿತು. ಕೇವಲ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಅವರ ಮನೋ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬದಲಾವಣೆ ತರಲಾಯಿತು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಅವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದು ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ. ಆದರೆ ತೂಕ ಇಳಿಸದ ಹೊರತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಡ ಎಂದು ಮೊದಲು ತೂಕ ಇಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಗಮನ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಸುಮಾರು 4 ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಅವರಿಬ್ಬರೂ ಹೊಸ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಬಂದರು. ಈಗ ಅವರೊಳಗೆ ಹೊಸ ಭರವಸೆ ಇತ್ತು. ಅವರೊಳಗಿದ್ದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ನಿಧಾನಕ್ಕೆ ಕರಗುತ್ತ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ಮೊಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಹೀಗಾಗಿ ಈಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು ಸುಲಭವಾಯಿತು. ಅವರ ತೂಕದಲ್ಲಿಯೂ ಗಣನೀಯ ಇಳಿಕೆ ಆಗಿತ್ತು. ಶೋಭಾ 8 ಕೆ.ಜಿ ತೂಕ ಇಳಿಸಿದ್ದರೆ, ಸುಧಾಕರ ಅವರ ತೂಕದಲ್ಲಿ 22 ಕೆ.ಜಿ. ಇಳಿಕೆ ಆಗಿತ್ತು.

ತೂಕ ಇಳಿಸಿದ ಹೊಸ ಭರವಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿಯರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಶೋಭಾ ಅವರಿಗೆ ಲ್ಯಾಪ್ರೋಸ್ಕೋಪಿಕ್ ಡ್ರಿಲ್ಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಸುಧಾಕರ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅಂಡ್ರಿಯಾಲಜಿಸ್ಟ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್, ಔಷಧಿ ಹಾಗೂ ಸೈಕೋ ಥೆರಪಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಕೇವಲ ಮುಂದಿನ ಎರಡು ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಶೋಭಾ ಅವರ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತು, ಅವರು ಗರ್ಭಿಣಿ ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಅವರ ಸಂಭ್ರಮಕ್ಕೆ ಪಾರವೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಇಂತಹ ಒಂದು ದಿನವನ್ನು ಅವರ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಶೋಭಾ ಸುಧಾಕರ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಈಗ ಮುದ್ದಾದ ಮಗು ಇದೆ. ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ ಅವರ ಜೀವನದ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸುಧಾರಣೆಗೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು......

ಪ್ರಶ್ನೆ ಪರಿಹಾರ

ಇನ್ನೂ ಯಾಕೆ ಮಕ್ಕಳಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ತೊಂದರೆ ಏನಿರಬಹುದು? ಇತ್ಯಾದಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಈ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.
ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ
210/ಎ, 50 ಅಡಿ ರಸ್ತೆ, 14ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ,
ಹನುಮಂತನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 050
ದೂರವಾಣಿ/ಎಸ್‌ಎಂಎಸ್: 98869 15556

ಡಾ.ಆಶಾ.ಎಸ್.ವಿಜಯ್
ಗರ್ಭಗುಡಿ ಐವಿಎಫ್ ಸೆಂಟರ್

ಪ್ರಶ್ನೆ ಪರಿಹಾರ?

1-800-200-8288

ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಬೇಸರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಯೆ ಅರಿತಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಪರಿಹಾರ ಸುಲಭ. ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಈಗ ಹಲವು ದಾರಿಗಳಿವೆ. ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಆಯ್ಕೆಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ಗಮನ ಪರಿಹಾರದತ್ತ ಇರಬೇಕೇ ಹೊರತು ಸಮಸ್ಯೆಯತ್ತ ಅಲ್ಲವೆ ಅಲ್ಲ.