ಪ್ರೇಮರೋಗಗಳು

ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸೆಕ್ಸ್ ತೊಡಕುಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ್

ಪ್ರೇಮ ರೋಗಗಳು

(ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸೆಕ್ಸ್ ತೊಡಕುಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ)

ವಿಶ್ವಾಸಪೂರ್ವಕವಾಗಿ
ಡಾ|| ಗುರುರಾಜ್-ಅವರಿಗೆ,
— ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ್
11/X/1994

ಸಂಪಾದಕ :

ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ್

ಆರೋಗ್ಯ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರು, ಲೈಂಗಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ,
ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ

N. ... ACHAR
Main Road,
... 560 010

ಪ್ರಕಾಶಕರು :

ಆಪ್ತಮಿತ್ರ ಪ್ರಕಾಶನ

ನಂ. 20, ಎಸ್. ಎಂ. ಲೇನ್, ಅರಳೇಪೇಟೆ

ಬೆಂಗಳೂರು - 560 053 ✆ : 609567

PREMAROGAGALU (LOVE DISEASES), Edited by : N. Vishwarupacha
Health Supervisor, Karnataka State Health & Family Welfare Departmen
Published by : M. R. Babu on behalf of APTHA MITHRA PRAKASHAN
Bangalore-53.

ಮೊದಲ ಮುದ್ರಣ : ಆಗಸ್ಟ್ 1985

ಎರಡನೆಯ ಮುದ್ರಣ : ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1994

ಹಕ್ಕುಗಳು : **ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ್**

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ : **ಮ. ರಾ. ಬಾಬು**

ಪುಟಗಳು : 32+4

ಬೆಲೆ ರೂ. 6-00

ಮುದ್ರಣ :
ಸೌಮ್ಯಶ್ರೀ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, ಅರಳೇಪೇಟೆ, ಬೆಂ-53

ಪ್ರೇಮ ರೋಗಗಳು

ಅಲರ್ಜಿ :

ಅಲರ್ಜಿ ಅಥವಾ ಮೈಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಔಷಧಿ ಒಗ್ಗದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಮುನ್ನ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು.

ಆಮಶಂಕೆ (ಡೀಸೆಂಟ್ರಿ)

ಆಮಶಂಕೆ, ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಸೋಂಕು ರೋಗ. (ಕೊಲನ್) ಇದರಲ್ಲಿ ಭೇದಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಆಮದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತವು ಬೀಳುತ್ತದೆ. ಆಮಶಂಕೆ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣ ಶಿಗೆಲ್ಲಾ ರೋಗಾಣು (ಬ್ಯಾಸಿಲಟ ಡೀಸೆಂಟರಿ).

ಆಮೀಬಿಯಾ (ಅಮಿಬಕ್ ಡೀಸೆಂಟರಿ) ಮತ್ತು ವೈರಸ್‌ಗಳು : ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ಆಹಾರ ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಸೇವನೆ. ಆದರೆ, ಬಾಯಿ ಕಾಮ(ಓರಲ್ ಸೆಕ್ಸ್) ಮತ್ತು ಗುದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗದಿಂದಲೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ :

ಅತಿಯಾದ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಅಥವಾ ಮದ್ಯಪಾನದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ದಾಂಪತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಮಿಪ್ಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಅಸಾನುಕೂಲತೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಸಾಮರಸ್ಯ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ(ವಿ.ಡಿ) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಮದ್ಯಪಾನವನ್ನು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರೋಗದ ಸ್ಥಿತಿ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಖಂಡಿತಾ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬಾರದು.

ಇಳಿವಯಸ್ಸು :

ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯೇನು

ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪ್ರೀತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಚುರುಕುತನ ಇಲ್ಲದೆ ಇರಬಹುದು. ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತ ನಂತರ ಬಸಿರು ನಿಂತಿರುವುದರಿಂದ ಪತಿಯ ಜೊತೆ ಪತ್ನಿ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲುಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಸಂತಾನ ಶಕ್ತಿಯೇನು ಕುಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಅವರು ಸಾಯುವತನಕ ಈ ಶಕ್ತಿ ಅವರಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನೀವಾಗಿಯೇ, ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕಾದರೆ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ನೀವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹಸ್ತಮೈಥುನ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಇಳಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯೋನಿ ಒಣಗಿದಂತಿರಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ಕೆ.ವೈ. ಜೆಲ್ಲಿ ಕ್ರೀಮ್ ಅಥವಾ ಹಿಮ್ಕೋಲಿನ್ ಕ್ರೀಮನ್ನು ಸಂಭೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಹಸ್ತಮೈಥುನ ಕ್ರಿಯೆಗಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.

★ ಮೆತು ಚಾಲನೆಗಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕ್ರೀಮನ್ನು ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮೇರೆಗೆ ಬಳಸುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಸ್ತ್ರೀಯರು ತಮ್ಮ ಮೈ ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಸ್ತನಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಉತ್ತಮ ಬ್ರಾ ಧರಿಸಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಬೆಳಗ್ಗೆಯ ಹೊತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಈಲಿಯುರಿತ (ಹೆಪಟೈ) :

ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗ (ಲಿವರ್) ದ ತೀವ್ರವಾದ ಸೋಂಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ತೀವ್ರವಾದ ಸೋಂಕು (ಹೆಪಟೈಟಿಸ್ ಎ). ಇದು ಒಬ್ಬರಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಮಲದಿಂದ ವರ್ಗಾವಣೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ತೊಳೆಯದೆ ತಿನ್ನುವ ಹಣ್ಣು, ಅಶುದ್ಧವಾದ ಜಾಗ, ಕೊಳಕು ಸ್ಥಿತಿ, ಕೊಳಕಾದ ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಿಂದಲೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಷ್ಣ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸೀರಮ್ ಹೆಪಟೈಟಸ್ ಬಿ, ಬಹಳ ತೀವ್ರ ತರಹವಾದದ್ದು. ಇದು ಕೆಡು ಬೆರಕೆಯ ರಕ್ತ ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿನ ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. (ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಡಯಾಬೆಟಿಕ್ ರೋಗಿಗಳು ಸ್ವಂತಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಸೂಜಿಗಳಿಂದ).

ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ 'ಹೆಪಟೈಟಸ್ ಬಿ' ಅನೇಕ ಸಲಿಂಗರತಿ ಪುರುಷರು ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವೀರ್ಯವನ್ನು ನುಂಗುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಕಚ್ಚುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಪರಚುವಿಕೆ :

ಪ್ರೇಮಿಗಳು ಅಥವಾ ರಸಿಕ ದಂಪತಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಬಾಯಿಂದ (ಹಲ್ಲುಗಳಿಂದ) ಶರೀರದ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಕಚ್ಚಬಹುದಾದರೂ ಗಾಯವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಚ್ಚುವುದರಿಂದ, ಚೂಪಾದ ಉಗುರುಗಳಿಂದ ಪರಚುವುದರಿಂದ ಗಾಯವಾಗಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ಪ್ರೇಮಿಗಳು ಮತ್ತು ದಂಪತಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲ್ಬೆರಳಿನ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ನೀಟಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ, ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತು ರತಿಕೂಟ ಮುನ್ನಲಿವಿನಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ-ಸಹನೆಯಿಂದ ವರ್ತಿಸಬೇಕೆ ಹೊರತು ಹಿಂಸಾಕಾಮಿಗಳಾಗಬಾರದು.

ಕಜ್ಜಿ (ಸ್ಕಾಬಿಸ್) :

ಕಜ್ಜಿ ಅಥವಾ ಸ್ಕಾಬಿಸ್ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ತಗಲುವ ಬಹು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಅಂಟುರೋಗ. ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಪರಾನ್ನಜೀವಿ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಇದರ ಸೋಂಕು ಶರೀರದ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಿದ್ದಾಗ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಬಡತನ, ಕೊಳಕುತನ, ಇಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ವಾಸ ಮೊದಲಾದ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಈ ರೋಗ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಕಜ್ಜಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು : (1) ತುರಿಕೆ ಅದರಲ್ಲೂ ರಾತ್ರಿಯ ಹೊತ್ತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. (2) ಬೆರಳುಗಳ ಸಂದಿಗಳಲ್ಲಿ, ಕಂಕಳು, ಹಿಂಭುಜಗಳು, ಸ್ತ್ರೀಯರ ಮೊಲೆತೊಟ್ಟುಗಳ ಸುತ್ತಲೂ, ಗಂಡಸರ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಮೇಲೆ ದದ್ದುಗಳೂ, ಗುಳ್ಳೆಗಳು, ಕೀವಿನ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

'ಕಜ್ಜಿ', ಎಂದು ತಿಳಿದ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಕಳವಳ :

ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಿಂದ ರೋಗ ಹರಡಬಹುದೆಂಬ ಕಳವಳ ಮನೋಭಾವನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು, ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಲತೆ ಉಂಟಾದಾಗ, ಶೀಘ್ರ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನವಾದಾಗ, ಬೇಕಾಮನೆ ಉಂಟಾದಾಗ, ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ತಮಗೆ 'ಲೈಂಗಿಕ (ವಿ.ಡಿ.) ರೋಗ'ದ ಸೋಂಕು

ಅಂಟಿರಬಹುದೆಂದು ಭಯ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಈ ಬಗ್ಗೆ ಅನವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಭಯ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಅಥವಾ ಉರಿ ಉಂಟಾದರೆ ಗಾಬರಿ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. 'ನೋವು' ಅಥವಾ 'ಉರಿ' ಮುಂದುವರೆದರೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗ (ವಿ.ಡಿ.) ಅಂಟಿರಬಹುದೆಂಬ ಸಂದೇಹ ಭಯ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನೀವು ಒಮ್ಮೆ ಮನೋವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಕಂಜಕ್ಟಿವೈಟಿಸ್ :

ಕಂಜಕ್ಟಿವೈಟಿಸ್, ಕಣ್ಣಿಗೆ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಹರಡುವ ಒಂದು ರೋಗ. ರೋಗಜನಕ ಅಣುಜೀವಿ, ಅಣಬೆ ಅಥವಾ ರಸಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಈ ರೋಗ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣಿನ ಬಳಿ ಪೊರೆಯ ಮೇಲಿರುವ ಪಾರದರ್ಶಕ ಪದರ ಮತ್ತು ಕಣ್ಣು ರೆಪ್ಪೆಗಳ ಒಳಗೆ ಉರಿ ಉಂಟಾಗುವುದೇ ಈ ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣ.

ರೋಗಿಯ ಕೊಳೆಯಾದ ಕೈ ಬೆರಳುಗಳು, ಟವೆಲ್‌ಗಳು ಕರವಸ್ತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬಳಸುವ ವಸ್ತುಗಳಿಂದಲೂ ರೋಗದ ಸೋಂಕು ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಗನೋರಿಯಾ ರೋಗವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಕೈಗಳಿಂದ ಕಣ್ಣಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಾಗ, ಉಜ್ಜಿದಾಗ, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಈ ರೋಗದ ಸೋಂಕು ಹರಡಬಹುದು. ಶಿಶು ಜನಿಸುವಾಗ ಯೋನಿಯ ಮೂಲಕ ಈ ರೋಗದ ಸೋಂಕು ಹರಡಬಹುದು.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆ, ಸುತ್ತಲಿನ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಇಡುವುದೇ ಈ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ವಹಿಸಬಹುದಾದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ.

ಗರ್ಭ ಗೊರಳುರಿತ (ಸರ್ವಿಸಿಟಿಸ್) :

ಗರ್ಭಗೊರಳಿನ ಊತ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ಊತ ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಗರ್ಭಗೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ :

ಎಳೆವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಹೆಣ್ಣು, ವಿವಾಹವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನವನ್ನು

ಸಾಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಸ್ತ್ರೀ ಹಲವು-ಹತ್ತು ಪುರುಷರೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಗರ್ಭಗೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚೆಂದು ತಜ್ಞರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಹರ್ಪಿಸ್ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಗೊರಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿದೆಯೆಂದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೆಲವು ತಜ್ಞರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ತಜ್ಞರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಲು ವೈರಸ್(ವಿಷಾಣು)ಗಳೇ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ಹರ್ಪಿಸ್ ರೋಗ ವೈರಸ್ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಗರ್ಭಗೊರಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದರೆ ಅಲಕ್ಷ ಮಾಡದೆ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಗುದದ್ವಾರದ ಗನೋರಿಯಾ :

ಗುದದ್ವಾರ(ಏನಸ್)ದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು ಎದ್ದಿರಬಹುದು. ಆದರಿಂದ, ಮಲವಿಸರ್ಜಿಸುವಾಗ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಗುದದ್ವಾರದ ಗನೋರಿಯಾ ಇದ್ದಾಗ ಬೇಗನೆ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಕಾಣಿಸದೆ ಇರಬಹುದು. ಸೋಂಕು ನೆಟ್ಟಗರುಳಿಗೆ (ರೆಕ್ಟಮ್) ಭಾಗಕ್ಕೂ ಹರಿದಿರಬಹುದು. ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ನೆಟ್ಟಗರುಳಿನ ಗನೋರಿಯಾ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣ, ಸೋಂಕಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ನಡೆಸುವ ಗುದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ.

ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಗುದ ಸಂಭೋಗದಿಂದ ಗನೋರಿಯಾ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಯೋನಿಯ ಮೂಲಕವೂ ಗುದ ದ್ವಾರಕ್ಕೆ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಗನೋರಿಯಾ :

ಕಾರಣ: ಗನೋರಿಯಾ ರೋಗ, ಗೋನೋಕಾಕ್ಕಸ್ ಎಂಬ ಕಿರುಕ್ರಿಮಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಮಿ ರೋಗಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಪಡೆದಾಗ ವರ್ಗಾವಣೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು : ಲೈಂಗಿಕಾಂಗಗಳಿಂದ ಕೀವು (ಪಸ್) ಸುರಿತ; ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವಾಗ ಉರಿಯ ಅನುಭವ; ಲೈಂಗಿಕಾಂಗಗಳ ಒಳಗಡೆ ಅಥವಾ ಕೆಳಹೊಟ್ಟೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು.

ರೋಗವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು, ಆಂಟೀಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ಗಳು ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕ ರೋಗವನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

★ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತ ಮತ್ತು ಹಿಮಾಚಲ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗ ವಿಪರೀತವೆಂದು ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳ ತಜ್ಞರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಚುಂಬನ ರೋಗ (ಕಿಸ್ಸಿಂಗ್ ಡಿಸೀಸ್):

ಗಳೈಜ್ವರ (ಗ್ಲಾಂಡುಲರ್ ಫಿವರ್) ಕತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ತೀವ್ರವಾದ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ವೈರಸ್‌ನ ಕಾರಣದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊದಗುವಿಕೆಯ ಅವಧಿ 7 ಅಥವಾ 10 ದಿನಗಳು (ಇನ್‌ಕ್ಯುಬೇಷನ್ ಪೀರಿಯಡ್) ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ : ಜ್ವರ, ಗಂಟಲು ನೋವು, ಕತ್ತಿನ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ನೋವು ಮತ್ತು ಅರುಚಿ, ಇದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದರೆ, ನೋವುನಿವಾರಕಗುಳಿಗೆಸೇವಿಸಿಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಕತ್ತಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇಡುವುದು. ಗಳೈಜ್ವರ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣ ವಿವಿಧ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ (ಸ್ತ್ರೀಯರೊಡನೆ) ಜೊತೆ ಚುಂಬನ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಿಕೆ. ಗಳೈಜ್ವರ ಅಥವಾ ಗ್ಲಾಂಡ್ಯೂಲರ್ ಜ್ವರವನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ "**ಪ್ರೇಮ ರೋಗ**"ವೆಂದೇ ಕರೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗ ಬಹಳ ವಿರಳ. ಕೆಲವು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ, ಚುಂಬನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ದಾಂಪತ್ಯದ ಹೊರಗಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಣಯ ಚೇಷ್ಟೆಗಳಲ್ಲಿ (ಚುಂಬನ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ) ಪಾಲುಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅಂತಹವರಲ್ಲಿ ಈ ಚುಂಬನ ರೋಗ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು.

ಟ್ರೈಕೊಮೋನಿಯಾಸಿಸ್ :

ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣ : ಟ್ರೈಕೊಮೋನಾಸ್ ವೆಜಿನ್ನಾಲಿಸ್ ಎಂಬ ಪರಾನ್ನ ಜೀವಿ (ಪ್ಯಾರಸೈಟ್).

ಹೊದಗುವಿಕೆಯ ಅವಧಿ (ಇನ್‌ಕ್ಯುಬೇಶನ್ ಪೀರಿಯಡ್) ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಂದ ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು. ಅನೇಕರಲ್ಲಿ ರೋಗಾಣುವಿದ್ದರು

ರೋಗ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳದೆ ಇರಬಹುದು.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು : ಲೈಂಗಿಕಾಂಗಗಳಿಂದ ಸುರಿತ (ಡಿಸ್‌ಚಾರ್ಜ್) ಸುರಿತದ ಜೊತೆಗೆ ತುರಿಕೆ (ಇಟ್ಚಿಂಗ್) ಯು ಇರುತ್ತದೆ.

ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಟ್ರೈಕೊಮೋನಿಯಾಸಿಸ್ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆದಾಗ ರೋಗಾಣುಗಳು ಸ್ತ್ರೀಯ ಯೋನಿಯಿದ ಪುರುಷನ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಜೀವಿಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣುವುವು. ರೋಗದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣ ಉರಿ ಮೂತ್ರವಾಗಿರಬಹುದು.

ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಟ್ರೈಕೊಮೋನಿಯಾಸಿಸ್ :

ವಯಸ್ಕ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು. ರೋಗ ಪ್ರಸಾರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತೋರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ಸೆರಗು (ವೈಟ್ ಡಿಸ್‌ಚಾರ್ಜ್) ಮುಖ್ಯ ತೊಂದರೆಯಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಸುರಿವು ತಿಳಿ ಹಳದಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸುರಿತಕ್ಕೆ ಕೆಟ್ಟದಾದ ವಾಸನೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ರೋಗಾಣುವು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಸೇರಬಹುದು.

ಟ್ರೈಕೊಮೋನಿಯಾಸಿಸ್ ರೋಗ ಉಂಟಾದಾಗ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ತಡ್ಡುರಿತ (ಆರ್ಚಿಟಿಸ್) :

ಪುರುಷನ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಊತ ಅಥವಾ ಬೀಜಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು. ಬೀಜಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವೃಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಗನೋರಿಯಾ ತೊಡಕಿನಿಂದ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ, ಸಂತಾನ ಬಲಕೊರೆ (ಸ್ಟರಿಲಿಟಿ) ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದು. ಗದ್ದಕಟ್ಟು (ಮಂಪ್ಸ್) ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ತೊಡಕು ಉಂಟಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ.

ತೊಳೆಗುಂಡಿಯ ಪೀಠಗಳು ಮತ್ತು ಟವೆಲ್‌ಗಳು : (ಲ್ಯಾವೇಟರಿ ಸೀಟ್ಸ್)

ಕಕ್ಕಸಿನ ಪೀಠಗಳಿಂದ ನಿಮಗೆ ಗನೋರಿಯಾ ಅಥವಾ ಸಿಫಿಲಿಸ್ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬ್ಯಾಕ್ಟಿರಿಯಾ ಒಣ ಹವೆಗೆ (ಹೊರಗಡೆ

ಬಂದ ನಂತರ) ಬಂದ ಕೂಡಲೇ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸಾವನ್ನಪ್ಪುತ್ತವೆ. ನೀವು ಲ್ಯಾವೇಟರಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಮುನ್ನ ಮತ್ತು ಅನಂತರ ನೀರು ಸುರಿದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ.

ಆದರೆ, ಗನೋರಿಯಾ ಮತ್ತು ಸಿಫಿಲಿಸ್ ರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಟವೆಲ್ ಅಥವಾ ಕರವಸ್ತ್ರಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ರೋಗದ ಸೋಂಕು ಹರಡಬಹುದು.

ನಿರೋಧ್ ಅಥವಾ ಕಾಂಡಮ್ :

ಇದೊಂದು ಹೊರ ಕವಚ. ಫ್ರೆಂಚ್ ಲೆಟರ್, ರಬ್ಬರ್, ತೆಳುವಾದ, ನೀರನ್ನು ಹೀರದಿರುವ ಚೀಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉದ್ರೇಕಗೊಂಡಿರುವ ಶಿಶ್ನಕ್ಕೆ ನಿರೋಧನ್ನು ಧರಿಸಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಸ್ಖಲನಗೊಂಡ ವೀರ್ಯ ಯೋನಿಯೊಳಗಡೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಬಸಿರು (ಕಾನ್ಸೆಪ್ಷನ್) ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು (ವಿ.ಡಿ.) ತಡೆಗಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಕೆಲವು ಪುರುಷರು ನಿರೋಧನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ನಿರೋಧ್ ಉಚಿತವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ನಿರೋಧ್‌ಗಳು ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ನವದಂಪತಿಗಳು, ಕೆಲವು ವರ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಬೇಡ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ನಂತರ ದಂಪತಿಗಳು, ನಿರೋಧನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಕ್ಷೇಮ.

ಬೆನ್ನು ನೋವು :

ಅನೇಕ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಬೆನ್ನು ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ಸಾರಿಯೂ ಹೆಣ್ಣು, ಬೆನ್ನು ಮೇಲೆ ಮಲಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದಾಗ, ಬೊಜ್ಜುಳ್ಳ ಪುರುಷ, ಸ್ತ್ರೀ ಮೇಲೆ ಕೂತು (ಪ್ರತಿ ಸಾರಿಯೂ) ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಿದಾಗ ಬೆನ್ನಿನ ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ ಆಯಾಸ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಾಹಸ ಕ್ರೀಡಾ ಸಂಭೋಗಾಸನಗಳಿಂದ ಆಯಾಸ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಾಹಸ ಕ್ರೀಡಾ ಸಂಭೋಗಾಸನಗಳಿಂದ ಮಾರನೆಯ ದಿನ (ಕೆಲವರಲ್ಲಿ) ಬೆನ್ನು ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಪುರುಷ [illegible] ಭಂಗಿ ಒಂದರಿಂದಲೇ ಬೆನ್ನು ನೋವು

ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಕಿಬ್ಬೊಳ(ಪೆಲ್ವಿಕ್ ಕಂಜೆಷನ್)ಯ ಸಂಕೋಚನದಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಕಾಮಾವೇಶ (ಆರ್ಗ್‌ಸಮ್) ವಿಲ್ಲದ ದೀರ್ಘ ಕಾಲದ ಲೈಂಗಿಕ ಉತ್ತೇಜನದಿಂದಲೂ ಬೆನ್ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಗರ್ಭನಾಳುರಿತರಿಂದಲೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಬೆನ್ನು ನೋವು ಉಂಟಾಗದಿರಬೇಕಾದರೆ ನೀವೇನು ಮಾಡಬೇಕು?

1. ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರೂ ಶಾರೀರಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರಬೇಕು. ಪೂರ್ಣವಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ನಂತರವೇ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕು.

2. ದಂಪತಿಗಳು ತಮಗೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ಆಸನಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

3. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ತಾಜಾ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು.

4. ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 15 ನಿಮಿಷವಾದರೂ ಸರಳ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

5. ಬೆನ್ನು ನೋವು, ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಆಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡದೆ ಆರ್ಥೋಪೆಡಿಕ್ ಸರ್ಜನ್‌ರವರ ಬಳಿ ತೋರಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಬಾರ್ಥೋಲಿನ್ ಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಉರಿಯೂತ :

ಬಾರ್ಥೋಲಿನ್ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಯೋನಿಯ ಪ್ರವೇಶ ಭಾಗದಲ್ಲಿವೆ. ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಗನೋರಿಯಾ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಸೋಂಕು ರೋಗದಿಂದ ಉರಿಯೂತ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಉರಿಯೂತ ಇದ್ದರೆ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಸೋಂಕು :

ವೈರಲ್ ಸೋಂಕಲ್ಲದೆ, ಅನೇಕ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾದ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್‌ನಿಂದ ಕೊಲ್ಲಬಹುದು. ಆದರೆ, ಕೆಲವು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು

ಮೊದಲು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆಂಟೀಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ಗಳಿಗೆ ನಿರೋಧ ತೋರಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆಯೇ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಸ್ವಯಂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ :

ಬ್ಯಾಕ್ಟಿರಿಯಾ ಸೋಂಕಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೈದ್ಯರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಆಂಟೀಬಯೋಟಿಕ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು (ಸೆಕ್ಸ್ಯುಯಲ್ಲಿ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಮಿಟೆಡ್ ಡಿಸಿಸಸ್) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಂದಿನ ಸಿಂಥೆಟಿಕ್ ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್(ಉದಾ : ಆಂಪಿಸಿಲಿನ್)ಗಳು ಕೆಲವು ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು (ಸೈಡ್ ಎಫೆಕ್ಟ್ಸ್) ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಬಹುದು, ನಿಮಗೇನಾದರೂ, ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್‌ಗಳಿಂದ ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಉಂಟಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಮೊದಲೇ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿರಿ.

ಮದುವೆ :

ಮದುವೆ, ಮಾನವನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೆರವೇರುವ ಒಂದು ಪವಿತ್ರ ಬಂಧನ. ಗಂಡು-ಹೆಣ್ಣು ಕಾನೂನು ಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿವಾಹವಾಗಿ ವೈವಾಹಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸುವುದರಿಂದ ಸಂಸಾರ ಸುಗಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮರ್ಯಾದೆಯೂ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ತರುಣ ಮತ್ತು ತರುಣಿಯರ ಮದುವೆಯ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಅನೇಕರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೆ ಇರಬಹುದು. 1978 ಮಾರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪಾರ್ಲಿಮೆಂಟ್ ತಿದ್ದುಪಡಿ ಮಾಡಿದ ಕಾಯಿದೆಯ ಪ್ರಕಾರ ತರುಣನಿಗೆ 21 ವರ್ಷ ತುಂಬುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಹಾಗೂ ತರುಣಿಗೆ 18 ವರ್ಷ ತುಂಬುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಮದುವೆ ಮಾಡುವುದು ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗಬಹುದಾದ ಅಪರಾಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟಪಡಿಸಿದ ವಯೋಮಿತಿಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿ ಯಾವುದೇ ಮದುವೆ ನಡೆಸುವ (ಆಗುವ) ಪ್ರಸ್ತಾಪವಿದ್ದರೆ ನ್ಯಾಯಾಲಯ ಅದನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಬಹುದು.

ಮುಂಗೊನೆಯುರಿತ (ಬ್ಯಾಲನಿಟೀಸ್) :

ಶಿಶ್ನದ ಮುಂಗೊನೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು ಅಥವಾ ಕೆಂಪಾಗಿರಬಹುದು.

ಅಥವಾ ಮುಂದೊಗಲು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು ಆಗಿರಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ : ಶುಚಿತ್ವವಿಲ್ಲದಿರುವುದು, ಮುಂದೊಗಲು ಬಿಗಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿರುವ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಸುತ್ತು ಕರ್ತನ (ಸರ್‌ಕಂಸಿಸನ್)ವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮಿಗಕೂಟ (ಬೆಸ್ಟಿಯಲಿಟಿ) :

ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ ನಡೆಸುವುದು ಅಪರಾಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕು ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಮುತ್ತಿಡುವುದು ಅಥವಾ ಅವುಗಳೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಯೋನಿ ಸ್ರಾವ :

ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಯೋನಿಯ ಭಾಗ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರಲು ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ರಾವ ಅಥವಾ ತೇವ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮೆತು ಚಾಲನೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಋತು ಚಕ್ರ (ಮುಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ) ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀ ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತೇಜನಗೊಂಡಿರುವಾಗ ಸ್ರಾವ ಅಧಿಕವಾಗಿರಬಹುದು.

ಆರೋಗ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಸ್ರಾವ (ಸೆಕ್ರೆಷನ್ಸ್) ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಹಾಲಿನ ಬಣ್ಣದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ರಾವ ಒಣಗಿದಾಗ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ ಯೋನಿಯ ಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದ್ದರೆ ಗುರ್ತಿಸಬಹುದು. ಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಉಂಟಾದರೆ ಅದನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣ : ಹಳದಿ-ಹಸಿರು, ವಾಸನೆಯ ಸ್ರಾವ ಉಂಟಾಗಿದ್ದರೆ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗಗಳ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿ ಕ್ರಮವಾದ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಲತೆ (ಇಂಪೊಟೆನ್ಸ್) :

ಎರಡು ವಿಧವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಲತೆಗಳಿವೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ದುರ್ಬಲತೆ

ಎಂದರೆ, ಶಿಶ್ನ ನಿಗುರದಿರುವುದು. ಇದರರ್ಥ ಪುರುಷ ಯಾವಾಗ ಸ್ತ್ರೀ ಸಂಗ ಬಯಸುತ್ತಾನೆಯೋ ಆಗ ಶಿಶ್ನ ನಿಗುರದಿರುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಭಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎರಡನೇ ದುರ್ಬಲತೆ ಎಂದರೆ ವೀರ್ಯ ಸ್ಖಲನದ ದುರ್ಬಲತೆ ಪುರುಷನ ಶಿಶ್ನ ಉದ್ರೇಕಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ವೀರ್ಯ ವಿಸರ್ಜನೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಪುರುಷನ ಆತಂಕ ಮನೋಭಾವನೆ.

ಲೈಂಗಿಕತೆಗಾಗಿ ಪೀಡಿಸುವ ಚಟ ಚಂದವಲ್ಲ :

ಲೈಂಗಿಕತೆಗಾಗಿ ಪರಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ಪೀಡಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮನೋಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯುಂಟಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ತೊಡಕುಗಳಿಂದ ನರಳಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಅಂತಹವರ ಚುರುಕುತನ, ಚಟುವಟಿಕೆಯು ಕುಂದುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಗಂಡಸರ ತೀವ್ರ ತರಹೆಯ ಪೀಡಿಸುವುದರಿಂದ ಜುಗುಪ್ಸೆಗೊಂಡು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ಕಛೇರಿ, ಕಾರ್ಖಾನೆ ಮೊದಲಾದ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ರತಿ ರಗಳೆಗಳನ್ನು ಸೆಕ್ಸ್‌ಗಾಗಿ ಪೀಡಿಸುವುದು, ಹಿಂಸಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಕಂಡರೆ, ಕೇಳಿದರೆ ಜಾಣ್ಮೆಯಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ನೈತಿಕತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬಹಳ ಅಗತ್ಯ.

ಲಿಂಫೋಗ್ರಾನ್ಯುಲೋಮಾ ವೆನೇರಿಯಂ :

★ ಕಾರಣ : ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಕ್ರಿಮಿ (ರೋಗಾಣುವು ಕೆಲವು ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷಾಣು (ವೈರಸ್) ಹಾಗೂ ಜೀವಾಣುವನ್ನು ಹೋಲುತ್ತದೆ).

★ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು : ಸಂಭೋಗ ನಡೆದಾಗ ರೋಗಾಣುಗಳು ರೋಗಿಯ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಸಹ ಸಂಭೋಗಿಯ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವುವು. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ತೋರುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಗುಳ್ಳೆಯು ಒಡೆದು ಚಿಕ್ಕ ಗಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಈ ವಿಕಾರಗಳು ಶಿಶ್ನ (ಪೆನಿಸ್) ದ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಗಾಯವು ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಉರಿ ಮೂತ್ರ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಯೋನಿಯ ಹಿಂಭಾಗ ಯೋನಿ ತುಟಿ ಮತ್ತು ಯೋನಿಯ ಒಳಭಾಗಗಳು ರೋಗ ಬಾಧೆಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ರೋಗವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುತ್ತಾರೆ.

★ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ರೋಗವನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ವರ್ತನೆ :

ನೀವು, ನಿಮಗೆ ಸೋಂಕಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಾಗ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಗುಪ್ತವಾಗಿ ಮಾತಾಡಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ವಾಹಕರು (ಕ್ಯಾರಿಯರ್ಸ್) :

ರೋಗವಾಹಕ ಯಾರೆಂದರೆ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಲ್ಲದೆಯೇ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ರೋಗದ ಸೋಂಕನ್ನು ಹರಡುವವನು. ಗನೋರಿಯಾ ಹೊಂದಿರುವ ಸ್ತ್ರೀಯಲ್ಲಿ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ ಆಕೆಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ನಡೆಸಿದ ಪುರುಷನಿಗೆ ಗನೋರಿಯಾವನ್ನು ಹರಡಬಲ್ಲಳು. ಸಿಫಿಲಿಸ್ ರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ಪುರುಷ ಇತರೆಯವರಿಗೆ ಚುಂಬನ (ಕಿಸ್) ದ ಮೂಲಕವೇ ರೋಗವನ್ನು ಅಂಟಿಸಬಹುದು. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗದ ಸೋಂಕುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ದಂಪತಿಗಳು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ರೋಗದ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ :

ವೀರ್ಯದ ಜೊತೆ ರಕ್ತವು ವಿಸರ್ಜಿತವಾದಾಗ ಪ್ರಾಸ್ಟೈಟಿಸ್‌ನ ಫಲಿತದಿಂದ ಉಂಟಾಗಿರಬಹುದು. ಅಥವಾ ಮೂತ್ರ ನಾಳದಲ್ಲಿರುವ ರಕ್ತನಾಳ ಊತಗೊಂಡು ಒಡೆದಿರಬಹುದು. ಇದರಿಂದ, ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು. ಹಾಗೇನಾದರೂ ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡದೆ ತಜ್ಞ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಂಡು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಶಿಶ್ನ ಉದ್ರೇಕಗೊಂಡಿರುವುದು (ನಿಗುರ್ಮಾಣಿ) :

ಇದೊಂದು ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆ. ಇದನ್ನು ಪ್ರಯಪಿಸಂ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಶಿಶ್ನ ಭಾಗಶಃ ಉದ್ರೇಕಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೋವಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ವ್ಯಾಸ್ಕ್ಯುಲರ್ ಅಥವಾ ಮೂತ್ರಾಂಗ ವ್ಯೂಹ ಅಥವಾ ಕೇಂದ್ರ ನರಮಂಡಲ ವ್ಯೂಹಕ್ಕೆ ಉಂಟಾಗುವ ರೋಗವೇ ಕಾರಣ. ಶಿಶ್ನ ಉದ್ರೇಕಿತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದರೆ, ಎರಡು ದಿನಗಳೊಳಗಡೆ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಂಡು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಶಾಂಕ್ರಾಯಿಡ್ :

ಈ ಗುಪ್ತ ರೋಗ ಹಿಮೋಫಿಲಿಸ್ ಡ್ಯೂಕ್ರೆ ಎಂಬ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಗಳು ರೋಗಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ ನಡೆಸಿದಾಗ ವರ್ಗಾವಣೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಲೂ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಇದರಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಇವು ಅತ್ಯಂತ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ. ರೋಗ ಹೊದಗುವಿಕೆಯ ಕಾಲ (ಇನ್‌ಕ್ಯುಬೇಶನ್ ಪೀರಿಯಡ್) 2 ರಿಂದ 14 ದಿನಗಳು. ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗಿಂತಲೂ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಶಾಂಕ್ರಾಯಿಡನ್ನ ಬೇಗನೆ ಗುರ್ತಿಸಬಹುದು. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ತೊಂದರೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ.

ತಿಪುಗಳು ಮತ್ತು ಗನೋರಿಯಾ :

ಗನೋರಿಯಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಗರ್ಭನಾಳುರಿತ ಉಂಟಾಗಿ ಆಕೆ ಬಸಿರಾಗದಿರಬಹುದು. ಅಥವಾ ಪಿಂಡಗೂಸಿಗೆ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾದಾಗ ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ನಾಚಿಕೆಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ತೋರಿಸಿ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಶುಚಿತ್ವ :

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವ ಕ್ರಮವಾದ ಮಾರ್ಗ ನಿತ್ಯ

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಶುಚಿತ್ವವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ದಂಪತಿಗಳು (ಪ್ರೇಮಿಗಳು), ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬೆಳಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ಹಲ್ಲು ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಮುಖವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಒಂದು ಸಾರಿಯಾದರೂ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಬಿಗಿಯಾದ ಒಳ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಬಾರದು. ನೈಲಾನ್ ಚಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ದರಿಸಬಾರದು. ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಒಳ ಉಡುಪನ್ನೇ ಯಾವಾಗಲೂ ದರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಒಳ ಉಡುಪನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಮಲವಿಸರ್ಜನೆಯ ನಂತರ ಗುದದ್ವಾರವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸುವ ಜಾಗವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರಲು ಸಹಕರಿಸಬೇಕು.

ಸ್ತನಗಳು (ಮೊಲೆಗಳು) :

ಸ್ತನಗಳು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುವುದು ಬಹಳ ಅಪರೂಪ. ಪ್ರೇಮ-ಪ್ರಣಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಸ್ತನಗಳ ಗಾತ್ರಕ್ಕೆ ಏನು ಆಘಾತ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಕಾಮೋತ್ತೇಜಕಗೊಂಡಾಗ ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರಿಬ್ಬರ ಮೊಲೆತೊಟ್ಟು ಉದ್ರೇಕಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾದ ಸಿಫಿಲಿಸ್ ಹುಣ್ಣು ಸ್ತನಗಳ ಮೇಲೆ ಉಂಟಾಗುವುದು ಬಹಳ ಅಪರೂಪ.

ಕೆಲವು ಹದಿಹರೆಯದ (ಟೀನೇಜ್) ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮೊಲೆ ತೊಟ್ಟು ಸುತ್ತಲೂ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆ ಬಗ್ಗೆ ಗಾಬರಿ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅಥವಾ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಬಹಳ ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಿಂದ ನೋವಿದ್ದರೆ ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಕಂಡು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಹಸ್ತಮೈಥುನವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಸ್ತನಗಳ ಮೇಲೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವೂ ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಿಫಿಲಿಸ್ (ಫರಂಗಿ ರೋಗ) :

ಕಾರಣ: ಇದು ಟ್ರೆಪೋನಿಮಾಪಲ್ಲಿಡಾ ಎಂಬ ಕ್ರಿಮಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದೊಂದು ಅಂಟುರೋಗ, ರೋಗಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದಾಗ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೊದಗುವಿಕೆಯ ಅವಧಿ (ಇನ್‌ಕ್ಯುಬೇಶನ್ ಪೀರಿಯಡ್) 15 ದಿನಗಳಿಂದ 3 ತಿಂಗಳು.

ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು : ಈ ಕಾಯಿಲೆಯ ಮೊದಲ ಚಿಹ್ನೆ ಹುಣ್ಣು. ಇದು ಲೈಂಗಿಕಾಂಗಗಳ ಮೇಲಾಗಲಿ, ತುಟಿಗಳ ಮೇಲಾಗಲಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಸುತ್ತಲೂ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ) ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಪಾಯ : ಕ್ರಮವಾದ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಒಂದರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ನರಮಂಡಲವ್ಯೂಹಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಶರೀರದ ಯಾವುದೇ ಒಳ ಅಥವಾ ಹೊರ ಅಂಗಾಂಗಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಪಿಂಡಗೂಸಿಗೆ ಸಿಫಿಲಿಸ್ ಸೋಂಕು ವರ್ಗವಾದರೆ ಮಗು ಕುರುಡಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಗುವಿನ ಮೆದುಳಿಗೆ ಹಾನಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಬಹುದು.

ಪರೀಕ್ಷೆ : ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ಗಾಯವನ್ನು ಮೈಕ್ರೋಸ್ಕೋಪಿನಡಿಯಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ರೋಗವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ಅಥವಾ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ರೋಗದ ಸೋಂಕಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾದ ಕೂಡಲೇ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರು ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ (ಸ್ಕಿನ್ ಅಂಡ್ ವಿ.ಡಿ. ಸ್ಪೆಶಲಿಸ್ಟ್) ತೋರಿಸಿಕೊಂಡು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ವಿ. ಸೂ. :- ರೋಗ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವ ತನಕ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಬಾರದು.

ಸುಂತಿ (ಸರ್‌ಕಂಸಿಸನ್) :

ಶಿಶ್ನದ ಮುಂಗೊನೆ ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಮಡಿಕೆಗಳುಳ್ಳ ಚರ್ಮದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮುಂದೊಗಲು ಅಥವಾ ಫೋರ್‌ಸ್ಕಿನ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಮುಂದೊಗಲು ಅಥವಾ ಫೋರ್‌ಸ್ಕಿನ್ ತುಂಬಾ

ಬಿಗಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯರು ಸುತ್ತು ಕರ್ತನ (ಚಿಕ್ಕ ಆಪರೇಷನ್) ದ ಮೂಲಕ ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆಪರೇಶನನ್ನು ಬಾಲಕ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಅಥವಾ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಮಾಡಿಸಬಹುದು.

ಸ್ಮೆಗ್ಮಾ (ಮೈ ಬೆವರು) :

ಸ್ಮೆಗ್ಮಾ, ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುವ ಅಂಟಾಗಿರುವ ವಸ್ತು ಇದು ಶಿಶ್ನದ ಮುಂದೊಗಲಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುತ್ತದೆ. (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸುಂತಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ) ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಶಿಶ್ನದ ಮುಂಭಾಗವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆದುಕೊಂಡರೆ ಮೈಕೊಳೆ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಂದೊಗಲನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ತುರಿಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೇನು! ಎಚ್ಚರಿಕೆ

ಹೇನು ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲ ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಶುಭ್ರವಾದ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸದೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ, ಕೊಳಕು ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಒತ್ತಡದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಹೇನು ಸೇರುತ್ತದೆ. ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಅದರಲ್ಲೂ ಪ್ರಣಯ ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ, ಸುಮ್ಮನೆ ಅಕ್ಕಪಕ್ಕ ಮಲಗಿದ್ದಾಗ ಒಬ್ಬರಲ್ಲಿರುವ ಹೇನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ವರ್ಗಾವಣೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಶುಭ್ರವಾದ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸುವುದರಿಂದ, ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ತಲೆಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೇನುಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಆಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಮೈ ಒರೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಟವೆಲ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಕ್ಷೇಮ. ಅಲ್ಲದೆ, ಒಬ್ಬರು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಬಾಚಣಿಗೆಯನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಉಪಯೋಗಿಸದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ (ಮುಷ್ಠಿ ಮೈಥುನ) :

'ಇದೊಂದು ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯೇ ಹೊರತು

ರೋಗವೇನಲ್ಲ. ಕಾಮೋದ್ರೇಕವನ್ನು ಶಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ. ಅತಿಯಾಗದ ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ, ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಲತೆ, ಬೇಕಾಮನೆ, ಶೀಘ್ರ ವೀರ್ಯ ಸ್ಖಲನ ಮತ್ತು ಯೋನಿಯ ಸೆಡೆತವಿದ್ದಾಗ 'ಹಸ್ತಮೈಥುನ' ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ (ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಪರಿಪಾಲನೆಯಲ್ಲಿ) ಲೈಂಗಿಕ ಉದ್ರೇಕವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಒಂದು ಬದಲಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸಂಗಾತಿ (ಪತ್ನಿ) ಇಲ್ಲದಾಗ, ಹೆಂಡತಿಯಿಂದ ದೂರವಿದ್ದಾಗ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಖುಷಿ ಕೊಡುವಂತಹುದು ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ಕ್ರಿಯೆ. ಒಟ್ಟಾರೆ, ಗಂಡು-ಹೆಣ್ಣು ಇಬ್ಬರು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಮುಷ್ಠಿ ಮೈಥುನದಿಂದ ಗಳಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ :

ಗಂಡು-ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿ, ನಲಿವಿನ ನೋಟದಿಂದ, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ, ಮುಕ್ತ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದ ಒಂದಾಗಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರೀತಿಗಿದೆ. ಪರಸ್ಪರ ಗಂಡು, ಹೆಣ್ಣು ಒಪ್ಪಿ ವಿವಾಹವಾಗಿದ್ದರೆ ಅವರಿಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ, ಆನಂದವಿರುತ್ತದೆ. ಕೂಡಿ ಬಾಳಬೇಕೆಂಬ ಹಂಬಲವಿರುತ್ತದೆ. ಇಬ್ಬರ ಮನೋಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಮನಃಸಾಕ್ಷಿಯ ಮುಂದೆ 'ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರೀತಿ'ಯು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮನಃಸಾಕ್ಷಿಯ ಮುಂದೆ ಪ್ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ ನಡೆದಿರುವುದರಿಂದ ಪರಸ್ಪರ ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ಹರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಅಲ್ಲದೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಪ್ರೌಢರಾದ ವಿವಾಹಿತ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಯಾವ ತೊಡಕು ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮುಕ್ತ ರೀತಿಯ 'ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ' ಪ್ರಶಾಂತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆದಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಪ್ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಗಳು ರೋಗಗ್ರಸ್ತವಾದಾಗ, ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಬಾಗ ಉದ್ವೇಗಕಾರಿ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆದಾಗ ದಿನನಿತ್ಯದ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ 'ದಂಪತಿಗಳ ಪ್ರೀತಿ'

ಮುಸುಕಾಗಿ, ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಲೈಂಗಿಕ ಬೇಸರಿಕೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಪ್ರೀತಿಯ ಫಜೀತಿ : ಎರಡು ಉದಾಹರಣೆಗಳು

(1) 'ಳ' ಎನ್ನುವ ಹೆಣ್ಣೊಂದು 'ಕ್ಷ'ನ ಬಣ್ಣದ ಮಾತುಗಳಿಗೆ ಮರುಳಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಸಿ ಮದುವೆಯಾದಳು. ಮದುವೆಯಾದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ತಿಳಿಯಿತು. ಈ ಮೊದಲೇ ಇನ್ನೊಬ್ಬಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಒಂದು ಮಗುವಿನ ತಂದೆಯಾಗಿದ್ದಾನೆಂದು. 'ಳ'ಗೆ ಇದರಿಂದ ಪ್ರಿಯತಮನ ಬಗ್ಗೆ ಇದ್ದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರೀತಿ ಸಡಿಲವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಯಿತು!

(2) ಗಂಡ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಮನೆಗೆ ತಡವಾಗಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದನು. "ಯಾಕ್ರೀ, ದಿನಾ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತು ತಡವಾಗಿ ಬರ್ತೀರಾ?" ಅಂತ ಹೆಂಡತಿ ಕೇಳಿದಳು. ಅದಕ್ಕೆ ಗಂಡ, "ನನಗೆ ಊರುರು ಸುತ್ತೋ ಕೆಲಸ ಅಂತ ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ವೇ?" ಅಂತ ಹೇಳಿದ. ಕೊನೆಗೆ ತಿಳಿಯಿತು ಆತ ಕಂಡ ಕಂಡ ಕರೆಹೆಣ್ಣುಗಳ ಜೊತೆ ಸುತ್ತುವ ಭೂಪ ಎಂದು. ಈಗ ಗಂಡು ಭೂಪ ಕೆಲವಾರು ಹೆಣ್ಣುಗಳ ಸಹವಾಸದಿಂದ ವಿ.ಡಿ. ಖಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿ ನರಳುತ್ತಿದ್ದನು. ಈ ವಿಷಯ ತಿಳಿದ ಪತ್ನಿಗೆ ಷಾಕ್ ಆದಂತಾಯ್ತು. ಪತ್ನಿಯು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಆಕೆಗೂ ವಿ.ಡಿ. ಖಾಯಿಲೆಯ ಸೋಂಕಿತ್ತು.

ಈ ರೀತಿ ಪತ್ನಿಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಕರೆಹೆಣ್ಣುಗಳ, ವೇಶ್ಯೆಯರ ಸಂಗದಿಂದ ಕೆಲವು ಪುರುಷರು ಪ್ರೀತಿ-ಪ್ರಣಯದ ನಾಟಕವಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಪವಿತ್ರತೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ, 'ಪತಿ-ಪತ್ನಿ'ಯರ ಪ್ರೀತಿ ಪಾಪದ ಭೀತಿಯಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿ, ಆರೋಗ್ಯ-ಆನಂದಕರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಅನುಬಂಧ

ಕ್ಷಯರೋಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆ

ಕ್ಷಯ ರೋಗ ಶರೀರದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದರೂ ಬರಬಹುದು. ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಕೆ ಬಂದ ಕ್ಷಯರೋಗ ಮಾತ್ರ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಕ್ಷಯರೋಗಿ ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ ಬಾಯಿಯ ಬಳಿ ಕರವಸ್ತ್ರ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ತುಂತುರು ಮೂಲಕ ಹೊರಬೀಳುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಬಿದ್ದ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೇರಿದ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೂರ್ಯನ ತೀವ್ರ ಶಾಖದಿಂದ ಸಾಯುತ್ತವೆ. ಶಾಖದಿಂದ ಸಾಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶರೀರದ ಒಳಹೊಕ್ಕು ಅಂಗಗಳ ಯಾವುದಾದರೂ ಭಾಗವನ್ನು ಕ್ಷಯಿಸಲು ಅಥವಾ ಸವೆಸಲು ತನ್ನ ಜೊತೆಯ ಕ್ರಿಮಿಗಳ ಸಂತತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತವೆ.

ಆದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸಹಜ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ಒಳಹೊಕ್ಕ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಶರೀರದ ಅವಯವಗಳನ್ನು ಸವೆಸಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಕ್ಷಯ ರೋಗ ಹರಡುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಯಾರಿಗೆ?

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸದೆ, ಸಮರ್ಪಕ ಗಾಳಿ, ಬೆಳಕು ಬರದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರಿಗೆ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸದವರಿಗೆ, ಸದಾಕಾಲ ಕಲುಷಿತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರಿಗೆ, ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯರೋಗಿಗಳ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸದಾ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗೆ, ಶ್ರಮಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಶರೀರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದಂಡಿಸುವವರಿಗೆ, ಅತಿಯಾದ ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು

ಮದ್ಯಪಾನ ಚಟವುಳ್ಳವರಿಗೆ, ಗಣಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ, ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಾಗಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯದಿದ್ದವರಿಗೆ, ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕ್ರಮವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದವರಿಗೆ, ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ, ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಪಾಲನೆ-ಪೋಷಣೆ ಸಿಗದ ಸದಾಕಾಲ ಧೂಳಿನ ಆವರಣದಲ್ಲಿರುವ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕ್ಷಯದ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಗು ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆಯೇ?

ಇಲ್ಲ, ಕ್ಷಯರೋಗ ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯವಾಗಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಜನ್ಮತಃ ಕ್ಷಯರೋಗ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕ್ಷಯದಿಂದ ತಾಯಿ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರೂ ಆಕೆ ಜನ್ಮವಿತ್ತ ಮಗು ಕ್ಷಯ ರೋಗದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಕ್ಷಯದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ತಾಯಿಯ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ಕ್ಷಯದ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ತಾಯಿ ಕೂಸಿಗೆ ತನ್ನ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸಬಹುದೇ?

ಕುಡಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಹೊರಬೀಳುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ 'ಮಾಸ್ಕ್' ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಶುಚಿತ್ವ ಪರಿಪಾಲಿಸಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಸಾರಿ ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಯುವಾಗಲೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಬಿಸಿನೀರಿನಿಂದ ಅಥವಾ ಸೋಪಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಮೊಲೆಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ಬಿಸಿನೀರಿನಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಹಾಲೂಡಿಸಬಹುದು.

ಕ್ಷಯದ ಸೋಂಕು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಕಫದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿವೆ ಎಂದು ಖಾತರಿಯಾದರೆ, ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಎದೆಹಾಲು ಕುಡಿಸುವುದು ಬೇಡ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ತಿಳಿಸಿದರೆ ಮಗುವಿನ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಮೇಲ್ಹಾಲು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಕ್ಷಯರೋಗ ಟ್ಯೂಬರ್‌ಕಿಲ್ ಬ್ಯಾಕ್ಟಿಸಿಲ್ ಎಂಬ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಕ ಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ

ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ರೋಗಿಯ ಕಫದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ರೋಗಿ ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ, ಉಗುಳಿದಾಗ, ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಬಿದ್ದು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತವೆ.

ಕ್ಷಯದ ಅನುಮಾನವನ್ನು ಊಹಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಕ್ಷಯರೋಗದ ಚಿನ್ಹೆಗಳು ಗೊತ್ತಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೂ ಹದಿನೈದು ದಿವಸಕ್ಕೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟು ಕೆಮ್ಮು, ಜ್ವರವಿದ್ದು ಸಾಧಾರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಗುಣವಾಗದಿದ್ದರೆ, ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಶರೀರದ ತೂಕದಲ್ಲಿ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಿಂದ ಎದೆ ನೋಯುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಫದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡದೆ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವುದು ಕ್ಷೇಮಕರ.

ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿ ಚುಂಬನಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದೇ?

ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವವರು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುವವರೆಗೂ ಚುಂಬನಕ್ರಿಯೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು ಕ್ಷೇಮಕರವೆಂದು ಕ್ಷಯರೋಗ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ|| ಆರ್. ಜೆ. ಕೈಲಾಸಂ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ, ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಬಿದ್ದ ಕ್ಷಯದ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿರುವುದರಿಂದ ಅಲ್ಲದೆ, ಶ್ವಾಸಕೋಶಕ್ಷಯ ರೋಗಿಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗ ಮುತ್ತು ಕೊಡುವುದರಿಂದಲೂ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುವುದರಿಂದ ಮುತ್ತು ಕೊಡಬಾರದು.

ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವವರು 'ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ' ನಡೆಸಬಹುದೇ?

ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಕಫದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿವೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಸ್ಪೂಟಂ ಪಾಸಿಟೀವ್ ಕೇಸ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ರೋಗಿಗಳು ಸಂಭೋಗ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಆಯಾಸಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಆದುದರಿಂದ, ಸ್ಪೂಟಂ ಪಾಸಿಟೀವ್ ಕೇಸ್‌ನವರು ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲವಾದರೂ ಹಾಸಿಗೆ ಪಥ್ಯವಿದ್ದರೆ ಕ್ಷೇಮಕರ. ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆರು ತಿಂಗಳತನಕ ಸ್ಪೂಟಂ ಅಥವಾ 24 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲದ ಸಂಗ್ರಹ ಕಫವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ

ಸ್ಪೂಟಂ ನೆಗೆಟಿವ್ ಬರಬೇಕು. ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು ಎದೆಯ ಎಕ್ಸರೇ ಫೋಟೋ ತೆಗೆದು ಕಾಯಿಲೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತಿದೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ ನಡೆಸಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರೆ, ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸಬಹುದು.

ಅಲ್ಲದೆ, ಕಫದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗುವತನಕ, ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲವಾದರೂ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ದಂಪತಿಗಳು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಮಲಗದೆ ದೂರ ಮಲಗುವುದು ಕ್ಷೇಮಕರ.

ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವವರು ವಿವಾಹವಾಗಬಹುದೇ?

ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಷಯದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವವರು ರೋಗ ಗುಣವಾಗುವ ತನಕ ವಿವಾಹವಾಗದೆ ಇರುವುದೇ ಕ್ಷೇಮಕರ.

ಕ್ಷಯರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ಸ್ತ್ರೀ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಬಹುದೇ?

ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕ್ಷಯದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ಸ್ತ್ರೀ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದರೆ, ರೋಗ ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಗರ್ಭಪಾತ ಆಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಯಮದ ಅಗತ್ಯತೆ

ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕಾಮೋದ್ರೇಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಅಪಮಾನಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತೇವೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಯಮ ಎಂದರೆ, ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ನಡೆಸದೆ ಇರುವುದು ಎಂದರ್ಥ. ಆದರೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಮೋದ್ರೇಕವನ್ನು ಶಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರತಕ್ಕ ಸ್ವಯಂ ತೃಪ್ತಿಯ ಏಕೈಕ ವಿಧಾನ. ಅವಿವಾಹಿತರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕಾಮನೆಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಮುಷ್ಠಿ ಮೈಥುನ ಅಥವಾ ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತವೇ ಹೊರತು ಪರಸ್ತ್ರೀಯನ್ನು ಲೈಂಗಿಕತೆಗಾಗಿ ಬಯಸುವುದು ಅಥವಾ ಬಲಾತ್ಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಕ್ಷಣಿಕ ಕಾಮತೃಪ್ತಿ ಸಿಕ್ಕರೂ, ಆನಂತರ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಫಜೀತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪಾಪ ಭೀತಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಬಲ್ಲದು.

ಏಡ್ಸ್

ಏಡ್ಸ್ ಅನ್ನುವುದು ಅಕ್ವೈರ್ಡ್ ಇಮ್ಯುನೋ ಡಿಫಿಷಿಯೆನ್ಸಿ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ರೋಗದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ. ಇದರ ಕನ್ನಡದ ಅರ್ಥ ಆರ್ಜಿತ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಕೊರತೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಕೂಟ ಎಂದು.

ಏಡ್ಸ್ ಒಂದು ಸೋಂಕು ರೋಗ. ಇದು ವೈರಸ್‌ನಿಂದ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ ಎಂದು ಯಾಕೆ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆಂದರೆ, ಅನೇಕ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವುದರಿಂದ. ಏಡ್ಸ್ ಮೊದಲ ಕೇಸನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದ್ದು 1981ರಲ್ಲಿ.

1981ನೇ ಇಸವಿಯನಂತರ ಬಹಳ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಈ ರೋಗ ಉತ್ತರ ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೇರಿಕಾ, ಯೂರೋಪ್ ಮತ್ತು ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಅಲ್ಲದೆ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೆಡೆ ಏಡ್ಸ್ ಪ್ರಕರಣಗಳು ವರದಿಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ಈಗ ಅನೇಕ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳು ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಏಡ್ಸ್ ಸೋಂಕು ಇರತಕ್ಕವರನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ. ಎಂದರೇನು?

ಏಡ್ಸ್ ಒಂದು ವಿಷಾಣುವಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಹೆಸರು ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ. (ಹ್ಯೂಮನ್ ಇಮ್ಯುನೋ ಡಿಫಿಷಿಯೆನ್ಸಿ ವೈರಸ್) ಇದು ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆದು, ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಶರೀರದ ಸಹಜ ಲಕ್ಷಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ನಾಶ ಮಾಡಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅನೇಕ ಸೋಂಕು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ. ರಿಟ್ರೋವೈರಸ್ ಗುಂಪಿಗೆ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ. ಬಗ್ಗೆ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲು 1983ರಲ್ಲಿ ಪ್ಯಾರಿಸ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಯಿತು. ಕೆಲವರು ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ.ಯನ್ನು ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್ ಎಂತಲೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್ ಶರೀರದ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಟಿ.ಹೆಲ್ಪರ್

ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ. ಜೀವಕೋಶ ಅಥವಾ ಸೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅವು ಜೆನೆಟಿಕ್ ವಸ್ತುವನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ದ್ರವಗಳು (ಫ್ಲೂಯಿಡ್ಸ್) ಟಿ. ಹೆಲ್ಪರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ ಮತ್ತು ಯೋನಿಯ ಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತಗೊಂಡಿದೆ.

ರೋಗವಾಹಕ ಅಥವಾ ಕ್ಯಾರಿಯರ್‌ಗಳು ಯಾರು?

ಯಾರು ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್‌ನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೋ ಅವರನ್ನು ರೋಗವಾಹಕರು ಅಥವಾ ಕ್ಯಾರಿಯರ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಾನು ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್‌ನ್ನು ಹೊಂದಿರುವವ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್ ಹೇಗೆ ಒಬ್ಬರಿಂದ, ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ?

ಸೋಂಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ ಅಥವಾ ಯೋನಿಯ ಸ್ರಾವದ, ಸಾಮಿಪ್ಯದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪಡೆದಾಗ ಏಡ್ಸ್ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ವೈರಸ್ ಬಹಳ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಶರೀರದ ದ್ರವ ಅಥವಾ ಫ್ಲೂಯಿಡ್‌ನಲ್ಲಿ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೇಂದ್ರಿಕೃತವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಒಳಗಾದಾಗ ವೈರಸ್ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಚ್ಛಂದಕಾಮ ಅಪಾಯಕಾರಿ

ಲೈಂಗಿಕತೆ ಅಥವಾ ಕಾಮ ಬದುಕಿಗೆ ಒಂದು ರೂಪ, ಸ್ವರೂಪ ಹೇಗೆ ನೀಡುತ್ತದೋ ಅದು ಅತಿಯಾದರೆ ಬದುಕನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದೆ ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಮಂಜಸವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಶಿಕ್ಷಣವಿಲ್ಲದ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಕಾಮೋದ್ರೇಕಗೊಳಿಸುವ ಅಶ್ಲೀಲ ಕ್ಯಾಬರೆ, ಕಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ರಂಗುರಂಗಿನ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಿ ಕಾಮೋನ್ಮಾದ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸೆಕ್ಸ್ ಹೆಸರನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬರುತ್ತಿರುವ

ಚಲನಚಿತ್ರಗಳು ಕಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯಕಾರಿ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಗೊತ್ತುಗುರಿಯಿಲ್ಲದವ್ಯಾಪಾರಿ ಅಶ್ಲೀಲಸಾಹಿತ್ಯ ಇಂದು ನಮ್ಮ ಕೆಲವು ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಅನಾವಶ್ಯಕ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಕಾಮಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿ ಒಂದು ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಅವಿವಾಹಿತರಾಗಿ ಅಂದ-ಚೆಂದದ ಹಲವು ಹೆಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿ, ನಂಬಿಸಿ ಅವರೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿ, ಖುಷಿಪಡೋಣ! ಅದರಲ್ಲಿ ಮಜಾ ಇದೆ! ಮಧುರತೆಯಿದೆ! ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ, ಕಾಮಸಾಮ್ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಾಮಚಕ್ರವರ್ತಿಗಳಾಗಿ ವಿಹರಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಹಲವು-ಹತ್ತು ಹೆಣ್ಣುಗಳ (ವೇಶ್ಯೆಯರ ಸಂಪರ್ಕ) ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗ, ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಿಂತಲೂ, ಅನನುಕೂಲ ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆಘಾತವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆಯೆಂದರೆ, ಅಮೆರಿಕಾ ದೇಶವನ್ನು ಕಾಡುತ್ತಿರುವ ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಕಾಮದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ. ಇದು ಒಂದು ಗುಹ್ಯ ರೋಗ. ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಗನೋರಿಯಾಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಾಣು ಶರೀರವನ್ನು ಸೇರಿದ ಕೂಡಲೇ ಬಹಳ ಬೇಗನೇ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿಶ್ಯಕ್ತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಕಾಮಕ್ಕೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಯುವಜನತೆ ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಂಡು ವಿವಾಹವಾಗುವತನಕ ಕಾಮ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಹಲವು-ಹತ್ತು ರೋಗಿಷ್ಟ ಹೆಣ್ಣುಗಳ ಸಹವಾಸ ಮಾಡಿ ಆನಂದಿಸುವನೆಪದಲ್ಲಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಈಡಾಗಿ, ತೊಡಕಿಗೆ ಸಿಕ್ಕದಂತೆ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸಬೇಕು.

ವಿವಾಹಕ್ಕೆ ಮುನ್ನ ನಡೆಯುವ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧದ ಅನುಭವಗಳು ಬೇಡದ ಗರ್ಭವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚಿ ಹಬ್ಬಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗ, ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೇ ಈ ಗುಹ್ಯರೋಗಗಳ ಮೂಲ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬೇಕಾದರೆ ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಕಾಮದ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು, ಮದುವೆಯಾಗಿ ಗೃಹಸ್ಥ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸುವುದೇ ಲೈಂಗಿಕ

ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಸೋಪಾನ!

ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಕಾಮ ಚಟ, ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದರೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕೆಡಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನಸಿಕ ಅಶಾಂತಿ, ಅಡಚಣೆಗಳುಂಟಾಗಿ, ದುರ್ಬಲನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಮಾಜದ ನಿಂದೆಗೂ ಗುರಿಯಾಗಬಹುದು. ಸ್ಥಾನಮಾನಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹಿರಿಯರ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ಮದುವೆಯಾದ ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಕಾಮಿ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿ, ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಹೊಸ ಹೊಸ ಹೆಣ್ಣುಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆಗೆ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಹೊರಟು, ಕೈ ಹಿಡಿದಾಕೆ ಕಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಕೈ ತೊಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ರೋಗಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಾ, ರೋಗಮುಕ್ತನಂತೆ ನಟಿಸಬಹುದು! ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಹೆಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸಿಹಿಮಾತುಗಳಿಂದ ಆಕರ್ಷಿಸಿ, 'ಬಯಕೆಯ ಬಲೆ'ಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಯತ್ನ ವಿಫಲವಾದರೆ, ಆಸೆ ನೆರವೇರದಿದ್ದರೆ, ಕೈಗೆಟುಕದ ಹೆಣ್ಣಿನ ಬಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲಸಲ್ಲದ ಆರೋಪಗಳನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಆಕೆಗೆ ಬ್ಲಾಕ್‌ಮೇಲ್ ಸಹ ಮಾಡಬಹುದು. ಆಕೆಯ ಮೇಲೆ ಅಪವಾದನೆಗಳನ್ನು ಹೊರಿಸಬಹುದು.

(1) ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾರ್ಥ ಮೂಡುತ್ತವೆ (2) ಸಮಾಜದ ಲೈಂಗಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹದಗೆಡುತ್ತವೆ (3) ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ (4) ಬೇಡದ ಗರ್ಭ, ಕೂಸುಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತವೆ (5) ಮುಗ್ಧ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ಅತ್ಯಾಚಾರ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ (6) ಗಂಡಿನ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ದ್ವೇಷ ಮೂಡಬಹುದು (7) ವ್ಯಭಿಚಾರ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ (8) ಅಪರಾಧಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ (9) ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಉದಾ: ಬೆತ್ತಲೆಸೇವೆ, ದೇವದಾಸಿ ಪದ್ಧತಿ.

(1) ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಕಾಮದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿ ತಜ್ಞ ಮನೋವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. (2) ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸೂಕ್ತ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದ ಶಿಕ್ಷಣದ ಏರ್ಪಾಟಾಗಬೇಕು. (3) ಮಕ್ಕಳ ಮುಂದೆ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನಾಗಲೀ ಹೆಂಗಸರನ್ನಾಗಲೀ ಅವಮಾನಗೊಳಿಸುವುದಾಗಲ, ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. (4) ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷರ ಬಗ್ಗೆ ಗೌರವ ಮನೋಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸಬೇಕು (5) ನೈತಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಬೇಕು.

061

- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಗಾರರು -

1. ಡಾ|| ಸಿ. ಆರ್. ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಪ್ರಭು, ಎಂ.ಡಿ;
2. ಡಾ|| ಅಕ್ಕಲರಾಜು, ಎಂ.ಎಸ್;
3. ಡಾ|| ಪಿ. ಕೆ. ವೆಂಕಟಾಚಲಪತಿ, ಎಂ.ಡಿ;
4. ಡಾ|| ಎಸ್. ಆರ್. ರವೀಂದ್ರನಾಥಸಿಂಗ್, ಎಂ.ಎಸ್;
5. ಡಾ|| ಬಿ. ಎಂ. ಮಹೇಶ್ವರಪ್ಪ, ಎಂ.ಎಸ್;
6. ಡಾ|| ಪಿ. ಕಾಂತ್‌ರಾಜ್, ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್; ಡಿ.ಟಿ.ಸಿ.ಡಿ.
7. ಡಾ|| ಎಂ. ಮದನ್, ಎಂ.ಎಸ್;
8. ಡಾ|| ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣ, ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್; ಡಿ.ಎಲ್.ಒ.

- ಆಧಾರ ಗ್ರಂಥಗಳು -

1. ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು - ಡಾ|| ಎಸ್. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ
2. ಕೇಳು ಕಿಶೋರಿ - ಡಾ|| ಅನುಪಮಾ ನಿರಂಜನ
3. ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಮೇಹ ರೋಗಗಳು - ಡಾ|| ಡಿ. ಪಿ. ಜಯರಾಂ
   - ಡಾ|| ಎಸ್. ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ
4. ಗುಹ್ಯ ರೋಗಗಳು - ಡಾ|| ಸ. ಜ. ನಾಗಲೋಟಿ ಮಠ
5. ಗುಹ್ಯ ರೋಗಗಳು ಉತ್ತಮ ಆರೈಕೆ - ಡಾ|| ಓ. ಪಿ. ಸಿಂಗ್
   - ಡಾ|| ಜೆ. ಎಸ್. ಪಸ್ರೀಚಾ
6. Davidsons Principles and Practice of Medicine Edited By - John Macleod
7. The V. D. Book - By Joseph A. Chiappa
   - & Joseph J. Forish
8. The Love Diseases - By Paul Redfern
9. ವೈದ್ಯ ಪದಕೋಶ - ಡಾ|| ಡಿ. ಎಸ್. ಶಿವಪ್ಪ
10. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಕೆಲವು ಕಿರು ಹೊತ್ತಿಗೆಗಳು

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಕೃತಿಗಳು

ಕೃತಿ	ಬೆಲೆ ರೂ.	ಲೇಖಕರು
ಸ್ವೀಟ್ ಡೆತ್	15-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಡೆಡ್ಲಿ ಚಾಲೆಂಜ್	17-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಡೇರಿಂಗ್ ಲೇಡಿ	17-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಟ್ರಬಲ್ ಶೂಟರ್ಸ್	16-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಮೈ ಡಾರ್ಲಿಂಗ್ ಲೇಡಿ	17-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಟೆರರಿಸ್ಟ್ ಗ್ಯಾಂಗ್	14-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಡಿಫೆಕ್ಟರ್	13-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಕಿಸ್ ಆಫ್ ಡೆತ್	15-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಪೀಸ್ ಮೇಕರ್	14-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಚಕ್ರವ್ಯೂಹ	15-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್

ಹೊಸದಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿರುವ ಕೃತಿಗಳು

ಕೋಲ್ಡ್ ವಾರ್	14-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಬ್ಲಡ್‌ಸ್ಪೋರ್ಟ್	12-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಸೀ ಕಿಂಗ್	12-00	ಸಿ.ಎಸ್. ರಾವ್
ಮೆಗಾ ಸೂಪರ್ ಸ್ಪೈ	14-00	ಕ್ಯಾತ್ಸಂದ್ರ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್
ಫೈನಲ್ ಸ್ಟೆಪ್	14-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಬಾಂಬ್ ಸ್ಕ್ವಾಷರ್	16-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಕಿಂಗ್ ಮೇಕರ್	33-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಕೋಡ್ ಮೆಸೇಜ್	30-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಲೈಂಗಿಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ	10-00	ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ್
ಬುಲೆಟ್ ಫ್ರಂ ಜಂಕೆ	30-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಗೋಲ್ಡನ್ ಗರ್ಲ್	10-00	ಬಿ.ವಿ. ಅನಂತರಾಮ್
ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ದರ್ಶಿನಿ	12-00	ಡಾ|| ಸಿ. ಅಶ್ವತ್

ತಮಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಪ್ರತಿಗಳ ಮೊತ್ತವನ್ನು ಎ.ಬಿ.ಎಚ್. ಏಜೆನ್ಸೀಸ್ ಬೆಂಗಳೂರು ಇವರ ಹೆಸರಿಗೆ ಡಿ.ಡಿ. ಕಳಿಸಿದರೆ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಅಂಚೆ ಮೂಲಕ ಕಳಿಸಲಾಗುವುದು.

ವಿವರಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ಎ.ಬಿ.ಎಚ್ ಏಜೆನ್ಸೀಸ್

217 ಎ, 56ನೇ ಅಡ್ಡ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಬ್ಲಾಕ್, ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 010