ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

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

✉ ಸುಖೀಭವದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ತೀರಾ ಅಸಂಬದ್ಧ ಮತ್ತು ಅಸಮರ್ಪಕ ಆಗಿವೆ. ಉದಾ. ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡ ತರುಣನೊಬ್ಬನು ನಂತರ ಅವಳ ಮಗಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವುದರ ಬಗೆಗೆ (ತಾ. ಮಾರ್ಚ್ 5, 2009) ಈ ರೀತಿ ಯಾರೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಲಾರರು. ನಾನು ನಿವೃತ್ತಿಗೊಂಡ ಸರ್ಕಾರಿ ವೈದ್ಯ. ನನ್ನ ವೃತ್ತಿಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇಂಥದ್ದು ಯಾವೊತ್ತೂ ಕಂಡದ್ದಿಲ್ಲ. ಇಂಥವು ನೀವೇ ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಓದುವ ಯುವಪೀಳಿಗೆಯು ನಿಮ್ಮ ಹಾಗೆ ಆಲೋಚಿಸತೊಡಗಿದರೆ ನಮ್ಮ ನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಸೂಳೆಗಾರಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಚಾರವನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಲ್ಲಿಸಿ.

ನಾನು ಸುಖೀಭವದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿರುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಕೇಳುಗರು ಸ್ವಹಸ್ತಾಕ್ಷರದಲ್ಲಿ ಬರೆದ ಪತ್ರಗಳ ಆಧಾರವಿದೆ; ಮತ್ತು ಈ ಪತ್ರಗಳೆಲ್ಲ 'ಸುಧಾ' ಕಚೇರಿಯ ಮೂಲಕವೇ ನನಗೆ ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅದಿರಲಿ, ಇದನ್ನು ನಂಬಲು ತಮಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಕುತೂಹಲಕರವಾಗಿದ್ದು, ಇದರ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣವನ್ನು ಹಲವು ದೃಷ್ಟಾಂತಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಕೆದಕೋಣವಂತೆ.
1) ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸುದ್ದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮೋಹನ್ ಕುಮಾರ್ ಎನ್ನುವ ಆರೋಪಿಯು ಸ್ವತಃ ಬಾಯಿಬಿಡುವ ತನಕವೂ ತನಗೆ ನೆನಪಿರದಷ್ಟು ಹೆಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲ ನಂಬುವುದು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ, ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾದರೂ ಸಾಧ್ಯವಿತ್ತೆ? ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಪೊಲೀಸರು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಂಬುತ್ತಾರೆ. 2) ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟಬಹುದೆ ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವೈದ್ಯರಾದ ತಮಗೆ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಟೆರಾಟೋಮ ಎನ್ನುವ ಗಡ್ಡೆಯಲ್ಲಿ ಹೀಗಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತು. 3) ಹೃದಯಕ್ರಿಯೆ ನಿಂತ ಮೇಲೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬದುಕಿರಬಹುದು ಎಂದರೆ ಅರ್ಧ ಶತಮಾನದ ಹಿಂದೆ ಯಾವ ವೈದ್ಯನೂ ನಂಬುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇಕೆ, ಹೃದಯ ಸ್ಥಗಿತವಾಗುವುದು ಆಗ ಮರಣವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುವ ಚಿಹ್ನೆಯಾಗಿತ್ತು. ನಂತರ ಸಂಶೋಧನೆಯಾದ 'ತೆರೆದ ಹೃದಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ'ಯಲ್ಲಿ ಹೃದಯವನ್ನು ನಿಮಿಷಗಟ್ಟಲೆ ಸ್ಥಗಿತಗೊಳಿಸುವ ಕ್ರಮವು ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದು ಈ ನಂಬಿಕೆ ತಲೆಕೆಳಗಾಯಿತು. (ಇದಕ್ಕೇ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ 'ಸತ್ಯವು ಕಟ್ಟುಕತೆಗಿಂತಲೂ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ಗಾದೆ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದೆಯೇನೋ?) ಇದೇ ಪ್ರಕಾರ ಶಾರೀರಿಕ ವಿಕಾರಗಳ ಬಗೆಗೆ ನೈಪುಣ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಪಕ್ವ ವೈದ್ಯರಾದ ತಮಗೆ ಮನೋಲೋಕಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಮನೋಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ಮನೋಸಾಮಾಜಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ವೈಚಿತ್ರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಹುಟ್ಟಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ? ರೋಗಿಗಳೊಡನೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ರೋಗಿಯನ್ನು ಹೊರಗಿಟ್ಟು ರೋಗದ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ಕೊಡುವ, ರೋಗಿಯ ಹಿಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಜಾಣ ಕುರುಡಾಗುವ, 'ನನ್ನ ಮನದೊಳಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಇಣುಕಿ ನೋಡಿ!' ಎಂದು ಗೋಗರೆಯುವರಿಗೆ 'ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೀನೇ ಜವಾಬ್ದಾರ, ನಾನಲ್ಲ!' ಎಂದು ಬೆನ್ನು ತಿರುಗಿಸುವ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದುಃಖ–ವ್ಯಥೆಗಳು ಹೃದಯವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುವ ತನಕವೂ ಬೆಳೆಯಗೊಟ್ಟು ನಂತರ ಹೃದಯವಿಕಾರಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡುವ 'ತಜ್ಞವೈದ್ಯರು' ಎಲ್ಲೆಡೆ ಇರುವಾಗ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮಾತುಗಳ ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅವಕಾಶವಾದರೂ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಅಷ್ಟೇಕೆ, ಸಮಸ್ಯಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಖಾಸಗಿತನಕ್ಕೆ ಬಹುತೇಕ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹಾ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ– ಅದೂ ಸರಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ– ಎಷ್ಟೊಂದು ಏಕಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಜನರು ಮನದ ಒಳಪದರಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಿರಲಿ, ಮನದ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನೇ ಅಲ್ಲಗಳೆದು ಅದನ್ನು ಮನೋದೈಹಿಕ (ಸೈಕೊಸೊಮ್ಯಾಟಿಕ್) ರೋಗಗಳ ಮೂಲಕ ಅಬಿವ್ಯಕ್ತಿಗೊಳಿಸುವ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ. (ಮೈಗ್ರೇನ್, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಹುಣ್ಣು, ಐ.ಬಿ.ಎಸ್., ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಹೀಗೆಯೇ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿವೆ.) ಇನ್ನು, ಇಂಥ ವಿಷಯಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆಯಿಂದ ಜನತೆಯ ಮೇಲೆ ಏನು ಪರಿಣಾಮ ಆಗಬಹುದು ಎನ್ನುವ ಅಳುಕಿನಿಂದ ಪ್ರಕಟಿಸದಿದ್ದರೆ ಮೋಹನ್ ಕುಮಾರ್‌ನಂಥ ಬಲಿಪೀಠಕ್ಕೆ ಇನ್ನೆಷ್ಟು ಬಲಿಗಳು ಏರುತ್ತಿದ್ದವೋ? ಇಂಥ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿಗೆ ತರುವುದು ಜನತೆಯ ಸುಪ್ತಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪಾಪಪ್ರಜ್ಞೆ, ಕೀಳರಿಮೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಭಾವಗಳು ಹಸನಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ ವಿನಾ ಸಮಾಜ ನೈತಿಕ ಮಟ್ಟ ಕುಸಿಯುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಇನ್ನು ತಮ್ಮ ಸರಕಾರಿ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಗೆ ಬರುವುದಾದರೆ, 'ಕಾಯಿಲೆಯೆಲ್ಲ ನಿನ್ನ ತಲೆಯಲ್ಲಿದೆ; ಅದನ್ನು ಮೊದಲು ತೆಗೆದುಹಾಕು, ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ!' ಎಂದು ತಾವು ಎಷ್ಟು ಸಾವಿರ 'ರೋಗಿ'ಗಳಿಗೆ ಹೇಳಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ? ತಮ್ಮ ಸುದೀರ್ಘ ವೈದ್ಯಾನುಭವವು ಬಾವಿಯೊಳಗಿನ ಕಪ್ಪೆಯಂತೆ ಆಗಿದ್ದುದು ತಮಗೆ ಈಗಲಾದರೂ ಬಹುಶಃ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಗೌರವಪೂರ್ವಕ ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಬಣ್ಣಗುರುಡುತನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲಿನ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನೂ ಅಗಾಧತೆಯನ್ನೂ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ!

✉ ವಿವಾಹಿತ, 30 ವರ್ಷ. ಮದುವೆಯಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷವಾಯಿತು. ಮದುವೆಯಾಗಿ 3 ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಅವಳಿಗೆ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಪಾಲುಗೊಳ್ಳುವ ಮುಂಚೆಯೇ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು, ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಅನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಎಷ್ಟೇ ತಿಳಿಸಿದರೂ, ನೀನೇ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿ ಬಾ ಎಂದರೂ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಾಗಿದ್ದರೆ, ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇದ್ದರೆ, ಪ್ರೇಮಪ್ರಕರಣ ಅಥವಾ ಏನಾದರೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ ಬಾಯಿಬಿಟ್ಟು ಹೇಳೆಂದು ಕೇಳಿದರೂ ಏನು ಮಾತಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಬೇಡ, ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ನಮ್ಮಮ್ಮನ ಜೊತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡಿರು ಎಂದರೂ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ದೊಡ್ಡವರಿಂದ ತಿಳಿಸಿಹೇಳಿದರೂ ಉಪಯೋಗ ಆಗಿಲ್ಲ. ಕಾನೂನು ಸಲಹೆಯ ಅಂಕಣಕ್ಕೆ ಬರೆದುಕೊಂಡರೂ ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆ ಸಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಶಂಸಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಿಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಕಾಮನಿರಾಸಕ್ತಿ ಎಂಬ ಮನೋಪಾರಸ್ಪರಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಾಲ್ಯದ ಸಂಸ್ಕಾರ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ನಿಷೇಧಗಳು, ಮುಂಚಿನ ಅನುಭವಗಳು, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ದೋಷಗಳು ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಆಜ್ಞೆ, ಸಲಹೆ, ಉಪದೇಶ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಯೋಚನೆಯಿಲ್ಲ, ಇದಕ್ಕೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿದೆ. ತನ್ನತನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ತನ್ನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನಸ್ಸುಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ದಾಂಪತ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡುವುದೇ ನಿಮಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮತ್ತು ಆಶಾದಾಯಕ ಮಾರ್ಗ. (ವಿವರಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ.) ಒಂದು ವೇಳೆ ಹೆಂಡತಿಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬರಲು ನಿರಾಕರಿಸಿದರೆ ಎರಡೂ ಕಡೆಗಿನ ಹಿರಿಯರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಪಂಚಾಯತಿ ಮಾಡಿ ಅವಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿ. ಇದೂ ವಿಫಲವಾದರೆ ಮಾತ್ರ ನುರಿತ ವಕೀಲರನ್ನು ಹಿಡಿದು ವಿವಾಹ ವಿಚ್ಛೇದನಕ್ಕೆ ಅರ್ಜಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವಿರಂತೆ.

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.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' 'ಸುಖೀಭವ' ವಿಭಾಗ, ನಂ. 75 ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-01 ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ