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

ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ನಾನು 20 ವರ್ಷದ ಹುಡುಗಿ. ಅಮ್ಮನೊಂದಿಗೆ ವಾಸವಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಸಮಸ್ಯೆ ಅಮ್ಮನದು. ಆಕೆ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ಮಾತಾಡುತ್ತಾರೆ. ಉದಾ. ಹೆಣ ತಿನ್ನುವುದು, ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಕೊಂದು ತಿನ್ನುವುದು, ಗುಪ್ತಾಂಗಗಳ ಬಗೆಗೆ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಊರೆಲ್ಲ ಕೇಳುವಂತೆ ಕಿರುಚಿ ಮಾತಾಡುವುದು. ಇದಲ್ಲದೆ ಆಕೆಗೆ ವಿಪರೀತ ಸಂದೇಹದ ಸ್ವಭಾವವಿದೆ. ಮೂಗಿನ ಮೇಲೆಯೇ ಕೋಪ. ಮನುಷ್ಯರ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯೇ ಇಲ್ಲ. ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಗೂ ಜಗಳ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಮನೋವೈದ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೆ ಅಮ್ಮ ಮನೆಬಿಟ್ಟು ಕದಲುವುದಿಲ್ಲ. ನೆರೆಹೊರೆಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ದೂರಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ಬದುಕೇ ಬೇಡವಾಗಿದೆ. ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಶೋಚನೀಯವಾಗಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಹನೆಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಲೇಬೇಕು! ನೀವು ಬರೆದಿರುವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಗೆ ಸಿಜೋಫ್ರೆನಿಯ ಎಂಬ ಮನೋರೋಗವಿದೆ ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಯೋಚನೆಯಿಲ್ಲ, ಇದಕ್ಕೂ ಪರಿಹಾರವಿದೆ– ಆದರೆ ಅದು ಔಷಧಿಯ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ: 1) ಮನೋವೈದ್ಯರೊಬ್ಬರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ (ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ), ಅವರನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ತಾಯಿಯನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ ಮನವೊಲಿಸಿ. ನಂತರ ಅವರಿಂದ ಔಷಧಿ ಚೀಟಿಯನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ತಾಯಿಯು ಮಾನಸಿಕ ಸಂತುಲನ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಬಗೆಗೆ ದೃಢೀಕರಣ ಪತ್ರವನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ – ಇದು ಮುಂದೆ ಹಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುವುದು. 2) ವೈದ್ಯರನ್ನು ಮನೆಗೆ ಕರೆಯಲು ಆಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ನೀವೇ ಭೇಟಿಯಾಗಿ ತಾಯಿಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ. ಆಗ ಅವರು ಊಟದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಡುವಂಥ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುವರು (ಇಂಥ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವವರು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿರಾಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಉಪಾಯ). ಇದು ದ್ರವರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದು ಯಾವುದೇ ರುಚಿ–ವಾಸನೆ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಯಾವುದೇ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಡಬಹುದು. 3) ಔಷಧಿಯುಕ್ತ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ತಾಯಿ ನಿರಾಕರಿಸಿದರೆ, ಅಥವಾ ಇದು ಅಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪರವಾಗಿರುವ ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನೋ ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನೋ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹತ್ತಿರದ ಮಾನಸಿಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿ (ಅದು ಬೇರೆ ಊರಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಸರಿ) ಅಲ್ಲಿಯ ಮನೋವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ದುರವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ಮನೆತನಕ ಅಂಬುಲೆನ್ಸ್ ಕಳಿಸಲು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರು ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಗೆ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಟ್ಟು ಮಂಪರು ಬರಿಸಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವರು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಯ ಮುಗಿಲೆತ್ತರದ ರೋಷಾವೇಶ, ಬಾಯಿತುಂಬ ನಿಮಗೆ ಶಾಪ, ಬೀದಿಯ ಜನರ ಕೆಟ್ಟ ಕುತೂಹಲದ ನೋಟ – ಇತ್ಯಾದಿ ಬೀದಿನಾಟಕ ನಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮಗೆ ಮಾತ್ರ ದ್ರೋಹದ ಭಾವ ಕಾಡುವುದರಲ್ಲೂ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ, ಒಂದು ಸಲ ಆಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾದರೆ ಸಾಕು, ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವೆಣಿಸದಿರದ ಬದಲಾವಣೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಕಂಡುಬರುವುದು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಾಯ ನಡೆದಿರುವುದನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಮರೆತುಬಿಟ್ಟು (ಅವರ ಸದ್ಯದ ನಡವಳಿಕೆಯು ಕಾಯಿಲೆಯ ಲಕ್ಷಣವಷ್ಟೆ?) ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಸೌಮ್ಯವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವಾಗ ಆಗುವ ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ನೆನೆದು ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ. ಇಷ್ಟಾದರೂ ಮನಸ್ಸು ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ: ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಎಷ್ಟೇ ನೋವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಮಗುವು ಎಷ್ಟೇ ಕಿರುಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೂ ತಾಯಿ ಅದಕ್ಕೆ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕೊಡಿಸುವ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ನೆನೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ತಾಯಿಯನ್ನೇ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವೆಂದುಕೊಂಡು ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ!

ಅವಿವಾಹಿತ ಯುವತಿ. ಸ್ತನಗಳನ್ನು ಚೀಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಸ್ತನಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತವಂತೆ. ಇದು ನಿಜವೆ?

ಹಾಗೇನಿಲ್ಲ.

ಶಿಶ್ನವನ್ನು ದೊಡ್ಡದು ಮಾಡಲು ಉಪಾಯವಿದೆಯೆ?

ಬಹಳ ಗಂಡಸರು ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಉದ್ದ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಉದ್ದ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಔಷಧಿಗಳೂ ಇಲ್ಲ. ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್– ಜಾಹೀರಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಔಷಧಿ, ತೈಲಗಳು ಯಾವುದೂ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ– ಇದೊಂದು ಮೋಸದ ವ್ಯಾಪಾರವಷ್ಟೆ! ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಉದ್ದ ಮಾಡುವುದೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧನಗಳು ಎಳೆಯುವ ಮೂಲಕ ಮೆತ್ತಗಿರುವ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಅದೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಉದ್ದ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೇ ವಿನಾ ಉದ್ರಿಕ್ತ ಶಿಶ್ನವನ್ನಲ್ಲ. ಉಪಯೋಗ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ನಂತರ ಮೆತ್ತಗಿನ ಶಿಶ್ನವು ಯಥಾಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಹಲವಾರು ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಜನನಾಂಗದೊಳಗಿನ ನಿಮಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿ ನಿಮಿರುದೌರ್ಬಲ್ಯ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಇನ್ನು, ಉದ್ರಿಕ್ತ ಶಿಶ್ನದ ಉದ್ದಗೊಳಿಸಲು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇನೋ ಇದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಶಿಶ್ನವು ಮುಂದುಗಡೆ ಮೂಳೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವ ನಾರನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮೂಳೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ಶಿಶ್ನದ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗವನ್ನು (ಸುಮಾರು ಅರ್ಧದಿಂದ ಒಂದು ಅಂಗುಲ) ಹೊರಗೆ ತರಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಕಾಯಂ ಆದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆದರೂ ಶಿಶ್ನವು ತನ್ನ ಮುಂಚಿನ ಬುಡಹಿಡಿತವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬುಡ ಸಡಿಲವಾದ ಗೂಟದಂತೆ ಅಲುಗಾಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದರಲ್ಲಿ ಅತೃಪ್ತಿಯ ಸಂಭವ ಶೇ. 70ರಷ್ಟಿದೆ! ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಉದ್ದಮಾಡುವ ಯಾವ ಉಪಾಯವೂ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಫಲ ಕೊಡಲಾರದೆಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಹೊಟ್ಟೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ವಿಪರೀತ ದಪ್ಪಗಿರುವಾಗ ಶಿಶ್ನದ ಬುಡದ ಸುತ್ತಲೂ ಕೊಬ್ಬಿನಂಶವು ಸಂಗ್ರಹಗೊಂಡು ಅದರೊಳಗೆ ಶಿಶ್ನವು ಅಡಗಿಕೊಂಡು ಉದ್ದ ಕಡಿಮೆಯಾದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ (ಲೈಪೋಸಕ್ಷನ್) ಮೂಲಕ ಕೊಬ್ಬನ್ನು ಸೆಳೆದು ಖಾಲಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯಬಹುದು. ಕೊನೆಯದಾಗಿ, ಸಣ್ಣಗಿರುವ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ದಪ್ಪಗೆ ಮಾಡಿ ಉದ್ರಿಕ್ತ ಶಿಶ್ನದ ಸುತ್ತಳತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಶಿಶ್ನದ ಒಳಪದರದಲ್ಲಿ ಸಿಲಿಕೋನ್ ಅಥವಾ ಕೊಬ್ಬಿನ ಅಂಗಾಂಶವನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಶಿಶ್ನವು ಅರ್ಧದಿಂದ ಒಂದು ಅಂಗುಲದಷ್ಟು ಸುತ್ತಳತೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮೆಡಿಸೆಕ್ಸ್ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ (ದೂ. 080 23101205, 23111666) ವಿಚಾರಿಸಬಹುದು. ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ ಹೆಣ್ಣಿನ ಜನನಾಂಗದ ಸ್ಪರ್ಶತಂತುಗಳು ಯೋನಿಯ ಹೊರಭಾಗ ಮತ್ತು ಒಂದು ಅಂಗುಲ ಆಳದವರೆಗೂ ಇವೆ. ಇದನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ದೊಡ್ಡ ಶಿಶ್ನ ಯಾಕೆ? ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಪುರುಷರಿಗೊಂದು ಕಿವಿಮಾತು: ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಉದ್ರಿಕ್ತ ಶಿಶ್ನದ ಸರಾಸರಿ ಉದ್ದ ನಾಲ್ಕು ಅಂಗುಲ. ಕನಿಷ್ಠ ಎರಡೂವರೆ ಅಂಗುಲ ಉದ್ದ ಶಿಶ್ನವಿದ್ದವರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಾಳಿಬದುಕಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಪುರುಷರು ತಮ್ಮ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಉದ್ದಮಾಡಿ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡುವ ಹಂಬಲ ಬಿಟ್ಟು ಇದ್ದುದನ್ನೇ ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಅವಳನ್ನು ಸುಖವಾಗಿಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ತೆಳುವಾಗಿದ್ದರೆ ಸಾಕು!

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