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.

ವಿವಾಹಿತೆ 38 ವರ್ಷ, ಪತಿಯದು 45 ವರ್ಷ. ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳಾಗದಂತೆ ಆಪರೇಷನ್ ಆಗಿದೆ. ಪತಿಗೆ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಆಸಕ್ತಿ. ಹಾಗಂತ ಯಾವತ್ತೂ ನನಗೆ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮದುವೆಯಾದಾಗ 10– 15 ದಿವಸಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಸೇರುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಆದರೆ, ಕಳೆದ ಐದಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಈಚೆಗೆ ಸೇರುವುದು ಅಪರೂಪವಾಗಿದೆ. ಐದಾರು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಎಂದರೂ ಆದೀತು. ಪತಿ ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬಾ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಸಂಭೋಗಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಮುನ್ನಲಿವಿನಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ ನನಗೆ ಮೂಡ್ ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಸಂಭೋಗದ ಭಯದಿಂದ ನಾನು ಅವರ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಸ್ಖಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಪತಿ ತೀರಾ ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿದಾಗ ನಿಮಿರಿದ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಪ್ಯಾಂಟಿಯ ಮೇಲೆ ಉಜ್ಜುವಂತೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಅವರು ಬೆರಳನ್ನು ನನ್ನ ಯೋನಿಯೊಳಗೆ ಹಾಕಿ ತಿಕ್ಕಿದಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಭೋಗ ಬೇಡವೆನಿಸಿದಾಗ ಮುಷ್ಠಿ ಮೈಥುನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ, ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆ ನಾನು ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯ ಮಸಾಜ್ ಪಾರ್ಲರ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕಾಲು ಮತ್ತು ಪಾದದ ನೋವಿಗೆ ಅವಳ ಹತ್ತಿರ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಹೋದಾಗ ಅವಳು ತುರ್ತು ಕೆಲಸ ನಿಮಿತ್ತ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಗಡೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿಬಂತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಳ ಪತಿಯ ಹತ್ತಿರ ನನಗೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವಂತೆ ಹೇಳಿದಳು. ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಂಕೋಚ ಎನ್ನಿಸಿದರೂ ಆವ್ಯಕ್ತಿ ಸೌಜನ್ಯದಿಂದ ವರ್ತಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿದರು. ಹೀಗೆ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಹೋದಾಗ ಅವರೇ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಮ್ಮೆ ನನಗೆ ಅತೀವ ಬೆನ್ನು ಮತ್ತು ಸೊಂಟ ನೋವು ಬಂದಿದ್ದರಿಂದ ನಾನೇ ಅವರಿಗೆ ಬಾಡಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವಂತೆ ಹೇಳಿದೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರು, ತೊಡೆಯನ್ನು ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ನನ್ನ ಪ್ಯಾಂಟಿಯ ಮೇಲೆ ಕೈಯಿಟ್ಟಾಗ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಉದ್ರೇಕವಾಗಿ ನನ್ನಯೋನಿಯು ಜಾಸ್ತಿ ಒದ್ದೆಯಾಯಿತು. ನನ್ನ ಮೊಲೆತೊಟ್ಟುಗಳೂ ನಿಮಿರಿಕೊಂಡು ಸಂಭೋಗದ ಆಸೆ ಹುಟ್ಟಿತು. ಆದರೂ ಆಸೆಯನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು. ನಾನು ಅಂಗಾತ ಮಲಗಿ ಅವರು ಮೇಲೆ ಬಂದು ನನ್ನ ಭುಜ ಮತ್ತು ತೋಳುಗಳನ್ನು ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವಾಗ ಉಬ್ಬಿದ ಅವರ ಪ್ಯಾಂಟನ್ನು ನನ್ನ ಪ್ಯಾಂಟಿಯ ಮೇಲೆ ಉಜ್ಜ ತೊಡಗಿದರು. ನಾನು ಉದ್ವೇಗದಿಂದ ನನ್ನೆರಡೂ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡಿದೆ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೆ ಅವರು ಔಟ್‌ಆಗಿ ಬಿಟ್ಟರು. ಅದಾದ ನಂತರ ನನಗೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಹಿಂಜರಿದರೂ ನಾನೇ ಒತ್ತಾಯಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾವು ತುಂಬಾ ಆತ್ಮೀಯರಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯವನ್ನೂ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ವಿಷಯ ನನ್ನ ಪತಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.

ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೆಂದರೆ ನನ್ನ ಪತಿ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಮುನ್ನಲಿವಿನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರೂ ನನಗೆ ಉದ್ರೇಕವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯ ಪತಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂತೆ ಏಕೆ ಉದ್ರೇಕಿತಳಾಗುತ್ತೇನೆ?

ನಾನು ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡುಬಂದ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ಪತಿ ಜೊತೆ ಸೇರಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಮಸಾಜ್‌ನ ಕ್ರಿಯೆ ನೆನಪಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಉದ್ರೇಕಿತಳಾಗುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಅಸಹಜವೇ ಅಥವಾ ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತವೆಯೇ? ನನ್ನ ಪತಿ ವಿವಿಧ ಆಸನವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಮುಖ ಮೈಥುನವೂ ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇದುವರೆಗೂ ನಾನು ಆ ರೀತಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಪತಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಕೊಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕೊರಗು ನನ್ನಲ್ಲಿದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯ ಪತಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಯೋನಿಯನ್ನು ಚುಂಬಿಸಲಿ ಎಂದು ಆಸೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನೇರವಾಗಿ ಹೇಳಲು ಸಂಕೋಚ ಎನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಪತಿಯ ಮುನ್ನಲಿವಿನಲ್ಲೂ ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯ ಪತಿಯನ್ನೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಮನೋದೌರ್ಬಲ್ಯವೋ? ನನಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ದಯವಿಟ್ಟು ವಿವರವಾದ ಉತ್ತರ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಮನವಿ.

ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಇದು ಮನೋದೌರ್ಬಲ್ಯ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಏಕತಾನತೆ ಇದ್ದಾಗ ಹೊಸದನ್ನು ಮನಸ್ಸು ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ವಿಷಯ ಹೆಚ್ಚು ಉದ್ರೇಕ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಮಸಾಜ್ ನೆವದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ಗೆಳತಿಯ ಪತಿ ಮಾಡಿದ ದೊಡ್ಡ ತಪ್ಪು. ಆ ತಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪಾತ್ರವೂ ಇದೆ. ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯೊಡನೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಿ ನಿಮಗಿಷ್ಟವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದು. ವಿವಾಹೇತರ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮುಂದೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಅಪರಾಧಿ ಮನೋಭಾವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಿರುವ ಹಾಗೂ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪತಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಬಹುದು. ಲೈಂಗಿಕ ಉದ್ರೇಕಕ್ಕಾಗಿ ಕಲ್ಪನೆ, ಊಹೆಗಳಿಂದ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ಮಸಾಜ್ ಪಾರ್ಲರ್‌ನಿಂದ ದೂರವಿರಿ, ನಿಮ್ಮ ಗೆಳತಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಪತಿಗೆ ದ್ರೋಹವಾಗದಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಕವಿತಾ, 30 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು, ಮದುವೆಯಾಗಿ 6 ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಈಗ 5 ವರ್ಷದ ಒಂದು ಗಂಡುಮಗು ಇದೆ. ನಾನು ಮತ್ತು ಪತಿ ಇಬ್ಬರೂ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಒಂದು ಮಗುವಿನ ನಂತರ ಅಂತರವಿರಲಿ ಎಂದು ನಾವಿಬ್ಬರೂ 4 ವರ್ಷ ನಿರೋಧ್ ಬಳಸಿ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ನಡೆಸಿದೆವು. ಆದರೆ ಆಕಸ್ಮತ್ತಾಗಿ 2 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದೆ. ಮಗು ಬೇಡ ಎಂದು ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಕಣ್ಣಿನ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಇತ್ತು. ಈಗ ಅಂದರೆ 2013ರ ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳಿಂದ ನಾವು ಮಗು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ನಿರೋಧ್ ಬಳಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಈಗ ಒಂದು ವರ್ಷವಾದರೂ ನಾನೂ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈಗ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಪ್ರಬಲ ಇಚ್ಛೆ ಇದೆ. ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ತೋರಿಸಿದೆವು, ಅವರು ಮುಟ್ಟಿನ ದಿನದ ನಂತರ ನುಂಗಲು 5 ಮಾತ್ರೆಗಳು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದರಂತೆ ನುಂಗಲು ತಿಳಿಸಿದರು. ಮತ್ತೆ 15 ದಿನಗಳ ಬಳಿಕ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿದರು. ಈ ರೀತಿ ಎರಡು ತಿಂಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದರು. ಎಲ್ಲಾ ಸರಿ ಇದೆ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನನ್ನ ಪತಿಯೂ ತುಂಬಾ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದು ಅವರೂ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಹೀಗಿದ್ದೂ ನಾನು ಗರ್ಭಿಣಿ ಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕಾರಣವೇನು? ಪರಿಹಾರ ತಿಳಿಸಿ.

ಗರ್ಭಪಾತ ಅಥವಾ ಪ್ರಸವದ ನಂತರ ಜನನಾಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಸೋಂಕೇನಾದರೂ ಆಗಿದ್ದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಗರ್ಭನಾಳಗಳು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಕೋಶದ X-ray ಮಾಡಿಸಿ. ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿ ಇದ್ದರೂ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಒಂದೆರಡು ತಿಂಗಳಲ್ಲೇ ಆಗಬಹುದು ಎಂದೇನಿಲ್ಲ. ಋತುಚಕ್ರದ ನಡುವಿನ ಹತ್ತು ದಿನಗಳು ನೀವು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ಒಂದು ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಜನನಾಂಗವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಡಿ. ಮುಟ್ಟುಬರುವ ಹಿಂದಿನ 5–6 ದಿನಗಳು ಸೇರಬೇಡಿ. ನಿಮಗೆ ಎರಡು ಸಲ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಂತಹ ತೀವ್ರತರಹದ ತೊಂದರೆ ಏನೂ ಇರಲಾರದು. ಬೇರೆಲ್ಲಾ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ನೀವು ಕೃತಕ ವೀರ್ಯಧಾರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

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