ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದೆ?

ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಹಜ ಕ್ರಿಯೆ. ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದ ಬಳಿಕವೂ ಮಹಿಳೆ ಗಂಡನೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದು. ಆದರಿಂದ ಹುಟ್ಟಲಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಾಗದು.

■ ಡಾ. ವೀಣಾ ಎಸ್. ಭಟ್, ಭದ್ರಾವತಿ

ನವ್ಯಾ–ಸುರೇಶ್ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಒಂದು ವರ್ಷ ಆಗಿದೆ. ನವ್ಯಾ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳ ಗರ್ಭಿಣಿ ಆಗಿದ್ದು, ತಪಾಸಣೆ ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇಳಿಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಮೇಡಂ ನಾವಿಬ್ಬರು ಸೇರದೆ ಎರಡು ತಿಂಗಳಾಯಿತು. ಗರ್ಭಿಣಿ ಅಂತ ಗೊತ್ತಾದಾಗಿನಿಂದ ಏನೋ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಭಯ ಎಂದು ತಮ್ಮ ಅಳಲು ತೋಡಿಕೊಂಡರು.

***

ಅನಘಳ ಗಂಡ ಸಂಜೆ ಒಬ್ಬನೇ ಬಂದು 'ಮೇಡಂ ಬೆಳಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಅಮ್ಮನ ಜೊತೆಗೆ ತಪಾಸಣೆಗಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಲು ಸಂಕೋಚದಿಂದ ಹಾಗೆಯೇ ಬಂದು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಳು ಅನಘ. ಈಕೆ ಗರ್ಭಿಣಿ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಮುಂದೆ ನಾವಿಬ್ಬರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದೇ ಎಂದು ಗುಟ್ಟಾಗಿ, ಅಷ್ಟೇ ಸಂಕೋಚದಿಂದ ವಿಚಾರಿಸಿದರು.

***

ಆ ದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆಯಷ್ಟೇ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರು ಬಂದು ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಗರ್ಭಿಣಿ ಆಗಿದ್ದ ಛಾಯಾಳನ್ನು ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿ ಸವಿವರವಾಗಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿದ್ದರು. ರಾತ್ರಿ ನನ್ನ ಮೊಬೈಲ್‌ಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ 'ಮೇಡಂ ನಾವಿಬ್ಬರು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಬೆಳೆಸಬಹುದೇ' ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

***

ಹೆಣ್ಣು ಗಂಡಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗೆ ಅನಿವಾರ್ಯ. (ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶು ಹೊರತಾಗಿ) ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾದರೆ ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಬಹಳಷ್ಟು ತಪ್ಪು ನಂಬಿಕೆಗಳು/ ಮಿಥ್ಯೆಗಳಿವೆ.

ಲೈಂಗಿಕತೆ ಎಂದರೇನು?

ಲೈಂಗಿಕತೆ ಬಗ್ಗೆ ಇಂದಿಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನವರಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿ ಮುಜುಗರ, ನಾಚಿಕೆ, ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಆತಂಕ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆ ಸಂದೇಹಗಳಿಂದ ಒಳಗೊಳಗೇ ಕೊರಗುತ್ತಾ ಬವಣೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಈ ಜೀವ ಜಗತ್ತನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದಾದರೂ ಅದರೊಟ್ಟಿಗೆ ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆದು, ಪ್ರೀತಿವಿಶ್ವಾಸ, ಅನುಬಂಧ ಹೊಂದಿ ಪರಸ್ಪರ ಆಕರ್ಷಣೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಆಗಿದೆ. ಅನ್ನ, ನೀರು, ಗಾಳಿಯ ಹಾಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಇದೊಂದು ಅತಿಮುಖ್ಯ ಬಯಕೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ತೋರಬಹುದು.

ಹಾಗೆಯೇ ಬಾಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಬೆಡಗನ್ನು ನೀಡುವಂತದ್ದು ಲೈಂಗಿಕತೆ. ದೈಹಿಕ, ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಸ್ಪರ ಪೂರಕ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹ, ಸಂಬಂಧ, ಧ್ಯೇಯ, ಭಾವನೆಗಳ ಸಾಕಾರ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಅತಿಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಎಲ್ಲವೂ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳು. ಲೈಂಗಿಕತೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ನೀಡಿ, ದೇಹಕ್ಕೆ ಉಲ್ಲಾಸ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡಿ, ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಮೆರುಗನ್ನು ನೀಡಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂತದ್ದು. ಆದರೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಿಂಜರಿಕೆ, ದ್ವಂದ್ವಗಳು ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿವೆ. ಬೆರಳೆಣಿಕೆಷ್ಟು ಜನರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಈ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಲು, ತಿಳಿಯಲು ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ.

ತಾಯ್ತನ ಸುಖ

ಹೆಣ್ಣಿನ ಜೀವನದ ಅತಿಮುಖ್ಯ ಘಟ್ಟ ತಾಯ್ತನ ಅಥವಾ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ. ಹೆಣ್ಣಿನ ಅಂಡಾಣು