ಮಹಿಳೆಯರ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಪೂರಕವಾಗಿರುವ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿರುವ, ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರೂ ಆದ, ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ವೈದ್ಯೆ,

ಡಾ.ಪದ್ಮಿನಿ ಪ್ರಸಾದ್

ಈ ಹೊಸ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವಾರವೂ 'ಸುಧಾ' ಓದುಗರ ಜತೆ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಿದ್ದಾರೆ. -ಸಂ.

- ವಯಸ್ಸು 24, ಗಂಡಸು: ಮುಖದಲ್ಲಿ ಇನ್ನು ಗಡ್ಡ ಮೀಸೆ ಬೆಳೆದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಕೂಡಾ ಕೂದಲು ಬಂದಿಲ್ಲ. ಕೈ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಕೂಡಾ ಕೂದಲು ಬೆಳದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಂಕುಳದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕೆಳಗೆ ಮಾತ್ರ ಬೆಳದಿರುವುದು. ಮುಖದ ಮೇಲಿನ ಚರ್ಮವು ಮೃದುವಾಗಿರುವುದು. ಕೈಕಾಲಿನ ಚರ್ಮವೂ ಮೃದುವಾಗಿದೆ. ಧ್ವನಿ ಕೂಡಾ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಂತೆ ಕೋಮಲವಾಗಿದೆ. ತೆಳ್ಳಗಿನ ಮೈಕಟ್ಟು ಎತ್ತರ 5.7ಅಡಿ ನಾನು ಹೀಗೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹೆಣ್ಣು ಎಂದು ಚುಡಾಯಿಸುತ್ತಾ, ಮುತ್ತು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದ ಬೇಸತ್ತು ನಾನು ಶಾಲೆಯನ್ನೇ ಬಿಟ್ಟೆ. ನಾನಿರುವುದು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ, ಏಕಾಂತವಾಗಿ ಇರಬೇಕು ಎನ್ನಿಸುವುದು. ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಹೆಣ್ಣು ಉಡುಪು ಧರಿಸಿ ಸಂತೋಷ ಪಡುತ್ತಿರುವೆ. ನನಗೆ ಹೀಗೆ ಏಕೆ ಆಗುವುದು ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ತಾವು ದಯವಿಟ್ಟು ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ತಿಳಿಸಬೇಕಾಗಿ ಕೋರುವೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜಿಗುಪ್ಸೆಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಬಹುಶಃ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಹಾರ್ಮೋನ್– ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟಿರೋನ್‌ನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದಂತೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿಯ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ವೃಷಣಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ತೊಂದರೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದಾಗಿ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಥೈರಾಯಿಡ್‌ನ ಅಥವಾ ಜೀವ ಕೋಶದ ತೊಂದರೆಯೂ ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಜನನಾಂಗದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಅಥವಾ ನಿಮಿರುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಸ್ಖಲನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ದೇಹದ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಹಾರ್ಮೋನುಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆ ಜನನಾಂಗ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಮುಂತಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ನುರಿತ ಸರ್ಜನ್, ಯುರಾಲಜಿಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಎಂಡೋಕ್ರೈನಾಲಜಿಸ್ಟ್‌ರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಅವರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಅನಿಸಿಕೆ ಹೆಣ್ಣೋ ಅಥವಾ ಗಂಡೋ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ನಿಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿ ನಿಮ್ಮ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ನಿಲ್ಲಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

- ಗಂಡಸು, ವಯಾಗ್ರ ಮಾತ್ರೆ ಎಂದರೇನು? ಇದರ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಡಿ ಇದು ಒಂದು ಡ್ರಗ್ಸ್ ಅಂತೆ, ನಿಜವೇ? ಇದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಬಳಿಕ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ 30 ನಿಮಿಷದಿಂದ 60 ನಿಮಿಷಗಳ ಒಳಗಡೆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆಯಂತೆ ಹೌದಾ? ಇದರ ಕಾರ್ಯ 4 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆಯಂತೆ ಹೌದಾ? ಇದನ್ನು ಮೊದಲಸಲ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಎಷ್ಟು ಎಂಜಿಯ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಈ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಡಾಕ್ಟರ್ ಸಲಹೆ ಇಲ್ಲದೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಈ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ನಿಖರವಾದ, ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ನೀಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ಅದರ ಜೊತೆ ನೀವೇ ಕೆಲವು ಉತ್ತರಗಳನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಏನೇ ಆದರೂ ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವ ನಿಮ್ಮ ನಿಲುವು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇದರಿಂದ ನಿಮಗೂ ಈ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಓದುವ ಹಲವಾರು ವಾಚಕರಿಗೂ ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಮುದುಕರವರೆಗೂ ತಾವೇ ಔಷಧದ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ವಯಾಗ್ರ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ಸೇವಿಸಿ ನಂತರ ಕೆಲವು ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ಯಾವಾಗ, ಹೇಗೆ ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲವೆಂಬ ನಿಲುವು ತಳೆಯುವುದನ್ನೂ ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವಯಾಗ್ರದ ಓವರ್‌ಡೋಸ್ ಬಳಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗ ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ವಿಷಯ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗಿತ್ತು.

ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಮದ್ದೆಂದು ಸುದ್ದಿ ಮಾಡಿರುವ 'ವಯಾಗ್ರ' ಗುಳಿಗೆಯನ್ನು ಔಷಧ ಕಂಪೆನಿಯೊಂದು 1998 ರಲ್ಲಿ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿತು. ಅಂದಿನಿಂದ ಇಂದಿನವರೆಗೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನೀಲಿ ವರ್ಣದ ವಜ್ರದಾಕಾರದ 'ವಯಾಗ್ರ' ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಹಲವಾರು ಕಂಪೆನಿಗಳು ಕಡಿಮೆ ದರದ ವಯಾಗ್ರವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿವೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಯಾಗ್ರ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರು ಮಾತನಾಡುವ ಹಂತಕ್ಕೆ ತಂದಿದೆ ಎಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು.

'ವಯಾಗ್ರ'ದಲ್ಲಿ ಸಿಲ್ಡ್‌ನಾಫಿಲ್ ಸಿಟ್ರೇಟ್ ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುವಿದೆ. ಇದರ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಶಿಶ್ನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ತ ಪೂರೈಕೆಯಾಗಿ ಅದರ ಗಡಸುತನ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಯಾಗ್ರ 25, 50 ಹಾಗೂ 100 ಎಂ.ಜಿ.ಯ ಔಷಧ. ಇವು ಗುಳಿಗೆಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಮೂಲ ವಯಾಗ್ರ ಮಾತ್ರೆಯ ಬೆಲೆ ಒಂದಕ್ಕೆ 500 ರೂ. ಆದರೆ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಂಪೆನಿಗಳ ಮಾತ್ರೆಗಳು ಕಡಿಮೆ ದರದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯಿಂದ ಒಂದು ಗಂಟೆಗೆ ಮೊದಲು ಗುಳಿಗೆಯನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಬಹಳ ಜನರು ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ವಯಾಗ್ರವು ಕಾಮಾಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಔಷಧಿಯಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸಿದ ನಂತರ ತನಗೆ ತಾನೇ ನಿಮಿರುವ ಕ್ರಿಯೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಲೈಂಗಿಕ ಉದ್ರೇಕ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಶಿಶ್ನದ ಗಡಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಗಡಸುತನ ನಿಲ್ಲಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಯಾಗ್ರ ನಿಷಿದ್ಧ. ತೀವ್ರತರ ಹೃದಯ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರು, ಎದೆನೋವಿಗೆ ನೈಟ್ರೇಟ್ಸ್‌ಯುಕ್ತ ಔಷಧಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡುವವರು, ಶಿಶ್ನದ ನ್ಯೂನತೆ ಇರುವವರು, ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರು ಬಳಸಲೇಬಾರದು. ಲಿವರ್, ಕಿಡ್ನಿ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರು ವೈದ್ಯರ ಆದೇಶವಿಲ್ಲದೆ ಮಾತ್ರೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ವಯಾಗ್ರದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳೆಂದರೆ: ತಲೆನೋವು, ಮೈಕೈ ನೋವು, ಬೆನ್ನು ನೋವು, ಎದೆ ಉರಿ ಮೂಗು ಕಟ್ಟಿದಂತಾಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ತೊಂದರೆಗಳು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಹಲವರಿಗೆ ವಯಾಗ್ರ ನಿಜಕ್ಕೂ ರಾಮಬಾಣವಿದ್ದಂತೆ. ವಯಾಗ್ರದ ಪ್ರಭಾವ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ವಯಾಗ್ರದ ರೀತಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ದಿನದ ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಾದರೂ ಸೇವಿಸಬಹುದು (ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ) ಮತ್ತು ಔಷಧಿಯ ಪ್ರಭಾವ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಇರುವ ಔಷಧಿಗಳೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಕೂಲಂಕಶವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು ಸರಿಯಾದ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯ ನಂತರ ಮಾತ್ರ ವಯಾಗ್ರ ಬಳಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯವು ಮುಂದಾಗುವ ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆಯ ಮೊದಲ ಸೂಚನೆ ಆಗಿರಬಹುದು. ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ಸೂಚಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಔಷಧ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರು ನೀಡುವ ಔಷಧಿ ಚೀಟಿ ಇಲ್ಲದೆಯೇ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು. ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದ ಒಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿನ ಪಾನ್‌ಬೀಡ ಅಂಗಡಿ ವ್ಯಾಪಾರಿ ಬೀಡಾಗಳಲ್ಲಿ ವಯಾಗ್ರ ಮಾತ್ರೆ ಪುಡಿ ಬೆರಸಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಹದಿಹರೆಯ ಹುಡುಗರು, ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅಂಗಡಿಗೆ ಮುಗಿಬಿದ್ದು ಈ ಬೀಡಾವನ್ನು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಒಂದು ಟಿ.ವಿ. ಚಾನಲ್, ಸ್ಟ್ರಿಂಗ್ ಆಪರೇಷನ್ ಮೂಲಕ ಸೆರೆಹಿಡಿದಿತ್ತು. ಹೀಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಔಷಧಿಯನ್ನಾಗಲೀ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲದೆಯೇ ಬಳಸಿ ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಕರು 'ಸುಧಾ' 'ಆಪ್ತಗೆಳತಿ' ವಿಭಾಗ, ನಂ.75 ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು 01 ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ