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.

ಮಹಿಳೆ ವಯಸ್ಸು 55. ನಮ್ಮವರಿಗೆ 70. ಏರು- ಪೇರುಗಳ ನಡುವೆ ಸುಖ ಸಂಸಾರ. ಮಕ್ಕಳ ಉದ್ಯೋಗ ಅವಕಾಶದಿಂದಾಗಿ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ, ಅಮೆರಿಕ ನೋಡಿ ಬಂದ ಭಾಗ್ಯ. ಏನಿದ್ದರೇನು? ಕಳೆದ 15 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಒಂದು ಮಾತೂ ಇಲ್ಲ. ಮುತ್ತೂ ಇಲ್ಲ. ನಮ್ಮವರು ಸರಸ, ಸಲ್ಲಾಪ-ಒಲುಮೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನೇ ತಿಳಿಯದ ಯಂತ್ರಿಕ ಮನುಷ್ಯರು. ಈ ಗುಣಗಳಿಲ್ಲದೆ ಸಂಭೋಗ ನಡೆದರೇನು? ಬಿಟ್ಟರೇನು ಎಂಬ ಅಸಹನೆ-ಅಸಹ್ಯ ನನ್ನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಬಹುಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ನಮ್ಮವರಿಗೆ, ಕೀಳರಿಮೆ, ನಿಮಿರುವಿಕೆ, ಅನಾರೋಗ್ಯ ಯಾವ ತೊಂದರೆಗಳೂ ಇಲ್ಲ, ನನಗೂ ಕಾಮದ ತೃಷೆಯಿಲ್ಲ. ಬದುಕನ್ನು ಒಳಹೊಕ್ಕು ನೋಡಿದಾಗ ನಮ್ಮವರು ಎಲ್ಲೋ, ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ಹೆಣ್ಣಿನಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗಿರಬಹುದೇನೋ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೋ 'ಒಲುಮೆ- ನಲುಮೆಯಲ್ಲಿ, ಬೆಸೆದು ಒಂದಾದ ದಾಂಪತ್ಯವೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳು'. ಇದು ಕಲ್ಪನೆಯೋ, ಭಾವನೆಯೋ, ವಾಸ್ತವಿಕತೆಯೋ ಅರ್ಥವಾಗದೆ ಹೃದಯದ ಒಂದು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೊರೆಯುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಪರಸ್ಪರ ವಿಚಾರಗಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ಸ್ನೇಹ- ಸಲುಗೆಯ ಮಾತೇ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ವಿಫಲ ದಾಂಪತ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಬದುಕು ನೀರಸ ಎಂದೆನಿಸಿದೆ. ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಭಾವನೆ ಮೂಡುತ್ತಿದೆ. ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ಹೋಗೋಣ ಎಂದರೆ ಅದು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವುದೆಂದರೆ 'ಗಂಡನಿಗೆ ಅಪಮಾನ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಸಲಹೆ ಏನು? ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಖಾಸಗಿಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯಬೇಕಾಗಿರುವ, ಈ ದಾಂಪತ್ಯವೆಂಬ ಮಿಲನದ ಸುಂದರ ಗೂಡಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಕಠೋರ ಹೃದಯದ ಗಂಡಂದಿರು, ಹೆಂಡತಿಯರು ಇರುತ್ತಾರೆಯೇ? ಇದ್ದರೆ ಜೀವನದ ಗತಿಯೇನು? ದನದ ಕೊಠಡಿಗೂ, ಗೃಹ ಜೀವನಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು?

ಜೀವನ ಸುಖಮಯವಾಗಿ, ಸುಂದರವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ, ಅರ್ಥ, ಕಾಮ ಎಲ್ಲವೂ ಇರಬೇಕು. ಅದರಿಂದ ಮೋಕ್ಷ ಸಂಪಾದನೆ ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯೊಡನೆಯ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಅಪಾರವಾದ ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರವೂ ಇದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಗಂಡನಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗಿದ್ದಾಗ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನ ಆಸೆ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಎಷ್ಟೋ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳು ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಲೈಂಗಿಕತೆ ಬಗ್ಗೆ, ಸಂಬಂಧಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಜ್ಞಾನ, ಅರೆಬರೆ ಜ್ಞಾನ, ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಗಳಿಂದ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಕಲೆ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರು ವೈದ್ಯರೊಡನೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯ ಮೂಲಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಅದೇ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವರವರ ದುರಾದೃಷ್ಟ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಿ ಸುಮ್ಮನಾಗಬೇಡಿ. ಈಗಲೂ ಕಾಲ ಮಿಂಚಿಲ್ಲ. ನೀವು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವಯಸ್ಸು 48 ಮದುವೆಯಾಗಿ 20 ವರ್ಷಗಳಾಗಿವೆ. ನನ್ನ ಪತ್ನಿಯ ವಯಸ್ಸು 48. ನಮ್ಮದು ಪ್ರೇಮ ವಿವಾಹ. ನನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ, ನನಗೆ ವಿಪರೀತ ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ. ನನಗೆ ಮುಖ ಮೈಥುನವೆಂದರೆ ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟ. ಅವಳಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿಯೂ ಆಸಕ್ತಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ನನ್ನ ಬಲವಂತಕ್ಕೆ ಹದಿನೈದು ದಿನ ಅಥವಾ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರೂ ಯಾಂತ್ರೀಕೃತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾಳೆ, ಯಾವುದೇ ತರಹದ ಸ್ಪಂದನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವಳಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿರದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತರಹದ ರಸ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಶಿಶ್ನ ಸಲೀಸಾಗಿ ಜಾರುವುದಿಲ್ಲ. ತುಂಬಾ ನೋವು ಎಂದು ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ನಡೆದರೂ ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ವೀರ್ಯ ಸ್ಖಲಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಕಲಹವಾದರೆ 'ಜೀವನವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಇದೊಂದೇ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದಿರಾ?' ಎಂದು ವಾದಿಸುತ್ತಾಳೆ. ನನಗಂತೂ ಜೀವನವೇ ಸಾಕಾಗಿ ಹೋಗಿದೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಪರಿಹಾರ ತಿಳಿಸಿ (16 ವರ್ಷದ ಮಗನಿದ್ದಾನೆ ಕಾಪರ್ಟಿ/ ಆಪರೇಷನ್ ಮಾಡಿಸಿಲ್ಲ.)

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪತಿ- ಪತ್ನಿಯರ ಲೈಂಗಿಕಾಸಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಇರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಸಕ್ತಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನೋವು, ದುಃಖ, ಕಿರಿಕಿರಿ, ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಗಳ ತೊಡಕು, ಜಗಳ, ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇದರ ಜೊತೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇಬ್ಬರೂ ಕುಳಿತು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಿ ಒಂದು ಒಪ್ಪಂದಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು. ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸರಿಹೊಂದುವ ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬಲವಂತವಿಲ್ಲದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಲೈಂಗಿಕ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀವು ಕಾಂಡೋಮ್ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಪತ್ನಿಗೆ 'ಋತುಬಂಧ' ಹತ್ತಿರವಿದೆ. ಮುಟ್ಟುನಿಂತ ಒಂದು ವರ್ಷದ ತನಕ ಗರ್ಭನಿರೋಧ ಬಳಸಿರಿ, ನಂತರ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನನಗೆ 32 ವರ್ಷ. ಮದುವೆಯಾಗಿ 6 ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದಿವೆ. ನಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ಸುಖ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯೆಂದರೆ ನನ್ನ ಎರಡು ಬೀಜದಲ್ಲಿ, ಎಡಭಾಗದ ಬೀಜವು ತುಂಬ ದೊಡ್ಡದಾಗಿದೆ, ಬಲಭಾಗದ ಬೀಜ ತುಂಬ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದೆ. ದೊಡ್ಡದಾದ ಬೀಜವು ಜೋತುಬಿದ್ದಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನಮಗೆ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲವೇ? ದಾಂಪತ್ಯಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೂ ಯಾವುದೇ ಹಾನಿ ಇಲ್ಲವೇ? ದಯಮಾಡಿ ತಿಳಿಸಿ.

ನಿಮಗೆ ಮಕ್ಕಳಾದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿಲ್ಲ. ಎರಡೂ ಬೀಜಗಳ (ವೃಷಣಗಳ) ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇರಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಡಬೀಜ ಬಲಬೀಜಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ನಿಮಗಿನ್ನೂ ಮಕ್ಕಳಾಗದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೀರ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಜನನಾಂಗದ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸಿ. ಅದರಿಂದ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಇದೆಯೇ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಕ್ಕಾಗಲೀ, ದಾಂಪತ್ಯಕ್ಕಾಗಲೀ ಏನೂ ತೊಂದರೆ ಇಲ್ಲ.

ಮೇಡಂ Vasectomy ಮಾಡಿದ ನಂತರವೂ, ಸಹಜ ಸೆಕ್ಸ್ ಮಾಡಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ Vasectomyಯಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯ ಹೋಗುವ ಕೊಳವೆಯನ್ನು ಕಟ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವೀರ್ಯ ಹೊರಬರದೇ ಲೈಂಗಿಕ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಗುವುದೇ. ಸ್ಖಲನವಾಗದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ತೊಂದರೆ ಇಲ್ಲವೇ? ನೀಲಿ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಗುದ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಅದರಿಂದ ತೊಂದರೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೇನಾದರೂ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆಯೇ.

ವಾಸೆಕ್ಟಮಿ (ಪುರುಷರ ಸಂತಾನಹರಣ) ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕಾಗಲೀ, ಲೈಂಗಿಕ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಲೀ ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ಖಲನದಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯ ಹೊರಗೆ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಅಷ್ಟೇ. ಅದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ದೇಹದಲ್ಲೇ ಉಳಿಯುವುದರಿಂದ ತೊಂದರೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಅವು ಕ್ರಮೇಣ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ. ಗುದ ಸಂಭೋಗದಿಂದ ಮಲದ್ವಾರದ ತೊಂದರೆ, ಸೋಂಕು ಇತ್ಯಾದಿ ಆಗುವ ಸಂದರ್ಭ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ

ಸಹಾಯವಾಣಿ: (080) 23154293

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