ಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾನಸಿಕ ಖಿನ್ನತೆ ಒಂದು ವಿಧದ ಸಮಸ್ಯೆಯಾದರೆ, ಬಾಣಂತನದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸುವ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯವು.

ಹೆರಿಗೆಯಾದ ದಿನದಿಂದ ಎಂಟು ಹತ್ತು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಏರುಪೇರು, ಆತಂಕಕ್ಕೆ **'Postpartum blues'** ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇದು ಮನೆಯವರ ಸಹಕಾರ, ಬೆಂಬಲವಿದ್ದಲ್ಲಿ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಣಂತನದ ಖಿನ್ನತೆ ಇದಕ್ಕಿಂತ ತೀವ್ರ ತರದ್ದು. ಸದಾ ದುಃಖ /ಬೇಜಾರು, ಯಾವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಸುಸ್ತು, ಜೀವನವೇ ವ್ಯರ್ಥ ಎಂಬ ಭಾವನೆ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ಯೋಚನೆಗಳು ಇದರ ಲಕ್ಷಣ.

ಬಾಣಂತನದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಇನ್ನೊಂದು ತೀವ್ರತರದ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆ ಎಂದರೆ ಬಾಣಂತಿ ಸನ್ನಿ. ಮಂಕಾಗಿರುವುದು, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆ ಮಾಡದಿರುವುದು, ಒಬ್ಬರೇ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಭ್ರಮೆಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ಗೀಳು ಮನೋರೋಗವೂ ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಆತಂಕ, ಮಗುವಿಗೆ ಏನಾದರೂ ಕೆಟ್ಟದಾದರೆ ಎಂಬ ಅರ್ಥಹೀನ ಯೋಚನೆಗಳು ಕಾಡುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಿಂದ ತಾಯಿ ಮಗು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಸ್ಯೆ.

ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ/ ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ ಮನೋರೋಗಗಳಾದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ? ಹಾಗೆಯೇ ಮಗು ಹುಟ್ಟಿ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳಾಗಲಿ, ನಂತರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಬಾರದೆ? ಎಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಜಾಂಶ ಎಂದರೆ ಈ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಕೇವಲ ತಾಯಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಮಗುವಿಗೂ ಸಮಸ್ಯೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮನೋರೋಗಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಗುರುತಿಸದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡದಿದ್ದರೆ, ತಾಯಿಯ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲೂ ವ್ಯತ್ಯಯ ಆಗುತ್ತದೆ. ಖಿನ್ನತೆ ತೀವ್ರವಾದಾಗ, ತಾಯಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಬಾಣಂತನದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಬಾಂಧವ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ತಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳಿದ್ದು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ, ಹುಟ್ಟಲಿರುವ ಮಗುವಿನ ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಇರಬಹುದು. ಹೆರಿಗೆ ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಗಿಂತ ಬೇಗನೇ ಆಗಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ, ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯ/ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ವರ್ತನೆ/ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಇದು ದೇವರು/ದೆವ್ವದ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ!

ಮನೋರೋಗಗಳ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಮನೋವೈದ್ಯರಿಗಿಂತ ದೇವರ/ದೇವಮಾನವರ ಮಾತುಗಳ ಮೇಲೇ ನಂಬಿಕೆ ಜಾಸ್ತಿ. ಅದರಲ್ಲೂ ಬಾಣಂತಿ ಸನ್ನಿ ಆದ ತಕ್ಷಣ, ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ. ಜನರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕು. ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ನರವಾಹಕಗಳ ಏರುಪೇರು, ಗರ್ಭಿಣಿ/ ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿನ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಏರಿಳಿತ, ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ಒತ್ತಡ ಎಲ್ಲವೂ ಸೇರಿ ಈ ಮನೋರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಅರಿಯದೇ, ಬಾಣಂತಿಯರನ್ನು ದೇವರಲ್ಲಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ, ಕರ್ಪೂರದಿಂದ ಬರೀ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಆರತಿ ಮಾಡಿಸುವುದು, ಊದಿನಕಡ್ಡಿಯಿಂದ ಸುಡುವುದು, ಅನ್ನಾಹಾರ ನೀಡದೇ ದಿನಗಟ್ಟಲೇ ಇರಿಸುವುದು, ಎಲ್ಲವೂ ಅಕ್ಷಮ್ಯ ಅಪರಾಧವೇ ಸರಿ.

'ನಾನೊಬ್ಬ ಮನೋರೋಗಿ, ನಾನು ಮಗು ಪಡೆಯಬಲ್ಲೆನೇ?' ಎಂಬುದು ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಕಾಡುವ ಪ್ರಶ್ನೆ.

ಹೌದು, ಖಂಡಿತ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಈಗಾಗಲೇ ಮನೋರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರು, ತಮ್ಮ ಮನೋವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಂಡು, ತಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಸಾಧಕ ಬಾಧಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು. ಆಯಾ ರೋಗಿಯ ಕಾಯಿಲೆಯ ವಿಧ, ತೀವ್ರತೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂಥ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ರೋಗಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪರಾಮರ್ಶಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರ ಬಳಿಯೂ ಚರ್ಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಬಾಣಂತನದಲ್ಲಿ ಕಾಡುವ ಮನೋರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಗತ್ಯ. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೇವಲ ಮಾತ್ರೆಗಳೇ ಆಗಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಸೌಮ್ಯ ತರಹದ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಕೇವಲ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಯೇ ಸಾಕು. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಮನೆಯವರ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಂಬಲ ಅಗತ್ಯ. ಆದರೆ ತೀವ್ರ ತರಹದ ಖಿನ್ನತೆಗೆ, ಬಾಣಂತಿ ಸನ್ನಿಗೆ, ಮಾತ್ರೆಗಳು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಿ ತಾಯಿ ಮಗು ಬಾಂಧವ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೂ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಬೇಕು. ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಾಯ್ತನ ಎಷ್ಟು ಆನಂದ ನೀಡುತ್ತದೋ, ಇನ್ನು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ, ಅದೇ ತಾಯ್ತನ ಅಸಹನೀಯವೂ ಆಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಸಹನೀಯ ಮಾಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಕುಟುಂಬದ ಇತರ ಸದಸ್ಯರದ್ದು.

ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಗಂಡ/ಅತ್ತೆಮಾವ/ತಂದೆ ತಾಯಿ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಶರಣು ಹೋಗದೇ ಮನೋವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಪಡೆದರೆ, ತಾಯಿಮಗು ಇಬ್ಬರೂ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿ ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆನಂದಿಸಬಹುದು.

(ಲೇಖಕಿ ಶಿವಮೊಗ್ಗದಲ್ಲಿ ಮನೋವೈದ್ಯೆ.
ಸಂಪರ್ಕ: 9448149927)

ಶ್ರೀ ಪಂಚಮುಖಿ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯಂ

INDIA'S MOST POPULAR ASTROLOGER

ಪಂಡಿತ. ಶ್ರೀ ಗಣೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಹನುಮಾನ್ ಆರಾಧಕರು

ಕೇರಳ, ಕಲ್ಕತ್ತಾದ ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಾಚೀನ ನಾಡಿಗ್ರಂಥ ಆಧಾರದಿಂದ ಸರ್ವಮಂತ್ರ ವಿದ್ಯೆ, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ಪಂಚಮಹಾಗುರುಗಳ ಬೋಧನೆಯಿಂದ ಯೋಗ ಯಜ್ಞಗಳ ಮೂಲಕ ಸರ್ವ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ವಶದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವವರು. ವಶೀಕರಣ, ಮದುವೆ, ಸಂತಾನ, ದಾಂಪತ್ಯ, ಪ್ರೇಮವಿಚಾರ, ಲೈಂಗಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಗೃಹಶಾಂತಿ, ವಿದ್ಯೆ, ಆರೋಗ್ಯ, ವಿದೇಶ ಪ್ರಯಾಣ, ಹಣಕಾಸು, ವ್ಯಾಪಾರ,ಉದ್ಯೋಗ, ಕೋರ್ಟ್ ಕೇಸು, ಸಾಲಬಾಧೆ, ಮಾಟಬಾಧೆ, ಶತ್ರುಕಾಟ, ಅಲ್ಲದೆ ರಾಜಯೋಗ ವಶ ಮತ್ತು ಅಖಂಡ ಯೋಗವಶಗಳು, ಇನ್ನಿತರ ನಿಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಕಠಿಣ, ನಿಗೂಢ ಮತ್ತು ಗುಪ್ತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ, ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ ಶತಸಿದ್ಧ.

600 ವರ್ಷ ಹಳೆಯ ಪಂಚಸಿದ್ಧಿ ತಂತ್ರಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ದುಶ್ಚಟ, ದೀರ್ಘಾವಧಿ, ಲೈಂಗಿಕ, ಸಂತಾನ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಸನಾತನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ಅತೀ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಪರಿಹಾರ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತಿರುವವರು.

ವಿ.ಸೂ.: ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ವಿಷಯಗಳೆಲ್ಲವೂ ಗುಪ್ತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಹಿಂಜರಿಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ದೂರವಾಣಿ ಹಾಗೂ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಬೆಂಗಳೂರು ಖಾಯಂ ಮನೆ ವಿಳಾಸ ನಂ.167/3, ಮೊದಲನೇ ಮಹಡಿ, 1ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 9ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಮುತ್ತುರಾಯಸ್ವಾಮಿ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಹತ್ತಿರ, ಮೈಸೂರು ಸರ್ಕಲ್, (ಸಿರಸಿ ವೃತ್ತ), ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-18.

ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿಯೂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತಾರೆ

ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಎಷ್ಟೇ ಕಠಿಣವಾಗಿರಲಿ 600 ವರ್ಷಗಳ ಹಳೆಯ 108 ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ತಂತ್ರಗಳಿಂದ ಮಹೋನ್ನತ ಪರಿಹಾರಗಳು.

ಬೆಂಗಳೂರು ಮೈಸೂರು 9880444450