ಮೈ ನಡುಗಿಸುವ 'ನಪುಂಸಕತ್ವ'

ಅಂಕುರ

ಸೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯೆಯ ಗತಿವಿಧಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲಿದ್ದಾರೆ

ಡಾ. ಎಸ್.ಎಸ್. ವಾಸನ್

1

ನಲ್ವತ್ತು ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅದೇಕೋ ಅನಾಸಕ್ತಿ. ಮಿಲನದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ. ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಸಂತೃಪ್ತಿಯ ಶಿಖರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲಾಗದ ಅತೃಪ್ತಿ. ನಿಮಗಷ್ಟೇ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದು ಕೊರಗದಿರಿ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಶೇ 52ರಷ್ಟು ಜನ ಇಂಥ ನಿರಾಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತಾಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರಣ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯ.

ಎದೆ ನಡುಗಿಸುವ ಇನ್ನೊಂದು ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಲೇ? ಶೇ 10ರಷ್ಟು ಜನರು ನಲ್ವತ್ತರ ಅಂಚನ್ನೂ ಮುಟ್ಟಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಎರೆಕ್ಟೈಲ್ ಡಿಸ್‌ಫಂಕ್ಷನ್ (ಇ–ಡಿ) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಪುರುಷರಲ್ಲಿನ ಲೈಂಗಿಕಾಸಕ್ತಿಯನ್ನೇ ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತಿದೆ.

'ನಪುಂಸಕತ್ವ' ಎದೆಗಪ್ಪಳಿಸುವ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿದಂತೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಹೀಗೆ ನಪುಂಸಕರ ರಾಜಧಾನಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆದಿದೆ ಭಾರತ. ಇಷ್ಟಕ್ಕೂ ನಪುಂಸಕತನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಮುಖ್ಯವಾದ ಮೂರು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಭಾರತೀಯ ಪುರುಷರು ಆನುವಂಶೀಯವಾಗಿ ಹೊತ್ತು ತಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ, ಮಧುಮೇಹ ಹಾಗೂ ಹೃದ್ರೋಗ. ಈ ಮೂರು ಕಾಯಿಲೆಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ದೈಹಿಕವಾಗಿಯೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ಚೇತನ ನೀಡುವ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯೇ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲವು. ಇವ್ಯಾವೂ ಕಾರಣಗಳೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇ–ಡಿ ನಿಮ್ಮ ಬದುಕಲ್ಲಿ ತಲೆದೋರಲೂಬಹುದು.

ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ಓದುತ್ತಲೇ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒಂದು ಆತಂಕದ ಎಳೆ ಮನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿರುವ ಮಾಹಿತಿ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭರವಸೆಯ ಬೆಳಕನ್ನೂ ತರಬಲ್ಲದು.

ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಮಿಲನಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುವಂತೆ ಕಾಡುವ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿಯೇ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಕೂಡುವಲ್ಲಿ ಅಸಮರ್ಥರಾಗುವಿರಿ.

ಯಾಕಿದು ಇ–ಡಿ?

ಕಾರಣಗಳನ್ನು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಕಾರಣಗಳು: ನಿಮಿರುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕಾರಣಗಳು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ದೌರ್ಬಲ್ಯವೇ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನೂ ಅಲ್ಲಗಳೆಯುವಂತಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದಾಗ ಇಡೀ ಮನಸು ಗೊಂದಲದ ಗೂಡಾಗಿ, ದೇಹ ಸ್ಪಂದಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೇ ಸಂಶಯಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಉದ್ವೇಗವನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತದೆ. ಇದು ಉದ್ರೇಕವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ. ಒತ್ತಡ, ಉದ್ವೇಗ, ಖಿನ್ನತೆ, ಸಂಬಂಧಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ, ಮಿಲನದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ.

ದೈಹಿಕ ಕಾರಣಗಳು: ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣಗಳೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆ. ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋದೊಡನೆ ಮೊದಲು ವೈದ್ಯರು ಇವೇ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರಣಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಸಮಗ್ರವಾದ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನೆನಪಿರಲಿ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಈ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಹೃದ್ರೋಗ, ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ, ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳ, ಮಧುಮೇಹ, ಲಿವರ್ ಸಿರೋಸಿಸ್, ಏರುಗತಿಯ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ, ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳ, ಸೊಂಟದ ಸುತ್ತಲಿನ ಸ್ಥೂಲಕಾಯ, ಅಧಿಕ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಈ ಎಲ್ಲ ಅಂಶಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಮೆಟಾಬಾಲಿಕ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಸಹ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ, ಪಾರ್ಕಿನ್ಸನ್ ಕಾಯಿಲೆ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ವೈಫಲ್ಯ, ಕನಿಷ್ಠ ಟೆಸ್ಟೊಸ್ಟೆರಾನ್ ಸಹ ಈ ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ: ಧೂಮಪಾನಿಗಳು, ಸತತವಾಗಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಸ್ಥೂಲಕಾಯ: ಹೆಚ್ಚು ತೂಕದವರಾಗಿದ್ದರೂ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಪ್ರಾಸ್ಟೇಟ್ ಅಥವಾ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ರೇಡಿಯೇಷನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಗಾದಲ್ಲಿ ನಿಮಿರುವಿಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ದೇಹದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನರ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಗಾಯಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಔಷಧಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿಯೂ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಸುದೀರ್ಘಕಾಲದ ಸೈಕಲ್ ಚಾಲನೆಯಿಂದಲೂ ನರಗಳು ಒತ್ತಿದಂತಾಗಿ, ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಆಗದೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಬಹುದು.

ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಹೃದ್ರೋಗ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕೊಡುವ ಕೆಲ ಬಗೆಯ ಮಾತ್ರೆಗಳು, ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸಲು ನೀಡುವ ಮಾತ್ರೆಗಳು, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಲು ನೀಡುವ ಔಷಧಿ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತಹಬದಿಗೆ ತರಲು ಬಳಸುವ, ಕೆಲ ಬಗೆಯ ನೋವು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದಲೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸ್ಟೆರಾಯ್ಡ್‌ಗಳಿರುವ ಔಷಧಿ, ಹೊಟ್ಟೆ ಗಡ್ಡೆಗಳು, ಎಪಿಲೆಪ್ಸಿಗಾಗಿ ನೀಡುವ ಔಷಧಿ, ಆ್ಯಂಡ್ರೋಜನ್ ಹಾರ್ಮೋನು ಹತ್ತಿಕ್ಕುವ ಔಷಧಿ, ಕೀಮೊಥೆರಪಿಗಾಗಿ ಬಳಸುವ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದಲೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಲರ್ಜಿಯಂಥ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಕೆಲಬಗೆಯ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯೂ ನಿಮಿರುವಿಕೆಗೆ ಅಡೆತಡೆ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು.

ಇದು ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲಲು ನೀಡಿರುವ ಮಾಹಿತಿ ಮಾತ್ರವಾಗಿದೆ. ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಪ್ರಗತಿಯಿಂದಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ಸರಳವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಈಗ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಮುಂದಿನ ವಾರ: ನಿಮಿರು ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮತ್ತು ಹೃದಯಾಘಾತ

ಮಾಹಿತಿಗೆ: vasan@manipalankur.com

ಶಶಿಕಿರಣ್ ದೇಸಾಯಿ